　　　　24小时客服电话：010-82311666　免费咨询热线：4006501888

**全科主治医师考试：《答疑周刊》2018年第16期**

问题索引：

一、【问题】**儿童心理卫生**

**二、【**问题**】影响小儿生长发育的因素**

**具体解答：**

**一、【问题】儿童心理卫生**

儿童心理卫生又称精神卫生，是从心理角度研究如何保护和增强儿童心理健康。儿童心理健康是根据儿童不同年龄特点和心理发育规律，在先天禀赋的气质下，在良好的家庭和社会环境的影响下，通过家庭和学校的教育和训练，以及医疗卫生保健措施的保护，来培养儿童健康的心理、坚强的性格和良好的社会适应能力。因此，了解不同年龄阶段儿童的心理卫生对培养儿童健康的心理非常重要。

**（一）婴儿期心理卫生** 婴儿期心理卫生是成年人心理健康的起点，应当受到特别重视。

**1.婴儿气质的心理卫生** 气质是小儿对内在或外来刺激反应的方式。气质是天生的，但可以通过环境的改变和教育训练，采取适当措施，发扬气质中的优点，克服弱点，从而培养其良好的情绪，更好地适应环境。例如对那些自出生就特别好动，不停地哭闹，难以抚养的小儿，应当安排一个安静的环境，避免噪声和强光等不良刺激，以使他们逐渐适应环境；对性情温和、激情缓慢的小儿，应利用彩色玩具、音乐，经常触摸、逗他，以引起他（她）对外界发生兴趣，使他们活跃起来，从而培养起良好的性格。

**2.建立良好的感情依恋关系** 母亲对婴儿的哺乳、接触、抚摸、关心及护理等，均能使婴儿感到母亲的温暖，有安全感，从而促进对母亲的信任；在此基础上发展起对周围环境产生安全感，并且为以后与周围的人建立亲密关系的能力奠定基础。如果婴儿早期失去母亲或从小就寄养给其他人，没有经过感情依恋关系的发展阶段，就不能对环境建立起信任感和安全感，而变得胆小、呆板迟钝、孤僻不合群，以致影响以后的个性发展。因此，建立亲子感

　　　　24小时客服电话：010-82311666　免费咨询热线：4006501888

情依恋关系不仅可以促进婴儿的感知觉发育，更重要的是培养小儿适应社会的能力。

**（二）幼儿期的心理卫生** 经过婴儿期的快速生长发育，幼儿期的神经心理迅速发展。由于幼儿活动范围扩大，与环境接触增多，言语迅速发展，已能用语言与成人交往，求知欲增强，已具有了最初的思维能力，情感也有了进一步发展，在此阶段应注意对小儿的教育方法，重视心理卫生的发展。

**1.断奶的心理卫生** 小儿1岁左右是断奶的时间，应在婴儿期合理添加辅助食品的基础上逐渐断奶（母奶），切不可骤然断奶，也不能在乳头上涂抹辣椒、药水等有刺激的东西或与母亲隔离，强迫小儿进食等，这样做会引起小儿更加哭闹、夜惊、拒食，从而影响小儿的心理健康。

**2.促进语言发展的心理卫生** 在促进小儿语言发展的过程中，应注意尽量满足他们的求知欲，对他们提出来的问题，应当实事求是地解答，绝不应当感到麻烦而加以阻止，以免挫伤小儿发展语言的积极性。小儿说话有个体差异，不能强迫小儿说话或做过多的矫正，因为那样可令小儿说话时心急而发生口吃。应注意发现小儿语言发育迟缓的现象，查找原因，并及时采取相应的措施。

**3.采取正确和引导的教育方法** 对小儿的教育应采取引导教育的方法，可使小儿产生良好的情绪和性格。而经常训斥、打骂容易形成怯懦、忧郁和固执的性格，在行动上变得不诚实、冷酷甚至残忍。如对小儿过分溺爱和夸奖，会使他们形成任性、骄傲自大、自私自利的性格。但也不能用使小儿害怕的语言来教育小儿，如“不听话，就叫老虎来”等，长此以往会使他们变得胆小、害怕、谨小慎微，严重时可造成恐怖症，影响心理健康。家庭和睦、家庭成员对小儿的教育方法一致等，可促进小儿情感、情绪、性格的正常发展。

**（三）学龄前期儿童的心理卫生** 学龄前期儿童脑发育逐渐成熟，心理活动发育较快,但很容易兴奋，不善于控制自己的行为。学龄前儿童的主要活动形式是游戏，家长应善于引导，通过玩具和游戏来发展小儿的想象力，丰富知识。培养良好的道德品质、性格和意志。

这个年龄阶段儿童的特点是好奇、好动，家长应当予以理解、支持并给予正确引导，以

　　　　24小时客服电话：010-82311666　免费咨询热线：4006501888

满足其情感上的要求，这样可培养起勇敢、好学的性格。不能过多地训斥和限制，以免使小儿形成害怕、畏缩不前、迟疑的性格，表现为特别顺从、过分老实听话、胆小害怕，将来难以适应社会环境。因此，父母的言行、教育方法等对小儿的性格、情感、社会适应能力的培养有重要作用。

**（四）学龄期儿童的心理卫生** 学龄期儿童的生活环境和内容较之以前均发生了很大的变化，开始以学习为主导的活动。学校的环境和学习与幼儿园大不相同，要有一个适应的过程。这就要求老师和家长采取正确的教育、激发鼓励的方法，使儿童能积极主动、自觉地适应新的学习环境，提高学习兴趣，获得良好的学习效果，从而促进儿童心理发展。如采取压服、恐吓、斥责等方法，会使他们形成自卑、胆怯、逃避等不良性格，导致儿童说谎、逃学、离家出走等异常行为。如能采取鼓励表扬的教育方法,对缺点实事求是地加以分析、开导，不一味地批评指责，就能增强儿童的自信心，避免产生自卑感。鼓励儿童与同学交往，积极参与学校的集体活动，培养起开朗、活泼的良好性格。家庭的温暖、关心和有规律的生活方式，也能促进儿童心理的健康发展。

**二、【问题】影响小儿生长发育的因素**

影响小儿生长发育的因素，有遗传和环境两大方面。从受精卵开始，这些因素就发生了作用，而且两者相互作用。

**1.遗传因素** 遗传是影响小儿生长发育的重要因素，染色体上的基因携带的遗传信息决定了遗传的物质基础，在小儿生长发育过程中决定了个体发育特点，并形成个体差异。父母的身髙、体形、心理活动特征、性格及外貌等均可影响小儿的生长发育。遗传性疾病、染色体异常均可通过遗传影响小儿的生长发育。

**2.环境因素** 环境因素主要指自然和社会环境因素。足够的热能和各种营养素是小儿生长发育的物质基础，任何营养素的缺乏或体内失衡都会导致体格生长发育落后。合理的生活制度、良好的空间环境、符合发育特征的早期教育、温暖和睦的家庭等均可促进小儿的生长发育和智能发展。各种急慢性疾病对小儿的生长发育有直接的影响。