

“名医名诊百病百问”系列丛书

儿童心理卫生常识 100 问

主 编

金玉玲

编 者

高振敏 夏 容

曾 英 刘云玉

西安 北京 广州 上海

(陕)新登字 014 号

儿童心理卫生常识 100 问

金玉玲 主编

李 丹 责任编辑

出版发行

(西安市西木头市 34 号 邮编 710002)

西北大学印刷厂印刷

各地新华书店经销

开本：787×960 1/32 印张：8.25 字数：120 千字

1998 年 8 月第 1 版 1998 年 8 月第 1 次印刷

印数：00001—10000 册

ISBN 7 - 5062 - 3649 - 4/R·218

Wx3649 定价：10.00 元



1. 健康的含义是什么？心理健康包括哪些内容？

今天的儿童，是21世纪我国经济和社会发展的主力军，党中央号召全社会都来重视和关心儿童的健康成长。做父母的更希望自己的孩子健康、聪明、活泼，将来成为国家有用的人才。但是，什么是健康？健康的真正含义是什么？很多家长并不是完全明白。过去，人们往往单纯从生物医学的观点来考虑，认为体格健壮或者没有生理疾病，就是健康。随着现代社会的发展以及医学模式的转变，人们对健康有了全面的新的认识。联合国世界卫生组织（WHO）曾对健康下了这样的定义：“健康不仅仅是没有疾病，而且是身体上、心理上和社会上的完好状态，进一步达到完全康宁。”这一新概念表明健康不仅指生理健康，没有疾病，而且还要心理健康，有较好的社会适应能力。在通常的情况下，心理健康比生理健康更为重要，如果一个生理残废的人，有了健康的心理，他就能以乐观的情绪，坚强的毅力，去克服种种困难，正确面对人生，有的还成为生活的强者。但如果一个人心理不健康，有人

2 名医名诊百病百问

格和行为障碍，轻者使生理健康受到影响，严重者还会自己毁灭自己的躯体，酿成悲剧。

那么，究竟怎样才算是心理健康呢？心理健康，一般是指人的智力正常，情绪良好，个性健全，能适应环境，人际关系协调，心理行为符合年龄特征标准的心理状态。具体来说，主要包括以下几方面的内容：

①对自己有一个正确的认识和客观的评价。心理健康的人，对自己的长处、短处，自己的个性特点，都有一个现实的、正确的认识。知道自己能干什么，适合干什么；对于办不到的事，也不会苛求自己。

②有自信自立精神，有自我发展的心理动力。心理健康的人，一般都有明确的生活目标，相信自己的能力，有实现自我价值的冲动，内心有自我发展的驱动力。因此，在困难和逆境面前能调整和控制自己的情绪，冷静对待和处理各种复杂的问题，并不断前进。

③能与他人友好相处，善于协调人际关系。心理健康的人，对人对事都能采取和睦相处、友好对待、克己让人的态度；对人际交往中出现的问题和矛盾，能采取友好宽容的、公平的、有理有节的方式处理，容易与他人合作和相处。

④主动适应环境，顺应社会需要。心理健康的人，能够自觉地调整个人和环境的关系，不是环境顺应自己，而是使自己适应环境。在任何复杂的环境中，一方面保持自己人格、个性上的特点；另一方面，又有扬长避短、适应环境需要的应变能力，无论是在艰苦的逆境中，还是在顺利环境中，都能很好地发展自己。

判断一个人是否心理健康，很难用一个统一标准来衡量，所以一般学者认为，应以整个行为的适应情况为基准，而不要过分看重个别症状的有无。了解了心理健康的基本内涵，就可以帮助判断自己的心理健康状况，并采取相应的心理卫生保健措施，从而达到身心全面健康。



2. 儿童心理发展有哪些特征？

儿童时期是一个人心理的发生和形成的时期，它具有自己的特征。

(1) 年龄阶段的特征 根据儿童心理发展的过程，从出生到基本成熟，一般划分为婴儿期，幼儿期，学龄前期，学龄初期，少年期（即学龄中期），青年初期（即学龄晚期）。不同的年龄阶段都有各自具体的心理发展特征。如婴儿期（出

4 名医名诊百病百问

生到 1 岁), 感觉发展比较迅速, 知觉开始出现, 思维尚未产生等等; 幼儿期(1~3岁), 有了简单的思维, 它的思维特点是在动作中进行, 具有直觉行动性, 并开始有最初自我意识和一些“好”、“坏”等道德判断和道德行为的萌芽等等; 学龄前期(3~6、7岁), 出现了具体形象性思维, 思维是依赖事物的形象或表象以及他们之彼此的联系而进行, 并且出现最初的思维抽象概括, 但概括不精确, 呈现表面化。想象能力向有意发展, 但富有幻想夸大性, 想象与现实分不清, 个性初步形成等等; 学龄期(6、7~11、12岁), 学习成为儿童的主导活动, 心理上有意性、自觉性、抽象思维能力和比较现实的个性倾向不断形成和发展; 少年期(11、12~14、15岁), 已成为半幼稚、半成熟的“大人”, 人生观、价值观处在萌芽发展状态。思维的抽象逻辑越来越占主要地位; 青年初期(14、15~17、18岁), 人生由不成熟到成熟发展的重要过渡时期, 开始形成辩证思维, 独立思考能力高度发展, 但自我意识还不十分成熟。由于儿童心理发展的差异性, 各个年龄阶段的儿童心理发展有着不同的水平。

(2) 发展具有连续性 儿童的心理发展虽然有它年龄的阶段特点, 但它的发展又是连续的,

是在积累了一定的量变之后引起质的变化，质变是在量变的基础上产生的。例如，儿童学说话，最初是从听懂成人说出的词开始的，逐步过渡到对词的内容发生反应，再模仿成人词的声音，到1~1.5岁，儿童理解言语的能力迅速发展，在此基础上，开始主动说出一些词。2岁以后，言语的表达能力得到进一步发展，逐渐能用较完整的句子表达自己的思想。所以儿童的言语发展是经过连续的、日积月累的过程。同时，发展过程中的质变，特别是大的质变，也就意味着心理发展到了一个新的阶段，从而形成心理发展的阶段性。而阶段与阶段之间又不是截然分开的，每一个阶段都是前一阶段发展的继续，同时又是下一阶段发展的准备；前一阶段中又包含有后一阶段的某些特征的萌芽，而后一阶段又带有前一阶段某些特征的痕迹。如具体形象思维是学龄前儿童思维的特点，但在学龄前初期儿童还保留着幼儿期直觉行动思维的特点，在学龄晚期开始有抽象逻辑思维的萌芽。所以儿童的心理发展是阶段性和连续性的辩证统一。

（3）发展的不平衡性 同一个体的心理的各个组成成分的发展速度是不完全相同的，它们都有自己的发展规律。如感知觉出现最早，发展也

最快，在婴幼儿期已接近甚至达到成人水平，而抽象思维则要到 5、6 岁才开始萌芽，青年期才得到充分发展。此外，发展的不平衡性还表现在个体的整个心理活动的非等速上，一般来说，年龄越小，发展的速度越快。研究资料表明，在人的一生的发展中有两个加速期。6 岁以前，整个身心发展非常迅速，称第一加速期。6 岁到青年初期以前，发展速度比较均衡。青年初期发展又迅速起来，进入所谓的第二加速期。成人期，心理发展又处在相对稳定阶段。



3. 儿童心理发展的基本规律是什么？

培养儿童健康的心理，首先要了解和掌握儿童心理发展的基本规律，按照其发展规律，结合儿童在不同年龄阶段的心理特征来对儿童进行心理卫生保健。儿童心理发展的基本规律还在进一步探索，目前的体验是：

(1) 由简单到复杂 人的各种心理过程的出现和形成的次序一般都是由简单向复杂方面发展。如新生儿出生头几天，只有吸吮、睡眠以及对光反应等这样一些无条件反射或本能。随后，

由于外界的刺激和大脑皮质开始发挥作用，婴儿通过视觉、听觉和触觉产生了知觉。感知觉属于简单的认识过程。在感知觉之后出现记忆，在记忆的基础上发生想象和思维等比较复杂的认识过程。情绪也是这样，婴儿最初只是以安静和哭啼来表达自己的生理状态和需要。以后才逐渐分化出愉快和喜爱、惊奇、厌恶以及妒忌等各种各样的情绪。

(2) 由具体到抽象 儿童的心理活动最初是非常具体的，以后才越来越抽象和概括化。如儿童的思维发展过程。2、3岁的儿童的思维非常具体，比如他认识到“儿子”的意思就是“小孩”，当听到老年人叫某个大人是“儿子”时，就感到疑惑。4~6岁儿童除了具体形象思维外，开始有了抽象逻辑思维的萌芽，并开始掌握一些比较抽象的概念（如左、右的概念），能对熟悉的物件进行简单的分类（如知道猴子、老虎都是动物，苹果、香蕉都是水果）。此时儿童的想象力逐渐发展，出现爱幻想、好奇、好发问等特点。

(3) 由被动到主动 儿童心理活动最初是被动的、接受性的本能的反映，以后发展为主动性，按照自己的意愿行动。这就是由无意向有意发展。比如同学在上课时，忽然从窗外传来有人

说话的声音，同学们可能会不由自主地倾听，这是无意注意，但由于认识到学习的重要性，因而控制自己，仍集中注意力听讲，这就是有意注意了。

心理活动由被动到主动的发展，还表现在受生理制约发展到自己对心理的主动调节。婴幼儿的心理活动基本上受生理制约，如婴儿饿了就哭，疲倦了想睡就表现烦躁，情感外露，表现自制力很差，这和他（她）们的生理未发育成熟有直接关系。随着生理的成熟，生理对心理活动的限制作用逐渐减少，心理活动的主动性也逐渐加强。比如，幼儿园的孩子遇到不愉快的事，在幼儿园不表现出来，回到家里见到父母才倾诉，这说明孩子已能控制自己的情绪。

（4）由散乱到有序 儿童的心理活动最初是零散杂乱的，2岁前的儿童还没有完全掌握语言，思维能力也尚未形成，因此，他们的心理活动还不能连贯。例如幼儿一会儿哭，一会儿笑，一会儿说东，一会儿又说西，这说明他们的心理活动还不能条理化，随着儿童生理、心理不断地发育成熟，逐渐向连贯、系统、整体发展，有了稳定的倾向，形成每个人特有的个性。

所以，从儿童心理发展的规律看，儿童的心

理活动起初是简单的、具体的、无意的和零散的，以后不断地向着复杂的、抽象的、有意的和有序的心理活动发展。上述发展的基本规律贯穿在儿童心理发展的各个年龄阶段。而它们并不是简单地平行的，它们之间有着密切联系的、交叉的发展。与此同时，逐渐形成一个人的特定个性体系。



4. 影响儿童心理健康的主要因素是什么？

在儿童心理的发展过程中，制约和影响儿童心理健康的因素是多方面、综合的。其主要因素是内在因素和外在因素。

内在因素是指先天因素。先天因素主要是遗传因素。凡是生物都有遗传现象。人类是通过遗传将祖先在长期生活实践中形成的和固定下来的生物特征传递给后代，就是我们通常说的“天生的东西”。比如机体的构造、形态，人的各个部位的器官和感官、神经系统，都是生来具有的，是很难改变的。有人做过试验，把老鼠尾巴割掉，生下小老鼠还是有尾巴；再割下小老鼠的尾巴，生下的小老鼠还有尾巴。这就是遗传。内在

的因素除遗传因素外，还有母亲孕期对儿童生理、心理发育的影响。如果母亲孕期患有某些疾病，或抽烟、喝酒、营养不足、服用不当的药物，或者情绪不好，都会对胎儿发育和儿童出生后的心理健康造成不良影响。

外在因素是指后天因素。后天因素主要是指环境和教育因素，以及儿童自身的锻炼实践因素等等。这些因素中教育培养训练因素在儿童心理发展上起着主导作用。有人同样用老鼠做试验。一组老鼠放在色彩丰富、活动多样的环境条件中饲养，另一组老鼠放在色彩单调贫乏、条件简陋的环境中饲养，结果，在智力表现上，在脑细胞形态结构的发育上，后者比前者都差。

先天的遗传因素，是儿童心理发展的生物前提。每一个具有健全遗传因素的儿童，都有可能发展成为一个具有正常心理水平的人；相反，如果先天生理有缺陷，像大脑畸形儿，生来不具有正常的脑髓，不可能产生正常的思维，也就不可能达到心理健康。因此，先天的遗传因素为儿童心理发展提供了生物自然的基础。当然，后天的环境和教育因素也是十分重要的。因为先天的遗传因素只为儿童心理健康发展提供了可能性，但是要把这种可能变为现实，还要靠后天的良好环

境和培养教育。从这个意义上讲，要保证儿童的心理健
康，环境和教育是起决定或者起主导作用的。俄国生物学家巴甫洛夫的条件反射的理论认为：人的感官和神经系统，第一个信号是对客观世界影响的直接反映，第二个信号是接受客观世界的影响后，人的高级神经系统进行思维活动，如果没有外部世界对人的感官和神经系统的影响，就不可能产生心理活动。因此，他强调人的行为和心理健康，不仅受感官和神经系统生来具有的特性所制约，而且更重要的是人的个体受生存社会的制约，也就是说儿童心理的发展受着环境和教育决定性的影响。

环境因素包括自然环境和社会环境，其中社会环境和教育对儿童心理发展具有决定性的影响，具体的社会生活条件和教育条件是形成儿童个别差异的重要因素。儿童出生后就生活在一定的社会环境中，社会的人际交往和政治、经济、文化而会通过各种渠道对儿童施加影响。对婴幼儿来说，家庭环境又是最重要的因素，而家庭环境中对儿童心理发展起最大作用的是家庭教育，包括家长的教育观点、教育内容、教育态度和方法。如同是丰富的物质条件，可以使儿童形成良好的个性品质，也可能形成过分追求生活享受或

不求进取的不良个性品质；同是独生子女，可以培养成渴望交往并善于交往的性格，也可以养成孤僻、不合群的不良性格。这主要决定于家长如何运用家庭中的各种条件进行教育。儿童辨别能力差，模仿性强，教师和家长应重视环境对儿童心理发展起决定作用这个道理，努力创造有利于儿童心理发展的环境，改变那些不利于儿童心理发展的因素，以促进儿童身心健康地发展。

但儿童的心理发展，又不是被动地接受环境和教育的影响，而是在儿童的实践活动中，即通过日常生活、游戏、学习、劳动和人际交往，认识周围的人和事，吸收各种生活知识，以适应自我生长、自我成熟、自我完善的需要，并通过自己的主观努力，主动得到发展的过程。所以，实践活动是儿童心理发展的基础。

上述各种内在因素和外在因素，在儿童心理发展中有着各自的作用和地位，彼此之间又互相影响，互相制约。儿童的心理发展是上述因素综合起作用的结果。家长和教师不要片面地夸大或忽视其中任何一个因素的作用，否则，对儿童的心理发展都是极其有害的。



5. 什么叫心理卫生？儿童心理卫生的主要任务是什么？

为了健康，就要讲卫生。大家都知道，为了身体健康，要讲个人卫生和环境卫生，饮食卫生，接种疫苗等。同样，要保证心理健康，适应环境良好，也要讲心理卫生，心理卫生又称精神卫生或精神保健，《简明不列颠百科全书》对心理卫生下的定义是：心理卫生是包括一切旨在改进及保持心理健康预防的措施。保证人们维持正常的智能活动，预防和减少因工作、生活紧张而带来的精神压力，提高人们对紧张心理的承受能力。以便能很好地适应驾驭高度紧张复杂的社会环境。

儿童的心理卫生，是为了保证儿童心理健康而采取的卫生措施，就是根据儿童的不同年龄阶段，按其心理发展规律与心理特征，在其先天禀赋的基础上，在良好的家庭及社会环境影响下，通过有益的教育和训练以及一系列的医疗预防措施，培养儿童健康的心理，健全的人格和顽强的适应能力。具体的包括以下几方面的任务：

①要提高人们，特别是父母对儿童心理卫生

的重视。使每一个作父母的都要做到优生、优育、优教，预防先天性遗传疾病的发生。一个人生命的真正起点，是父母生殖细胞结合而形成受精卵的时刻开始的。从母亲怀孕到婴儿出生，到培育儿童身心成长的全过程都要注意心理卫生。如孕期母亲种种的紧张因素，不平静和不愉快的情绪，会给胎儿的发育带来不良影响。中国传统的医学中，就强调孕育孩子要“一曰寡欲，二曰节劳，三曰息怒，四曰戒酒，五曰慎味（‘慎味’是指要注意饮食）。”怀孕3~4个月，对胎儿发育影响最大。如果孕妇患风疹等病毒感染，很可能会生下畸形儿，其发生率高于50%。孕妇在怀孕期间经常喝酒，也会造成胎儿畸形和影响婴儿智力发育。母亲在怀孕期间的不良情绪，会使血液中有害于神经系统和其他组织的化学成份——肾上腺皮质激素分泌增加。该物质随血液循环，通过胎盘进入胎儿体内，造成胎儿与母亲一样的情绪反映。过量的肾上腺皮质激素会减少孕子宫的血流量及胎盘的血流量，使胎儿供氧不足，引起胎儿发育障碍。母亲和亲人长期处在神力劳倦，情绪不愉快，烦躁不安、愁闷恐惧，悲忧虑思状态，都会影响儿童的心理健康，造成儿童在性格、情绪、行为、注意力等方面的异常，

出现孩子性格怪癖、反复无常、恐惧、反应迟钝、语言不清、思维紊乱等心理卫生问题。这些问题虽然没有构成精神疾病，但都会影响儿童的心理健康发展。

②要向家庭、学校和社会进行儿童心理卫生的宣传教育以及心理卫生知识和保健措施。儿童的心理正处于生长和发展的时期，最容易吸收外来的知识和信息。所以儿童期是接受教育的最佳期，家长要不失时机地对各年龄阶段的儿童进行培养和训练，进行德育、智育、美育等方面的教育，预防和矫正心理卫生问题，使儿童的感知觉、记忆、思维、情感、意志、性格等方面都能得到健康发展。

儿童踏进学校的第一天，就进入一个完全崭新的环境。学习成为儿童的主要活动，心理上有意性、自觉性，抽象思维能力和比较稳定的个性倾向不断形成和发展。学校教师要注意孩子的敏感、好奇、接受新事物快、活泼好动等特点，培养他们的独立自主性、坚持性和自我控制能力，积极开发儿童聪明才智，防止和克服注意力不集中、情绪不稳定、易冲动、任性等方面的弱点，使孩子在学习中身心都能得到正常的发展。

③要为儿童创造一个正常心理发展的环境。

心理的产生是脑对客观现实的反映，客观现实是心理的源泉，而脑是心理的器官。客观现实包括自然环境和社会环境。儿童生活在一定的社会环境之中，社会中的人际交往以及政治、经济、文化等方面，都会通过各种渠道、媒介对儿童身心的发展产生影响。特别是儿童经常接触的生活环境，如家庭、亲友、邻居伙伴和风俗习惯等，对儿童的心理发展起着重要的潜移默化的作用。“近朱者赤，近墨者黑”，环境影响人的习性。一位国外的心理学家斯托特（Stotth，1973年）对环境因素给儿童心理带来影响调查，其中因父母双亡给儿童造成心理障碍的占0.5%，夫妻吵架造成心理障碍的占6%，亲戚纠纷造成心理障碍的占4%，邻里关系不和造成心理障碍的占2%。而环境污染造成胎儿畸形和智力低下、发育迟缓、生理功能缺陷的儿童，在我国有增加的趋势。因此，社会各个方面要密切合作，为儿童心理发展，努力创造一个良好的环境。

④加强和普及儿童心理卫生咨询门诊，早期发现和矫治儿童心理卫生问题。如果儿童心理发展偏离了该年龄阶段正常心理发育特征，发生了情绪和行为障碍及其它的心理卫生问题，就要及时到儿童心理卫生咨询门诊检查，在医生的指导

下，采取措施，及时矫治。当然，做好儿童心理卫生工作，决不仅是卫生和医疗部门的事，它需要社会各方面的关心、支持和配合。



6. 什么是优生？怎样才能实现优生？

儿童心理的发展，是一个从低级到高级，从简单到复杂，从量变到质变的复杂过程。整个发展过程表现为阶段性。儿童心理发展的阶段性是与一定的年龄相符合，表现为儿童心理发展的年龄特征，也就是各年龄阶段所特有的、典型的、本质的心理特点，采取相应的心理卫生措施，是培育儿童健康心理的有效措施。在自然界中，只有优良的种子才有可能结出优良的果实。同样，只有继承了父母双方优良的遗传基因，才有可能有一个健康的孩子。做父母的都希望自己的孩子既健康又聪明，并且能够优于自己，“青出于蓝而胜于蓝”。那么，怎样才能使自己未来的孩子继承父母双方的优良基因呢？这就要积极提倡优生。

优生是指运用遗传学的知识和原理，进行咨询和采取选优去劣的措施，也就是通过现代技

术，促进体力和智力优秀的个体繁衍，增加健康聪明的后代，预防遗传缺陷和先天性疾病，减少不良个体的产生，防止在子孙后代中发生遗传性疾病，同时避免环境中的有害因素侵犯健康的胚胎。从而改善人类遗传素质，提高人口质量。据有关资料记载，人类的遗传病约有 3000 多种，我国患遗传病的人数高达几千万，这不仅给父母、家庭带来了烦恼，而且给国家社会造成了沉重的负担。因此，提倡优生是关系到国家兴亡、民族盛衰的一件大事。

个体的生物遗传素质，决定着躯体与心理所能发展到的最高水平，决定着个体的气质和神经类型。遗传素质的好坏，直接影响着心理健康的水平。如一个痴呆儿，就不可能有正常的思维，也就不可能达到心理健康。这种疾病与遗传关系密切。实现优生，必须要从受孕、胚胎开始进行一系列的心理卫生工作。具体有以下几方面：

(1) 开展婚前检查和遗传咨询 有效地避免大部分遗传病的延续。

(2) 做好孕前的卫生保健 培植健康良好的精子和卵子。

(3) 选择最佳妊娠年龄 预防先天愚形及其他畸形儿的发生。

(4) 做好孕产期保健 为孕产妇提供卫生、营养、心理等方面的咨询和指导，使胎儿在母体内安全、健康地发育。

(5) 做好产前定期检查及产前诊断 尽早发现异常胎儿，减少有遗传性疾病和有缺陷的胎儿出生。

(6) 施行有效的胎教手段 积极给予胎儿有益的刺激，促进胎儿良好的发育。

(7) 制定优生法律 如禁止近亲结婚，禁止未经治愈的麻风病人和其他医学上认为不应结婚的疾病患者结婚等。目前，我国已制定了《婚姻法》、《母婴保健法》，使优生有了法定的标准，以便遵循。



7. 婴儿期儿童有哪些心理特点？

在整个儿童时期，婴儿期是儿童身心发展最快的时期。婴儿的神经系统，特别是脑的结构和功能迅速发展。新生儿脑重量可达 390 克，9 个月为 660 克，1 岁时脑重量可达 900 克，是成人脑重量的 50% ~ 60%，神经突轴的数量和长度不断增加，神经髓鞘开始形成，皮质抑制机能开始发展，但兴奋过程仍占优势。定向反射的强化

作用增强。婴儿这些神经系统结构和机能的迅速发展，对儿童的心理发展有着重大的意义。

(1) 动作发展 婴儿期是动作发展最迅速的时期。儿童从全身性的笼统的散漫的整体动作逐渐分化为局部的精确的专门的动作；从上部动作到下部动作，从大肌肉动作到小肌肉动作，都按一定的顺序发展，任何一个儿童的动作发展总是沿着抬头→翻身→坐→爬→站→行走的方向成熟。儿童动作的发展，不但使儿童活动范围扩大，而且更有利于各种感官的发展，从而大大地扩大了儿童的认知范围。

(2) 言语的发展 在母子（或父亲及家庭其他亲人），婴儿开始学习人类特有的交往工具——言语。婴儿言语的发展主要表现在语音辨别和模仿发音两方面。婴儿从出生七、八个月起，开始能对个别语音形成条件反射，如听到喊他的名字会转头，妈妈说“再见”，他会摆摆手等。从9、10月开始模仿成人发出的简单音节，会喊“妈妈”、“爸爸”。婴儿期是言语发展的准备期。

(3) 认知情感的发展 在婴儿心理活动中，出现最早，发展最快，最先达到较完善水平的是各种感觉。知觉开始出现。正常足月新生儿，所有的感觉系统都能行使他们的功能。他们的皮肤

感觉很发达，被褥凉、尿布湿、牛奶烫都会使他们不舒服；他们能看，能听，3~4个月时就显示出对鲜艳的颜色、和谐的声音的偏爱，人的脸和声音更容易引起他们的注意。如果成人及时提供丰富的感觉刺激，婴儿的感知觉能力就会更迅速地发展起来。同时，由于定向探究反射的形成，（据研究资料表明，定向探究反射在生后第三个月就已出现。例如，一个三个月的婴儿，由于偶然挥动双臂摇响了系在其右臂上的拨浪鼓，自第3次后，婴儿便开始有规律地摆动右臂在“探究”动作与响声的关系）。儿童从第三个月开始能较集中地注意新鲜事物，5~6个月已出现了较稳定的注意，同时表现出初步的记忆能力，可以认识母亲及熟悉的人，对陌生人表现躲避、羞怯和哭闹。已出现了情绪的分化。由单纯的满足生理需要的两种基本情绪反应——愉快和不愉快，分化出现有社会交往需要的成分，而开始有需求、喜悦、惊恐、愤怒、厌恶等属于心理过程中情感活动范畴的情绪反应。

总之，婴儿期是心理初步发展的时期，也是心理发展潜力巨大的时期。这种潜力在与成人交往中逐渐被引发出来。因此，作父母的应积极做好婴儿期的心理卫生保健，为儿童以后的心理发

展打下良好的基础。



8. 如何根据婴儿的心理特点促进其智力的发展？

智力是感知觉、注意、思维、记忆、想象等认知过程的总和。在婴儿期，由于思维、想象、言语等心理现象还没有出现，这就决定了婴儿的认知结构只能以感知系统为主，依靠视觉、听觉、味觉、嗅觉和触觉所感知到的信息对客观刺激做出反应，来了解周围环境，对事物探个究竟。如果在一个环境中能运用五官去多看、多听、多尝（婴儿在某个时期会把任何东西往嘴里塞），多摸，那么这个环境就有刺激性，丰富的感官刺激，是婴儿智力发展的精神营养。

在各种感官刺激中，视觉和听觉尤为重要，因为人们获得外界的信息，百分之九十以上是通过视觉和听觉得到的。因此，在婴儿早期要加强听觉和视觉的刺激。

（1）提供视觉刺激 父母可以在婴儿摇篮的四周贴些色彩鲜艳的图片，并经常更换，来促进婴儿的用眼兴趣。当他的手能自如地抓握时，就

会拉扯这些图片，好像他能把图片上的人、景、物等拉出来似的；也可以将小床的围栏油漆得鲜艳些，或置一些纯白光亮的栏杆，用剪成小块的彩色广告纸装饰一下，把小床围起来。美国的怀特博士指出，婴儿对人类脸部的注意最多，所以也可以把纸片剪成图形，画上人脸的大概特点，婴儿就可以长时间地注视这些图案；还可以给一些色彩鲜艳的玩具等来刺激他的视觉。

(2) 提供听觉刺激 婴儿的听觉很好，父母或其他亲人最好经常与他聊聊，或者哼一些轻柔、宁静的催眠曲。声音、音调、节奏的变换是转移一个烦躁不安的婴儿的注意力或抚慰他的最好办法。同时，也可以将一些适合婴儿听的一些流行歌曲放给婴儿听；父母还可以自编育儿曲。

视、听觉的训练，对婴儿视、听能力的发展，认知能力的提高，对良好情绪的陶冶均大有裨益。

五官是婴儿获得知识的源泉，作父母的要充分利并发展婴儿的各种感知能力，给与丰富的感官刺激，你的孩子就一定会更聪明。

 9. 如何辨别婴儿各种啼哭的“信号”？

善于辨别婴儿啼哭的“信号”，及时满足他们的需要，这是保持婴儿良好的情绪状态的重要条件。有不少年轻父母在婴儿啼哭时感到束手无策，不知他是饿、渴、尿布湿了，还是有病或其它原因，因而不能及时排除婴儿的痛苦。父母必须细心，尽快地了解婴儿生理活动的规律，学会分辨他们用不同的哭声表达不同要求，及时满足他们。而保持婴儿良好情绪状态是婴儿心理得到健康发展和接受教育的基础。

经过观察和研究发现，婴儿啼哭有以下几种：

(1) 饥饿或干渴的啼哭 这种啼哭常发生在婴儿出生第一个月时，啼哭时伴随着闭眼、号叫、双脚紧蹬、吮手等。等到6个月，这一类啼哭减少，只要做到科学喂养，就可以避免。

(2) 发怒，生气的啼哭 这种啼哭强烈而刺耳，无眼泪，大声号叫，乱蹬乱咬，有时可能有屏气和抽搐现象（小儿屏气发作），当婴儿肉体上受到束缚或平时比较娇惯，要求没有立即得到

满足时，会发生这种啼哭。在排除这些原因的同时还必须给与安慰。

(3) 疼痛的啼哭 这种啼哭突然高声大哭，不停地号叫，极度不安，有痛苦表情，如肠套叠或其它疾病引起，应上医院治疗。

(4) 恐惧或惊吓的啼哭 突然发作，强烈而刺耳，伴有间隔时间的号叫，婴儿惶恐不安。一般发生在听到“可怕”的声音或看到“可怕”的东西或在黑暗中醒来时。这时家长要温柔地给婴儿解释，安慰，即使他们还没有达到理解大人说话的年龄。

(5) 感到不舒服的啼哭 这种啼哭悲悲切切，持续不断，有时伴有号叫或双脚蹬动。这种多是由于尿布湿了，过热或过冷，或长牙，或衣服过紧等引起。这时应作相应的处理，如在长牙时，要给些烤面包、饼干等给婴儿啃咬。

(6) 招引别人的啼哭 婴儿从出生第三周开始出现，先是长时间的吭吭吱吱，低沉单调，断断续续，如果没有人去理睬他，就会大哭。

对于判断婴儿啼哭的原因，除了根据以上几种不同的哭声，还要根据啼哭发生的时间和状况，如喂奶两个小时以后，婴儿啼哭，可能是婴儿肚子饿了。同样，嘴唇一边在寻找乳头，一边

啼哭时，也是婴儿肚子饿了的表现。因此，在判断婴儿啼哭的原因时，也要综合分析。

10. 亲子关系在婴儿心理发展中有什么意义？

在婴儿期，对其心理发展起重要作用的活动是与成人的交往。而这种交往主要是在婴儿与母亲或父亲及其他直接照料他的人之间进行，即亲子关系。1945年，有人调查过一所南美洲的孤儿院，那里的许多孩子是在出生3个月时就离开母亲的。尽管孤儿院的营养及卫生保健条件很好，但儿童却显得冷漠、孤僻、智力水平低。研究者认为，这是由于儿童缺少与父母亲交往的机会而造成的。可见，亲子关系在婴儿心理发展中起着重大作用。

建立良好的亲子关系，首先要提倡母乳喂养。母乳喂养，不仅供给婴儿生长发育所需要各种营养物质，而且也是母亲传递母爱，提供精神食粮，是婴儿心理发展需要的直接满足者。母亲将婴儿抱在怀里喂奶，肌肤的紧密接触，爱抚的动作和亲切的语声，会使婴儿感受到母爱的温暖，这时婴儿常望着妈妈的脸微笑，显得愉快和

满足。并确认自己是被爱的。因而，对母亲产生信任感和建立起依恋关系，在这个基础上，他们进而发展起对周围世界的安全感。从此，他们才有敢于探索外界环境的勇气。我们有时可看到一、二岁的孩子跟着妈妈来到一个陌生环境，他们尝试着离开妈妈向远处走去，但时时回过头看清楚妈妈还在那里，他们才敢于继续向前探索。

此外，成人要常常和婴儿说话，成人的笑脸和温柔的声音会使婴儿愉快、促进视觉、听觉的发展。同时，当婴儿表现出愉快、欢乐的情绪时，成人应以积极的反应，如拥抱、亲吻等，这样会提高婴儿与成人交往和说话的积极性。还要注意经常抱孩子，有些父母认为抱孩子会“惯坏”孩子，美国一位婴儿心理学家认为，在婴儿被母亲抱起拥在胸前时，母婴之间，会建立一种“胸对胸”的接触。这是人类所有接触中，最具有安抚功能的一种。经常抱婴儿四处走动，还会扩大他们的视野，使其接受更多的外界刺激，有利于空间知觉的发展。当婴儿能坐、能爬时就可以少抱，有些婴儿抱惯了，不抱就哭，可以通过和他们一起玩，引导他们对玩具和其它物体发生兴趣来转移。婴儿对母亲产生依恋是正常的，也是必要的，但过度依恋一个人则会妨碍他与其他

人交往。所以在婴儿期母亲一方面要与婴儿建立良好的亲子关系，一方面要让他们接触更多的人，同时，要注意培养他们对物质世界的兴趣，其方法就是让他们和其他儿童进行实物活动（即在成人指导下摆弄、操作物体，如玩具，工具等）。培养良好的亲子关系，是促使婴儿心理发展的首要条件。



11. 为什么要重视婴儿的动作发展？

动作不是心理，但是动作和心理发展有密切的关系。心理发展离不开人的活动，人的活动又是在神经系统特别是大脑的支配下，通过动作来完成的。所以动作的发展在一定程度上反映大脑皮层神经活动的发展。因此，人们常把动作作为测定幼小儿童心理发展的水平，特别是智力发展水平的一项指标。如智力落后儿童首先就表现在动作发育落后。

儿童在1岁以前学会的动作是为独立行走做准备，但同时这些动作在儿童心理发展中起着积极的促进作用。如儿童坐和站起来，视野就会变得开阔了；通过手的抓握动作，可以认识事物的属性，并在抓握动作过程中，逐步形成眼和手协

调动作，即视觉和动觉联合协调运动，这就发展了婴儿的知觉和具体思维能力。婴儿通过积极的活动（各种动作）形成和发展着自己的心理。同时，已经形成的心理又反过来调节以后的活动。

因此，为了使孩子的动作能更好的发展，父母应该尽可能地提供条件，使孩子得到锻炼。依顺序发展各种动作：翻身→坐→爬→站立→走及手的动作。值得提出的是，有不少父母不重视孩子“爬”的动作，有些孩子不经爬就学会走，这不利于婴儿心理发展。爬是婴儿最先掌握的自由移动身体的动作，研究表明，爬对婴儿的交往能力，警觉性情绪，空间知觉等方面的发展均有益处。不让孩子学爬，就延误了他的心理发展。此外，还要注意提供机会发展婴儿手的动作，婴儿认识周围事物的能力在很大程度上是和双手动作的发展相联系的。研究证明，训练婴儿手指的动作，可以加速大脑的发育。如从7、8个月开始，婴儿喜欢将各种东西乱敲，乱投，乱撕，或扔在地上，想以此来了解自己的动作能带来什么影响。这个年龄的儿童喜欢做重复动作，如一个7、8个月的婴儿会把小盒的盖子拿下来，盖上去，又拿下来，又盖上去，如此重复十几次。这一现象不但说明他对自己的动作产生的效果发生

了极大的兴趣，而且这也是他们认识事物因果关系的开始。这些活动对于婴儿智力发育是非常重要的。因此，父母要给他们提供一些不易破碎，又易消毒的小玩具或物品，让他们去抚摩、碰撞、抓握、摆弄。在这过程中，还可训练婴儿的眼手协调动作。



