



优生优育 中的心理卫生

陶国泰 主编



南京出版社

编委会名单

主 任：周海珍

主 编：陶国泰

编写者：陶国泰 王民洁 陈一心

柯晓燕 张菊芬 李宝林

陶秋云 周展凤 焦公凯

优生优育中的心理卫生

陶国泰 主编

*

南京出版社出版发行

南京展望照排印刷有限公司照排

南京京新印刷厂印刷

*

开本：787×1092 1/32 印张：3.75 字数：55千

1996年9月第1版 1996年9月第1次印刷

印数：1—5000

*

ISBN 7—80614—254—1/R·8

定价：4.50元

责任编辑：沈丽国

(凡有印刷装订错误, 请向承印厂调换)

前 言

随着社会的进步,科学技术的迅速发展,公共卫生管理得到加强,人们的生活环境和条件也普遍改善。当今,控制人口数量、提高人口素质成为我国人口政策的两项重要内容,也是一项具有战略意义的社会系统工程。

进入 90 年代,“让每个儿童有更好的未来”已成为全球的共识。党中央一再号召的“全社会都来关心少年儿童的健康成长”也已化为全社会的共同行动。世界卫生组织关于健康不仅是不生病,而且是身体上、心理上和社会功能上均处于完善状态的健康新概念,发起并促进了第二次卫生革命,而优生优育正是实现这一目标的关键所在。

以往,优生优育只重视生物学因素,即遗传、免疫接种、营养、躯体疾病防治和开发儿童的智力等。新的医学模式要求从单纯生物医学模式向生物的、

心理的和社会的医学模式转变。为此,在优生优育中生物因素固然重要,心理和社会因素也同样重要。当今医学科学技术和公共卫生取得重大发展,生物因素引起的问题已趋减少,而当社会正在发生急剧变革、生活节奏和方式改变、人际关系复杂之际,心理因素和社会因素显得更为突出。因此,在优生优育中加强心理卫生研究正是本书的宗旨。

基于以上考虑,在江苏省计生委原主任、现国家计生委科技专家委员会委员、江苏省人大外事委员会主任周海珍同志的积极倡导下,江苏省计生委组织南京儿童心理卫生研究中心的专家编写了《优生优育中的心理卫生》一书。该书内容涉及遗传学、生理学、心理学、教育学、社会学等多种学科。编者通过深入浅出的手法和通俗易懂的语言,详细介绍了在优生优育中的儿童心理卫生知识。这是一本具有系统性、科学性、实用性的通俗读物,对帮助广大家长和其他从事优生优育工作的同志,针对儿童心理特点,正确掌握科学的教育方法大有裨益。

江苏省计划生育委员会
1996年6月

目 录

全社会都来关心儿童心理卫生	陶国泰(1)
优生优育优教中的心理卫生	陶国泰(5)
影响儿童发育的因素	陶国泰(14)
计划生育和独生子女心理卫生	陶国泰(29)
怎样创造合适的家庭环境?	王民洁(35)
婚前遗传咨询	陈一心(41)
婚前检查与优生保护	陈一心(47)
过早开发幼儿智力,“拔苗助长”好不好?	柯晓燕(51)
培养幼儿的良好行为与习惯	柯晓燕(54)
孩子胆小和好害怕怎么办?	王民洁(57)
孩子任性、撒赖怎么办?	王民洁(63)
怎样克服幼儿的偏食和挑食?	张菊芬(68)
孩子好动都是多动症吗? ...	李宝林 陶国泰(74)
缺陷儿童的临床表现及处理方法 ...	陶秋云(82)

怎样发现弱智儿及如何早期干预 ...	周展凤(87)
儿童孤独症的早期发现及早期干预	
.....	陶国泰 柯晓燕(93)
小儿功能性遗尿的矫治	周展凤(98)
孩子不听话怎么办?	焦公凯(104)
怎样认识对抗期和处理办法.....	焦公凯(109)

全社会都来关心儿童心理卫生

陶国泰



人们往往把健康局限于身体健康。一个孩子身体上没有病,就看作是健康的孩子了。但事实上,一个身体上没有毛病的孩子,如果其智力低下或行为怪异,能说是健康的孩子吗?世界卫生组织倡导的健康新概念,即完整的健康需包括身体健康、心理健康和社会(或人格)功能健全,意指即使身体和心理没有病并不等于健康,还必须有社会功能健全。这是指:①有充沛的精力,能从容地应付日常生活、学习和工作中的压力,而不致于过分紧张;②心情开朗和愉快,处事乐观和积极;③能与周围的人融洽相处;④应变能力强,能适应各种变化等。我们简称的心身健康,其中“心”指的就是心理健康和社会功能健全,

