



kelty mental health
resource centre

BC's Information Source
for Children, Youth & Families

儿童和青少年的行为问题

behaviour problems in children and adolescents

人无完人，每个孩子都会有出现不良行为的时候。他们可能会发脾气或者用言语顶撞父母或老师。然而，当情形开始失控时，可能就意味着需要关注儿童或青少年生活中的某些方面了。

当儿童和青少年感到疲倦或不舒服时，他们可能会显得易怒或者甚至有敌对情绪。他们可能会与家长争吵或者顶撞家长，因为他们想证明自己已经长大。

幼童可能会撒谎，因为他们年纪太小，无法明白事实和谎言之间的区别。有时候，他们撒谎是为了使自己避免麻烦。这是正常的。不过，如果他们一直谎言不断；或者，如果这类行为使他们在家里、学校或在与邻居孩子相处时总是惹麻烦，那他们就可能患有我们所谓的破坏性行为障碍 (disruptive behaviour disorder)。

破坏性行为障碍主要有两种类型：对立违抗性障碍 (Oppositional Defiant Disorder, ODD)和品行障碍 (Conduct Disorder, CD)。

如果一个孩子容易发脾气、经常违抗家长，与大人或同伴争吵，那就可能患有对立违抗性障碍 (ODD)。如果还频繁地发生身体攻击、偷窃或欺凌这类更严重的行为，则表明可能患有品行障碍 (CD)。

患有品行障碍的儿童常常无法理解他人的想法。他们可能很难与他人交谈，可能认为其他人对自己刻薄或心怀恶意，而实际情况却绝非如此。他们的言语沟通技能可能较弱，这意味着他们很难使用言语表达自己的意思，于是就改为借助于行动。他们可能不知道如何与其他孩子交朋友，结果可能会因此而感到难过、沮丧和愤怒。

行为问题的类型

对立违抗性障碍 (Oppositional Defiant Disorder, ODD):

对立违抗性障碍(ODD)是一种行为问题，患病儿童会公然表现出敌意、不合作和易怒。他们会发脾气、刻薄和怀恨他人，还常常有意惹恼别人。他们的大多数违抗行为是针对权威人士，但有时对自己的兄弟姐妹、玩伴或同学也一样。由于他们的这种思维和行为方式，使他们的家庭生活、学校生活以及与同伴的关系都受到严重的负面影响。

品行障碍 (Conduct Disorder, CD):

品行障碍(CD)有时候是一种晚期、更严重阶段的对立违抗性障碍(ODD)。患有品行障碍的儿童并非“坏”孩子，品行障碍是一种需要专业帮助的严重精神病。

患有此病的儿童总是很好斗，给自己和家人招惹麻烦。他们可能威胁甚至真的伤害他人或动物，或是损害或毁坏财物。他们可能行窃

或是在商店里顺手牵羊，甚至参与强行入侵他人住宅。他们常常撒谎，试图“哄骗”他人。他们还经常逃学。

如何区分正常和不正常的表现？

当儿童的生活中存在其它压力时，他们可能会开始通过行动发泄情绪，明白这一点很重要。可能是因为家里有人过世、或是父母发生争执、或者在学校受到欺凌。安慰他们并给予他们更多的关心，可能会有助于他们度过这些压力重重的关口。但是，如果孩子的情绪和行为不见改善，特别是如果这种问题持续达数月之久，并且程度较为严重的话，就需要寻求专业帮助。

可能会在学龄前儿童的身上发现破坏性行为障碍。如果未经治疗，这些孩子更可能会荒废学业，日后也可能难以维持一份工作。

行为问题的起因何在？

很多患有对立违抗性障碍(ODD)的儿童同时也有其它精神健康问题，例如：抑郁症、焦虑症或注意力涣散症/多动症(AD/HD)。他们那些令人头疼的行为常常就是这些病症的反应。

与其他儿童相比，患有对立违抗性障碍的儿童更可能会有行为问题、情绪问题或滥用药物的家族病史。有时候，如果缺乏照料、管教不力、或者存在家庭不和或暴力，孩子就会产生对立违抗性障碍的症状。如果母亲患有抑郁症而未得到治疗，也会使孩子患上对立违抗性障碍的可能性更大。对立违抗性障碍和品行障碍都与严厉的养育方法有关。

