

21 SHIJI 21世纪家庭保健丛书
JIATING BAOJIAN CONGSHU

儿童的 心理行为 发展和障碍



儿科系列主编 许积德
编著 张劲松



上海医科大学出版社

目 录

儿童的心理世界	1
1. 为什么要了解儿童的心理和行为特点	1
2. 儿童的心理发展受哪些因素的影响	2
3. 什么是发育的关键期	4
4. 何时进行早期教育为宜	6
5. 如何对 0~1 岁婴儿进行早期教育	7
6. 如何对 1~3 岁幼儿进行早期教育	8
7. 如何对 4~6 岁儿童进行早期教育	9
8. 儿童的感觉发展有什么特点	10
9. 儿童的知觉发展有什么特点	12
10. 儿童的注意发展有什么特点	13
11. 怎样培养儿童的注意力	14
12. 儿童的记忆发展有什么特点	15
13. 怎样培养儿童的记忆	17
14. 儿童的思维是怎样发展的	18
15. 怎样培养儿童的想象能力	19
16. 如何对待孩子的好奇、好问	20
17. 儿童的言语发展有什么特点	22
18. 什么是儿童的“隐语”	24

19. 儿童的自言自语是怎么回事	24
20. 怎样培养孩子的言语表达能力	25
21. 儿童的情绪是怎样发展起来的	26
22. 儿童的依恋是怎么回事	27
23. 不同年龄儿童的害怕对象有什么特点	29
24. 小儿为什么会怯生	31
25. 如何从小培养孩子的自制力	32
26. 怎样对待孩子的逆反心理	33
27. 什么是儿童的气质	35
28. 儿童的气质特点有哪些方面	36
29. 怎样对待孩子的气质特点	39
30. 什么是智力与智商	43
31. 怎样自行测试婴幼儿的智能发育	44
32. 孩子会不会爬要紧吗	48
儿童的心理行为问题与对策	49
33. 感觉统合能力对儿童有何影响	49
34. 孩子为什么爱啃手指、咬指甲	51
35. 小儿屏气发作怎么办	52
36. 怎样矫正小儿摩擦外阴的行为	53
37. 经常尿床的小儿怎么办	54
38. 怎样矫正小儿的异食癖	56
39. 什么是神经性厌食症	57
40. 什么是贪食症	59
41. 孩子口齿不清怎么办	60
42. 孩子口吃怎么办	61
43. 孩子为何有时缄默不语	63
44. 儿童期常见的情绪障碍有哪些	64
45. 怎样及早发现孩子情绪抑郁	66

46. 怎样帮助孩子克服焦虑	68
47. 怎样消除孩子的害怕恐惧	70
48. 什么是儿童瘾症	71
49. 什么是儿童多动症	73
50. 什么是强迫思维和强迫行为	74
51. 做“怪相”的孩子——什么是儿童抽动症	76
52. 孩子为什么说谎	77
53. 孩子为什么会有嫉妒心理	79
54. 如何帮助孩子克服过分的自我中心	81
55. 孩子注意不集中怎么办	82
56. 儿童的睡眠有什么特点	84
57. 孩子失眠怎么办	85
58. 孩子经常夜醒怎么办	87
59. 孩子睡眠时摇头怎么办	88
60. 什么是夜惊症	88
61. 孩子为什么经常做恶梦	90
62. 孩子梦游怎么办	91
63. 孩子为何过度嗜睡	92
64. 如何对待孩子的“破坏”行为	93
65. 发现孩子偷拿东西怎么办	95
66. 孩子为何在外乖巧,在家却暴怒	97
67. 孩子不愿上托儿所、幼儿园怎么办	98
68. 小儿为什么害怕去学校	100
69. 小儿学习困难有哪些原因	102
70. 怎样发现有阅读困难的儿童	104
71. 如何对肥胖症儿童进行心理行为治疗	106
72. 什么是儿童孤独症	107
73. 什么是精神发育迟滞	109
74. 什么是儿童精神分裂症	110

