

# 广州展爱儿童自闭症康复培训中心

## 孤独症儿童情绪调整与人际交往训练指南

王梅



www.docin.com

## 目录

第一章.....	4
第1节 前言（1）.....	4
第二章.....	6
第1节 问题出在哪儿（1）.....	6
第2节 问题出在哪儿（2）.....	7
第三章.....	9
第1节 从成长中寻找原因（1）.....	9
第2节 从成长中寻找原因（2）.....	11
第3节 从成长中寻找原因（3）.....	12
第4节 从成长中寻找原因（4）.....	14
第5节 从成长中寻找原因（5）.....	16
第6节 从成长中寻找原因（6）.....	18
第7节 从成长中寻找原因（7）.....	20
第8节 从成长中寻找原因（8）.....	22
第9节 从成长中寻找原因（9）.....	25
第10节 从成长中寻找原因（10）.....	27
第11节 从成长中寻找原因（11）.....	29
第四章.....	31
第1节 寻找帮助孩子的出发点（1）.....	31
第2节 寻找帮助孩子的出发点（2）.....	33
第3节 寻找帮助孩子的出发点（3）.....	35
第4节 寻找帮助孩子的出发点（4）.....	37
第五章.....	38
第1节 答疑解惑（1）.....	38
第2节 答疑解惑（2）.....	40
第3节 答疑解惑（3）.....	43
第4节 答疑解惑（4）.....	45

## 《孤独症儿童情绪调整与人际交往训练指南》

作者：王梅 出版社：中国妇女出版社

本书介绍的“自主交往训练法”是一套本土化的、行之有效的操作方法，在帮助孤独症儿童稳定情绪、关注和解读他人心理、适应现实生活和提高实际问题能力方面，成效显著，能够帮助孤独症儿童家长对孩子进行有针对性的康复训练，帮助孩子“体验亲情、享受人生、走出孤独”。



# 第一章

## 第 1 节 前言（1）

帮助孤独症儿童启动快乐、走出孤独

作为与孤独症（又叫自闭症）打了十多年交道的教育工作者，当得知联合国把每年的 4 月 2 日定为“世界孤独症日”时，我感到无比欣慰，我相信孤独症孩子和他们的家庭会得到越来越多的关爱。当我看到《中国残疾人事业十一五发展纲要》的附属文件中提到要在全中国各个省、区、直辖市建立孤独症儿童康复训练中心，而且此工作已经开始落实时，我们摩拳擦掌，下定决心要为孤独症儿童多做一些实事。

经过和我的团队老师商量，我们觉得目前的严重问题是面向孤独症儿童和家长的培训质量参差不齐，家长很难掌握恰当的康复方法，经过几年训练以后的孤独症儿童预后不容乐观，而质量好的现场培训的受益面又有限。当今虽有一些关于孤独症训练的书籍，但多属于科普类或专业医学类，多以阐述理论为主，操作性差。对读者而言，理论联系实际的书最受欢迎。有鉴于此，结合我们多年的研究，编写一本有理论、有操作方法、有新意的书，应该是最有效地帮助孤独症儿童家长的。

同时，在从事了多年特殊教育之后，我也越发感到普通孩子在成长中也有不少心理问题，反思后发现很多问题是教育过程造成的，或是我们“不懂孩子，不会教育”造成的。所以，从孤独症研究中学到的“解读孩子”的本领，对我们审视和帮助普通孩子亦会起到很大的作用，因为人性是相通的。因此，我们这本书对那些受孩子成长困扰的普通孩子的家长们也是有帮助的。

在当今鱼龙混杂、训练方法五花八门的情况下，我们这支年轻的团队秉承“讲求人性，启动快乐，走出孤独”的理念，学习和研究世界上流行的两种介入疗法（“地板时间”和“人际关系干预法”），并在借鉴他人方法的同时，在实践中探索本土化的、行之有效的操作方法。由于我们的研究在实践中取得了很好的效果，大家一致认为应该把这套方法通俗地介绍给更多的人，让他们能正确地看待孤独症儿童，在此基础上进行有针对性的康复训练，帮助孩子“体验亲情，享受人生，走出孤独”。

这套方法简称为“自主交往训练法”，它是针对孤独症儿童的情绪和学习问题，依据心理理论和其他社会认知理论、学习理论，在借鉴了“地板时间（Floor Time）”、“人际关系干预法（Relationship Development Intervention，简称 RDI）”的基础上自创的一种训练方法。我们经过几年的实验，取得了可喜的效果，特别是在帮助孤独症儿童稳定情绪、关注和解读他

人心理、适应现实生活和提高实际问题能力等方面，效果显著。我们也深知，要改变一个人不可能仅靠一种方法，比方法重要的是“理念”。因为有了人性化的理念，一个个孤独症孩子开始喜欢他们的老师，开始接纳父母了，他们在自己快乐的同时，也给老师和父母带来了极大的快乐。快乐是需要与大家分享的，因此，我们在中国残疾人福利基金会和“2007今夜嘉年华”组委会的支持下，在北京联合大学特殊教育学院领导和同事们的鼓励下推出了这本手册，以期让更多的孤独症儿童家庭收获快乐和幸福！

由于本书强调可读性、可操作性，因此在章节的安排上像是驾驶员培训用的“操作手册”——上篇“心灵解密”就像是讲交通法规，讲清楚基本理论、基本理念是“上路”的基础，我们要想掌握这套方法，认真解读这一篇是至关重要的；接着是下篇“引你上路”，就像是“练车直至上路行驶”环节，用大量的案例说明操作原理、步骤以及应注意的操作问题；最后附录部分的“答疑解惑”，就像是开车后的故障排除。有了这样的架构，相信我们培训的“驾驶员”应该可以“合格上路”了。

本书的写作分工是，上篇阐述重要的理念，主要由我负责撰稿。下篇阐述操作重点和具体做法，由一直参与训练的老师们分工完成写作：“情绪调整”由我和北京顺义特教学校的沈淑红老师合作撰写，案例部分主要由沈老师完成；“相互关注”由北京朝阳新源西里小学的王艳老师撰写；“相互参照”由北京星外宝贝康复训练中心的王国光老师撰写；“意图理解”由北京朝阳新源西里小学的朱振云老师撰写；“想象拓展”和“分享合作”由我撰写。每部分后面的总结由我完成。附录主要把我们在操作中遇到的问题和家长提到的问题进行专项答疑，以帮助读者更好地理解 and 操作，由我负责撰稿。全部完稿后由我负责全书统稿。

对于我们来说，完成这样一本书是一个尝试，因此恳请大家多提宝贵意见。

王梅

于北京联合大学特教学院八大处校区



## 第二章

### 第 1 节 问题出在哪儿（1）

在阅读这本书之前，请大家一起读读下面几个故事，想一想：如果这些事就发生在我们身边，我们应该怎么看待和分析这些问题？我们应该怎么办？

#### 案例

几年前，全国的很多报纸上都刊登了一则这样的消息：一位女博士被一个初中没有毕业的男青年拐骗，卖到了偏僻的农村，险些上当受骗嫁给当地农民。

请思考：为什么一个博士竟然轻易地被一个没有文化的人骗了……

#### 案例

一个朋友家前不久发生了这样一件事。有一天家里突然停电了，恰巧家里大人都出去了，刚上初中的女儿焦急地给父母打电话，说自己害怕，而且作业写不完了！家长告诉她哪里有蜡烛，并急忙往家里赶。可是等父母一个小时后到家，家里还是一片漆黑，因为女儿不敢划火柴，也不想再求助……家长突然担心起了女儿的未来。还有一个上高中的男孩子独自在家时，看到蒸锅锅底烧糊了却不知所措，结果险些酿成大祸。这样的事已屡见不鲜。

请思考：孩子们在学校学习成绩都不错，到底是哪儿出了问题？普通孩子在学校学的哪些知识能适应社会要求？孩子还应学点什么？如果课堂知识学好了，是否孩子适应社会就没有问题了？如果孩子学不会复杂的知识，至少要学会什么？对于孤独症孤独症也称自闭症，属广泛性发育障碍的一类，这里包括典型和非典型孤独症。他们在人际交往、语言与非语言沟通、特异性行为三个方面存在明显的问题。的孩子，他们到底应该抓紧学的是什么？是课堂上的知识吗？

#### 案例

有一位认识很多汉字，生活能够自理并能在家里料理简单家务的 17 岁的孤独症才女，从学校毕业后幸运地被街道图书馆录用为管理员。图书馆负责人看她很爱护图书，也很认真负责地做图书整理工作，就让她去帮着看管阅览室。结果她中午下班吃饭时，把还没有看完报纸的几位老人锁在了阅览室内，幸好被及时发现，没有酿成大祸。试想，明明知道屋里有人，她为什么不说一声“我该下班了”？其实她会说这样简单的话，只是她没有意识到。

请思考：对没有一点儿文化的人都知道的“家长里短”，孤独症患者又能掌握多少呢？难道他们只掌握文化知识就行了吗？对普通的孩子呢？考试分越高、知识越多就越能适应社会吗？

## 第二章

### 第 2 节 问题出在哪儿（2）

#### 案例

一个 10 岁的孤独症患者跟妈妈逛市场时，妈妈突然发现他原来吃的棒棒糖变成了一个空酸奶盒，而且他还在使劲地吸食。妈妈抬头望去，不远处有两个大一点的男孩在冲这边坏笑。妈妈立刻明白了，马上问孩子：“他们是不是用这盒酸奶换走了你的棒棒糖？”在得到肯定回答后，妈妈感到心惊肉跳。原来，这个孤独症孩子爱喝酸奶，盯着那两个男孩看，他们就假装好心，用空酸奶盒换走了棒棒糖，他不仅接受了，而且还使劲儿吸起已经空了的酸奶盒来。

面对这种“以敌为友”的情形，家长怎么能不着急呢？如果空酸奶盒里有什么有害物质呢？孩子需要懂一些最基本的“人情世故”吗？面对复杂的社会，怎么能让我们的孩子有双会分辨的“慧眼”呢？

殊不知，有学问的女博士并不缺少简单的社会经验，一般的道理也能讲一大堆；那些在学校学习好的普通学生掌握的课本知识也是比较丰富的；还有那些智力正常的孤独症孩子们，应付一般考试也不成问题，但他们在适应社会生活方面就容易出问题。之所以出问题，是因为他们的学习过程是规则式的，学的内容也是规则性、逻辑性的，而分辨善恶、有效求助、与人相处都是无规则的、动态的、需要“眼力见儿”参与的活动。如同“人际关系疗法”的创始人、美国临床心理学家史蒂芬·葛斯汀（Steven Gutstein）博士所说，社交技能分静态技能组和动态技能组，静态组以不变的规则与结构为基础，人们只需要遵循约定俗成的规则行事，如排队买东西、在公交车站候车、吃西餐时注意规矩等，只要模仿别人即可，互动对象是谁无关紧要，孩子们从书本和生活中大量习得的是静态交往所需的技能。动态交往组则要求互动双方根据当时的环境、对方的行为来调整自己的行为，维持互动的正常进行，有时互动双方的行为是难以预测、弹性很大的，如请求别人帮助、与同龄人游戏、送别人礼物等，这些技能要求参与互动的人要及时、主动、积极地处理大量信息，持续关注对方的情绪、感受。这些能力单靠模仿、讲授、行为训练是学不会的，是应着力培养的、独特的“经验分享能力”（即动态的交往技能），它对于人们适应社会、分辨好坏人或行为，进行自我调控有着极其重要的作用。并不是在静态技能培养的同时，动态技能就养成了，它们的培养思路是不同的。

静态交往技能主要是通过模仿学习和行为训练形成的，其主要依赖于人的智力发展，在后天学习中习得。而动态交往技能除了与智力有关，还与什么有关呢？找到了这些因素并着力培养，不就能让孩子越来越懂事，能自信、自立、自强地生活了吗？作为家长，不就是期待着这一天早日到来吗？

