

“异常”行为实则是心理求救

家长和老师不应以成熟心智苛求、纠正尚未成熟的儿童行为

常有家长困惑，孩子幼儿园时听话懂事，小学一至三年级成绩优异，可一到四五年级、初一初二甚至高中，就变得叛逆顽劣、挑战规则，学习成绩一落千丈。面对孩子的“突变”，家长往往陷入焦虑与无助。对此，烟台毓璜顶医院儿童重症监护室(PICU)主任、儿内一科主任辛毅结合多年的临床经验指出，这些看似棘手的行为，并非真正的器质性病变或“逆反”“注意缺陷”，而是孩子心理压力过载时，不得已发出的身心“求救信号”。孩子在应激状态下会启动心理防御机制，用“异常”行为应对心智尚未成熟时的心理危机——唯有读懂行为背后的防御机制，才能科学疏导，帮孩子回归正轨。

什么是心理防御机制？

当人遭遇创伤、挫折，欲望与现实产生冲突时，大脑会无意识地通过压抑、否认、讨好、反向行为等方式掩盖内心的不安，以保护心理平衡，这就是心理防御机制。它是个体为生存和安全进化出的适应性行为，运用得当能带来“价值感”“安全感”“归属感”，是人格形成的必需。

但过度防御会抑制个性发展，导致“碎片化自我”。辛毅主任在临床中发现，长期心理冲突会让孩子形成厚重心结，大脑随之启动原始预警机制。孩子不再用语言(如讨好、认

错、撒谎等)沟通，转而出现抽动、多动、情绪爆发、挑战权威、对声音及父母情绪过度敏感等行为——这本质是大脑觉醒机制被过度激活的“高敏感”状态，是心理压力转化的躯体化反应，更是各系统“应激超载”的报警信号。

儿童最常启动两类心理防御机制

孩子的“问题行为”并非无迹可寻，辛毅主任总结，临床中儿童最常启动以下两类心理防御机制，家长可对照观察。

首先是压抑、讨好与反向呈现。

日常生活中，成人不自觉的行为常带有不良情绪，容易触发孩子的心理防御。比如父母对孩子行为的反复纠正、犯错后的严厉指责，老师对违反纪律学生的批评惩罚，尤其是在“三令五申”后仍“屡教不改”时，家长和老师的愤怒、焦躁会通过声调、语速、表情等不自觉地“投射”给孩子。

由于孩子心智尚未成熟，既难以清晰识别，表达自身复杂情绪，也无法理解成人为何暴怒，只能压抑活泼好动、探索创造的天性，按他人要求做出内心并不认同的行为；同时，为消解成人的负面情绪，孩子会用“更主动、更听话、更优秀”的表现来讨好，“违心”做出他人期待的行为。

而在潜意识里，现实与本能意愿的冲突

不断累积，长期下来会走向两种极端。个性偏软弱的孩子，易出现攻击行为，如不遵守课堂纪律、集体活动不听指令、调皮捣蛋、挑战老师权威；个性偏强、活泼好动的孩子，则易主动回避，表现为自尊不足、缺乏自信、价值感低，在同学关系中过度敏感、“玻璃心”，受不了一点批评。

其次是自我压抑后的行为退行。

这类防御机制更常见于年长儿童及青少年。他们往往在小学、初中阶段成绩优异，家长因此寄予高期待，不断推动孩子“更努力”，甚至让孩子产生“完美主义”倾向，给自己设定超出能力范围的目标。随着课程增多、学业压力加大、校园人际关系复杂化，孩子逐渐不堪重负，成绩难以下滑。

若此时老师和家长给出“学习松懈”“主观不努力”等错误评价，甚至严厉斥责，孩子会对未来产生“预期性焦虑”，进而出现莫名的情绪失控、睡眠障碍、作息黑白颠倒、沉迷手机网络、不讲卫生、房间脏乱等，以及躯体化症状(如不明原因的疼痛、头晕等)。

