

我的寶貝「有問題」??

早療不是可怕事

文章出處／媽咪寶貝雜誌 10 月號

採訪撰文／黃名瑄

諮詢／台北市立聯合醫院婦幼院區民生早療中心專任主治醫師羅筠醫師、夏一新精神診所、心湖心理諮商王元玲心理師

當被醫生診斷有些部分的發展比較緩慢時，似乎就是給寶貝貼上了一個好大的標籤…；醫生的診斷並不是世界末日，早療的過程其實也不像一般家長想得可怕，只要懷著耐心及信心，寶貝一定會有讓人驚喜的進步！

看著寶貝平安、健康的長大是每一個父母最大的心願，隨著醫學進步，及幼兒的議題越來越受重視，以往幼兒不知名的問題在現代醫學的幫助下，能比較容易的被找到、甚至被治療。心湖心理諮商的王元玲臨床心理師指出，「發展遲緩」只是個現象，不是疾病。雖然不是疾病，但需要較長時間的治療及幫助，而這個治療的過程在 0~6 歲是最關鍵的時期，錯過了治療的黃金時期，家長可能在將來要花更多的時間治療，此關鍵時期所接受的治療，就是所謂的「早期療育」。

發展遲緩是什麼？

台北市立聯合醫院早療中心的醫師羅筠將發展遲緩分成幾個部分，包括動作（粗大動作與精細動作）、語言、認知、社會情緒及生活自理等等，發展遲緩是指孩子在這些部分有低於同齡標準值的現象，而這些現象又不一定只有單一，有些發展遲緩的幼兒可能只有上述部分的發展未達標準，有些發展遲緩的幼兒可能是綜合以上的幾個方向未達標準；當遇到被告知孩子可能有發展遲緩的現象時，羅醫師提醒家長應主動詢問清楚孩子的問題是什麼，並請告知者以具體的情況說明。例如當孩子被告知動作方面有遲緩時，就請老師舉例：孩子在握筆時，似乎沒辦法像班上孩子一樣穩定的畫一個圓——如此爸比媽咪就會比較容易了解孩子的問題並讓醫師了解其詳細情形，也比較好從孩子最需要的部分開始改善。

寶寶的發展分類

動作	粗大動作：跑、跳、平衡等等。
	精細動作：串珠子、栓瓶蓋、拿湯匙吃飯、寫字…。
語言	發音清楚、充份表達意思、理解別人的意思
認知	（較綜合性的發展）理解推理等邏輯思考；冷熱、大小、數量等等概念。
社會情緒	與朋友的交往、情緒管理、建立關係、安全感及忍受挫折等。
生活自理	大小便訓練、自己穿脫衣服、使用餐具。

未達標準，不一定就是孩子有問題

當被告知孩子可能有發展遲緩的問題時，相信大部分爸比媽咪一時都會無法接受；其實老師或是一般人所提出的比較屬於標準的認知，而對「標準」的理解又是見仁見智，所以當被告知孩子可能有發展遲緩的問題、或是父母自己察覺到孩子比較慢的時候，到醫院檢查是最好的管道，專業的醫師能以其醫療背景對孩子作初步評估並作全方位的了解，若真的需要進一步的檢查，醫師便會轉介寶貝至更專業的老師來評估問題。評估孩子問題的方式有非常多種，會隨著機構及年齡有所不同有所調整，通常會先經過門診，在醫師評估狀況（檢查是不是由於生理疾病如染色體異常、癲癇等等引起的發展遲緩）以後轉到專業的治療師那裡；有些沒有遲緩或是問題較輕微的孩子，可能在醫師評估過就不需要再進一步的評估其他問題。

王心理師認為，父母對寶貝發展遲緩的注意應是抱持著警覺但是不要太緊張的態度來面對，只要用心的觀察寶貝，並利用常見的一些檢核表評估寶貝的狀況，通常就可以發現問題。檢核表其實在兒童手冊，或是網路上（早療中心的網站）都可以找得到；現在各縣市也都設有通報轉介中心，此中心與早療機構不同，當家長發現問題時，就可以與通報轉介中心聯絡，透過他們來找適合的評估或早療機構，也可以諮詢任何與發展遲緩或早期療育相關的問題。

