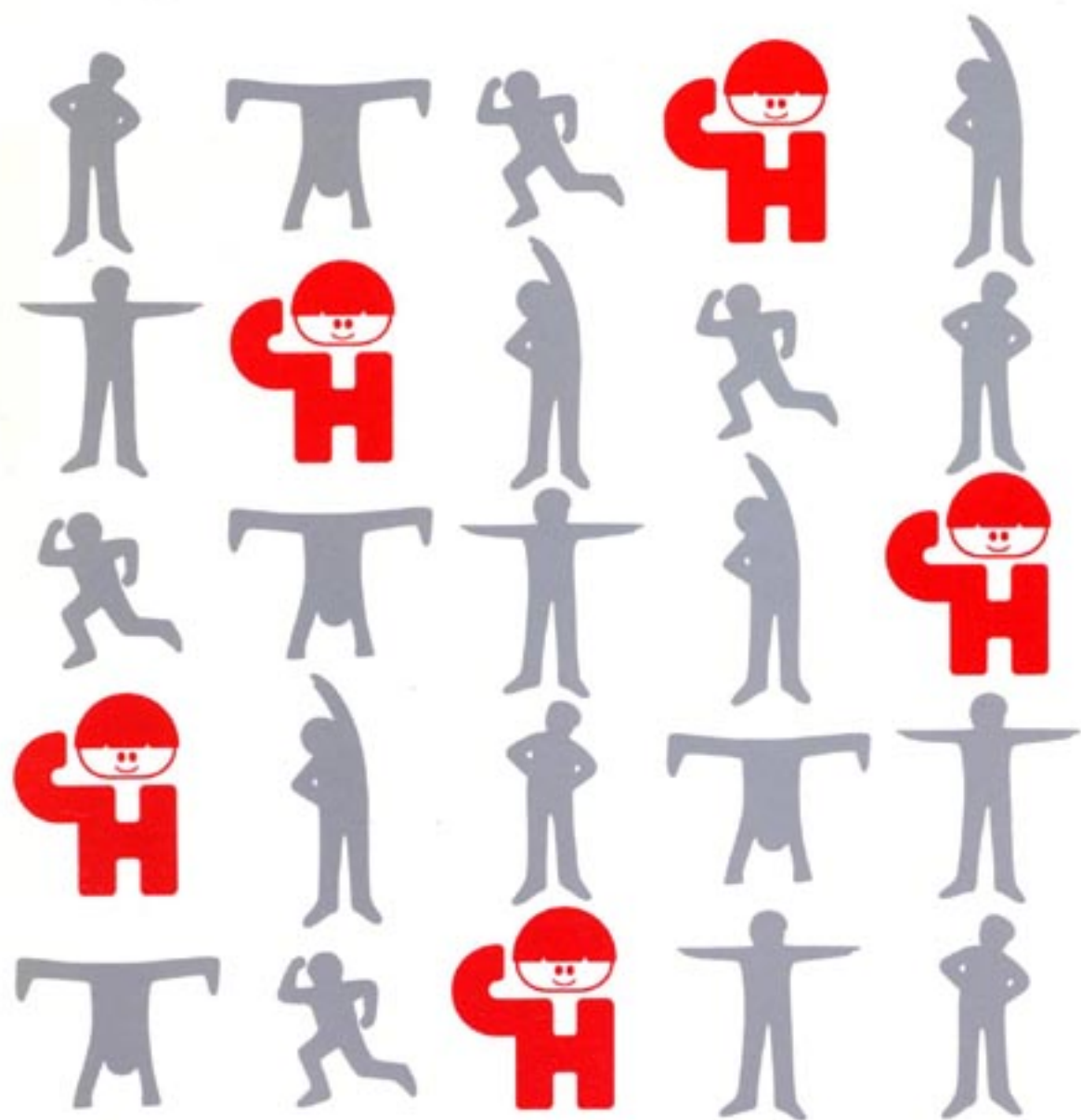


# HONG KONG CHILDHEALTH FOUNDATION

香港兒童健康基金

THE PSYCHOLOGICAL DEVELOPMENT  
OF CHILDREN IN HONG KONG

香港兒童心理健康



HONG KONG CHILDHEALTH FOUNDATION  
香港兒童健康基金

PATRON AND OFFICE BEARERS  
贊助人及理幹事名單

PATRON 贊助人	Lady Wilson 衛奕信夫人
VICE PATRON 副贊助人	Mr. Henry Fong, MBE, JP 方潤華太平紳士
HONORARY LEGAL ADVISOR 名譽法律顧問	Ms. Elsie Leung, JP 梁愛詩太平紳士
HONORARY AUDITOR 名譽核數師	C.K. Shum & Company 沈之傑會計師

BOARD OF TRUSTEES  
基金信託人

Miss Henrietta Ip, OBE, JP (CHAIRMAN)  
葉文慶女士

Mr. Chan Chok Wan (TREASURER)  
陳作耘先生

The Hon. Mrs. Peggy Lam, MBE, JP  
林貝聿嘉議員

Mrs. Ng Fong Siu Mei  
吳方笑薇女士

Mr. Henry Au Yeung  
歐陽卓倫先生

President of the HK  
Paediatric Society (Ex-official)  
香港兒科醫學會會長



PATRON: Lady Wilson  
贊助人：衛奕信夫人



The Hong Kong Child Health Foundation has decided to launch the seminar on Psychological Development in Hong Kong Children as their inaugural project. This seminar is designed to provide public education for parents on the principles of child development, psychological development and early identification and management of children with psychological problems. It will undoubtedly provide a forum where parents can hear the views of professional people, who are engaged in child health work locally, and whose experience will be extremely valuable to anyone who has, or is involved with, growing children.

I regret very much not being able to be present at the seminar, but I would like to wish the Hong Kong Child Health Foundation every success in the coming year, and my warmest wishes for a successful seminar.