拒绝标签化 用爱搭建支持体系

当“品学兼优”的孩子出现行为“劣变”，不仅让老师失望，更让家长手足无措。若盲目带孩子做各类心理行为量表评估，贴上“注意

力缺陷多动障碍”“学习困难”“强迫焦虑”等刺眼标签，整个家庭易陷入崩溃，情绪化沟通会形成“负能量场”，进一步恶化孩子的行为。

辛毅特别提醒，应对这类问题无需复杂技巧，切忌用评估量表给孩子贴“精神行为问题”标签，这会造成二次心理创伤，反而加重问题。孩子的表现本质是躯体化反应，心理应激长期作用于大脑神经和内分泌系统，会直接干扰正常生理功能，还会影响免疫发育进程，此时仅针对于身体症状治疗，往往收效甚微。

事实上，孩子出现“异常”行为，正是其个性与自我形成的需要，是个体努力摆脱令自己不安的“他人意志”，校正自主个性、构建完整自我的方式。只是因孩子心智不成熟、表达方法“另类”，让家长和老师难以接受，进而采取批评、纠正等不当应对手段，形成“恐惧/回避型依恋关系”，导致问题愈演愈烈。

作为成人，家长和老师不应以成熟心智苛求、纠正尚未成熟的儿童行为。辛毅主任建议，需以帮助、安抚、耐心、呵护的心态看待孩子的需求，认可其努力，接纳其情绪，为孩子营造欢乐、温馨、充满爱的家庭“正能量场”。唯有敏锐捕捉孩子的“求救信号”，深挖行为背后的核心问题，抚平情绪冲突、重塑心智模式，才能陪伴孩子平稳度过这一阶段，助力其健康心智与完整个性的形成。

YMG全媒体记者 刘晋
通讯员 李成修 马瑾

烟台市第三届健康口腔科普大赛圆满落幕

多元创新科普守护全民口腔健康

本报讯(通讯员 王黄玮)11月29日，由烟台市卫生健康委、烟台市教育局联合主办，烟台市牙病防治指导中心(烟台市口腔医院)承办，中国牙病防治基金会提供专业学术支持的烟台市第三届健康口腔科普大赛在烟台市口腔医院东院区圆满落幕。本次大赛以“专业力量引领科普创新，多元参与扩大知识传播”为宗旨，搭建起全维度口腔健康科普交流平台，共吸引了全市58名演讲选手同台竞技，征集到162件优质科普作品，参赛规模与作品质量较往届实现显著提升。

大赛创新设置了口腔医疗专业组、口腔健康教育组、口腔健康学生组三大组别，构建起“专业引领、教育推动、青少年参与”的科普格局，实现了全年龄段覆盖。

口腔健康学生组的小选手们凭借创意巧思成为赛场亮点。龙口实验小学明德校区徐代奇的脱口秀《人人护口腔 健康伴成长》，以灵动表演搭配牙齿造型服饰、垃圾袋手工蓬蓬裙等特色装扮，赢得了满堂喝彩；莱州市土山镇中心小学的同学们带来舞台剧《牙齿王国大作战》，融合舞蹈与剧情表演，生动传递口腔卫生知识；高新区杏坛中学李佳遥化身“小白牙”，以拟人化演讲《一颗牙齿的白》讲述牙齿的“成长故事”，呼吁大家养成科学护牙习惯，真挚演绎触动全场。

口腔医疗专业组与口腔健康教育组选手则以专业视角解读口腔健康密码。牟平区宁海街道中心小学教师赵洪通过邻居李大叔因牙周病诱发脑梗的真实案例，在《不能忽视的求救信号》中阐释口腔健康与全身健康的紧密关联，让专业知识变得通俗易懂；滨州医学院学生李子琪以《小白牙的城堡保卫战》为主题，用儿童化语言普及护牙常识；此外，《孩子换牙后门牙缝大，要不要矫正？》《牙齿有话说 牙结石的危害》等演讲，聚焦市民常见口腔困惑，展现了医疗从业者与教育工作者的科普担当。