75. 什么是适应性障碍	112
76. 怎样对待孩子的攻击性行为	113
77. 怎样看待幼儿玩弄外生殖器	114
78. 什么是性别认同障碍	115
79. 如何对待儿童的“手淫”	117
80. 躯体疾病与心理问题有什么关系	118
81. 为什么孩子经常有不明原因的腹痛	120
82. 儿童头痛是否有心理原因	121
83. 如何对儿童进行支持性心理治疗	122
84. 如何对儿童进行心理疏导	124
85. 什么是系统脱敏法	125
86. 什么是暗示疗法	127
87. 什么是游戏疗法	128
88. 什么是放松疗法	130

儿童的心理世界

1. 为什么要了解儿童的 心理和行为特点

广义而言,人类从出生到成熟(约 18 岁左右)统称为儿童期,这一时期是人类发育最旺盛,变化最大,也是可塑性最大的时期。儿童的心理在这个时期完成了从无到有、从低到高、从简单到复杂、从萌芽到成熟的整个发展过程,是接受教育最有效的时期,因而受到社会及家庭的极大关注。

人的心理活动自婴儿一出生就开始发展起来,包括感觉、知觉、记忆、注意、思维、言语、情绪、意志、行动等方面。儿童的心理特点既有普遍的共性,又有个体的差异,如一般的儿童 1~2 岁开始学说话,3 岁时能说完整的简单句,但有的孩子可早些,有的孩子则晚些;儿童的特点是活泼好动,但有的孩子显得特别好动,有的则十分安静。虽然每个孩子的特点不同,但都有一个正常的范围,超出正常的范围应引起家长们的注意。孩子在不同的年龄阶段还会表现出特有的现象,例如年幼的儿童常常夸大事实,甚至讲一些并非真实的事情,令大人信以为真,他们是在说谎吗?不是的,这正是他们在这时期的心理发展特点。

儿童的心理随着大脑的发育处于不断的发展变化之中,不同心理特征的发展速度是不平衡的,同一心理特点的发展速度也是不平衡的,可以在某个时期发展十分迅速,而在其他时期则较缓慢。儿童的动作行为和心理特点的发育都有自己的关键时期,过早教育无异于拔苗助长,放任不管也不利于孩子潜能的发挥,只有当家长、老师了解什么时候是儿童言语、动作、思维等心理发展的关键时期,才会做到有的放矢,因材施教。

了解儿童的心理特点,可以避免按成人的主观意愿要求孩子。儿童好问、喜拆东西,这是他们不断探索、求知的表现,虽然有时他们的相法和做法是那么令大人感到可笑或可恼;儿童情绪多变、不善掩饰,但他们是纯真的;儿童注意力集中时间短暂,学习时间不应过长;儿童尤其是男孩好动,控制力差,不能认为他们故意表现不好;儿童模仿力强,大人的言行会潜移默化地影响他们……大人们应尊重孩子的心理特点,怀着一颗宽容和爱护之心,循循善诱,因势利导,这对儿童能力的发挥、培养良好的个性、减少心理和行为问题,具有十分积极的作用。

2. 儿童的心理发展受 哪些因素的影响

有的孩子天生聪明伶俐,有的则迟钝愚鲁;有

的孩子一出生就好动、爱哭闹,有的安静易哄;有的孩子内向敏感、胆小退缩,有的则活泼外向、大胆自信……每个孩子都是父母所生,是那么的天真可爱,但每个孩子又是那么的不同,各有特色。儿童的心理发展是生物遗传因素和外界环境因素共同作用的结果,这些因素中许许多多的差异造就了孩子形形色色的特点。

生物遗传因素是儿童心理发展的内因,尤其是儿童的智能发展很大程度上取决于生物遗传的因素。由于遗传因素而影响儿童心理发育的常见原因有:父母或家族近亲中有遗传性疾病、某些有遗传倾向的精神障碍、父母近亲结婚、父母接触有毒有害的物质或酗酒、吸毒造成染色体突变、母亲为高龄产妇等。儿童先天的气质特点也是个性形成的一个重要因素。就外因来看,从胎儿期到以后儿童成长的过程中,很多物理、化学、生物学等有害因素会影响到儿童的大脑,造成精神心理的发育异常,如母亲妊娠期间接触有毒有害的物质、服用某些药物、某些病毒感染、精神受刺激、胎内或产后窒息、高热抽搐、中毒(如铅中毒、一氧化碳中毒)、营养不良、脑外伤、脑炎、癫痫等。