*Natasha Wilson.*

Lady Wilson

<b>目 錄</b>	<b>頁 數</b>
1. 香港兒童健康基金簡介	5
2. 前言	6
3. 香港兒童心理健康研討會海報	7
4. 致歡迎詞	8
5. 綜談兒童發育的基本概念	9-10
6. 兒童期之正常心理發展	11
7. 兒童常見的心理問題	12-13
8. 如何處理兒童期常見的心理問題	14-15
9. 總結	15

## 前言

香港乃極高度競爭的社會，嬰兒甫出娘胎便要接受環境的挑戰，只有從鬪獸場勝出來的人方能出人頭地，為社會所接受，為達爾文進化論適者生存定律提供最好的例証。一般父母們本着“望子成龍”的心理，為其子弟能在學校取得良好的成績，名列前茅，不惜絞盡腦汁，費盡心思訪尋名校，然後日夜催谷，拼命鞭策，希望他們努力學習以期他日出人頭地，光宗耀祖。另一方面，有些教師為着學校在公開考試的聲譽，亦不知不覺中成為填鴨式教育的幫兇。試想在此種種壓力之下誰能有多餘的時間及精力去關注兒童的心理健康，更談不上適當的栽培及啟發，而在這環境長大的兒童又焉能有高尚的人格，崇高的品德，成為我們社會未來主人翁。

香港兒童健康基金會有見於此，特於一九八七年十一月十五日（星期日）下午二時至五時假座香港中區大會堂演劇廳與香港電台合辦“香港兒童心理健康研討會”。邀請專業人士作專題演講，命題及主講者計有：

- （一）香港兒童健康基金信託委員陳作耘醫生主講——綜談兒童發育的基本概念
- （二）香港中文大學心理系高級講師張妙清博士主講——兒童期之正常心理發展
- （三）香港大學精神科講師鍾思源醫生主講——兒童常見的心理問題
- （四）香港大學精神科講師陸兆鑾醫生主講——如何處理兒童期常見的心理問題
- （五）香港兒童健康基金主席葉文慶醫生作——結會詞

研討會各專家除對兒童心理健康作深入淺出的探討外，更臨場解答來賓問題，增加知識交流。本基金為着加強公眾教育，擴大訊息傳播，特將研討會全部資料節錄下來，得朱普生先生評閱，駱志文女士核對，編成小冊子發行，供各位家長作為參考之用，謹此道謝。一切安排務求將兒童心理健康的訊息傳播於社會各階層及不同角落之中，喚醒社會人士正視兒童心理健康的重要性，繼而引導他們認識適當培育的途徑，使我們健康的下一代能在心智，體能及情緒上獲得均衡的發展，成為社會有用的一分子，將來成為社會的棟樑，此乃香港兒童健康基金創立的最終目標。

香港兒童健康基金  
香港兒童心理健康研討會主席  
陳作耘  
一九八八年十月五日

## 香港兒童健康基金簡介

兒童是社會的棟樑，所以兒童須身心健康才可以正常地工作、學習、遊戲及渡過快樂的童年。因此，向市民大眾教育如何保持兒童健康，實為當前之要務，因為唯有健康的兒童才能長大成為健康的成人，將來能為社會作出貢獻。香港兒童健康基金便是基於這信念而成立，希望能達到以上目標。

方樹泉先生是發起設立香港兒童健康基金的熱心人士，方先生於一九八六年六月廿七日來函本基金各信託委員囑咐吾等籌劃基金事宜，信中謂：

鑑於香港近年曾有不少畸型、弱智或殘廢之嬰兒出現，而嬰兒夭折率亦不算最低，這情況實令人關注。

要預防這種現象，斧底抽薪的辦法就是必須要從婚前、懷孕前後、出生前後之醫療教育下功夫，希望能預防、減少、或及早診治畸形弱智及傷殘的胎兒，符合了「預防勝於治療」的原理。

有見及此，茲建議請由葉文慶醫生領導，並聯同香港家庭計劃指導會林貝聿嘉執行總監及陳作耘醫生兩位熱心社會服務人士，共同組成「香港兒童健康基金」，從事向公眾人士推行此項教育，及給予市民正確的指導。

該香港兒童健康基金倘能組織成立，本人願意捐出港幣叁拾萬元以示贊助。此項捐款擬分三年支付。事屬善舉，請加以研究，希望付諸實行。」

本基金各位託管委員深受方先生金石良言所鼓舞，在過去兩年內致力成立這香港兒童健康基金，又蒙方樹福堂基金率先慷慨捐助，成為本基金之主要捐贈者，託管會同人謹致萬分謝意。

**本基金之宗旨目的如下：**

1. 推廣兒童健康。
2. 保障香港兒童的福利。
3. 為本港兒童發展提供有利的環境。
4. 改善及提高現有的兒科醫療服務。
5. 促進兒科醫學知識的發展。

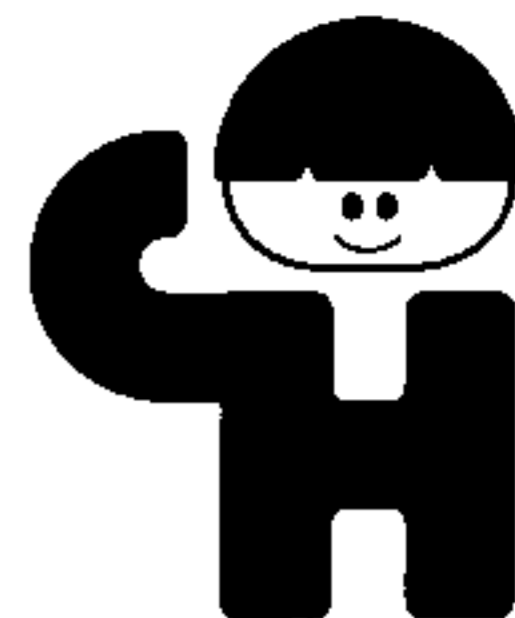
**為達到以上目的，本基金將致力於：**

1. 推廣兒童健康及促進兒童體智發展。
2. 改善兒童醫療服務。
3. 透過醫療、輔助醫療及其他途徑，預防減低弱能兒童問題。
4. 提高本港兒童醫療及輔助醫療服務的專業知識。
5. 提高兒童健康教育。
6. 提高本港妊娠期健康的知識及有關的護理服務。
7. 協助及鼓勵兒科醫學的研究，提高本港兒童健康。

要成功達致本基金所訂宗旨目的，實有賴各界志同道合之善長仁翁慷慨解囊，本基金謹呼籲全港所有關注兒童之人士與本基金聯絡，給予協助及指導，共同提倡兒童健康。



香港兒童健康基金  
與香港電台合辦



# 香港兒童心理健康研討會

日期：一九八七年十一月十五日(星期日)

時間：下午二時至五時正

地點：香港中環大會堂劇院

## 程序：

### 開幕典禮

主席：葉文慶醫生

- |           |                       |
|-----------|-----------------------|
| 1) 致歡迎詞   | 主席葉文慶醫生               |
| 2) 致送紀念品  | 信託委員陳作耘醫生             |
| 3) 標誌設計比賽 | 信託委員吳方笑薇女士            |
| 4) 頒獎     | 首席評判Mr. Henry Steiner |
| 5) 致謝詞    | 信託委員林貝聿嘉女士            |

