

宝宝总是不肯吃东西

才吃了一口饭，宝宝就被电视节目吸引了，不然就是满个饭厅跑。为什么宝宝会不愿乖乖把东西吃完？其实许多父母都面对这样的问题，家有脾气倔强的孩子，让父母真懊恼！究竟宝宝要怎样才肯好好吃饭呢？

瑞西是一位3岁的小孩，活泼可爱，令人喜爱。一直以来，他都会把半碗或8分满的饭吃完，但近期却一直说“不要”，反而总是吵着刚下班的妈妈要喝牛奶，妈妈被吵得没办法下，就泡了瓶牛奶给他喝。怎知一段时间后，他完全不肯在桌上用餐，只是随意尝尝后就闹着要水果或糖果，得不到就要脾气，而且固执又坚持，妈妈和奶奶总拿他没办法。



赞赏与惩罚分明

每当瑞西家人一起吃饭时，瑞西因年龄小，对饭桌上的东西多易分心，常常不能安安分分的吃饭。爸爸一再告诫，也建议妈妈让瑞西在没有其他

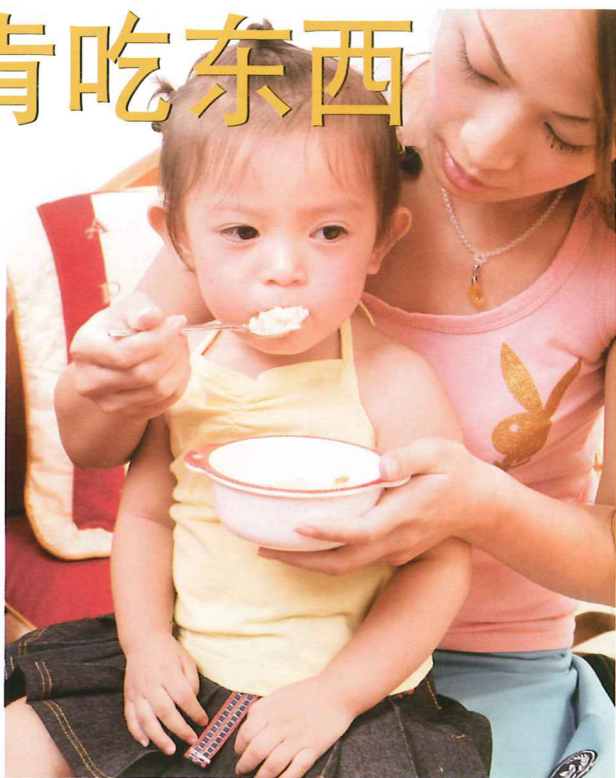
食物引诱的客厅或房间内，一边玩一边喂饭，孩子会较专心。妈妈对爸爸的建议没有任何回应，只用奶奶煮的小碗面喂瑞西。晚上就让瑞西随意吃点饭菜。

久而久之，瑞西愈变瘦小。妈妈没有更好的方法，而爸爸也觉得不行了，只好狠下心，当瑞西不吃饭要吃零食时，爸爸坚持不给他别的东西，再吵就打一下屁股，让他感受这是吃饭的意思。当瑞西吃下半碗饭时，就给予称赞及水果作奖励，很快瑞西就把坏习惯改掉了。

偏食也是感觉统合失常

伟杰是5岁的男生，是不能好好吃饭的另一种类型。平日只吃白饭，少吃肉和讨厌吃菜。若勉强他吃鸡鸭鱼肉，他就好生气，可以当场反胃把所有吃进去的东西吐出来。

他不但胃口差，也很好动、不安、双手协调不好、写字不好、走路爬山易跌倒，看来似有感觉统合敏感的表现。



象。母亲只会责备伟杰偏食，也挟青菜给他并喊说“不要偏食，青菜对你有营养”，但伟杰却做出讨厌的表情，偏食的情况也没有好转……

环境影响孩子的食欲

以上两种不能好好吃饭的情形很相似，前者为心理上的拒食操纵，养成以哭闹来获得满足的不良习惯；而后者是感觉统合生理上过度敏感所引起的偏食，长期严重性的偏食会引起营养不良。