12. 如何培养婴儿的言语能力？

会说话，不是与生俱来的。它是后天在与成人交往的过程中，通过不断的模仿和练习并在有关的言语器官成熟的基础上发展起来的。而外部言语环境是儿童言语发展的重要条件。在言语环境中，尤以成人对儿童的直接交谈起着更为重要的作用。因此，为了更好地培养婴儿的言语能力，父母在婴儿的自发发声阶段（2个月左右）就要诱发他的良好情绪，在良好的情绪下婴儿的自发发声才能得到发展。母亲要抓住时机多和婴儿说话，不论其能否作出反应。如给婴儿洗澡时，对他说：“宝宝，妈妈给你洗澡，把你洗得干干净净”，当婴儿发出伊啊声时，也可以用同样的声音作出回答，使之感到兴奋、喜悦，就会重复发音，锻炼婴儿的言语听觉能力，并从中懂

得自己能对环境产生影响，对建立最初步的自信和积极性有很大帮助。约从7~8个月时，在成人的教育下，一定的“音”开始能和具体事物联系起来，成人常常一面拍手，一面说“拍手，拍手”，经过不断反复以后，只要成人说出拍手这个词的时候，儿童就会做起拍手的动作来。由于成人总是用词伴随自己的动作，婴儿也就随着模仿成人的动作而逐步开始摹仿成人的词音，经过成人不断强化以后，婴儿从单纯的摹仿性的发音再逐步变成自己能够说出词的信号。婴儿最先理解，最早说出的词是“妈妈”，因为妈妈与婴儿交往最早，最多，听“妈妈”这个词也最多，因而有更多的摹仿机会。母亲听到这声“妈妈”，高兴得又吻又抱，给与了积极的奖励。结果，婴儿就常常重复“妈妈”这个声音。因此，父母应在日常生活中，与婴儿接触的时候，如喂奶，处理大小便，共同“游戏”等，在进行这些活动的同时要不断地与他说话，给婴儿创造一个良好的言语环境。如缺乏言语刺激，婴儿的言语发育就会迟缓。



13. 如何培养婴儿良好的行为习惯？

婴儿在出生后，即不断接受外界的刺激，逐渐地形成条件反射。这标志着心理活动的萌芽与发展。行为习惯也是一种条件反射，对婴儿来说，行为习惯主要是指饮食、大小便、睡眠、卫生等4个方面。这些行为习惯如训练得好，就形成好的条件反射，如训练得不好，就形成不良的条件反射，如有的婴儿睡眠习惯不好，白天睡，晚上不睡，搅得全家都不得安宁；有的婴儿饮食习惯不好，该吃的时候不吃，不该吃的时候，又哭闹，结果使婴儿的消化系统不能有规律地活动，容易造成消化不良和营养不良，影响婴儿的身心发育。

(1) 养成良好的饮食习惯 对母乳喂养的新生儿，哺乳要按需进行，即只要新生儿有吸吮的需要，如啼哭，或者母亲有乳胀的感觉，都可以让婴儿吃奶。按需喂哺能使母乳分泌更多，婴儿能获得充分的营养。一般情况下，在出生1~2周后婴儿逐渐接近3个小时吃一次奶，以后就可以定时喂奶，婴儿的胃也就定时地蠕动，定时地

分泌消化液，这样，时间就成为一种条件刺激，一种信号，使神经系统形成一种固定的条件反射。婴儿的消化系统，神经系统等各个系统协调一致地工作，婴儿就能健康地成长。对4~6个月的婴儿要按时添加辅食，才能保证充分的营养。婴儿期的营养状况对脑细胞的发育以及以后的智力发展都有一定的影响。同时，还要注意不要偏食，进食时保持愉快的情绪，避免打、骂、训斥或恐吓婴儿，对1岁的婴儿要注意训练汤匙，在成人的监护下，鼓励婴儿逐渐学会自己进食，培养独立生活能力。

(2) 培养良好的睡眠习惯 新生儿神经系统发育还不够完善，外界的刺激对他们来说，往往是“超负荷”的，因而睡眠也较多，平均每昼夜需要20个小时左右；6个月的婴儿需睡眠16~18个小时左右；1岁时需睡眠14个小时左右。睡眠是保护性抑制的突出表现，对大脑皮层细胞有保护作用，充足的睡眠是大脑发育和心理健康的重要保证。

要保证婴儿有充足的睡眠，除了要给婴儿一个好的睡眠环境：安静，光线暗淡，空气新鲜，室温适宜，被褥轻软等；更重要的是要培养婴儿良好的睡眠习惯：定时睡眠，自动入睡，单

独睡眠。避免一些不良的睡眠习惯，如蒙头睡觉，或含乳头睡觉等，坏习惯一旦养成，就很难纠正。同时，父母还要注意在婴儿入睡前不要过分逗弄他，以免使之太兴奋，影响入睡。

(3) 养成定时排便习惯 排尿是一种非条件反射，生下来就会。而良好的排尿习惯，则是条件反射，需要父母进行训练。一般在婴儿满月以后，就可以进行，父母要细心观察婴儿的排尿时间规律，首先要培养婴儿夜里不尿或少尿的习惯，做到临睡前尽量不喝水，要喂饱奶（如喝牛奶，加糖要适量），睡前把一次尿。把尿时，嘴里可发出“嘘嘘”的声音，这是一种信号，即条件刺激。这样多次重复之后，妈妈一做这个动作，一发出这个声音，婴儿就知道要尿尿了。当婴儿会独立坐的时候，就可以训练坐盆，并用言语作为条件刺激，使形成习惯。一个习惯的养成，一定要持之以恒，做父母的要耐心，不要几次不成功就放弃。训练排大便的良好习惯同排尿一样，要注意的是不要养成坐盆吃东西，边吃边拉的坏习惯。



14. 幼儿期儿童有哪些心理特点？

幼儿期，是指1~3岁这一年龄阶段。大脑的重量增至900~1000克左右，相当于成人的75%。在脑的结构上，细胞体增大，神经纤维加长，神经纤维髓鞘化过程迅速进行。大脑和脊髓间的传导通路已形成，皮层抑制机能继续发展，加强了皮层对皮层下的控制调节作用，同时第二信号系统开始发展，从而为幼儿心理发展提供了生理基础。

(1) 动作发展 幼儿逐渐学会随意行走，2岁以后能跑、跳、爬高、越过小障碍物，单独上、下楼梯。到了3岁时，还学会了独脚跳等比较复杂的动作。与此同时，手的精细动作也发展起来，已经能参加基本的生活活动，如吃饭，穿衣，拿玩具和一些模仿性游戏。这些动作的发展大大开阔了幼儿的视野及认知范围，对幼儿的心理发展有着积极的促进作用。

(2) 言语的发展 幼儿不仅能理解成人对他讲的话，而且能用一个词来代表一个句子，如说“饱”，可能是说“我吃饱了”。1岁半以后，由于掌握词的数量增多，开始出现了多词句，到

了3岁，已经能说简单的句子和某些复合句，甚至会看图讲故事，唱儿歌等。掌握了最基本的言语，父母就可以利用言语向幼儿传授知识，进行教育。

(3) 认识能力的发展 感知觉渐越精细。视觉方面已能分辨黄、红、绿、蓝等几种基本颜色，在空间知觉方面已能辨别上、下、远、近，但还不能正确指出前后、左右。已能适用早上、晚上的时间概念。此期的幼儿在独立完成动作的过程中促进了无意注意的发展，出现了有意注意的萌芽。记忆还是无意记忆，但保持时间明显增长，能保持几个月。有了简单的思维，幼儿的思维特点具有直觉行动性，这就是说，思维是在活动中进行，活动一旦停止，思维也就不再进行。三岁左右已经开始有了想象的萌芽。但水平很低，范围较窄，他们的想象实际上是一种简单的重复。如做“售票员”，是看见汽车上的阿姨卖票的重复。

(4) 情绪和情感的发展 幼儿已基本具备了各种形式的情绪，并开始有了较复杂的情感体验。如愉快，同情感。也会产生和发展一些不良的情绪和情感，如嫉妒，怕羞，怕黑暗，爱发脾气等。此期的情绪，情感很不稳定，诸如破涕为

笑，转喜为悲的瞬间变化是比较常见的。

(5) 意志和个性特征的萌芽 幼儿的意志已开始发展，如什么都要求“自己来”，而不愿接受成人的帮助。但是，这一时期幼儿的意志行动还是很差的，以冲动性行动为主。个性特征开始萌芽，由出生时气质上的差别，在后天生活和教育影响下，逐渐形成了儿童之间的个体差异。例如有的幼儿活泼或灵活些，有的沉默呆板些。同时自然意识开始出现，逐渐学会了叫自己的名字，意识到自己身体的感觉，如“宝宝饿了”。

幼儿知道“我”以后，独立性就增大了，并初步学会最简单的自我评价，如说自己“乖”，“不乖”等。自我意识，对幼儿的心理活动和行为的调节起着重大作用，是个性发展的一个重要条件。

幼儿期在整个儿童时期是一个重要的年龄阶段。幼儿主要通过基本生活活动，与成人进行日常的言语交往和从事初步的游戏活动的过程中，不断吸收人类的社会经验，从而发展各种心理过程。家长应充分认识这一年龄阶段幼儿的心理特点，进行心理卫生保健，促使幼儿心理向着新的、更高水平发展。



15. 幼儿的独立行动在幼儿心理发展中有何重要意义？家长应如何对待？

1岁多的幼儿已经产生了独立性的需要,如学会走路之后,不要父母抱,非要自己走,如父母抱他,他喊着“下地,下地”等。2岁左右,孩子的独立行动的愿望更加强烈,表现固执,不听父母吩咐,有时不让他做,他偏要做。幼儿这种闹独立是幼儿期儿童自我意识发展的突出表现,也是儿童意志行动开始发展的标志。父母应积极地给以鼓励和帮助。在一些基本生活活动,如洗脸,吃饭,穿衣等,要大胆地让幼儿去实践,切忌怕孩子弄不好“添乱”,而包办代替。在幼儿期,幼儿就是通过这些基本生活活动的实践来促进心理各个方面的发展,尤其是智力的发展。如穿衣服,孩子到了2、3岁有了自己动手穿衣的愿望,就让他自己穿,父母同时教他一些穿衣的技能技巧,并不失时机地进行适当教育。这样,不但培养了孩子的生活自理能力和独立性,还培养了孩子自己的动手能力,因为在穿脱衣服的过程中,手的动作很多,有提、捏、挖、握、拉、按、套、扣、系等,能使孩子在学

到一些动手操作的技能技巧的同时,也锻炼了手部肌肉,而手的运动又能刺激大脑的发育,从而促进了智力的发展。所以父母不要轻视甚至无视孩子生活自理能力的培养,要不失时机地为孩子的独立性需要多提供条件和机会,对儿童的独立行动不要过多的限制,否则会挫伤孩子的自尊心,从而变得驯服和依赖,而缺乏自立能力。对一些不合理的“独立性需要”,父母不能一味迁就,否则容易造成孩子任性和执拗。但要注意方法。当孩子的意见和成人的意见相矛盾时,不要和孩子硬顶,可以利用孩子的注意力容易转移的特点,用别的事物把孩子吸引开,先暂时解决问题,再找适当的时机进行说理教育。对这个年龄阶段的孩子,表情和实际行动往往比语言禁令“不行”、“不要”更有效。教育时表情一定要严肃,周围的人也要配合一致,不能一个唱红脸,一个唱黑脸,日久天长,孩子摸清了大人的脾气,教育就更难进行。



16. 如何培养幼儿良好的行为习惯?

小婴儿不可能有什么道德行为。1岁左右幼儿之间已开始有了交往,这是最初的交往行为。

好的行为有：和其他小朋友共同使用玩具，以自己的行为去配合其他小朋友的行为，或帮助其它小朋友等。不好的行为有：夺取玩具，把别的小朋友推倒，打人等等。良好的行为习惯（也就是道德行为）是在父母及成人的影响下产生的。在生活实践中，父母如坚持赞许好的行为，抑制不好的行为，幼儿逐渐就会懂得应该怎样，不应该怎样，进而形成良好的行为习惯。因此，当幼儿在日常生活中作出良好行为的时候，父母就要有愉快的表情，并用“好”、“乖”这些词给以阳性强化；当幼儿作出不良的行为时，父母要作出不愉快的表情，并且用“不好”、“不乖”这些词给以阴性强化。在这样的过程中，幼儿就会不断作出良好的，即合乎道德要求的行为，从而养成各种良好的行为习惯。以后遇到类似场合，幼儿就会毫不犹豫地做出合乎道德要求的行为来。但幼儿期儿童的道德行为是很不巩固的，需要父母及成人经常加以鼓励和督促。例如，往往刚说过“打人不好”，却出现又去打人。这时父母不要去训斥他，要反复和他讲打人不好的道理。值得注意的是，父母的行为态度对幼儿会产生潜移默化的影响。俗话说：有其父必有其子。幼儿的模仿力强，常常学父母的样子行事说话。因此，父母

的榜样作用也是很重要的。从幼小开始注意培养孩子的好的行为习惯，对以后儿童的个性品质的形成有着很大的意义。



17. 父母应如何针对幼儿的个性萌芽进行引导和培养？

个性特征是在高级神经活动类型的基础上产生的。儿童出生后就有气质即神经类型的差异，如有的婴儿活泼或灵活些，有的则沉静或呆板些。这种先天气质在后天的环境和教育条件下，不断发生改变。到3岁前，幼儿的个性特征就明显表现出来。例如在好奇心的强度方面，有的幼儿有强烈的探索环境的兴趣；有的则对外部的环境很少或不关心。在独立意识方面，有的儿童什么都要求自己来，甚至东西掉在地上，成人帮助拾起来，他硬要重新丢下地，自己再去拾起；有的儿童则什么都要“妈妈帮我……”有明显的依赖性。在与小朋友之间的关系方面，有的容易合群；有的经常表现夺取玩具，打人，咬人等攻击行为；而有的则经常处在哭泣，告状等防御地位。还有在情绪稳定性方面，有的即是不给他喜欢的玩具，他也能安静地玩别的玩具，有的不给

他所要的玩具就哭闹，甚至拒绝要别的玩具。做父母的应当重视幼儿最初形成的这些个性萌芽。因为，它虽然还没有定型，但它是未来个性形成的基础。在一般情况下，个性容易沿着最初的倾向发展下去。例如，个性比较顺从的幼儿，容易遵照成人的吩咐和集体规则行事，以后将仍然稳定成为与人和睦相处，守纪律的个性。而最初形成的任性萌芽，要求别人处处依从自己个人的愿望，父母如果迁就他，任性的个性特征也将日益巩固而最终定型。因此，父母应抓住幼儿的个性萌芽，对其进行引导和培养，不要纵容孩子，要特别注意利用幼儿有明显的受暗示性和模仿性的特点，对其进行良好的教育，以利于最初的个性特征。

俗话说“三岁看大，七岁看老”。这就是说，一个人的个性特点健康与否，三岁就已经奠定了基础。但3岁时的个性尚处在萌芽阶段，还未完全形成。如果父母能在3岁前，对幼儿个性上的优点，有意进行培养，对幼儿个性中的缺陷和弱点，有意识进行矫正，就可以使这些缺点和弱点被掩盖而不显现，这对塑造幼儿的良好个性是十分重要的。



18. 如何训练和发展幼儿的言语能力？

3岁前是幼儿初步掌握口头言语的时期。他不仅能理解成人对他讲的话，而且能够运用口语比较清楚地表达自己的思想，同时，还能根据成人的言语指示调节自己的行为。

如何训练和发展幼儿的言语能力呢？主要做好以下几个方面：

(1) 提供丰富的言语环境 父母和家里其他亲人及托儿所阿姨都要注意多给幼儿提供言语交流机会，要让幼儿尽量多听一些言语，并鼓励他们多说。这是幼儿言语发展的首要条件。如果家里人很少讲话，或生活在寂静的环境里，小儿的言语发育就会迟缓。

(2) 丰富幼儿的生活 有些孩子口语表达不好，有时是由于生活贫乏，无话可说。丰富孩子的生活，使他们由于被丰富、新颖的生活所吸引，而有非要说话，非要表达不可的欲望，从而提高说话的积极性。因此，父母应多带孩子外走一走，多看，多听，多认识一些新鲜事物，这样孩子愿意讲他的见闻，讲这些激动的经历又会

使他们体会到说话的乐趣。父母应耐心，仔细，有兴趣地听他讲述。即使你有事，也不要露出不耐烦的神志，更不要拒绝。否则，会挫伤孩子说话的积极性。父母应以良好的态度鼓励孩子说下去，并帮助他掌握一些言语技巧，这也是促进幼儿言语发展的重要条件。

(3) 错误和缺点 对于幼儿言语中的错误和缺点，不要讥笑，不要故意重复，而要给以正确的示范。特别要引起家长注意的是，幼儿在说话时，往往因选择适宜词汇和表达方式而犹豫出现停顿，切忌过急要求他纠正，更不应责备和嘲笑。由于紧张，害怕口误，可能会发生口吃，也有因模仿口吃者而养成口吃习惯的口吃会影响幼儿与他人的交流，容易形成羞怯、自卑、退缩、孤独的性格，应及早进行矫正。

(4) 专门的言语训练 如讲故事，通过一些玩具或图片，边讲边表演，帮助幼儿理解和记忆，同时要求记住故事的内容，并要求复述故事的内容。这样不但帮助幼儿掌握语言词汇和言语表达，还培养和锻炼了注意力、记忆力。

此外，还可通过说儿歌，看图说话，做游戏等形式，帮助提高孩子的言语水平。

2~3岁是儿童学习口头言语的关键年龄，

父母应抓住这个关键年龄，积极对幼儿进行言语训练。



19. 模仿性游戏活动对幼儿心理发展有什么重要意义？

游戏活动对于儿童增长知识，诱发儿童的思维和想象力极为有益。它不只是一个单纯的娱乐，也是儿童智力发展、技能发展的基础。

幼儿最初的游戏活动是模仿性游戏，它包含着最原始的学习活动和最原始的劳动活动。它是在手玩弄物体动作的基础上发展起来的。如学会了用勺子，盖被子等活动，在玩娃娃的游戏时他就模仿成人的姿态，用匙喂娃娃吃东西，用手帕给娃娃盖被子。又如幼儿喜欢模仿成人“写字”，实际上是抓着笔在纸上乱画一些圈圈和线条。幼儿还喜欢把几个凳子排在一起当火车，把瓶盖当碗。在这些模仿性游戏活动中，显示出幼儿通过游戏水平的提高而促进心理活动的进一步发展。因此，父母应有意识地安排幼儿的游戏活动，并给予鼓励和帮助，甚至参与幼儿的游戏之中。

适合3岁前幼儿玩的游戏很多。例如，给孩子看画有日用品的图片，问他，“这是什么？”孩

子看完以后，再让他看实物，并告诉他这是干什么用的。再进一步，可以和孩子一起，“它在哪儿？”“它是干什么用的？”让孩子在一堆东西中找出指定的物品，或者找画有各种动物的图片。通过这种模仿游戏，可以培养幼儿的言语表达能力以及注意力、记忆力和思维能力，促进智力的发展。此外，还可以和孩子一起玩捉迷藏的游戏，玩“投掷纸飞机”，玩拉小车，玩大马驮物，玩踢球等等。这些游戏可以促进幼儿动作的发展，培养孩子愉快的情绪。

大自然是幼儿学习的课堂，孩子可以玩很多东西，并通过游戏学习不少有关大自然的知识。例如，玩“拾树叶”，帮助孩子精选捡到的各种形状的叶子，擦干净，然后将相同的叶子放在一起数数，还可以让孩子找出叶子是哪种树上落下来的等等。通过以上的游戏，可以发展孩子的言语能力和认知能力。



20. 学龄前期儿童有哪些心理特点？

学龄前期是指3~6、7岁。这是儿童进入幼儿园的时期。习惯上也把这一年龄阶段的儿童称为幼儿。这个时期的幼儿大脑继续发展，3岁时

脑重为 1000 克左右，6、7 岁时约为 1256 ~ 1300 克，已接近成人的脑重量，神经纤维髓鞘化接近完成，皮层细胞的联系增加，整个皮层的分析综合活动日益完善，兴奋和抑制机能日趋平衡，第二信号系统进一步发展。这些均给儿童的心理进一步发展提供了生理的前提。这时期儿童的心理特点有：

(1) 在动作方面 学龄前期儿童可以连续行走 20 ~ 30 分钟，而不感到疲倦，不但走得很好，而且还会跑、跳、攀登。手的动作也更加灵巧，能够用铅笔书写、画画，还能够用剪刀一类的工具。

(2) 在言语方面 学龄前期儿童词汇更加丰富，可以与成人自由进行言语交流，初步掌握语法结构，开始产生内部言语（即默语），因而言语表达能力有了进一步的提高，并且能初步掌握书面言语。言语对行为的调节机能也比以前加强了，因而在行为方面带上了一定的自觉性和计划性。

(3) 在智力发展方面 学龄前期儿童的认识过程具有明显的具体形象性，即凭借具体形象的联想来进行的。例如，有的学前儿童，由于成人说喝白开水不生病，他也给鱼缸加进开水。随着经验的不断积累，特别是第二信号系统的发展，到了学前晚期（6、7 岁），开始有了初步的抽象逻辑思

维,抽象逻辑思维主要是运用概念进行判断和推理的智力活动。例如,知道针是铁做的,所以沉到水底下去了;火柴是木头做的,所以浮上来了。同时这些认知活动和行为都带有明显的不随意性,还不能很好的控制和调节自己的行为。

(4)情感、意志和个性的发展方面 学前儿童情感的稳定性虽有所发展,但仍具有易变性、易感性和冲动性。同时社会情感开始产生和发展,如道德感、美感、理智感等。此外,意志的自觉性、坚持性和自制力也都有了发展,但自我行动易受外界事物或情绪的影响而发生转移。开始形成了最初的个性倾向,自我意识进一步发展,初步能评价自己的行为,并按成人要求逐步掌握社会规范。

儿童在幼儿期的发展,为进入学校从事正规的学习活动准备了必要的条件。



21. 游戏在学龄前期儿童的心理发展中有什么重要意义?

游戏是学龄前儿童的主要活动形式。学龄前儿童的学习、劳动技能,知识的增长等大都是通过游戏的活动形式来获得的。正当的游戏不仅能增长体质(特别是活动性游戏),它还是一种认识世

界的手段,可以促进儿童的智力发展,对于培养良好的个性品质有着重要的作用。

例如,在游戏中,儿童经常互相商量是玩“过家家”还是玩“捉迷藏”,决定主题情节,同时还要分配角色,确定用什么物品代替什么用具。如果没有现成的用具,还要设法去找,去做等等。这一切都需要儿童去积极构思和不断地解决问题。同时,在游戏时,他们常以“假装”、“好比”、“好像”等词来表示想象的事物,把自己想象成所“假装”的人物,模仿所想象的角色来行动,而力求装得和实际情况一样。还以想象的东西来补充缺少的东西,以一个物体代替另一个物体,这些活动过程又能促进儿童想象力的发展。又如同时因为游戏对幼儿有巨大的吸引力,也就比较容易激励他们去克服困难,努力达到一定的目的,从而锻炼了幼儿的意志。总之,游戏是促进学前儿童心理发展最好的活动形式。正如高尔基认为的:“游戏是儿童认识世界的途径”。

儿童游戏活动的形式是多种多样的。适合于学龄前儿童的游戏主要有创造性游戏,即由儿童自己想出来的游戏活动;建筑性游戏,也是创造性游戏的一种形式,是儿童利用建筑材料(如积木、沙子、小石子等)来进行创造各种建筑物的游戏活

动 ;活动性游戏 ,即锻炼和发展儿童体力的一种游戏。此外 ,还有表演性游戏 ,娱乐性游戏 ,数字性游戏等。

我国著名的幼儿教育专家陈鹤琴说：“小孩子是以游戏为生命的。”确实 ,幼儿的主导活动就是游戏 ,剥夺了游戏就是剥夺了幼儿童年的欢乐。因此 ,父母和教师要根据幼儿不同年龄来组织和指导他们的游戏 ,对幼儿的游戏如不适当指导和引导 ,完全放任自然的让孩子自己去玩 ,幼儿的游戏就会较长时间地停留在低级水平 ,就很难达到通过游戏来促进幼儿的心理发展的目的。



22. 如何根据学龄前期儿童的心理特点来安排他们的学习活动？

学龄前期的儿童已经掌握了口头言语 ,各种心理过程(如感知、记忆等)虽然仍以无意为主 ,但有意性也开始发展 ,这就为进行有目的、有系统的学习提供了条件。但幼儿的学习不同于入小学后的正规学习 ,而是为进入小学后的正规学习作准备 ,这种准备包括两个方面 :一是通过学习活动对幼儿进行最基本的学习技能的训练和发展幼儿对基本的自然和社会现象的认识 ,从而促进幼儿智

力发展及良好的道德品质的形成 ;二是激发幼儿的学习兴趣 ,培养良好的学习习惯和学习能力。

幼儿的学习活动主要是通过游戏 ,看图片 ,听故事 ,谈话 ,观察周围生活等生动具体的形式来进行的 ,有时甚至与游戏没有严格的区别。尤其是3~4岁的幼儿 ,学习必须利用游戏的方式 ,否则儿童难以接受。

在组织和安排幼儿的学习活动时 ,家长要注意以下两个方面 :

(1) 激发儿童的学习兴趣 ,点燃求知的火焰
幼儿对周围的一切事物都充满着好奇心 ,见什么都要去摸摸 ,看看 ,去摆弄摆弄。他们经常向成人提问 ;“这是什么 ” ;“那是什么 ” ;“为什么 ” ,喜欢拆拆卸卸 ,把玩具拆开 ,想看看它里面有些什么 ? 它为什么会动 ? 为什么会发出声音 ? 好学、好问是思维活跃的表现 ,也是求知欲的表现 ,这对儿童的知识积累和智力开发都十分重要。父母要保护幼儿的求知欲 ,鼓励他们多想多问 ,认真而耐心地回答 ,不要嫌麻烦而拒绝回答孩子的提问 ,要善于运用回答问题的机会 ,引导幼儿从不同方面去观察和思考问题 ,即使对类似拆卸玩具的行为也不要简单地训斥了事 ,而应该加以正面引导 ,耐心讲道理 ,同时向幼儿介绍一些简单的机械原理 ,满足他

们渴求知识的愿望,激发学习兴趣。对有些问题一时解答不了,要如实地告诉孩子,待查清楚答案后,再告诉他们,决不能推诿和虚构。否则会影响儿童的认知和情感的培养。

(2)适当教幼儿识字,培养其喜爱读书的习惯。识字对促进幼儿的思维能力和言语表达能力的发展有很大的帮助。幼儿学会识字以后,就不单是通过听觉器官接受言语信息,而且还能通过视觉接受言语信息。研究资料表明,4~5岁是幼儿学习书面言语的最佳年龄。所以,在这个年龄阶段,选择幼儿感兴趣而又容易接受的方法。例如,通过游戏的方法,或者运用图、字相结合的“识字卡片”,或在带孩子外出时,教孩子认识公共场所的一些标语或教些象声、象形的字等。每个星期教儿童认几个字,当儿童能连认带猜地阅读小人书的时候,就会感到更大的兴趣。家长与孩子一起阅读,按图书的内容给他们边看边讲解,不但可以丰富幼儿的知识促进言语、思维和想象能力的发展,增强孩子与父母的情感交流,还可以从小培养儿童的阅读能力和喜爱读书的习惯。

此外,家长要正确理解幼儿智力发展与识字的关系,不要把识字看成是智力发展的惟一方法。因为,在心理发展过程中,儿童表现有差异性。家

长要善于观察和了解自己小孩的心理发展情况。如果儿童有较好的言语表达能力,又有一定的观察力、理解力和图像识别力,对识字又感兴趣,父母可以因势利导,教他识些字。如果家长不顾幼儿的心理特点,“望子成龙”心切,强制幼儿学字,教给幼儿过多、过难的文化知识,学习方法又成人化,甚至采用惩罚手段,这不仅使幼儿对学习失去信心,还会摧残他们的身心健康。



23. 如何根据学龄前期儿童的心理特点发展幼儿的数字概念和绘画摹拟能力?

幼儿数学概念的发展与思维能力的发展有着密切关系。研究资料表明,3岁左右的幼儿已形成初步的数字概念,他们能辨别少量物体的多少,能说出10以下数字,正确点数5个以下的物体。4~5岁的幼儿是数概念形成阶段。这时儿童能点数10~40个物体后说出总数,能按指令取出5~15个物体,能区分不到10个物体的多少和比较两位数字的大小,可借助实物进行10以内的组合与分解,能懂得第几,能利用少量实物进行加减

运算。家长应当知道,幼儿数字概念的形成,不是自发的,而是在教育的积极影响下逐步形成和发展起来的。因此,家长要根据幼儿的心理特点,最好运用游戏的方式教孩子数数和计算。例如,家长可以将10个苹果放入篮子里对孩子说:“宝宝,你从篮子里给我拿出6个苹果来。”孩子一个一个地拿出6个苹果,家长又说:“你拿对了,宝宝真聪明!”你再想一想,有没有别的办法拿出6个苹果来?”孩子想了一下,又2个2个拿出6个苹果来。家长又说:“你再想一想,有没有更准确更迅速的方法拿出6个苹果来?”孩子又左手拿出3个苹果,右手拿出3个苹果。以后家长可提议:“我们将从篮子里拿出6个苹果的不同方法编成算式好吗?”孩子听了,欣然接受。家长和孩子一道完成了“6”的组成算式题目的编累和运算。这种寓发展数字概念于游戏之中的方法,会取得很好的效果。

画画是一个摹拟活动。通过这种摹拟活动,有助于发展儿童的观察力、记忆力和想象力。幼儿学会了画汽车的方法,假节日上街看见了各种不同的汽车,就会兴致勃勃地想把它们表现出来。学会了画动物的方法,游览了动物园后,就很想在纸面上反映出印象最深的动物。做父母的应该准

备好纸和笔,鼓励孩子画。而且父母还可以提示孩子画是什么,让他留意观察,然后画出来。孩子如果画得不好,家长应该启发诱导,千万不要耻笑,以免挫伤孩子的学习积极性。同时,还可以启发孩子的自由创造,充分发挥孩子的想象力。当孩子在绘画中再现自己观察到的事物,就会更深刻地认识它们。



24. 劳动能力和习惯的培养在促进学龄前期儿童的心理发展有什么重要意义?

幼儿的劳动主要不在于创造多少物质财富,而是要通过劳动进一步发展儿童的动作技能技巧,促进智力发展,从小培养劳动习惯和热爱劳动的品质。

在生活中,我们观察到,有些人很会做事,善于掌握事物和支配事物,一切事情在他们手里总是处理得井井有条,任何时候都不会不知所措;而有些人不会处理自己的事情,遇到一点小事就无所适从,总需要别人的关心和帮助。这和从小是否培养良好的劳动习惯和善于劳动、掌握劳动的

技能技巧有很大关系。

幼儿的劳动活动是多种多样的。首先是日常生活中的自我服务劳动,如自己穿脱衣服,洗脸洗手,把手绢叠整齐,把鞋放好等。孩子稍大一些后,可以教他们做一些简单的杂务劳动和家里或幼儿园的简单劳动,值日生劳动,例如扫地,抹桌子,收拾图书,洗茶杯等。也可以教他们做一些简单生产劳动,如拔草,浇花,捉虫等。

有些父母只注意幼儿的智力开发,而不注意他们劳动习惯的培养,特别是现在的独生子女家庭,更是舍不得让孩子做一些力所能及的劳动。这种做法是带有片面性的。幼儿的智力发展和他们的劳动能力的提高是相辅相成的。幼儿在劳动中通过观察客观世界,运用他们学到的知识和技能,能够使智力和体力同时得到发展。如幼儿在洗手绢的过程中,知道了肥皂在水中会溶解,会起泡沫,能洗净东西,给花施肥、浇水,会使儿童认识到自然现象的发展变化过程。通过劳动,不仅能使幼儿体力得到锻炼,还可以发展观察力、思维能力,并积累感性知识,促进智力的发展。

在培养幼儿劳动习惯的过程中,父母同时提出严格要求,并反复练习,要求儿童努力把一件事做到底。如洗手要把肥皂放回原处,盖好皂盒,擦

干净,把手巾挂回原处。要求他们保持生活用品,玩具,图书等各类物品的次序。如果每天这样要求孩子,并对孩子的进步不断给予鼓励,孩子就会自然地在劳动技能得到提高的同时,又养成了良好的行为习惯。



25. 如何培养学龄前期儿童的社会交往能力?

交往是人类的基本需求之一。幼儿之间的交往是社会化行为发展的重要方面。儿童和小伙伴之间的交往,对他们社会行为的发展起着积极作用。因为,幼儿的模仿性很强,儿童之间的行为,是彼此模仿的榜样。而且,他的行为正确与否,也在同伴的交往过程中得到积极的或消极的强化。

从儿童心理发展规律来看,一般3岁左右的孩子社会交往的欲望逐渐强烈,喜欢和小朋友之间玩耍。这时,家长应当放手让孩子到同伴中去,最好能让孩子进幼儿园。孩子在幼儿园里可以接触许多小朋友,他会感到集体生活的乐趣和温暖。通过幼儿园里有目的的活动及作业,可以培养孩子们互相友爱的精神。如老师组织小朋友在做乘公共汽车的游戏时,有的当“老爷爷”,有的当“小

学生”，当“老爷爷”上汽车时；小学生“就让座”，这就使小孩懂得了在交往中要互相谦让，要富有同情心，要关心别人。如果有小朋友主动去扶起摔倒的伙伴，并安慰他，老师又及时表扬了这个小朋友。这样就会使他懂得助人为乐是好的行为。同时，幼儿在与同伴的交往中，从“自我中心”中解脱出来，逐渐学会自我克制，懂得自己不可随心所欲，体会到集体友好交往中的规则的制约性，以及自己在集体活动中所承担的义务。他们通过互相合作，愉快地在一起生活，从而产生友谊和同情心。

在孩子的交往中，家长要为孩子创设一起玩的条件，提供玩的机会和环境，当孩子间发生矛盾而争吵时，应教育他们学会谦让，学会说“对不起”、“没关系”等礼貌用语，还要告诉他们“要看到别人的优点和自己的短处”，父母和老师常常是儿童模仿的榜样，因此，父母和老师应时刻注意自己的言行举止，用模范行为为孩子树立好榜样，使他们的交往能力随着心理活动的发展而获得发展。

有些孩子缺乏社会交往能力，往往是家长对孩子教育不当而形成的。这些孩子家长不了解社会交往对孩子心理发展的重要性，有的家长怕孩子和别的小朋友一起玩会受到欺侮，有的则怕自

己的孩子学坏,因而阻止孩子之间的交往,甚至用种种威吓、惩罚的手段来反对孩子之间的正常交往。如果家长在孩子交往的萌芽时期,把孩子关在家里,不让他们与小朋友接触,那么,孩子交往的需要就会逐渐减退,而形成退缩、孤僻、不合群的不良个性倾向。



26. 如何培养和训练学龄前期儿童的言语能力?