### 研討會

主席：陳作耘醫生

- 1) 綜談兒童發育的基本概念  
陳作耘醫生—香港兒童健康基金信託委員
- 2) 兒童期之正常心理發展  
張妙清博士—香港中文大學心理學系高級講師
- 3) 兒童常見的心理問題  
鍾思源醫生—香港大學精神科講師
- 4) 如何處理兒童期常見的心理問題  
陸兆鑾醫生—香港大學精神科講師
- 5) 公開討論
- 6) 總結  
葉文慶醫生—香港兒童健康基金主席



# 香港兒童心理健康研討會

## 致歡迎詞 主席葉文慶醫生

STEINER先生、各位善長、各位講者、義務工作者、各位來賓：

香港兒童健康基金成立的目的是促進兒童的健康。我們舉辦的活動，例如：這一個「香港兒童心理健康研討會」，參予提供電視和電台節目和出版刊物去增加你們對撫育兒女的智識等，都是為你們服務的不同方法。

我們致力改善政府對兒童的健康服務，接受治療和他們成長的環境。你和我們可以互相交換心得，一同付出時間、金錢去提出改進這些服務的意見。

香港兒童健康基金和這一次研討會之成功，有賴各位的支持和參予，本人向各位表示歡迎和謝意。

# 綜談兒童發育的基本概念

## 香港兒童健康基金信託委員陳作耘醫生

### 引言

過去五十年，醫學界對兒童發育及發展專科的理論有極大轉變。有關兒童成長及發展的研究，紛紛湧現，為兒童的個性形成、進化動力、智能結構以及體能運作各方面，提供了寶貴的資料。此外，更使我們明白到兒童的發展，往往深受外界影響，而不利的環境，會對兒童構成莫大傷害。尤其重要的，是這些研究使我們瞭解到兒童個性的尊嚴及其應享的權利，成年人應對此等權利加以尊重。

有關兒童發展的研究，其實並非那麼抽象。這些研究，使我們得知兒童在成長過程中的基本需要。另一方面，現代科學的發現，以及我們對文化傳統及社會背景影響的認識，又有助於我們尋求最佳方法，以滿足兒童這等基本需要。香港兒童健康基金，正是本着這種崇高精神及理想，舉辦今次的「香港兒童心理健康研討會」。本會一向以關心兒童健康及福祉為己任，今次研討會的最終目的，是希望加強公眾對兒童的瞭解，從而進一步懂得怎樣去愛護兒童。

### 兒童發展原則

在深入討論兒童發展之前，本人想強調一些兒童發展的原則。童年是由幾個連續時期組成的。雖然各地兒童的居住地域、物質生活條件、社會結構及文化背景各有不同，但兒童都有一些共通之處，他們都要經歷相同的發展階段，而這些階段都受一連串既定原則所管轄，其基本精神簡述如下：

- (1) 人類由受精至發展成熟，是一項連續不斷的過程。
- (2) 發展是一項全面的過程。兒童在生理上不斷成長及發育，而他們的智力、社交能力、感情及心理亦同時發展起來。
- (3) 每一個孩子都有獨特的發展規律。兒童都有大致相同的發展模式，但他們的性格及生理條件，所處環境以及家庭氣氛却大異其趣，這就是何以同年紀的正常兒童會有極大差異的原因了。
- (4) 發展進度取決於神經系統的成熟程度。
- (5) 在發展隨意機能以前，本能的反應必先消失。
- (6) 發展的方向會沿著頭部到腳部而進行。
- (7) 明確的個別反應會取代全面性的身體活動。
- (8) 人類會運用天賦能力，盡量擴展其基本技能。
- (9) 遺傳因素限制人類的潛能，而環境刺激可使人類達致其能力的極限。
- (10) 基本上，成熟程度與環境經驗是相輔相成的。

### 發展領域

自古以來，人類自誇為「萬物之靈」，這種自我褒獎是基於人類經過演進而具備生理上異於其他動物的四種生理特徵：

- (1) 直立的姿勢，方便人類活動，使他們能夠採取，適應，保持千變萬化的姿勢，並騰出雙手，進行更精密的活動。
- (2) 可調節的視覺機能，加上靈活的手指，這兩種分別具有高度適應力及得天獨厚的器官，賦予人類創作及使用工具的能力。
- (3) 口語的發展，使人類能夠溝通思想，交流意見，增強彼此間互相學習的能力。
- (4) 人類發展出一套複雜的社會文化制度，有利於羣體及個人的發展，亦使人類在漫長的童年期中，得到成人的照顧。

為了維持人類的優越地位，人類必需緊密控制這四種能力，這不但對人類的個人發展有重大影響，更使人類在「適者生存」的進化原則下，成為萬物之靈。以上四種生理特徵，構成人類四個相應的發展功能（領域）：

- (1) 活動機能：使人類能最經濟地運用力量，以準確而有效的姿勢與動作，使其體能充份發揮而不會虛耗氣力。
- (2) 視覺及靈巧動作：精密的視覺，使人類無論遠近都可以看得到，更使他們得以配合手指動作，從事精微活動。

(3)聽覺及語言能力：靈敏的聽覺，使人類聽得到，從而發展口語及文字。

(4)社會行爲及心理發展：人類的心理發展，包括認識自我身份，發展自我照顧能力及逐漸掌握自我組織的本能。至於社會行爲，是指人類在人際關係及文化生活上，逐漸自願接受社會的價值標準。

這四項主要發展功能，有著非常密切的關係。一項功能如有缺陷，會損害其他功能的發展。譬如，在幼兒學習初期，視覺發展佔主導地位，因為視覺可促進幼兒與人溝通，助長聽覺認知，使兒童因了解本身形象而增進動能發展，更有助語言的學習。顯而易見，視覺上的缺陷，會妨礙兒童運用其他功能，影響其全面發展。

## 促進發展

兒童的發展及發育尤重及早進行。根據不少醫學文獻所載，兒童發展的進度，與大腦成熟程度是息息相關的，而大腦的成長，在幼兒生命起初的數年最快。下列生物學資料大可證實這一點，九成的大腦體積在生命頭三年成長；五成的知性及智力發展在頭四年完成；兒童在三歲半時，已長高到成年身高的一半。故此，兒童生命早期的成長倘有阻緩或偏差，對日後的發展影響殊深。

幼兒要得到最佳的發展，須具備下列條件：家庭要給予安全及愛護，父母和睦，四週環境能啓發思考，身體健康，營養均衡，有教導性的遊戲及有趣的活動。在這些有利條件下，兒童始得正常生長，盡量發展個人潛能。