拒食的习惯，多因孩童的家人也不知如何带孩童而引起，往往只责备孩子不听话、不合作，但却不评估四周环境和自己所造成的影响，也没尝试改变自己的想法和应变能力。父母亲和保姆对孩子的事物了解不深及处理能力欠缺外，也不善于用别人的建议，只会用嘴巴喊叫做这做那，不善于跟孩子玩、一起劳作及引导孩子吃饭。

因此聪明的孩子，会不故意的从试探中学会拒绝和使用哭闹来获得糖果及水果上的满足。肚子饿的时间变得不定期，虽什么都吃但总吃不好。此时，母亲须了解孩子及做适当的处理。偏食的孩子，较少操纵别人来满足自己的习惯，偏食的食物品质也固定，常跟食品的特定质、味



道、外观或嗅觉有关，如不吃蔬菜只吃肉。有些偏食的情况也是感觉神经生理上过度敏感失常的一部分。若母亲一再强调孩子的偏食，增强孩子对偏食的认定，将更难帮助孩子改善。

感觉统合训练有助解决偏食

有效的解决偏食问题，就要先了解是心理上造成还是脑神经生理上的困难所引起的。在感觉统合里的生理上的敏感，也是所说的脑神经生理上的过度敏感，导致脑神经无法安定下来而出现敏感现象。若是脑神经生理上的困难而无法安稳下来，偏食也只是一种现象，孩子不是不合作，而是无法安稳下来。因此，家长需了解孩子的偏食是源自哪种状况，避免一再责备孩童偏食，避免孩子出现“偏食是恶劣的行为”的不良自我形象，再想出有效的办法来协助他。◆



感觉统合信箱

亲爱的父母，您是不是觉得您宝宝聪明敏锐，但却——好动、情绪困扰、人际关系欠佳、注意力不集中、脾气暴躁、个性敏感……

如果您有面对这样的烦恼，欢迎来信询问，文轩感觉统合训练中心院长陈树云硕士将给您一一解答。来信请寄：感觉统合信箱 负责人收

Today Publishing 10, Jalan 3/18D, Taman Mastiara, Off Jalan Ipoh, Batu 5 1/2, 51200 Kuala Lumpur.

Q 我家6岁的女儿，说话总是口齿不清，为什么会这样呢？有什么办法可以改善？长大后，这种情形还会出现吗？（Shann）

A 口齿不清或许是感觉统合失常的原因之一，因口腔肌肉的运用还不够理想。通常一般孩子从婴儿时期就必须作好多方面的刺激。婴儿吸吮及咬嚼的情况都能增强脸部肌肉的运作。孩子随着年龄的成长就会得到很好的改善，但时间上的长短就因人而异了。



陈树云硕士

- 美国檀香山大学企管硕士、大马感觉统合治疗师及师资指导者，参与儿童心理及生理发展研究约15年。

亲子互动、游戏、运动和休闲活动

感觉统合

味觉

嗅觉

触觉

听觉

视觉

本体觉

前庭觉

完全学习

灵活运用和适应性反应

统合感觉是一切学习的基础

顾问团体

台湾学习障碍研究所

郑信雄脑科医生
袁智丽心理硕士
陈树云硕士

免费咨询，请拨电预约

03 - 6250 7910 Kepong
03 - 5635 8203 Subang Jaya
03 - 7981 0113 Tmn Desa

www.vesensory.com.my
info@vesensory.com.my

欢迎3至18岁的儿童及少年参与！

文轩感觉统合训练中心
VE Sensory Development Centre

18-3 & 20-3, Jalan Prima 2, Metro Prima, 52100 K.L.
11-2, Jalan USJ 10/1D, Taipan Triangle, UEP Subang Jaya, 47620 P.J.
7-2, Jln 4/109F, Plaza Danau 2, Taman Danau Desa 58100 K.L.