言语是人类进行思维的工具,幼儿的言语水平,直接影响幼儿思维的发展。

学龄前期的儿童,应在初步掌握口语的基础上,继续学习准确发音,大量丰富词汇,初步掌握语法结构,提高口语表达能力,并初步掌握简单的书面言语。

幼儿学习发音主要靠模仿。父母要利用一切机会和孩子说话,说话时,用词要规范、简洁,发音要清晰准确,速度要放慢一些,以便孩子听清和模仿。孩子每学一个新的词音后,都要及时让他们重复练习。为引起孩子模仿发音的兴趣,父母可用富有节奏感的语调说些简单的儿歌给孩子听。如“小白兔,白又白”;“小公鸡,叽叽叽”等,也可以

讲一个故事,让孩子学习故事中人、动物或其他发声物发出的声音。这个年龄阶段孩子掌握的词,应该是与日常生活起居饮食直接有关的词,首先是名词,然后是动词,形容词,数量词,连词等。在教孩子掌握上述这些词时,应要求孩子正确说出词音,准确理解词义,把词正确运用到自己的言语中去。这就需要家长多与孩子谈话,生动地向他们介绍周围的事物和活动的名称。同时利用上街、散步、游戏时,不断引起孩子对周围事物的注意观察,丰富他们的知识,发展他们的言语和观察力。如运用比较的方法进行观察,如“最大的,最小的,高的,矮的”等等。除了通过观察丰富词汇,还可通过生活和游戏启发孩子正确运用词汇。运用一些纯言语性的游戏,练习同义词和反义词。如家长说“这是一朵美丽的花”,孩子应说:“这是一朵好看的花”;“长的——短的”;“大的——小的”等等。

儿童在幼儿期,只限于通过言语向成人提出问题和要求,即成人问什么,才知道回答什么。而到了学龄前期,心理发展才具备了发展言语表达能力的水平,也就是说,在成人不提问的情况下,积极主动地向人叙说生活周围发生的事情,即主动言语。因此,儿童的言语表达能力,要从学龄前

期开始培养和训练。家长和老师通过带领儿童去郊游、逛公园、动物园时,使儿童接触新颖的自然景物,来刺激他们的主动言语及言语表达能力,回来后要求孩子把一天的见闻讲给家里人听。在儿童讲述过程中,可能常常会出现词汇缺乏或讲话不连贯的现象,成人可给予提示或补上相应的连词,这样可以促进连贯性言语的发展和言语表达能力的提高,并培养儿童最简单的书面言语能力,同时还可以锻炼孩子的记忆力。此外,还可利用看图说话、讲故事、讲小人书、儿童画、朗诵儿歌等形式进行言语的训练。由于这些文字形式是有多方面的教育作用,因此,还可以向孩子进行思想品德教育,丰富孩子各方面地知识,发展孩子想象、思维、记忆等认知过程,促进智力的发展。



27. 如何培养学龄前期儿童良好的个性倾向?

个性在心理学上又称人格。它是指一个人全部心理活动的总和。也就是说,个性就是一个人的精神面貌(即心理面貌)。犹如每个人都有不同的生理面貌(模样)一样。每个人的个性也各有特征,这些特征表现在兴趣、能力、气度和性格方面,

其中又以性格和能力最为突出。人的个性特征是在幼儿期萌芽,学龄前期开始发展而初步形成个性倾向,但这个时期的个性尚存在着不稳定性与一定程度上的可塑性。一个人的个性一旦形成(大约在18岁左右)就保持着相当的稳定性。因此,从学龄前期就开始培养良好的个性倾向,对儿童形成固有的个性品质极为重要。

在学龄前期,由于生活条件的变化和在幼儿园的集体生活中,家长和老师对他们不断提出新的要求,孩子逐渐使自己的行动服从于集体的要求,并能控制和调节自己的行为,冲动性逐渐减少,自觉性相对增加。在这个过程中,孩子也开始出现了最初的兴趣、爱好的个性差别,表现出一定的能力,初步形成对人、对己、对事、对物的一些比较稳定的态度,从而表现出最初的个性特征。如有的儿童喜欢集体活动,较合群,乐于帮助别人;有的儿童则不喜集体活动,表现孤僻,惟我独尊;有些儿童爱劳动,爱护玩具;有的则懒惰,对玩具随便破坏,糟蹋;有些儿童自信,而有的则自卑,懦弱等等。

在学前儿童个性形成中,自我意识,特别是道德意识的发展,起着重要的作用。随着自我意识(意识到自己的存在)的发展,从原来轻信成人对

事物的评价到自己能进行独立的评价,也就是说孩子有了自己的主见,并比较细致、比较全面地掌握一定的行为标准。但儿童对自己的评价能力还很差,成人对儿童的评价在儿童个性发展上仍起重要作用。因此,父母和老师必须善于对他们作出恰当的评价。如果成人经常对儿童说“你永远不会做这个”“你真笨!你的毛病永远也改不了”等等,儿童就会认为自己是个毫无希望的人,以致形成自卑、缺乏自信的不良个性。

一般认为,个性有一定的先天素质。但是,个性的形成是在出身不同的家庭,社会环境及其影响下逐步形成和发展的。对学龄前的儿童来说,父母的养育方法有着更直接的影响。如果孩子经常受到父母的训斥、打骂,就容易形成怯懦、抑郁和执拗的个性特点,并在行为上变得不诚实、冷酷和残忍等。如父母对孩子溺爱和过分夸奖,就容易使孩子形成任性和骄傲、自高自大和利己主义的个性特征。孩子的个性处在初步形成时期,它的可塑性很大,所以父母如能采用科学的教养方式方法,孩子性格中的弱点是可以克服的。



28. 如何做好学龄前期儿童入学前的心理准备？

孩子到了6~7岁就上小学了,进入学校后,儿童从学龄前期以游戏为主导的活动转变为学龄期以学习为主导的活动;由生活上主要依靠父母的照顾转变为入学后独立生活;由入学前缺乏严格的集体活动锻炼和纪律的约束转变为入学后要学会适应集体活动,遵守纪律。这中间有一个逐渐过渡的过程,为了这一过程能顺利进行,使儿童能很快地适应入学后的学校生活。家长和幼儿园的老师要帮助儿童做好入学前的心理准备。

(1) 培养适应小学的生活习惯 儿童进入小学后,就要按时作息,按一定的时间睡眠、起床、学习、完成作业等。因此,父母要有意识地引导孩子改变学龄前没有约束的散漫的生活习惯,如起床穿衣要磨蹭半小时,吃饭要边吃边玩等。所以,要培养孩子的时间观念。通过建立合理的生活制度,帮助幼儿养成按时作息的习惯,教会他们认识时钟,让他们做到按时睡觉、按时起床、按时学习和游戏。当两者之间产生矛盾的时候,要教育孩子学会控制自己的欲望,让行为服从规定的作息

制度。同时,入学后要受纪律的约束,上课时必须端正而安静地坐着,用心听讲,不能随便走动,要遵守纪律。因此家长和老师要帮助幼儿进行这一方面的训练或者把学龄前儿童送到小学的学前预备班,使之逐渐适应学校生活。

(2)培养独立生活能力 学龄前儿童的独立生活能力很差,几乎全部生活都以家长的护理为主。而在小学校,老师的主要任务是负责学生的文化知识学习和道德品质的培养,而不是生活上的照顾。因此,家长要帮助孩子,在学龄前,就要有意识地培养他们的生活自理能力,有些家长对孩子过于溺爱,在生活上,全替孩子包下来,使得孩子生活自理能力差,以致出现上学后,自己打不开铅笔盒,不会收拾书包,上体育课跑步,鞋带开了自己也不会系上,而遭到同学耻笑,而感到紧张不安,害怕上学,有的甚至发展为环境适应不良或出现其它心理卫生问题。

(3)培养幼儿控制和调节自己行为的能力 幼儿在学龄前的主导活动是游戏,而游戏是带有趣味和娱乐性的活动,幼儿乐意参加。到了学龄期,儿童的主导活动是学习。学习却是在教师指导下系统地掌握知识和技能,不仅要学习自己有兴趣的东西,还要学习虽不感兴趣但又必须要学

习的东西,带有一定的强制性。同时还要自觉地服从和执行集体行为规则。因此,孩子必须有控制和调节自己行为的能力。如何培养这种能力呢?家长应在日常生活和游戏、作业活动中,启发诱导他们树立明确的目标,并帮助他们排除干扰,克服困难,去实现这个目标。要使孩子明白,无论做什么事,都要经过努力,才能得到好的结果。遇到困难应当好好想一想,想出有效的办法,去完成预定的目标。为了使幼儿学会克服困难,对他们提的要求,一定要符合年龄特点,是他们力所能及的,并且是经过努力可以达到的。如果要求太低了,会使他们感到并不需好好思考和艰苦的努力,而要求太高了,会使幼儿丧失信心。同时,要培养孩子做每一件事情时都要有始有终,按时完成任务,并力求做得更好的习惯。遇到困难和错误,家长要给与帮助、鼓励和纠正。

(4)培养学习兴趣和良好的学习习惯 幼儿对学习的兴趣和良好学习习惯的培养是在幼儿园的教学过程中及在家庭中成年人对学习的积极态度的影响下巩固发展起来的。如幼儿在幼儿园自然教学中和同父母的谈话中获得了某些有关自然现象的知识,而激发探求自然界奥秘的愿望,产生好奇、好问的求知欲,家长在积极鼓励的同时,要给

予科学的回答,使幼儿掌握更多的知识和技能。这样,孩子就会不满足于获得的零星知识,而开始有掌握系统知识的要求。这时,父母和幼儿园的老师应当向孩子介绍小学的生活和学习情况,并组织将要入学的幼儿参观小学,从而激发他们的学习兴趣,产生渴望自己成为一名小学生的愿望。与此同时,家长和老师可对幼儿进行“模拟常规训练”,包括上学带齐学习用品,准时到校,听到铃声响走进课堂,坐在自己的位子上,把书包放进课桌里,老师来到教室时,起立向老师问好等等一整套的学习程序的训练,经反复训练而形成良好的学习习惯,家长和老师还要通过各种生动的实例帮助幼儿热爱学习,并对学习有严肃认真的态度。



29. 独生子女的独特性有哪些特点?

独生子女是家庭中惟一的孩子。他们的抚养条件,一般优于多子女家庭的孩子。因此,独生子女的体质和智商等方面,一般都好于和高于非独生子女。美国心理学家约·克劳迪等从1960年到1980年,对40万名中学生作过跟踪20年的调查研究,结论是:独生子女比非独生子女更为聪明,

更富有创造性,也显得更有教养,更加成熟,对社会事业更为敏感。

独生子女的独特性主要表现在“独”字上,主要有以下特点;

(1)在父母思想上“独”孩子是维系家庭的一个重要纽带。养儿育女,不仅是家庭的自然的传统的现象,也是做父母的一项重要的社会责任。有了孩子,能增添家庭生活的乐趣,增强夫妻的感情,充实家庭追求的重要目标,能使家庭更具凝聚力和奋进力,对巩固家庭起着非常重要的作用。正因为这样,一对夫妇只生一个孩子,无疑使家庭、父母把孩子看得十分宝贵。加上我国还有一部分人在思想上残存“多子多福”、“养儿防老”、“传宗接代”等旧的传统观念,更把一个孩子,特别是男孩看得“至高无上”的贵重。家庭、父母对独生子女这种“独特”的心理,好处是可以利用独生的优势(如充分利用经济、物质条件,父母有更多的精力和时间加强对孩子的培养教育),正确对待,精心抚育,使孩子在生理和心理成长方面处于良好的状态,坏处是过分地偏爱和溺爱,影响孩子的正常的健康成长,使他们在性格和行为上发生变态。

(2)在家庭地位上“独”独生子女是家庭独

一无二的“独苗”。父母把一切爱和希望都倾注在惟一的孩子身上。家庭尽一切可能为孩子创造一个良好的成长环境,严格而又细心地抚养和管教,在生活照顾和文化教育的条件上,比非独生子女要好得多。但也有些父母把孩子放在家庭不适当的地位上,盲目地围着孩子转,把他们当成家庭的“小皇帝”、“小太阳”,只管养,不管教,使孩子养尊处优,随心所欲,助长孩子“自我中心”的思想和优越感,惯出许多不应有的坏毛病。

(3)在生活照顾上“独”家庭对独生子女在生活上倍加关照,这是正常的现象。父母不仅给孩子更多的爱,还经常陪着做游戏,带他们去公园、娱乐场所玩,并在生活中给与启迪,开发他们的智力和能力,使孩子更聪明,更文明,有教养,明是非。但也有的家庭对孩子管束过严,不许孩子外出玩耍,结交朋友,使孩子寂寞孤独,孤僻懦弱,性格内向,缺乏朝气。还有的父母,总怕孩子吃不饱,吃不好,长不好,包办孩子日常生活,过分的“娇”、“纵”、“惯”,使孩子活动不规律,生活不能自理,不是暴食,就是不好好的饮食,挑食、偏食,甚至厌食,把孩子养成“小懒虫”、“胖墩”或瘦条,影响孩子的正常生长发育。

(4)在期望值上“独”“望子成龙”,希望子

女成才,是中国家庭传统的愿望。因此,许多家庭对子女的培养教育都很重视,并根据自己孩子的特点和爱好,定向地加以培养,使孩子能适应时代的需要,将来能担当国家的重任。但是也有许多家庭对子女的期望值过高,有的在孩子学龄前,不仅要求孩子读书识字,还要求学琴、学画、学外语,使孩子不堪负担;“拔苗助长”,欲速则不达。逼得孩子对学习不感兴趣,甚至厌恶学习。当孩子被认为“恨铁不成钢”的时候,就遭到打、骂、罚、训,使孩子身心受到摧残。

独生子女的“独”的特性,是他(她)的优势。如果家庭、父母能够正确对待,摆正位置,早期就开始精心的适度的培养教育,是能够保证他们身心健康发展的。如果“独”得过分,过高,过严,超越儿童的承受能力,或者过分溺爱,放纵,娇惯,就把“独”的优势变成劣势,造成儿童的身心变态。有位国外心理学家说:“独生子女本身就是一种病态”。其实“病态”的不是独生子女本身,而是其父母以“病态”的心理来对待独生子女。



30. 对独生子女如何做到理智地爱?

在社会人与人之间的关系中,爱是一种亲近,

互助和共存的需要,是理解,同情和深沉的眷恋,是精神上的共鸣,真诚的爱护和深厚的感情。

父母与子女之间是血缘关系,由这种特殊关系所形成的特殊的感情就是爱。因此,父母对子女的爱是天然的,一般是亲密无间、纯洁无私的,是人类最珍贵的感情。父母的爱是孩子身心健康、茁壮成长和幸福的保障,是维护家庭、父母子女情感的重要纽带,是家庭教育内在的动力,是教育子女最有权威的感染力量。马克思说过:“父母的心,是最仁慈的法官,是最贴心的朋友,是爱的太阳,它是光焰照耀温暖着凝聚在我们心灵深处的意向!”

父母对子女的爱,有各式各样的爱。有善爱、慈爱、友爱、疼爱、宠爱、溺爱等。因此,父母对子女的爱有积极的、理智的、正确的爱,也有消极的、非理智的、糊涂的爱。

目前在一些父母对子女中,有哪些消极的偏爱呢?

(1) 过分的娇宠 有些父母对独生子女爱得过分了,可说是“爱心至上”。总觉得孩子是“独根独苗”、“心肝宝贝”,只管孩子吃好,穿好,玩好,不注意对孩子进行教育,处处娇惯孩子,不节制孩子的欲望,孩子要什么给什么,养成孩子贪、奢、霸的

坏毛病,对孩子的某些不良行为习惯,不教育引导约束,反而纵容,掩饰,隐瞒,开脱,甚至在别人面前不真实地夸耀自己孩子如何好,使孩子任性,骄横,没规矩,不诚实,不听任何意见和劝告。北宋的政治家,编纂《资治通鉴》的司马光讲过“慈母败子”。他认为对孩子只知溺爱放纵,不知教育培养,会使孩子堕落,成为不法之徒。他说:“自古及今,若是者多矣,不可悉数。”就是说,历史上像这样的事多得数不过来。

(2) 过度的照顾 父母对待子女的心态是“自己吃过苦,该让孩子享福”。因此,他们处处为孩子操心,包办孩子一切生活活动。宁愿自己累得“贼死”,也不让孩子自己动手,使孩子过着“食来张口,衣来伸手”的生活,缺乏生活自理能力,甚至养成懒惰、怕苦、贪图安逸的习惯,把父母当“奴隶”。缺乏义务感、责任感,不珍惜父母的辛苦和恩情。原苏联教育家马卡连柯说:“爱也是要求有分量,有尺度的。”最可怕的事情就是用父母的幸福来栽培儿童。”

(3) 过多的担心 有些父母对子女的疼爱,是“怕”字当头。在孩子的成长过程中,生怕出现这样或那样的问题。孩子少吃了怕不长,多吃了怕会胖;小孩出去玩,怕出事故;交朋友,怕学坏等

等。总之：“盯着怕化了，抱着怕撒了，牵着怕滑了，外出怕压了。”限制过多，管束过严过死。结果，把孩子养成循规蹈矩，胆小怕事，忧郁压抑的性格，不敢想，不敢干，没有自主自立精神，惟父母意志是从，成为“父母宠物”，或者成为“永远长不大的孩子”（有的上大学，还要父母千里迢迢送到学校）。法国哲学家、教育家卢梭说：“不可压制儿童的本性，在童年有着自己的为他们所特有的去看、去想、去感受的方法，所以教育者不应该强暴地迫使他接受其它的，为成年人所特有的方法。”父母的严格管教和儿童自我成长，既是有联系的，又是有区别的，离开孩子自己的感知，自己的学习，自己的实践，是不能茁壮成长的。

（4）过高的期望 父母对子女的期望脱离实践，要求孩子去做力所能及的事。有些父母不惜人力、物力、财力为孩子智力投资，提出过多过高的要求，从小对孩子的学习加码、加压，造成精神负担过重。结果，造成孩子不是厌恶学习，对父母弄虚作假，就是好高骛远，学习不扎实，不能实现父母的愿望。美国哲学家、心理学家杜威认为：“物的成熟要经过一定的时间；揠苗助长，没有不反致伤害的，人也是这样。这‘幼年’两字的意义就是说生长和发展的时期。只顾成长生活的

造詣,而不管幼年人的能力和需要,是自杀政策。”他特别强调,对子女的期望不能离开儿童的特点,“教育必须从心理上探索儿童的能量、兴趣和习惯开始。”

父母对子女,特别是对独生子女理智的爱,必须把上述“四过”的心态矫正过来,要由“四过”转变为“四个适度”。

①要爱而不骄,养和教相结合。孩子在成长的过程中,必须让他得到所需要的满足。但是,父母对孩子需要的满足要适度,不能百依百顺、有求必应。要让孩子知道该要什么,不该要什么。超过限度的要求,一定要教育和制止。孩子再哭再闹,也不能迁就。对孩子的不良行为和习惯,一旦发现,就要及时开导、教育和纠正。养成了坏毛病,恶习就难改。“玉不琢,不成器”,孩子不教,不能成才。

②养而不惯,既精心培养,又不娇宠。把关心孩子的吃、穿、玩和培养孩子的生活自主自立能力结合起来。父母在关心孩子长身体的同时,还要注意孩子长知识,开发智力,养成良好的品德和行为习惯,使孩子德、智、体全面发展。

③严而不厉,在对孩子进行管教的同时,又要让他们生动活泼地成长。对孩子关心要适当,该

放手处且放手。不要一严就管得太死,一松就放任自流。当孩子有自我意识的时候,就要注意尊重他们的意志和自主性,使他们在自我活动中树立自信、自尊和自制能力。

④目标适当,父母的期望应和孩子的追求统一起来。望子成龙,期望子女成才,要注意自身条件和可能,因人制宜,因材施教,因势利导。既要最大限度地培养和发挥孩子的聪明才智,又要尊重孩子的意向和实际能力,决不强求孩子去做经过努力而达不到目的的事。否则,会挫伤孩子的自信心和积极性,结果事倍功半,事与愿违。只要孩子从小有良好的体力、心理、才智、品德素质,经过精心培育,一定会成为对社会有用的人才。



31. 什么是智力?

智力一般可以看作人的聪明才智,它是指一个人在认识和改造客观世界过程中所表现的聪明智慧和能力。

(1) 智力的定义

①智力是适应新环境的能力:生物界适应环境是一种本能,人类的适应环境表现在人与客观世界相互作用过程中,对外界进行定向探索和识

别并采取一定行为作用于外界环境和适应外界环境的一种心理和行为能力。人的智力表现在经过大脑的分析、综合、抽象、概括、推理、判断的过程中,然后采取一定的行为。人不但考虑环境,而且主动地改造环境,智力是最高形式的表现。

②智力是一种学习能力:智力不同的人,在学习的广度、深度、灵活性和学习的方法方面可以有不同的表现。桑代克说:“智力表现为学习的速度和效率”。学习能力是一种尚未表现出来的潜在能力,即在学习中有可能达到较高或更高效的内在可能性,这就提示我们在教育工作或其它活动中,注意及早地开发人在学习方面的潜在能力。

③智力是认识事物的能力:人类在认识事物的诸因素中,最基本的智力因素是观察力、记忆力、思维能力。观察力包括观察的速度、广度和精细度。记忆表现为善于使用某些中介物质来帮助记忆,从而帮助记忆的速度和记忆的持久性。思维能力是把我们已经掌握的材料加以整理,得出结论的思维过程,它要求我们创造性地解决没有现成答案的问题。

④智力是一种创造性能力:创造性是指能正确对待前人的知识或客观事物,而不是单凭旧经验解决问题,而是具有创造性地解决新问题的能

力。创造力是抽象思维能力,是一种高级表现,但不是孤立存在的,它是与感知、记忆、抽象思维等相联系的。

(2)智力的结构 殷红博谈到,人的智力构成有三个因素:一为主体智力因素,二为个性智力因素,三为影响智力发挥的因素。

①主体智力因素是指每个人多少都具有的因素,它分为观察力、记忆力、思维能力、想象力、操作能力和实践应用能力等。

②个性智力因素是指某个人可能有或可能没有的因素,而对整个人类却具有的。个性智力因素包括数学能力、文学修养、艺术创作、观赏力、创造能力、价值评判能力、调查能力、社交能力和组织能力等。

③影响智力发挥的因素是指那些对人的智力运用发挥有影响的人的心理特征,它虽不被人看成是智力,但它们应算为智力结构中的“钉”和“水泥”,也是构成智力的因素,如意志力、自信心、忍耐力、独立性、创造欲、好奇心、勇气等。

上述各种能力不是孤立存在的,智力也不是这些能力的简单、机械相加的总和,构成智力的各种因素是相辅相成的,既有区别、又有联系,所以要发展智力,首先应使构成智力的各种能力得到

良好的、均衡的发展。



32. 智力是如何形成的？

孩子聪明不聪明 ,到底是由父母遗传决定的呢 ,还是由后天教育决定的 ? 如果这两种因素都起作用 ,到底哪种因素是主要的 ? 这些问题是人们常常思考和讨论的。

把上一代或上几代的形状传给下一代 ,这种生物现象称为遗传。父母能够遗传给孩子的只是人的机体上生来就有的一些解剖生理特征 ,如感觉器官、运动器官的某些特征 ,神经系统、特别是大脑结构的机能特点 ,像孩子的耳、鼻形状、手脚大小与遗传有关。但由于后天环境引起的人的机体变异 ,像后天近视、日常运动而肌肉发达 ,通过学习获得的知识和技能等 ,则都不是遗传的。

遗传物质是否正常、健全 ,孩子从遗传条件得来的好坏 ,是儿童身心发展的物质条件 ,但必须强调指出 :在一定的遗传条件的基础上 ,环境的教育对儿童的智力发展起决定性的作用。遗传素质固然很重要 ,但儿童的智力是否得到发展 ,向什么方向发展 ,发展的情况和水平如何都取决于后天的环境与教育。国外有人研究了孤儿院里的孩子 ,

他们出生时大脑的发育虽然是健全的,但由于后来长期地生活在单调枯燥、没有母爱的环境,缺乏智力发展的必须刺激,结果造成这些孩子的智力低下和情绪冷漠,与生活在正常家庭环境中的孩子截然不同。比如全世界已经发现了几十个由野兽哺育大的孩子,有“熊孩”、“豹孩”、“狼孩”、“猪孩”等等,其中最著名的1920年在印度发现的两个“狼孩”,他们在很小的时候被狼叼走,人们发现这两个孩子时,大的已7~8岁,小的2岁。这两个孩子被送到孤儿院去抚养,大的取名叫卡玛拉,小的取名叫阿玛拉,她们都具有人的生理上的遗传素质,但因为从小长期与人类社会环境隔绝,她们没有人的心理和语言,智力更谈不上。她们刚被发现时,不会直立行走,而用四肢行走,白天躲起来,夜里活动,吃东西不用手,而用牙齿撕开吃。虽经过人们的精心抚育,反复教育训练,但始终没有学会像人一样的生活,阿玛拉很快死去,卡玛拉经过两年训练才能直立,6年以后才会独立行走,直到17岁死去的时候,只学会了40多个单词,还不会说话,智力只有正常人3~4岁儿童的水平。这说明:婴儿出生后,如果离开了人类社会的生活环境,没有人的教育和训练,就不可能有人类的生活方式、行为习惯和心理活动。国外许多科学家

还用小动物做实验,发现动物的脑细胞越用越发达,脑细胞的新陈代谢也越旺盛。人的脑细胞、脑神经系统也是遵循“用进废退”这一客观规律发展的。所以有人把智力叫做先天遗传和后天影响的“合金”,两者都很重要。对极少数遗传素质不太理想的婴幼儿,只要他们大脑发育没有重大缺损或不太严重的畸形,出生后又给予精心喂养,使他有一个良好的生活环境,采取科学的方法加强教育和训练,那么大脑所具有的潜力就能够比较充分地得到发挥,这样的孩子还是可以发展成智力发达、知识丰富的人。



33. 智力与知识有哪些区别和联系?

智力和知识有着密切的关系,又有着明显的区别,它们之间是互相依赖、互相制约的关系。知识是对关于客观事物及其规律的认识,是人类社会历史经验的总结。而智力是一种个性心理特征,是获得知识、运用知识的能力。

知识的内容无限宽广,任何一个人,即使竭尽终身气力,也只能掌握其中极有限的一小部分。比如一位数学家,他对美术、音乐、舞蹈、地理、历史、政治、经济等许多方面的领域,不可能都很了

解,这些方面的知识在他必然是有限的。所以我们对某些父母花大气力教给幼儿的知识,不能估计过高,更不宜把幼儿似懂非懂地学到的点滴小知识,看成是衡量孩子今后一生发展水平的标志。这是因为,知识多、并不等于智力发达。如果这些知识不是在孩子有意识的引导下,通过自觉的、积极的思维活动获得的,而是靠死记硬背获得的。如果这些知识不是科学的、系统的,而是繁琐的、死板的、零碎的,如果孩子不会应用这些知识,不能举一反三、触类旁通,不能创造性地解决一个小问题,那么这些知识虽多也无用。

智力主要表现在掌握知识的广度、深度、难度和速度上,以及逻辑性、灵活性上,而不是表现在知识技术上的机械重复,智力高的学生能够重视材料上的逻辑性,内在联系。智力的发展是在掌握知识和运用知识的过程中完成的,一般情况下,儿童掌握的知识技能越多,智力就能更好的发展,通过掌握知识技能到智能发展有一个量变到质变的过程,只有掌握知识到一定的熟练程度,才会引起智力的量变和质变。

但另一方面,知识和智力又是密切联系的,一般说,聪明的孩子接受能力强,掌握的知识就多。而知识面深广的孩子,智力发展较好,认识和解决

问题的能力提高得更迅速。比如有些孩子在父母和老师的有意识引导下,通过主动、积极地学习、理解和掌握一些关于某些小动物的知识,那么,他们对这些小动物的活动的感知和理解,注意和记忆,想象力和创造力就会发展得好一些,他们在这方面的智力就比较高。反过来,又因为他们对小动物的活动感知、理解、记忆、想象得比较多、比较好,他们在这方面就会更快更好地获得新的知识。所以智力越发展,掌握的知识、技能的过程就会越顺利,也可以说,智力的发展为掌握知识技能提供了条件,而知识的发展为智力的发展奠定了基础。



34. 如何对待智力测验的结果?

随着社会的发展,家长都很关心的一个问题,就是自己的孩子智力水平如何,将来能否成才。为此,不少家长非常重视智力测验,甚至片面理解测验结果。这种倾向是不够全面的。

智力是一个非常复杂的问题。怎样能比较客观地反映孩子的真实水平,对此世界各地的心理学家、教育学家、儿科医生和儿童保健工作者进行了大量研究,结合本地的国情和特点,制定出一百多种形形色色的智力测查量表。概括起来,大体

上分为两大类：

(1)智力筛查量表 适合在群体中进行,项目相对简单,起初筛作用,没有诊断意义,当发现有小时,可进一步用其它方法详细检查。常用的有 DDST 法、图片法、绘人试验和 50 项智测量表。

(2)智力诊断量表 这类方法的操作相对较复杂,测查结果,对智力水平的判断有诊断意义。常用的有韦氏法(含学龄前、学龄儿及成人三种)、斯坦福—比内法、“儿一心”0~4岁量表等。

无论是筛查量表,抑或诊断量表测查出来的结果都有一定的相对性,影响的因素也较多,千万不要仅根据一次测查结果,就做出肯定的结论。

对儿童智能测查结果的评价应当是综合性的。对于结果的判断,首先应当注意复查和分析以下五个问题：

①测查中的问题：一次测查结果是和测查的环境、被查儿童的情绪、主测人员的操作水平、被选量表是否适合孩子特点等因素都有着密切的关系。测查中出现异常情况,首先应对上述因素逐一进行复核,以确保测查结果的准确性。

②评定中的问题：应当指出,从智能的诊断角度考虑。通过项目(打“O”的)和未通过项目(打“×”的)总是相对的,本身就有一个逐步移行的过

程,显然不是绝对的。但智能水平的评定,最后还是根据“O”和“×”的分布情况来决定。因此,我们在评定智能发育时,不仅要把通过月龄加起来,求取一个平均值,更重要的还是要善于观察各个行为区的动态变化过程,知道各个智能区的行为处在哪个相应年龄阶段水平,这对真正客观地评价婴幼儿智能发育是非常有益的。

③查明影响智力的因素:一旦发现孩子智能低下时,要注意查清影响小儿智能发育的有害因素(包括先天的和后天的)。这些先天的和后天的致病因子,一旦对孩子真正产生影响,势必会在2岁以前出现一些危险信号。

④除智能水平外还应检查孩子的适应能力。智能愈低的,一般其适应能力也愈低。

⑤对智测结果偏低的孩子要进行动态观察,定期进行复查。若多次结果相近,便可做出比较明确的结论。



35. 如何才能生一个健康聪明的孩子?

从恋爱、结婚、怀孕到分娩,列述十个问题,谈谈怎样才能生一个健康聪明的孩子?

(1)防止近亲结婚 婚姻法规定,三代以内的旁系血亲禁止结婚。所谓三代,是指从本身这一代起,向上推数三代和向下推数三代。在近亲结婚的后代中,少见病和慢性病的发生率高,而且身材矮小、体重轻、头围小、畸形多,特别是死亡率较高。

(2)最佳生育年龄 24~30岁生育较合适。这个时期身体健康,精力旺盛,生殖器官发育成熟,排出的卵绝大多数正常。生的孩子较健壮。年龄过小或过大时妊娠,都对孩子不好。

(3)婚前检查和产前诊断 婚前检查,是夫妻生育健康、聪明、美丽可爱孩子的第一步。通过婚前检查对某些疾病才能发现和确诊。如患有麻风病,急性传染病,结核病,严重的心、肝、肾等疾病,这些疾病有的不宜结婚或生育,有的不宜马上结婚和生育,否则一旦婚后妊娠,对父母和后代健康都很不利。产前检查,从妊娠早期开始进行定期检查,不仅可以较准确地了解胎儿在宫内的生长发育状况,而且有利于及早发现带有不良基因的胎儿,以便及时终止妊娠,不断提高人群健康素质。

(4)患哪些病不宜怀孕 凡患有严重的心脏病、肝脏病、高血压、甲状腺机能亢进、活动性肺结

核、血液病、糖尿病、精神病的妇女,都须坚持避孕。万一怀孕,最好终止妊娠。

(5)遗传和遗传病 遗传病的种类很多,常见的有三类,即:染色体病;单基因病;多基因病。这类疾病危害很大,可造成患者的终身痛苦和沉重的家庭负担,一旦活到生育年龄还会一代一代地蔓延,严重影响了民族素质。

(6)预防病毒性疾病 孕期患病毒感染,不但会损害母体健康,而且可进入胎儿循环,抑制胚胎细胞分裂,进而引起畸形。如TORCH(弓形体原虫、风疹病毒、巨细胞病毒、疱疹病毒和其它病毒)感染被认为是围产期较严重的感染,不仅能引起死胎、流产、早产、先天畸形、宫内发育迟缓、智力低下,也能在生后急性发病。因此,妇女在妊娠早期要特别注意增强体质,增加营养,提高抗病能力,积极预防感冒和各种病毒感染,防止孩子发生畸形。

(7)孕妇要慎用药物 有的药物会致胎儿畸形或影响胎儿发育。因此,应当在医生指导下合理用药。孕早期用药尤其要慎重。

(8)避免环境污染 工业污染、农业污染、环境自身污染、吸烟、酗酒、接触放射线都会危害孕在母体尚未出世的孩子。为了孩子的健康成长,

应尽一切可能给孕妇创造良好的环境。

(9) 孕妇要有美好的心境 孕期要清心养性,避免七情(喜、怒、忧、思、悲、恐、惊)所伤,还应多听音乐、多欣赏美术作品,保持心情愉快,情绪安定,有利胎儿健康成长。

(10) 注意合理营养 营养是人体健康的物质基础。合理的营养直接关系到胎儿的全面发展。因此,必须使孕妇的营养得到合理保证。



36. 早期教育有什么重要性?

当前,我们国家提倡一对夫妇只生一个孩子。毫无疑问,做父母的都希望这一个孩子,长大后成为体格健壮,智力发达,品德良好,并具有高度美育修养的人。要培养孩子成才,就要进行早期教育,而早期教育对孩子来说,是非常重要的。

早期教育,是指人还处在婴儿时期,即对其进行教育。这项工作,已有很多人进行了研究和实践,取得了显著的成绩。

美国心理学家布鲁姆的精心研究表明,若以17岁的少年的智力为100,其中50%是在4岁以前获得的,30%是在4~8岁获得的,20%是在8~17岁获得的,最初4年的智力发展是以后13年的

总和,说明5岁前是进行早期教育最重要的时期。许多名人的成长事实都证明早期教育可节省1/3的时间和力气,提前1/3的时间成才。

可能有人会问,孩子那么小,能接受得了吗?从脑的重量发育看,是可以进行早期教育的。

新生的婴儿并不是一张“白纸”,可以任人涂抹。他一降生于世就是对环境的积极探索者,具有相当惊人的反应和学习能力。研究表明:人的大脑生理发展关键时期,是从出生到10个月之间。两岁末,大脑基本上具备了它的主要生理特征。5岁时,已达到成人脑重的95%。因此可以说,进行早期教育是有牢固的生理基础的。大脑是在后天活动中不断发展,日趋成熟的,因此适时的智力刺激,将促进它的发展。婴幼儿之所以具有如此巨大的智能发展潜力,是和这个时期神经系统,特别是大脑高级神经系统的迅速发展和成熟密切相关的。因此,只要在良好的环境和合理的教育下,婴幼儿早期的智力开发是完全可能的。

另外,婴幼儿还有一个学习的最佳时期(或叫敏感期)。在这期间,婴幼儿的智力发展较快,环境对智力发展一年的影响效果,超过在智力发展其它时期中8~10年的效果。一般而言,5岁前是人的智力发展最迅速的时期。因此,孩子处于

婴幼儿时期,就要对其进行教育——早期教育,以促进他们的智力较快发展。倘若在最佳期被剥夺或被忽视了对孩子智力的刺激,错过了这个时期,将永远达不到他们应该达到的智力水平。由此可见,让婴幼儿具有优良的成长环境,适时地进行启蒙教育,将会极大地促进他们智力发展,使其身心健康,并为以后他们在德、智、体、美诸方面的发展,打下良好的基础。所以,早期教育是非常重要的。



37. 人类具有哪些早期教育的神经、心理条件?