## 結論

健康快樂的兒童，身心及社交方面的發展必須均衡。評估兒童的發展，定要審慎而反覆的觀察，體諒兒童本身處境，但須保持客觀，同時亦不能忽略兒童本身的性格，以及在社化過程中成長的轉變。所有關注兒童健康、教育及福利的人士必須緊記，兒童時期其實不過是人生中一個過渡的階段。培育兒童的最終目的是讓他們在身體、心智、人格及思想各方面都能健康發展，使他們日後成為社會上自信、自立、知足、有愛心以及有益於社會人羣的一份子，此乃所有致力於兒童發展醫學事業者共同努力的目標。

# 兒童期之正常心理發展

## 香港中文大學心理學系高級講師張妙清博士

有些人以為幼童沒有思想，並無心理可言。這種想法反映一般人對心理的範圍缺乏認識。其實，幼童的成長過程中，心理運作佔一個重要的環節。在兒童發展的不同階段，都須留意不同的心理發展事項(DEVELOPMENTAL TASKS)。每階段所完成的發展，便成為日後發展的基礎。

簡單來說，兒童的心理發展可分五大範圍：

- (1) 知覺及心理肌動發展(PERCEPTUAL AND PSYCHOMOTOR DEVELOPMENT)。
- (2) 語言發展(LANGUAGE DEVELOPMENT)。
- (3) 認知及智力發展(COGNITIVE AND INTELLECTUAL DEVELOPMENT)。
- (4) 羣性發展(SOCIAL DEVELOPMENT)。
- (5) 人格發展(PERSONALITY DEVELOPMENT)。

以下，我會就每一類發展範圍，指出一些在幼童發展須留意的事項。我將集中於學前年齡的發展階段，即由初生至五歲間。這個階段，父母及家庭對幼童發展的影響，至為重要。

### (1) 知覺及心理肌動發展

幼童與外間世界的接觸，主要透過他們的感官、知覺、和活動範圍。幾個月開始，嬰孩已能辨別形狀、體積、顏色、及聲音。例如，他們對深度的知覺幫助他們走動時不會從高處下跌；對物體和人物各種特徵的辨認，引起他們對外間事物的注意和興趣，而認識到人與物的恒常性；即使不在眼前的事物，也知道牠們的存在。而手與眼等知覺與肌動的配合，亦擴展了幼童能控制外間世界的範圍。

### (2) 語言發展

語言是人類溝通的重要媒介，由幼童發出不同的聲音，模仿單字、串成句語、寫成文字、及擴大詞彙的學習過程中，包含了很多音、義、與文法的原理和體系。透過語言的學習，兒童可不須直接從活動中體驗生活，更可從他人、書籍、及電視等媒介接觸到新的經驗，學習的機會因而倍增。

### (3) 認知及智力發展

兒童的思考分不同的階段，由簡單而具體的反應進展到較抽象的理解系統，懂得將事物分類，及從直接經驗推論常理。這年紀的兒童面對多方面的新體驗，他們並非被動的接受經驗，更會主動地去探討，並將經驗整理成為不同的智略。這些各方面的智略，反映兒童的智力發展，而一般人所關心到的智力商數(IQ)，就是根據標準化的測驗去評估兒童在推理、知識、數字等範圍的能力表現，再與其他同齡兒童比較所得的比率。智力表現可以算是不同範圍所發展到的智略。

### (4) 羣性發展

從嬰孩時期開始，幼童已須從自我中心的世界走出來，與四周的人相處，和建立穩定的關係。與父母及照顧者的關係，很着重安全感，讓兒童有足夠的信任，不致過份倚賴。而與同輩如兄弟姐妹或朋友的相處，則着重能否解決紛爭、如何處理侵略性行為等合羣的表現。同時，社會及家庭對男女性別的不同態度及價值觀念，亦影響男童與女童逐漸形成他們對自己的看法，及他們如何與其他人相處。

### (5) 人格發展

人格的形成，從兒童期已奠下雛形。兒童透過自己行為的表現，與其他人對他們的反應，認識到自己是怎樣的人，也逐漸分辨到什麼是可以做及不可以做，什麼是好與壞、對與錯。對自己能夠接受及有信心的兒童，情緒的發展會較穩定；而家長能給予他們一致和合理的教導，道德觀念亦較易建立。

## 教養與發展

雖然發展的基礎是與生俱來，但教養的重要性是不容置疑。有些家長以為「教」只是指直接的教導，其實他們的行為和反應，包括言語、表情與行動，都直接和間接地影響兒童的學習。

教養的方法可簡單分為兩大類：

- (1) 鼓勵。
- (2) 限制。

每類的教養方法，也有不同形式和不同程度的表現，如鼓勵的方法，除直接的教導及指導外，尚可透過其他人以身作則的模範，兒童可模仿學習；或是家長提供較多接觸各事物的實際經驗；當兒童有適當的表現時，家長可表示讚許或高興，也可給予物質或權利上的獎勵。

限制的方法，包括態度上的表示，如不快、失望或惱怒；亦可透過訂下明顯的規限，以言語或行動阻止兒童超越這些範圍；而懲罰的方法，不一定單指體罰，也包括取消兒童的優惠，減少或延遲滿足他們的特別要求。不過，懲罰一般都只能壓制行為，不能單靠它來培養良好的行為。

兒童的發展是多元和迅速的，每個發展階段，都有不同的發展事項。部份的發展，須配合一些關鍵性時期(CRITICAL PERIOD)，在這些時期能得到家長悉心的鼓勵，發展更得合宜。教養與發展須互相配合，循序漸進，兒童期能奠定良好的發展基礎，是成人尤其父母不容忽視的任務。

## 兒童常見的心理問題

### 香港大學精神科鍾思源醫生

在生長過程中，許多兒童都可能產生一些短暫的心理或行爲問題。大多數情況下，我們都不用擔心，因為這是身心發展過程中的常有現象，問題都很容易解決。不過，有些問題會影響兒童的正常發展，如父母不能加以解決，便需要精神科醫生或其他專業人士幫忙。

很多父母都關心他們的子女，但是父母未必瞭解其子女的發展，更遑論去分辨那一些是不正常的心理或行爲，或那一些行爲需要專家治療。

以下一些準則可用以評估兒童是否有心理行爲問題：

- (1) 年紀  
例如：三、四歲以下的兒童遺尿是正常的。
- (2) 行爲的持續時間  
例如：初入幼稚園的兒童都有幾個星期不願意上課。
- (3) 環境  
例如：弟或妹的出世，可能令哥哥或姊姊有短暫的行爲問題。
- (4) 問題的多寡  
單一個問題通常都不十分重要。
- (5) 問題的類型  
例如：吮手指未必是一個問題。
- (6) 發生的頻率及嚴重性  
例如：每天偷一次錢是嚴重的問題。
- (7) 行爲問題若在多個不同環境出現是比較嚴重的。
- (8) 損害
  - ① 有礙身心發展。
  - ② 妨礙社交發展。
  - ③ 令父母憂心。