这正是心理卫生所研究的内容和所要达到的目标。儿童心理卫生讲的是:按照儿童心理的发展规律和不同阶段的年龄特征,在禀赋的气质基础上和在家庭及社会的影响下,通过教育和训练,以及医疗预防措施,来培植他们健康的心理、良好的性格和顽强的适应能力,以维护并促使心身健康而全面地发展。

我国当今正处于社会和经济变革之中,工业化和城市都市化促使家庭结构迅速从传统大家庭分化为小家庭,子女数目减少且独生子女占的比例越来越大,不少城市独生子女家庭已占 90% 以上。人们养育子女的观念、方法和期望都发生了改变,对儿童的心理社会发育(人的心理与社会密切联系,故统称心理社会发育)产生深刻的影响。我国多数妇女在外工作,由母亲亲自照料孩子的时间减少,使孩子与母亲建立最初的情感依恋关系发生困难。不少独生子女家庭对孩子的溺爱和娇纵,以及对他们的物质照顾远多于思想关怀和道德品质的培养,使不少孩子(包括非独生子女)从小未培养起劳动观念和生活自理能力,还滋生了以自我为中心、懒散、任性、自私等缺点。随着人们价值观念的改变和商品市场经济的影响,父母中“望子成龙”的思想十分普遍。父母不考虑孩子的实际水平,无视孩子的兴趣爱好,强制孩

子根据大人的意愿致力于学习。如孩子达不到大人的苛求,就任意指责和惩罚,从而挫伤了孩子的自尊心,在他们幼小的心灵上留下一道道伤痕,甚至产生悲剧。再说,过早施加学习压力,一方面使孩子长久在精神紧张中生活,另一方面又剥夺了孩子从游戏、玩耍和文体活动中学习和锻炼的机会,这些均影响孩子的健康成长。孩子中出现的活动过度、注意力分散、记忆力减退、情绪抑郁和失眠等与此不无关系。有不少父母还不懂自己的言行举止在影响着孩子,他们的坏习惯、发牢骚、说怪话都会有意无意地污染孩子的心灵;父母争吵、不和、分居和离婚等也会对孩子造成严重的精神创伤。

以上一系列情况不可避免地妨碍孩子正常的心理社会发育和个性形成,多种心理障碍明显增加了。孩子的厌食、厌学、逃学、说谎、早恋、吸烟和喝酒、殴打父母等不良行为以及青少年犯罪率都有了增加,从而引起人们的忧虑。

我国工业化和城市都市化还促使人口向城市集中,造成住房、交通、入托、入学和就业等诸多困难。人们旧观念与新观念的冲突、生活方式的改变和生活节奏的加快、竞争加剧等也给人们增加了许多紧张因素和心理压力。另一方面,虽然多种传染病已控

制,很多躯体疾病也有了有效的防治途径,而诸多由心理因素和社会因素及不良行为(吸烟、吸毒、嗜酒、滥用药物等)引起的心理障碍和心身疾病(如高血压、消化性溃疡、甲状腺功能亢进、支气管哮喘,以至癌症等)却明显地增加了。这些问题都是心理卫生面临的挑战。

儿童正处于迅速成长和发育的时期,中枢神经系统具有敏感性和脆弱性的特点,面临如此复杂的环境和诸多紧张刺激及心理压力,如何应付和适应,以维护心理健康,促进健康成长?对此,心理卫生就显得格外重要了。要实施心理卫生原则和措施,需要医学、教育、心理和社会各方面人士合作,以及广大家长的配合,需要得到全社会的关怀和支持。并且将心理卫生原则贯彻于对儿童保护和发展的全过程,促进其健康成长。



优生优育优教中的心理卫生

陶国泰



优生优育优教是提高人口素质的基本保证。优生是基础,优生是保证,优教是发展,三者密切联系,构成一个完整的有机整体。现今医学模式已从单纯生物医学转向生物—心理—社会新医学模式。以往优生优育优教偏重于生物学的研究,现今重点探讨其中的心理和社会因素,以及与生物学因素之间的相互作用。这一课题正是心理卫生研究的内容,优生优育优教要讲究心理卫生正是新医学模式的体现。