婴幼儿期是人类智能发展最迅速的阶段,从脑的生长发育和相应的心理活动,都说明具有进行早期教育的基本条件。

(1) 神经发育方面

① 脑的重量不断增长 新生儿脑重约 340 克,6 个月时为 660 克,1 岁时为 900 克,3 岁时增加到 1100 克,接近成人脑重(1400 克)的 80%,4 岁时达到成人脑重的 90%。

② 大脑结构迅速变化

1) 脑细胞数增加。大脑约有 140 亿细胞。婴

幼儿出生后脑细胞数量还在增加,而且脑细胞数量的增加可能持续到2周岁。

2)神经细胞的突触增多。出生时神经细胞的突触少而短,故神经细胞之间联系较少。到2岁时,神经细胞突触分支长得相当丰富,神经细胞之间联系日趋广泛。

3)神经纤维的不断髓鞘化。神经纤维的髓鞘化可以保证神经兴奋沿一定的通路迅速传导而不致蔓延泛滥,更有利于神经联系的形成。到6~7岁时,神经纤维的髓鞘化已基本完成,整个大脑皮质成熟程度接近于成人。

4)婴儿出生后,大脑各叶的区分逐渐完善,脑皮质的沟、回迅速形成并逐步加深。

5)第二信号系统逐步形成。随着语言的发展,通过第二信号系统形成各种条件反射,并通过语言来调节自己的行动,增加有意性。

6)脑的兴奋和抑制功能不断加强。随着脑结构的发育,脑功能不断提高,高级神经活动的基本过程,即兴奋和抑制功能不断加强,条件反射能更快地形成并稳定。

(2)心理发育方面 婴幼儿的心理活动是在神经系统逐渐发育成熟的基础上,在环境作用下,逐步产生和发展起来的。鉴于婴幼儿神经系统的

发育是一个连续的、有顺序的过程，在神经系统发育基础上的心理活动也是一个连续的、有顺序的过程。这个过程所有孩子基本一致，顺序不会颠倒，每个过程也不会超越。研究发现：孩子出生后4周、16周、28周、40周、52周、18个月、24个月、36个月几个年龄阶段，在行为上出现特殊的飞跃进展。这些新的行为反映出这些孩子在心理发育上已达到划时代阶段和有代表性的成熟程度。因此，上述八个年龄阶段在心理学上被称为“关键年龄”。

在心理发育的过程中，首先是按照：由上而下；由近及远；先取后舍的三个原则，使运动功能随着神经纤维髓鞘化的发展过程，逐步发展起来，特别是在上述八个年龄阶段将出现飞跃性变化。除此之外，孩子心理发展的各个方面，如语言、社交能力、情绪、情感等都按照一定的顺序，逐步发展起来。

早期教育可以在上述神经、心理发育的基础上促进孩子智能的全面发展。



38. 人类的大脑具有哪些充分的智力开发的潜能？

为什么人类的大脑具有巨大的智力开发潜能？要回答这个问题，还必须从神经系统的结构和功能谈起。

神经系统的结构和功能单位叫神经元，也就是神经细胞，它是组成神经组织的基本单位。神经元的主要功能是接受刺激，并经过分析综合，将刺激传递给下一级神经元。神经元的形态是多种多样的，根据功能的不同，神经元可分三种：

(1) 传入神经元 又称感觉神经元，能接受内外刺激，并转化为神经冲动，向脊髓或脑传导。

(2) 传出神经元 又称运动神经元，能把脊髓或脑发出的冲动传到肌肉和腺体，引起运动反应。

(3) 中间神经元 又称联络神经元，是在传入神经元和传出神经元之间起联络作用，一般于脑和脊髓内，参加脑的分析和综合活动。这一部分是人类神经、心理活动的关键部分，也是挖掘智力潜能的主要物质基础。

人类的大脑皮层神经元(细胞)总数约为140亿个。通常被开发利用的不足20%，存在着巨大

的潜能。

大家知道,神经活动的基本方式是反射,所谓反射指的是人体在中枢神经系统调节支配下,对外界和内部的各种刺激发生的一种应答性反应。反射可分为两大类:

①非条件反射:是生来就有的先天性反射。是比较低级的一种反射。常见的有觅食反射、吸吮反射、拥抱反射、握持反射等。

②条件反射:是在非条件反射的基础上,通过实践,在后天逐步形成和完善的一类反射。条件反射虽然源于非条件反射,但因有大脑皮层的参与,所以更加高级和更具适应性。随着婴儿的成长,在非条件反射的基础上,会产生生活中所必须的愈来愈多的条件反射。

婴儿的大脑皮层能将自然界的一切刺激,如声、光、颜色、机械刺激等转变为产生某种生理活动的信号,从而形成条件反射。这种具体刺激物作为信号的皮质活动,称为第一信号系统。此外,语言、文字也可代替具体刺激使人类产生各种反应。它是信号的信号,即第二信号。以第二信号引起的皮质活动,称为第二信号系统。第二信号系统是在第一信号系统的基础上建立起来的,但比第一信号系统更高级、更广泛、更复杂、更具开

发潜能。随着儿童生活经验的丰富和受教育的增多,以中间神经元为物质基础的第二信号系统便日渐增多。这种以第二信号系统为刺激物所建立起来的条件反射愈多,人类的智慧便愈发达。鉴于神经细胞的储量很大,因此,可以认为人类的智力开发,潜能是巨大的,甚至可以说是无止境的。



39. 早期教育为什么要从胎儿期开始?

胎儿究竟能否接受教育,这是大家很关心的问题。近20年来,随着超声诊断的发展,对胎儿在宫内的生长状况可进行仔细的观察;来自母体外的种种刺激所引起的胎儿反应,也有可能加以观察和了解,事实表明胎教是客观存在的。

胎教主要是通过胎儿的听觉来进行训练的,胎儿的听觉器官的发育分为三个时期:

(1)初期 从妊娠2月末起,外耳、中耳及内耳已具雏形,但尚无听觉功能。

(2)中期 妊娠4~6个月,从对外界的声音有感知起,逐步能听到声音,若遇外界刺激,能引起眨眼、心律增强、头部转向等反应。

(3)成熟期 妊娠7个月起,能把听到的信

息传到大脑 ,并储存起来构成记忆。

当胎儿有了听觉以后 ,外界的声波能穿过腹壁、子宫壁和羊水传送给胎儿。因此优美的音乐势必成为胎教最好的工具。

与此同时 ,胎儿的触觉也可接受外界刺激 ,故还可通过抚摩孕母的腹部来促进胎儿的发育。

根据上述胎儿生理发育过程 ,妊娠 4 个月即可应用胎教音乐 ,并配合“抚摩法”进行。孕母可将手放在腹部 ,顺着一个方向 ,用手指轻轻抚摩胎儿 ,每次 5 分钟。一般与音乐配合同同时进行。每日 2~3 次 ,可根据孕妇的生活规律 ,安排在孕妇休息时。播放音乐时 ,发音部位需对着胎儿头部。音量不需过大 ,每次 20 分钟左右。音乐播放后进行抚摩 ,但在胎动频繁、子宫收缩多的时候不宜采用。此外 ,父母还可以经常向胎儿讲话 ,读歌谣 ,朗诵诗等 ,让胎儿接受更多的语言信息 ,这对出生后婴儿的语言发展有一定作用。

经过胎教对婴儿的智力发育是有影响的。比如某位妇女从怀孕第 4 个月开始 ,每天为胎儿放胎教音乐进行胎教 ,每次 30~60 分钟 ,孕母闭目静听。当孩子出世时 ,与其它婴儿相比 ,显得很老练 ,出生时两眼东张西望。长到半个月时 ,婴儿显得温顺 ,每当播放原先音乐时 ,孩子显得很安静 ,

面露笑容。有一次给他换了音乐,播放的是进行曲,婴儿立即显得烦躁不安;当重新播放先前的胎教音乐时,婴儿又恢复了平静和微笑。

在胎教过程中,使用胎教音乐,抚摩法的效果如何有一个重要因素,这就是孕妇的情绪好坏。孕妇情绪一定要良好,这是进行胎教的前提。如果孕妇的情绪不好,胎教便无从进行,所以孕妇心情要愉快。若遇不顺心的事,一定要加强自我控制。此外,尽量不看或少看刺激性过于强烈的电影、电视、书画等。可以欣赏优美的艺术作品,多到风景优美、空气清新的地方散步。保持一种良好的心理环境,胎教才有可能收到应有的效果。



40. 如何掌握早期智力开发的最佳期?

日本学者井深大认为:人类智力的潜能远远超越出人们陈腐偏见的想象,人的一一生中学习潜力最大时期不在大学,也不在中学,而在幼儿时期,必须从零岁开始就进行适当的训练。婴幼儿之所以具有如此巨大的智力发展潜力,是和他们这个时期神经系统,特别是大脑高级神经系统的迅速发展 and 成熟密切相关的。因此,只要在良好

的环境及合理的教育影响下,婴幼儿早期的智力开发是完全可能的。

鉴于婴幼儿降生于世就有一定的学习能力,他们能接受一定的教育;智力可以受环境和教育的影响,而且在生命的早期成熟尤为明显。因此,从孩子一出世开始,就应当有计划、有目的地根据儿童生理和心理发展的年龄规律,结合个别差异,选择略为超前的原则,对孩子进行早期教育。

儿童智力发展的速率不可能是匀速的和等同的,确实存在着智力发展的最佳年龄。所谓最佳或关键年龄时期,是指在人生命的某一特定时期或年龄阶段中,由于提供了特定的刺激,便使这种能力得到最适时和最好的发展。

我们知道,教育的目的就是不失时机地给儿童以充分发展智力潜能的机会,使儿童智力发展的最佳年龄期不至虚度过去,为以后的教育打下良好的基础,这是学龄前儿童智力发展的着眼点。日本学者木村久一认为,儿童的潜在能力遵循着一种递减规律。他认为,生下来具有 100 分潜在能力的儿童,如果一出生就进行理想的教育,就可成为具有 100 分能力的人;如果 5 岁开始教育,即使是最理想的教育,也只能成为 80 分能力的人;如果 10 岁开始教育,只能成为有 60 分能力的人。

教育越晚,儿童生来就具有的潜在能力便越难以发挥。

为了最大限度地开发儿童的智力潜能,除了从零岁起步,按照儿童心理年龄发展的阶段进行教育外,还应积极地为开发儿童的潜能创造条件。首先要促进儿童身心健康的发展,也就是促进儿童脑和躯体、生理和心理最健康的生长发育;同时要建立良好的生活和教育环境,父母一方面要了解儿童成长的客观规律,循序渐进,量力而行,不能急于求成,拔苗助长;另一方面要尽早发现孩子的爱好和某些方面的“超常”表现,积极加以诱导和培养。从心理学角度讲,婴幼儿是处在无选择的探求期,对一切新鲜事物几乎都发生兴趣,产生新鲜感和好奇心,要充分利用这个时机。父母要善于发现孩子的兴趣,支持和提高他们的兴趣,要把儿童的兴趣向正确方向引导。这里要特别指出的是:兴趣不论对家长、孩子都是学习中不可缺少的强大动力。有了兴趣,在大脑皮层产生优势兴奋灶,能高度集中孩子的注意力,大大提高他们的学习成绩和工作效率,进而最大限度地发掘孩子的大脑潜能。



41. 儿童的早期教育有哪些基本方式？

(1) 早期刺激 促进婴幼儿的运动和感知觉等发展。婴儿一出生就具有最初的运动能力,如手脚乱动,手的抓握反射,哭喊等,他们的味觉、听觉、视觉的各种器官开始活动,各种感觉能力开始发展。新生儿也正是从感知觉开始来认识环境,并与外界取得联系。因此从婴儿出生开始,就要给婴儿提供及时和适当的早期刺激,这种刺激是锻炼各种感观和促进大脑发育的重要推动力。早期刺激的方法是多种多样的,如给婴儿做被动体操的早期运动刺激,如给婴儿洗澡,用手或毛巾擦洗婴儿全身,不要捆绑婴儿的手,让他去抓握,使触觉功能得到较快的发展。给婴儿提供明亮适度的光线,让婴儿的眼睛追踪发亮和移动的物体促进婴儿视觉的发展。给婴儿听舒适、轻松的音乐,听母亲哼唱的催眠曲,同婴儿自言自语式的讲话,锻炼婴儿的听觉和语言能力。

(2) 在游戏中发展智力 幼儿的主要活动是游戏,幼儿在游戏中认识周围环境,适应生活,学习知识,发展体魄。他们在游戏中得到欢乐,好奇

心得到满足,想象力得到了发展和实现。因此父母尽可能把各种早期教育的内容和要求贯穿到游戏中进行。要关心和支持幼儿游戏,要正确组织和引导他们游戏,有时还应当和他们一同游戏。在游戏中,家长应让孩子成为游戏的小主人,孩子玩时有自己的想象和构思,家长不应主观干涉,在孩子游戏中遇到问题时,家长要鼓励孩子自己去解决问题,如游戏很难连续进行下去,家长可以适当给予指导和引导。此外,家长还要理解学龄前儿童的游戏内容、形式、时间和参加的成员是随着婴幼儿心理发展的不同水平而发生变化的,应当根据婴幼儿不同时期的特点来组织开展各种游戏。

(3) 利用玩具促进智力发展 玩具是由于各种游戏的需要而被创造出来的,但是幼儿是常常看到玩具才想起游戏。日本学者把游戏与玩具的关系概括得很好,他们认为:0~14个月的儿童是用玩具引导着游戏,14~30个月的儿童是被玩具启发游戏,30~54个月的儿童和玩具一起游戏,54~72个月的儿童有效地利用玩具来游戏。玩具的特点有一定的形状、颜色、声音、制作的材料也各不相同。在使用玩具时,促使婴幼儿看、听、触、摸、抓握、摆弄,根据想象力进行拼装、造型。因此

在使用玩具进行游戏时,发展了他们的各种感知觉,同时发展了他们的注意力、记忆力、想象力和思维能力。

(4)图书和阅读 可丰富婴幼儿知识和发展儿童语言能力。婴幼儿的图形和颜色知觉发展得很早,他们从小就喜欢看色彩艳丽、图形鲜明、情节生动的图书,更喜欢家长按图书的内容给他们边看边讲。阅读图书可以丰富婴幼儿的知识,陶冶道德情操,促进语言、思维和想象力的发展。家长和孩子一起阅读图书可以沟通感情、密切彼此之间的心理联系,所以,阅读图书是早期智力开发的重要手段之一。图书的种类很多,如认识事物名称的书、儿童生活故事、童话故事等等。家长应根据孩子不同时期身心发展水平,精心挑选孩子所喜爱的优秀读物,为他们成长提供丰富的精神粮食。



42. 早期教育应遵循什么原则?

(1)早期教育应从胎儿时期开始 在母亲怀孕期间施与胎教,避免一些有害因素的影响,使小宝宝出生后既聪明又健康,从出生后即可进行教育和训练。日本学者井深大行在《幼儿园太晚了》

一书中指出：人的一生学习潜力最大的时期不在大学，也不在中小学，而是在婴幼儿时期。从而说明早期教育的重要性。

(2) 遵循婴幼儿的生理发展年龄进行教育
在婴幼儿教育时，一般主张比生理年龄水平略为超前1~2个年龄组开始教育，如果超越太多，孩子的年龄达不到，不仅起不到教育作用，而且给孩子的压力很大，反而挫伤孩子的自信心和积极性，不利于小孩的健康发展。另一方面要注意发现孩子在某一方面的超常表现，并加以引导和培养。

(3) 合理使用奖罚手段
父母在教育小孩时态度要宽严并济，合理使用奖罚手段。无原则的溺爱，或是要求孩子过于严格，都会给孩子带来不良后果，过严可能使孩子产生畏惧心理，阻碍智力和性格的发展。过宽会使孩子思想松懈，缺乏战胜各种困难的毅力。正确的做法是严宽并济，既要让孩子感到你和蔼可亲，又让孩子意识到你的坚强意志，意识到你所坚持的原则和做法是不容违背的。对于幼小的孩子来讲，奖励能够鼓励和发挥他们的优点，改正错误和缺点，应该多奖励少惩罚。3岁前的孩子，对精神奖励缺乏认识和体验，因此不妨多采用物质奖励。3岁以后，要逐渐增加精神奖励的成分，并为最终过渡到精神奖励

为主。惩罚和奖励一样可以作为教育的一种辅助手段。它本身不具有说理的理由,但它可以强化说理的作用,但必须避免某些有害的形式,如打骂、恐吓、不准吃饭等。这样做效果短暂,易产生反感,甚至有害孩子身心健康。

(4) 培养小儿非智力因素和良好的个性心理
许多研究表明,儿童是否成才和健康不仅取决于智力的高低,还应取决于他们的非智力因素和良好的个性心理。如有理想、独立性、好奇心、自我意识及意识的坚定性、兴趣与求知欲、情绪的稳定性、优良的品质和性格等等。它们对智力的发展和促进是非常有益的。

(5) 重视儿童的全面发展
如培养小儿在德、智、体、美、劳各方面全面发展,培养小儿自己动手和用脑的能力,鼓励小儿自己能做的事自己做,从而使孩子将来成为有实际工作能力的人才。在培养小儿智力时,注意发挥大脑左右两半球的功能。大多数(右利手者)大脑左半球的语言优势功能(即听、说、读、写的功能)。右半球有非语言优势功能,即各种感知空间知觉高度发展,能进行形象思维,富有创造力。父母和老师要善于调动孩子大脑两半球的功能,使孩子的智慧全面发展。



43. 怎样对 1 岁以内小儿进行动作训练？

胎儿时期,尤其是后半时期,常出现“胎动”,这是小儿最初的运动形式,于出生以后,小儿在第一年内就能掌握各种运动的基本动作。运动的发育直接与肌肉的发育、尤其是与中枢神经系统的发育有密切的关系,而运动的发育反过来又影响大脑的发育过程。因为在肌肉中有很多向心性神经的终末器,可将各种神经刺激冲动传到大脑,从而促进大脑的活动功能,促进智力的发展。

(1) 1~3 月小儿的动作训练

①练习抬头,让婴儿空腹时练习俯卧抬头,从每次半分钟开始,逐渐延长时间,每天 2~3 次。

②扩胸运动,婴儿仰卧,两臂左右分开,手心向上,使婴儿两臂在胸前左右分开,手心向上,使婴儿两臂在胸前交叉做重复动作,每回做 4~8 次,每天 1~2 回。

③屈腿运动,婴儿仰卧,握住婴儿两个脚腕,使婴儿两腿伸直,再使婴儿两腿同时屈曲,使膝关节尽量靠近腹部,还原共做 4 次。

④伸展运动,婴儿仰卧,拉婴儿两臂在胸前呈

前平举,掌心相对使婴儿两臂向两侧斜前上举,再拉婴儿两臂在胸呈平举,掌心相对,还原共做4次。

⑤手的训练,成人用手指刺激小儿手掌,用玩具触碰小儿手,使小儿手主动抓握,鼓励小儿玩自己的手和抓自己的衣服和被角。

(2) 3~6月小儿的动作训练

①练习小儿抬头及抬胸,在小儿练习俯卧时,用手支持前身,使胸部抬起。

②利用玩具逗引小儿,练习翻身。

③练习仰卧起坐,握住小儿双手,把他拉坐起来,练习次数逐渐增加。

④练习手的抓握能力,如用色彩鲜艳和带响的玩具逗引小儿,把玩具放在小儿能注视和能伸手抓握的地方或把玩具悬挂在小儿脸上方约20公分处训练小儿伸手抓玩具玩。

(3) 6~9月小儿的动作训练

①练习跳跃运动,用双手扶小儿腋下,使其站好,并练习跳跃运动。

②练习爬行,用玩具逗引小儿,必要时成人将手放在小儿的脚下给予帮助。

③后屈运动,婴儿俯卧,双手握住婴儿小腿,提起双腿呈推车样,还原重复数次。

④练习独坐,练习仰卧起坐时,要多坐一会儿。

⑤练习手抓握较大东西,如积木、大米花、葡萄干、糖块,训练小儿自由抓玩、摆弄、敲打玩具,鼓励小儿学撕纸和伸手够远处玩具。

(4) 9~12月小儿的动作训练

①爬行:用玩具逗引小儿爬行的积极性。

②扶站:让小儿用手抓握栏杆扶站。

③坐立训练:小儿坐立,母亲拉住两手腕使其站立,然后轻轻推小儿,使其坐下,重复2~3次。

④拾取运动:母亲站在小儿后面,用手握住小儿身体,让小儿弯腰前倾,拾取床上的玩具,然后直立,重复1~2次。

⑤训练小儿用拇指捏起小丸,每天训练数次。



44. 怎样对1岁以内小儿进行语言训练?

语言是人类所特有的一种高级神经活动形式,小儿在出生后的第一年内,在不断的教育和周围环境的影响下,语言才逐渐发展起来,此期的训练,为小儿说话和理解词做准备。

(1) 0~3个月小儿的语言训练 出生到3个

月以内,是简单的发音阶段,a,ai,ei,e,l,ou,声母很少。这个时期可以定时让小兒听听音乐,母亲要与小兒多谈话,如哺喂小兒时,要保持愉快的气氛和情调,并用欢快的语言招呼他,可以先亲亲他,给他看看手中的奶瓶,并对他说:“小宝宝吃奶啦!”“吃的真好!”“好吃吗?”“甜不甜?”“吃饱了吗?”等一类话。如在换洗时,也要与小兒多说话,逗引小兒发声和欢快的笑。

(2)4~8月小兒的语言训练 4~8月小兒的语言是连续音节阶段,发音中的声母显著增加,而且开始发重复连续音节,如ba-ba-ba,da-da-da,na-na-na等。有此音节近似ma-ma(妈妈)ba-ba(爸爸)。此阶段,母亲要经常与小兒谈话并逗引和鼓励小兒发音,当孩子发音时,母亲要及时应答,这样可以使孩子愉快,兴奋并会再发出声来,此期训练语言时,可以利用一切机会,创造良好的语言环境。语言要与实物相结合,如家长指着灯说,这是灯,然后再问孩子灯在哪里,多次以后,家长只要一说灯在哪里,孩子就会看灯或用手指示灯。如让孩子听汽车声,可以告诉孩子是汽车。让小兒模仿叫爸爸、妈妈和模仿弹舌头等促进发音。

(3)9~12月小兒的语言训练 9~12月小

儿的语言是学话萌芽阶段,也是听觉发展的阶段,是培养说话的关键年龄,家长与孩子在一起的时候只要看到什么,就教孩子什么,让孩子知道这个词语与这个事或物的稳固关系。例如,问小儿帽帽呢,他就会摸摸头上或者寻找帽子,问他妈妈呢,他就会转头四处寻找妈妈。这个时期对小儿的语言训练可以采取看图画的方法,如给孩子看印有各种动物、交通工具、人物画像一类的图片或画册,最好是每张纸只画一个图,妈妈和孩子一起看,边看边说边指,同时可以教小儿发音,言语要清楚、正确,不要使用儿语。小儿看到画上他熟悉的人或动物、车辆,会很高兴,有时还会呼叫,这时应鼓励他发音,同时,可以问小儿,狗在哪里,车在哪里。利用生活用具教小儿,如反复教小儿熟悉并喜欢的日常用品的名称,起床时可以教他认床单、小被、衣服,哺喂时,可以教他认小碗、小杯、吃的食品、水果名称。在玩耍中,教他认自己的玩具,将他喜欢的玩具藏起来,再问他:“小汽车哪里去了,布娃娃在哪儿?”逗引他去找,也可以大人先拿一个玩具做示范,表演玩法,然后交给孩子,同时说:“宝宝玩一玩!”好极了!这样玩!”在玩中间,就可以教小儿认识玩具的名称。



45. 怎样对1岁以内小儿进行感知觉训练？

感知觉就是感觉和知觉。感觉如视觉、听觉、皮肤觉，知觉如空间知觉、时间知觉。它是人脑对直接作用于感觉器官的客观事物的整体反应，孩子出生后即有感知觉，对事物的认识也是从感知觉开始的。

(1) 小儿感知觉方面的训练可以从听觉开始。有资料证明，听觉功能在婴儿出生前就开始。因此，胎儿时期让母亲听音乐、对胎儿说话可以促进胎儿听觉的发育，小儿出生以后就可以进行听觉训练，如每天给孩子听轻松柔和的音乐，母亲对小儿唱歌、让小儿听摇篮曲，在哺喂、换洗时对小儿多说话，让小儿听听铃声、时钟滴答声、不同人的声音、动物的叫声等等。

(2) 小儿视觉的训练 小儿第一年的视觉训练主要是色感、估量视距、追寻物体和眼手合作等方面。色感，父母应尽量给孩子提供各种不同颜色的玩具、孩子穿的衣服、使用的被褥、用具最好用不同的颜色。估量视距，一个多月的小儿，看东西最远可达1~1.5米，3~4个月的孩子可达

4~7米，半岁以后可看远距离物体。因此，训练小儿视距应从近到远。开始小儿不能准确地控制手的运动达到适当的距离，因而常常不能准确地抓住玩具，可以把玩具放在离他较近的地方，训练他试抓，然后再放远一些距离，让小儿看，也可以让小儿先看一些大的玩具，逐渐让小儿看一些小的东西，最小可以训练看小药片、小米粒、小蚂蚁。追寻物品：母亲当着小儿的面，将玩具用纸盖住，或藏在床单下、身体后、或物体间让半岁以后的小儿寻找，可采用一些带响的玩具，从不同的角度弄出声音，让小儿眼手合作寻找。

(3) 小儿味觉、嗅觉、皮肤感觉等训练 在正常的生活条件下，孩子这些方面的感觉都可随着生活进展得到一定的训练。如味觉，孩子在饮食过程中，自然锻炼了味觉，酸味、酒味和苦味刺激味觉的发育。嗅觉，小儿在出生以后就有嗅觉能力，新生儿嗅到母乳的香味会将头转向母乳方向。哺喂过程中，凡是能看到的食品都可以让小儿先闻一闻，如饭菜香味，各种水果的香味，醋味、酒味等等。皮肤的触觉训练，如给小儿做被动体操活动四肢，用小儿洗澡的毛巾和手擦洗小儿全身，洗澡后的皮肤按摩，洗手时的热水和冷水刺激，日光浴，手抓握不同材料制做的玩

具，如玩具的柔软和不同的硬度都可以促进小儿触觉的发育。



46. 怎样培养1岁以内小儿社会交往能力与认知能力？

社会性交往是人类独特的生理需要，儿童的身心健康既要物质营养，又要靠精神营养。如食品不足，就会发生生理方面的营养失调，推迟生长发育，影响体质。如小儿的社会交往不足，就会发生精神方面的营养失调，妨碍智力发展，影响健全的性格形成。在西方的孤儿院中，尽管食物和生活条件不错，但由于缺乏丰富的社会交往，即无母爱、又无小伙伴的交往，他们和在家中由父母抚养的同龄小儿相比动作发育慢、反应迟钝、身体抵抗力弱、缺乏生动活泼的表情和主动积极的交往要求，表现出明显的精神不足。

(1) 加强母子感情交流 婴儿出生以后，饿了、冷了、困了、身体不舒服只会用哭来表示，母亲要多抱抱小儿，抚摩和亲吻小儿，在小儿哭闹时，可用说话，用手按抚小儿的腹部，握住小儿双手，或者抱起来等方式进行安慰，使小儿懂得成人的安抚。如小儿饿了时哭闹，母亲可以边

准备边与小儿说话，如“宝宝等等，我在给你准备呢！”反复多次以后，小儿就会懂得暂时不哭，等待成人满足他的要求。除了生活上的关心以外，母亲要用亲切的声调多与小儿说话，用慈爱的目光注视他。在小儿安静觉醒的时候要多抱抱他，逗引小儿笑。对小儿情绪，母亲要作出相应的反应，在精心的照料下，培养好最初的母子感情。

(2) 让小儿多与外界其他人交往 孩子仅仅与父母交往是不够的，还应和小伙伴交往。小儿满月以后，可以抱孩子到屋外去活动，先熟悉外界环境，以后慢慢就可以接触外界的其他成人与小伙伴，这时就可以训练孩子愿意和别人接近，会运用面部表情和手势与别人交往。

(3) 利用游戏让小儿学会交往 成人可以利用游戏，如在玩躲猫猫游戏、拍手游戏、照镜子和玩耍中让小儿学会交往。

1岁以内小儿的认知训练：1岁以内小儿的认知训练主要在学习语言及模仿过程中提高小儿的认知能力，并创造条件让小儿多看周围的一些事物。如在小儿5个月时，训练叫他的名字就会转头，让小儿多照镜子，学会认识自己，并做一些游戏动作，拍拍和亲吻镜中的自己。在小儿7

~8月时，教他模仿成人声音，如弹舌头，叫妈妈。8~9月时，让他学会欢迎、再见的手势，懂得成人的面部表情，懂得常见物的名称，如灯在哪里？小儿能认知并能用眼或手示意。10~12月时，可以教小儿模仿玩一些玩具，如玩推小汽车、用瓶盖盖小瓶、把东西放入碗中并取出、用笔模仿画画、玩搭小积木等等。在小儿出生以后，让他多接触外界环境，如在马路上看各种行驶的车辆、大树、花草、小动物和各种不同样的房子而增加小儿的认知能力。



47. 如何促进1~3岁幼儿的动作发展？

(1) 1~1岁半幼儿的动作发展培养

①练习独立站：用双手扶婴幼儿站，逐渐放手，再用手扶着婴儿，反复训练，直到独立站稳。

②练习独走：拉双手走，牵一只手走、扶栏杆走，能站稳以后与婴儿对面相距1~2尺，让婴儿独走。

③教会幼儿自己走：蹲下、站起、练习投球，小儿拿球后，举手过肩将球扔出。

④训练小儿配合穿衣动作：穿衣服伸手，穿袜子伸脚，洗手时叫小儿伸手。

⑤练习小儿用蜡笔在纸上画画，玩搭积木游戏，教幼儿放套圈，把圈往木塔上套，教小儿看书时，让小儿用手翻书，用绳串珠并让幼儿把绳拉过。

(2) 1岁半~2岁幼儿的动作发展培养

①练习扶栏杆上下楼梯，用球练习扔、滚、踢的动作，沿直线拉玩具车走。

②练习倒着走，练习独立上下台阶，学做简单的模仿操，学用脚尖走路。

③训练小儿随意地跑，训练双脚向前跳、练习一只脚站立。

④练习幼儿手的动作，学会搭积木四块以上，打开和盖紧小瓶或小盒的练习，用蜡笔在纸上涂画，并学会画横竖直线，练习把玩具或小皮球放进玩具箱并会拿出来，练习用拇食指准确地捡豆子，一个一个地捡，每分钟15个以上。练习用玻璃纽扣穿扣眼，并学会拉线，用手指翻书，能够一页一页地翻。

(3) 2~2岁半幼儿的动作发展培养

①练习小儿随意跑，训练小儿双脚往前跳，走平衡木，原地跳高，钻游戏圈，爬攀登架，自

己爬上成人的椅子并转身坐下。

②在游戏中的动作发展，如学青蛙跳、兔子跳，随音乐跳舞。模仿成人做体操，练习投球的基本动作。

③练习小儿手的动作，练习搭积木 10 块以上，熟练地穿珠、穿扣眼、插棍、插塑料玩具，捏泥塑，教小儿画一些简单的图形，如圆形、方形，学用纸折简单的东西，如学折纸正方形、三角形，学习自己洗手并擦干净，学习脱单衣或单裤，用杯子倒水时不洒出外。

(4) 2 岁半 ~ 3 岁幼儿的动作发展培养

①进一步锻炼小儿走、跑、跳跃、向前跳、攀登、走平衡木，钻爬投掷得更好更稳。

②练习骑三轮车，独脚站 5 ~ 10 秒钟，独脚跳、向上跳 15 公分，从 30 公分处往下跳，过头扔球，教小儿拍皮球、接住、反复多次。身体在垫上左右翻滚，模仿动物的动作，如天鹅，两臂左右平举，另一只脚抬在膝盖处，然后向后伸，身体向前，连续做几次，每次 2 ~ 3 秒钟。

③连续小儿手的动作，学习解衣服上的扣子和系扣子，自己擦鼻涕，自己洗脸、洗手、洗脚。教小儿画画，如交叉线、三角形和用彩笔涂画，用纸叠简单的东西，如飞机等。在安全的情

况下，学习使用剪子，沿直线或曲线剪纸。继续用泥塑做手工，玩各种插塑玩具。



48. 如何培养 1~3 岁幼儿的语言表达能力？

1~3 岁是幼儿掌握口语表达的关键年龄。家长在培养幼儿说话时，要教孩子正确发音，吐字清楚、准确，句子规范，语言文明，尽量教孩子更多的词汇，词汇越丰富，语言表达能力就越强。还要教孩子说完整的句子，学习唱儿歌等等。此期幼儿的语言可以分为三个阶段，再根据不同的语言发展阶段进行语言和表达能力的培养。

(1) 1 岁~1 岁半幼儿语言能力的培养 此时期为语言单词句时期，孩子说的句子往往只有一个词，如孩子想要妈妈抱，却只能说“妈妈”，想要喝水，只能说“喝”，想要别人给他拿玩具，只能说“拿”。因此，单词句时期的词表达的含义是不准确的，家长常常需要把儿童说话时附加的手势、表情、体态等许多情景性表现都考虑进去，来估计孩子说话的意思。这时期儿童说话的积极性并不高，能说的话很有限，但理解成人的

话比较快，比较多，因此父母应通过日常生活所接触的物品和动作告诉幼儿，使孩子理解某些单词与物品的关系，逐步发展对各种语言的模仿。在孩子的生活中，不论做什么、都要告诉孩子，如洗脸、洗手、吃水果。或用一些图片或实物练习，即家长说出名称让小儿找出实物或图片，一定要鼓励孩子说话，如用食物训练孩子叫妈妈、爸爸、奶奶、哥哥、姐姐等词，发出正确的音时应给予奖励，以提高孩子的兴趣。

(2) 1岁半~2岁幼儿语言能力培养 此阶段为简单句时期，孩子已经可以用一些简单句表达意思，如“妈妈再见”、“上街”、“没有了”。这个时期儿童的说话积极性大大提高，因此，成人要引导孩子多说，如引导小儿称呼周围的人，问爸爸、妈妈好，说再见。启发孩子会用词表达自己的愿望，如孩子不能表达，要教孩子表达所需要的物品，教孩子熟悉动物并说出名称，并学动物的叫声，教孩子学说自己的名字、父母的姓名。教孩子看画册、并能叫出名称。教孩子认识自己身体的部位，如眼、耳等，并能叫出名称。引导孩子说简单的儿歌，会说2~3个字的话，此期要引导孩子正确发音。

(3) 2岁~3岁幼儿的语言表达能力的培养

此阶段为复合句发展并初步掌握口语的时期，这时孩子不仅使用简单句，而且使用相当的复合句来表达意思。此期成人要多与孩子进行语言交往，启发孩子多提问，培养孩子说出自己的需要。重点还要培养孩子连贯性语言的表达能力，用连贯性语言说明一件事或表达自己的愿望。培养孩子说明事物的特征、用途等，如杯子是喝水用的，也可以装东西，笔是写字的，有铅笔、圆珠笔、钢笔等。在训练孩子语言表达能力时，还可以通过看画册，边看边提问。通过讲故事，让孩子复述故事，还可以通过学儿歌猜谜语，讲故事来发展和丰富孩子的语言能力。



49. 如何培养 1~3 岁幼儿的认知和早期思维能力？

随着小儿动作的发展，特别是语言的发展，儿童的认知和早期思维活动开始发展，这个时期的小儿喜欢问“这是什么？”来认识事物和进行思维活动，根据这一特点，家长和教师应努力引导孩子去认识事物，鼓励孩子多提“是什么？”的问题。2岁以后，在可能的条件下，要鼓励孩子提出“为什么？”的问题。每当孩子提出问题，

