

# “学习困难”要去看医生吗?

## 医生建议,首先要给孩子营造温馨的家庭氛围;其次,要做情绪稳定的父母,这是给孩子最好的礼物

10月10日是世界精神卫生日。近年来,全国各个地方的“学习困难”门诊热度居高不下、一号难求,不少家长抱着看了门诊孩子就能提高成绩的心态来,甚至还有家长希望可以借医生来“管教”孩子。

“几十分钟过去了,写作业都写不出几个字,上课时注意力不集中。从测评和检查结果看,孩子应该属于抽动症,导致他注意力集中不了。回去吃一个月药,看后续情况再调整治疗方案。”当记者来到北京儿童医院“学习困难”门诊时,一位从外地来北京的家长,正坐在该院精神科主任、主任医师崔永华的诊室里,候诊区则坐满了等待检查诊断的家长。

在崔永华看来,“学习困难”若不及时干预,不仅会影响孩子的学业,进而也会影响其进入社会后的职业发展。

### 不要一味指责和批评孩子

“刚开学时,不少孩子容易对学习生生活不太适应。”崔永华表示,新学期开学,学生可能会出现情绪不稳定、注意力下降、记忆力衰退,甚至还会出现诸如头疼、恶心、发烧等生理上的症状。“这些躯体症状我们又找不出明确的躯体方面的原因,这些都是心理焦虑的一些躯体化表现。”

在他看来,开学出现这些情况很正常,主要原因有两点:一是“失落”。很多孩子刚放假时心态上“放飞”自我,开学

以后觉得假期好景不长,有种怅然若失的感觉。二是“担心”。担心学习跟不上,担心课业增加、难度增大,担心新的人际关系不能适应,当然有的孩子也担心手机电脑可能被收回去。“大多数孩子都是能恢复的。当孩子出现一些不太适应的情况时,家长不要一味地指责和批评,而要学会去解读孩子心理行为背后的密码,努力找一个有针对性的方法来帮助孩子。”崔永华说。

温州中通实验中学资深教师陈强表示,家长不应过分关注孩子的学习成绩,而应转向帮助孩子养成良好的学习习惯以及掌握科学的学习方法。初中和小学的学习难度有较大差异,学生在刚开学时可能较难适应新的学习节奏,家长不能因一两次的成绩就对孩子丧失了信心,务必要调整好自己的心态,学会倾听孩子的想法和需求,在其沮丧和受挫时给予适当的鼓励和表扬,增强他们的自信心。

### 短期的成绩差不是评判依据

2021年,北京儿童医院成为首批开设“学习困难”门诊的医院之一,门诊设立在该院精神科,该科室还下设抽动障碍门诊、注意缺陷多动门诊、孤独多动抽动专业门诊、青春期心理门诊等多个亚专业,这些门诊都可以帮助孩子诊断与“学习”有关的问题。崔永华介绍,有的家长对精神疾病有顾虑偏见,不愿给孩子挂精神科,开设“学习困难”门诊也有助于消除家长这类顾虑,还能给儿童提供更加综合完善的检查与治疗方案,便于找准病因,对症下药。

“‘学习困难’不是一个疾病的诊断,‘学习困难’是一组疾病导致的结果。”崔永华告诉记者,短期的学习成绩差并不能作为“学习困难”的评判依

据,当一个学龄期儿童的学习成绩和智力水平远远不匹配时,才考虑会有“学习困难”的可能。“如果这种情况长时间存在,家长就应警惕。”在“学习困难”门诊,好多家长带着刚刚上学的孩子来看诊。医生表示,刚上学的孩子,“学习困难”的主要表现是对学习环境的适应困难,比如在学校好动、在课堂上随便离开座位、不听老师指令、招惹别的学生等。

据北京师范大学认知神经科学与学习国家重点实验室教授周新林介绍,“学习困难”的定义有广义和狭义两种。广义的界定是持续性的学习成绩不好,狭义的界定则是神经发育障碍。

“造成孩子‘学习困难’的原因有很

多,比如儿童的学习习惯、学习动机、学习兴趣存在问题,都会导致‘学习困难’。”周新林指出,造成“学习困难”的各种精神心理类疾病,包括学习技能障碍(儿童在阅读、书写、拼字、表达、计算等方面的障碍)、注意缺陷多动障碍(多动症)、抽动障碍(抽动症)、孤独症谱系障碍、精神发育迟滞、儿童青少年抑郁症等病症。