對症下藥：早期療育

誰需要早期療育？

早期療育是針對在評估過後發現有發展遲緩、或是發展遲緩高危險族群（如早產、受虐的兒童）的孩子進行治療，有些生理障礙如視覺障礙或是聽覺障礙的孩子，也許會構成他們未來發展上的困難，所以需要提早開始進行訓練，而不是等到孩子能力落後時才開始。王心理師表示，0~3歲是幼兒成長最快速的時候，是發展的關鍵期，其治療效果大約是其他時期的10倍；6歲以前就會減緩為3倍，由此可知早期療育的重要性，當家長越早發現問題並進行治療，孩子的進步就會更加顯而易見。

早期療育有耐心

每個孩子會依照發展較慢的部分進行早期療育，語言理解或表達較慢的孩子就做語言治療；針對動作發展比較慢，如走的比較慢的孩子，就會進行物理治療或是職能治療，根據評估項目來做治療，而多項發展較慢的孩子就會有一些綜合性的治療。

王心理師指出，對於在各領域皆有一些發展遲緩的孩子，由於需要的資源較多、其症狀又並不是非常明顯時，家長就會比較辛苦，由於醫療體系常常會比較

著重在症狀較明顯的孩子，此時可以尋求一些醫療體系以外、其他資源的協助，如感覺統合等，進行大範圍的治療。

發展遲緩的孩子，同時心理上也容易有較需要幫助的地方；因為生活中能力已經比較不好，遇到挫折的機會多，孩子久而久之就會想要逃避，所以對孩子精神上的支持與心理治療也很重要。而有些爸比媽咪，可能因為疾病的關係和寶貝的關係有些緊張，此時到早療機構，心理師就不只會處理孩子的問題，也會處理家的問題，幫助家長看待他們親子間的關係及幫助家長尋求協助。

心理治療的部分，心理師會帶領孩子以遊戲的方式學習處理情緒及衝突，有時心理師會設計主題來幫助孩子特別是某一些方面的問題；針對較深層的情緒問題時，心理師就會讓孩子自由的玩，把主導權放在孩子身上，讓他們投射自己情緒甚至是點出問題，讓孩子自己療育自己的情緒問題。

早期療育只要有進步，是不是就可以停止了？

王心理師認為，孩子的進步是持續不斷進行的，當接受早療的孩子進步了一點點，同齡的孩子也同時正在進步，所以兩方的成長差距仍會存在，繼續治療雖然不會讓孩子完全跟上其他小孩，但是仍會有更多進步。「不做就會退步！」羅醫師說雖然孩子看似有些能力已經發展的很好，一旦治療停止，孩子不會停留在原本的能力，反而還會有退步的情況。

在治療中，羅醫師也提醒家長不能光看孩子的分數變高，應該要持續治療且長期追蹤，也不能對孩子的期待過高；態度應積極的尋求資源但不心急著看到成果，只要抱持接納並且等待的心情，孩子的進步一定是指日可待。

爸爸媽媽別空等待

早期療育只有專業的老師可以做嗎？羅醫師說，精細動作的治療，老師在課程中會利用剪刀或運筆等方式加強孩子的動作使用，由於所使用的都是日常生活中能見到的物品，因此家長在家中就可以配合治療師加強使用；語言治療的部分，家長在就可以和孩子多作對話，給他們適時的語言刺激。疾病如過動症，家長可以對孩子多作專注力的訓練。王心理師就建議由主要照顧者陪伴孩子來進行治療，當心理師花時間和主要照顧者討論時，就比較容易知道治療師還有哪個部分可以再幫助孩子、家長在家中也可以作同樣的訓練，當另外一個治療師。有時遇到能力問題比較嚴重的孩子，心理師也會邀請家長一同進到治療室內看心理治療師如何教及引導孩子。

家長教養態度對寶貝來說也是一項很重要幫助，利用獎賞的方式誘導孩子進行他也許不太喜歡的訓練；以遵守遊戲規則為例，家長就能從中發現孩子處理事

情的方法，及孩子社交技巧的訓練。

孩子有點不同不是錯

爸比媽咪有信心

對家長來說，要面對孩子的問題是一件相當不容易的事情，王心理師就曾經看過現在非常樂觀的媽咪分享，自己當時聽到孩子確認是自閉症時，也直接在診間內大哭不能接受，但是現在由於家庭的支持，從爸爸到手足的努力及樂觀的態度，孩子的進步是相當顯而易見的！