前面故事中的主人公，不论是女博士、初中生，还是孤独症才女、小男孩，他们遇到的问题都与欠缺动态交往技能有关。但问题不能这么简单归因，因为动态交往技能的发展并不简单，连点蜡烛都害怕的初中生存在着安全感不足的问题，孤独症才女有着心理能力不足等

问题。要解决这些问题，就要了解为什么会有安全感问题、心理理论能力“心理理论（ToM）能力”指个体对自己或他人信念、愿望、意图等心理状态的认识和理解的能力，通俗地说就是解读他人的能力，它是人际交往的重要基础能力。在孤独症儿童的神经心理学成因中多涉及这方面的研究，详细的论述在本书下篇第四部分介绍。等。

“世上无难事，只怕有心人”。让我们先当一个有心人，解读一下孩子，看能不能看清孩子们的内心世界，通过分析他们成长中的问题，来帮助他们健康地成长！



## 第三章

### 第 1 节 从成长中寻找原因（1）

测验一：一个戴眼镜的年轻女教师来到一所学校的男生宿舍，刚进门就有一个十二三岁的男孩凑上来，主动向老师打起了招呼：“老师好！你为什么戴眼镜？”女老师一愣，觉得孩子虽然唐突，但很主动，就欣然回答：“老师是近视眼，所以戴眼镜。”没想到男孩接着问：“你为什么戴眼镜？”还是这句话，老师想了想又做了解释：“我摘了眼镜就看不清东西了。”可是男孩又问起了同样的问题，一直问了 8 遍。

请问：男孩有什么意图呢？

测验一谜底：男孩希望老师摘了眼镜。老师后来解释得不耐烦了，下意识地点了眼镜，男孩高兴地笑了，不再提问，上床睡觉去了。他不敢直接跟老师说，他既害怕老师又想接近老师，他没有安全感。

测验二：一个 8 岁孤独症男孩最近总爱到处摸，哪儿脏摸哪儿，甚至钻煤堆、扬土。奇怪的是，他吃饭时只要衣服袖子弄上一点儿油，他就要求马上换一件衣服，似乎又很爱干净。

请问：这个男孩摸这儿摸那儿的意图是什么？

测验二谜底：这个男孩把自己折腾得很脏是为了玩水。这个孩子特别喜欢玩水，但家长一般不让玩。他曾用语表达“要玩水”，遭到了拒绝，他压抑了很久，直到发现了这个“好法子”。这个孩子同样是害怕，不敢正面抗争，只好选择了这种满足方式。他有触觉敏感问题，基本的生理需要没有得到满足。

你能读懂孩子们的千奇百怪的行为吗？如果读懂了，看明白他们的需求了，能满足他们吗？会不会害怕满足需要就会把孩子“惯坏”？孩子会不会越来越不守规矩？下面的小故事会给我们启发。

案例

三个家庭在暑期带孩子外出旅游，每家带一个孩子，两个七八岁的女孩，一个叫月月，一个叫小小，另一个是 6 岁男孩天天。刚到目的地，吃晚饭时，月月就很不高兴，把点的菜都给否决了，也不愿意商量第二天上哪儿玩。小小妈看到这种情形就悄悄告诉月月妈，别说孩子，带月月早点休息。第二天玩了一上午，月月表现很懂事。午饭后，小小妈主动买了 4 种冰棍请孩子们吃，4 种冰棍口味不同，有的很贵，小小妈假装不经意地让月月先选，她高兴地选了一个爱吃的价钱较贵的冰棍。此后月月一直很高兴，带着两个小伙伴东跑西颠。

小小妈道出了月月变化的原因：月月是个很懂事的孩子，平时有什么要求也不轻易表达（没有自信的孩子一般都胆小，在家显得比较懂事，但比较黏着母亲），心里有一些委屈。现在出来玩，看到自己的妈妈没有格外关心自己，心里更不舒服了，第一天就借机发泄。第二天，月月想干好多事情，包括想吃冰棍，但都没有跟妈妈说（有心计但没有自信的孩子提要求的方式都比较特别），没想到“吃高级冰棍”的愿望被很好地满足了，她的心里一下子舒服了很多。后来月月妈又给她买了很多水果和零食，让她分给别的小朋友，月月“要面子”的愿望也实现了。之后的几天月月表现都很好。

这种满足是在读懂月月的需要后“先给的”，不是孩子吵闹后补给的。后补的是“惯”着，先给的才叫满足，它们所起的作用完全不同。先给以后，孩子的心里舒服了，认为家长是对他好的，是能满足他需要的，他就会产生“认同感”，希望得到家长的表扬（可参考“需要之塔”部分进一步思考），因此不存在一而再、再而三地提出“无理”要求。但如果是后补给，孩子会认为你可能是“骗”或“诱惑”，他还会提出更难满足的需要来试探家长，往往就会得不到满足，孩子的安全感就建立不起来。

如果读不懂孩子的需要，也不要着急，我们后面会慢慢分析。但强调一点，家长若读不懂就先不要以“教育者”自居，给孩子下各种各样的指令，那样可能适得其反——被误解的孩子的情绪只能是越来越糟，发展中频繁出现反复。教育者要能洞察孩子的内心世界，因势利导。

docin.com 豆丁  
www.docin.com

广州展爱儿童自闭症康复培训中心

### 第三章

## 第2节 从成长中寻找原因（2）

孤独症孩子的内心世界十分隐秘、十分脆弱。他们表面上的淡漠是不相信或无奈导致的，他们的哭泣和喋喋不休的自言自语是对外界的一种反抗，他们能说却不说也是一种“无声”的抗争。但他们最强烈的反抗却是自伤，一个绝望者的最后的拳头是指向自己。

如果我们不了解孤独症，我们是否了解普通的孩子的内心世界呢？如果你的孩子是普通孩子，你了解他吗？他们为什么不听话？什么时候不听话？

我为什么哭？谁知我心！！

测验三：有的五六岁小孩在家还比较听话，为什么家里一来人或外出时反而不听话了？是对平日要求没得到满足的报复？还是太想得到家长的关注？是家长平日陪孩子时间少造成的呢？还是没给孩子买好吃的导致的？同样是提要求，有的孩子频繁地提很多要求，有的就提一个“大要求”（即花几百元钱才能满足的要求），这两类孩子需要满足的东西一样吗？该不该满足呢？

测验三可能的答案：孩子外出不听话主要是为了引起家长的关注；提一个大要求和频繁提要求的孩子要满足的东西不一样，具体满足什么请在“需要之塔”部分找答案。

★小提示：频繁提要求的孩子需要层次的发展落后于提大要求的孩子。

我们能看清孩子的问题吗？除了生理原因之外，问题的成因还有什么？其中一个最大的成因是孩子的需要没有得到满足！孩子感觉到离这个世界、离他身边的人很远很远……

看清孩子的需要

在我们以前学过的知识中，语文、数学、外语知识居多，思想品德概念居多，道德和行为规范居多，这些知识建构了人的理性思维。但随着社会发展，以人为本的思想逐渐深入人心。人的本性是什么？人有哪些需要？人的需要满足以后，人的情绪会是怎样的？人与人之间交往后会产生怎样的情感反应？与情绪密切相关的感性思维在发展中起什么作用……总之，有关需要、情绪、思维、交往关系的研究越来越受到重视，人们发现它们对人的发展影响远远超过了认知能力，有关“需要”的话题层出不穷。作为教师或家长，我们不仅要知道孩子学习成绩的好坏，更要了解孩子发展动力的大小，要知道孩子社会交往乃至社会适应的未来走向，只有这样，才能真正帮助孩子健康成长。下面，我们以“需要之塔”为依据来说明人的交往发展动力问题。

### 第三章

## 第 3 节 从成长中寻找原因（3）

马斯洛提出的“需要之塔”

美国心理学家马斯洛 1968 年提出的“需要层次理论”，把人的需求分成生理需要、安全需要、归属与爱的需要（又叫社交需求）、尊重需要和自我实现需要五类，依次由较低层次到较高层次（见图），逐渐满足、逐渐上升，即在个体能够把注意力转向较高的需要之前，较低层次的需要必须得到基本满足。每一类需要有一些基本表现，不满足也有基本表现。



这里要特别强调：需要的满足是一种感受，不要受到字面意思的困扰。如 3 岁以前的孩子心里感到自己是衣食无忧的，也没有受到过排泄方面的压抑，就会产生满足感。它不是量化性的、理性的满足，是一种油然而生的内心充实。

#### 生理需要

主要指人对食物、水、性和休息等的需要，是在个体发展的早期出现的需要，也是应最先满足的需要。这种低级需要在早年应尽可能地满足。满足吃喝，满足各感官刺激，婴幼儿就会觉得很舒服、很愉快。吃、喝、拉、撒、睡、玩的需要都很满足了，孩子就会产生安全感，产生愉快的情绪，产生对外界的主动关注和追逐。没有满足，儿童的情绪就会低落、焦虑，出现交往退缩，安全感迟迟建立不起来。3 岁以后应该是自我意识大发展时期，如果儿童需要层次还停滞不前，情绪就会感到受压抑，就很难与外界的人建立亲近感，后面的发展会受到进一步的影响。

生理需要的满足就一定要“富着养”吗？如果生活在贫困的农村呢？生理需要的满足的确要求一定的物质基础，但主要是指一种内心感受，是不能量化的、非理性的感觉。在贫困的家庭里，如果只能吃到“窝头咸菜”，在其原有水平上父母尽可能地满足孩子，“窝头咸

菜”管够，并且没有偏向和抱怨，孩子一样可以满足生理需要，一样会感到自己是安全的，不会出现盲目与人攀比的情况。但如果生活在开放的环境中，自家家境比较贫穷，父母十分抱怨，“都是因为养你这个白吃饭的，你还不听话”。孩子经常听到这样的斥责，看到了各种诱惑却得不到，孩子渴望的关心和疼爱也得不到，孩子以后就很可能攫取物质以弥补早年的缺失。

### 安全需要

理论上安全需要是在生理需要满足的基础上产生的，是对生命、财产的安全、秩序、稳定、免除恐惧和焦虑的需要。人都渴望自己生活在安全有序的环境中。在儿童生活的早期，主要学习活动是通过各种玩耍实现的，满足孩子玩的需要，孩子在玩中收获快乐，有比赛性的就要赢，这样他就感到满足。如果此时孩子经常遭遇小挫折，经常被认为不如别人，经常被施加压力，（如听到“你不乖就不要你了”、“你快点追她，追不上就不给你吃饼干”），他就不能有稳定的、持续的安全感。这个时期的孩子非常渴望有强大的心理力量作后盾，渴望拥有自由的心理氛围，这样心里就能感到安全了。安全感满足的孩子，自我发展的需要得到提升，3岁以后就有了明显的亲近行为、独立自主的意识萌芽，为以后的发展奠定重要的基础。

如果安全感在早期没有得到满足，孩子会怎样呢？有的孩子可能很聪明却缺乏自信，表现出很好面子、听不进规劝，或是放弃很多机会，没有拼搏的勇气，或是不相信周围的人，长期没有知心朋友，或是在婚姻生活中屡遭失败；有的孩子聪明但敏感，为生活琐事连累，不能胜任变化的、创造性的工作；有的孩子智力一般，因为没有自信，处处落后于人，对自己很不满意，总是怀着“猜疑”过日子；有的孩子可能自暴自弃，盲目交友……

也许有人还不明白，怎么做能满足孩子安全的需要呢？我们过的日子跟别人家差不多呀，为什么我的孩子有问题，别人家的孩子看不出问题呢？有些家长会从表面观察后提出上面这些困惑，殊不知差之毫厘，相去甚远。下面讲的两个“美丽”的故事可能会给我们答案。

广州展爱儿童自闭症康复培训中心 [www.qe120.com](http://www.qe120.com)

