

每个孩子都是独特的个体 棘手孩子往往具有特殊禀赋



理解孩子的大生气质

【美】斯坦利·图雷克 (Stanley Turecki) 莱斯利·唐纳 (Leslie Tonner) 著
彭丽洁 译



上海社会科学院出版社
SHANGHAI ACADEMY OF SOCIAL SCIENCES PRESS



青豆家教馆

棘手孩子

理解孩子的天生气质

【美】斯坦利·图雷克 (Stanley Turecki) 莱斯利·唐纳 (Leslie Tonner) 著
彭丽洁 译

THE DIFFICULT



上海社会科学院出版社
SHANGHAI ACADEMY OF SOCIAL SCIENCES PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

棘手孩子 / (美) 斯坦利·图雷克
(Stanley Turecki), (美) 莱斯利·唐纳
(Leslie Tonner) 著; 彭丽洁译. — 上海: 上海社会
科学院出版社, 2019

书名原文: The Difficult Child

ISBN 978-7-5520-2801-0

I. ①棘… II. ①斯… ②莱… ③彭… III. ①儿童教
育—家庭教育—研究 IV. ① G782

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2019) 第 126877 号

上海市版权局著作权合同登记号: 图字 09-2019-485 号

THE DIFFICULT CHILD: EXPANDED AND REVISED EDITION

by STANLEY TURECKI; LESLIE TONNER

Copyright: © 1985, 1989, and 2000 by Stanley Turecki, M.D.,
and Leslie Tonner.

This edition arranged with Bantam Books, an imprint of Random House,
a division of Penguin Random House LLC

through Big Apple Agency, Inc., Labuan, Malaysia.

Simplified Chinese edition copyright:

2019 Beijing Green Beans Book Co., Ltd.

All rights reserved.

棘手孩子

著 者: (美) 斯坦利·图雷克 莱斯利·唐纳

译 者: 彭丽洁

责任编辑: 赵秋蕙

特约编辑: 陈朝阳

封面设计: 主语设计

出版发行: 上海社会科学院出版社

上海市顺昌路 622 号

邮编 200025

电话总机 021-63315900

销售热线 021-53063735

http://www.sassp.org.cn

E-mail: sassp@sass.org.cn

印 刷: 河北鹏润印刷有限公司印刷

开 本: 710 × 1000 毫米 1/16 开

印 张: 17.5

字 数: 232 千字

版 次: 2019 年 7 月第 1 版 2019 年 7 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5520-2801-0/G.856

定价: 42.80 元

版权所有 翻印必究

你的孩子是棘手儿童吗？

家庭问题

回答“是”或者“否”

1. 你觉得养育你的孩子困难吗？ _____
2. 你觉得孩子的行为难以理解吗？ _____
3. 你经常和孩子吵架吗？ _____
4. 作为父亲或母亲，你是否觉得能力不足或心有愧疚？ _____
5. 孩子影响你的婚姻或家庭生活了吗？ _____

孩子问题

下列标题可以确定孩子的气质（他或她的天性）中可能棘手的方面。

每一项均使用以下数值大致给孩子分级。

- 0= 没有问题（目前不存在或者只存在一点）
- 1= 轻微问题（目前偶尔存在）
- 2= 确切问题（目前多次存在）
- 3= 极端问题（几乎是频繁存在或者已经是频繁存在）

高活跃水平：坐立不安；容易碰到东西，高度亢奋，让你筋疲力尽；“没学走，就想跑”；容易过度兴奋；无法静坐或者安静玩耍；喋喋不休；讨厌约束；容易玩疯或“兴奋”。 _____

