

THE PARENT LETTER



About Our Kids:
A Letter for Parents by the
NYU Child Study Center

第四冊，第四期

2005年12月

對立違抗性障礙(ODD)

當家人關注孩子的行為時，問題的範圍有很大變化。溫和但是依舊讓人擔憂的問題可能包括發脾氣、叫喊和經常爭辯，而其他較為嚴重的問題則可能包括經常性的打架和偷竊行為。與對立違抗性障礙(ODD)相關聯的行為問題以公然對抗權威人士（如父母和老師）為標誌。儘管攻擊他人的行為以及嚴重侵犯他人權利和社會規範的行為可以發生在有 ODD 的孩子身上，但這些行為更有可能因為與品行障礙相關聯的更加嚴重的行為問題而發生。

與 ODD 具體相關的行為問題有哪些？

ODD 涉及一系列的行為，其中包括經常性的爭辯、違抗紀律和要求，對抗權威人士，以及發脾氣。其他特徵還可能包括故意騷擾他人、容易生氣、鑽牛角尖、固執、詛咒以及為自己的錯誤責怪他人。在許多孩子身上會偶爾看到其中某些特徵，這在某些程度上可能是正常的，但當這些症狀十分顯著，經常發生，且影響孩子在家庭、學校或社會上的正常表現時，就可以診斷為 ODD。ODD 症狀可能會在一個環境中發生（如在家），卻在另一個環境中不發生（如在學校）。有 ODD 的孩子可能還有其他問題，如注意缺陷/多動障礙(ADHD)、抑鬱或焦慮。有 ODD 的孩子中有百分之二十五會發展為與品行障礙相關聯的更加嚴重的行為問題。

此類行為問題出現於何時？

行為問題的出現取決於若干因素，其中包括孩子的性情、孩子當前發育階段的能力、他表現各種行為的機會、家庭因素以及更廣泛的社會問題（如貧窮、是否可以獲得干預）。在三歲以前可能會有怪癖性格的跡象，但三到七歲這個時候，ODD 症狀會成為比較嚴重的問題，為孩子和/或家庭帶來不良日常表現或壓力。

哪些因素會促成 ODD？

並沒有什麼單一因素「導致」ODD。更有可能的情況是，多組不同的因素構成了促成因素。孩子的特徵（如是否容易發怒、好動），父母（如管教無效或不一貫，父母抑鬱、衝動），家庭（如婚姻不合）以及社會環境（如貧窮），這些因素中的某一個或某一些都可能對行為問題的發展構成誘因。這些因素也可能會互相影響。另外，管教不一貫可能會引發違抗行為，就像習慣性的違抗行為可能會導致父母覺得無助，改變他們為人父母的方法。

家庭能夠作些什麼來解決 ODD？

家人可以向精神健康專業人士（如心理學家或精神病醫師）諮詢，進行一次全面評估，其中應當包括對相關症狀以及孩子和家庭以往情況的回顧，對其他可能誘因的評估（如猶豫或焦慮），以及從多個來源收集的信息（如從教師收集的問詢表或者與他們面談）。有時，在學校環境中或通過心理測試對孩子進行觀察可能會有所幫助。

根據孩子的年齡以及症狀的嚴重性，有各種方法可以採用。向父母教授被證明能夠有效解決行為問題的技巧對於任何治療都是至關重要的一部分，儘管對於年歲較小的孩子和青春少年，技巧可能有所不同。至關重要的因素包括經常性以及一貫地使用讚揚、獎勵和合理的懲罰。在進行行為治療時，父母可以學習、練習以及根據需要調整這些技巧類型以及其他技巧，諸如發出有效的請求，使用禁閉手段，在給予良好行為積極注意的同時忽視不良行為。孩子還可以學

習和練習新的處事技巧，諸如尋找應對憤怒的替代性方法。對於青春期的孩子，家庭治療在以上述許多相同父母技巧為中心的同時，以與年齡相當的方式設定行為限制以及實施有效和一貫的行為後果，通常是有幫助的。另外，父母和青春期的孩子可能會在下列方面需要幫助：集體解決問題，提高溝通技巧，解決爭端，以及識別和改變家庭內所發生的可能會引發擾亂行為的行為模式。在可能涉及重疊問題的更加嚴重的情況下（如成癮物質使用、不願上學），可能有必要更換學校環境或在家治療。有時還使用藥物治療來對某些 ODD 症狀進行控制。當然，如果行為問題的發展也是收到其他因素（如婚姻不合）的影響，則可以在心理治療或婚姻/家庭諮詢的情況下解決這些問題。

有用資源

下面這些資源是針對遇到上述諸多問題的家庭的。儘管家庭可以藉助這些資源對進行自我教育以及努力實施這些書籍中的建議，但這並不能替代合格的精神健康專業人士所進行的徹底評估和治療。

- Parenting the Strong-Willed Child, Revised and Updated Edition: The Clinically Proven Five-Week Program for Parents of Two- to Six-Year-Olds (養育固執幾見的孩子，修訂和更新版本：經過臨床證明的針對二到六歲孩子父母的五週項目)。作者：Rex Forehand 和 Nicholas Long。
- Your Defiant Child: Eight Steps to Better Behavior (您的逆反孩子：改善行為的八個步驟)。作者：Russell A. Barkley。
- The Explosive Child: A New Approach for Understanding and Parenting Easily Frustrated, Chronically Inflexible Children (大發脾氣的孩子：理解和養育易怒、習慣性固執孩子的一種新方法)。作者：Ross Greene。
- 1-2-3 Magic: Effective Discipline for Children 2-12 (分步魔法：有效管教二到十二歲的孩子)。作者：Thomas W. Phelan。
- Parents and Adolescents Living Together, Part 1: The Basics (父母和青春期的孩子居住在一起，第一部分：基礎知識)。作者：Gerald R. Patterson 和 Marion S. Forgatch。

由多米尼克·奧謝羅 (Dominick Auciello) 心理學博士和紐約大學兒童研究中心職員撰寫和製作。

關於紐約大學兒童研究中心

紐約大學兒童研究中心致力於研究、預防和治療兒童及青少年的心理健康問題。中心為有心理健康問題的兒童和青少年提供評估和治療服務，其中包括焦慮、抑鬱、學習困難或注意力困難以及創傷及壓力相關症狀。

我們免費為特定症狀和年齡段人群提供有限的幾項臨床研究。請撥打電話(212) 263-8916，瞭解您的孩子是否適合某項研究。

如您或您的孩子需要緊急協助，請致電 1-800-LIFENET (1-800-543-3638)，心理健康專業人士每週 7 天、每天 24 小時隨時恭候，這是紐約市心理健康協會的一個項目。中心以數種語言提供幫助；西班牙語：1-877-298-3373，中文：1-877-990-8585。如使用其他語言，可要求提供譯員。

如欲瞭解兒童心理健康和子女養育問題等方面的詳細資訊、準則及實用建議，請訪問紐約大學兒童研究中心的網站：AboutOurKids.org。

AboutOurKids.org

THE NYU CHILD STUDY CENTER ONLINE

Changing the Face of Child Mental Health

NYU Child Study Center

577 First Avenue

New York, NY 10016

「父母必讀」得到了 Joseph Healey 的慷慨支持。