这两种病症有多常见？

男孩患破坏性行为障碍似乎比女孩更为常见，在城市地区则比在农村地区更为常见。5%至15%的学龄儿童患有对立违抗性障碍。经诊断，略超过4%的学龄儿童患有品行障碍。

良好的管教方法可以帮助孩子，也可以让整个家庭受益。有效的治疗注重新的管教方法，同时让家庭、学校和社区都参与进来。

病症会持续多久？

对立违抗性障碍或品行障碍的早期行为征兆在学龄前儿童身上就可以发现。大多数患有对立违抗性障碍症状的儿童都会“在长大后就没有症状”，而有些则不然。有些孩子可能进而患上品行障碍。如果品行障碍的症状得不到尽早治疗，儿童和青少年患者就更可能荒废学业，日后也更可能难以维持一份工作。他们在年轻及成年时犯罪的可能性也更大。

何种治疗较为有效？

认知行为治疗(cognitive behavioural therapy, CBT)可以帮助患有对立违抗性障碍(ODD)的儿童改善情绪、控制愤怒。认知行为治疗让孩子意识到引起自己行为的一些思维模式，并且教导他们淡化消除此类思维的方法。

社交技巧培训对患有对立违抗性障碍的儿童可能也有所帮助。而有助于改变家庭功能的家庭治疗也颇有疗效。

很多对立违抗性障碍和品行障碍患儿的家长们惩罚孩子很严厉，对孩子非常不满，通常是因为家长自身的生活经历以及患有抑郁症使

然。改变这些管教方法可以帮助孩子康复，也可以让整个家庭受益。如果家长（特别是母亲）不能实施新的管教方式，那么孩子就可能患上更为严重的品行障碍。

在治疗方面，重要的是关注孩子是否可能还患有其它病症。如果患有注意力涣散/多动症、抑郁症或焦虑症的儿童的其它问题得到成功治疗，那么他们的对立违抗性障碍症状往往也会消失。因为对立违抗性障碍较难治疗。

而品行障碍又比对立违抗性障碍更难治疗，其症状也随着孩子年龄的增长而变得更糟。这就使得早期干预变得尤其重要。

有效的干预项目包括父母培训(parent training)、家庭治疗和多系统治疗(multisystemic Therapy, MST)。多系统治疗是一种密集型治疗项目，以全家人为治疗对象，并且让学校和社区参与进来。那些本质上具有惩罚性或威胁性的项目据实践证明没有效果，甚至可能还弊大于利。

书籍(仅有英文版)

No More Misbehavin': 38 Difficult Behaviors and How to Stop Them 作者: Michele Borba 出版: Jossey-Bass (2003) ISBN: 0787966177

Kids are worth it! Revised Edition : Giving Your Child the Gift of Inner Discipline 作者: Barbara Coloroso 出版: Harper Resource; Rev. Ed. (2002) ISBN: 0060014318

The Difficult Child 作者: Stanley Turecki 出版: Bantam 2nd Rev. Ed. (2000) ISBN: 0553380362

How to Behave So Your Children Will, Too! 作者: Sal Severe 出版: Penguin USA (2003) ISBN: 0141001933

Your Defiant Child: Eight Steps to Better Behavior 作者: Russell Barkley 出版: Guilford Press (1998) ISBN:1572303212

Discipline: The Brazelton Way 作者: T. Berry Brazelton 出版: Perseus Publishing (2003) ISBN: 0738207837

Making Children Mind Without Losing Yours 作者: Kevin Leman 出版: Fleming H Revell Co. (2000) ISBN: 0800757319

Raising Your Spirited Child: A Guide for Parents Whose Child Is More Intense, Sensitive, Perceptive, Persistent, Energetic 作者: Mary Sheedy Kurcinka 出版: Perennial Press (1998) ISBN: 0060923288

Rage, Rebellion and Rudeness: Parenting in the new Millenium 作者: G. Scott Wooding 出版: Fitzhenry & Whiteside Limited (2003) ISBN:155041755X

Backtalk: Four Steps to Ending Rude Behavior in Your Kids 作者: Carolyn Crowder 出版: Fireside; (Mar. 1998) ISBN: 068484124X

网站(仅有英文版)

美国儿童及青少年精神病学院(American Academy of Child and Adolescent Psychiatry)
www.aacap.org/publications/factsfam

加拿大儿科协会(Canadian Paediatric Society)
www.caringforkids.cps.ca/behaviour

Kelty 心理健康资源中心，是卑诗省为儿童，青年和家庭提供有关心理健康和使用致瘾物质问题的信息来源。此外，中心还提供资源给不同年龄而患有饮食失调的人士。

创意共用授权条款 BY-NC-ND 2.5

健康儿童发展知识中心允许使用

Keltymentalhealth.ca

Vancouver: 604-875-2084

Toll-free: 1-800-665-1822

fact sheet: 儿童和青少年的行为问题 kelty mental health resource centre 2012