常見的兒童心理及行爲問題有以下幾種：

#### (1) 行爲異常(CONDUCT DISORDER)

這是一個比較常見的問題，症狀包括反叛、爭吵、打架、破壞、發脾氣、講大話、偷錢和逃學。以上的行爲越多，持續時間越久，問題越嚴重。行爲異常的成因非常多，要找尋正確的原因，而加以治療是困難的。以下是常見的成因：

- ① 身體毛病——例如羊癇病、腦部受損。
- ② 脾性——例如過份活躍。
- ③ 低智力、語言發展遲緩。
- ④ 學業成績欠佳。
- ⑤ 情緒異常。
- ⑥ 家庭——
  - (A) 多兄弟姊妹。
  - (B) 父母不和。
  - (C) 破碎家庭。
  - (D) 管教欠妥善。
- ⑦ 學校——壞朋友。
- ⑧ 其他——例如收養。

## (2) 情緒異常(EMOTIONAL PROBLEM)

兒童和成年人一樣會有情緒上的問題，例如：焦慮、憂鬱及恐懼等。兒童比成年人更難於表達其情緒的困擾，父母更應小心觀察。情緒異常有多個不同症狀，這裏只談論兩種。第一種是「抑鬱症」，患者可能會有以下的表現——悶悶不樂、易哭、發脾氣、覺得自己無用、沒希望、提不起勁去做事或玩耍、頭痛或其他痛症、擔心死亡及疾病。除了少數的例子是因為個人心理困擾和身體毛病引致外，抑鬱多數的成因來自外間的壓力，如家庭不和或功課的壓力。

第二種是「不願上學」，患者常有焦慮、緊張的情緒，他們寧願留在家裏，因上學會令他們情緒轉壞，有些兒童會用一些病徵作藉口，例如頭痛、肚痛等。這和逃學不同，逃學的兒童通常頑皮、成績差，故意不上學，而去其他的地方玩。不願上學的兒童成績通常比較好和聽話的。成因有以下幾種：

- ① 對學校產生恐懼感，例如功課壓力大。
- ② 對往返交通產生恐懼。
- ③ 害怕離開父母。
- ④ 父母過份溺愛。

## (3) 多動症(HYPERKINETIC SYNDROME)

這類兒童過份活躍，不能集中精神，分心和衝動。通常自小就十分活躍，到進入小學後，情況會更加明顯，很多父母都會懷疑他們的子女過份活躍，其實要診斷這個症狀是需仔細分析的。醫生要瞭解兒童在多個不同環境的表現而定。如家庭、學校、公共場所、和診所的表現，有時還要父母及老師回答一些問卷和兒童要接受一些測驗。有些時候，多動症可能和行為異常一併存在，這樣便增加了診斷的困難程度。

先天因素可能是一個重要的成因，故這是少數需要服食藥物的兒童行為問題。

## (4) 肌肉抽搐(TICS)

輕微的肌肉抽搐是一個比較常見的問題，尤其是男童。病徵是局部肌肉作重複性，非隨意的急動抽搐。多數只局限在面和頭部的肌肉，例如眨眼和縮膊頭。嚴重的會影響全身肌肉，包括發音的肌肉。成因：除少數是因為神經系統毛病外，大多數同緊張有關，但是很多父母誤會這是孩子故意做成，因而責罰他，通常這會令情況變壞。

## (5) 自閉症(AUTISM)

這是一個比較少見的病症，大約一萬個人才有三、四個個案。主要病徵是：兒童在兩歲半以前，開始有語言發展遲緩、不望人、不合羣、做事固執和一成不變的表現。大多數病童是智能較低，他們可能還有過份活躍，無故重複，旋轉身體和作出傷害自己的行為。成因還在研究中，多數是和腦部受損有關。

## (6) 遺尿(ENURESIS)

遺尿是指四歲或以上的兒童小便失禁。可分為日間和夜間失禁兩種，以後者比較常見。成因比較複雜，因為這可能是身體的毛病，又可能由心理問題形成。在診斷和評估的過程，要仔細考慮以下各種因素：

- ① 低能。
- ② 遺傳。
- ③ 缺乏照顧和如廁的訓練。
- ④ 身體毛病，例如糖尿病、羊癇症、尿道發炎。
- ⑤ 緊張。
- ⑥ 行為異常。

### 總結：

以上只舉出一些較常見和令父母擔心的兒童心理及行為問題，希望家長對這些問題有多一些認識。如家長能及早察覺兒童的問題並加以解決，大多數的情況是會轉好的。假如情況變壞或家長覺得他們的方法沒有效用而產生憂慮，便應盡快尋求專業人士的幫助了。

## 如何處理兒童期常見的心理問題 香港大學精神科講師陸兆鑾醫生

假設父母對子女的行爲，或情緒很擔心，便應去求助。通常愈早治療則愈易成功。現在，讓我們假設父母向專家求助，專家如何處理兒童的心理問題。

### 1. 診斷

剛才鍾醫生談過，構成兒童心理問題的原因很多。有時有多種因素在影響着兒童，問題十分複雜。第一步，是把問題弄清楚。

- ① 兒童共有幾多種症狀？ ② 症狀的次數和嚴重程度如何？ ③ 問題何時開始，持續了多久？
- 一般來說，倘若有多種症狀，症狀嚴重，或持續了很久（例如數個月），顯示這個心理問題較為複雜，及有多種不利因素在影響着。

這裏要提醒，我們常常要考慮這些症狀是否源於一些其他疾病。剛才鍾醫生舉過一些例，例如癲癇症的病狀，有時看來是心理問題，像不專心，情緒不穩定等。以下的討論亦會再提起這一點。

跟着，要了解兒童的發展歷程。通常會跟家長討論以下的題目：

- |                  |             |
|------------------|-------------|
| ① 母親懷孕病歷，兒童出生病歷。 | ⑥ 和家庭成員的關係。 |
| ② 兒童早期的發展。       | ⑦ 和長輩的關係。   |
| ③ 學前的行爲。         | ⑧ 和同輩的關係。   |
| ④ 入學後的表現。        | ⑨ 學業成績。     |
| ⑤ 在家的表現。         | ⑩ 自我照顧能力。   |