冲动性：不会三思而行；脾气急躁火爆，易沮丧；无耐心，易发怒；喜欢插嘴，爱大喊大叫，不喜欢按部就班；爱抓

爱推；容易失控，变得具有攻击性；起身就走。

注意力分散度：难以集中注意力，特别是对不大感兴趣的事物；跟随指令有困难；不喜欢聆听，自动“屏蔽”你，喜欢做白日梦；没有条理，忘性大。

高反应强度：大嗓门；强势，态度强硬；痛苦、生气或者快乐的时候情绪激动。

不规律性：生理节奏难以预估；无法分辨他是饿了还是累了，由此导致在饮食和睡觉时间上有冲突；夜里常醒；如厕不定时。

负面的坚持态度：异常固执；不停地挑剔、抱怨，在想要某样东西的时候不依不饶；不懂得放弃，会一直坚持到说服他人；“故步自封”；发脾气时间长。

低反应阈：身体敏感，情感迟钝；可敏锐发觉颜色、光线、外表、纹理、声音、气味、口味以及温度上的变化（不一定对以上全部敏感）；“有创造性”，有时会有与众不同的偏好，让人觉得尴尬；易受强光和喧嚣声困扰；特别吹毛求疵；衣服一定要看起来或者穿起来刚刚好；不喜欢多数食物的样子、气味和味道；旁人觉得温度正合适时总觉得过热或过冷。

初始趋避性：面对刚认识的成人或孩子会表现得害羞、腼腆；不喜欢新环境或陌生环境；有人强迫认识新朋友或面对新环境时会通过哭闹、抓人、发脾气的方式退缩或抗议。

适应力差：活动或日常习惯过渡期和变化时会不适应；死板，留意小细节；适应习惯后就会一直坚持下去；会不断索要一模一样的衣服或食物；墨守成规；即便有了第一次接触，适应也需要很长一段时间。

负面情绪：严肃，不会坦率地表达自己的愉悦；性格消极。

你的分数解读：

家庭问题回答为“是”	孩子问题	结论
0-1	+4-7 分	= 具有一些棘手特征
2-3	+8-14 分	= 棘手儿童
-5	+15 分或以上	= 非常棘手儿童

引言

我是一名儿童及家庭精神科医生，也是一位曾经的棘手儿童的父亲。我女儿出生前，我完成了成人及儿童精神病学的训练，并通过挂靠一家声誉良好的医院，开始了个人的执业生涯。与大部分年轻的精神科医师一样，此时我还在探索属于合适自己风格的道路。

1974年寒冬的一个清晨，我的女儿吉莉安降临人世。不到一天，新生儿病房的护士长就评价说：“这个孩子可能会出问题。”我女儿是个焦躁不安、敏感易怒的孩子，进食毫无规律，而且似乎总是在大声尖叫。孩子妈妈、护士都安抚不了她。我们家度过了一个个不眠之夜，到我女儿6个月大的时候，我和孩子妈妈也变得敏感易怒、精神紧张。

通过我们的不懈努力，到我女儿2岁的时候，她多少有了一些我们可以预见的习惯。然而，只要一不高兴，她就会长时间大发脾气。至于为何她会有如此极端的反应，我们也经常摸不着头脑。穿衣服、上床睡觉、出门散步——几乎任何新的体验——都会导致问题。作为一名儿童精神科医生，我所接受的培训和得到的经验多少会派上用场，但是绝大部分时候，我还是表现得不知所措。我们发现，管教她不容易，不过我们也渐渐学会了接受她的部分行为。

在努力了解我的孩子和她那些让人疑惑的行为的同时，我重新阅读了《孩子的气质和行为紊乱》(*Temperament and Behavior Disorders in Children*)，这本书是医学博士斯泰拉·切斯(Stella Chess)和亚

历山大·托马斯（Alexander Thomas）关于纽约纵向研究（New York Longitudinal Study）的著作。我突然发现，不稳定的饮食和睡眠习惯、“不快乐”、对新事物的消极反应、面对过渡和变化不适应、大吵大闹等问题，均出现在书中。我仔细研读此书，寻求解决办法。