“针对‘学习困难’的治疗,有的比较理想、有的需要长时间干预,而有的则没有那么大的效果,这和儿童导致‘学习困难’的病因是有关系的。”崔永华告诉记者,相对而言,孤独症谱系障碍导致的“学习困难”,治疗效果则可能不乐观。

### 任何孩子都有自己的闪光点

有的家长期盼看完学习门诊后,孩子能逆袭成为“学霸”,崔永华直言这是极端情况很少出现。“我们要做的是找准病因,自然孩子会有进步,至于能否成为‘学霸’,那就要看个体情况了,只要孩子的学习成绩和他的努力相匹配就好。”

作为“学习困难”干预师,心辅予学习能力提升中心的李旭光和同事发现,孩子的问题往往与家庭有很大关系,而一旦孩子出现问题,又会加剧家庭存在的问题。每次做完学生的综合测评后,他们会与家长进行深入交流。

在李旭光看来,与家长保持充分沟通,既能综合判定孩子的情况,也能及时调整干预训练的安排,而且孩子有问题,压力最大的还是家长,同时也是给家长诉说释放的机会。“孩子成长发展很快,出现问题很正常。碰见问题尽量还是求助专业的人或者机构解决问题,回避解决不了问题。同时,家长也要努力保持正常的社交生活和心理状态,家长的心理健康对于孩子的成长也非常重要。”

“我也曾见过研究生不会背乘法口诀的,所以面对‘学习困难’儿童,家长首

先要从了解孩子开始,然后在这个基础上根据他的能力,寻找可以利用的教育资源给孩子。”周新林认为,每个孩子都可以得到很好的发展,家长一定要针对每一个孩子,设计他的发展目标,进而为孩子寻找到适合他的赛道,每个人都有自己的闪光点。

当面对焦虑、沮丧又担忧的家长时,崔永华经常会给他们两点建议:首先就是要给孩子营造温馨的家庭氛围;其次,要做情绪稳定的父母,情绪平和地对待孩子发生的一切,这是给孩子最好的礼物。  
据《工人日报》

### 手足口病 进入高发期 疾控机构 提示做好防控

每年的9月至11月都是手足口病的秋季高发期,家长需引起重视,持续关注孩子是否手、脚、臀等部位出现皮疹,口腔是否出现疱疹……近日,中国疾控中心发布健康提示,提醒手足口病仍在高发期,家长需关注家中5岁及以下儿童是否出现手足口病典型症状,做好防控。

手足口病是由多种肠道病毒引起的5岁及以下儿童常见急性传染性疾病。临床表现有发热,口腔出现疱疹,手、足和臀部出现斑丘疹等,伴有咳嗽、流涕、食欲不振等症状。患儿一般预后良好,7天至10天病程后可康复。

根据健康提示,预防手足口病应做好以下6点:包括避免接触患儿,尽量不要与患儿拥抱、分享玩具、共用餐具和洗浴用品等,防止交叉感染;保持手卫生,用“七步洗手法”清洁双手;减少聚集;密闭公共场所和居室要经常通风,保持空气流通;做好清洁消毒;积极接种疫苗。

部分家长想了解手足口病疫苗的接种提示。对此,健康提示明确,接种EV-A71疫苗可有效预防EV-A71感染引起的手足口病和其他相关疾病,并减少手足口病重症和死亡的发生。为尽早发挥保护作用,鼓励儿童在12月龄前完成全程接种,1岁及以上儿童越早接种越好。

发现孩子感染了手足口病怎么办?“家长不要惊慌,要密切观察孩子,保证孩子的水分摄入,防止脱水。”北京儿童医院感染内科副主任医师郭欣提示,如果发现孩子出现手足口病典型症状,要积极控制高热,避免不必要用药,同时做好口腔和皮肤护理。孩子如出现持续高热、神经系统异常、呼吸异常、循环功能障碍、中度或重度脱水等情况,可能发展为重症,一定要立即就医。

据新华网