### 第三章

## 第4节 从成长中寻找原因（4）

### 案例

在宁夏银川一所以招收普通学生为主的私立学校里，新招收了一名很聪明的患阿斯伯格症儿童，阿斯伯格症：与孤独症有很多的相似性，同属“广泛性发育障碍”，在情绪和交往方面的问题与孤独症相似。通常语言表达能力较好。的学生，他叫远远，入学时刚满7岁。刚来学校的几天，他从不进教室，只在校园的沙坑里玩，几个小时就在那里扬沙子，没有人干涉他；远远有时玩累了就跑到楼道里蹦蹦，甚至踩在一架半新不旧的钢琴盖上蹦。有个教工看到后就去禀告校长，说那个新来的孩子到处乱蹦，快把钢琴蹦坏了。校长走过去看了看，然后临时召开了全体教工会，会上她庄重地对全体教工说：“我们新招来的远远比较特殊，他没有安全感，需要发泄，大家都不要制止他在钢琴上蹦。如果蹦坏了钢琴，虽然比较可惜，但一架钢琴和孩子的一生相比，能算得了什么？！大家也不要去向家长那儿告状，蹦坏了钢琴不用他们赔。请大家务必配合！”

在这样宽松、温馨的环境中生活了两周，远远仿佛变了一个人：从不进教室到偶尔进教室，后来自己进教室上课，只有中午才去玩沙子。慢慢地，远远就像变了一个人，和校长、妈妈、老师、同学逐一亲近起来，脸上的笑容越来越多，学习也有了很大进步……

没有华丽的辞藻，没有特别的方法，但有爱心，有自由，一个没有安全感、患有阿斯伯格症的孩子很快发生了改变。在这里，给孩子想要的、不受打扰的空间，就是给了他安全感。远远不是要蹦坏钢琴，不是喜欢到处乱跑，而是在测试新环境的安全性，测试人心的接纳度。就如同3岁左右的小孩故意把粉刷一新的墙壁弄脏，故意在外面随地大小便，故意去踩雨后的水坑一样，他们从大人对他们的态度中寻找着关心、理解和可靠感。如果此时他们遇到了严厉的斥责甚至打骂，遇到了强硬的带离，看到了冰冷的表情……后果会怎样呢？

### 案例

7岁的玲玲从小就生活在一个宽松的家庭里，父母虽视她为掌上明珠，尽可能抽时间陪她，带她到各地去玩，物质上也能比较合理地供应，但从不给她增加额外的负担。比如，她喜欢学什么课外班就报什么课外班，不喜欢的就不学，哪怕是父母很想让她学英语，但她去试听后不喜欢那个老师，父母也就不勉强了。玲玲喜欢学乒乓球，父母就请了一个特别温和、爱表扬孩子的教练教她，因为父母都认为心理发展比技能本身重要得多。在这样的家庭中成长，玲玲越来越懂事了。

有一天，玲玲爸爸外出喝醉了酒，回来很晚，妈妈又生气又着急，就和爸爸吵了起来。妈妈吵了几句后，情绪依然激动，还在生气，这时忽然看见玲玲在床上向她做鬼脸，无奈的小脸、有些胆怯的眼神和一连串滑稽的动作一下子把妈妈给弄懵了。妈妈看了一会儿，对玲玲说：“你故意逗妈妈开心，是吗？”玲玲坚定地点了点头，妈妈的眼泪一下子就流了下来。

此时妈妈觉得好有力量，很是欣慰，一种精神力量油然而生——有了这么懂事的女儿，丈夫的所作所为已经不在话下了，她的气一下子全消了。

7岁的玲玲用她特有的方式给妈妈回馈了安全感。我们可能羡慕这位妈妈，觉得她有一个懂事的女儿。可女儿为什么这么懂事呢？是天生的吗？不可能，孩子的懂事都是后天培养的。满足了孩子的生理和安全的需要，就会自然而然地“收获”懂事的孩子。



### 第三章

## 第 5 节 从成长中寻找原因（5）

### 归属与爱的需要（社交需要）

人都有与他人建立情感联系（给他人爱和接受他人爱）的需要，需要有人陪伴、有人关心、有人交往，也包括有人爱。渴望交真心朋友，追求家长、老师、同伴的接纳和认同都是这种需要的表现。这一需要通常是在上两层需要基础上产生的，属于人的高级需要。这种需要如不能满足，个体就会感到孤独和寂寞，精神生活上可能会越来越痛苦。社会上大多数人也会为了满足自己的这种需要为别人付出，因为只有付出才能得到认同和接纳。

我们经常担心“惯着”孩子会使他们“不知天高地厚”，“会滋生更多的要求”，有人认为“没有知足的孩子”，因此有这种想法的家长或老师都会对孩子从小就理性、严格地要求，可往往孩子在青春期以后出现了明显的“逆反”，此时大人们被迫放松要求，但为时已晚，孩子越大越不听话。为什么会产生这种结果呢？怎么用需要层次理论解释呢？

第一个原因是，大人们没有做到“预先满足”，而是在孩子以各种方式提出要求后再“事后满足”，这种“事后满足”实际是惯着孩子的表现，与“预先满足”有本质区别。比如大热天，5岁的孩子上午10点多开始提出要吃冰激凌，妈妈觉得时间太早，没有答应。到中午饭前，孩子又提出来，妈妈还是不答应。孩子说“不让吃冰激凌就不吃饭”，奶奶一听孩子不吃饭就心软了，动员妈妈先给他吃，然后过会儿再哄孩子吃饭，妈妈就给了。以后孩子还会“变本加厉”地提类似要求，这就是“后给”导致的结果。如果妈妈在上午10点多主动提出：“天很热，宝贝想吃冰激凌吗？”“等一会儿我就给你拿。”之后带孩子玩会儿、转移注意力，稳定其情绪（孩子认为妈妈同意吃，肯定会想着给他），大人就有了适时提供的机会。

第二个原因是大人们没有清楚地认识“归属与爱的需要”的价值，它就像一块“磁石”，会一下吸住有了安全感的孩子（即第二层需要满足后欲上升的孩子），因为他们追求认同和爱，就不能做“不被认同和接纳”的事情，因此，真正安全感得到满足的孩子绝不会乱提要求，因为他还渴望得到表扬呢！

第三个原因是家长没有让孩子体会到“严格要求也是一种爱的表现”，即应先让孩子感受到父母是最爱我的、对我最好的，双方有亲密的情感交流，孩子可以无拘束地撒娇、睡在父母身边等。

第四个原因是大人没有安全感或认同感，需要认同的人都会很忙，忙完了也没有好心情，因此不能把时间、精力、爱给予孩子。

生活中很多事业成功人士、高分学生是在这种需要的驱动下取得成绩的，他们有的原本生活条件不好，为了“出人头地”（认同的一种表现）而刻苦工作，有的为了摆脱窘况而努力学习。但在成绩得到认可的同时，如果没有亲人真诚的关爱、朋友的支持和理解，就不能持

续性地得到满足，很难向更高的层次攀登。骄傲自满、坐享其成、倦怠和索然无味等心理频现，困扰在“需要之塔”的第三层。要想上升，一方面要有亲人、朋友的情感注入，而且是持续性的注入；另一方面要懂得并善于捕捉和享受过程参与的快乐，在此基础上树立事业心，即在享受工作的快乐中得到大家的尊重。

中国古语说“三岁看大，七岁看老”，有着很深的内涵，从需要层次看也有相同的规律可循。3岁之前满足了吃喝、排泄等生理性需要，7岁之前基本满足安全需要，孩子的一生就会比较平坦、踏实。如果在青春期前后建立了自信，成功的几率就很大。可见，满足需要的价值有多大呀！

#### 尊重需要（含自尊和受别人尊重两种）

这是指受到他人尊重并尊重他人的需要。此需要得到满足会使人体验到自己的力量和价值，增强自信。自尊需要的满足导致一种自信的情感，使人觉得自己在这个世界上有价值、有力量、有能力、有位置、有用处和必不可少。有了自尊需要的人基本上都很自律，能很妥当地筹划、安排自己的生活和工作，已不太受外界的干扰。如果此层次需要频频受到遏制，或是受到突发不良事件的打击，可能会动摇人的自信，再次寻找认同感。总之，能站在这一层次上的人并不多，一般情况下，这种人会比较知足，比较会自我调整。若家庭生活、事业都很成功，又有相当的朋友缘，需要层次就极有可能向更高的一层攀登，满足自我实现的需要，产生“高峰体验”。可见，在需要满足的过程中，从第三层需要开始，交往就成为成长的必需因素，朋友支持是必不可少的，否则很难继续前行。

www.docin.com

广州展爱儿童自闭症康复培训中心 [www.qe120.com](http://www.qe120.com)

### 第三章

## 第6节 从成长中寻找原因（6）

### 自我实现需要

自我实现需要是人希望最大限度发挥自己潜能，不断完善自己，完成与自己能力相称的一切事情，实现自己理想的需要，即一个人越来越成为独特的那个人。此时的他不在乎别人的评判，不在乎生命的长短，有超出想象的满足感——独自享受着“高峰体验”，完全沉醉在自我认可的喜悦中，他眼中的世界是美好的。这一需要是人类最高层次的需要，也是很多人追求的人生目标，但很多人是越追求离此越远。真正达到自我实现境界，成为自我实现的人是少数，而且实现以后也不一定能持久。只有当所有较低层次的需要都得到持续不断的满足时，人才受到自我实现需要的持续支配。

作为普通人，我们每个人都想向更高的需要层次攀登，有些学心理的人学到“高峰体验”、看到这个词时就向往不已，但现实的发展条件往往制约我们前行。有哪些是制约条件呢？举几个案例与大家分享，希望从中得到启发。

#### 案例

11岁的男孩子山山很聪明，小时候家教比较严，犯了错误后经常被父亲打骂，因此有时妈妈就“包庇”他。自从山山上四年级，开始迷恋上网，迷恋网上的打斗游戏；回家也开始不好好写作业了，拒绝上各种兴趣班，对妈妈说：“你要给我报班，我可以去，可我不听，白费钱不关我的事。”爸爸拿皮带打他都不管用，他会咬着牙一声不吭地承受。父母也知道再这么管不行了，很担心他以后的发展。

请思考：以“需要理论”来分析，山山的发展过程有问题吗？

#### 案例

7岁女孩盈盈上小学二年级，自从一年级后半学期开始，回家写作业总是磨磨蹭蹭，边玩边写。她很聪明，也很活泼，喜欢文艺，但学习成绩一直在班里居中游。平时爷爷和爸爸轮换着接她放学，然后大人做饭，盈盈自己写作业，妈妈下班很晚，一般不管她学习。家长与老师沟通后得知她在学校写作业很快，与同学相处也很好。

请思考：为什么盈盈回家后就表现得不爱学习呢？

#### 案例

8岁的新新很聪明，记忆力很好，在普通小学上二年级。新新基本能正常上课，偶尔发脾气。他从不跟同学交流，也不喜欢别人“指手画脚”，似乎希望跟着别人做事、不受干扰就

行。放学回家后，新新先吃好吃的，然后看电视，就是不写作业。

请思考：新新的问题跟盈盈的问题一样吗？

#### 案例

有个9岁男孩叫洋洋，在一所普通学校上三年级，他既聪明又有眼力见儿，属于比较敏感的孩子。洋洋的父母都是工人，家庭条件一般，但对孩子学习上的需求很重视，孩子想学画画就学画画，想学科技就报班学科技。生活上也比较惯着他，别人家孩子有的新玩具，不管贵贱，只要孩子要就给买。从三年级开始，每周还给他零花钱。但洋洋却在二年级下学期、三年级上学期先后发生了三起偷拿同学钱或贵重物品的行为。每次事后都被老师发现并告诉了家长，洋洋也都认错良好，但过后还是继续犯错。

请思考：洋洋为什么要拿同学的钱物？



### 第三章

## 第7节 从成长中寻找原因（7）

### 案例

有个8岁男孩叫路路，上普通学校二年级。他学习能力一般，成绩平平。他比较胆小，比较踏实，在学校基本不违反纪律。他比较喜欢“拔尖儿”，因此没有要好的同学，放学后经常一个人在大院里玩。平时由奶奶接送上下学，回家就自己写作业，晚上妈妈下班后再帮助检查作业。生活比较平静，但路路越来越不高兴，总感到很孤独，没人跟他玩，除了妈妈，他觉得没人喜欢他。前不久，他要求妈妈带他去看心理医生。