影响儿童心理发展的另一重要因素是环境因素,如家庭文化层次、经济水平、家庭结构、家庭关系、大人对孩子的抚养态度、幼儿园和学校的环境、老师的教育态度、社会文化背景、居住地区的环境等。就智能而言,生物因素决定儿童智能发

育的最大限度,而环境因素则决定智能发挥的程度。儿童先天情况良好,但后天环境不良、教育落后,也可使孩子发育落后;反之,虽先天不足,但后天及时干预、教育得当也可使孩子得到良好的发展。良好的环境有助于孩子心理的健康发展,在民主、和睦、生活丰富多彩的环境中长大的孩子,大多自信、活泼、独立;而在专断、关系紧张、缺乏关爱的环境中长大的孩子,容易形成胆小、自卑、孤僻或叛逆的性格。

为了孩子的心理得到良好的发展,每一对夫妇应尽量避免影响儿童心理健康的不良因素,创造有利于儿童身心发展的环境,如:做好孕前咨询,孕期定期检查,孩子出生后给他们营造一个良好的生活环境,学一些儿童心理知识,做到根据自己孩子的特点采取恰当的抚养教育方式。

3. 什么是发育的关键期

儿童的各种心理和行为的发展速度是不一样的,而且同一种行为或心理特点在不同的时期其发展速度也是不一致的,在某一时期很慢,而在某一时期则十分迅速,这个发展迅速的时期就称为“关键期”或称“敏感期”。在某种特征发展的关键期中,儿童很容易学习相应的行为能力,有利的因素会起到事半功倍的积极作用,而不利的因素很容易给这种特征的发展造成障碍。

儿童的各种动作发育、言语发展、情绪发展等其他心理特征都有关键时期。如:母亲妊娠的前3~4个月是胎儿神经系统发育的关键期,此时若受到不利因素的影响很容易造成胎儿或出生后发育异常;对于掌握语言,儿童出生后头3年是口头言语发展的关键期,12岁以前是掌握母语和外语的最佳年龄,此时给予适当指导可以促进儿童言语能力的发展,提高掌握语言的能力。

在儿童后天的抚养教育中,关键期是一个不可忽视的因素,并得到许多具体事例的证实。例如,1920年在印度发现的狼孩,她出生后不久即被遗弃,从小与狼为伴,7~8岁被带回人间时只相当6个月婴儿所具有的心理水平,不会直立行走,不会人的语言,所有的生活习惯与狼一样。人们费了很大的力气训练她,但收效甚微:2年才学会直立,6年后才艰难地学会独立行走,快跑时还得四肢并用;学习语言也很困难,4年内学会6个单词,只能听懂几句简单的话,7年时才学会45个单词并勉强讲几句话。在最后3年中才学会晚上睡觉。她16岁死去时,心理仍处于十分幼稚的水平,智能严重落后。这说明一旦智能发展的关键阶段已过,教育效果就不好。而日本的横井庄一在二战时逃往深山,远离人群独居了20多年,被发现后回到人类社会,很快就恢复了言语能力,并适应了社会生活,这是因为他早已有教育的贮存记忆信息,只要改善环境,加强刺激即能恢复。

把握住某种心理特征或行为能力发展的关键期,在关键期中给予适当的教育和训练,“趁热打铁”,将有助于孩子这种心理特征和行为能力的发展;反之,若错过了关键期或在此期间有不利的因素阻止了正常的发育,则会造成发育的迟缓。

4. 何时进行早期教育为宜

一个人具有相当大的潜能,如果不予以早期开发,这种潜能就有可能被埋没。但“教育”不能狭义地理解为严肃而正规地教孩子学习什么,而应从广义上理解,也就是针对儿童在不同时期心理行为发展的特点而进行的有助于各种能力发展的活动,即对儿童进行能力的开发。现代科学证明,丰富的环境刺激可以促进儿童大脑的发育、各种能力的发展。新生儿一出生就有一些感觉和本能的活动,所以早期教育应从儿童出生起就开始。科学证实出生后头几年是儿童能力开发的重要时期。

早期教育并不是过早教育或超常教育,因为儿童的学习能力不仅有赖于教育,还有赖于儿童心理行为发展的关键期和每个人本身的成熟特点。如果不根据孩子的年龄特点和自身特点进行教育,过早或过分地教孩子学这学那,无异于拔苗助长,对孩子的身心健康危害很大。例如,婴幼儿的动作发育是有一定的出现时间和规律的,8~9

