

# 儿童选择性缄默症的心理行为特征及治疗研究进展

刘俊言  
喀什大学

**摘要：**文章主要结合国内外的相关研究对比，对儿童选择性缄默症的主要心理行为与治疗进行研究。包括儿童选择性缄默症的基本分析、主要心理行为特征及其主要治疗方法。希望通过本次的分析，可以为儿童选择性缄默症的诊断及治疗提供科学参考。

**关键词：**儿童；选择性缄默症；心理行为特征；诊断指标

**【DOI】** 10.12252/j.issn.2096-6261.2024.09.006

## 引言

儿童选择性缄默症是一种比较典型的儿童语言交流障碍症，此种情况不仅会对儿童的语言和社交能力产生一定程度的不利影响，同时也会对其身心健康发展带来诸多不利。为使儿童选择性缄默症得到良好的治疗，研究者就需要对患儿的心理行为特征进行分析，然后再以此为依据，结合患儿的实际情况，采取合理的方法进行治疗。通过这样的方式，才可以进一步提升儿童选择性缄默症的治疗效果，帮助患儿早日康复。

## 一、儿童选择性缄默症基本分析

### （一）基本情况

儿童选择性缄默症在早期又被叫作儿童失语症或儿童拒言症，患者的主要表现是对讲话对象或讲话场景的选择性十分明显，仅在熟悉的环境里具备较好的语言表达能力，在陌生环境里会出现语言障碍或理解障碍，严重的情况下甚至无法讲话。

### （二）发病规律

通常情况下，儿童选择性缄默症的发病年龄多在3-5岁之间，且患儿中的女孩数量多于男孩数量。就目前世界范围内的儿童选择性缄默症患儿相关研究资料显示，此种疾病在全世界儿童中的发病率为2.0%以下，但大多数患儿的病程会持续超过一年时间<sup>[1]</sup>。另外，此种疾病的起病一般都比较隐匿，患儿的选择性缄默症状在入学之前很难被发现，大多数患儿都是在入学一段时间之后才被发现和确诊。

### （三）诊断标准

在国外，关于儿童选择性缄默症的主要诊断标准有两个：（1）一种因特殊心理行为问题所导致的暂时性交流障碍，此种症状在患儿青春期过后通常可自然消失。

（2）因遗传因素所导致的交流障碍，其临床表现类似于其他精神障碍，需系统检查之后才可以确诊。

在国内，儿童缄默症的主要诊断标准包括以下几项：

（1）在一些特定的被期待讲话的社交场景下，儿童表现出持续性的无法讲话，但在其他场景下却可以讲话。（2）儿童的选择性交流障碍会对其教育、社交甚至职业等方面的沟通产生不利影响。（3）此种交流障碍至少持续1个月及以上的时间，但不限于儿童刚入学的第一个月。

（4）这种症状的主要原因并不是儿童不掌握某种特定社交条件下的口语，或某些特定社交条件下的口语需求少等，而是儿童在需要进行口语交流的条件下无法讲话<sup>[2]</sup>。

（5）这种交流障碍不可通过简单的某一种交流障碍来解释，也不可用孤独症、精神分裂症或其他的精神障碍来解释。

## 二、儿童选择性缄默症的主要心理行为特征

就目前国内外关于儿童选择性缄默症的研究可知，选择性缄默症的患儿自身具备正常的语言系统以及语言表达能力，但是在一些需要通过语言交流来进行社交的场景条件下，患儿却会表现出沉默不语的状态，而在另一些场景条件下又表现出正常的语言交流和沟通能力。对于大多数的选择性缄默症患儿而言，其经常出现缄默症状的场景通常是在学校或是在陌生的成年人面前。虽然其在不同场景条件下的缄默症状表现程度具有较大差异，但是此类患儿对于交流对象都具有非常明显的选择性。因此，相比较正常的儿童而言，选择性缄默症患儿通常会在不同的社交场景条件下表现出不同的心理特征和行为特征。以下是对儿童选择性缄默症的心理特征及其行为特征所进行的分析。

### （一）心理特征

在早期的儿童选择性缄默症研究中发现，此类患儿通常会在特定的场景条件下表现出极端羞怯、焦虑等的异常心理特征，从而引发社会性孤独心理，且对自身的心理情绪很难控制。通过Cohan等学者对5-12周岁儿童选择性缄默症患者的心理特征研究发现，此类患儿的主要焦虑心理可按三种类型来进行划分，第一是轻度焦虑

心理,此种焦虑心理通常会伴随着一些对立违抗等行为的出现;第二是沟通时的焦虑心理,此种心理通常会使用儿在某些特定社交场景条件下出现沟通滞后的情况;第三是单纯焦虑心理,此种心理通常会导致患儿在某些特定社交场景条件下无法讲话<sup>[3]</sup>。表1为Cohan等学者关于5-12周岁儿童选择性缄默症患者的焦虑心理研究数据:

