

<<儿童行为障碍与健康>>

图书基本信息

书名：<<儿童行为障碍与健康>>

13位ISBN编号：9787117134170

10位ISBN编号：7117134178

出版时间：2010-11

出版时间：刘新民、杨志寅 人民卫生出版社 (2010-11出版)

作者：刘新民 编

页数：178

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<儿童行为障碍与健康>>

前言

让每一个孩子的心中都充满阳光几乎每一个做父母的都将自己的孩子视为掌上明珠，竭尽全力地进行照顾、培养和教育。

大多数父母都有这样的体会：对孩子身体的照顾相对于心理的照顾比较容易，如吃饱、穿暖、预防疾病、锻炼身体等。

但是，要想使孩子具有优异的心理素质却是件非常困难的事。

如果一个孩子自幼就具有积极向上的心态，良好的为人处事能力，明确的人生目标，健全的个性特征，这样的孩子将因此而受益终身，在学习、生活、交往、工作、发展和健康等方方面面，其父母也将因此而十分省心。

从某种意义上，可以说：心态决定命运！

在影响儿童心理发展的因素中，心理障碍是其重要的原因。

本书的目的是给父母、老师及相关人员提供一本识别儿童心理与行为障碍问题的科学普及书籍，以便使儿童的异常心理能够得到早期发现、及时处理和正确的预防。

特别需要说明的问题是，任何一个人的心理或行为的正常与否都是相对的。

当一个孩子患了心理疾病，他自己是无责任的，也是无辜的，有的只是不幸。

因此，我们每一个人，无论是家长、老师、同学还是一般人，都不能歧视或冷落他们，而应该给予更多的关心、爱护和帮助。

<<儿童行为障碍与健康>>

内容概要

行为决定健康。
这不仅仅是一个战略。
重要的是给人类的健康提供了一个指导思想。
这在慢性非传染性疾病的防治中显得尤为重要，近几十年来，随着人们生活水平的提高和伴随增多的不良生活行为方式，导致慢病（心脑血管病、2型糖尿病、代谢综合征及肿瘤等）有增无减的事实。正在向人类行为与健康发出严重警告！
心理健康是健康的灵魂，行为健康是健康的基石告诫世人这一健康理念之价值是何等的重要。
行为决定健康之思想，正是大众健康所追逐的方向，只要奉行其本意，健康就掌控在自己手上。

<<儿童行为障碍与健康>>

作者简介

杨志寅，男，汉族，1952年3月出生，大学学历，教授、主任医师，硕士生导师。
1969年4月参加工作。

济宁医学院副院长、中华医学会行为医学分会主任委员、《中华行为医学与脑科学杂志》总编，卫生部教材办，人民卫生出版社专家咨询委员会委员，同济大学兼职教授，山东省医学会行为医学分会主任委员、山东省行为医学重点实验室主任、山东省行为医学教育研究所所长。

获山东省有突出贡献的中青年专家等称号。

曾任泰山医学院副院长、济宁市科学技术协会副主席等。

主编普通高等教育“十一五”国家级规划教材《行为医学》及《诊断学大辞典》（第1、2版）、《汉英诊断学大辞典》、《内科危重病》（第1、2版）、《心电学词典》（第1、2版）、《感悟医学家》等专业及科普书籍30余部，发表论文100余篇。

承担并完成国家科技支撑计划及部级、省级和厅局级科研项目20余项。

获部级及省级科技进步奖六项。

刘新民，男，皖南医学院心理学教研室主任、应用心理学专业学科带头人、教授、硕士研究生导师；从事应用心理学教学、研究和心理咨询临床近30年，发表论文50余篇、科普文章100余篇，主编出版教材、专著和科普丛书等50余部；主办国家级继续医学教育和心理咨询培训班20余期；为学校、医院、部队、公安、政府机关等作了大量的学术报告和讲座，为社会提供心理咨询、测验、治疗和鉴定达数万人次，并为很多单位提供团体辅导、人才选拔、应用研究和EAP等心理学服务。

兼任卫生部应用心理学本科专业教材评审委员会委员、中华医学会行为医学分会副主任委员、安徽省医学会行为医学分会主任委员、中国高等教育研究会医学心理学分会副理事长、安徽省心理学会副理事长和医学心理学专业委员会主任委员等，《中华行为医学与脑科学杂志》编委、《中国健康心理学杂志》常务编委、《中华现代医学杂志》执行副主编、《皖南医学院学报》编委。

<<儿童行为障碍与健康>>

书籍目录

1. 他为什么不会“大器晚成”——智力低下
2. 他为什么总是分不清“b”和“d”——阅读障碍
3. “问题儿童”是怎么回事——品行障碍
4. 他为什么就是坐不住——多动症
5. 好孩子为什么怕上学——学校恐怖症
6. 她为什么那样怕狗——动物恐怖症
7. 她为什么那样害怕天黑——黑暗恐怖症
8. 他为什么要反复关窗十几次——强迫症
9. 宝宝为什么不会亲热——孤独症
10. 宝宝不爱吃饭怎么办——厌食症
11. 说句话也会频遇红灯——口吃
12. “小胖墩”其实并不强壮——肥胖症
13. 儿童尿床怎么办——遗尿症
14. 他为什么经常半夜起床——梦游症
15. 沉默是金，缄默是病——缄默症
16. 他为什么爱做鬼脸——抽动症
17. 他们的行为为什么那样夸张——癔症
18. 如何拯救“网虫”宝宝——网络成瘾
19. 她的言行为什么反常——分裂症后记