一、优生中的心理卫生

1. 农作物要有好的收成,首先要选好种子。要培育健康的孩子,夫妻双方身心都要健康。现今婚前

检查对心理健康的检查已有明文规定,如规定有精神分裂症、情感性精神病和有其他遗传倾向的精神病不得结婚或不得生育。另外,较为常见的遗传病,如先天愚型,35 岁以上妇女生育这类婴儿的机会就明显增加,另外,有家族遗传史或曾生过神经管缺陷、苯丙酮尿症及其他缺陷儿童的父母均应进行遗传咨询和产前诊断。

2. 夫妻中一方患有神经症、情绪和行为障碍,或其他神经精神系统及身体疾病,均要劝导他们积极治疗,否则会影响夫妻关系以至亲子关系。

3. 孩子是夫妻感情的结晶,如果夫妻将怀孕和养孩子看作是计划中的事,并在思想上和物质上做了充分准备,无疑为孩子的成长发育铺平了道路。

4. 我国不少地区,尤其是农村,孕妇吸烟和喝酒的现象还较普遍。每天吸烟在 20 支以上者的早产率是不吸烟孕妇的两倍,且生下的孩子体重也较轻。烟碱可降低子宫绒毛间隙中对胎儿氧的供应,从而损害脑细胞的生长,影响婴儿智力的发育。经常喝酒的孕妇所生的婴儿发育差、小头畸形和智力低下也较多。丈夫抽烟和酗酒还会影响精子的质和活动度从而影响受孕率。丈夫或来客在房间内抽烟,等于孕妇被动吸烟,都会产生相同的恶果。

5. 药物和其他化学物质。很久以前，人们已注意到吸鸦片成瘾的母亲生下的婴儿也有鸦片瘾。妊娠期服药对胎儿的危害以酞胺哌啶酮为典型代表。50 年代此药被用来作镇静和治疗妊娠呕吐用，故又称“反应停”。这种药仅几年的时间在 28 个国家造成 8000 个畸形儿，故被禁止生产。现发现下列药物可能致畸：阿斯匹灵和利眠宁等安定类、苯妥英钠和三甲双酮抗癫痫药、抗肿瘤制剂、甲状腺药物和性激素。孕妇服药需衡量得失，除非用不可的以外一般慎用，尤其在妊娠最初 3 个月内应尽量避免服药。

随着工业化的发展，环境（包括空气、饮水、食物等）污染日益严重，无机汞、铅、乙烯醇和麻醉气体的污染均有产生缺陷儿童的潜在危险性。

6. 感染。胚胎和胎儿均可受到种种微生物的侵袭。妊娠头 3 个月孕妇感染风疹，约 15%~20% 的婴儿将出现白内障、心脏缺陷、耳聋和小头畸形。巨细胞病毒、单纯疱疹病毒、弓形体原生虫，以及脑膜炎均可引起发育缺陷，后者在较大儿童还出现活动过度、好冲动和具有破坏性等行为障碍。

7. X 线照射。妊娠第 1 个月孕妇受到 X 线照射时，可导致流产率增高和胎儿畸形危险性增加。胎儿中枢神经细胞正在快速分化，对 X 线特别敏感。如

果 X 线干扰细胞的分化,将产生智力缺陷和小头畸形儿。

8. 营养不良。不同妊娠时期的营养不良将产生不同的影响。妊娠第 12 周到第 18 周,如营养严重不良,将使胎儿脑细胞总数减少,并且每个细胞的体积也受限(发育不全)。但若发生在妊娠最后 3 个月,则对细胞的数量影响较小,而对细胞大小的影响最大。这一差别的重要意义是,出生后补充足够的营养可补救细胞大小的不足,但对细胞总数减少则无法纠正。营养不良的孕妇所生下的婴儿常是低体重(不足 2500 克),其结果是不仅婴儿的死亡率提高,而且神经缺陷的发生率也增加了。

9. 情绪因素。孕妇的心理卫生主要是维护良好的情绪,即不过度喜怒哀乐,精神上保持愉快和乐观,对将出生的婴儿满怀信心及希望。孕妇要避免一切不良精神刺激。要知道焦虑、恐惧和愤怒等会改变体内激素水平和代谢过程,将直接影响胎儿的发育和引起婴儿的活动过度、注意力分散和行为冲动等。孕妇的情绪常常受丈夫的影响,丈夫要格外爱护、体贴和帮助妻子,尽量减轻她们身体上的不适和思想上的负担,增进愉快及乐观的情绪,如欣赏悦耳音乐、观看有趣的电视节目及至在幽静的大自然中散