從上述的資料，我們嘗試了解兒童各方面的表現。不但了解他的各種症狀，更留意其他日常生活所需的技巧。除了看他的缺點，亦找出他的長處。我們注意下列各點：

- |               |           |
|---------------|-----------|
| ① 語言發展。       | ⑤ 社交技巧。   |
| ② 肌動感覺發展。     | ⑥ 自我照顧能力。 |
| ③ 人際關係發展。     | ⑦ 性格特點。   |
| ④ 學習能力，態度，方法。 |           |

了解了兒童的發展歷程，我們再看兒童的家庭：

- |                   |               |
|-------------------|---------------|
| ① 父母的心理及身體健康。     | ④ 家族病歷。       |
| ② 父母的婚姻關係。        | ⑤ 家庭所面對的壓力。   |
| ③ 其他家庭成員的心理及身體健康。 | ⑥ 兒童和家庭成員的關係。 |

這些家庭因素如果出現問題，可能會對兒童的發展有不良影響。

大多數父母都會嘗試去應付兒童的心理問題，他們的經驗和看法亦很重要。這方面問題包括：

- ① 父母對兒童心理問題的看法。 ② 父母曾經使用何種處理方法及結果如何？

跟家長詳談過之後，我們亦需要和兒童傾談，直接觀察兒童各方面的能力，及作一般的身體檢查。從這個過程，我們觀察下列項目：

- |         |           |            |
|---------|-----------|------------|
| ① 語言能力。 | ⑤ 注意力。    | ⑨ 對事物的理解。  |
| ② 社交能力。 | ⑥ 控制力。    | ⑩ 對自己的評估。  |
| ③ 情緒表現。 | ⑦ 肌動知覺能力。 | ⑪ 和其他人的關係。 |
| ④ 活躍程度。 | ⑧ 內心感覺。   |            |

有些時候，我們需要多作一些檢查：

- ① 智力測試。  
② 其他心理測試，例如注意力測試。  
③ 其他醫學上的檢查，例如血液檢查、腦電波檢查。

另外，我們很希望能和學校聯絡，了解兒童在學校的表現。倘若兒童的心理問題主要在學校出現的話，老師的意見最爲重要。

有了詳細的了解，我們可以診斷兒童的心理問題，了解困難程度，及何種因素導至心理問題的產生和持續。最後訂出一個完善的處理計劃。

## 2. 處理方法

首先，家長和兒童的合作非常重要。我們要向他們解釋清楚問題的性質和如何處理的計劃。當然，倘若方法不成功，或有新的資料出現時，便需修訂計劃，務求達到成功。

一般的處理方法包括：

- ① 父母輔導。
- ② 減少家庭的壓力。
- ③ 行為心理治療。
- ④ 兒童心理治療。
- ⑤ 家庭治療。
- ⑥ 藥物治療。

以下再逐一解釋：首先是協助父母去幫助兒童。

父母輔導

- ① 了解兒童的正常發展過程。
- ② 了解兒童所面對的壓力。
- ③ 了解兒童的認知能力及他們對事物的理解。
- ④ 了解兒童天生的困難。
- ⑤ 訂出對兒童適當的要求。
- ⑥ 了解兒童的優點和弱點。
- ⑦ 增強兒童各方面的能力。
- ⑧ 為兒童訂出工作、休息、娛樂的時間表。
- ⑨ 增加兒童成功的經驗。
- ⑩ 幫助兒童適應發展過程中的轉變和其他壓力。

第二是減少家庭的壓力，這樣亦間接地減少了兒童的壓力。

減少家庭的壓力

- ① 經濟方面。
- ② 居住方面。
- ③ 父母之間的關係。
- ④ 父母的心理及身體健康。
- ⑤ 其他家庭成員的心理及身體健康。

倘若兒童的心理問題較為嚴重，或持續了一段時期，即使父母了解他們的困難，亦不足以消除兒童的心理問題。行為心理治療是常用的處理方法。

行為心理治療

- ① 家長學習觀察和紀錄行為。
- ② 找出令不良行為持續的因素而加以取締。
- ③ 獎勵兒童學習好行為去代替不好行為。
- ④ 單用懲罰不是好的方法。
- ⑤ 從紀錄中，監察方法是否有效。

另外兒童或家庭本身可能需要幫助。有心理問題的兒童很多時有很多不愉快的經驗，內心有挫折及自卑感。有時，因為他們的認知能力不成熟，對事物有誤解。因此兒童心理治療亦十分重要。

兒童心理治療

- ① 幫助兒童說出他們的困擾。
- ② 令他們得到支持。
- ③ 幫助他們了解人際及事物關係。
- ④ 幫助他們找出適應的方法。
- ⑤ 幫助他們學習應付緊張的方法。
- ⑥ 幫助他們成長。

有時，兒童的心理問題是反映整個家庭的困難。這時便需要家庭治療：

家庭治療方法包括：

- ① 從整個家庭的層面去理解兒童的心理問題。
- ② 幫助家庭成員去溝通。
- ③ 增進家庭成員的感情。
- ④ 改善家庭成員的關係。
- ⑤ 幫助家庭成員找出應付問題的方法。

兒童的心理問題有時候是由於生理因素而產生的。亦可以考慮用藥物治療。

藥物治療範圍包括：

- ① 多動症 HYPERKINETIC SYNDROME
- ② 肌肉抽動症 TICS, MULTIPLE TICS, TOURETTE'S SYNDROME
- ③ 抑鬱症 DEPRESSION
- ④ 尿床 ENURESIS
- ⑤ 嚴重品行不良症 SEVERE CONDUCT DISORDER
- ⑥ 自閉症的一些症狀 SOME SYMPTOMS OF AUTISM
- ⑦ 強迫性神經官能症 OBSESSIVE COMPULSIVE NEUROSIS

很多時不單靠藥物治療，需要配合其他治療方法一併施行。

除了針對兒童的症狀外，很多時需要增強兒童在其他方面的能力。有時我們只留意到兒童有某種心理問題，而忽略了他們有其他方面的困難。例如多動症，包括了過份活躍，注意力差，易衝動等症狀。除此之外，他們常常有肌動知覺障礙，語言障礙，學習困難等。針對這些其他弱點加以補救，是幫助他們進步的重要一環。

- ① 補充教育。
- ② 肌動知覺訓練。
- ③ 認知治療。
- ④ 語言治療。
- ⑤ 社交技巧訓練（小組形式）。



補充教育的目的，是根據兒童各科的學習表現，加以鞏固和提昇。兒童可能在某一方面特別差，例如閱讀，算術等，而其他科目則合格。補充教育着重個別教導，需要受過特別訓練的老師。補充教育亦注意到兒童學習的態度和方法，盡量用鼓勵的方法令兒童恢復學習的信心和興趣。