女儿上小学前的三年情况好了许多，但也并非一帆风顺。我们偶尔仍然会感到疑惑，不过现在我们已经明白，她的行为更多的是气质的一种表达。我们学会了尽可能帮助她建立日常习惯，而她也在这些习惯中茁壮成长。我们设法避开不熟悉的环境，实在无法避开的时候，我们也会精心为她做好准备。这么做的好处很快开始显现出来。她原来可以如此有趣。她有绝妙的想象力。她喜欢打扮，喜欢和她的玩偶玩游戏。她即将要去我们精挑细选的幼儿园上学，她将深受幼儿园里热情、包容的老师们的欢迎。

问题依旧存在。她偶尔会在公园或其他公共场合发脾气，让人依旧觉得尴尬。学校里风平浪静，紧随而来的可能是家里的暴风骤雨。我们注意到，当她某些方面有了进步之后，在其他方面可能就会退步。可能她下午的时候还很可爱、讨人喜欢，晚上就变得暴躁胆怯；前一秒钟还兴致勃勃地要去参加生日派对，到达派对现场后却不愿离开妈妈身边。不过吉莉安是个如此有趣的孩子，生活有了她，再也不会觉得无趣。

我的整个工作重心都在发生变化。我不再将小孩子的行为问题仅仅当作对父母的反应或一个发展阶段的问题。现在，我会越来越多地询问孩子的气质问题。“这个孩子平时是怎样的？她是哪一种人？她是否很难养育？她是如何影响整个家庭的？”我开始清楚地意识到，许多家长与孩子的问题原因不单在家长方面。家长的性格固然重要，可以影响他们的孩子，但是孩子和家长的作用是双向的，就像双行路，两边都有车辆来来去去。在多数情况下，孩子的作用更值得关注。

随着我做父亲的经验越来越多，以及对气质的越发了解，我开始以一

种更有意义的方式来协助那些有棘手儿童的家庭。到1984年，棘手儿童家庭计划开始成型。

棘手儿童计划始于贝斯以色列医院（Beth Israel Hospital）。我和卡罗尔·桑兹（Carole Sands）博士负责与家长和孩子开展工作，我的妻子露西尔则热情地引领了整个后勤支持团队。现在，贝斯以色列的项目已经结束。1985年我在曼哈顿的个人诊所成立了棘手儿童中心，另一位专业人士史蒂文·弗莱福德（Steven Friedfeld）加入我们，并做出了卓越的贡献。业务经理卢斯·约翰逊（Ruth Johnson）装饰了我们的棘手儿童中心，让前来寻诊的家庭宾至如归。

我渴望帮助更多的家长解决孩子难以养育的问题，这种渴望促使我于1985年开始写作《棘手孩子》一书。与我共同完成此书原稿的是莱斯利·唐纳，她是一名作家，同时也是一名母亲。1989年我修订了此书，现在准备再次修订，以囊括在孩子诊断和药物使用上的最新资讯，与大家分享我个人对这些资讯的看法。在将近15年的时间里，我在班塔姆出版社的编辑托妮·伯班克（Toni Burbank），对修订《棘手孩子》的所有版本都起了不可或缺的作用，对我的第二本书《普通孩子也有问题》的写作亦是如此。托妮不仅工做出色，更是我个人的一位亲密朋友。

1992年我再婚。让人意想不到的，我的妻子苏西带来的女儿弗朗西斯卡就是个棘手儿童！虽然我已有做医生做父亲的经验，苏西从弗朗西斯卡小时候起就对她照顾得无微不至，我还是接受了更多的工作培训，并且还有了羞愧的体验——看着自己如何陷入无能为力的沮丧境地。

《棘手孩子》出版之后，我并未停下向棘手儿童家长学习的脚步。我收到了成千上万封来信，继续在执业过程中与家长和儿童们交流。我发表了多次演讲，每次演讲完都会有与家长和专业人士的问答环节，我对此非常喜欢。所有这些反馈，都让我的想法更加完善，也让我学习到新的技能。

对我个人而言，身兼家长和专业人士两职，从开始写作《棘手孩子》，到现在修订此书都让我受益匪浅。我希望此书可以为临床知识添砖加瓦，也能有效帮助与问题儿童接触的专业人士。