请思考：路路为什么感到孤独？

案例答案：

1 山山明显缺乏安全需要的满足（父亲基本没有亲情投入），上学以后通过与同学接触，山山产生了更多的认同需要。但他学习一般，又不会与同学交往（他不会组织群体游戏，不敢“领导”别的同学玩），没有满足认同需要的途径。当这种需要高涨时，网络游戏满足了他的需求。在虚拟世界中，他“称王称霸”，过关斩将，有了对手也有了交往的话题。他可以自豪地跟同学说：“我已经是圣斗士6级了，你们追不上了吧……不信晚上咱们打一盘儿。”安全感不足，想用同伴认同弥补，导致他出成了网络游戏迷。

2 盈盈的学习能力没有问题，不写作业主要是学习动机出了问题。她可能希望买漂亮的衣服，希望爸爸陪着去公园玩，希望有新奇的、可以向同学炫耀的学习用具，但这些愿望都没有实现。她的一点一滴的想法都被大人们忽视了、拒绝了，久而久之盈盈不自觉地产生这样的心理意识：“你们老要求我做这做那，可我想做的你们一个都没让我实现，要求我写作业倒挺积极的。”归根结底，盈盈处于物质和心理安全需要的转换阶段，而家长忽略了她的需要，没有提供足够的动力。

3 新新是个孤独症孩子，他除了没有安全感以外，还有他自身的病理问题。他不明白或没有意识到回家还要写作业，他不能把“课上学习知识”还需要“课下及时复习”这两个观念联系在一起考虑。家长可以在满足其物质需要，回家后先放松的基础上，带他去同学家串门，看同学回家后在干什么；也可以找有关动画片让他看，帮助新新建立回家后还要写作业的动作用程序意识。

4 洋洋的问题比较明确，因为他比较敏感，这样的孩子在满足安全需要过程中需要比别人更多的关注力，那样他才觉得足够。他拿别人的钱或东西都不是因为他缺钱或缺物质，他缺少了关注。因为他拿了别人的东西，老师和家长对这件事都关注了，而且老师每月收饭钱或其他钱时都下意识地关注他的表现。在洋洋看来，年轻温柔的班主任那关注的目光特别吸引人，连略带严厉的话语也不刺耳。自从拿别人东西后，老师和家长的关注都多了，因此

过一段时间没有拿就没有关注的日子，他就又有想法了。解决洋洋的问题，满足安全感是根本。平时老师就要给予关注，家长多给予爱抚，杜绝含有“打击报复”意味的话语，如不要说“你再拿别人钱就给你送派出所”“再也不给你零花钱了”“老师给你送到教育主任那儿”等话。这些话只能让他更加不安，还会想出其他方式来试探父母和老师到底喜欢不喜欢他，其结果陷入恶性循环。只要有针对性帮助其满足安全感，洋洋很快就会用更多的积极表现来“赢得关注”。

5 路路的问题看似简单，只是觉得孤独，似乎想办法找一两个小朋友跟他玩就能解决了，其实背后隐藏着安全感严重不足的问题。劳累的妈妈，赢弱的奶奶，两点一线（家和学校）的生活，不能满足一个旺盛成长着的7岁男孩的内心需要。他越来越羡慕别的同学，渴望拥有活泼的小伙伴，渴望与父亲游戏，体会男子汉的感觉，渴望自己有力量来帮助妈妈、奶奶。他得不到这些，就压抑着自己，直至出现心理问题。



### 第三章

## 第 8 节 从成长中寻找原因（8）

### 看清自己和孩子的关系

我们都爱自己的孩子，都想帮助他健康成长，但你的帮助是否被孩子接受呢？你与孩子的关系除了血缘上的，更重要的是要靠情感去体会，孩子怎么体会你们的关系？换句话说，人们都知道父母爱孩子，但孩子体会到这种爱了吗？如果体会到，孩子就会认为父母处处为自己好，怎么可能不听父母的话呢？

你想帮孩子，但他总躲着你，不拿眼睛看你，说明他没有接纳你。试想，你能接受你认为不友善的人的帮助吗？你能接受不接纳的人的帮助吗？如果你不能，孩子怎能愿意接受你的帮助呢？如果孩子没有体会到与你在一起是安全的，你是爱他的，他怎么可能毫无顾忌地接受你？听你的话呢？要想让他听你的，就要让他体会到你是无私地爱他的。

无私的爱什么样？怎么才能体会到无私的爱？请跟我们一起评判下面的案例。

#### 案例

有个 4 岁的孤独症孩子很爱看刮风，很爱玩树叶。一天，他揪了几片树叶在刚下过雨的地上扫水玩，玩了一会儿就把树叶放在嘴里嚼了起来。若你是他的母亲，你会怎么做？你一定立刻严厉地命令他“快吐出来”，振振有词地批评他“脏死了”，请想想他会怎么看你？至少他会很害怕，很疑惑。如果我们尝试着不管，看看他真的会得病吗？或是发生其他你不能容忍的事？如果没有发生，我们可否换一种态度，以期盼的口吻说：“这个树叶又脏又不好吃，以后别吃了！”请再想一想，孩子是不是需要口腔触觉刺激，是不是喜欢绿色长条的东西？那就想办法满足或替代。

当孩子没有接纳你时，生硬的管教只能更加拉开你们的心理距离。有时候真心接纳是要连同缺点一起接纳的，只要不是社会规范所不容的坏行为，我们理论上都可以接纳。是否能接纳，就看每个人的心理承受力或接纳程度了。实际上，我们怕孩子吃脏东西，就是怕他得病，因为得病会给大人增添很多麻烦和苦恼，我们的出发点中有很多“为自己”的成分。当然，也有为孩子的成分。但如果真是为孩子，我们不妨换一种孩子的思维。这个孩子喜欢吃树叶，不觉得脏，不知可能患病（孤独症孩子没有预知能力，不能把得病的情形与吃树叶建立联系），不吃反而会焦虑、上火。而且他还喜欢到处闻味，啃啃这儿舔舔那儿，摸摸这儿碰碰那儿，这样他就满足了感官要求。我们能否认真思考一下：对这种特殊的行为，有多少大人能接纳？为什么大人会不接纳呢？有多少同龄小孩能接纳，他们为什么又能接纳呢？

#### 案例

有一个 3 岁女孩十分聪明，活泼可爱，喜欢各种新奇的东西，看见别的小朋友的玩具、

吃的，她都喜欢拿过来。妈妈不让，总是说：“你要听话，不能拿别人的东西，你听话，妈妈就会给你买；你不听话，妈妈就什么也不给你买。”有时妈妈还特意拿着棒棒糖说：“你背歌谣，背会了妈妈给你棒棒糖。”

孩子正处于对食物感兴趣的阶段，肯定会照做，但孩子会怎么看妈妈呢？孩子眼里的妈妈就像是“供货机”，她是真的跟妈妈亲，还是跟“供货机”亲呢？这样的孩子以后一定会越来越跟妈妈讲条件。

#### 案例

一个5岁的孤独症孩子在机构做训练，有一天，他看到别的小朋友在剥糖吃，他就过去迅速地抢过来塞进自己嘴里。他妈妈马上过去制止，看到那位小朋友在哭，他妈妈说：“孩子不哭，阿姨给你！”说着从自己的书包中又拿出一块巧克力糖给了那个小朋友。这时那个孤独症孩子会怎么想呢——我想吃糖，你有糖却不给我，给别人倒挺积极的。难道我愿意抢别人的吗？那滋味好受吗？为什么你有糖不给我呢？

作为5岁的孤独症孩子，他想不明白，也想不出妈妈可能是怕他吃糖多对牙齿不好；可能要把糖留作他表现好的奖励物，一会儿再给；可能想用糖来刺激他好好做感觉统合训练……孩子不会明白你的想法，只会觉得你不好，会抱怨你甚至恨你！如此下去，孩子难以理解你的“好意”，更难建立亲密的情感体验。

#### 案例

有一个4岁男孩很聪明，也不好动，妈妈觉得他从小就很好带，也对他抱以很大的期望。从他2岁起妈妈就送他上幼儿园，给他定下了很多的规矩，每天从幼儿园回来还要教他认很多字，给他买了很多书和光盘。从他出生后妈妈基本只叫他名字，从不用“宝贝”等昵称。人们都说这个孩子像“小大人”。一天中午，幼儿园阿姨无意间搂着这个孩子睡觉，还给孩子低声唱起了儿歌，没想到孩子不愿意起床了，闪亮着眼睛说：“阿姨比妈妈好！我不要妈妈了，我还要跟阿姨睡觉！”

阿姨的一次不经意之举，居然让孩子有那么强烈的反应，为什么？妈妈4年来的情感投入怎么没让孩子体会到呢？！

#### 案例

一个6岁孤独症女孩漂亮又聪明。妈妈带她在机构训练，表现好时，妈妈就使劲抱着她，给这吃给那吃；表现不好就大声斥责、吓唬她：“今天不带你回家，给你扔马路上。”妈妈的情绪随着孩子一天的变化而反复无常，敏感而聪明的孩子情绪越来越糟，越训练越没效果。妈妈的一句“今天不带你回家”令她惶恐万分，妈妈变化不定的语气和表情令她不可捉摸。她越来越躲着妈妈，喜欢跟温柔和蔼的老师做游戏、吃饼干，每天放学都哭，因为她不想回家。妈妈很爱她，但她体会不了这种爱，更无法接受和面对。

有条件的爱不是无私的爱，不能满足所需的爱也不是无私的爱，体会不到真情的爱更不是无私的爱。无私的爱要用“真情做皮儿，包着疼爱的眼神、暖暖的呢称、柔柔的爱抚、痛心的自责、具体的教诲”……越是心理脆弱的人越渴求无私的爱。

请父母认真想一想，你给予孩子的爱是无私的爱吗？



### 第三章

## 第 9 节 从成长中寻找原因（9）

了解我们自己

影响孩子成长的一个重要因素就是父母。我们天天跟孩子在一起，是孩子的一个“天然刺激源”。孩子的心理对这个“刺激”是接受还是想逃避，时刻影响着他的发展。

认清孩子的需要，预先满足孩子的需要，才能让孩子觉得我们可亲，觉得安全，他的情绪才能稳定，才有正常的情感体验。但是，为什么我们知道了道理，却很难做到“预先满足”呢？这与我们自身的状态有什么关系吗？

答案不言而喻。我们的孩子心理脆弱而敏感，设想一下，他看到整日愁眉苦脸的父母会怎么想？他看到脾气暴躁的父母又会怎么想？他听到父母的争吵呢……谁不喜欢柔声、笑语和表扬！更何况那么脆弱、敏感而焦虑的孩子！

如果父母内心苦闷、身心疲惫、压力重重，他又怎么能看清孩子需要什么？孩子的行为在表达什么？孩子缄默的外表下蕴藏着什么秘密？孩子又有哪些焦虑……

如果看不明白，如果读不懂他的行为，甚至不想读懂他的行为，父母就没有权利对孩子“指手画脚”，就没有能力培训他。因为你不了解孩子，孩子有时比你想象的聪明多了，只是不愿意表现而已。

只有调整好自己，才能更正确地认识事物，认识人与人之间的关系，才能帮助好别人。也许在很多人看来，陪孩子玩是一件很简单的事情，但如果父母没有调整好自己，连这么简单的事也做不好，虽然陪了，可孩子不会满意。