本次大赛包含演讲比赛与科普作品展示两大板块，选手们突破传统的科普模式，让健康知识传播更具感染力。演讲环节中，选手们灵活运用PPT、视频、背景音乐等辅助手段，融入脱口秀、舞台剧、角色扮演等多种形式，在3分钟内高效地传递科普内容。科普作品则涵盖视频、摄影、海报、漫画、折页等多种类型，参赛选手在科学性、创新性、趣味性和适用性上精雕细琢，形成了一批兼具专业度与传播力的优质成果。

此次大赛的成功举办，不仅是口腔健康知识的集中传播，更是“预防胜于治疗”理念的深度普及。烟台市口腔医院党委书记、院长柳忠豪表示，今后将以赛事为契机，持续深耕口腔健康科普领域，创新科普形式、丰富科普内容、拓宽传播渠道，让科普走进社区、走进学校、走进家庭，让每一位市民都成为口腔健康的传播者，让更多人受益于科学的口腔健康知识，绽放自信健康的笑容。

滨医烟台附院心外科技术“上新”

首例微创小切口、心脏不停跳三尖瓣置换术获得成功

本报讯(YMG全媒体记者 慕溯 通讯员 丛昕)18年前，王阿姨(化名)因心脏瓣膜病曾于当地医院做二尖瓣机械瓣置换+三尖瓣成型以及射频消融手术，3年前又因胆囊结石切除胆囊——2次大手术让她的身体像“历经风霜的老人”。而如今，“新麻烦”又来了：三尖瓣重度返流，加上多年高血压、糖尿病，心脏功能已严重受损，走几步路就喘得厉害，晚上睡不平，饭也吃不好，脚肿得像发面馒头……她的心脏像“跑了十几万公里的老车”。

“多家医院都说手术风险太高，不敢接，我们几乎要放弃了。”王阿姨的儿子回忆。就在一家人绝望无助时，滨医烟台附院心脏大血管外科主任刘英军团队的出现，给了患者生存的希望。

“患者虽然病情复杂，但不是完全没机会。”刘英军仔细研究病例后，提出了大胆方案：用微创小切口、心脏不停跳技术做三尖瓣置换，既能减少创伤，又能精准解决瓣膜返流问题。考虑到手术难度及风险，团队主动联系

在心脏微创领域经验丰富的青大附院杨苏民教授，邀请他协作手术，共同为患者“护航”。

“传统手术要切开20多厘米的口子，锯开胸骨，患者恢复慢、风险高；我们这个微创小切口，在胸壁上开个4厘米的‘钥匙孔’，用特殊器械伸进去，并且是在心脏不停跳的情况下操作，就像‘隔着门缝修表’，考验的是技术，更是耐心。”刘英军解释。整个手术过程历时3小时，每一针缝合误差不超过1毫米，最终精准定位病变的三尖瓣，植入生物瓣膜，

完成三尖瓣置换手术。术后第3天，王阿姨的心脏超声显示：新的生物瓣膜功能良好，返流消失，心脏功能正在逐步恢复。

据悉，该例手术，是滨医烟台附院施行的首例微创小切口、心脏不停跳三尖瓣置换术，标志着医院在心外科高难度微创手术领域迈出了关键一步。“以前这类手术要转到大医院，现在我们自己就能做，还能邀请顶级专家协作，说明我们团队的技术和协作能力都达到了新水平。”刘英军说。



现订阅全年《烟台晚报》
赠全年《今晨6点》一份

订阅价格：《烟台日报》540元/年

《烟台晚报》252元/年

代理订阅：《老年干部之家》96元/年

订阅热线：6231640

中心站：6224684

幸福站：6220627

开发站：6388865

环山站：6606290

世回尧站：6017943

福山站：6363640

新桥站：6512137

莱山站：6722127

牟平站：4218347

2026 订阅开启