表1-Cohan等学者关于5-12周岁儿童选择性缄默症患者的焦虑心理研究数据

序号	焦虑心理类型	占比
1	轻度焦虑心理	44.6%
2	沟通时焦虑心理	43.1%
3	单纯焦虑心理	12.3%

### (二) 行为特征

通常情况下,儿童选择性缄默症患者都会具有在面陌生人或特定场景时无法正常讲话的缄默行为特征。就目前关于选择性缄默症患儿的行为研究发现,此类患儿的主要行为特征通常表现在以下几方面:(1)大多数患儿在家中都不存在缄默行为,他们甚至会在家人面前表现得十分健谈。但是在面对其他一些场景或交流对象时,他们便会表现出不同程度的缄默行为。部分患儿在某些特定的社交场景或面对陌生人时,可能无法像日常生活中一样正常讲话,仅仅会发出单音,或发出喃喃声。

(2)部分患儿虽然可以和其他陌生人保持正常的语言交流,但是在面对老师时将会出现缄默行为,从而表现出言语极少、不爱讲话甚至不能讲话的行为状态<sup>[4]</sup>。(3)部分患儿在电话里可以和其他人正常交流,但是在与其面对面沟通时,将表现出严重的缄默行为,甚至无法正常讲话。

### 三、儿童选择性缄默症的主要治疗方法

关于儿童选择性缄默症,国内外的治疗方法具有一定的差异性。在国外,儿童选择性缄默症的主要治疗方法有以下几种,其一是环境处理,即将患儿移出原本熟悉或存在问题的环境,在新的环境中采取一些行为修正方法进行治疗;其二是心理治疗,即通过艺术或游戏等的方式来激发患儿的沟通兴趣,促进其语言沟通;其三是行为治疗,即通过交流形象塑造、口语行为增强等的反制约方法来消除患儿的不良心理情绪及其缄默行为;其四是认知行为治疗,即通过自我认识与自我陈述等的方式来消除其沟通中的不适感;其五是家庭治疗,即消除家庭因素对患儿沟通交流的不良影响;其六是药物治疗,即通过一些抗抑郁或抗焦虑类的药物来改善其不良心理状态,从而消除其缄默行为;其

七为学校本位多重专业治疗,即在学校情境中增加患儿的社交活动和非语言沟通,以此来缓解其焦虑心理,改善或消除其缄默症状<sup>[5]</sup>。

而在国内的治疗方法中,其主要的治疗方法有两种,第一是药物治疗,其治疗方法和国外的药物治疗方法相类似;第二是心理治疗,其主要的治疗方法包括认知行为疗法、游戏疗法、箱庭疗法以及其他疗法,这些治疗方法都与国外的治疗方法存在一定差异。以下是对国内关于儿童选择性缄默症的主要心理治疗方法所进行的研究。

#### (一) 认知行为疗法

在儿童选择性缄默症的心理疗法中,认知行为疗法是一种较为有效的治疗策略。通过该方法的合理应用,可使患儿的焦虑情绪得到良好改善,并使其具备更多的技巧来掌控自己的焦虑情绪,提升自身对于焦虑情绪的管理能力。相比较传统的药物治疗方法而言,认知行为疗法更加灵活,且不会对患儿的身体健康造成任何伤害,在儿童选择性缄默症的治疗中可以长期使用,是一种更加安全、灵活、有效的心理疗法。

就目前既有的相关实践研究可知,在通过此种疗法对选择性缄默症患儿进行心理治疗的过程中,其主要策略包括自我模仿法、负性强化法、正性强化法以及脱敏法等。因不同疗法的治疗方式和适应性均存在差异,所以在具体治疗时,治疗者需将患儿的实际情况作为依据,采取合理的认知行为疗法来进行干预,以此来缓解甚至消除患儿的不良心理情绪和缄默行为状态。比如,治疗者可先让患儿通过耳机来聆听自己讲话的声音,使其对自己的声音做到足够的了解与熟悉。然后再将患儿熟悉且适应的一些社交场景背景音加入其中,让患儿聆听这些社交场景中的背景音、其他人说话的声音以及自己与其他人交流的声音等,以此来训练其听觉能力以及对各类社交语言的同步处理能力。之后再逐步将患儿不熟悉甚至存在完全陌生的社交场景逐渐引入,让患儿逐渐熟悉更多的社交场景,并使其在更多陌生的社交场景中不断提升自身的沟通交流能力,掌握更多的沟通交流技巧。这对于选择性缄默症儿童不良心理情绪的消除及其选择性缄默行为的改善都将十分有利。