要调整好自己，首先要了解自己，了解自己有什么问题，问题从哪儿来？怎么解决？我们通过下面的几个故事，看看父母的问题和产生原因吧。

案例

小敏今年 35 岁，是 9 岁男孩楠楠的母亲。小敏从小生活在农村，父亲是老实巴交的农民，很不爱说话，每天除了干活就是干活，从不管孩子。母亲是个家庭妇女，很老实，除了干活还要照顾小敏姐弟 3 人。父母都没有什么文化，但比较重视孩子的教育，总督促 3 个孩子学习，期望他们出人头地，并对他们学习以外的兴趣、爱好严加控制。后来小敏上了护校，毕业后在一家大医院当护士，并找了一个推销员丈夫。生了楠楠后，基本是小敏一个人把楠楠带大的。现在她觉得楠楠越来越不听话，一点儿不知道心疼她，而且学习不用功，特别马虎。小敏只好每天都陪楠楠做作业、检查作业，一天下来十分疲惫，却看不到成效。小敏越来越苦恼，不知怎么把楠楠的学习抓上去。她对楠楠的学习也越来越没有信心，心里总是羨

慕别人家的孩子，看着楠楠发愁。

读到这里，大家可能觉得小敏是个很称职的妈妈，还能有什么问题呢？其实，小敏的问题源于自身的安全感没有满足，这从她的成长经历中可以看到。虽然她家不富裕，但生活不成问题，接下来她就会渴望被父亲、母亲呵护，渴望得到更丰富的玩具，渴望父母经常带她出去玩，渴望受欺负后有人撑腰……可是她得不到，还是得不到……她无奈了，不要了。长大以后，她对很多事都产生了“不良预期”，她买东西会左比较右比较，因为她怕受骗花冤枉钱；她带孩子出去玩之前会左思右想，害怕没意思会白跑一趟，经常是想完就不去了；她没有知心朋友，因为她害怕跟别人暴露真实思想；她还总担心“推销员丈夫”会不会不爱她了……她带着苦恼、劳累、无奈、不甘等诸多不良情绪照顾着楠楠，对楠楠有管教、少关爱，有照顾、少放手，有给予但不能满足或给予不当（孩子想要去东边，她非带着去西边不可）。这样，楠楠的需要能满足吗？怎么可能有良好的成长动力呢？

看孩子的问题首先要看大人。目前，调整好自己是小敏首先要做的，只有这样才能解决楠楠的问题。

docin 豆丁  
www.docin.com  
广州展爱儿童自闭症康复培训中心 www.qe120.com

### 第三章

## 第 10 节 从成长中寻找原因（10）

### 案例

小王是个公司会计，名牌大学毕业，聪明勤勉，性格比较内向。她的先生是大公司的高级管理人员，同样是名牌大学毕业的。他们有个 7 岁的孤独症儿子，从孩子 3 岁多被诊断为孤独症后，小王的精力几乎都放在寻找治疗方法和带孩子治疗上，工作只求按时完成即可。他们带孩子从国内到国外，进行了各种检查和治疗，每次治疗初期都认为有效，可过不了半年就认为没效了，换了一种又一种方法。一方面也许是他们真没有找到合适的方法，另一方面是他们内心的焦虑在作祟。以他们焦虑的状态，是不可能耐心地接受和等待任何一种方法长于 6 个月的治疗，因为他们内心总觉得万一这种方法不管用，不就耽误了孩子吗？

小王夫妇问题首先出在他们自己身上。没有安全感的人，不管他的学识多么渊博，他都会对环境和他人产生怀疑。他们怀疑每一种方法，即使是美国专家、英国专家、日本专家亲自传授的方法，也持续不了多久。这样下去能真正帮助孩子吗？

### 案例

大李是外企女职员，有个聪明可爱的 8 岁女儿娇娇。大李很好强，在单位是个能干的部门主管，同时也是个能干的家庭主管，家务很在行。娇娇从小就学钢琴、学外语、学舞蹈，现在钢琴弹得很好。但娇娇平时很少得到爸爸妈妈的表扬，他们老说她不如别人，即使考试得第一，也告诫她不要骄傲。娇娇跟同学聊天说自己很不开心，学习也越来越落后。

大李的问题也出在了安全感缺乏上。安全感缺乏的人很想找到别人的认同，做什么事都追求好上加好。

也许有人会问，我们自身的生活环境造就了我们没有安全感，现在已很难弥补。在我们自身安全需要没有满足的情况下，我们能不能培养出出色的孩子？

如果一位女性成长的道路不太顺畅，安全的需要没有满足，结婚后也没有充分体会到丈夫的关爱，生了孩子后她会怎么样呢？一般说来，安全需要没有满足的人就不可能持续不断地把爱供给他人，因为她内心缺少爱的源泉。但对于自己的孩子是否例外，这经常受几方面因素的影响，如果她对孩子充满希望，孩子每天的进步都能让她看到这种希望，她很可能等着以后得到回报，在孩子成长的早期能满足孩子的生理需要、安全需要，以后随着孩子越来越懂事，她就会提出各种高要求。往往她的孩子在“有回报的爱的氛围中”成长，得到“归属与爱的需要”，然后就开始厌恶这种受到控制的爱。如果智力基础好，孩子此时的学习成绩可能很优秀，但交往能力、创造能力、自信心都可能很差，没有继续前行的动力。但从表面上看，这样的母亲有可能培养出一个上名牌大学的孩子，也许有些人会认为这就算出色了。殊不知，大学毕业以后的路还很长很长，这样的孩子会越来越辛苦。

如果没有安全感的母亲生了一个患有孤独症的孩子，孩子小的时候，她生活在希望与失望并存的状态中，总是渴望有朝一日孩子康复，因此早期投入很大，但五六年以后，她会越来越失去爱。既没有安全感，又没有希望做支撑，还要抚养一个需要不断输入爱才能正常生存的孤独症孩子，选用什么方法能真正管用呢？这样的家庭首先需要帮助的是大人，否则无论用什么方法，孩子的进步都是暂时的，很难持续两年以上。

前面多提到的是女性，男性呢？没有安全感的男性往往生活在一个妻子或自己的母亲绝对当家的家庭中。因为他从小没有安全感，可能学习和工作很优秀，平常不招惹是非，同学、同事关系比较温和。他在找对象时会比较想出风头，很可能找一位外表漂亮但很厉害的女友，也可能找一位自己认为能够驾驭、相貌中等的女友。婚后，找了厉害妻子的自然是当受管制的“甩手掌柜”，找了自己能够驾驭的自然是当发号施令的“甩手掌柜”，他不可能真正担当丈夫和父亲的双重重任。

可见，自我需要的满足与教育下一代、经营一个家庭都息息相关。不管用什么方法，先调整好我们自己十分重要。



### 第三章

## 第 11 节 从成长中寻找原因（11）

还记得前面提到的玲玲和妈妈的故事吗？7岁的玲玲用她特有的做鬼脸的行为感动了妈妈，使妈妈很快消了气（见12页~13页）。但如果妈妈在气头上，把玲玲做鬼脸解读成“乱上加乱”呢？妈妈肯定会把跟爸爸吵架的火气转嫁到玲玲身上，可能会说：“你怎么这么不懂事！你再添乱我就打你。”如果这样，懂事的玲玲一定会另眼看待妈妈了。妈妈因为自己比较放松，即使在情绪不好时也及时正确解读了玲玲的行为，妈妈才有了欣慰的感受。这是多么好的良性循环啊！其最重要的是妈妈，只有妈妈心理状态好，需要满足多，她才能培养出有安全感的孩子，才能得到来自孩子的爱的滋润。

下面这个故事在不少家庭中可能都发生过，但家长的做法不同，教育的效果截然不同。

#### 案例

上小学三年级的冉冉个性比较强，已经开始有了自己的主意。期末考试前几天的一个晚上，妈妈对已经写完作业的冉冉说：“马上要期末考试了，你就别看电视剧了，再做一张练习卷子吧。”冉冉看了看表，带着挑战性的表情对妈妈大声说：“为什么呀？！”妈妈轻轻地默念着：“为什么？”沉默了片刻，妈妈对冉冉说：“我觉得你怪亏的。”这句回答是冉冉始料不及的，她望着妈妈，已经没有了刚才的挑衅，而是好奇地问妈妈：“为什么？”妈妈说：“我觉得你这一学期学习挺辛苦的。”妈妈停顿了一下，看冉冉点点头，又接着说：“可是这辛苦要白费了。”冉冉若有所思，但好像还没有完全明白妈妈的意思。妈妈又说：“期末考试最能检验你的辛苦是否白费。”冉冉想了想，好像明白了，但还不死心，一边拿练习卷子一边说：“那我看最后一集总行了吧。”妈妈这时说：“你别怕吃亏、白受累，还是多看会儿电视吧。”冉冉摇摇头，很快做完了一张卷子，终于如愿以偿，踏踏实实地看上了一集电视剧。

妈妈在挑衅的女儿面前没有呵斥——“都快考试了还看电视”，没有命令——“就得听我的，我是为你好”。妈妈用巧妙的“吃亏”论调让孩子自己明白了“期末考试比看电视重要”，从而自发地要求学习。冉冉妈妈的举动多巧妙！

是不是所有遇到这种情况的家长都能采用聪明的做法呢？不用疏导而用压制的家长，问题出在了哪里？问题在于家长自身没有调整好自己，总莫名地担心孩子学习会下降，那样自己脸上无光而且影响孩子的前途。殊不知家长的这种担心，对自己和孩子没有自信，才会真正阻碍孩子的发展。缺乏自信的家长往往是因为自己的安全和认同需要没有得到满足造成的。

#### 案例

一位母亲生活在云南昆明城郊，从小给孩子提供了良好的生活环境，生活虽不富裕，但她很爱护、尊重孩子。她的三个儿子都很有出息，他们大学毕业后，一个去了北京，一个去

了上海，一个去了美国，都找到了一份不错的工作。十多年前，母亲刚退休就查出患了乳腺癌，要做手术。当时三个儿子一个还在北京上学，一个刚到美国找到工作，一个在上海刚要成家。当他们听到这个不幸消息后，很快全部赶回了昆明，直到妈妈术后稳定了，他们才离开昆明。过了三四年以后，母亲又查出患了肺癌，同样，三个儿子不分昼夜地赶了回来……不幸一次又一次地发生，后来母亲又得了肠癌，又做手术，又在儿子和老伴的关爱中渡过了难关。在磨难面前，母亲始终非常乐观，让所有认识她的病友们羡慕不已。十多年过去了，这位母亲一直比较健康地在昆明生活，因为她喜欢那里，就没有去跟儿子一起住。可是身在远方的儿子们总是想方设法来陪伴母亲。

人们都很羡慕这位母亲，都说她的儿子好，殊不知有了好的父母才有了好儿子。只有父母给孩子输入的爱是宽厚的，儿子们能感受到爱的滋润，他们才能产生爱，输出爱……

总之，父母的需要层次深深影响着孩子。要孩子健康、快乐地成长，父母的自身建设一定要先行。

docin.com 豆丁  
www.docin.com

广州展爱儿童自闭症康复培训中心 www.qe120.com

## 第四章

### 第 1 节 寻找帮助孩子的出发点（1）

在了解孩子一般认知技能的发展和静态交往技能发展的基础上，我们还要找到动态交往技能发展的脉络，找到帮助孩子交往发展的出发点，才能真正促进儿童交往能力的全面提升。

想要真正帮助孩子，我们还要进一步了解应从哪里入手来帮助。必须先告诉读者，人的交往发展的阶梯与需要的满足息息相关，只有把“需要之塔”的理论读懂读透，才能更好地理解这一部分的内容。读懂孩子的需要，适时满足他们的需要，就是在促进他们的交往，提升他们的心理健康水平。

下面就从出生开始，谈谈儿童的交往与需要发展阶段。

第一阶段：从建立“物感”开始

孩子从出生就开始感受这个世界，寻求各种需要的满足。从交往角度看，他对环境的认识从建立物感开始。孩子品尝了奶的香甜味，看见了漂亮的玩具，感受到了被褥的柔软，听见了悦耳的声音，他既不会命名也不会索取，只会适应。当他认识到了物体恒常性以后，就会占有所有他能取得的东西，几乎所有的东西都是他的，只要拿走他就不高兴。1岁左右，孩子的关注点只在物上，对人的关注也是具体的“物感”叠加：温和的声音+长长的头发+淡淡的特有的体味+手中好吃的+……=妈妈。孩子对其他人的好恶也是通过这种关注得来，感官刺激和感受是他认识这个世界、产生情绪反应的重要来源。