都应给予圆满的答复。问题是引导孩子思维活动前进的火车头。这个时期，要提高孩子的认知和思维活动主要有以下两个方面。

(1) 发展孩子的观察力 教会孩子观察的方法。首先要为孩子提出丰富可观察的环境，带孩子到外界环境中去，如上动物园，让孩子认识各种生动活泼的动物，给孩子简单地讲讲，这种动物吃什么，喜欢在什么样的环境中生活。在花园里玩时，告诉孩子什么是花、树、小草以及让孩子认识颜色。在街上活动时，告诉孩子什么是红、绿灯，自行车和不同大小的汽车。在家里，要让孩子观察认识自己生活中的用品，如不但要认识自己的不同玩具，而且会玩弄和进行简单的造型。认识自己吃的食品、生活用品、衣着穿戴等。还要注意引导孩子去观察。如给孩子穿了一件新衣服，要问孩子衣服上有什么，他可以告诉您，衣服上有一朵小红花，或者有小兔子、小鸡等。在看小画册书时，家长应让孩子说说，小画册上有什么。在带孩子看树时，要让孩子观察树的大小、树叶的形状、风吹树叶的响声。

(2) 鼓励孩子的探索行为 此期孩子是一个精力充沛的“探索”者，他探索每个角落，触摸每一件够得着的物品。 he 可以从书架上把书一本

本抽出来，翻翻又扔掉，甚至可以撕坏。他可以打开小橱门，将里面的东西一件件掏出来，摆满一地，把小东西装到大东西里面，然后又想把大东西装到小东西里面。总之想知道每件东西的真面目。这就是探索世界奥妙的热望和行动，是孩子获取知识的动力。它可以帮助孩子了解周围事物的大小、形状、颜色、软硬、冷热、活动性和各种性质，将会大大促进孩子认知思维的发展，此期家长要根据孩子的特点进行引导和培养。如把不同的玩具放在一个布袋里，让孩子用手去摸，来分辨这是什么玩具。把不同颜色，或形状不同、大小不同的玩具摆在桌面上，让孩子按照要求取出某种颜色形状、大小的玩具来。也可以让幼儿按照成人的要求把玩具放到另一玩具的上面或下面、前面或后面、里面或外面。锻炼孩子按成人的要求取出不同方面的物体。



50. 如何培养 1~3 岁幼儿的良好个性、行为和生活习惯？

儿童良好的性格、行为和生活习惯是与周围环境相互作用过程中形成的，它的好坏对儿童今后是否健康成长起到很重要的作用。

心理研究表明，良好的性格是获得知识的前提，此期要根据幼儿的性格特点进行培养。

(1) 好动 幼儿总是不停地做各种动作，不停地变换活动方式，好动特征的本身是幼儿较易形成勤快、好劳动的良好性格倾向。幼儿喜欢跑跑跳跳，搬动东西，参加各种力所能及的劳动，在成人指导下做事，他感到自豪。因此，成人对幼儿的活动不要限制和干涉太多。对幼儿自己力所能及的事，就让幼儿自己做，不要包办代替。

(2) 幼儿的好奇心很强 什么都想看看，什么都想摸摸，什么都想问问。好奇心导致思考和探索的倾向。幼儿的探索行为比较外露，一般不仅用视线来回地观察，而且还用手去摆弄，也喜欢问为什么。幼儿好奇、好问的特征，如果得到正确的引导，很容易发展成为勤奋好学、进取心强的性格，所以父母对孩子的探索性行为不要指责和约束，对孩子的提问要及时给予解答，并鼓励孩子多提问。

(3) 好模仿 好模仿是幼儿的突出性格，利用模仿作为一种教育手段是很重要的，如让幼儿看一个打针不怕痛、不哭的孩子，他也会模仿别人打针时不哭的行为。如上课时老师说：“看小明坐得多直！”顿时许多孩子就会挺起腰来。因

此，我们要注意让幼儿善于学习正确的榜样，而不去模仿不良行为的性格特点和习惯。

(4) 好冲动 幼儿的情绪变化快，自制力不强。如幼儿喜欢做事，但常常比较马虎，粗心大意，不大计较成果的质量。又如幼儿常常从情绪出发提出问题，并非经过思考。如果家长给予正确的诱导和培养而不是指责，幼儿将会养成既善于思考和处理问题，又胸怀坦荡的性格。

幼儿阶段的不良行为和习惯，往往会带到少年时期，直接影响孩子的健康成长，因此要重视幼儿良好的行为和习惯。

①教育幼儿懂文明礼貌，尊敬长辈，对人有礼貌，关心别人，不说谎，不打人、骂人，不随地吐痰，乱丢纸屑。

②要教育幼儿爱清洁，讲卫生，热爱爸爸、妈妈，热爱老师、小朋友，爱护园中的一草一木。

③父母以身作则，做孩子的表率，父母要重视自身的品德文化修养，幼儿可以从父母的一言一行中受到良好行为的影响。另外，父母不能娇惯幼儿，无理迁就，可以通过故事、儿歌、讲道理，使幼儿懂得什么是好，什么是不好，以及为什么，从小培养幼儿学会对事物进行比较，分清

是非。

良好的生活习惯可以保证孩子的旺盛食欲和好的睡眠，从而有利于孩子的身体健康。首先，我们要根据孩子的生理特点，安排好孩子的吃饭、睡觉、大小便、游戏的时间，并认真执行。在吃饭之前，我们应该告诉孩子，要吃饭了，把玩具收拾好，去洗手吧。以后孩子当我们告诉他该吃饭了的时候，他就会采取上述相应的行动。另外，在要吃饭前，或睡觉前，不要给孩子玩新的、或有趣的玩具，以免妨碍孩子进食或入睡。



51. 如何培养学龄前儿童的观察能力？

观察是儿童认识世界的重要途径，观察力强的儿童，智力水平明显高于观察力弱的儿童，因此，要重视儿童观察力的培养，给儿童创造条件，把观察与思考结合起来。

(1) 观察自然景象 大自然的千变万化为儿童提供了最丰富的材料，家长有意识地带孩子到户外活动，并引导儿童观察自然景象及其变化，能大大提高孩子的观察力。

①观察水的变化。如遇雨季、大雨过后，小

溪的水也会上涨、变浑，水流在平坦宽阔的河道里十分平稳，而在狭窄或有岩石、杂物挡道的河床上变得波涛汹涌。冬季河水结冰，可大海的水不会结冰……这都是为什么？

②观察山的变化。如冬天的山光秃秃，灰溜溜的，而夏天的山却草木繁茂，花红树绿。近处的山看上去是绿油油的，而远处的山望去却是灰茫茫的。

③观察土地的变化。冬天土地坚硬，春天开始以后土地变得松软，干旱季节，田野土地干裂，道路尘土飞扬。而下雨以后，田野的裂缝愈合，道路不再起尘，反而呈粘粘的泥泞。

④观察气候的变化。夏天的空气发热，雨后的空气清爽，草场的空气充满干草气息，花市上的空气充满鲜花的芳香。

⑤观察四季的变化。春季温暖，夏季炎热，秋季凉爽，冬季严寒，北方冷，南方热。

⑥观察风的变化。风有微风、大风、暴风的区别。微风树叶飘动，大风树枝弯腰，暴风可以吹断树干等。

⑦观察云的变化。云有白的、黑的、灰的，有的呈五彩缤纷，云可以随着飘动，不断地变换图形。

⑧观察星辰的变换。太阳从东方升起，西方落下，月亮在晚上升起，并有圆缺变化。星星有大有小，有明有暗，有近有远。

⑨观察花草树木的变化。花草树木有不同的颜色，形态和姿态。有发芽、成熟衰败的过程。花有花开、花谢，树有叶茂、叶落。

⑩观察鸟、兽、鱼、虫的变化。虫有千姿百态，形状各异，不同的生活方式，生长过程中出现的不同变化，如小蝌蚪长大变成青蛙。

(2) 观察物品的用途 每一个物品都有它的基本用途，但可以作为其他用途，如茶杯是盛水的，但也可盛豆、插花。玻璃主要用于窗户，但也可以用来做柜子的玻璃门，碎了还可以切割东西。

(3) 用图片，参观画展发展儿童的观察能力如观察两种物品的不相同处，画上的动物或人缺少什么，观察不同的人在画面上的特点，比较虎与豹、狼与狗的不同处，可以观察一些在自然中不易办到的事。另外，图片观察可以有意地为孩子提供观察对象的各部分细节。

(4) 调动各个感官器官进行观察 孩子是靠眼、耳、鼻、舌、口和皮肤来获得对外界事物的认识，如吃水果时，要让孩子看看外型特征和颜

色，用手摸摸表面是光滑或是粗糙，是软是硬、是温是凉，用鼻子闻一闻，用嘴尝一尝。

(5) 在观察中多提问 在观察时，让孩子多提问，可以使孩子透过事物的现象看本质，并提出新的问题，从而使孩子的观察力得到进一步发展。



52. 如何培养学龄前儿童的思维能力？

思维是人类认识活动的核心，思维的发生发展使情感、意志和社会行为得到发展，同时也标志着意识和自我意识的出现。学龄前儿童的思维能力从低级的感知动作思维过程到较高级的具体形象思维，思维的方式从“是什么”而过渡到“为什么”，这些都反映了儿童思维的深化，反映了儿童力求从事物的现象去探索事物的本质。为了发展儿童的事物能力，可以从下面几个方面训练儿童的思维能力。

(1) 对事物进行比较 比较是在思想上把各种事物进行对比，并确定它们的异同。如让儿童找出物体的不同处和相同处而进行比较，用皮球和乒乓球比较大小，高楼和平房比较高矮，星星

和月亮比较多少，飞机和汽车开动时比较上下，厚书和薄书比较厚薄，大树和小树比较粗细，长铅笔和短铅笔比较长短。用两支铅笔和一把尺子，让幼儿比较三个物体中，哪两样东西相似，要求幼儿从一堆物体中，找出吃饭用的东西，而这堆东西中，有两把勺子可以吃饭。

(2) 对物体进行分类 分类活动表现了儿童的概括水平，分类能力的发展是逻辑思维发展的一个重要标志。训练儿童分类的方法，可以采用颜色、形状、大小、用途、属性分类，家长可以用不同种类的动物图片、食物卡片、图书、画图上的连线游戏使儿童学会分类。在生活中，训练儿童自己整理自己的玩具或衣物，整理玩具时，把车、船、动物、家具、炊具分别放成几堆，或分别装在不同的盒子里。整理衣物时，把衣服放在一起，裤子放在一起，袜子放在一起。

(3) 培养理解事物性质和关系的能力 理解是认识或揭露事物中的本质东西，它是逻辑思维的基本环节。在这方面，一种很好的培养方法是引导孩子去观察、分析和去解释自然界现象的生理现象。如天上的云彩为什么会动？为什么有时向南，有时向北移动？鸟儿为什么会飞？天为什么会下雨、下雪？木头和船为什么会浮在水面上

等等。

(4) 培养解决问题的能力 解决问题的能力是一种综合智力技能，不仅需具有相应思维能力，而且需要技术技能。孩子在生活中，处处需要这种能力。如儿童要拿高处的玩具，因为个子矮够不着怎么办，是拿小椅子站上去拿，或是找根小棍帮忙，或是求助于其他人呢？皮球掉入地洞里怎么办？手被小刀划破了，出血怎么办？诸如此类的问题许多，除了家长经常向孩子提出问题以外，当孩子碰到时，家长应让孩子多“想想”怎么办，并尽力为他提供解决问题的条件，天长日久，孩子解决问题的能力就逐渐发展起来了。



53. 如何培养学龄前儿童的语言能力？

学龄前儿童语言的发展主要在语音、词汇和语法三方面。家长和老师要根据儿童语言发展的特点进行培养。

(1) 儿童语音的培养 儿童从出生以后，就开始发音如“a、o、e”。3岁以后是语音发展的飞跃阶段，但由于幼儿在生理上发育不够成熟，

不能恰当地支配发音器官，如把“六”说成“you”，把“流”说成“you”，把“奶奶”说成“来来”，“宁宁”说成“玲玲”。这个时期，我们在教育孩子说话时，一定要发音清楚，如发现孩子发音不清楚时，要及时正确引导孩子练习，可以用说儿歌、绕口令、复述句子、讲故事等方法，使孩子多做发音练习。另外，在日常说话时，应该要求幼儿努力做到发音清楚，不应纵容孩子，让他们说话时不把嘴张开，或说话无力，不认真地发音，娇声娇气地说话吐字不清楚，避免家长模仿孩子说发音不清楚的话。

(2) 儿童词汇的发展 词汇是指词的总汇。学龄前儿童只掌握基本的口语词汇，对词汇掌握和发展主要表现在词汇量的增加、词类范围的扩大及对词意理解的正确和加深等方面。儿童智力水平较高，则词汇量一般也较多，家长此期一定要重视发展儿童的词汇量。词汇量的发展可以采取以下方法：

①用词联物游戏。如做饭时：“我在切什么？”让孩子说“切萝卜”；“妈妈洗的什么菜？”“洗的是白菜”；“爸爸正在煮什么？”“鸡蛋”。外出时：“马路上什么跑得快？”“汽车跑得快”；“天空上飞的是什么？”“你看见湖里有什么？”等等。

②猜谜语。对学龄前儿童猜谜语内容不要太复杂，要让孩子比较容易猜出，激发他们的积极性。

③联句游戏。大人和孩子一人讲一句话，联起来编成一个故事，例如“星期日我们到动物园去”，“先看猴子”、“猴子可好玩啦”、“又去看熊”……

④看图说话。利用看图说话，让孩子讲讲里面发生了什么故事，或根据图画编一个故事。

⑤复述较长的句子或复述故事。

⑥让孩子多听广播或磁带里面的故事，并学习讲简单的故事，或自编、自讲小故事。

⑦孩子喜欢诗歌和儿歌，应多教给他们，给他们提供表演的机会。

(3) 儿童对语法的掌握 儿童语法的掌握在学龄前只是句法的掌握，幼儿从2岁开始说不完整的句子，到6岁时，98%以上儿童使用完整句子。在此期间，家长教孩子说话时，逐渐从短句到长句，如开始3~4个字的句子，“我要睡觉”，以后逐渐增加到5~8个字，“我现在就去睡觉”。在句法结构方面逐渐使儿童学会修饰，如“猴子有两只明亮的眼睛”，“猴子的眼睛转得很快”。在句子的结构上从松散到严谨，如“孙悟空头上

毛”，应纠正为“孙悟空拔头上的毛”。



54. 如何培养学龄前儿童的想象力和创造能力？

儿童在2岁以后，他的想象力就迅速发展。幼儿期也是想象最为活跃的时期，想象几乎贯穿于幼儿的各种活动。在游戏中，幼儿不断地依靠想象而变换物体的功能，如一根棍子，先当枪使，后又当马骑，小椅子不总是椅子，有时可以当汽车。当玩积木游戏时，通过想象可以用积木建造各种形状的物体。这就是儿童从想象的单纯再造性，发展出现创造性。下面是培养儿童想象和创造的几种方法。

(1) 通过讲故事培养儿童的想象能力 当成人给儿童讲故事，留下结尾的部分不讲，让孩子续编，也可以和儿童一起将故事的结局编得生动、圆满。在描述故事情节时，不做细节的描绘，而是让儿童来补充。比如，讲到山林中突然发出一声虎的吼叫时停下来，让孩子描绘虎是怎样出来的，虎出现以后，林中情景怎么样，然后成人继续讲下去。故事中凡是生动的情景可以描绘的地方都可以让孩子试试。日久天长，孩子便

在续编故事中发展了想象力。

(2) 通过绘画发展儿童的想象力 3岁以后的孩子最好多画随意画，想画什么就画什么，家长和老师可以启发、引导，但不要代拟主题，代定内容，这种画有助于发展孩子的想象力。除了愿意画以外，还可以用补画面的办法来发展孩子的想象力。比如，家长先画一个蛋，然后让孩子加画其它的线条，构成小鸟、小鸭、小兔、小猫、小猪、小鱼等的形象。

(3) 在生活中发展儿童的想象力 在孩子的生活中，常常有许多问题需要去解决，而想象是解决问题的必备因素之一。家长可以假定生活中遇到这样或那样的困难，让孩子尽量多设想一些解决困难的办法。在生活中，我们也可以多问问孩子，比如，这是一个大雪天，出门可能会遇到的困难是什么？下大雨的时候，小河里的水会怎么样呢？如果在行路时，遇到一片水洼，你该怎么办？上述问题，最好帮助孩子把所有可能解决问题的办法都想到。

(4) 利用游戏发展儿童的创造能力 比如，使用积木建造各种模型，一人搭一种，交替进行，建造的模型不能同样，哪方先搭不出新的模型，哪方算输。利用沙土也可以玩建造模型游

戏，也可以利用建造模型的玩具，发展儿童的创造能力。

(5) 用橡皮泥发展儿童的创造能力 3~4岁的孩子可学塑面条、筷子、麻花、项链、皮球、糖葫芦、不倒翁、饼干等。4~5岁的孩子可学塑胡萝卜、飞机、饺子、茶碗、桌子、小娃娃、小鸭等。5~6岁孩子可学塑萝卜、柿子、坦克、小熊、火车、卡车、直升飞机、长颈鹿等较复杂的泥塑。

(6) 拼贴画发展儿童的创造能力 给孩子提供一些零碎的东西，如细绳、毛线、碎布、彩纸片，让孩子根据想象的东西而发展他的创造能力，去构成一副图画或做成一种物品。

(7) 利用折纸发展儿童的创造能力 3~4岁孩子可学折被子、钱包、双船、杯子、飞机。4~5岁孩子可学折青蛙、鸭子、船、裤子、衣服、小鸟。5~6岁可学折金鱼、坦克、手枪、书包、马、孔雀等。



55. 如何培养学龄前儿童的数学概念和计数能力？

数学是一门重要的基础学科，对学龄前儿童

进行数学方面的启蒙教育，教他们学会数数、计数，掌握最基本的数概念和简单的加减运算，学习一些有关几何图形、空间等方面的粗浅知识，并培养他们学习计数的兴趣，为小学系统学习算术打好基础。

(1) 教儿童数数 教孩子数数，不仅是让孩子认识一个数的本身，而且应该帮助孩子认识数是怎样形成的，一个数与其它数之间的关系。教孩子数数要从实物开始，如拿出一块小积木问他是几块，如答对了，又给他一块，问他现在是几块，下次再增加一块，问他一共是几块，再教他说3。在平时生活中，如穿衣服数扣子、吃饭时数碗筷、上街时数树、上公园时数花朵、在动物园时数动物的数，也可以用木棍、小石头、手指教孩子数数。

(2) 数的相加、相减 在教孩子的加减以前，先教孩子数的组成与分解，即一个数可以分成两个或两个以上的数，两个或两个以上的数可以合成一个新的数。对学龄前儿童来讲，只要求掌握10~20以内各数的组成和分解，不要求孩子学习多数连加或连减。在让孩子学习10以内的加减法时，开始要用实物训练，如用积木、饼干、石子等。实物算熟以后，可用画图练习，如

先画个苹果，向孩子问是几个苹果，答对以后，又画2个苹果，向孩子问一共是几个。孩子在五岁以后，可以让孩子学习心算10以内的加减法，如自编题，妈妈给小红买了5支笔，爸爸又给小红买了2支笔，问爸爸、妈妈一共给小红买了几支笔？小红有5颗糖，送给小明2颗糖，问小红还剩几颗糖？学前儿童，可以用笔进行计算。

(3) 认识几何图形 认识一些简单的几何图形，可以培养和启发儿童的观察、想象、思维和计数能力。训练儿童认识几何图形最初可采用实物，如不同形状的积木，还可以用一些硬纸或形板剪成各种图形训练儿童认识，先从简单的圆形、方形、长方形、三角形，逐渐让儿童学认椭圆形、圆柱形、圆锥形。再大些的孩子，可以通过成人在纸上画不同的图形让孩子认。还可以画分别由几个圆形、正方形、长方形、三角形组成的图形，让孩子指出图中有几个圆形、方形、三角形等。还可以用火柴棍，教孩子摆不同形状的图形，还可以利用折纸游戏教孩子认识图形之间的关系，如把正方形的纸对折，可以折成2个三角形，再对折可以折成4个三角形。

(4) 其它数的认知 认时钟，教孩子认识时钟，对孩子认识数，形成时间观念，发展智力，

养成良好的生活习惯有好处。学前儿童只要求孩子认识几点钟，几点半钟就可以了。当孩子已经学会看时钟时，大人可以帮助孩子制定一个时间表，如几点钟起床，几点钟上幼儿园等，让孩子自己看时钟行动。其它还可以教孩子认识货币，掌握1角钱等于10分钱，让孩子试买东西，并找回零钱。教孩子认年、月、日，要让孩子知道1年有12个月，1月有30或31天，一个星期有7天等。每年有四个季节，春、夏、秋、冬，并可教给他们每个季节的有关知识。



56. 如何培养学龄前儿童的记忆能力？

在学龄前期，由于年龄的增长、语词的使用和与成人的交往等等，孩子记忆的数量、质量以及记忆的方法都在不断地发展。例如，这一时期的儿童除进一步发展无意识记忆、机械记忆以外，还开始出现有意记忆、词语记忆和一些专门的记忆方法。

(1) 在游戏中培养儿童记忆能力 比如，玩时要记住物品或玩具，如将布娃娃、小汽车、积木、小瓶、布做的动物玩具摆成一排，先让孩子

记住有什么东西，各种东西的位置、特征，然后大人任意拿走一样，在拿的时候让孩子闭上眼睛或转过身去，然后让孩子说出少什么了，这样东西的特征、外形、颜色、用途等等。也可以把原摆成一排的东西弄乱，让孩子重新排成原来的游戏。还可以玩一种“传话”游戏，要有孩子、爸爸、妈妈、奶奶等参加，妈妈先把话悄悄告诉孩子，让孩子准确地把话传给爸爸、奶奶及其他人，传完进行校对，传对了再换一个话题。孩子传对了要给予鼓励。

(2) 用图画培养儿童的记忆力 如让孩子看一张画有几种动物的图片，限在一定的时间内看完，然后再把图片拿走，让孩子说出图片上有哪些动物。如训练孩子认数的时期，也可以采用图画，使数字形象化。如“1”像小棍子、“2”像小鸭子、“3”像耳朵、“4”像小旗子、“5”像小钩子、“6”像豆芽、“7”像拐杖、“8”像麻花、“9”像蝌蚪、“10”像大饼油条……。

(3) 利用唱儿歌、背儿童诗培养儿童记忆 学龄前儿童很喜欢唱儿歌、背儿诗，父母最好先把内容编成一个简洁而生动的故事，用形象有趣的语言讲给孩子听，他听懂了，理解了，再背儿歌、儿诗就容易记住了。当孩子在背诵一个儿歌

时，为了提高孩子的兴趣，增强记忆，大人可以帮助孩子，提示孩子记不清楚的地方。示范的方法可采用图画或动作。如孩子在记一个比较长的儿歌或儿诗时，可以让孩子分段记，记熟一段再记下一段。孩子已记住的东西要提醒孩子多重复，这样就记得牢。

(4) 在生活中培养儿童的有意识记忆 在生活中，经常向孩子提出记忆的任务，如让孩子帮助父母记住家中存放东西的地方，父母单位的名称、电话号码，家住的门牌号，亲友的名称，自己放玩具的地方、数量、儿童书籍的书名。如去公园时，要让孩子把看到的人或景物记住，回家以后复述，还可以每天让孩子讲述幼儿园的生活情况和有趣的事。在给孩子讲故事时，要让孩子注意听，提出让孩子复述故事的要求。在背诵儿歌时，也要向孩子提出要求，让孩子尽快记住。在日常生活中，可以适当向孩子布置一些他力所能及的工作任务，让孩子先仔细听清大人的话，记住大人叫他做的事情，然后让他边想边干，从而增强记忆能力和有意识记忆能力。



57. 如何培养学龄前儿童的艺术能力？

美术、音乐和舞蹈等艺术活动，也是幼儿认识世界的重要途径。艺术的认识借助于形象思维，比科学的认识更富于体验和想象，更易激发感情。幼儿的思维是具体形象，富于感情，所以幼儿对艺术活动特别敏感而有兴趣。通过艺术能力的培养而促进幼儿智力的发展。

(1) 培养儿童画画能力 儿童开始画画往往是乱涂抹，这时父母应有意地引导，使孩子逐步懂得自己画的东西要反映实际存在的事物。比如孩子涂抹了一串圆圈，大人要问他画的是什么，孩子可能说是皮球，这时父母要告诉他，皮球是圆的，你画的皮球不像，倒像一团团铁丝，应该这样画，才像皮球，再画时他就会注意了。在培养儿童画画时，可以利用实物让孩子边看边画，如画一根火柴、除了画一根棍以外，还要用红笔在棍的一端画上火柴头。在孩子画画时，大人应随时从旁指点、示范，使孩子逐步学会画横线、竖线、斜线、弧形、圆形，并学会用这些线条表现一些很简单的事物的形象。孩子在4岁以后，

可以让孩子学习添画，即大人先画出画的一部分，然后再让孩子添画一些东西在上面，这种添画，家长可以根据孩子的情况和兴趣，自己去编。孩子到5岁以后，不但已学会一些基本线条和几何图形，而且喜欢画一些车船、人物、花鸟等东西，这时大人要帮助他观察各种事物和生活现象，抓住这些事物的特征，找出各种事物和现象间的联系和差异，指出这些现象好在哪儿，差在何处，激发孩子的画画愿望。孩子在画画中，要让他充分发挥自己的想象力去创造各种形象。

(2) 手工 教幼儿手工和制作技巧，也能启发幼儿智力发展。如采用橡皮泥让孩子学捏各种动物，制作各种物品。用纸折各种东西，如船、飞机、鸟等。让孩子用剪子剪一些画粘贴，如小草、小花、小树、小兔等，剪好了这些画以后，再让孩子根据想象，把各种小的画粘贴成一幅大的剪贴画。

(3) 培养儿童音乐的能力 儿童经常感受音乐，唱歌跳舞，就能充分受到美的熏陶和感染，及对生活充满欢乐和希望。通过音乐培养，使孩子感情丰富，感觉敏锐，动作灵巧，情操高尚，心灵美好，对孩子进行音乐教育要从小开始。当

孩子学唱歌，往往是先学说歌谣，开始掌握语言的韵律节奏，然后再过渡到学唱歌。孩子不识谱，全凭听觉印象唱，因此在学唱歌之前，家长要反复多次地把歌曲唱给孩子听，在给孩子留下深刻的印象以后，再教他唱，这样做往往学得比较快。在教孩子唱歌时，即要教孩子把歌的音调唱准确，节拍正确，声音动听，又要把歌词唱清楚，把歌曲的思想感情表达出来。随着孩子的成长，可以边唱歌边教孩子舞动手臂或学习拍手，最后可在音乐伴奏下做动作或舞蹈。通过协调优美的动作去表达音乐的内容情绪。在学习音乐时，教材内容要健康，难易程度要适当，内容要丰富多彩，时间要安排适度，并要在实践中细心观察反应，及早发现人才。



58. 什么叫智力低下？

智力低下又称智力迟钝、智力落后、智力残疾或弱智儿。它是指孩子在发育期内，一般智力功能明显低于同龄儿童，同时伴有适应性行为缺陷。智力低下的诊断依据是：

- ①孩子正处发育期内；
- ②智力明显低于正常儿童的平均水平。智商

值低于人群智商平均值（100）两个标准差（每个标准差为15），即智商在70（或75）以下；

③适应性能力缺陷。即个人生活能力和履行社会职责的能力有明显缺陷。

以上三条缺一不可。

1985年世界卫生组织在《智力低下，迎接挑战》一文中指出：“只有当智力功能及适应能力都损害时，才能考虑为智力低下，单有智商（或发育商）低或单有适应性行为缺陷是不够的。”因此在确诊智力低下时应特别慎重，要反复进行观察，不能仅根据一次发育商结果便做出判断。国外对智力低下儿童的诊断常常需要经过儿科医师、心理学家、教育家、患儿父母以及与孩子经常接触的人共同会议、研究，才能最后得出结论。

智力低下的障碍性质及其对孩子的影响是有较大差别的。一般认为智商（或发育商）在70~75以下的都属智力低下，但根据智力程度和适应行为来分类，智力低下又可分为：轻度、中度、重度和极重四类（见附表）。

智力水平	智商（或发育商）值	适应行为
智力不低	70 ~ 75 以上	适应正常
轻度智低	50 ~ 55 至 70 ~ 75	轻度缺陷
中度智低	35 ~ 40 至 50 ~ 55	中度缺陷
重度智低	20 ~ 25 至 35 ~ 40	重度缺陷
极重智低	20 ~ 25 以下	极重缺陷

智力低下是一个严重的社会问题。根据1985年全国六大区0~14岁儿童智力低下流行病学的调查，智力低下患病率在城市为0.7%；在农村为1.41%。若将儿童按年龄分组，其中：0~3岁的患病率为0.76%；3~7岁为1.10%；7~11岁为1.40%；11~14岁为1.50%，说明随着年龄的增长其患病率呈增高的趋势。

全国残疾人抽样调查结果表明，根据上述分度标准，我国0~3岁婴幼儿智力残疾中，轻度智力低下占53.1%，中度智力低下占24.3%，重度智力低下占12.4%，极重智力低下占10.2%。若以在人群中的占有数统计，轻度智力低下儿童的患病率为5.60%，这部分孩子经过训练，可达到具有生活自理及从事简单劳动的能

力；极重智力低下儿童的患病率为 1.10%，这部分孩子需终身在家庭或特殊机构接受保护，是一个非常严重的家庭和社会问题。

59. 引起智力低下的因素是什么？

智力低下的原因很多，有生物医学的原因，还有心理的或社会的原因。

(1) 生物医学因素

①先天性因素：指的是胎儿在母体妊娠期间所受到的影响，可概括为两个方面：

1) 遗传因素：遗传因素常常带有家庭性，包括染色体和遗传基因异常。

现在已知的染色体病约 300 余种，最常见的是 21—三体，即常说的先天愚型，其发病率为 1.5%，患儿呈特殊面容，常合并先心病。

现在已知的基因病达 3000 余种，此类遗传病一般按亲子关系在家族中垂直传递。基因病分单基因病和多基因病，其中多基因病除了遗传因素影响外，还要受环境因素的影响，此类疾病常常伴有智力缺陷。

2) 环境因素：指母亲在孕期，特别是妊娠早期受下列因素袭扰，影响孩子智力发育。

- a. 病毒或原虫感染，如风疹病毒、巨细胞病毒、疱疹病毒、弓形体原虫及其它病毒感染；
- b. 服过对胎儿发育有影响的药物；
- c. 在空气受到严重污染的环境中生活；
- d. 母亲患糖尿病和甲状腺机能低下等病；
- e. 常接触放射线或有酗酒、吸烟史；
- f. 外环境微量元素缺乏，有近亲结婚史。

(2) 后天因素 受产时和产后因素影响。

①产时因素：产伤、颅内出血和窒息均易对智力发育产生较大影响。

②产后因素：最常见的原因是患过较重的流行性脑脊髓膜炎、脑外伤、癫痫、中毒性脑病等各类疾病，严重影响智力的发育。

(3) 社会心理因素 社会心理因素在智力低下发生中具有重要作用。这种类型的智力低下，除了发育商低以外，神经系统或身体其它方面都没有异常，因此又被称为非医学性弱智或生理性弱智。

①社会经济因素：包括家庭经济和文化水平低下，双亲智商在80以下时，在孩子发育过程中没有给予适时的营养和诱导教育，会直接影响婴儿的智能发育。

②社会心理因素：包括孕期刺激性事件、不

良的情绪等，对胎儿的身心发展都有很大影响。此外，家庭不睦、父母离异、常受欺辱、得不到爱等，亦会严重影响孩子智能发展。

③感情剥夺：孩子在生活中，要经常不断地受到环境的影响，同时会按照正常的发育规律逐渐出现各种行为。比如，孩子出生以后，如果训练得好，可以很快在吃奶、睡眠上养成良好的习惯。这就是说，孩子从出生第一天起就面临着教养问题。倘若我们将孩子放在一个与世隔绝的环境里，除了吃以外，剥夺了一切环境刺激，那么就会错过各种行为发展和关键期，以后再回过头来教育，则是无论如何也难以学会的。如“狼孩儿”卡玛拉的故事就是最典型的例子。

社会心理因素所致的智力低下为数众多，但轻度弱智的比例较高。



60. 智力低下儿童有哪些心理特征？

智力低下儿童在心理方面有其自身的特点，主要有：

(1) 认知能力方面的特点

①认知能力的发展速度比较迟缓，且其所能

达到的最高阶段也明显较普通儿童为低。表现为：感觉不稳定，视觉、听觉能力迟钝，记忆力很差，学习过的东西不能积累，抽象思维能力亦特别差。到了3、4岁，甚至8、9岁还不会数数，有的能从1数到10或20，但数不到100。计算时只会掰手指头、画圈圈。而且，这种发展迟缓的速度是与智力低下的程度成正比的。

②语言发展方面也较普通儿童迟缓。他们的语言能力较差，常常语无伦次。在常用词汇、文法规则的理解与运用上的发展水平常也较同年龄普通儿童为迟，且说话缺陷（如构音问题）十分普遍。说话内容贫乏，语言运用的质量较差。

③归纳推理与概念化的能力较差。不能进行抽象概括，更不会分析比较，想象力也很贫乏。

（2）个性和性格方面的特点 智力低下儿童在个性特征和性格方面也与健康儿童有较大的区别。

①智力低下儿童由于人格构造分化程度低、僵硬、缺乏灵活性，因而难于适应新的事态，对外显示出倔强顽固的个性倾向。

②焦虑自卑。由于处在特殊环境（如收容所）和经常受人歧视，以及在生活和学习上屡屡

经历着失败和挫折，因此，焦虑和自卑感特别严重。

③固执刻板。由于他们的智力结构分化较差，因此，待人处事缺乏随机应变的能力，以致反应死板，缺乏弹性，形成了固执刻板的性格。

(3) 情感方面的特点 智力低下儿童在情感和思想方法上往往表现出过多的沮丧、情绪紧张、内心压抑和缺乏自信。孩子以失败的心情对待家长或老师交给的任务，有时对家长抱敌对情绪，思想方法比较片面、绝对化。这一切当然也与周围人对智力低下儿童的态度有关。

(4) 学习方面的特点

①对学习抱失败心理。由于他们在学习上经历了屡次的挫折和失败，因此产生了对学习无法成功和只会失败的心理。

②对学习的注意力和短期的记忆力均表现较差。

③学习迁移的困难。智力低下儿童极难利用已学得的经验来解决新的问题，以致适应新环境的能力也较差。



61. 婴幼儿智力障碍有哪些早期危险信号？

婴幼儿特别是新生儿因年龄幼小，故心理障碍的表现有时很难认识，甚至被家长误认为是一个“特别乖”的孩子，躺在那里不哭，不给人添麻烦等等，殊不知这正是心理行为障碍的表现之一。这些婴幼儿常常对周围事物缺乏兴趣，注意力和反应力都较差。