#### (二) 游戏疗法

在通过心理疗法对选择性缄默症患儿进行治疗时,游戏疗法是一种较为典型且有效的治疗方法。因选择性缄默症患儿的年龄普遍比较小,对于语言的理解和表达

能力都比较有限,所以在具体的心理治疗中,游戏疗法不失为一项最佳选择。

具体治疗中,治疗者可根据患儿的实际情况,为其创设合理的游戏情境,使其在游戏中与其他人逐渐建立起良好的社交关系,并鼓励患儿自发表达自己的意愿和诉求等。通过这样的方式,便可在积极的游戏氛围中逐渐降低患儿的焦虑心理情绪,进一步扩大其交友的意愿,从而进一步提升其在此种社交场景下的沟通交流兴趣,并使其在更加轻松、愉悦的社交游戏氛围中逐渐消除内心的焦虑状态,获得更好的交流体验。这对于儿童选择性缄默症的治疗将十分有利。

### (三) 箱庭疗法

箱庭疗法也是儿童选择性缄默症的一种主要心理疗法,通常情况下,该疗法主要分个体箱庭疗法以及团体箱庭疗法两种。其中的个体箱庭疗法是通过医生与患者一对一治疗的方式,让患儿用手抚摸和感受沙子,在沙子上制作自己喜欢的作品,并在医生的引导下体验或拆除自己的作品。这样便可为患儿营造一个简单且安全的社交场景,使其在这个场景中更好地探索自我,表达自我。团体箱庭疗法是将选择性缄默症患儿设置在一个多人组成的箱庭治疗场景中,并与其他人在沙子上共同完成同一个作品,通过作品制作时的合作、冲突以及摩擦等情况的沟通处理等,有效提升患儿的沟通意愿和自我表达意识<sup>[6]</sup>。

通过这样的方式,便可使选择性缄默症患儿在一个充满沉浸式体验感的治疗氛围中逐渐消除自身的社交焦虑情绪,并在各种冲突和摩擦中不断提升其自我表达意识和自我表达能力,从而使其获得更好的心理治疗效果。

### (四) 其他疗法

除了上述几种主要的心理治疗方法之外,在对儿童选择性缄默症患者实施治疗的过程中,还有一些其他的治疗方法可供选择。就目前来看,在选择性缄默症患儿的治疗过程中,家庭和学校方面的合理干预也至关重要。

首先是家庭方面,面对患有选择性缄默症的孩子,家长应多给予其支持和肯定,不强迫患儿和家长或陌生人说话,根据患儿的实际情况来合理改善其社交环境,调整其对待各类社交的方式,争取为患儿营造一个健康、和谐且轻松的社交氛围。通过这样的方式,便可使其面对陌生社交环境或陌生人时的焦虑心理得到有效缓解,从而进一步提升儿童选择性缄默症的治疗效果。

其次是学校方面,面对患有选择性缄默症的学生,教师应为其创设一个健康良好的社交环境,引导其他

同学与患儿和谐相处,不可嘲笑或欺辱此类患儿。同时,教师也应多鼓励患儿参加一些集体性的活动,使其逐渐和其他同学之间建立起友谊关系,并在各种集体社交活动中获得更多的自我满足感。必要的情况下,教师可为患儿营造一些不需要通过语言进行沟通的社交场景,比如让患儿做一些肢体动作,让其他同学猜猜他们要表达的意愿,然后再鼓励患儿说一说哪些同学猜得对,以此来提升其自我表达意愿,增强其主动交流意识和主动交流能力。通过这样的方式,便可使患儿在学校的社交更加轻松愉悦,进一步提升患儿对老师和同学们的信任感,从而为其选择性缄默症的治疗和康复创造有利条件。

### 结语

综上所述,儿童选择性缄默症会对患儿的社交能力、心理健康乃至个人发展等产生一定程度的不利影响。因此,对于选择性缄默症的患儿,家长、医生与学校等都应格外重视,并结合实际情况,采取合理的策略来予以治疗。就目前的儿童缄默症治疗来看,国内外的治疗方法具有一定的相同点和不同点,不同治疗方法的适应人群及其治疗效果也不尽相同。基于此,治疗者应明确各种疗法的适用条件和应用策略,再将选择性缄默症患儿自身的实际情况作为依据,选择合理的措施进行治疗。通过这样的方式,才可以更加有效地缓解选择性缄默症患儿的不良心理情绪,缓解或消除其缄默行为状态。这对于儿童选择性缄默症的治疗以及患儿的身心健康发展都将十分有利。

### 参考文献

- [1] 赵娟,庄小敏,朱曹芳,等.一例选择性缄默症征兆幼儿积极行为支持干预研究[J].绥化学院学报,2023(10):108-112.
- [2] 龙彤,唐钰颖,黄延.儿童选择性缄默症的心理行为特征及治疗研究进展[J].西藏医药,2023(3):145-147.
- [3] 王忠旭.积极行为支持对选择性缄默症儿童沟通行为的干预研究[D].重庆:重庆师范大学,2022.
- [4] 黄恒妮.融合教育视域下选择性缄默症个案的干预策略研究[J].孩子,2022(34):241-243.
- [5] 徐晓来.选择性缄默症儿童干预泛化的个案研究[J].科教导刊-电子版(上旬),2020(2):7-9.
- [6] 静进.在家如常人在外哑无言——谈谈儿童选择性缄默症[J].健康向导,2020(2):27-28.