步等。妻子怀孕 6 个月后,开始音乐胎教和语言胎教,丈夫也应积极参与,和妻子一起共同协作做好胎养和胎教。

二、优生中的心理卫生

1. 父母对出生的孩子抱什么态度对孩子今后的发育成长影响很大。父母对出生的孩子是热切盼望的,就会对孩子作出最好的安排;若相反,出生的孩子不是所欢迎的,就会遭到忽视;如对孩子是敌视的,就会遭到粗暴对待。曾有过一录相研究,妈妈对孩子是疼爱的,她在照料孩子时的动作是细致的、协调的和保护性的;如敌视的,妈妈的动作就是粗疏的、不协调的和伤害性的。孩子一出生就与照料他(她)的人(通常是父母,尤其是妈妈)相互影响。如对孩子粗暴,就会引起孩子的焦虑和恐惧,表现为无休止地哭闹、惊恐、睡眠不安;也有的表现为呕吐、拒食和婴儿阵发性肠绞痛等。

2. 婴儿时期是人一生中发育最为迅速的时期,这时婴儿需要足够的营养,营养既指物质营养,又指精神营养,以保证身体、心理与行为的全面发展。孩子出生后尽可能用母乳喂养,母乳不仅是适合婴儿发育的最好营养品,还可以使婴儿通过哺乳时与母

亲身贴身的接触,通过母亲的语言、动作体会到母亲的温暖,增进母子的感情交流和了解。不仅母乳为孩子提供营养、温暖,还提供保护,这就是“母爱”。母爱是精神营养,是促进婴儿茁壮成长的激活剂。外国一所育婴堂(照管弃婴)靠机械喂养婴儿以维持其生命,结果死亡率高得惊人。后来雇了保姆,规定她们一日抱婴儿多次,对婴儿讲话、逗乐,并亲自喂养等,结果发现婴儿的发育情况明显改善,死亡率大幅度下降。1940年以前医学还不够发达,抗生素尚未合成,那时许多孩子重病常靠母亲无微不至地精心照料而得到挽救。

3. 婴儿在与母亲的相互密切交往中,在母亲的细心照料下,基本需要得到满足。这时婴儿体会到妈妈的存在是不可缺少的,这样就与妈妈建立起情感依恋关系。他由对妈妈的信任感逐渐形成安全感,从而有了探索外部世界的勇气,这是与周围人建立融洽关系的基础。如果一个孩子没有与亲人建立起依恋关系,就会胆小恐惧、畏缩不前、缺乏自信 and 安全感。有些孩子的精神障碍或反社会行为就出于婴幼儿期未与亲人建立起依恋关系的缘故。

4. 婴幼儿大脑皮层下中枢的兴奋性高,又因皮层神经细胞发育尚不成熟,内抑制尚较弱,对皮层下

中枢不能很好地加以控制。当他们受到体内外强烈刺激,如高烧、剧烈疼痛、突然坠落、尖叫声等,将引起大脑皮层下兴奋性扩散,而突然兴奋激动、惊厥等。孩子对大人争吵、打骂尤其害怕,大人用恐吓方法对待孩子是有害的。孩子需要一个平静、轻松愉快、融洽和安全的环境。

5. 儿童的发育和行为障碍,如智力低下、脑瘫、多种发育缺陷、多动症和性格古怪等,常与宫内窘迫、出生时窒息、颅内出血、脑损伤、新生儿高热惊厥、抽风等有关。婴幼儿注射链霉素、卡拉霉素、庆大霉素时要警惕听神经中毒,由此产生的聋哑在农村尚多见。婴儿过分哭闹、惊恐、焦虑不安、夜惊、睡眠短暂等,除与以上因素可能有联系外,应纠正家庭气氛紧张、父母争吵打骂,以及对婴儿忽视、粗暴、虐待,照料人员经常变动等心理卫生问题。

三、优教中的心理卫生

1. 孩子出生后,所接触的首先是家庭和父母。家庭环境如何,体现在父母对孩子的态度、亲密程度及如何照料和管教上。这些因素对孩子的心理社会发育和健康成长的影响很大。我们常说:“家庭是第一所学校,父母是第一任教师。”其含义是深刻的。婴