此时的孩子最需要丰富的物质刺激，他喜欢的、想要的都是他需要的。理解了这个问题，就不难理解我们后面疗法操作的第一、二阶段的反应了。

作为一名普通的小婴儿的家长，都希望自己的宝宝能早日成才，很多家长都在不自觉地、着急地教孩子说话、教动作。实际上，在满足孩子每个时期的不同需要以后，孩子自然会健康成长。关注孩子的成长后劲儿、积蓄成长的动力，远比培养一两项技能重要得多。我们谁也不想培养出《伤仲永》里描述的孩子——开始好像很灵，越大越一般。要能看清孩子的发展需要，及时满足，厚积薄发。从孩子出生到1岁左右，家长要尽可能让孩子感受到环境的温馨舒适，吃好、睡好、活动好是最主要的，这时养育中在物的购置上会比较“费钱”。

有很多孤独症的孩子在情绪调整后期都指向对某些物品的大量关注，这是普通孩子1岁多的反应重现。有的五六岁的孤独症孩子还要大量占有各种瓶子、画册、小汽车，说明他们与人的交往意识还没有建立，只有静止的物才让他感觉安全、可操控。对这样的孩子的训练出发点只能是先做情绪调整，使他情绪放松后能建立对人的关注。

## 第二阶段：关注人的行为

1岁半以后，儿童借助物开始关注人与物之间、物与物之间的关系。他注意到别人的车跟他的一样，但那车不是他的；注意到别人的食物给自己吃了，别人的玩具给自己玩了；走不动了就有大人抱，那个人的身体暖暖的、肩膀柔柔的……通过交流，他越来越关注人的行为，自己和他人开始有区别了，真正的人的情感开始萌发。

此时的孩子会比较黏人，提的要求也比较多，他在分辨、确定自己和各种物、各个人之间到底是什么关系。此时的家长不需要提供大量的物，养育重点转移到“省钱而费时间”。此时的小孩子已经知道了玩物不会消失，他的兴趣重点是占有似乎都属于他的物，也包括人。全家人都陪着他、逗着他是他最开心的事。这时期的亲子游戏（父母带着、不能老人带着）需要逐渐加强，这是给他提供安全感的基础。

有的孤独症孩子喜欢用手势提各种要求，喜欢在某个大人陪伴下一个人摆弄某件物品，正是处于这个时期初级阶段的反应。对这样的孩子的训练出发点可以从培养他对人的行为的关注开始，后面有专门章节做介绍。

## 第三阶段：自我意识萌芽

两岁时，儿童开始频繁地认识人与物的关系，人与人的关系，自我意识开始萌芽，这时他才开始明白什么是我的，什么不是我的，是谁的。这时给物品找主人和大量占有物品、占有人的欲望大量涌现。

此时的孩子经常沉浸在真正的游戏中，所谓真正的游戏，就是指能给自己带来快乐的游戏。他们快乐地摸这弄那，并开始找寻“玩伴”，常常会要求一个大人陪他玩，之后是与一个同龄小孩有些简单玩耍。但他还不能与几个人一起玩耍，因为对多重人的关系还搞不清。也不能开创新的玩法，经常是重复玩某个熟悉的物品（即重复体验物感使自己获得安全感），因为只有熟悉的场景中才能照顾到与他人的关系。如果变化新的玩法，就又回到自己玩，不能同时兼顾场景和人的变化。我们后面提到的疗法的第二阶段就是以此为出发点的。

要特别注意，此时正是建立初步的自我意识的关键阶段，孩子多半在家长面前出现了“霸道”的行为，甚至抢玩具、打人等。这是他的安全感萌芽的表现。孩子第一次感到了自己的力量，要自我表现一把。此时的家长要表现出对孩子的哪些行为接纳，哪些不接纳，但不能一味地压制或粗暴地批评，更不用担心孩子以后变得粗鲁、暴躁，这只是他们自我意识成长的一种反应。如果教导正确，这种行为会随着他的成熟、他的需要层次的增长而自行转变。同时要注意借助游戏手段告诉他怎么与小朋友交往，要经常让他在家庭游戏中“获胜”，这样他就不会轻易侵犯别人。

## 第四章

### 第2节 寻找帮助孩子的出发点（2）

#### 第四阶段：安全需要发展的重要时期

3岁~4岁是儿童安全需要发展的一个重要时期，也是前两层需要的一个明显转折期，十分关键。这时，女孩格外需要父亲提供强有力的心理支持，男孩格外需要母亲提供稳定的、随时关爱。他们又都需要大人花更多的时间陪他们玩，他们在寻找人与人之间的、令人愉快与天然向往的亲情感、安全感……

有些男孩子从这一阶段开始显得很淘气，一会儿跳上跳下，一会儿舞枪弄棒，喜欢摆弄玩具又没有长性。这些都是他满足需要的一种表现形式：他有了很多玩的东西，他操控着这些“有力量、有速度的玩具”，以自己能理解的方式玩——手拿着威武的、象征力量的玩具枪、棒肆意地挥舞，激烈地撞击着赛车，特别是看着别的赛车被撞翻的样子，他会觉得很舒服、很享受，就会觉得自己是强大的——这是男孩安全感满足的独特的要求。以淘气的、粗鲁的方式占有和摆弄玩具，并能与大人对打直至取胜，就是他们的“最爱”，在乐此不疲中自然满足安全感。此时的男孩子的母亲要顺应他的这种需要，母亲的聪明之举是变得“弱一些”，如经常请孩子帮忙抬所谓的重物，经常表现得不如孩子反应快，跑步比赛时经常“认输”，这样可以更快、更有力地提升男孩子的自信心，提升需要层次，确立性别认同。

此时的女孩子需要父母双方面的合力养育，慈爱而大度的父亲形象更能让女孩子产生依恋，强化安全感，为产生第三级“归属与爱的需要”积蓄力量。聪明而“弱小”的母亲更有助于女孩形成正确的性别认同意识。

如果这一时期家长管制过多，男孩子没有威武感的表达和体验，以后其发展中很可能会出现3种趋势：因安全感没有满足，不敢大张旗鼓地反抗，会“蔫儿淘”，青春期前后养成暗地算计别人的人品，交友越来越受限制，又渴望有朋友，因此与一些品行不好的孩子的交往会增多；或是一直比较压抑，表现得比较安静、听话，到10岁左右开始迷恋网络上的打斗、赛车等游戏，并越来越远离现实交往，脾气也越来越暴躁；或是在青春期前后表现出很贪玩，不思进取。正常发展中，对男孩来讲，这种对抗打斗式、群体打斗式需要一般要从3岁左右持续满足到六七岁，以后他就会更多地关注各类角色游戏，打斗游戏明显减少。但是现在以独生子女为主的家庭中，忽视男孩子这部分需要的现象比较普遍。

#### 第五阶段：确立与熟悉的人的稳定关系

四五岁时，儿童已基本能明白多数事物的特性，明白人与人的基本人物关系，人与物的关系。他们的交往重点是与熟悉的人进行频繁的接触，进行关系的转换，创造新的玩法，确立自己与一两个亲人或同伴的稳定的关系，也开始进行思想交流。

这一阶段的突破性交往进展主要是由注重外在转到了注重内在，谁能在玩耍时让着他，

谁跟他喜欢一样的游戏，谁经常给他买喜欢的东西，他就会更愿意与谁主动交往。同时，孩子在这一阶段比较排他，绝不接受不喜欢的同伴，也听不进“逆耳忠言”，难以接受为他好的、管教性的语言。我们后面提到的疗法的第三阶段是以此为出发点而设计的。

此时的父母在延续上一阶段做法的基础上，养育技巧应略有变化。上一阶段游戏中通常让孩子赢，这一阶段可以过渡到让孩子时赢时输，让孩子体会到每个人都想赢的心态。可以更自然地还原生活，没有时间陪他玩时就可以明确地告诉他，不用像上一阶段那样，即使疲劳了也要陪孩子玩。孩子要慢慢体会交往的规则，了解每个人的内心想法可能是不同的。这些都是发展第三级需要“归属与爱的需要”必需的心理体验。



## 第四章

### 第3节 寻找帮助孩子的出发点（3）

#### 第六阶段：开始真正的同伴交往

六七岁以后是儿童交往发展的一个关键时期，此时他们开始上学了，有了稳定的“同伴源”——同学，认知能力也有了长足的发展，他们可以处理与几个人之间的复杂多变的关系了。伙伴开始增多，角色游戏开始增多，理解别人意图的能力开始增强，并有了进一步谋求同伴认同的意识，以后还逐渐出现了小团体意识（合作意识萌芽）、让步意识等。

此时的家长要紧紧围绕孩子的安全感是否建立，是否有了一些自主性、自信心来进行抚育。建立安全感的孩子上学后不久就又不听话了，但这种不听话与没有建立安全感的孩子不听话有不同。前者是不听家长的话，听老师和有些同学的话，有好几个伙伴，并开始主宰伙伴游戏；后者是表面上听话，实际总让人觉得不满意，大人一不留神，孩子就干点儿坏事。这是缺乏安全感和希望得到关注的表现，这样的孩子家长要在找到问题根源的基础上为孩子补上“安全感”。

此后，随着安全感的巩固、同伴认同的强化，其自尊心、自信心逐渐发展起来。因为有了自信心，有了同伴认同感做基础，孩子的交往意识和交往技巧也会日渐成熟，到了青春期以后更是稳步前行。

值得注意的是，上面的发展进程是在需要满足情况下的正常的交往发展进程，如果生理需要、安全需要在六七岁还没有得到满足，同伴认同感（“归属与爱的需要”的一种形式）在青春期之前还没有建立，青春期前后的交往发展绝不可能是顺利且正常的，孩子会出现我们不愿意看到的很多交往问题：安全感不足带来的交往胆怯、退缩；安全感不足引发“格外需要关注”，用怪异的行为举止获得这些关注；安全感不足引起的“心理边缘化”反应，对什么事情都不热衷；物质需要不满足导致的滥交友、为图享受而失去自尊……这些都是发生在普通孩子身上，没有正常发展条件的“交往悲剧”。有些成年人虽然已经大学毕业甚至结婚生子，但从前面的交往发展阶段理论看，其需要满足低，交往仍处于在重复体验物感、获取安全感的阶段——他需要一个异性多照顾他，喜欢简单电脑游戏和体育运动，以此来展示自己和满足需求。但缺乏创意或变化心态，缺乏组织和导引能力，交往中多处于谨小慎微和听从型——这都与早期的交往培养有关。

在孤独症患儿身上，如果没有正确的社会交往干预，孩子除了会与普通儿童一样出现一些问题，还会出现一些特殊的问题：感到不安全导致的多动；感官刺激过多导致的情绪紧张；感官刺激不足导致的行为异常——喜欢闻或者舔等；情绪紧张导致的语言反应异常；情绪紧张导致的行为异常——过多的、盲目的自我刺激行为；对外界的不当关注；意识不到自己的行为后果对他人的影响等。但我们也看到，作为孩子，他们与普通孩子的需求是一致的，需要是相通的，只要我们找对问题所在，及时干预和弥补，同样可以顺利地促进他们的发展。

在本篇快结束的时候，我们再来看一个感人的孤独症孩子的故事，他的行为是所有人都没有想到的，他甚至挽救了一个学校。

### 案例

一个聪明但情绪紧张的孤独症男孩能写会画，语言不多但很清晰，一直在培智学校学习，偶尔出现的捣乱行为都被老师批评、“镇压”了。12岁时，他出现了严重的情绪行为问题，情绪不好时见到人走近就用脚踢，踢同学、老师、家人，而且不时地说一些“咒语”。精神科医生建议服药，但服药后，他上午睡觉，下午折腾，晚上很晚才睡。父亲看到这种情况，动了“死马当活马医”的念头，把他从培智学校退学后送到一所民办的特殊学校。这所学校的校长见他长得精神，学校生源又有限，就收了他。