婴幼儿智力障碍的早期危险信号主要有：

①很晚才出现微笑，不注意别人说话，伴有运动发育落后。

②眼功能发育不良，因其不注意周围，常被误诊为盲。

③由于对声音缺乏反应，又常被误诊为耳聋。

④由于咀嚼晚，以致喂养困难，当给固体食物时，出现吞咽障碍，并可引起孩子呕吐。

⑤正常孩子在会走以后，走路时两脚就不再相互乱碰了；发育迟缓的孩子，在会走后两脚依然相互乱碰，有的到2~3岁时仍然可以见到。

⑥注视手的动作持续存在。正常孩子在3~

4个月时，时常躺在床上看着自己的双手，反复玩弄双手；智力低下的孩子在6个月后，上述行为仍持续存在。

⑦正常孩子在6~12个月时，经常将东西放进口中，当手的动作比较熟练时就不再用口。发育落后的孩子用口的动作持续存在，有时到2~3岁还将积木放进口中。

⑧正常孩子在15~16个月就不再故意把东西往地下扔了，而发育迟缓的孩子持续的时间要长。

⑨正常孩子大约在1岁时停止淌口水，有缺陷的孩子持续时间要长。

⑩在清醒时，智力低下的孩子可见磨牙的动作，这是正常孩子所没有的。

⑪智力低下孩子有时需反复或持续刺激后才能引起啼哭，且经常发喉音，有时哭声尖锐，或呈现尖叫，或呈高音调，亦有时哭声无力。正常孩子的哭声常有音调变化。

⑫缺乏兴趣及精神不集中是智力低下儿童两个很重要的特点。缺乏兴趣表现在对周围事物无兴趣，对玩具兴趣也很短暂，反应较迟钝。

⑬智力低下儿童表现为多睡和无目的多动。

总之，在婴幼儿智力发展过程中，凡出现类

似上述的征象时，就应当引起高度重视，密切地进行观察，及时到儿童保健部门做相应的智力测验，以期尽早做出正确判断。



62. 如何对智力低下儿童进行早期教育和训练？

(1) 早期诊断和早期干预 1~4岁是大脑重要的发展时期，在这一阶段大脑的形态结构和功能经历着急剧的变化，对以后的发展起着决定性的影响，倘若在这个时期内，未对智力低下儿童采取有针对性的干预措施，势必带来难以挽回的严重后果。因此，做好早期确诊是必不可少的。

(2) 争取有利时机，采取有效方法

①应当抓住3岁以前是儿童智能发展的这个关键时期，有针对性地进行相应的教育。

②父母要亲自承担起教育孩子的重任，千万不要只等待或依赖学校等专门的教育机构。要有信心、有决心、有耐心，抓住时机，持之以恒，一定能收到良好的教育效果。

③在对孩子进行教育的方法上，要以患儿现在的智龄水平为训练起点，实行分解动作，逐一

训练，反复强化的原则，采取小步训练程序，按照患儿实际能达到的水平编排内容。

④注意发展和培养他们的生活自理能力，让孩子自己处理力所能及的生活琐事。

⑤安排合理的生活制度，保证足够的营养及合适的衣着，确保进食、休息、游戏、学习和睡眠等都有一定的规律。

(3) 具体的训练方法

①大运动训练从爬行开始，再训练翻身、坐、站、直到学会自己走路。

②手的训练从能握住物品到自己能抓握。先抓较大物（如积木），再抓小物品（如小丸），先抓近处物品到能抓远处物品，最后能摆弄物品，甚至学会拆装物品。

③感知训练以视、听、触觉为主，可利用彩球、彩带、带响的玩具作训练用具。

④认知能力训练以实物、图片等为工具，用强化方法建立新的条件反射，提高患儿对人、物和环境的认识能力。

⑤语言训练通过定期听音乐、对话、看口形等等，训练发音、说单词到说简单句子。

⑥交往能力训练通过与患儿密切接触、拥抱、抚摩、逗引等，鼓励患儿与他人接近，与同

龄孩子玩。

⑦生活能力训练通过练习吃饭、喝水、穿脱衣服、坐便盆、洗手洗脸等，训练患儿生活能力的提高。

(4) 训练中应注意的问题

①尊重孩子，保护他们的自尊心。孩子学会做什么时应及时表扬；不会时要有耐心。

②形象生动，结合实际。将训练内容与生活、游戏融合在一起，要形象、生动、有趣。

③进度要慢，多次反复。要把教的内容分解，一步一步地教，并多次反复。

④模范行为，示范动作。父母要有好的榜样，如举止端庄、言语文明、清洁卫生等。

⑤因材施教，因势利导。要善于发现其特长，要因势利导，增强信心，激发积极性。



63. 什么是非智力因素？它有何重要性？

(1) 什么是非智力因素 非智力因素从广义上讲，指除智力因素以外的一切心理因素。从狭义上讲，它是指和智力有关系，并对智力起作用的那些个性因素，它主要包括动机、抱负、理

想、意志的坚定性，兴趣与求知欲，情绪的稳定性、独立性、好胜性、自我意识等。

(2) 非智力因素的重要性 根据国内外关于智力发展的研究证明，人的智力因素要发挥最大的效能，必须有突出的非智力因素的作用。没有非智力因素的发展，智力因素不可能获得充分的发展，即使智力早期阶段发展较好，表现出发展的优势，如果忽视非智力因素的培养，甚至会阻滞它发展，使智力不能充分表现出人们活动中的效能。非智力因素在儿童学习活动中的作用可以概括为动力、引导、维持、调节、补偿和习惯等方面。所谓动力作用，表现为成功的动机，旺盛的求知欲，强烈的兴趣、好奇心、荣誉感等。可以直接转化为强烈的学习动机。成为直接推动儿童进行各科学学习活动的内在动力，使其智力活动增加效能，如观察、记忆、思维与创造性等活动得以充分发展，并取得积极的效果。这种内在的动力比外部激发的动力不仅作用大，而且持续的时间长。非智力因素的引导作用，它将帮助儿童引向各种活动目标，它能增强儿童的学习积极性和主动性，避免产生消极和被动，美国著名智力测验编制者韦克斯勒也曾指出，“非智力因素像酶一样，指导和促进智力的运用，它影响人的智

力，它能促进迟钝的人警觉。”非智力因素使儿童的自信心、自尊心、意志品质中的自制力、持久性、挫折耐受能力等以及自我评价能力这些非智力因素的发展，对儿童的各种活动起到维持和调节的作用。非智力因素可以弥补某些智力发展不足，有些儿童智力发展不那么突出，但是由于不怕困难，不怕挫折，刻苦学习、勤奋、终于获得成功，而且促进了智力的发展。非智力因素发展对儿童活动的习惯作用，指每个儿童在活动过程中，智力活动方式、方法、风格是不一样，这是由于儿童非智力因素之间的不同组合所形成的不同行为习惯和思维定势，使智力因素发展表现出不同的类型。

在非智力因素中，兴趣和探索的动机是发展创造性的促进剂，孩子有了学习兴趣，才会努力学习；有了制作兴趣，才会埋头苦干；有了探索兴趣，才会苦苦思索、追根溯源。正常稳定的情绪，是学习和工作的保证，情绪的好坏，常常左右一个人学习和工作的成败。情绪乐观稳定，才经得起胜利的冲击和失败的挫折。意志和性格是促进创造性的强有力的因素。居里夫人说：“人要有毅力，否则将一事无成”。爱迪生的发明创造，充分说明了他具有坚强的意志和不屈的

性格。



64. 如何培养儿童的非智力因素？

几乎所有的杰出人才，在谈到他们取得成就的原因时，都会谈到他们良好的个性心理素质，即顽强的意志力、自信心、忍耐性、独立性、创造性、好奇心和勇气等等。要让孩子具备这些良好的个性品质，应从下面几个方面培养儿童。

(1) 培养孩子的独立生活能力 培养孩子的独立生活能力，是培养孩子自信和勇敢精神的第一步，在生活上习惯于依赖，游戏中缺乏主动性的孩子，在学习上也往往缺乏旺盛的求知欲和学习新事物的积极性，做家长的不能溺爱子女，要放手训练孩子的独立生活能力，鼓励孩子做力所能及的事情。当孩子遇到困难的时候要给予鼓励、支持。

(2) 培养儿童坚强的意志力 一个人无论具备怎样的才能，如果没有坚强的毅力，就难获得成功。在生活中，家长要经常给孩子讲一些科学家在成功道路上如何取得成功的故事，培养儿童大胆创新的品质，在遇到困难时要有坚强的毅力。如发明家爱迪生在发明电灯时，经历了无数

次失败，但他仍然精神饱满、乐观，最后终于获得了成功。在生活中，我们不能让孩子一帆风顺，要给孩子出一些难题，遇到困难要让孩子自己去解决，孩子在解决问题的过程中获得了知识，也培养了战胜困难的毅力和信心。

(3) 培养儿童的自信心 一个人能否成才，最主要的心理因素就是有没有自信心，所以培养孩子的自信心十分重要。有些孩子在遇到困难时往往缺乏自信，家长在帮助孩子时，应积极鼓励孩子，增强孩子战胜困难的信心和决心。另外，家庭的气氛要亲切、民主，父母要认真听取孩子的想法和要求，对孩子的小朋友要热情，平时孩子哪怕有一点进步，家长也要及时给以表扬和鼓励。千万不要以为自己是长辈，就可以随便斥责或打骂孩子，这样容易使孩子产生自卑心理，对孩子的成长不利。

(4) 培养儿童的创造欲 一个儿童能创造性地解决问题，那么他就一定会取得创造性的成就。培养儿童的创造欲首先要让孩子多接触新鲜事物，培养孩子从多方面进行观察，如果孩子对新的事情感兴趣，家长应放手让他去处理，哪怕他对此事没法解决。这样有利于儿童养成敢做没做过的事，敢于做新的事情的品质的品质，否则，他们一

见到困难就会说：“我没学过。”因而就不去做。

(5) 培养儿童的好奇心 好奇心能够使人产生一种欲知其所以然的愿望，使人的注意力高度集中，而且激发人的进取心，对人才的成长能起到十分重要的作用。在生活中，家长要支持儿童的好奇心，并加以引导，爱迪生由于好奇心强烈，被教师认为是低能儿，还被学校开除，但他的母亲在家教育时又培养了他的好奇心，使他终于成了“发明大王”。另外，家长给儿童自己找答案的机会，提供丰富而有用的资料和用具，使他们的好奇心不断发展，长久保持。

(6) 培养儿童广泛的兴趣 人的灵感与知识的背景有关。兴趣越广泛，知识面就越广，产生灵感就越多。孩子的兴趣要从小培养，家长要给孩子提供机会，如参加小制作，科学游戏，绘画和读书活动，看科幻影片，都可以培养儿童广泛的兴趣。

(7) 培养儿童勤奋好学的精神 儿童期还没有明确的学习目的，这时家长的行为和学习态度在孩子的心目中会留下很深刻的印象，家长对科学的热爱也会强烈地感染孩子，因此，父母要注意给孩子做出榜样。平时要经常鼓励孩子，讲明学习的目的、知识的重要性、勤奋是成功的希

望，并结合孩子的兴趣，讲述有关知识，把孩子的好奇心转移到学习知识上来。



65. 智力超常儿童有哪些表现？

大多数儿童智力发展水平比较接近，在常态范围，称为常态儿童。少数儿童智力发展突出而优秀，或具有某方面的特殊才能，称超常儿童。

我国对超常儿童的认识历史悠久，孔子最早把人的智力称为“上智”、“中”、“下愚”三种。这种分类和今天把儿童分为“超常”、“中等”、“低下”一样。超常儿童古今中外都有，我国古代称这类儿童为“神童”，国外称这类儿童为“天才”。

1978年，由中国社会科学院心理研究所查子秀教授通过10多年的研究，他们发现超常儿童具有以下特点：

(1) 全面发展的超常儿童 认知兴趣浓厚，求知欲旺盛。他们很小就表现出强烈的好奇心，不仅对知识有浓厚的兴趣，而且视学习如同游戏般轻松。

①思维敏捷，有独创性。超常儿童在日常生活和学习中表现出善于概括的非凡能力，能抓住

实质，迅速灵活，有策略地、创造性地解决问题。

②感知觉敏锐，观察力强。许多超常儿童的视听觉辨别能力较强，如能理解汉字的组成和音调上的细微区别等。同时，他们的观察是有目的有条理的，能抓住观察物的主要特点。

③注意力集中，记忆力较强。超常儿童的注意力能高度集中在感兴趣的事情上，而且记忆力强，记忆快，保持时间长。

④进取心强，自信，有坚持性。超常儿童都比较自信、好胜。尤其突出的是有倔劲，要想学什么、干什么、非学好或干好不可，尤其是能排除干扰，表现出坚毅、顽强的个性特点。

(2) 特殊才能的超常儿童 这种类型的儿童，只是在某一方面表现出智力超常，有的在数学方面，有的在绘画、书法方面，有的在音乐、歌舞方面，有的在学习外语方面，有的在体育方面，有的在创造发明方面等表现超常。

(3) 低能特长儿童 这类儿童除了具有特殊能力外，其它方面呈低能状态。如18世纪的算术神童巴克斯顿，他对数字有非凡的天赋，能够把极复杂的算术公式牢记一个月，但他始终是一个文盲。有一次在观赏一场莎士比亚戏剧时，虽

对剧情一无所知，但对每个演员的台词字数、出场和离场的次数却一清二楚，并能准确无误地一一说出。我国也有这种低能特长儿，但他们不被认为是超常儿童。



66. 如何培养儿童的超常的智力和能力？

智力发育一般的儿童能否成为智力超常的人？答案是肯定的，只要教育方法正确，任何一个智力正常儿童都可能成为智力超常者。下面谈谈如何培养儿童超常的智力。

(1) 儿童超常观察能力的培养 观察是人的一种有目的、有组织的知觉、全面、正确、深入地认识事物的性质、本质的能力。儿童超常观察力的培养方法：

- ①要有目的地组织儿童观察；
- ②向儿童讲解观察顺序和观察的方法；
- ③要让儿童尽可能多的感觉器官参加观察；
- ④通过观察后的启发提高，培养儿童自己制定观察内容、计划、方法的能力；
- ⑤培养儿童分清观察中的主次和透过现象看本质。

(2) 儿童超常记忆力的培养 记忆是人对过去感知过的事物和语言的再认识和再现。人的一切知识都可以认为是由记忆过程保持着的。培养儿童超常记忆的方法有：

①让儿童明确记忆的目的；

②要让儿童在心情平静时进行记忆；

③调动各个感官参加记忆，即看、写、读同时进行；

④培养儿童进行联想，把新的知识与旧的知识相联系进行记忆；

⑤对记住的事要进行复习；

⑥学会利用最佳时间进行记忆；

⑦通过理解增强记忆。

(3) 儿童超常思维能力的培养 思维是指人脑对客观事物的间接的概括的反应。培养儿童超常思维的方法：

①培养儿童思维的敏捷性，可以通过数学运算来培养，训练儿童数学运算的速度和正确率。

②培养儿童思维的灵活性，主要是培养儿童从多方面思考问题，找出问题的答案。

③培养儿童思维的深刻性，也就是培养儿童发现问题本质的能力。

(4) 儿童超常想象能力的培养 想象是在客

观事物的影响和在语言的调节下，根据人脑中已有的表现经过改造和结合而产生新的心理过程。

培养儿童超常想象的方法有：

①让儿童积累丰富的生活知识和经验；

②结合儿童的好奇心，培养儿童想象的目的性；

③通过讲述前人的发明，培养儿童的想象力；

④通过对事物的变化或对东西的加一减一来培养儿童的创造性想象；

⑤培养儿童丰富的感情来激发儿童想象。

(5) 儿童超常创造力的培养 创造力是指具备前所未有的思想或创造出从未有过的东西。儿童超常创造力的培养方法有：

①创造性思维能力的培养，正确地对待前人的知识或客观事物，从而发现它们内在的联系；

②培养儿童在做事时要分清主次和有价值观；

③培养儿童在学习时多路思考习惯；

④培养儿童在创造性解决问题时，对事物要进行多方面观察，引导儿童不时地改变对待问题的方法。

(6) 儿童超常的社会交往能力培养 儿童社

会交往能力的培养方法有：

①让儿童多与成人交往，在家庭里，家长要对儿童平等相待，有关的事要征求儿童的意见。让他参加一些父母的社交活动，教儿童一些社交礼节和注意问题；

②给孩子找一些榜样，家长可以找一些书上、电影上以及社会生活中交往能力好的儿童，向他们学习；

③给儿童“亮相”的机会，克服胆小、自卑、害羞的心理；

④让儿童多参加集体活动。

67. 什么是学习障碍？

生活中时可听到一些家长诉说自己孩子的学习不如人意。他们上课时注意力不集中，小动作多，不爱写作业，其它孩子只需半小时即可完成的作业，他们则需要两小时，边写边玩或是发愣。写字不工整。粗心马虎错的多。一、二年级学习成绩在老师家长督促下尚可达到要求，往往从三年级后出现滑坡，甚至不及格，成为班上的后进生。无论严格要求还是批评责骂都没有很大起色，使老师家长深感头痛。在心理医生引导

下，进一步发现这些孩子在学习汉语拼音时不如其它孩子顺利，常将“b d”“P q”混淆。“5”写成“5”，左右偏旁也常颠倒，“陈”写成“邾”，“缤纷”写成“纷缤”。做算术出现对位不正、符号写错的现象。有的孩子朗读课文不流畅，常丢字加字或串行；有的孩子虽然朗读也能背诵，但不知所云，常不能概括课文中心思想或段落大意；应用题不理解不会列式。还有的家长不明白为什么第一天复习会默写的字，第二天考试时就忘光了……这样的孩子还常表现出行动笨拙，手眼不协调，对拍球、跳绳、滚翻等运动不灵。在人际关系上常和同学相处不好，爱“溅招”，不遵守纪律。家长抱怨孩子没有毅力，缺乏自控能力，学习粗心大意。总之，把他们归结为学习品质不好。为什么都是智力正常的孩子会出现这些现象呢？经过数十年研究，从医学角度看这是一种“感觉综合失调”，从教育学角度看是孩子的学习能力与教材不相适应的学习障碍。

学习障碍的研究始于一百多年前的阅读困难，当时发现一些脑损伤病人有“字盲症”，通过尸体解剖找到相应的大脑病变。此后临床又发现大脑并没有器质性病变的人也会有阅读困难。20世纪20年代后，医学界将阅读困难作为一种

独立疾病进行研究，认为这是“脑功能障碍”，进而又提出是“脑微小功能障碍”，1969年美国艾尔滋博士提出感觉结合观点，并以此来矫治学习困难的孩子，我国从90年代初也开展此项研究与矫治，临床上取得良好成效。20世纪60年代初，美国一位特殊教育学者提出“学习障碍”一词的命名。近40年来，学习障碍在医学界、教育学界及心理学界引起广泛重视。

学习困难是个十分复杂的问题，牵涉范围较广。既有孩子自身的病理生理问题，又有心理行为、环境因素及教育问题（包括学前教育及学龄教育）。目前对学习障碍定义尚无一致标准。我们所介绍的学习障碍是指：

①智力正常；

②没有感觉器官的缺损，疾病；没有情绪困扰；

③不是人为地被剥夺了学习机会而导致的；

④学生在学习期间出现的听、说、谈、写、算方面能力不足所致的学习失败。



68. 儿童发生学习障碍的因素有哪些？

(1) 生理因素 从母亲怀孕至小儿上学，有较多原因影响其脑的发育，如孕期营养，特别在怀孕早期碘的摄入多少直接影响胎儿大脑发育；孕期的情绪变化，患病情况，是否接触过多放射线、苯、铅等物质，是否吸烟酗酒等；出生时有无产伤、感染、窒息、颅内出血、过重的黄疸；以及出生后的一些疾病，如大脑疾病、缺氧、外伤等。国外有的学者认为，两岁前小儿若有较重的脑损伤，可能导致多动、注意力不集中以及学习困难。

食物对大脑化学物质的影响是可以肯定的。大脑化学状态失常，可造成注意力不集中，活动过度现象。国外一些研究如经常食用含人工色素及香料的食物及罐头食品等。此外，过于精制的食品会造成营养物质流失过多，尤其是维生素B₁缺乏，可影响大脑及神经功能，出现注意力不集中。

(2) 心理因素 人的心理活动过程包括感知觉、记忆、表象、想象及思维等智力因素，又包

括情感、意志、目的、动机、兴趣等非智力因素，而后者更是至关重要。学龄儿童对学习目的、动机不十分明确，因此在小学阶段主要培养他们的学习兴趣。成功的学习容易得到老师家长的赞扬，使他们更加努力；而那些学习能力不足的孩子常受学习失败的困扰，加之时常听到不适当的批评，使他们对自己能力进一步产生怀疑。儿童的自我评价能力较低，他们对自我的评价往往来自于家长、老师及伙伴。

(3) 环境因素 环境中的气压、温度、饮食营养及环境安静程度都可影响人的情感及注意力。而空气中某些微量元素如铅水平过高，可导致儿童多动及注意力不集中，这已被国外许多研究证实。城市发展所带来环境污染不容忽视，如北京曾有过一项调查，城区大气中离地面0.8米高度铅浓度最高，这对学龄儿童是不利的。

来自家庭、学校的因素如家庭成员关系紧张，父母离异；不正确的教育方式溺爱或粗暴；父母对孩子学习重视程度以及父母文化水平高低等，对儿童的学习都产生不同影响。80年代我国不同地区曾作过一些调查研究，除上述因素外，学校环境、老师素质高低也可造成孩子心理行为异常。而师生关系失和、学生学习负担过

重，皆不利于孩子对学习兴趣的培养。近年来教育界对教育改革已引起重视。

学习困难的直接原因则是学习能力与教材水平不相适应。



69. 人类学习需要哪些感知觉与运动能力？

人类通过大脑及感觉、运动器官完成各种学习内容，在学习的过程中获得知识，增长智慧，感官在人类的学习过程中扮演了极为重要的角色，只有感官功能正常，才能产生正确的感知觉，才能对事物形成正确的认识，从而获得正确的概念。

感觉是感官反映外界刺激最原始的心理过程，是对事物个别属性的反映；知觉则是选择、整理并释放感觉资料的过程，是对直接作用于感官的客观事物的整体反映，也是人脑对事物关系的反映。

人类的感知觉分两大类：

(1) 个体表面器官的感知觉

视感知觉——分辨形象；

听感知觉——感受声音；

嗅感觉——感觉气味；

味感觉——通过口腔感觉各种味道；

肤感觉——感受温度、触觉、压觉、痛觉。

(2) 人体组织深处及内部器官表面的感觉

运动感觉——感觉四肢收缩状况及四肢位置。

平衡感觉——感受人体在空间的平衡状态。

机体感觉——感受饥、渴、饱、胀、呕吐、及内部疼痛等。

感觉是知觉的基础，在感官的体表感觉发展的基础上，才能进一步发展深层的感知觉，如方位、距离及时间。我们进行的每一项简单学习，都需要通过各种感觉器官去认识它、了解它，以求获得全方位的经验，即听其声、观其形、触其体、嗅其气、品其味。通过知觉的转换过程，当这些物体不在眼前时，只要有一种感觉信息出现，就会随之产生与之相关的其它感觉的追忆与联想，有利于辨识、区分、与思维的进行。

现代家庭中，由于家长太多的包办代替，剥夺了儿童许多亲自感受各种事物的权力，使他们失去了体味生活、获得经验的机会，对感知觉的发展非常不利。

运动能力是人类不可缺少的学习能力之一。

儿童在其身心发育的过程中，由于运动能力的不断增长，使其脑的发育日趋完善；所接触范围增大；从各种感觉动作的活动中获得平衡感、方向感、垂直感、速度感、韵律感、轻重的控制能力与肢体灵活的协调能力。这些能力的发展与事物的理解、文字的书写及语言能力的发展息息相关。



70. 人类学习需要哪些视觉能力与听觉能力？

视觉能力是由作为视觉信息接收器官的眼睛接受信息，再通过视神经对信息的传递作用，对视力所及的物体形成印象进行辨别，并产生记忆的过程。大脑对其印象保留时间的长短，便是记忆的强弱。

视觉的最原始功能为视觉记忆能力与视觉分辨能力。视觉记忆能力不良就会在追忆上产生困难，思维时无法比较与借鉴，学习很难持久深入，对文字的书写与阅读都会倍感困难，这样就会影响对其内容的理解与掌握，学习效果自然不好。视觉的分辨能力是自幼发展起来的，它与训练的多寡与记忆的久暂有最直接的关系。那些找

相同与找不同的游戏，及在复杂的背景中辨认某一物体教材，都是培养孩子视觉分辨能力的良好途径。在不断的区分与寻找中，孩子会获得敏锐的观察力。如果能引导孩子将观察的品质溶入性格，形成习惯，那么家长就送给了孩子一份一生受用不尽的珍贵礼物，伴他们成长，让他们成功。

至于视觉理解能力、视觉联想能力，则牵涉到其它功能与视觉功能的转换，通过交换资讯而产生“知”的过程。

听觉功能是直接受声音的刺激，传到大脑的听觉中枢，从而对其进行保留的功能。最基本的听觉功能是听觉记忆与听觉分辨。在此基础上发展起来的是听觉理解功能等。听觉记忆量的不足，会产生语言的模仿困难，这样，就影响了语言的学习。逐步提高听觉记忆能力，可以改善对语言的接收效果，这一能力的增强，依靠不断的练习与刺激。儿童对语言的学习始于模仿，家长是孩子的第一任教师，所以家长应为孩子创造良好的语言环境，多多地与之进行语言交流，形成由听到记、由记而模仿的初过程。模仿的语句要逐渐加长，以致能在相同的时间内掌握更多的内容，形成良好的听觉记忆功能。

听觉分辨能力是指对语音相近的声音的区分能力。听觉分辨能力不佳，则会对相近声音的接收发生混淆，进而出现理解上的偏差，这一功能的欠缺，同样影响儿童对语言的模仿学习，出现发音不清或不准的现象，对形成正确的记忆与朗读也非常不利。

学习能力形成与动、视、听是如此重要，在三者的发展程序上首先是动作的发展，小儿从坐立走大肌肉运动开始，逐渐发展到手指的精细动作；其次为语言的发展，它是听与动作结合的产物；最后是绘写能力的发展，这又与视 - 动密不可分。因此，动作发展听 - 语、视 - 动必须同步发展，不可偏废。



71. 学习障碍儿童的视、听、动作功能有什么障碍？

学习过程需要视、听、动三大功能共同参与完成。各种感觉信息通过感官输入大脑，经过整合、转换，才能产生恰当的行为。学习障碍儿童因学习能力发展落后，在说、写、读、算及社交方面，均有一些特殊表现，下面分三个方面说明。

(1) 视、听、动三大功能的特殊表现

① 感觉动作特征：

- a. 运动技巧差，动作不协调；
- b. 动作太慢或太快，多动，注意力不集中；
- c. 常打翻东西，弄脏或损坏衣服及书本；
- d. 搞不清位置与方向，常左、右不分；
- e. 易跌倒，摔伤自己；
- f. 精细动作发展不良，扣扣子、系鞋带、使用剪刀均感困难；写字、绘画能力较差。

在智慧的发展过程中，感觉动作的发展十分重要。运动机能未在相应年龄得到充分发展的儿童，易表现为多动、注意力不集中等，儿童在大空间中对距离、方向把握不好，在书写的小空间中必定会产生困难，多出现书写不工整、出格、字体结构严重分家的现象。大肌肉与小肌肉的发展，是完成各种动作的必要条件。这些儿童因对轻重把握不好，故执笔姿式怪异，书写时用力太重或太轻，易折断铅笔。小肌肉发展不良，精细动作完成不好，则使用剪刀、系鞋带发生困难。懒于书写，不喜欢美术、手工，也是这类儿童的表现。

② 视觉 - 空间障碍：学习必须具备与其年龄相符的学习能力。这类儿童一般视力正常，但存

在特殊的视觉功能障碍，即视觉记忆、视觉分辨、视觉理解方面的问题，其表现如下：

a. 写字多一笔少一笔，甚至对文字没有记忆，常写错别字。

b. 书写时头偏向一侧，需转动纸张以完成绘、写。

c. 难于在复杂的背景中识别字或图形，对6与9、b与d分辨困难，出现左右偏旁混淆的镜中字。

d. 写字常出格，对拼图、美术、手工感到困难。

③对动手动笔的作业不能抓紧时间完成，十分拖拉，常有小动作，注意力极易分散。

视觉功能发展不良，对图形、文字的辨识即发生障碍，以致造成6、9不分的状况。分辨困难，会带来记忆不良，因而对文字的记忆不佳，常写错别字，或将学过的字遗忘。视动协调不好，导致书写与绘画困难。如果作业所需的视动能力超出儿童现有的能力水平，则他们很难专心地从事此类活动，而出现精神不集中的现象。

④听觉功能障碍：这类儿童听力检查正常，但听觉分辨及听觉记忆能力较差，不能区分发音相近的声母与韵母，对长于5~6个字的句子不

能完整复述，常漏字或替换；听觉注意短暂，上课注意力不集中，对老师的作业要求常记忆不全。听觉功能障碍，多导致语言发音迟缓，阅读困难，语法与句法混乱。



72. 学习障碍儿童的语言发展与阅读有什么障碍？

语言能力的发展与听功能密切相关。听觉的记忆、分辨、理解能力不好，影响对语言的模仿与掌握，也不能形成正确的记忆效果。语言发展滞后关键在于听觉记忆的广度不够。

学习障碍儿童的语言发展状况多表现在：

- ①表述时内容重复，词不达意；
- ②说话无组织能力，前后顺序颠倒；
- ③复述困难；
- ④不爱讲话或总提问十分简单的问题，与其年龄不符合的幼稚；
- ⑤不爱写造句及作文。造句时语句短而作文则词汇贫乏；
- ⑥不能与谈话人产生恰当的应答，多答非所问或反复询问问话的内容。

语言的发展还受到生活经验多少的制约。因

此，在帮助儿童发展听 - 语能力的同时，要注意增加他们对实际生活的体验，将各器官获得的信息整合、转换，达到用语言准确表达某一概念的目的。

阅读是一个更为复杂的过程，需动、视、听三种能力同时参与。人们通过视辨别字的“形”，通过听“音”联想其“义”，是将各种感觉信息整合、转换的过程。任何一种学习能力发展滞后，都会出现阅读困难。学习困难儿童在阅读方面的表现如下：

①长于背诵，但不理解；

②以手指协助阅读，指示文字方向；

③逐字阅读，听起来极不连贯；

④朗读时漏字、添字、错读、忽略句、逗、跳行、停顿等；

⑤默读不能持续，对默读内容理解不全、记忆不全；

⑥对应用题不理解，需别人将词句内容进一步解释、说明，才可演算。

视觉记忆功能与视觉分辨能力不强，会出现朗读停顿、错读的现象；视觉跟随不佳，则逐字阅读、漏字、跳行及用手指协助阅读。如果只了解文字的读音与书写，而对文字所代表的内涵知

之甚少，则会出现理解上的困难。他们不能通过阅读获得间接的知识，也不能通过阅读解决其中的问题，这样就出现了只能背诵但不能解释其内容含义，及不能解决应用题中所涉及的问题的现象，阅读能力的发展以基本学习能力的发展为前提，是综合能力的体现与运用。知觉转换功能与实际生活经验，对阅读能力的发展也十分重要。



73. 学习障碍儿童的情绪与社交有什么障碍？

由于学习障碍儿童的感知觉发展落后，以致出现处理各类问题时的低能表现，他们很难将一件事轻松顺利地完成，在此过程中，常表现出一系列的情绪特征。

①对新事物缺乏兴趣，畏缩不前；或表现为紧张、焦虑。

②缺乏自信心，总说自己“不行”，精神不振作。平时活动大声喧哗而在课堂对老师提问则表现“胆小”。

③精力不足，易疲劳。

④缺乏耐心，常发脾气。

⑤无故害怕，不敢独自在黑暗处行走。

⑥害怕困难，不能忍受伤害，多以哭泣来表达情感。

学习能力的低下与不良的情绪特征，形成了恶性循环，使儿童很少体会到成功；再者鉴于这类儿童的表现，来自学校老师、家长的负性信息较多，使儿童的自信心丧失很多，潜意识中的自卑心理十分严重，所以他们事事不求进取，精神状态不佳。

我们生活的社会，是人与人交往的关系社会，应具备判断环境以做出恰当反应能力——社交能力。随着社会的发展，社交能力必将成为我们生活与工作的基本能力。对尚未接触社会的儿童，社交能力的培养则始于游戏及与家人间的简单交流，而游戏的内容与交流的范围，均以语言及各种感知觉的发展为前提条件，学习障碍儿童在社交游戏方面的异常表现为：

①不能理解游戏规则；不能很快领会家长及老师提出的要求。集体活动不受约束，因此常不被同学欢迎。

②不愿与同龄人交流，常有被人愚弄感，而多与年幼儿共同游戏。

③人多时不愿讲话，总害怕出现错误；亦不主动与人交往。

④对稍有困难活动产生强烈的惧怕心理，易哭泣；或产生其它的身体反应，如呕吐，身体不适等。

来自环境的刺激并非单一的刺激，是综合而复杂的刺激，需要人们具有分析、判断的能力，并与过去经验进行比较或借鉴，而后做出惊人的反应，以提高自己的社会适应性。就不理解游戏规则而言，会出现两种结果：对于胆子较小的儿童，因其不能理解游戏规则，于是不敢与同龄人共同游戏，表现为孤僻，不合群；而对于另一些学习障碍儿童，则可能表现为破坏性，不守规则，使游戏无法正常地进行下去。因此我们认为，社交能力的培养应与基本能力的锻炼同时进行。



74. 学习障碍儿童为什么会出现注意力分散？

注意力不集中是学习困难儿童一个十分突出症状。他们上课时不是小动作多就是常“发愣”，作业时边做边玩，旁边有人说话可以马上搭话。注意力不能稳定在某一特定事物上，极易受环境影响。

我们知道，注意不是独立的心理过程，但却是与任何一种心理过程紧密相联。当人们认真在听，仔细在看，用心思索，甚至尽情欢乐游戏时，都有一个鲜明的目标并全心身的投入，这就体现出注意的两个特性：“指向”与“集中”。所谓“指向”是指心理活动在某一瞬间有选择的反应一定事物，“集中”是指事物在人脑所获得的最完整最清晰反应。

注意有无意注意与有意注意之分。无意注意是指不需意志努力，没有一定目的，不由自主地注意，如安静的课堂上窗外有一巨大声响，同学都不自主地将头转向窗外。有意注意则是有预定目的需要去努力主动的注意。一般学前儿童多为无意注意。随年龄增长有意注意也渐发展，小学三年级前无意注意仍占较大比重。我们在从事某种活动时需要两种注意共同参与，因为长时间的有意注意很易产生疲劳，需要无意注意的参与。当人们对他所从事的学习工作产生强烈兴趣，为达到目的有强烈愿望时就不易疲劳，使注意力能较长时间稳定于某一活动。因此，对小学阶段的学习主要是培养学习兴趣，对学习困难儿童更应如此。

①注意的品质主要有注意的稳定性，也即集

中于某一活动时间长短，集中的时间越长，注意的稳定性越大；

②注意的范围，是指在同一时间内能够清楚地感知对象的数量，注意的范围广，可使在同一时间内感受到较多信息有助于提高效率；

③注意的分配，是指在同一时间内可同时进行的不同的活动。如学生在课堂一面看黑板的字一面听老师讲同时将字写下来。过马路时一方面注意红绿灯变化，一方面注意过往车辆同时还要注意脚下的路等；

④注意的转移，这种转移是有目的主动的转移，如上一节是音乐或体育，第二节是自习辅导课，就需要将注意转移到应该做的活动上。这显然与注意力不集中是不同的。注意的四个品质中，重要是注意的稳定性。

为什么同样的儿童，有的会出现注意涣散呢？这与幼儿时期的运动训练有很大关系，那些抱大的没有经过爬行训练、怕出危险事事不让碰触的孩子很容易存在注意力不集中现象；此外视野中杂乱无序的物品、嘈杂的环境、孩子在活动时大人有意无意的干扰，都不利于注意力的培养。而这些，恰恰是被忽略的。



75. 如何对学习有障碍的儿童进行矫治？

首先应明确诊断。对一些家长认为是“多动症”的孩子，应注意是否存在学习能力不足的问题，带他们到一定的医疗或训练单位，进行必要的测试以了解他们的智力、行为动作以及学习能力是否正常。其次根据测试结果对每个孩子制定不同的有效的干预措施。这些措施包括运动训练及听觉或视觉的特殊训练。