个月的婴儿连爬还不会就训练走,显然是枉费心机,况且过早行走还容易出现下肢畸形。因此,在开展早期教育之前,一定要先了解儿童的心理行为发育特点,科学地进行早期教育。

5. 如何对 0~1 岁婴儿 进行早期教育

刚出生的婴儿虽有视觉、听觉、皮肤感觉等,但还不是发展得很好,它们将在出生后 1 年中得到迅速发展。所以针对此期婴儿的心理发展特点,早期教育可以从以下几个方面入手。

提供视觉和听觉刺激:在婴儿小床周围挂上五颜六色的图片以及可发出悦耳声音的玩具,小床的颜色应鲜艳些。在孩子醒来的时候经常放轻柔、悦耳的音乐给他们听,家长还要经常柔声细语地与孩子聊天、讲话或哼唱歌。

手的抓握训练:手是四肢中神经分布最集中的部位,也是身体最灵巧的部分,手与大脑的功能密切相联。婴儿 4 个月以后应对他们进行手眼协调能力的训练,经常让他们抓握东西,如在他们眼前放上有趣的玩具逗引他们去拿,凡是没有危险、不怕损坏的东西都不要限制他们去拿。8 个月后可与他们玩藏玩具的游戏,如让孩子先看一样喜欢的东西,然后藏到身后让他们去找,或是将积木包在纸里让他们找,还可以将纸张厚实的婴儿图

画书让他们随意地翻看。这时候的婴儿很喜欢撕纸,可找一些没有用的纸让他们随意地撕。

大运动能力训练:婴儿出生后不要将他们的四肢束缚在“蜡烛包”中,而应让他们尽情地伸展、活动四肢。家长可给他们做被动体操,帮助孩子活动四肢,如将孩子的双臂拉开至伸展位再合拢,做踢腿运动,为婴儿进行从头到脚的全身按摩。在婴儿 8 个月时,着重训练爬行,爬行对大脑的发育有很重要的意义。婴儿时期若没有很好爬过的孩子,长大后出现运动不协调的比较多。

开阔视野,多接触外界:在孩子满月后家长就可以经常带着他们到室外四处走动,这样不仅使他们可以多晒到太阳、呼吸新鲜空气,还可以开阔视野,有更多的机会接触周围的人群,促进与人交往的能力。

6. 如何对 1~3 岁幼儿 进行早期教育

1~3 岁是幼儿言语、思维、运动能力迅速发展的时期。1 岁以后家长应重视对儿童言语的培养,创造良好的语言环境,如多与孩子对话,让他们听儿歌磁带,教孩子说儿歌、唱歌谣。同时周围的人所讲的语言应统一、规范,若语言或方言超过两种就会令孩子不知所措,影响学习说话。

孩子学走路时,可以牵拉的玩具能够增加他

们对行走的兴趣。鼓励孩子做爬上爬下、蹦蹦跳跳的活动,但要注意安全。孩子们大多喜欢玩球,这对发展他们的运动技能很有好处,最初可让他们乱扔球,以后逐渐引导他们与家长玩接球传球的游戏。

学搭简单的积木,从叠两块积木逐渐到叠多块,再到搭简单的形状。家中的很多用品也可以成为孩子们喜欢的玩具,如盆、纸盒等。

拿笔画画,从随意地拿笔乱涂逐渐过渡到有目的画出简单的笔画或图形,并给图画着色,一边玩一边对孩子说我们搭高楼或画一个太阳等富有想象性的言语,启发孩子的想象能力。也可以通过与儿童做游戏,让他们扮演游戏的角色来丰富孩子的想象能力。

教他们认识自己的身体器官,玩照镜子的游戏,这些都有利于促进自我意识的发展。

7. 如何对4~6岁儿童 进行早期教育

4~6岁幼儿的教育方式以游戏为主,寓教于乐,着重想象力和大运动能力的培养,还可开始简单的识字、算术。

让孩子根据图案和自己的想象画画、拼七巧板、搭积木、捏橡皮泥、折纸、剪纸、自制小玩艺儿等,在这些活动中鼓励孩子大胆地想象,无论孩子

有什么样的想法,家长都要表现出高兴的样子,不要嘲笑他们天真的想法。教孩子学会自己穿脱衣服、扣纽扣、系鞋带和做一些简单的家务事,如帮妈妈擦桌子、洗自己的小手帕等,经常让他们参加拍皮球、攀爬架、跑跳、游泳等运动。并且在游戏中注意培养他们有始有终的好习惯。如游戏或搭积木结束后,教育孩子整理好自己的玩具。