刚开始，他满院子乱跑，只有画画才进教室，其他时间就在一位大哥哥（实为老师，但称呼“大哥哥”，后来称呼“大哥哥老师”）的陪伴下在院子后面玩，有时还拿石头砸玻璃，往院外扔玻璃瓶，但很少踢人。遇到他干“坏事”，“大哥哥”也不批评，而是赶紧处理后果，如在院外插上“小心落物”告示牌，找人换窗玻璃等。前后“闹”了一个月，他开始进教室了，但主要是干自己爱干的事，如画画、写字、听音乐，不想听时就在桌上趴着，偶尔下座位。两个月以后，他的情绪稳定了很多，放假回来又出现了轻微波动，半年后能参与学校的大部分活动，只是偶尔说脏话。两年后，他非常适应学校生活，能主动做家务，独立完成自己责任区内的劳动，如拖地、整理床铺，学习上也有了很大进步，可以自己购物了。

www.docin.com

docin.com  
www.docin.com  
广州展爱儿童自闭症康复培训中心  
www.docin.com

## 第四章

### 第4节 寻找帮助孩子的出发点（4）

这样平静地过了5年，发生了一件“大事”。一天夜里，他的两个脚指甲盖儿让同宿舍一个患灰指甲病的智障室友给拔了，流血不止。老师清晨发现后赶忙带他上医院……过了一天，校长和“大哥哥老师”登门道歉，他们全家都斥责学校并表示要起诉，校长满怀歉疚地接受了这个结果，走到他房门前准备跟他道别。推开房门，他正坐在床上看书，看到“校长妈妈”（他一贯的称呼），他立刻招手，“校长妈妈”刚坐到了床边，他突然伸出双手抱住了她，大声说：“妈妈！妈妈！好妈妈！我想你了！你怎么才来呀？！”说着流下了眼泪。全家人看到这个场景都愣住了，作为亲人的他们从来没有得到过孩子这样的拥抱，他们吃惊、羡慕、感慨，之后就悄悄地退出房间，再没有提让学校赔偿的事。

后来，孩子的脚很快康复了，还在机构的帮助下去社区做简单的清洁工作，而且越来越懂事了。

这个孤独症孩子挽救学校的事告诉了我们什么？我们只要真情地投入，即使是孤独症患者也能懂得爱、表达爱，也能为社会做很多有益的事。普通的孩子呢，如果他们成长的环境安全又宽松、和谐而友善，他们会怎样呢？

#### 总结

我们来理清一下头绪：孩子出现了成长中的问题，表面上都与欠缺动态交往技能有关，而深入地看，却与孩子自身的需要被忽视、孩子缺乏自我成长的动力有关。孩子为什么会缺乏自我成长的动力呢？普通孩子主要是成长环境出问题导致的；对孤独症这类特殊孩子而言，除了家庭教育等环境因素外，还与其感知觉异常、情绪反应异常、心理能力匮乏等神经生理学因素有关。我们要在仔细地认清原因之后寻找解决之道，切不可盲目地训练，盲从地治疗，让孩子会听简单的指令、认识一些图片、背几首歌谣是不能助孩子真正成长的。

请记住我们的追求：在满足需要的基础上促进孩子的自我成长，要培养孩子保持和调节自己的情绪稳定，能关注外界，能用心地模仿，能理解别人简单的意图，能辨别好心歹心，能交一两个可靠的朋友，能独立或半独立地适应周围环境地生活，这样才能使他将来的路越走越顺畅。让我们沿着这个目标努力前行吧！

## 第五章

### 第 1 节 答疑解惑（1）

#### 情绪调整中的问题解答

问题 1：现在训练方法很多，每个机构都说自己的方法有效，到底哪些方法有效呢？有没有统一的结论？

答：在儿童发展过程中，无论是普通孩子的教育还是特殊儿童的训练，都存在一个“方向与方法”的关系问题。方向和方法谁重要呢？怎么看待它们之间的关系？不言而喻，方法再好，如果其指向（即方向）偏离了教育的真正目标，在其表面成功的同时，是不是反而离最终目标越来越远？判断一个机构的训练方法好不好，判断一种方法好不好，都不能仅看短期效果，尤其不能以两三个月的效果定论，重要的是看其方向是否正确，是否真正有利于儿童的自我发展。

#### 附录

众所周知，孤独症儿童终生会伴随情绪问题，无论其障碍轻重，只要他们一生能平安、快乐地自理或自立地生活，应该是最基本的目标。如果孩子“满腹学问”，但内心非常痛苦，经常会自伤、发脾气，那满腹学问真正有用吗？在情绪的阻碍下，学问或能力能派上用场吗？

本书中提到的“自主交往训练”所追求的理念和目标，都是让孩子快乐地自理生活，享受亲友交往的快乐，因此安排了从情绪调整到相互关注、相互参照、意图理解、想象力拓展等一系列训练课程。读者看了书不一定完全会用，但要思考其方向性与方法论的问题。当然，只有好的方向、理念，没有可操作的方法，一样不能实现理念。因此，要重视在正确方向指导下的方法学习，只有这种方法用于训练孩子，孩子的进步才有意义。

问题 2：既然情绪调整十分重要，有没有现成的课程用于情绪调整？

答：情绪问题是心理问题的一个方面，涉及的影响因素很多，与“认知培养（即学知识）”有着完全不同的解决思路，其根本是解决环境与儿童内在需求的关系问题：环境能满足需求，情绪问题就能减轻或消失。因此，情绪调整没有现成的课程，只有现成的策略。

现在有一种趋势是训练目标或课程安排都是以认知（学知识）为核心，普通孩子的课程是“认知+特长”，聋童的课程是“认知+语训”，脑瘫儿的课程是“认知+运动治疗”，弱智儿和多动症儿童的课程都是“认知+运动”，到孤独症儿童就成了“认知+沟通训练”。把这些课程放在一起，不难看出这种趋势的弊病。

问题 3：怎么评估孩子的情绪？观察前要注意什么？

答：评估孩子的情绪状态的基本方法是观察和访谈，但观察前要注意评估人自身的心态调整，匆匆忙忙地为了评估而评估，在本方法中极不适合。只有评估人心态平和，他才能有一定的感知力（观察孩子时要敏感），才能观察和联想到孩子行为的真实意图并捕捉到真正有用的信息。一般应事先设计观察表（计划观察孩子情绪紧张焦虑的总体程度、表现方式、持续时间和出现次数，情绪放松的状态等），然后在最自然的状态下（孩子跟别人玩或自己玩、自己吃）观察。

除了对孩子本人进行观察，还应该对家长进行观察和访谈，了解他们之间的关系是否和谐，是否相互接纳。除了孩子的身体原因、感觉异常外，母子或父子的关系是影响孩子情绪的最根本的因素之一，因此必须在实施操作前进行定性评估。

问题 4：有的孩子总是觉得别人不能满足他的要求，情绪调整很难，要求多的孩子是什么问题？

答：要求多的孩子是以前被管教得比较多的孩子，同时其家长或老师的底线要求也偏高。如两个人同时参加跑步比赛，赛前都说只是重在参与，不求名次。一个人可能嘻嘻哈哈慢慢跑，还逗别人笑；而另一个人重在参与的标准是居中游。这两人的底线是不一样的，后者偏高。孩子也有他的要求满足的底线标准，有的大人的底线特别偏离孩子的底线，因此他们会觉得孩子的要求难以满足。

www.docin.com

## 第五章

### 第2节 答疑解惑（2）

问题 5：调整孩子情绪的前提是保证家长情绪好，家长怎么调整情绪、建立情感？

答：①夫妻多沟通，经常问问对方：“你在想什么？最近忙些什么？”通常会有几种回答：一种是直接说出来，对方不用猜；一种是想考验对方是否理解自己而说反话；还有一种是想让对方猜而不正面回答。心态放松的夫妻通常直说，然后围绕某个共同感兴趣的话题深谈，这样才能真正地沟通。猜来猜去式的问答很难达到沟通的意境。

②夫妻生活要和谐，这有利于丈夫心情放松。有了孩子后，可能妻子的精力都放在孩子身上，总想着等孩子康复好了，日子就好过了，再来弥补夫妻的情感。但在这个过程中会积攒起无数的矛盾，若不能及时化解，以后的夫妻关系可想而知。

③家长要尽可能从事“放飞心情、彩绘心情”的活动。要尽可能维持自己的社交，展示自己的才华，只有自己在不断得到别的方面的认可，才可能从心理上产生自我安慰。快不快乐一般不取决于金钱的多少，而取决于被他人认可的程度，被朋友和亲人关心的程度。不一定有钱就被人由衷地认可。

④少听所谓的“传经送宝”，少与别人攀比。每家的情况不同，每人的生活背景不同，就像《西游记》里的各种人物一样，猪八戒和孙悟空都各有长短，没法儿分高低上下。有的人喜欢做猪八戒那样的，有的人喜欢做孙悟空那样的。同样的道理，适合别人的方法未必适合自己的孩子。孤独症孩子有的触觉敏感，有的迟钝，有的手不敏感而脚底触觉敏感，有的正相反，怎么能相比呢？家长怎么能偏听偏信呢？最好的办法是看孩子的纵向发展。

⑤必要时请专业人员进行心理咨询。

总之，家长自身的心理健康建设至关重要，直接关系到孩子的康复程度。教师也是一样。

问题 6：有的 3 岁儿童的家长很容易接受情绪调整，而 6 岁儿童的家长为什么不容易接受或坚持不下来？

答：6 岁孩子的家长基本都想赶紧教孩子知识，这样孩子就能上普通小学了，而上了学之后，孩子跟普通孩子在一起就不会有那么多的情绪问题了，因此家长对情绪问题不很重视。而 3 岁孩子的家长看到自己的孩子没有玩伴、不会玩，就比较着急，因此能较好地认同情绪调整与交往的关系。教师要了解学前儿童和学龄儿童家长的心理差异，有针对性地做工作。实际上，6 岁小孩的情绪问题会远远多于 3 岁小孩，当他进入普通学校以后，逐渐认识到自己与别人的不同，会产生更多的不良情绪，再调整时可能为时已晚。

问题 7：父母在做训练的过程中开始挺顺利，后来无形中就着急了，对孩子提的要求也

多起来，我们怎么调整情绪？怎么能做到“不得寸进尺”？

答：情绪调整初期，孩子会慢慢觉得父母的态度在改变，感受到一种接纳和安全，因此他的主动行为也会不自觉地增多，敢于表达自己的要求了，敢于拒绝了。父母看到这些，会出现两种反应：

一种以为自己的孩子“变坏了”，马上收回以前的“宽松政策”，这样孩子经过一段时间的反抗后会再次“沉默”下来，最明显的问题是比以前还不爱说。当然这些孩子的父母或老师也就不会继续使用这种方法了。

另一种反应是父母面对这些，可能为了后面的训练而忍一时，而且一再降低心理预期。但随之而来的是孩子一天天进步，父母又产生了希望，情不自禁地加入了语言或认知训练。孩子发现父母又像以前那样做训练了，会十分失望并且反抗，情绪也出现反复。此时，如果父母及时调整自己的心态，认识到“心急吃不了热豆腐”的道理，孩子可能会沿着“相互关注”的阶梯上行；如果父母认识不到或调整不了自己的心态，孩子会慢慢退步，再想“拿起橄榄枝”进行调整已不太可能。

大人的情绪调整与孩子的需要满足是一样的道理，和睦的家庭是根本的力量源泉。此处可参考前面的问题 5。

家长要想做到“不得寸进尺”，必须做到调整心态一步到位。即开始时就要认清这种方法的导向是什么，接受了就不能动摇，动摇了会更耽误孩子。如果家长难以完全接受这种方法，又想试试看，请不要盲从地去试。因为这种方法本身就有操作难度，情绪调整后再想收回来会很费时间。