肌動知覺訓練包括訓練大肌肉和小肌肉的力量，增強肌肉的協調，身體的平衡力，改善姿勢與及知覺和肌肉活動的配合。通常視覺和肌動的配合最為重要。有些兒童因為肌動知覺的困難，令他們害怕參加體育活動和很多兒童遊戲，因此，少了社交學習的機會，又令他們的個人信心減低。另外，肌肉控制的困難會做成特別的困難，例如寫字的困難，需要特別治療。

認知治療主要是針對兒童在認知能力的弱點，例如處事缺乏計劃，不想清楚就做，應付困難沒有策略，不懂得構思問題的方法等。經過訓練，可以提高他們的控制力，應付困難的能力，間接亦增強他們的信心。

語言治療主要是糾正言語發音。有些兒童有較嚴重的語言障礙，需要較詳細的測驗來訂出訓練的方法。

由於以上討論過的種種因素，兒童的心理問題往往令他們缺乏信心跟別人交往。別人也可能因他們的不好行為而排斥他們。因此，他們往往缺乏社交的機會，做成社交技巧十分不足。社交技巧訓練通常是通過一個小組形式，幫助兒童有多些機會學習怎樣與人相處。

上面的討論是關於一般的方法，當然不包括所有的方法。不過，有些特別情形，需要指出。

倘若兒童的心理問題比較複雜，我們可能需要多些時間去觀察，了解他們的問題。住院治療，或日間住院治療，可以達到這個目的。有些時候，兒童的心理問題很嚴重，亦需要一段時期的住院治療或日間住院治療。有時，由於種種因素，兒童甚至需要和家庭分開一段時間，需要寄宿，寄養等服務。

### 3. 總結

經過充份的了解，訂出一個周詳的治療計劃，加上家庭，兒童和治療人員的充份合作，大部份的兒童心理問題都會痊癒。很多兒童心理問題都是比較簡單的，父母經過輔導之後，便可以適當處理。但是，有一部份兒童心理問題比較複雜或嚴重，需要較多的時間和方法去幫助他們克服這些心理問題。一個完善的處理方法通常都會顧及各方面的需要，並且從一個長遠的角度去考慮：怎樣做才能使兒童真正擺脫困難，順利地發展及成長？

\*\*\*\*\*

## 總 結

各位都很熱烈地參加這一次研討會，也十分踴躍發問，可見對兒童心理發展很關心。

我們的講者和專家向你們解釋了

- (1) 綜談兒童發育的基本概念
- (2) 兒童期之正常心理發展
- (3) 兒童常見的心理問題，和
- (4) 如何處理兒童期常見的心理問題

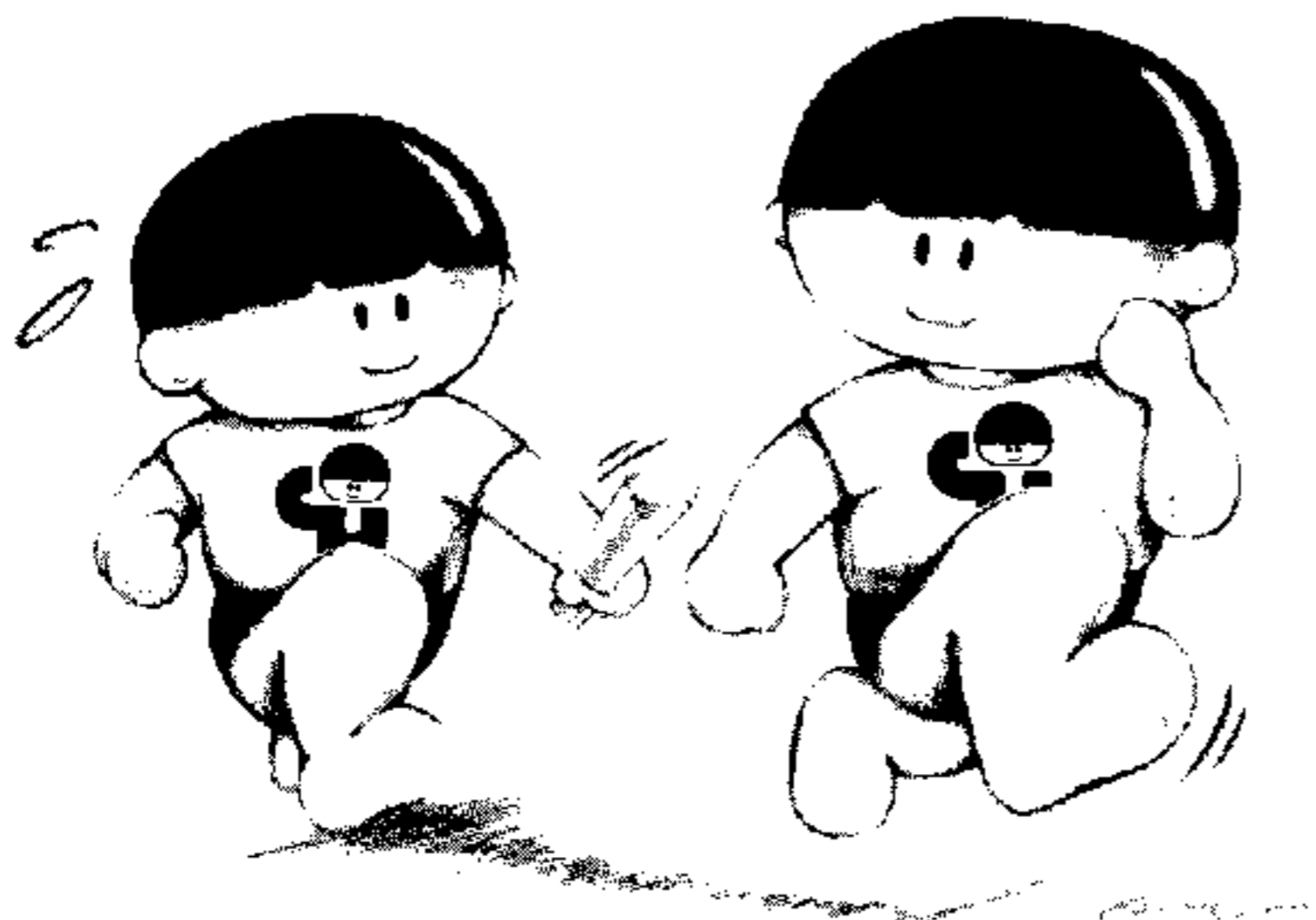
可以幫助你們回家之後多一些了解兒童心理發展和早一點發覺小孩子的心理問題；但大家也不要過份緊張。