由于知觉运动是最基本功能，不论何种型别的能力不足，运动训练都是主要的，一般占每次训练的50%时间，约一小时左右。提高运动能力的活动有：滑板、蹦床、平衡木、海洋球、跳绳、拍球、对墙托球、单杠、秋千等，每次训练不必要求件件做到，但应强调每种运动刺激量要够；提高视觉能力的方法包括提高视觉记忆、视觉理解及分辨各方面。如拼图、找相同或不同、连点成线、迷宫、涂色、剪贴、绘画等；为提高语言能力，可做听故事，复述、组词、造句、作文等练习。

儿童各种能力随年龄增长而发展，对于能力

发展滞后的孩子，经过训练可达到正常水平。能力的获得是渐进的过程，不能希望在短期训练后即大功告成。一般每周训练2~3次，每次2小时，坚持一年左右方可使积得的能力得到巩固。

通过训练，首先看出效果的是注意力得到改进，老师家长发现孩子上课能坐得住了，发愣、东张西望现象减少了。其次是作业较前自觉，作业时间缩短，字迹变得工整，涂抹现象减少，作业显得干净。愿意与同学接触，人际关系得到改善。

学习能力的提高不等于学习成绩会立竿见影。学习成绩与学习能力是既有区别又有联系的两个概念。有些年龄较大的儿童，在其学习能力提高后，成绩并未随之出现明显的提高，原因之一是学习基础较差造成的。学习过程是一个积累的过程，如果没有很好掌握以前知识则影响下一步的学习。对这样的儿童，顶好给予个别补习，这种补习必须使教材适合他们现有能力。对年龄较小儿童，尚未涉及太多的基础知识，所以能力与成绩可同步提高。故训练应在学前开始为好。开始训练时的年龄越小，效果越好。此外，学习成绩亦与学习动机、学习兴趣、学习习惯有关。长期处于学习失败的孩子常伴有焦虑、抑郁、交

往不良、攻击行为等情绪困扰。这些也应重视。

介绍接受我们训练的一个实例：刘××，就诊时8岁，经测试视、听、动三面能力皆不足，训练至第5个月时，发生较大变化，老师反映能专心听课，上课时不再随便下坐位，基本没有小动作；书写速度增快且工整。至训练后期曾作为班级代表参加五校的数学竞赛。



76. 怎样对待学习有困难的儿童？

造成学习困难的根本原因是学习能力发展不足，使儿童不能胜任该年龄的课业任务。这些儿童不仅在学习上表现落后，在日常生活中也会常常表现出令家长焦虑的行为。面对这种现象家长应停止责罚，提高认识，配合训练，以科学理智的态度与方法帮助孩子尽快提高学习能力。

(1) 停止责罚 心理因素是造成学习障碍的原因之一，对于学习障碍的儿童，因某一项或几项的能力不足，在课业、考试及行为上的不良表现，都会引起家长的不满。很多家长缺乏耐心的帮助与和蔼的态度，以简单粗暴的训斥、打骂，作为惟一的解决途径。由于儿童很少得到鼓励与表扬，久而久之就会怀疑自己的能力，不敢去接

触、探索新事物，不愿在集体中生活。这些儿童缺乏成功的体验与感受，缺乏自信心和主动性，这样学习能力不足与不同程度的心理负担成为儿童学习生活中的双重障碍。所以家长应转变态度，关注儿童的点滴进步，并给予鼓励，帮助他们逐步找回丢失的自信，摆脱自卑心理的束缚，提高学习的兴趣和主动性。

(2) 提高认识 学习障碍儿童的种种表现，不是他们有意所为，是多因素造成儿童能力发展不足。若经专业机构测查，确认存在学习障碍，家长应与训练教师密切配合，共同促进儿童学习能力的提高。

学习障碍儿童还会出现说谎的现象，尤其是动手能力较差的儿童，因为他们书写困难，常常感到老师留的作业太多，于是编出谎话，将作业量自行减少，来蒙骗家长。家长和老师不要轻易给他们戴上不诚实的帽子，这种道德性的批评其实并未言中导致这种现象的真正原因，而提高学习能力才是首要问题。

(3) 学会使用暗示 不良的暗示会给儿童的心灵带来阴影，而良性的暗示则会带来曙光。美国的心理学家曾做过这样的试验：在一个班中任选十名同学，然后悄悄地告诉老师和家长：这十

名同学潜力很大，日后会取得较大的成就。老师和家长并未将心理学家的话告诉孩子本人。一段时间后，这十人的成绩却名列前茅，并且表现出多方面的才能。其原因则出于暗示。出于对心理学家的信任，教师和家长对这十位学生的能力深信不疑，这种肯定的态度给孩子的学习产生了积极的影响，让他们焕发出更大的学习热情和潜力。每个人都希望得到他人的肯定与赏识，尤其是孩子，他们缺乏自我评价的能力，他们对自己的评价多来自于父母、老师和同伴，如果大家对他们的评价是肯定的，他们则会积极向上；如果是否定的态度，则会使他们失去信心，这状况甚至会影响终生。一些家长只习惯于在他人面前抱怨孩子的缺点，罗列孩子的种种“不能”，这是非常不利于儿童成长的消极暗示。如果孩子接受了这种暗示，就会放弃很多本应属于自己的机会，他们会以退却的态度说：“我不能。”这种情形对其能力的锻炼是极大障碍。家长应学会使用语言、行动肯定儿童的优点。只要家长、教师对孩子的潜力深信不疑，他们就会充满信心地面对困难，在愉快的心境下提高自己的学习能力。

 77. 儿童为什么会出现夜惊？怎样防治？

夜惊是指睡眠中突然出现的一种短暂惊恐症状，常见于4~12岁儿童。主要表现为：患儿在入睡后（一般在入睡1/2~2小时）突然坐起来叫，哭喊，瞪目直视或双眼紧闭，表情十分惊恐，但意识仍呈朦胧状态，同时表现为面色苍白、呼吸急促、瞳孔扩大、出汗、脉搏加快，并呼唤不醒，一般持续30秒~5分钟左右，然后迅速入睡。次日对发作经过不能回忆，或仅可描述其含糊的害怕感觉。部分患儿在发作时，可伴夜游，即患儿起床走动，做一些机械的动作，如开抽屉等，或出现有伤害自己的行为，可频繁发作，亦可几天或十几天发作一次。要警惕的是，本症偶可为癫痫的早期症状之一，故要结合脑电图检查，加以鉴别。

本症预后良好，一般可随年龄增长而自然消失。

（1）病因 夜惊的病因主要为焦虑、受惊吓等心理因素。如家庭不和，或家庭成员的重病或死亡，突然离开亲人；受到父母或老师的严厉责

备与惩罚；看了恐怖的电影电视；白天过于兴奋或疲倦等都可导致夜惊的发作。

(2) 防治

①在夜惊发生时，尽管在发生当时，唤之不觉，但也应及时搂抱孩子，使孩子从不安中镇静下来，继续睡眠。如果孩子醒来看见自己在父母的怀抱里，就会感到温暖与安全。平时父母要多与孩子进行心理沟通，给孩子精神上的爱抚，以稳定孩子的情绪。

②平时避免儿童听过于紧张和恐怖的故事和看过于紧张恐怖的影视，尤其是在睡眠前不要训斥或对孩子发脾气。要让孩子有个平静的心境。

③经常发生夜惊的患儿，往往反映孩子有持续较久的焦虑情绪，家长应带其去心理医生那里进行咨询和心理疏导，也可在医生指导下服用少量的镇静药，以控制夜惊的发作。



78. 儿童为什么会出现梦魇？怎样防治？

梦魇是指从噩梦中惊醒，极度紧张焦虑。常见于学龄前期、学龄期儿童，多见于8~10岁儿童。主要表现为儿童在梦中见到威胁安全、危及

生命的恐怖事件，如被怪兽追赶，从悬崖上掉下或受迫害，受侮辱等。梦境使儿童焦虑、紧张，表情惊恐，面色苍白，出汗，心跳过速等，肌张力高度松弛，所以常常是想挣扎却动不了，想逃跑却迈不开步，犹如被鬼压住一般。它与夜惊不同的是：梦魇很容易被叫醒，或被噩梦惊醒，醒后很快意识清醒，能清楚地回忆刚才所作的梦，往往不会很快再入睡，感到非常害怕，但是别人却看不出什么明显的动静。夜惊是吓着别人，而梦魇是吓着自己。此外，梦魇常发生在睡眠后 1/2 阶段的快速眠动期，也就是后半夜；夜惊是发生在睡眠开始的 1/2 ~ 2 小时。

(1) 梦魇常见的病因 有的患儿在噩梦前常有一段时间有心理矛盾或情绪焦虑；有的儿童由于白天看了恐怖的影视或听了鬼怪等恐怖故事；有的儿童睡眠姿势不舒适，如鼻子被毯子盖住、蒙被睡觉引起呼吸不畅或双手压在胸前等；也有的儿童患有躯体疾病，加上呼吸道感染所引起的呼吸不畅，有肠道寄生虫等或入睡前进食大量食物以致过饱或过饥，均可诱发梦魇。

(2) 发生梦魇时，家长应注意

①在出现梦魇时，可尽快将他唤醒，并安慰孩子说：“这是做梦，不是真的，不要害怕。”待

情绪稳定后再让他入睡。

②如有心理矛盾或情绪问题，应给与合理的心理咨询及指导。

③平时应避免看恐怖影视片，听恐怖的故事，纠正不良的睡眠姿势。

④一般在去除各种诱发因素后可自愈。儿童随年龄增长，梦魇也可减少或停止，如梦魇发作过频，可在医师指导下短期内给与安定或利眠宁等药物。



79. 儿童为什么会不好好进食？ 父母该怎么办？

儿童不好好进食，即食欲不振，是属于儿童期的一种进食障碍。它是当前独生子女较常见的一种症状。父母常为此担忧，而到处求医，乞求能找到一种神丹妙药，或在孩子进餐时采用劝诱、斥责等手段强迫孩子进食。但结果却收效甚微。研究资料表明，儿童食欲不振既受生理因素影响，也受心理因素影响；既是儿童进食障碍，也是儿童的一种不良行为。所以单纯依靠药物往往效力不明显，必需从儿童身心两方面进行综合矫治。

(1) 首先要排除和防治躯体疾病 很多疾病都会影响食欲。如呼吸道感染，肠道感染，佝偻病，缺铁性贫血，锌缺乏症，寄生虫病等均可导致食欲下降。其原因可能与疾病因素影响大脑皮层及胃肠道的功能有关。对儿童的这些常见病，注意预防，及早发现，及时治疗，由此而造成的进食问题是比较容易解决的。

(2) 避免进餐时的各种不良的精神因素 有些父母总担心孩子营养不够，常强迫孩子进食，长期地强迫孩子进食，结果会形成条件反射性拒食，并逐渐发展为厌食。因此，孩子在进餐时千万不要强迫他进食，也不要进餐时，批评或训斥他的缺点错误，力求创造一个轻松和谐的餐桌气氛，对小孩在进餐时的一些不良行为，采用“冷处理”，不必特别关注他，也可暂停进食，到下餐再吃。注意在这二餐之间千万别给零食，让自然的饥饿引起食欲，当他好好进食时不失时机给与表扬。此外，有的小儿初入托儿所或上幼儿园由于恐惧心理或学龄期儿童由于学习压力太大也会影响食欲，父母应帮助小儿解除恐惧心理或减轻学习负担并帮助他掌握学习方法，提高学习能力。

(3) 培养良好的饮食习惯 各种不良的饮食

习惯，如过多的零食，过于偏食；有些父母边追边喂孩子，还有些孩子边玩边吃或边看电视边吃等，这些不良的饮食习惯对中枢神经系统会产生不良刺激，影响对消化系统的调节，进而影响食欲。良好的饮食习惯要从小培养，要科学进食，对孩子的零食，不仅要控制数量，还要控制吃零食的时间，饭前 1/2 ~ 1 小时内不要给孩子吃零食，尤其是甜食（包括饮料、水果），不要偏食。随着儿童的年龄增长，及时培养孩子自食能力，这不但能促进儿童的进食积极性，还有助于动作、智力的发展。特别要强调的是在培养儿童良好的饮食习惯方面，父母的模范作用是至关重要的。据调查，不好好进食小儿的家长中本身就有不良的饮食行为，这些都会潜移默化地对小儿产生不良影响。

（4）科学地安排儿童的膳食 小儿的膳食调配要多品种，多花样，吃全吃杂。每日既要分别有鱼、肉、蛋、乳类，也要有蔬菜水果，五谷杂粮，少吃甜食、饮料，养成喝白开水的习惯。动物性食物有较强的耐饥和饱腹作用，蔬菜、水果含丰富的维生素和纤维素，有促进消化作用，两者比例不当，都会影响食欲。

（5）不要滥用药物 有的家长，小儿稍有不

适，就喜欢用抗生素等药物，而抗生素一般都有不同程度胃肠道反应。长期应用会影响食欲。此外，过量的维生素 A 和 D、免疫制剂等药物对食欲也有影响。还有一些家长过分迷信和依赖保健食品，如各种各样的营养液，一般甜味较浓，经常服用，也会影响食欲。药补不如食补。正常儿童吃均衡膳食，营养就足够了，不需要营养液之类的保健食品。



80. 如何防治儿童遗尿症？

儿童在 5 岁以前尿床属于正常现象。如在 5 岁以后仍然尿床或白天尿湿裤子，称遗尿症。本症在儿童中发病率为 10% 左右。5~6 岁为发病高峰年龄，11 岁以后明显减少，但少数人仍可持续到青春期。男孩多于女孩。

引起遗尿的原因有器质性病变，如先天性尿道畸形、泌尿系统感染、尿崩症等全身性疾病。有的患儿有明显的家族史。也有的患儿因睡眠过深，不能接受来自膀胱的尿意而觉醒，发生反射性排尿，造成遗尿。但绝大多数儿童遗尿是由于心理社会紧张因素引起。如亲人突然死亡，父母离异，家庭气氛紧张等精神创伤；学习过度紧张

或刚入学后的环境不适应或因某些问题受到家庭和老师的批评、惩罚及突然受惊吓等。也有些孩子自幼父母过分溺爱，或失去父母照顾或训练方法不当或使用尿布时间过长而未能养成控制排尿的习惯和能力，一旦出现尿床，便又受到家长的责备、打骂，长期处于过度紧张状态，加重了遗尿现象。

防治方法：遗尿一般是可以随年龄增长而自愈，但会给患儿带来心理压力，造成儿童胆怯、退缩、孤独、自卑、内向等不良的个性倾向。因此，应查明原因，积极采取防治措施。

(1) 建立良好的生活制度 避免白天过度疲劳和睡前过度兴奋。

(2) 及早开始排尿训练 首先训练白天控制排尿能力，相应也能提高夜间控制排尿能力。排尿训练方法有憋尿训练、定时唤醒或使用闹钟，使之逐渐形成时间条件反射，能及时醒来排尿。

(3) 调节饮食 控制晚餐后任何形式液体的摄入量。如每天下午4点以后少饮水，晚饭不吃流质，宜咸或偏干些，临睡前不喝水，也不宜吃西瓜等水果及牛奶，以减少夜间膀胱的贮藏量。

(4) 心理行为疗法 针对患儿存在的心理矛盾及可能导致遗尿的心理因素，指导父母，给以

解除。以消除紧张、恐惧，自卑及不安情绪。鼓励患儿树立克服遗尿的信心，利用阳性强化法，即不尿床给予表扬奖励。绝不可耻笑、嫌弃、责骂或体罚孩子。

(5) 药物治疗 对顽固病例，可在心理医生指导下服用利他林、氯酯醒等药。也可配合中药及针灸治疗。



81. 什么是儿童言语发育延迟？ 如何防治？

言语发育延迟是指儿童口头语言出现较同龄正常儿童迟缓，发展也比正常儿童缓慢。按照儿童言语发展规律，认为 18 个月龄仍不会讲单词（如爸爸、妈妈），30 个月不会讲短句者均属于语言发育迟缓。它是由于语言发育延迟而引起，并不是因听力障碍或中枢神经系统的器质性损害及严重的精神发育迟滞而造成。

语言发育延迟的患儿在学话时就表现出明显的语言缺陷，有时只能发出一些单音，但不能组成词，也记不住普通的词，词汇十分贫乏，不能用完整的句子去描述他所要求的东西。因而情绪烦躁、爱哭。对学习语言兴趣差，不愿学说话，

但对语言的理解力正常。1岁半左右时能理解他人给他的简单命令，例如让他指或去拿取某种常见的物体时，可理解并付之以行动。也有部分患儿不能理解简单的命令，不能根据大人的语言要求指出或拿到某种物体。患儿能听到声音，对语言无反应，但如给以手势或在看电视时则有情绪反应。这类患儿入学后有明显的学习困难，主要是阅读困难和计算困难，常需要接受特殊教育。

(1) 原因 造成语言发育迟缓的原因很多，可能与遗传因素，脑损伤、脑功能不足等因素有关。也与父母对儿童缺乏语言训练有关。特别是在儿童口语学习的关键期1、2~3岁时未进行适时的语言训练。有的家长对子女过于溺爱，对儿童的示意要求，不用开口，只用手一指，就立即给与满足。如孩子想吃苹果，用手一指或看一下，父母就立即把苹果送到手上。有的父母因工作忙，孩子由老人或小保姆照看，由于缺乏科学育儿的知识，只管吃饱喝足，不生病，很少与儿童用语言进行感情交流，这样孩子就失去了语言学习的机会，而发生言语发育延迟。

有语言发育迟缓的孩子应带去医院检查，如果仅仅是由于个体差异，说话晚一点，2岁以后才慢慢说话，智力发育及其它方面均正常，家长

就不必惊慌。只要及时加强语言训练，随着年龄的增长，可逐渐获得语言能力。但如果是因孤独症、选择性缄默症、精神发育迟滞、聋哑症等疾病引起，就应在医师指导下进行病因治疗。

（2）防治方法

①加强语言训练：孩子学习语言的基本方法就是模仿。因此，成人要多和小儿说话，训练小儿模仿成人的语言发音，要鼓励小儿敢说话，学会用语言表达自己的要求。

②阳性强化法：如开始要孩子喊“妈妈”，如孩子不喊，妈妈可微笑点点头，如再不喊，妈妈仍用微笑点头以示意，最后，孩子突然喊“妈妈”了，妈妈就应热情地拥抱或亲吻孩子。这样孩子就体验到喊“妈妈”会得到妈妈如此的爱，以培养孩子说话的兴趣和积极性。

③孩子多接触社会，多接触大自然，让他们生活内容丰富起来。孩子的眼界开阔了，见识广了，自然就有说话的要求。再配合语言训练，孩子的语言就会相应地得到很好的发展。



82. 什么是儿童选择性缄默症？ 如何防治？

选择性缄默症是指已获得了语言能力的儿童，因精神因素的影响而出现的一种在某些场合保持沉默不语的现象，其实质是社交功能障碍而非语言障碍。

本症多在3~5岁时起病，女孩多见，患儿智力发育正常。主要表现为小儿沉默不语，甚至长时间一言不发。这种缄默不语现象具有选择性，即在一定场合下可以讲话，如对所熟悉的人（爸爸、妈妈、奶奶及某些小伙伴）讲话。拒绝讲话的场合一般是指学校或陌生人面前。少数儿童正相反，在学校说话而在家中不说话。缄默时可用手势、点头、摇头来表示自己的意见，或仅用“是”、“不”、“要”等单词来表示，偶用写字的方式表示意见。

有缄默症的儿童，在上学以前常易被忽视，当患儿不愿与不熟悉的人讲话时，常被家里人误认为是胆小、害羞。直到上学以后，老师发现他不愿意回答任何问题，也从不与同学交谈时，才被老师注意。但患儿能照常参加学习。

防治措施：儿童缄默症是属于心理障碍，在治疗上应以心理治疗为主。

(1) 避免精神刺激 对处在语言发育期的儿童要尽量避免各种精神上的刺激。培养儿童广泛的兴趣和开朗豁达的性格。

(2) 消除心理紧张因素 适当安排和改善生活和学习环境，鼓励他们积极参加各种集体活动。逐渐消除陌生、紧张心理。

(3) 转移法 对患儿的缄默不要过分注意，避免强迫讲话而造成情绪上的进一步紧张，甚至产生反抗心理。可采取转移法，如父母陪孩子游戏，外出游玩，分散其紧张情绪。

(4) 行为矫正 以阳性强化法效果最好。在情绪松弛的基础上，孩子的嘴刚张口讲话时，就给与奖励和鼓励；也可以用孩子最需要、最喜欢的东西作为奖励条件，让孩子说话。

(5) 药物治疗 对一些症状较重的患儿，如有过分焦虑、紧张、恐惧，可在医生指导下服用少量抗焦虑药。

经治疗，多数患儿可治愈。未经治疗的患儿可以长期保持缄默，直至青年初期。有的可影响言语表达和人际交往能力。



83. 如何防治儿童口吃？

口吃是一种言语节律异常的语言障碍。表现为言语节律异常，说话不流畅，出现音或单词重复停顿，每句话在说出第一个字后即停顿，或重复第一个字，或拖长第一个字的发音。上述这些发声异常是因喉、舌、唇部等发音器官的肌肉出现阵挛性或强直性痉挛所致。患儿讲话时常伴有口颊肌肉、面肌、颈肌、胸肌、腹肌的紧张，有时四肢也很紧张。因此，患儿讲话时常常出现面红耳赤，张口结舌，伸颈昂头，双手握拳等紧张姿势，直到他把想讲的话说出来后才放松下来。患儿在唱歌，吹口哨，学外语，大声朗读及与“布娃娃”说话时，口吃减轻或消失。而当有准备的讲话，在课堂上回答老师的问题时表现明显。同时当情绪激动时，口吃加重。

由于口吃，常遭到同学的讥笑，内心十分苦闷，意志消沉。容易产生孤独、退缩、羞怯和自卑心理，应及早进行矫正。

口吃常在3岁左右发生，但在2~8岁之间任何年龄均可发生。男孩多于女孩。口吃多在幼儿期形成，同样，也最容易在幼儿期矫正。如果

幼儿期不矫正，有时口吃可伴终生。

(1) 口吃常见的病因有

①模仿他人口吃：出于好奇而模仿他人的口吃而学习得来。

②心理因素：突然精神刺激，如受惊吓，严厉的惩罚，环境突然改变等均可能引起口吃。

③父母不正确的语言训练：儿童在语言发育时期，在说话时，往往因选择适宜词汇和表达方式而犹豫并出现停顿，父母操之过急，忙于矫正或父母要求过严，反复批评，指责，造成儿童心理过分紧张，害怕说错话，压力大。这时，如果语言表达跟不上思维的速度，就可能发生口吃。

④某些躯体疾病（特别是影响呼吸的疾病）或性格过于急躁，都与口吃的形成有关。

(2) 矫治方法

①首先要避免儿童在言语正常发育过程中出现的语言不流畅而发展为口吃。幼儿出现说话不流畅时，家长不要指责他，也不要催促他，不要给予过分的关注，让其放松，使之说话放慢速度，过一段时间一般可自然恢复。

②养成儿童良好的说话习惯，吐字清楚，避免模仿口吃患者说话，避免儿童在过分焦虑、着急的情况下说话，当其情绪紧张、激动时，应等

情绪安定后，再让他讲话，这样可以减少口吃的发生。

③父母、老师要正确对待患儿，尽量减少环境对儿童情绪上的影响，并帮助和鼓励小儿克服自身情绪上的问题。周围人不要讥笑和嘲弄，要给予心理上的支持，以帮助小儿消除口吃的紧张因素。

④参加专门的语言训练。包括肌肉松弛，呼吸均匀，说话训练，控制讲话的速度，延长“声母”的发音等。

⑤对严重口吃患者，可在医生指导下，适当配合服用抗焦虑药，以减轻情绪和呼吸肌紧张，增强矫正口吃的效果。



84. 如何防治儿童吸吮手指的不良行为？

吸吮手指在婴儿期是一种正常现象，属于一种生理性的吸吮反射。随着年龄的增长会自行消失，如不消失，孩子依然吸吮手指，则为一种不良的行为或习惯。

(1) 原因 这种不良行为的形成往往是抚养方法不当和不良的教育方法所造成。如喂养方法

不当，孤独，缺乏玩具等致使婴儿以吸吮手指自乐或作为抑制自己肚子饿的一种形式。此时如不及时纠正，而受到成人有意或无意的鼓励，则此种行为即会加强而固定下来，形成顽固性的习惯。

儿童常因为这种不良行为而遭到周围小朋友的讥笑，而使儿童感到害羞，焦虑，引起退缩行为；吸吮手指还可造成出牙不齐，咬□不正，有的甚至被吸手指出现角质增生，糜烂或畸形；此外，吸吮手指常会把手指上的细菌带入口中，进入肠内，引起小儿口腔感染、消化道感染和肠道寄生虫，影响其生长发育。因此，家长要引起重视，及时矫治。

（2）防治方法

①对于已经养成了吸吮手指不良习惯的儿童，应尽力弄清原因。如属于喂养方法不当，首先要纠正错误的喂养方法，培养孩子有规律的进食习惯，做到喂养定时定量，饥饱有节；对于环境过分孤寂的儿童，要给他们一些有趣的玩具，给他们较多的机会与成人或其他儿童一起玩耍，从而分散注意力。有条件的，尽可能让患儿入托儿所或幼儿园，在集体生活中，和小朋友一起玩乐，新鲜事物应接不暇，小儿易忘却吮指。但应

注意的是，老师对患儿的不良习惯，不要嘲笑，不要训斥，否则会造成他们对吮手指更加依恋。

②家长要耐心，冷静地纠正儿童吮手指的不良行为，切忌采用简单粗暴的教育方法，否则不但毫无效果，反而会使儿童感到痛苦，情绪紧张不安，甚至产生自卑、孤独感，影响儿童的心理健康。

③从小养成良好的卫生习惯，不要孩子一哭，就把橡皮奶头放在小儿口中，不要让孩子以吮手指来自慰或取乐，要耐心告诫孩子，吸吮手指对身体的害处，使其主动改掉不良习惯。

④行为疗法：每当孩子吮手指时，父母应以严厉的目光注视孩子，并以坚定的口气说：“不行！”同时分散孩子的注意力，当吮手指次数减少，就要及时表扬或奖励。必要时可采用厌恶疗法，如在指头上涂抹苦味剂，当患儿吮吸时苦味成了厌恶刺激，多次反复以后，可减少吮手指的不良行为。



85. 如何防治儿童拔毛发癖的不良行为？

拔毛发癖是指儿童时期出现的经常性，并无

缘无故地拔或揪自己的头发、眉毛或体毛的行为。引起拔毛发癖的原因大多数为不良的社会心理因素。如有的儿童家庭环境冷漠，家庭教育过严或简单粗暴，使得儿童正常的心理需求得不到满足，内心产生紧张，焦虑，压抑的情绪，这时儿童会通过揪头发（或咬指甲）这种下意识的行为来达到消除紧张，放松情绪的目的。一般来说，有这种拔毛发癖的儿童多有个性上的缺陷，如性格内向、不合群、孤僻、自卑、生活单调、无兴趣爱好等。

对拔毛发癖的矫治主要是针对原因，由心理不良因素引起的，应尽可能地去掉心理病因；如由家庭环境不良而引起的，应调整家庭关系，改变不良的教育方式，同时还要培养广泛的兴趣以及开朗、乐观的良好性格。对顽固病例可在医师指导下服用小剂量的氟哌啶醇或异丙咪嗪等。



86. 什么是儿童夹腿综合征？如何防治？

夹腿综合征是儿童的一种发作性症状，是以夹腿为主要特征，并不断摩擦会阴部（外生殖器部位）的习惯动作。多见于周岁以后的幼儿，最

小者可见2~3个月的婴儿，女孩多见。发作时，儿童表现为两腿并拢或交叉内收，或两腿跨于椅背，椅坐边缘，或其它物体上进行反复上下摩擦，并伴有面颊潮红，出汗，双腿发直。不顾他人打扰或阻止。每次持续2~3分钟或更长时间，每日发作或隔数日发作，每日发作次数不等，1次或数次。常于同一条件下发生，如睡前或清醒后，或当大人将其抱于某一体位时（如坐在妈妈腿上），有时在玩耍或上课时在坐位上也会出现。

（1）发生原因

①局部刺激：如外阴部湿疹或炎症，蛲虫感染，不洁，裤子太紧等刺激导致外阴部局部瘙痒，继而摩擦，在此基础上发展成为习惯动作。

②心理因素：有的儿童家庭气氛紧张，缺少母爱或受歧视，情感上得不到满足，又无玩具可玩；或学习有压力产生焦虑情绪刺激，而在自身寻求刺激或渲泄，从而产生夹腿摩擦症状。

③其他原因：在大孩子中，黄色录像、黄色书刊的影响，也是导致这些不良行为的原因。

（2）矫治方法

①首先要去除局部刺激，对症处理。

②父母要了解此症的性质，不要责骂或惩罚儿童，不要强行制止其发作，当小孩将要发作或

正在发作夹腿动作时，可装作若无其事的样子将患儿抱起，或以某种方式（如给吃的、玩具，或逗乐、或领出去玩耍等）将孩子的注意力转移，如能坚持这样做，一般都能奏效。

③培育有规律的作息时间，养成按时睡眠的好习惯。晚上不要过早上床，尽可能地使孩子疲倦后才上床入睡，晨醒后即令起床，切忌赖床，以减少夹腿发作的机会。

④对于病程较长，病情较顽固的患儿，可在医生指导下，小剂量的服用泰必利等。



87. 什么是小儿屏气发作？如何防治？

一个10个月的婴儿，平时身体很好，很少生病，可近1~2个月，反复出现在哭闹后，发生屏气，呼吸突然暂停，面色青紫，四肢抽动，约1~2分钟后缓解。家长担心得了癫痫病去医院就诊，医生询问了病史，作了全面检查，又进行脑电图检查，最后诊断为“小儿屏气发作”。

小儿屏气发作，又叫呼吸暂停症，多发生于婴幼儿。其发生原因与婴幼儿脑功能发育不完善，对植物神经和情绪活动的调节控制能力较弱

有关。也有的与先天素质有关。此类患儿脾气大，易激动，任性。遇上情绪诱因刺激（如父母未立即满足他们的要求等）易发作。此外，教养不当，如娇纵、溺爱等也是发病的原因。

典型的屏气发作表现为，婴幼儿在受到刺激（包括物理和情绪刺激）哭闹时，在过度换气之后出现屏气，呼吸暂停，口唇青紫，四肢强直，严重者可出现短暂时间的意识丧失，角弓反张，四肢阵挛性抽动等。屏气发作的时间短则1/2~1分钟，长则2~3分钟。发作停止后患儿全身肌肉松弛，呼吸恢复，面色也转红，意识清楚，活动如常。也有的出现暂时性发呆，既不哭，也不说话。此症多见于2岁以内小儿，屏气发作的早期，发作可非常频繁，3~4岁以后，逐渐减轻。6岁以后一般均可停止发作。

防治：主要为避免不良刺激，改变不良的教育方法，对儿童不要过分娇惯、溺爱，不要无限制地满足小孩要求，否则一旦要求被拒绝，心理就承受不了，而诱发屏气发作。一般不采用药物治疗。对发作过于频繁，引起脑供氧不足，应在医生指导下服用小剂量的安定。



88. 什么是儿童依赖性行为？如何防治？

依赖性行为是指儿童对父母的过分依赖，并与年龄不相符的一种不良行为。婴儿出生后与妈妈（或看护人）亲密接触，依赖妈妈无微不至的精心抚养，才发展成为独立生活的个体。这是每个儿童必须经历的正常发育程序。但是，有些儿童过分依赖父母，如已能独立行走了，还总喜欢让妈妈抱着，站立时则紧紧抱住母亲不放，或紧紧依偎其身旁，不愿与小朋友玩耍。年龄稍大一些，则表现没有主见，缺乏自信，总觉得自己能力不足，遇事总想依赖他人，如生活上依赖父母的安排，学习上依赖老师或同学的帮助。如所依赖的人不在，便容易发生焦虑或抑郁。

（1）原因 造成过分依赖的原因，主要是父母的过分关心和照顾，从小没有养成独立自主的能力，包括生活上和精神上的。

（2）矫治措施

①纠正家长的不良教养方法，锻炼和培养儿童的独立自主的能力，切忌包办代替，大胆让儿童自己去实践，包括吃饭、穿衣及一些力所能及

的家务劳动等，父母给与帮助和鼓励。最好让儿童入幼儿园，在集体生活中锻炼生活自理和社会适应能力。对学龄儿童，要坚持自己的事自己做，在学习方面，要培养独立思考、独立完成作业的好习惯。

②心理治疗：可进行阳性强化法，让小儿做一些能够增强自主性，较少让人帮助的一些事，当其能够独立完成时，则给以鼓励或奖励。所有的治疗，都必须持之以恒，直到依赖行为完全矫治。



89. 什么是儿童退缩性行为？如何防治？

一般大多数儿童乐意与小朋友一起玩耍，并能友好相处，但在陌生的环境可有短暂的退缩，即胆小，害怕。随着年龄的增长，社会交往范围不断扩大，对新环境的适应能力也就逐渐增强。但有退缩行为的儿童仍不能适应，不愿意接触陌生环境，不愿意随父母到不熟悉的亲朋家中作客，甚至不愿到公园、电影院等公共场所，如勉强去，则表现紧张，害怕。平时也从不主动与其他小朋友交往，表现孤独，胆小，害怕，沉默寡言，喜欢独自一人玩。即是家中来了客人，也要赶快躲起来，不愿

见生人。但在他们熟悉的环境中,与自己熟悉的人在一起,还是能高高兴兴地谈笑与玩耍。这类儿童不愿上幼儿园,不愿上学。

儿童退缩行为发生的原因可能与先天素质以及后天环境、教育有关。如性格过于内向,不爱活动,加上父母教养方式不良,对儿童过分娇惯,生活上过度关心,很少让其接触外界的环境,这样的儿童缺乏生活自理及社会适应能力,一旦到陌生环境中去,即感到束手无策,就容易出现退缩行为。

矫治方法:重点在于教育与改善环境。

①正确的教养:对儿童不溺爱,也不简单粗暴,冷漠。利用各种机会让儿童到新环境中去锻炼,多与周围的小伙伴接触,鼓励与小朋友一起玩耍,培养积极向上、对人热情、活泼开朗的性格。

②对已有退缩行为的儿童,家庭成员和老师以真诚的爱心来取得小儿的信任,然后再加以引导,可利用游戏的方式,让患儿由参与到逐渐适应。同时,可有意识地安排患儿到一些新环境中去锻炼,有进步则给与表扬和奖励。逐渐改变患儿孤僻、胆小的性格。随着年龄的增长,患儿的退缩行为会有所好转或消退,但有时轻度的退缩

心理可持续到成人期。

90. 什么是儿童多动症？

儿童多动症是一类儿童在发育过程中常见的行为问题。病因较复杂，一般认为，它是由于多种的生物因素，社会心理因素，单独的或协同一起所造成的一种综合征。如产前的宫内营养不良，产时的窒息造成的脑缺氧，营养不平衡，铅中毒，遗传、素质等原因都与本病的发生有关。不良的社会环境，破裂家庭，父母性格不良或其他心理障碍均可构成本病的诱因。

本症主要表现为：

(1) 注意障碍 也就是注意力集中困难，容易受外界的影响而转移，上课不能坚持认真听老师讲课，常易受外界的细微干扰而分心，如被教室外面的脚步声、说话声或汽车喇叭声所吸引，或观察黑板上、天花板上，或追视偶尔飞进教室的小虫等；做作业也不能全神贯注，边做边玩，非常拖拉；有时看电视也难以坚持到最后。但对感兴趣的事可以集中一段时间。有的患儿上课时似安静，但常“走神”，思想开小差。不能集中注意力做一件事，做事常有始无终，虎头蛇尾。