早療的過程是很漫長的，王心理師就建議媽咪們可以主動的和其他同樣需要治療的家長多聊聊，有時就會得到口耳相傳的好資源，與別人的互動中也能得到情緒的支持及協助；但也要注意關係的拿捏，過度的介入他人生活也許會造成別人的困擾。也可以到網路上的部落格、基金會等看看，有時家長聚會或是基金會的講座都能夠給家長許多的支持與幫助。

雖然孩子已經接受治療，家長也要明白孩子的進步有時是有限度的；重要的是陪伴孩子成長，也要接受孩子有些部分的能力已經無法再更好，就像是每個人都有擅長與不擅長的地方一樣，發展遲緩的孩子可能有一部分的表現沒有這麼好，但是一定也有值得讚賞的地方！

面對發展遲緩的孩子，父母該如何做好心理調適

我們整理截取了由台北市政府社會局早療通報轉介中心印製的親職單張，其中提供了一些給父母參考的心理調適原則：

1. 改變「問題是我造成」的錯誤心態
2. 接受並表達自己的各種情緒感受
3. 允許自己有足夠的時間做好心理準備
4. 善待自己，給自己喘息的空間和時間
5. 父母應具有「同舟共濟」的精神
6. 積極與專業人員合作、配合指導
7. 與其他家長聯繫、互相打氣

另外一些正確的教養方式，也能幫助家長更了解該如何對待發展遲緩的孩子：

對孩子沒有幫助的心態	正確的教養方式
<ul style="list-style-type: none"> ❑ 父母本身感到羞恥、罪惡感。 ❑ 「是因為我做錯了什麼」，抱著負債還債的想法。 	接受孩子的特殊情況。就像任何疾病一樣會發生在任何家庭：疾病不是羞恥只是不幸，需要勇氣接受它，面對它，盡力去解決，減低困難的程度。
消極悲觀的心理，影響孩子的正常發展。	培養家中愉快的氣氛，讓孩子能夠快樂的成長。
可憐他，不忍心要求他學習；而為他一切的事。	讓他學習應具有的生活能力，讓他能夠為自己做事。
過份寵愛容忍他無理取鬧，答應他一切的要求，從不糾正他的錯誤行為。	從小就要管教他不正確的行為，其它弟兄姐妹不能做的事，他也不得例外。
關在家裡，不敢帶他外出。	儘早帶他參與家人一同外出的活動。
感到孩子太小，捨不得讓他出去接受教育。	儘量安排適當的訓練機會，越早教育將有越大的發展機會。
放棄給他發展的機會，只養而不教，加重他的障礙程度。	了解他的能力與缺陷，送他到特殊教育機構儘量發展他的潛能。
到處求神問卜，相信偏方，期望奇蹟出現。浪費財心和精力。	祈求信仰給予我們心中的平安及力量去接受他、愛他、教育他。
懼怕親友或外人無知與偏狹的談論。	學習不要理會別人無知與錯誤的想法。

旁人支持少不了

王心理師建議，父母在尋求資源時一定要和家人先進行討論，用正向的角度進行溝通，告訴家人：我們希望孩子變得更好！溝通時也尋求家人的協助，例如教養上的一致性，尤其是祖父母有時可能不太能接受，媽咪一定要告知他們孩子需要教的地方為何，請祖父母一同來努力。在治療中也常常需要到處奔波，先行溝通讓其他照顧者可以了解狀況甚至幫忙。

遇到孩子與其他沒有發展遲緩的孩子互動時，家長是相當重要的橋樑；玩的過程中例如自閉兒是比較自我中心的、佔有慾比較強，家長可以藉由彼此互動的機會讓其他孩子了解該如何與這樣的孩子相處，並以清楚的方式處理，當發展遲緩的孩子不知怎麼表達時，家長可用同理心的方式幫助孩子表達，並討論事件的解決辦法。生活學習對孩子來說是最好的學習，除了讓發展遲緩的孩子學習適應生活外，其他的孩子也能在當中學習如何關心需要被幫助的孩子。

王心理師說：「由於早期療育的系統相當完善，因此家長抱持信心及希望的態度相當重要」。其實早療並不可怕，不需要覺得孩子有問題而不積極尋求協助，只要加上一點點的協助，孩子一定會更好喔！