<<儿童行为障碍与健康>>

章节摘录

少吃某些水果：苹果、杏、橘子、西红柿等水果中，含有多种维生素、矿物质及其他营养成分，多吃一些这类水果，通常对儿童健康是有益处的。

然而，多动症患者却不宜多吃，因为这些水果中含有较多的甲基水杨酸盐类成分，如果过多摄入，会影响大脑神经信息的传递，加剧多动症状。

· 正确的教育方法：对好动的孩子，家长要掌握正确的教育方法。

许多家长经常因为孩子闯祸而责备、怪罪、歧视甚至打骂他们，这样做不仅不利于纠正孩子的行为，还有可能使他们产生抵触心理，变得更加叛逆。

所以家长要注意：不要提过高要求：家长应该了解多动症的特点，对于多动孩子的要求，切莫像对待正常孩子那样严格。

只要求他们的多动行为能控制在一个不太过分的范围内就可以了，不必过分苛求。

积极引导孩子过剩的精力：对于活动力强的儿童要进行正面引导，使他们过剩的精力能释放出来。

家长和老师可以带领他们多参加体育运动，如跑步、打球、爬山、郊游等。

培养孩子集中注意力的能力：对于好动的孩子应逐步培养其集中注意力的能力。

可以从做游戏、听故事开始，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监督和指导。

如果孩子在集中注意力方面有所进步，还应及时给予表扬和鼓励。

养成有规律的生活习惯：对好动的孩子应从小培养其有规律的生活习惯。

要按时饮食起居，保证充足的睡眠时间。

不应迁就儿童的兴趣而让他们看电影、电视至深夜，以致影响睡眠。

培养孩子的自尊心、自信心：对于这类儿童，应耐心、反复地进行教育和帮助，培养他们的自尊心和自信心，消除他们存在的紧张心理，帮助他们提高自控能力。

及时表扬：当儿童出现了我们期望的行为时，应及时表扬其行为，而不应含糊其辞地表扬其整个人。

· 耐心引导：儿童对一切事物都感到新奇不解，小脑袋瓜里充满了各种各样的小问号。

所以大到冰箱、彩电，小到一根针、一粒石子，他们都要摸一摸、玩一玩，忙个不停。

其实，他们是在有意无意地探索世界的奥秘。

每一次行为的结果总是给儿童带来一定的体验，好的结果使儿童充分享受欢乐，从而趋向这种行为。

一般而言，年幼儿童的行为多带有冲动性，注意力分散，好动。

随着年龄的增长，在父母的训练下，他们会渐渐学会控制自己的行为，按照规章制度来约束自己的行为。

但也有一部分儿童发育较缓慢，父母若不了解这种发展上的差异，给儿童过早的强迫性教育，或者说对儿童期望过高，超过了儿童实际所能承受的能力，就有可能诱发或导致多动症。

家庭环境的好坏会直接关系到儿童的健康成长，所以，家长就这个问题应该给予高度的重视。

家庭教育对于儿童的健康成长起着至关重要的作用，而对于多动症儿童来说，家长要去尝试了解儿童的需要和行为动机，掌握儿童的心理特点，并与老师积极配合，共同矫治多动症儿童。

<<儿童行为障碍与健康>>

后记

有关《行为决定健康》这套科普丛书的构思，可以说从三年前就已开始了，起初曾写了几篇专业和科普方面的文章，已分别发表在《中华行为医学与脑科学杂志》、《健康报》、《中华医学信息导报》、《大众医学》、《健康时报》等报刊上。

刊发后有不少专家和读者来信或来电，给予热情赞赏和鼓励。

但是，当我听到这些支持言语的同时，也感受到了大众对健康科普作品的需求，对健康问题支招的渴望，对健康观念的正确认知。

当然，这一切都应是医务工作者的一种社会责任。

因为人类的健康或疾病的治愈，不能完全依赖或寄托于高精尖的医疗手段或设备，更多的时候需要的是人文精神，人文是心灵的希望，教育是社会的希望，健康行为是健康的希望。

若是在健康教育和行为干预中忽视了人文精神的塑造，那就有悖于“上医治未病”和“有时去治愈，常常去帮助，总是去安慰”的人文精神。

因为医学必定是“人学”，医学科学不仅是纯学术性的，而且还与社会有着千丝万缕的联系。

若是健康教育中有了心灵的沟通和碰撞，那才真是健康科普的希望。

下面的调查数据充分表明，公众健康素养的提高亟待重视和加强。

2009年我国居民健康素养调查结果显示，具备健康素养的总体水平仅为6-48%。

在2010年5月22日举行的“国家科普能力建设北京论坛”上，中国科普研究所所长任福君引用的最新研究结果也提示，在日常生活中，有67%的农村受众希望获得卫生与健康方面的科技知识和信息。

<<儿童行为障碍与健康>>

编辑推荐

《儿童行为障碍与健康:解析儿童常见心理与行为障碍》：健康体魄是无可替代的珍贵资源，拥有健康时，难以察觉到它的价值，而一旦失去健康，再意识其重要，则为时晚也！
驾驭繁忙的工作，掌控自如的生活，有海涵天地之心态，才能确保身心健康，才能彰显人生快乐，这才是大智大慧的人生，知人生者，知驾驭也！

<<儿童行为障碍与健康>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>