另外这一时期应开始教孩子辨认颜色、大小、形状、方向,了解简单的时间概念、看图识字,以及用具体的实物教孩子数数、做简单的算术。

同时这一时期还应让他们加强与同龄儿童的交往,并培养良好的行为习惯。这一年龄的儿童应进入幼儿园,在幼儿园中接受较系统的学前教育。

8. 儿童的感觉发展有什么特点

新生儿已具有视觉、听觉、嗅觉、味觉和皮肤感觉,1个月后这些感觉向更趋完善的方向发展,婴儿期是感觉迅速发展的时期,是最早达到完善化心理的过程。

视觉:新生儿出生后便立即能察觉眼前的亮光,还能区分不同明度的光,只是不如成人,在头2个月里对光的敏感性发展很快。新生儿为远视,一直持续到6岁左右。1个月的婴儿看近距离的东西是模糊不清的,能看清楚东西的最理想

位置是在距眼睛约 20 厘米处,而且不能改变焦点,要到约 2 个月时才开始能改变焦点,4 个月时能看清不同距离的客体,12 个月时才基本达到正常成人的视力,但 6 岁前视力达不到 1.0。新生儿分不清颜色,从生后 3~4 个月起可分辨彩色与非彩色。红颜色最能引起婴儿的兴奋,婴儿喜欢暖色和明亮的颜色,不喜欢冷色和暗淡的颜色。

听觉:新生儿已有良好的听觉能力,甚至有人认为在胎儿时期就有了听觉。婴儿对说话声音反应敏感。3~4 个月时头转向声源;4~6 个月时能区别父亲或母亲的声音;8~9 个月时眼及头能转向声源,并能分辨各种声音,对严厉或和蔼的声调作出不同的反应。

儿童能听及 0~20 分贝的响度,听及范围在 21~35 分贝为轻度听觉障碍,在 36~55 分贝为中度听觉障碍,56~70 分贝为重度听觉障碍,71~90 分贝为严重听觉障碍,91 分贝以上为极重度听觉障碍。

嗅觉和味觉:新生儿能区分好几种气味。出生后短短几天内,婴儿会辨别母亲的气味,3~4 个月时能区别愉快与不愉快的气味。

新生儿的味觉也已很好得到发育。出生仅 2 小时的新生儿已能分辨出以下味觉:对微甜的糖水表示愉快,对柠檬汁表现出痛苦的表情;4~5 个月的婴儿对食物的任何改变都会表现出非常敏锐的反应。所以有时儿童厌食的原因可能与味觉

有关。

皮肤感觉:皮肤感觉包括痛觉、触觉、温度觉及深感觉。新生儿痛觉已存在,但不甚敏感。新生儿的触觉有高度的敏感性,尤其在眼周、前额、口周、手掌、足底等部位。新生儿对温度觉的感受也比较灵敏,能区别出牛奶温度太高还是太低。2~3 岁的儿童已能辨别各种物体的属性,5~6 岁时能区别同样体积但重量不同的两个物体。

婴儿的前半年主要是通过感觉来认识事物的,通过各种感觉,婴儿逐渐认识了周围世界,所以在早期教育中注意给予婴儿丰富的感觉刺激,有助于儿童的心理发展。

9. 儿童的知觉发展有什么特点

儿童的知觉是在出生后逐渐发展起来的,如对形状、大小、方位、时间的知觉。

对形状的知觉:幼儿一般在小班时已能辨别圆形、方形和三角形;中班时能将两个小三角形拼成一个大三角形,将两个半圆形拼成一个圆形;大班时能认识椭圆形、菱形、五角形等。对形状的掌握次序由易到难,依次为圆形、正方形、三角形、长方形、半圆形、梯形、菱形及平行四边形。

对大小的知觉:幼儿对图形大小判断的正确性,依图形本身的形状而定,一般判断圆形、正方形和等边三角形的大小较容易,而判断椭圆、长方