然而，归根到底，我写这本书的是为了你们——家长们。我衷心地希望这本书可以帮助你，反过来你可以帮助你的棘手儿童全面实现他或者她的个人潜能。祝愿你很快可以积极、期盼、自信地畅想你的孩子的未来。

斯坦利·图雷克医学博士

1999年11月

目录

你的孩子是棘手儿童吗? / 001

引言 / 005

第一部分 有些孩子天生棘手

第1章 你认识这样的孩子吗? / 003

第2章 陷入困境的妈妈 / 026

第3章 涟漪效应 / 039

第4章 “但他是不是有多动症呢?” / 057

第5章 一个棘手孩子的一天 / 077

第二部分 针对你棘手孩子的计划

计划简介 / 095

第6章 评估你的情况: 学习阶段 / 099

第7章 重获成人权威: 有效管教 / 118

第8章 管理气质: 通过行动来了解 / 138

第9章 信息整合: 专家家长 / 166

第 10 章	应付棘手婴儿：出生第一年	/ 193
第 11 章	孩子之上：家庭和外部世界	/ 205
第 12 章	如需更多帮助：与专业人士合作	/ 224
结 语	孩子的未来在哪里？	/ 247
推荐阅读	/ 255	
附 录	/ 257	

第一部分

part one

有些孩子 天生棘手

贵州师范学院内部使用

你家可有这样的孩子？

焦躁不安、敏感易怒，饮食和睡眠毫无规律，而且似乎总是在大声尖叫；一不高兴，就会长时间大发脾气；总是消极，不快乐；穿衣、睡觉、出门散步，几乎任何新的体验都会导致问题……

父母特别是妈妈，是否觉得陷入疲倦、愤怒、愧疚、无助……甚至绝望之中？

第 1 章



你认识这样的孩子吗？

马修晚上难以入睡，睡着后也总是不安稳。让他在自己的房间睡觉总能引发一场拉锯战，结果总是以她妈妈筋疲力尽地睡在他床边的地板上告终。自婴儿时期开始，马修的睡眠质量就很差。即便开着夜灯，有大量的毛绒玩具在旁，夜里他还是会几次三番地跑到父母床上睡。如果夜很深了，妈妈会让他爬上床，爸爸对此则不以为然，但是他们也无法扭转孩子的习惯。马修还有挑食的毛病。妈妈不断给他提供健康、营养丰富的食物，但他总是以不喜欢的理由拒绝食用。马修有幽默、吸引人的一面，但他多数时候都表现得既严肃又古怪。他不喜欢独处。妈妈打电话的时候，他会打断她。他还不允许父母有私底下的交流。

在与马修没有那么剑拔弩张的时候，马修的妈妈又会对他心存愧疚。她知道自己应该更加严厉，但是只要她或者孩子爸爸试着让马修自个儿待在床上，试着让他在桌前坐着好好吃饭，这个 3 岁的小魔童就会大发脾气。他们夫妻为了马修不发脾气什么都愿意做，甚至愿意放弃他们在床上的私人空间。但是对这个家庭来说，这样的重担挑起来太沉重了。父母觉得孩子控制了他们，两个人教育孩子的理念又不一致，因此他们的婚姻变得岌岌可危。马修的哥哥约翰抱怨说，父母从来没有关注过他，弟弟总是对他颐指气使。

“我不敢相信这是我自己的孩子。”布莱恩的妈妈经常这样说。她本人一丝不苟、有条不紊。而她5岁的孩子从学爬时期开始就十分活跃；不管她如何努力，屋里再也没有整洁过。尽管布莱恩能够专注地看电视或玩拼图，但其他时候他却很容易分心。他哭喊起来声音特别大。他很容易“兴奋”，特别是在人多的室内或在灯火通明的商店、市场里。在操场的时候，他会兴奋过度，推搡或撞到其他孩子。布莱恩的妈妈对他的这些行为感到异常尴尬，却发现自己很难严厉起来，一来她对自己没有信心，二来布莱恩也不会听她的话。布莱恩需要的睡眠很少，晚上安顿他上床睡觉很是困难，父母因此没有多少单独相处的时间。