(2) 活动过多 这类儿童从幼小就显得格外活泼，手脚不停地动，精力特充沛，不知疲倦，睡觉时间也少。入学后，更为明显。患儿过分地不宁静，如过分地来回奔跑，在教室内不能静坐，屁股在坐位上扭来扭去，或站起，或不时地翻弄书本，玩铅笔，咬指甲，撕纸，卷衣角，碰撞邻近的同学。严重者可影响课堂秩序，如突然发出高声喊叫，擅自离开坐位，与同学讲话等。这类儿童尤其好插嘴和干预大人的活动，引起大人的厌烦。

(3) 冲动性 这类小儿特别容易受激惹，遇到什么愉快的事，往往过分激动，容易发脾气。他们在行动之前，不经大脑思索，也不顾后果，以致感情用事，往往因冲动而伤人或破坏东西。在考试时，往往做几道题就抢先交卷，无耐心把全部题做完，也无耐心把做过的题再核对一遍。他们喜欢拆开玩具、钟表或收音机，玩过的玩具，不收拾好。由于他们的行为杂乱无章，经常把事情搞得乱七八糟，而且，很任性，他们要什么就必须立刻满足。

此外，有部分患儿还伴有学习困难，精细协调动作笨拙，如翻手掌、对指运动不灵，系鞋带、扣纽扣不灵便等。

国外有一种应用最为普遍的康纳 (Conners) 多动症评分量表, 专为家长和教师识别多动症用。这个量表包括 10 个行为项目。父母和教师按每个项目的表现程度进行评分, 如“只一点”计 1 分, “多”计 2 分, “很多”计 3 分。如总分为 15 分或超过 15 分, 就认为有多动症高度可疑, 而分数越高, 可疑程度就越大。(见表)。

康纳多动症评分量表

项 目	程度 (以√表示)				
	无	只一点	多	很多	备注
1. 动个不停					
2. 容易兴奋和冲动					
3. 打扰其他小孩					
4. 做事有头无尾					
5. 坐不住					
6. 注意力集中时间短暂, 容易随环境转移					
7. 要求得到的必须立即满足					
8. 好大声喊叫					
9. 情绪改变快					
10. 脾气爆发性和不可预料的行为					



91. 多动症与活泼好动的正常儿童有什么区别？

我们知道人的大脑要到 16~17 岁时功能发育才能完全成熟，也就是说，16 岁以下的儿童，因为脑功能发育没有完全成熟，也可以出现类似多动症的表现，有时很难区别。目前对多动症的诊断主要依靠父母、老师及其他亲属提供详细可靠的资料，如果作以下三方面的观察，有助于多动症与正常顽皮儿童的鉴别。

(1) 注意力 活泼好动是儿童的心理特点，而好奇、好学是儿童更主要的特点，因此正常儿童虽然顽皮好动，但当遇到感兴趣的、新鲜的事物时，不仅会聚精会神地集中注意力，而且还讨厌别人干扰他的活动。多动症儿童则相反，似乎没有什么兴趣和爱好，无论做什么，玩什么都心不在焉，无法有始有终。

(2) 自我控制能力 正常儿童在陌生环境中能够约束自己，静坐静待，至少不会去扰乱别人。而多动症儿童自我控制能力差，常常扰乱别人和集体活动。

(3) 行为活动 正常顽皮儿童的好动，常有

一定的目的性，并且有计划及安排。而多动症患儿的行为则具有冲动性，杂乱，有始无终。此外，其症状与环境也有很大关系，当他们在课堂上需要受纪律的约束时，注意力不集中和好动就表现特别明显。

家长和老师要注意认真区别活泼好动的正常儿童和多动症儿童，必要时带到儿童心理门诊去做有关的心理测查，以便鉴别诊断。千万不要认为孩子多动就是多动症，把他们推入多动症儿童的行列，使他们不但增加了心理压力，还要长年服用中枢神经兴奋剂，有些家长因此放松了教育，过分依赖药物，使孩子产生许多心理问题。



92. 父母应怎样配合医生对多动症儿童进行治疗？

前面我们已经谈到，多动症的病因很复杂，是由多种因素影响而造成的一种综合结果。其中一点很重要的，就是多动症的发生与发展有心理社会因素参与。因此，多动症的治疗也需要从生物的（如改善躯体状况和应用药物）、社会的（如协调家庭、学校和社会的关系）和心理的（如教育、训练和行为矫正治疗）等进行治疗，

才能取得较满意的效果。而父母树立正确态度，配合医师做好儿童的治疗，是治疗成功的关键。

(1) 提高对多动症的认识 了解其症的性质。多动症与一般疾病同样是疾病，而表现却完全不同。它不像感冒或肺炎那样，表现出发烧或身体上各种不适，而是以行为的改变为主要症状。作父母的要像对待小儿患其它疾病一样，要关心体贴，不要歧视、粗暴、打骂。要耐心，发现其优点及时加以表扬，以利于提高患儿的自尊心和自信心。切忌为小儿的多动行为而厌恶。

(2) 对过多的精力要给予出路 鼓励他们多参加各种体育活动及户外活动，如跑步、打球、爬山等。并安排他们做一些室内活动，如下象棋等，使他们过多的精力能释放出来。但是，在安排户外活动时，应注意安全。

(3) 加强集中注意力的培养 对于这类儿童应逐步培养其静坐，能集中注意力的习惯。可以从看图书，听故事做起，逐渐延长其集中注意力的时间。也可把他们安排在教室的第一排座位上，以便在上课时能随时得到老师的监督和帮助。如果儿童在集中注意力方面有所进步，应及时表扬、鼓励，以利于强化。其次，家长向儿童提要求或嘱咐时，不要反复地唠叨没个完。这种

做法很不利于培养儿童注意力集中的习惯。在他看来，这次没注意没关系，反正父母还会再说。此外，经常唠叨，孩子易产生逆反心理，更不注意听，如果家长不唠叨，孩子反而可能会认真注意听，改变其不良行为。

(4) 培养儿童的自尊心和自信心 对于这类儿童，应耐心地、反复地进行教育和帮助，培养他们的自尊心和自信心。消除其紧张心理，帮助他们提高自控能力。父母应和医生经常取得联系，帮助医生了解教育孩子的情况，征求医生关于治疗上的指导性意见。还要加强与学校的联系，共同教育，既不歧视粗暴，也不以“病”而过分迁就。

(5) 创造良好的家庭环境 建立轻松愉快的气氛，这是治疗成功的必须条件。有些家庭不和，父母吵架，闹离婚等，小儿的多动症症状势必会加重，且不利于治疗。有的小儿经治疗已取得良好的疗效，突然症状又加重，分析其原因，就是因为父母闹离婚等原因，小儿的安全感受到威胁所引起的。由此可见，即使在治疗取得疗效的儿童，也同样需要一个轻松愉快的家庭环境。父母在教育儿童时，意见的一致也十分重要，如一个管教一个护短，要取得好的效果也是不可

能的。

儿童时期是长知识的重要时期。程度较重的多动症儿童由于注意力不集中，多动，易冲动等症状，给学习带来了很大的影响，如不及时抓紧治疗，就会把长知识的大好时光耽搁了。而更为重要的是，儿童时期是个性形成阶段。多动症儿童如果因为学习上屡次遭受挫折，自尊心不断受到打击，就会产生各种继发性情绪和品行问题，如严重歪曲自我形象，形成自卑自贱心理，以致发生与世隔绝和情绪抑郁，或者向着另一极端，即说谎，逃学，以至向犯罪行为发展。为此，对多动症，特别是症状较重的，要及时治疗。其中还有一部分儿童需要药物作为辅助治疗。目前认为利他林，匹莫林等中枢神经兴奋剂及中药静灵口服液对多动症有较好的疗效，且副作用小。药物的用法，用量要根据儿童的年龄、体质、病情及对药物的敏感性而定。6岁以下，青春期以后原则上不用药。因此，一定要在医师指导下服用。需要提请家长注意的是，药物仅是作为一种辅助治疗方法，对多动症儿童的教育、训练、行为矫正，才是最为重要的措施。



93. 什么是儿童品行问题？如何防治？

儿童品行问题系指儿童期出现的反社会行为：如逃学、离家出走、说谎、偷盗；及攻击性行为：如争吵、斗殴、破坏物品、放火、械斗、抢劫、性攻击、损害他人等行为。以上行为严重时损害他人生命、财产或社会治安，触及法律禁令时称为违法行为。

儿童品行问题在儿童期较为常见，父母经常为之而焦虑和烦恼。据国内外有关专家研究认为，儿童品行障碍的发生原因是多方面的，它是生物的，家庭和社会环境相互作用的结果。在处理上无药可用，纠正的重点在于预防。

(1) 开展婚前检查和遗传咨询 做好儿童各个年龄阶段的心理卫生保健，避免各种物理的、化学的、生物有害因素对脑组织的损伤。严重的脑损伤，常导致智力低下，轻微脑损伤则产生行为与情绪的改变或人格障碍。

(2) 正确的家庭教养 儿童生活在一定的社会中，行为模式和道德规范必须符合该社会所期望的那样以适应并保持与人们融洽相处。在这个

社会化的过程中，儿童首先是受家庭影响。因此，家庭对儿童行为模式的形成是有特别重大的作用。家庭影响包括家庭环境的熏陶，父母的榜样作用和教育方式。大量的研究及实践证明，父母不和，经常吵架及父母本身有不良行为如偷窃、欺骗或违法者，儿童品行问题发生率高；父母对儿童的教育不当，如对儿童溺爱，百依百顺，则使儿童的行为没有是非标准及行为准则，并养成惟我独尊，自我中心，在与小朋友相处，自己的愿望不能满足时，则易产生仇恨心理，采取报复行为，当自己能用拳头征服别人时，则产生自我满足及成就感，以后，就常采用攻击性行为来处理小朋友之间矛盾。因此，父母对儿童应身教重于言教，加强自身的品德修养，对儿童采取正确教育，来培养儿童良好的行为准则。同时要注意，对儿童的不良行为的苗头，要早期发现，及时给予教育纠正。纠正品行问题必须注意培养自尊心，及提高自觉性。

（3）良好的社会环境 社会的规范、道德、风尚及传统观念在培养儿童良好行为方面有着重大影响。如在我国十年动乱后，青少年违法犯罪率上升，这与当时人们的信念、道德观、价值观受到冲击有关，此外电影电视的暴力镜头、黄色

文化，使儿童耳濡目染，对儿童发生攻击行为、违法行为也有一定的影响。因此，创造一个良好的稳定的社会环境，培养儿童良好行为、促进儿童身心健康发展，需要全社会的共同努力。



94. 什么是儿童抽动—秽语综合征？如何防治？

有些小孩不自主地挤眉弄眼，耸肩，努嘴，还嗓子不停地发出“吭，吭”的声音，这些现象，医学上叫“抽动—秽语综合征”。此病多见于男孩，大多数起病于4~12岁，以7~8岁起病者占多数，有家族性发病倾向。

本病的典型临床表现为突然的、快速的、不自主的、重复的肌肉抽动。如挤眉眨眼，努嘴，吸鼻，伸舌，甚至扭脖子，耸肩，摔胳膊，鼓肚子等，约半年后出现嗓子不停地发出“吭、吭”的声音，有的像犬叫声，有的似鸡鸣声。严重时出现污秽语言，即骂人。在一般情况下，上述症状在一个病儿身上不一定同时存在，往往老毛病刚去，新毛病又添，不断转换表现形式。当情绪不愉快，过度疲倦或精神紧张时都可使症状加重，而在睡眠或玩耍时即消失。上述这些症状，

虽然是不自主的肌肉抽动，但也不是完全不能自我控制，有时也能受意志克制数分钟或数小时。此外，这种病的患儿还常伴有注意力不集中、多动及其它行为问题。

在孩子患病初期，因为症状较轻，加上家长对儿童心理卫生知识的缺乏，往往认为这是一种坏毛病，常常被忽视，甚至采取打骂或训斥，结果反而使症状加重。这种病如不及时治疗，有的可持续到成年，甚至终生。如能早期积极治疗，是可以控制发展和治愈的。

抽动—秽语综合征的病因，迄今尚未完全清楚。近年来，许多研究结果提示本病是一种儿童神经精神障碍，其病因可能是由于遗传因素、神经生化代谢以及环境因素在儿童发育过程中相互作用的结果，尤其是社会心理因素对该病的发生和发展有一定的影响。在临床上，我们也经常见到一些患儿，药物治疗已经基本上控制了抽动的发作，但当遇到了一些不良刺激，引起精神过度紧张，病情又加重。因此，在坚持服药的同时，家长和老师一定要配合医生做好以下几方面：

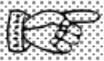
①家长和老师要了解本症是一个病症，对患儿要倍加爱护和关心。千万不要一看见孩子出现“怪相”就生气，甚至训斥或打骂，也不应嘲笑

和挖苦孩子，不要总是说：“你怎么又挤眉弄眼了”，“老毛病总也改不掉”等。因为这样并不能制止抽动的发作，反而会因提醒，使他们强化了这些症状。此外，还会增加患儿的精神负担，加重病情。

②在患儿抽动发作时，家长不要过多地去关心或注意患儿的动作，应让其表现，以淡化其心理因素；也可采取转移注意的方法，如发现他抽动明显时，可以与他说些使他高兴的事或做些轻松愉快的事，这样通过减轻由抽动带来的紧张、焦虑情绪。

③妥善安排患儿日常的作息制度，避免过度紧张和疲劳。鼓励和引导孩子参加一些体育运动和娱乐活动，它可以帮助孩子摆脱自己的封闭状态，振作精神，完全放松。总之，家长要尽可能地为患儿创造一个轻松愉快的良好环境，使疾病早日康复。

对本症有效的药物有氟哌啶醇、泰必利等，可在医生指导下服用。

 95. 什么是儿童学校恐怖症？如何防治？

恐怖症属于情绪障碍，它是指对某类物体、某种环境或某些活动产生强烈的紧张、恐惧和回避反应。儿童在不同的年龄阶段有不同的恐惧内容和对象，如幼儿多见怕与亲人分离，怕生人和陌生环境，怕黑暗，怕某些动物（如猫、狗、蛇）和小昆虫，怕雷击闪电，怕凶恶的面孔；而对社会环境的恐惧则多见于少年儿童。一般来说，儿童的许多恐惧不经任何处理，随着年龄的增长，恐惧会自行消失。但如果恐惧超过了一定限度，并经常反复出现，严重影响患儿的正常生活、学习、社会交往等活动时，且任何的劝慰解释均不能消除，则称为恐怖症。

学校恐怖症是儿童恐怖症的一种特殊类型。表现为对学校发生恐惧，害怕上学，甚至拒绝上学。一提起上学就紧张，惶恐不安，面色苍白。常常伴有头痛、头昏、腹痛、呕吐等躯体症状。如果父母强迫患儿去上学时就会出现强烈的情感反应，焦虑不安，痛苦，喊叫，吵闹，任何安抚或物质上的许诺均不能吸引他们同意去上学。但

只要父母同意患儿不去上学，上述症状就消失，节假日这些症状也不出现。当他们在家时，看书或和小朋友玩耍，一切均很正常。

本症不同于一般有意识的逃学，逃学的儿童一般无明显的情绪表露，常有其它违纪行为，往往长期学习不良，又得不到父母关心而遭到体罚的儿童，两者最容易鉴别的是前者是父母知道患儿拒绝上学留在家里，而后者是父母不知道儿童不去上学，他们表面装作去上学，半路或课间从学校逃出在外游荡。

（1）病因

①内因：这是儿童一般心理发育不健全，从小受到父母过分的保护和溺爱，依赖性大，生活上和精神上独立性差，胆小，过分害羞，敏感，多疑，特别爱面子，脆弱，经不起批评。此外，与先天因素有关，这类儿童往往父母有神经质倾向。

②外因：如儿童在入学、转学或升学中遇到过分严厉的老师，或老师的教育方式不当，在学校学习或其他活动上的失败，挫折或遇到委屈，羞辱，产生强烈的情绪反应和焦虑不安的心理，害怕并且不顾再面对或重新尝试这种痛苦的经历，采取回避性反应而呆在家里。如父母无原则

地迁就同情患儿，为其辩护，可强化患儿的恐怖。此外，父母对患儿期望值过高，往往超过患儿心理所承受的程度，导致孩子心理失去平衡，逐渐产生焦虑，害怕上学或家庭环境不良，父母感情不和，以致担心自己一旦去上学父母会离婚，妈妈会离家出走等等，这些因素都可引起儿童产生学校恐怖症。

近年来，学校恐怖症逐渐增多，本病的发病年龄为6~7岁，11岁，14岁，因为这三个年龄段恰恰是儿童入学、升学的关键年龄。女孩较男孩多见。

(2) 防治方法

①从小培养儿童有良好的心理素质。使儿童有开朗、乐观、坚强的性格，有较强的环境适应能力，对预防本症的发生有积极意义。

②对已有症状者，要与学校老师取得联系，了解患儿害怕上学的原因，采取谈心的方式，尽可能地了解所有与他们上学有关的情况。注意开导，不要采用简单的恐吓办法，不要随使用“赖学”，“装病”等语言去刺激儿童，而强迫孩子去上学，以免加重孩子的心理创伤。

③如孩子经常诉说头痛、腹痛，并出现呕吐，心悸等症状时，应及时带去医院检查。排除

患儿躯体疾病，解除其思想顾虑。

④心理治疗可采用系统脱敏法，阳性强化法等。如在医生指导下，先从交谈开始，谈论上学的事，当患儿不再恐惧时，可逐渐过渡到陪他去学校，如能适应，再让孩子独自去，如失败了需从头开始。同时与老师密切配合，鼓励他努力学习，指导其学习方法，帮助克服学习上的困难，在有点滴进步时给与表扬和奖励。

⑤在伴有明显情绪焦虑，抑郁时可在心理医生指导下服用抗焦虑、抗抑郁药，以利于心理治疗的进行。

96. 什么是儿童焦虑症？如何防治？

焦虑症是一组以恐惧与紧张不安为主的情绪障碍。临床表现为对外界事物的刺激反应过强，过分敏感，多虑，缺乏自信心。常因微小事情而过度焦虑，并伴有不同程度的躯体症状，如心悸，头晕，咽喉梗阻感，呼吸急促或昏厥等。此外，还可伴有睡眠障碍，做噩梦，恶心呕吐，食欲不振，腹痛，多汗，乏力等身心症状。可发生在各个年龄阶段的儿童，以学龄儿童为主，男女

发生率无明显差异。

婴幼儿与亲人特别是与母亲分离，会出现明显的恐惧不安，害怕，不愿和他们分开，怕离开他们会发生什么可怕的事，不愿意上幼儿园或上学。总要求和亲人呆在一起，害怕独自留在家里，怕一个人睡觉等等。这种焦虑称之为“分离性焦虑”。

焦虑症对儿童的行为、智力、人格等造成一定影响。如可能变得退缩，过度顺从，或暴怒，恐惧，甚至拒绝入学等。有的甚至影响学业成绩，智力偏低。重症患者还会形成不健康的性格特征，如过分敏感，自卑，依赖心重。患儿常常做事谨小慎微，抑郁，恐惧等。

（1）病因

①先天素质和遗传倾向：有些患儿病前就有过分敏感，自信心不足，自尊心又过强的性格特点；有的患儿父母本身就是焦虑的个性，受父母的长期影响，其结果可导致儿童焦虑症的发生。

②教育不当：有的家长对儿童过分苛求，“望子成龙”心切，而不考虑对孩子的要求是否超过孩子的心智发育水平，孩子慑于家长的权威，整天处于紧张状态，久而久之，便导致了焦虑情绪；还有的家长则对孩子过于溺爱，在家中

对其百依百顺，孩子在精神上或生活上均不能独立，当孩子走出家庭，在社会上或在学校里遇到一些困难或挫折，就容易发生焦虑；也有的父母教育方法简单粗暴，孩子经常受到强烈的惩罚，而使之害怕，当他不能完成预期的任务时，对将会受到惩罚感到十分焦虑。

③环境不良：有的患儿长期生活在家庭气氛紧张、父母不和、经常吵架的环境中，缺乏安全感和抚爱，也易发生焦虑。

④有些教师教育方法不当，过度地追求“高分”，“高升学率”，搞“题海战术”，孩子的学习负担过重，心理压力，也易形成焦虑情绪。

⑤急性精神应激因素，如与父母突然分离，住院手术，亲人的猝死等，也可促发焦虑情绪。

(2)防治 儿童焦虑症会影响儿童的心理和社会适应能力，所以需要采取积极的防治措施。

①预防为主：要为孩子创造一个良好的家庭环境，给与适度的爱。既不要溺爱，也要避免简单粗暴，要从小循循善诱，对孩子学习上的要求，要注意其年龄及心智发育水平，不要过分苛求。帮助儿童学会克服困难，建立信心，培养坚强的意志及开朗的性格，这对于预防焦虑症，

具有十分重要的意义。

②心理治疗：可采用支持性心理治疗。如耐心地听取他们的诉说，对他们的痛苦适当地表示同情，消除他们的疑虑，以帮助控制他们感到不安全和失败的心情；帮助消除各种心理刺激因素，对适应环境困难或适应较慢的儿童，要让他们有足够的时间去适应，不能操之过急，并且要防止太多的环境变迁，如转学等。松弛疗法对疾病的恢复也有一定的促进作用，如鼓励患儿经常参加户外活动及体育锻炼和游戏活动，增强他们的社会交往能力和集体意识。

③药物治疗：可在心理医生指导下服用抗焦虑药，如安定、多虑平等。



97. 什么是儿童强迫症？如何防治？

儿童强迫症是在儿童时期出现的不必要的、反复出现的、很想摆脱但又很难摆脱的一些观念、情绪或行为动作。临床表现也是多种多样，有的患儿思维经常纠缠在一些缺乏实际意义的问题上，如想“人为什么要长两只手”，“为什么桌子要有4条腿”；有的患儿对自己刚做过的事情

表示怀疑，如刚锁好门又怀疑自己是否锁好而来回往返检查门是否确实锁好，以致上学迟到；有的患儿怕写错字而反复检查是否有错而使做作业速度大大减慢；还有的表现为重复刻板仪式性动作，如怕手脏得病而反复洗手，甚至把手洗破了还认为没有洗干净等等。有时患儿还摆布他们的父母也参与到他们这些动作中来，如要父母回答同样的问题或做同样的强迫动作，若父母不同意，患儿会变得十分焦虑不安，烦躁，甚至冲动伤人迫使父母这样做。以上这些症状常可干扰患儿的正常生活和学习，影响正常的人际交往，患儿常十分苦恼，但无法摆脱。一般来说，在儿童正常发育的不同年龄阶段，也可能有轻度的强迫行为，如走路时数格子；折叠整理自己的手绢或被褥要角对角，反复多次对整齐；睡觉前一定要把鞋子反复摆成固定的样子等，这些行为不伴有任何情绪障碍，也不影响他们正常生活和学习，而且会随年龄的增长而消失，不应视为病态。

(1) 病因 儿童强迫症的病因与儿童焦虑症基本相似。一般认为，患儿有明显的遗传倾向，病前常有过于拘谨、胆小、呆板、好思考的表现。患儿的父母也常有胆小怕事，过分谨慎和拘谨，缺乏自信心，遇事迟疑不决，事后反复检

查，过于克制自己，呆板，缺乏兴趣爱好等不良性格。此外，父母对孩子做事过分刻板要求，要求尽善尽美，一丝不苟，这种刻板的要求可诱发本症的发生。突然的精神刺激，长期的高度精神紧张或严重的躯体疾病，环境的重大变异也可成为诱发因素，促使症状的出现。

（2）防治

①预防措施：父母对儿童要注意从小给予科学的教养，切忌过分的刻板要求，对一件事情不要无限的扩大。如为了让孩子讲卫生，有的家长就吓唬孩子这有细菌那有细菌，得了病会死人，这就给孩子的印象是他在生活的空间里充满了可怕的细菌病毒，造成强烈的心理压力，引起心理障碍。此外，父母如有神经质，要予以矫治，要以自己良好的行为模式来影响孩子。

②矫治措施：主要是心理治疗，给予心理疏导，分析患儿发病原因，帮助患儿树立战胜疾病的信心。鼓励患儿多参加文体活动和集体活动，培养广泛兴趣爱好，以分散患儿的注意力，减少不必要的疑虑。同时父母要正确对待患儿的病态，既不要过分焦虑，过多地担心，也不要采取强迫手段横加制止或体罚，这样均会使症状加重。对于症状较严重者可在心理医生的指导下采

用行为治疗和药物治疗。



98. 什么是儿童抑郁症？如何防治？

儿童抑郁症是以情绪抑郁为突出症状的情绪障碍。多发生于青少年，8岁以下儿童少见，一般女孩较男孩多见。

临床表现情绪低沉，沮丧，没有愉快感，感到生活没有什么意思；自我评价低，认为自己笨，常自责或有内疚感；不明原因地感到疲倦，软弱无力，自觉思考问题或记忆力减退，学习成绩下降，因此感到悲伤，绝望，甚至出现自杀的念头或行为；有的伴有孤独、退缩、情绪不稳，如发脾气等，常伴有头痛，失眠，心悸，食欲不振，体重下降等躯体症状。但有些正常儿童在突然遇到某种“应激事件”时，也会出现暂时的情绪低沉（一般不超过两周），并能很快调整过来。这种暂时性的情绪波动，不应视为抑郁症。

（1）病因 儿童抑郁症的病因，除与遗传因素有关外，病前常有精神刺激因素，如丧失亲人；父母不和或离异，或受到歧视、虐待，缺少家庭温暖，使幼小心灵受到创伤；少年儿童则多

由于学业失败或面临不能实现自己的目标而在心理上承受沉重的负担，认为这一切都无法挽回，因而意志消沉，发生情绪抑郁。

（2）防治方法

①调整环境，父母要努力为患儿创造一个愉快、和谐、民主的良好环境，改变不良的教育方式，要尊重和理解孩子，与孩子多一些心理沟通，使孩子能把心中积郁倾吐出来，得到及时的疏导，从而改善忧郁的心境。同时父母还要鼓励患儿多参加集体活动，丰富其精神生活。如患儿伴有危及生命的消极言行，尤其是对有自杀企图或有过自杀行为的，家长必须高度警惕，严密监护，及时请心理医生进行心理治疗。

②心理治疗：采用支持性心理治疗和行为治疗，达到解除患儿的心理负担，改变其价值观念，增强自信心。

③药物治疗：对重症患儿，在进行心理治疗的同时，还要配合药物治疗。目前常用的有百忧解，麦普替林等，但一定要在医师的指导下服用。

 99. 什么是儿童孤独症？如何防治？

儿童孤独症是一类表现为极度孤独，对别人缺乏情感反应，语言发育障碍，刻板重复动作和对环境反应奇特为特征的一类疾病。是一种婴幼儿早期发病的全面发育障碍。本病的发生率为2~4/万，目前有增多的趋势。多见于男孩，男女比例为3~5:1。起病于0~3岁。目前该病的病因和发病机制不明，可能与遗传、脑器质性障碍及社会心理因素有关。

主要临床表现有：

(1) 社会交往障碍 患儿特别孤独，与人缺乏交往。有的在婴儿期就表现出避免与他人目光接触，缺乏眼对眼的对视，也缺乏面部表情，对亲人不会微笑，如母亲要抱他时，往往不会像正常儿童那样伸出双手表现出期待别人抱起的姿势，也不会用身子贴近妈妈。有的患儿甚至拒绝别人的拥抱。当父母离开时，没有明显的依恋，而父母回来时也没有愉快的表示。当他们感到不愉快或受到伤害时，也不会去寻找母亲的安抚，不愿和小朋友一起玩，缺乏情感反应，好像生活在自己独有的世界里。

(2) 语言发育障碍 有的患儿在婴儿期就不会咿呀学语，有的是在 2~3 岁以前曾经有表达性语言，以后才逐渐减少，有的则完全消失。不会主动与人交谈，常常自言自语，也不会用代词，如“我的”说成“你的”，但有模仿语言的能力，常常重复别人说过的话；不会用手势或姿势与人交往，很少用点头或摇头或面部表情来表达某种要求。

(3) 兴趣范围狭窄 行为刻板重复，患儿常常对一般儿童所喜欢的玩具、游戏缺乏兴趣，而对某些通常不是作为玩具的物品具有特别的兴趣和迷恋，尤其是圆的或可以旋转的物品，如对锅盖、瓶盖、车轮等物品着迷。对喜欢的物品终日拿着，若强迫更换，则往往选择另一件作为新的迷恋对象。还常有弹手指，拍手，摇摆身体，脚尖走路或其它奇特姿势。有部分患儿有一种要保持环境不变的强烈愿望，如要求吃饭时坐位和碗筷放的地方不变，出门一定要走某条路线，若变动则烦躁不安，吵闹或拒绝。

此外，大多数患儿智力低下，适应行为能力也明显落后，但从外观上看，与正常儿童无明显差异。有的孤独症患儿有普遍智力低下的同时，可具有某些特殊能力，如对路线、对数字、地

名、人名等的超常记忆力和对日期推算和速算的能力，即所谓的“白痴学者”。

本病是慢性病程，预后大多数不佳，因此积极采取正确的防治措施是必要的。预防的重点是积极进行优生、优育，加强围产期的卫生保健工作。

治疗以教育和行为治疗为主，重点是教会他们有用的社会技能，如日常生活的自理能力，与人交往方式和技巧，与周围环境协调配合及行为规范，公共设施的利用等最基本的生存技能，促进患儿的社会化和语言发育。目前国内已有训练该病患儿的专门机构，训练的目的也是使他们能适应正常的社会生活。



100. 什么是心理治疗？适合于儿童的心理治疗方法有哪些？

心理治疗，也叫精神治疗，是心理医师应用心理学（研究心理现象及其规律的科学）的方法，通过语言，表情，姿势，态度和行为，帮助病人了解发病原因和有关因素，影响或改变病人的感受、认识、情绪和行为，改善或消除病人消极的心理因素和异常行为，以达到治疗的目的的

方法。心理治疗的种类很多，常用于儿童的有以下几种：

(1) 支持性心理治疗 在详细了解病史、精神及躯体状态的基础上，分析主要行为问题的发病原因（或诱因），然后采用安慰，解释，鼓励，指导，疏通感情，调整环境等方式，利用一切可能的条件调动患儿本人的主动性和积极性，建立信心，为防治不良行为自觉地做出努力。对年幼儿童，因理解力差，可适当给以游戏治疗；对性情活泼，身体健壮的多动症儿童可组织参加集体体育活动，以培养注意力和集体观念。此种疗法适用于多动症、情绪障碍（焦虑症、抑郁症、强迫症）、退缩行为、依赖症、吮指甲及口吃患儿。

(2) 行为治疗 又叫操作性处理法，实际上就是行为矫正治疗。它是依据条件反射学说和社会学习理论改正人们不良行为的一种技术。其目的在于消除那些不适当的行为模式，建立新的行为反应。

①系统脱敏治疗：为一种较常用的行为治疗技术，主要用于恐怖症患儿的治疗，如怕黑暗，怕医院，怕动物，怕洗澡，怕上学，怕见血及其他生理损伤等。此外还可用于焦虑症、神经性厌食患儿的治疗。其原理是根据沃尔普（J. Wolpe）

提出的多替抑制原则，即一个人不能同时既松弛又紧张，处于完全松弛时，本来可引起焦虑的刺激也会失去此作用，即对此刺激脱敏了。传统的行为学观点认为，焦虑、害怕及其他强烈的情绪反应，是一个典型的条件性情绪反应。系统脱敏法为一种逐步去掉不良条件性情绪反应的技术。

对年幼的患儿，因无法学会自我松弛，也不可能对焦虑（或恐怖）场景进行想象，治疗时可采用一些与年龄相符合的方法，如游戏，音乐，人与人关系的实际表现，谓之实践脱敏法。例如怕狗的儿童，开始让他在吃糖果时，看到远远地关在笼中的小狗，以后逐渐将狗移近，直至完全脱敏。这种方法除可用于幼儿外，还可用于不会自我松弛，或靠想象的场景不能引起不良情绪的患儿。

②阳性强化法：主要是依据操作性条件行为的理论，即在一种所要求的行为出现之后，即给予一种奖赏强化（强化物），以增加这种行为的发生。如果所期望的行为多次得于强化，就会使这种行为得以加强。奖赏的方法（强化物），要根据小儿平时的爱好，可以是物质的，如儿童喜欢的糖果、玩具等，也可以是精神的，如父母的微笑、拥抱，言语的鼓励，带孩子上公园游玩或

带领孩子参加特殊的活动等。

阳性强化法一般用于儿童行为问题，如多动症，学习困难，选择性缄默症，违拗行为，孤独症，神经性厌食，功能性遗尿等。例如，对一个注意力不集中的多动症患者，治疗的一个靶行为是做作业分心，常出错，据了解，患儿特别喜欢踢皮球，故踢皮球可作奖赏，要求达到良好的行为是专心做作业，不出现粗心大意的错误。治疗时可安排为饭后做半小时作业，如没出现粗心大意的差错，允许踢半小时皮球。经多次重复后，可逐步纠正注意力不集中的问题。

③厌恶疗法：又称惩罚法，基于条件学习原理而建立的一种治疗方法。每当患儿出现某种不良行为时，给与一种惩罚性刺激，以达到使不良行为减少或逐渐消除。常用的惩罚性刺激为训斥，恐吓，打骂，苦味溶液或低电压刺激。此疗法可用于儿童攻击性行为，暴怒发作，自伤行为，遗尿，吮手指，神经性呕吐等。例如对好吮手指的儿童，在指尖上涂以黄连水或奎宁水等苦味剂，当患儿吸吮时苦味成了厌恶刺激，多次结合后，可减少吸吮指头的行为。

④消退法：也是根据操作学习的原则，对于某些强化不良行为的因素予以撤除，以达到减少

不良行为发生的目的。此疗法与阳性强化法同时采用，疗效更好，一般可用于儿童的攻击性行为，暴怒发作，多动性行为等多种行为障碍及情绪问题，以及神经性呕吐等。例如，有一个2岁的儿童，每晚入睡时，必须父母陪伴才能入睡，否则大哭，大闹。其父母在患儿入睡时对他的关怀、爱抚等显然构成了患儿不良入睡行为习惯的强化物。乃教其父母入睡时将患儿放在床上，并告之让他自己睡，旋即离去不再理他。第1晚患儿哭闹达50分钟；第2晚仍如法炮制，哭闹15分钟，到10晚哭闹行为完全消失。须注意采用此法，必须要坚持，不能中途又给予强化物，否则易使治疗失效。

⑤暂停隔离法：为一种应用操作学习原理的行为疗法。治疗时将阳性刺激物短暂隔离，以纠正不良行为。此疗法主要用于治疗敌对行为，不服从行为，少年违法行为，暴怒发作，以及孤独症或精神发育迟滞的某些不良行为。如在集体活动中患儿出现打人行为，则先向患儿发出警告，指出如继续打人则要住隔离室。如患儿继续其不良行为，则关隔离室。一般隔离时间为十几秒至数分钟，当患儿不良行为消失后15秒左右，即可中止隔离。值得注意的是，隔离环境要安静，

不可有新的阳性刺激物（如玩具、电视等），须注意安全，以免出现意外。

（3）认知治疗 是一种新的系统的心理治疗方法。此种治疗是通过纠正不正确的认知（包括思维、信念等）来达到改变患儿不良的情绪和行为。BEEK认为一个人的认知状态对其情感和行为有着巨大影响。改变不良的思维，则能改变不良的情绪或行为。在治疗中强调解决当前的主要问题，注意造成问题的原因，并辅助患儿解除他原有的歪曲的认知，与患儿共同努力发展用较正确的认识去评估他过去的经历，纠正错误的认识。可同时配合药物治疗。

此疗法主要用于各种情绪障碍，例如抑郁症，焦虑症，恐怖症，强迫症等以及行为障碍，如多动症，冲动性行为障碍等。

心理治疗是一种专业性很强的治疗技术，一定要在心理医师的指导下进行。