但是，如果發覺小孩子真的有問題，便要留心地去嘗試去找出原因，有時這個問題便會自動解決，但如果解決不了的話，便要與醫生討論了。各位，「防範勝於治療」，「病向淺中醫」。早一點發覺有問題和尋求解決的方法，可以使到小孩子得到又快又徹底的治療。

最後，我祝各位和你們的兒女身心健康，不要忘記，香港兒童健康基金會是樂於幫助你的。

再見。

編者言



# Our Hopes Are Built On Their Health 孩子有健康 我們有希望

## OBJECTIVES:

1. To promote child health.
2. To safeguard welfare of children in Hong Kong.
3. To provide a favourable environment for child development in Hong Kong.
4. To improve and to upgrade existing paediatric services.
5. To advance the knowledge of paediatrics.

## MEANS:

1. By promoting child health and enhancing child development.
2. By improving medical services to children.
3. By preventing and alleviating handicapped conditions in childhood through medical, paramedical and other means.
4. By furthering medical knowledge in the medical and paramedical care of children in Hong Kong.
5. By improving public education and child health.
6. By promoting perinatal health and perinatal health services in Hong Kong.
7. By initiating and encouraging research in the field of paediatrics for the purpose of paediatrics and for the purpose of promoting better child health in Hong Kong.

## 宗旨：

1. 推廣兒童健康。
2. 保障香港兒童的福利。
3. 為本港兒童發展提供有利的環境。
4. 改善及提高現有的兒科醫療服務。
5. 促進兒科醫學知識的發展。

## 途徑：

1. 推廣兒童健康及促進兒童體智發展。
2. 改善兒童醫療服務。
3. 透過醫療、輔助醫療及其他途徑，預防及減低弱能兒童問題。
4. 提高本港兒童醫療及輔助醫療服務的專業知識。
5. 提高兒童健康教育。
6. 提高本港妊娠期健康的知識及有關的護理服務。
7. 協助及鼓勵兒科醫學的研究，提高本港兒童健康。



## HONG KONG CHILDHEALTH FOUNDATION

### 香港兒童健康基金

172 Shaukiwan Road, M/F., Hong Kong. Tel: 5672727 香港筲箕灣道172號閣樓

## DONATION/VOLUNTEER REPLY SLIP 捐款/義工回條

Please give generously: (Donation of HK\$100 and over is tax deductible.)

請慷慨捐助：(捐款100元以上，可以扣稅。)

I enclose HK\$\_\_\_\_\_ for your fund raising appeal.

Name 姓名：\_\_\_\_\_

Cheque should be made payable to  
"Hong Kong Childhealth Foundation"

Address 地址：\_\_\_\_\_

Please send official receipt to the following address:

本人付上劃線支票，面額\_\_\_\_\_元，

支付「香港兒童健康基金」，請寄回正式收據

I would like to volunteer my services to the  
Hong Kong Childhealth Foundation.

Tel 電話：\_\_\_\_\_

本人願意為香港兒童健康基金做義務工作者。

Signature 簽名：\_\_\_\_\_

# PUBLICATIONS AVAILABLE 刊物訂購表格

- 1. The Psychological Development of Children in Hong Kong. (Chinese)** \$25.00  
This book covers the contents of the seminar held in November 1987.  
**香港兒童心理健康 (中文版)**  
內容包括兒童發育的基本概念，兒童期之正常心理發展，常見的心理問題及如何處理。
- 2. The Physiological and Psychological Development of Adolescent. (Chinese)** \$25.00  
This book covers the contents of the seminar held in November 1988.  
**香港青少年心智及體能——成長路上 (中文版)**  
內容包括青少年的心理、生理、社會環境狀況及學校、家長對青少年所擔任的角色。
- 3. My Days in Hospital. (English or Chinese)** \$25.00  
The 24 winning compositions on children's experience in hospital has been printed. The essays are complemented by cartoons drawings. This publication includes comments by doctors, psychologists, teachers and community workers.  
**病童寄心聲 (中文或英文版)**  
由廿四個病童訴說他們在留醫期間的觀察和感受。內容流露出豐富的感情，活潑的卡通插圖，並邀請醫生、心理學師、教師及社會工作者作出評語。
- 4. Dental Health in Children. (Chinese)** \$25.00  
This book covers the contents of the seminar held on 25th November 1989.  
**兒童的牙齒健康 (中文版)**  
內容包括研討會中所提及的兒童牙齒健康、發展；牙週病的成因及治療；牙齒矯正及美化；正確的口腔護理等等。
- 5. Child Health Record Book. (Bilingual)** \$10.00  
Parents will be taught how to record and monitor the development and health of their own children using this record book. (Distributed free to government and government subvented hospitals and Maternity Childhealth Clinics)  
**兒童健康記錄小冊子 (中英對照)**  
藉此指導家長們如何記錄及觀察自己孩子們的成長和健康情況。  
(免費贈送給所有政府或資助醫院)。
- 6. School Physical Fitness Award Scheme Pupil's Handbook.** \$10.00  
for primary school (Chinese)  
(distributed free to all schools who apply)  
( \$10.00 administrative cost for private subscription )  
**學校體適能獎勵計劃學童手冊 (中文版)**  
(免費贈送給所有參予的學校。私人購買\$10.00作為行政費用)。
- 7. School Physical Fitness Award Scheme Pupil's Logbook.** \$10.00  
for primary school (Chinese)  
(distributed free to all schools who apply)  
( \$10.00 administrative cost for private subscription )  
**學校體適能獎勵計劃學童日誌 (中文版)**  
(免費贈送給所有參予的學校，私人購買\$10.00作為行政費用)。

---

## PUBLICATIONS AVAILABLE 刊物訂購表格



I would like to order the above publication no. \_\_\_\_\_ copies \_\_\_\_\_  
本人欲購買編號 \_\_\_\_\_ 刊物 \_\_\_\_\_ 本。

I enclose \$ \_\_\_\_\_ made payable to the Hong Kong Childhealth Foundation.  
特附支票港幣 \_\_\_\_\_ 圓正，抬頭請寫“香港兒童健康基金”。

Name: \_\_\_\_\_ Tel: \_\_\_\_\_  
姓名: \_\_\_\_\_ 電話: \_\_\_\_\_

Address: \_\_\_\_\_  
地址: \_\_\_\_\_

---