问题 8：怎么判断孩子是否调整好了情绪，可以进行下一阶段训练了？

答：一个直观的“方向性”指标是：孩子在家不如以前听话，外出或来客人时反而听话了；另一个重要提示是：不用设定何时可以做“相互关注”训练，只要情绪调整成功，孩子的外关注行为增多，孩子自然而然地进入“相互关注阶段”。这是这种方法与众不同的理念。

问题 9：情绪调整就是放松管教，与“放羊”和“放任不管”有区别吗？

答：前面已经提到，情绪调整绝不是处处迁就，也不是放任不管。能满足的尽量满足，能提前满足的最好不要事后满足，能不发指令的尽量不发指令，让孩子感受我们的真诚接纳与爱。既然是真诚接纳，我们看到孩子违反社会规则的危险的行为就要制止，不要害怕孩子的情绪会反复。

问题 10：孤独症也叫自闭症，从称呼看，他们应该不是感觉灵敏的人，看书后却觉得孤独症的孩子内心并不简单，他们好像能感觉到很多东西，又不能有效表达出来，是这样吗？我的孩子会做串珠了，我们总想让他再熟练熟练，孩子会感到自己“被贬低”吗？

答：的确有些孤独症儿童的内心世界比较复杂，智力程度高的孩子更是如此。我们需要对孤独症孩子进行深入观察，澄清一些对孤独症儿童的偏颇认识。正如家长所担心的，孩子不明白会了为什么还要练，思维中建立不起“反复练——熟能生巧”的关系，因此极易产生被贬低感。

问题 11：情绪调整只是一个阶段，还是需贯穿于整个训练过程？情绪调整有什么技巧吗？

答：书中已列举了每一阶段都可能出现需要情绪调整的理由和现象（如相互关注阶段孩子会不自觉地攀比自己得到关注的多少，少了就不高兴，也会过度索取关注），因此情绪调整既是一个阶段，又是需要贯彻始终的策略。要掌握好“进进退退、退退进进”的尺度，即孩子出现了新的情绪问题，我们的训练就先缓一缓、想一想，先解决情绪问题再往下进行会更顺畅。

情绪调整没有特别的技巧，之所以有快慢之分，主要与以下几个因素有关：一是家长或教师的心态是否真正放松、平和；二是家长或教师对孩子在新出现的怪异行为的解读能力，如孩子把尿撒在了放衣服的抽屉里是为什么——孩子要测试和报复，以前被批评过撒尿的事，现在提取出来不良体验，测试一下家长的态度是否跟以前一样；三是家长和教师对孩子自主选择的把握程度，让孩子经常自主选择本身就是一种心灵满足；四是看家长和教师赞赏策略的运用，有无得寸进尺的想法；五是家长和教师要认识到，不同年龄阶段的孩子，调整的重点和所用时间亦不同。

www.docin.com

广州展爱儿童自闭症康复培训中心

## 第五章

### 第3节 答疑解惑（3）

问题 12：我是一位家长，也认为调整情绪很重要，但我们家孩子平时挑食很厉害，我一般都逼着他每样儿都吃点儿，如果进行情绪调整就得顺着他，那他不吃怎么办？岂不对身体有害吗？

答：下面的解释仅适用于要做自主交往训练的孩子，因为他必须要过“情绪调整”这一关，过关之后就自然有自主关注外界行为了，而这时调整情绪很容易遇到这种“绝食”的情况。

我们先从“绝食行为”找原因，然后再“对症下药”。主要原因有三：第一，从传统医学角度看，孩子不想吃饭（偏食、挑食）与情绪密切相关，情绪不好，其胃和肾的功能就弱，他的食欲与普通同龄孩子相比“不旺盛”；第二，在情绪调整中，孩子体会到家长的教育态度有变化，想试试家长是不是真的能顺从自己，是不是真的变了，就用平时最被逼迫的吃饭问题来考验家长；第三，情绪调整初期往往满足他吃的需求较多，他本身就脾胃弱，吃点儿零食就暂时饱了，到吃饭时间还不饿。

有鉴于此，家长首先要从理论上认可情绪问题与食欲、饭量密切相关，大人难过时也“茶不思、饭不想”，长期有情绪问题的孩子更是如此。如果家长能认可这一点，就能接受“一两顿不吃没关系”的说法。但家长不是真的不给孩子饭吃，而是给他准备爱吃的饭菜，孩子实在不吃也不强迫，只是轻轻地重申这件事的后果：“宝贝，不吃饭会肚子叫的，肚子叫了你就会难受。”孩子看没人真逼自己吃饭，情绪很快就会缓解了，那时才能感受到饿。家长吃完饭后，看到孩子频繁地看自己或找东西吃，再把热好的饭给他吃即可。

其次，为孩子准备他愿意吃的饭，不再强迫饭量和吃饭地点，允许少吃多餐，允许在饭桌以外的地方吃。此时的孩子还没有“外关注”的心情，不会顾及我们的感受（如担心弄脏衣服或地板、饭桌，焦急地等他快吃完），我们只能被动接受他的举动，等两三天以后他有了“外关注”的表现，我们再提出“回到饭厅和我们一块吃饭”的要求。家长暂时的被动接受是为了过几天能主动地引领孩子回来。

第三，吃饭前控制零食量（把孩子的注意力转移到其他喜欢的活动上），特别控制好冷饮、凉饮料与吃饭的间隔时间，因为孩子吃完冷饮后马上吃饭，对身体极其不好，而且更影响食欲。如果孩子在情绪调整期表现得格外爱吃冷饮，要想法绕开冷饮店，在家里也不要储藏很多冰棍，一次就买一根。因为刚开始情绪调整的孩子是不可能考虑后果的，见了就会要。而冷饮一次吃多了就会伤害身体，比不吃饭的伤害还大。最好是在教养方式上一开始就要正确，适度预先满足，孩子就不用情绪调整了，也就不会出现情绪调整时期的挑战性行为了。

问题 13：是否不分年龄、不分能力高低，每个孩子都会沿着 6 个阶段前进？

答：不是。任何方法都不是放之四海而皆准的。在这套方法中，年龄小、能力低的孩子培养方向与年龄大、能力强的孩子是一样的，但阶段性不同，有些孩子达不到第五六阶段。

#### 相互关注中的问题解答

问题 1：孩子经常用错误行为吸引我们的关注，如何引导？

答：有的孩子在有了“外关注”的心情和能力后，体会到了谁对他好，他就需要得到这个人 24 小时的关注，因为只有那样他才能感到是真正的“与前不同”了，真正体会到“安全感带来的愉悦”。但外界不可能给予他高关注，可能在他表现不好时给予关注，这无形中会促使他用错误行为来索取关注，如跑得很远，希望家长或老师去找他或追他，有的故意捡地上的东西吃，有的甚至故意打人，看家长或老师是否真心容纳他。对这类因索要关注而导致的错误行为一般采用明说、点破的方式。如叫孩子回教室，他反而跑远，但同时还看着老师，这说明他希望老师跟着他（回到教室老师就可能不关注他了，所以他不愿意回教室）。老师可以上前几步，点破他的心思：回教室后老师还跟你玩，但你不回去，老师就要回去跟某某玩了；或者说回教室给你吃的，这是诱惑的做法。然后老师就往回走几步，不追他（动作告知），等待一下，若孩子没有反应，则再往回走几步。此阶段处理错误行为切忌不可“命令式”。讲过多的道理也没用，孩子的听觉关注力还没有发展起来。

docin.com 豆丁  
www.docin.com  
广州展爱儿童自闭症康复培训中心

## 第五章

### 第4节 答疑解惑（4）

问题 2：我们平日工作忙，没什么时间看书，创设游戏有困难，可否有变通方式？

答：自主交往训练法的整套方法体系都适合放松身心地与孩子产生亲情感，在双方愉悦的情景下进行训练，而关注训练是最重要的基础。没有时间的家长如果能真心实意地陪孩子玩，也能部分调整孩子的情绪，在生活中培养关注，只是所需时间较长。身心疲惫、强打精神、照猫画虎式地开展训练常常是无效的，反而影响亲子双方的关系。

问题 3：我们玩关注游戏时，孩子总是不明白我的意图，玩不起来。可否先教他怎么玩？玩游戏和学游戏一样吗？

答：玩游戏和学游戏不一样，主要是大人的情绪、给孩子的投入感觉是不一样的。学游戏时大人不能放松，因此孩子也很难体会到乐趣。

问题 4：怎样理解孩子经常出现的反抗行为，如何引导？

答：一般情况下，孩子能反抗说明他的情绪基本稳定，敢于反抗，如果没有得到缓解反而得到压制，可能出现自伤性反抗，这是情绪不好亮出的“警灯”。

而在本训练方法中，关注行为在情绪调整中自然出现，孩子会与大人有很好的对视性交流，这时往往大人就提出了学习的要求。此行为极易引发孩子的反抗，他不愿意也不适合由放松状态直接进入学习状态，应有所过渡。即孩子有了外关注后，依然要先满足他的一些要求，然后再提出学习要求。若孩子仍然反对，则采用“以退为进”的方法进行引导（具体参看下篇第三部分）。限制孩子的行动来对抗反抗的做法只能导致“前功尽弃”。

问题 5：怎么判断进入了“相互关注阶段”？

答：当孩子能够等待且情绪较稳定，他们能够经常使用“不”来表示拒绝时，就可以进入到相互关注阶段。注意观察和捕捉孩子的行为变化是不是已开始关注外界。如喜欢玩水的孩子玩了一段时间后，自己变了花样玩，然后玩几分钟就自己停下来，或摸卫生间的其他东西，或找找某个人，说明此时孩子已有了“外关注”，可以渗透着开展几分钟的关注训练了。可以“水”为媒介，如在水里加入几滴浴液产生一点泡沫，然后就与他一起玩泡泡。这是最自然的情绪调整与关注的衔接训练。

问题 6：一定要按照书上的游戏一个个做吗？能根据自己的理解，自行设计和组织游戏吗？

答：最好不要照搬书上的游戏，书上的游戏只是起到一些借鉴作用。因为每个孩子的情

况都不相同，他们的关注点也存在很大的差异。如果能够结合孩子的特点，自行创设适合他们的游戏，这是最好的选择。

问题 7：孩子好像对玩过的游戏可以配合，但玩几下就不想玩了，可似乎也不想学新游戏，怎么办？

答：对有些孩子来说，学新游戏是一个“挑战自我”的过程，他们不能预知其结果，预知不了新游戏的乐趣，更不理解新游戏的意义，因此接纳新游戏的过程通常都很缓慢。家长首先应理解这些原因，不要着急；其次要演示游戏的精彩或重点环节，让孩子看到结果，并适当辅助他部分参与游戏；再次，在一个游戏开始玩两三次时就要适当加以微小变化，或当孩子出现最初的不想玩的“走神”之举时就加入变化。

问题 8：我的孩子属于高功能孤独症，没有经过情绪调整也有了关注和模仿，能不能直接做相互参照训练？

答：的确有些高功能的孩子有较强的模仿能力，对外界事物和环境也有一定的关注，能在普通教育环境中学习，但此关注能力和经过情绪调整以后的关注能力是不一样的。这种孩子的关注能力完全受他的情绪和爱好的控制，只关注他想关注的。而情绪调整后的孩子的关注力与训练者是有交互作用的，即其关注力集中在训练者身上，两者可以轻松地“对焦”。因此这些在普通教育环境下能就读的高功能的孩子也要先进行情绪调整，但方式方法有不同。其情绪调整的重点是观察他们的需求（有的是索取关注，有的是想得到同伴的认可，有的需要可乐、方便面等物质满足），先满足其需求再对其提要求，这就是情绪调整的精髓。一般经过 4 周的情绪调整，这部分孩子能安稳地伴随学习，这时才可以做参照训练。随时注意调整情绪对孤独症孩子是至关重要的。

www.docin.com

广州展爱儿童自闭症康复培训中心 [www.qe120.com](http://www.qe120.com)