幼儿园的老师觉得布莱恩是个捣蛋鬼。因为他永远都在走动、注意力不集中，老师们还暗示他应该去做“注意力缺陷障碍（ADD）测试”。布莱恩的儿科医生在繁忙拥挤的办公室看了布莱恩后说，布莱恩“患有多动症（ADHD）”，无须测试，但是应该服用利他林。

布莱恩的父母，尤其是他的妈妈，对此既困惑又担心。她最近重回工作岗位。她心里想，布莱恩的问题是否与她重新工作有关系。每当学校或保姆打来电话，汇报“当天的事故”时，她的心就会揪成一团。布莱恩老说“我是个坏孩子”，开朗的性格变得愤怒、暴躁。

伊莎贝尔是个讨人喜欢的4岁孩子，一头金黄色的卷发，一双碧绿的眼睛，加上白里透红的肌肤。她有很多朋友，在校表现优异。她看起来就是个模范儿童，但是如果和她的妈妈交流一下，你能听到一个全然不一样的故事。“我不知道她是怎么回事，”伊莎贝尔的妈妈说，“她非常讨人喜欢，然而当她决定不穿某件衣服、不吃某样食物、不做某件事情的时候，我无法让她改变主意。这种时候她是世界上最固执最任性的孩子，如果我坚持，她会像“破唱片”那样反反复复、喋喋不休。她想要什么时会特别强硬。我们不断地陷入类似的权力斗争。我试图让自己表

现得和蔼可亲、明白事理，但是她不尊重我。她直呼我的名字，然后我就失去了理智。”伊莎贝尔会因为什么抓狂呢？“她只穿浅紫色和粉色的衣服，”妈妈叹着气说道，“她不穿高领毛衣、工装裤和袜子。”为什么伊莎贝尔会抵触这些东西呢？她妈妈会告诉你，那是因为她穿着“觉得不舒服”。结果，尽管柜子里的衣服很多，伊莎贝尔只挑选里面的一小部分来穿，她不穿袜子，只穿袜裤、宽大T恤和没有弹性的束腰裤。她想穿的衣服搭配起来很怪异，比如波点的粉色短裤配紫色T恤。而她的妈妈，一个穿着考究的时髦女性，面对花了成百上千美金买来而女儿根本不穿的衣服显得无能为力。

伊莎贝尔的妈妈是个大企业的管理人员，管理着手下五十号人。她问自己，为什么她无法让4岁大的女儿听话呢？伊莎贝尔还拒绝食用许多食物，只吃她喜欢吃的那些。父母无法带她出去用餐，除非去用餐的那家餐厅提供炸鸡、花生酱和果冻。让她穿得更为“正常”去上学、吃营养早餐会导致漫长的协商和辩论，然后发展成激烈的争吵。这些似乎都还不够，伊莎贝尔总跟妈妈埋怨物品的样子、衣服的质感和食物的气味有多糟糕。伊莎贝尔的妈妈因此不得不花费更多的时间帮她找穿的、吃的，以及让她安心玩的东西。通常，为了按时出门送孩子到学校，然后自己也能准时上班，伊莎贝尔的妈妈总是到最后才给她穿衣服。现在孩子拒绝一个人去浴室。妈妈必须伴随左右，帮她擦背。可爱的伊莎贝尔让妈妈抓狂。她对妈妈的态度也越发强硬和固执。

在蕾切尔的家里，蕾切尔的爸爸私底下将他的女儿称为“女王”，因为“她总是随心所欲”。他无法理解孩子的妈妈为何总是对孩子妥协。他深信，“女儿这样做只是为了得到关注。”事实上，蕾切尔是个害羞、有些死板、相当顽固的孩子，并且知道如何发号施令。她会大哭大闹，还会紧紧地抓住妈妈。蕾切尔的爸爸认为孩子妈妈在鼓励孩子这种行为。