

A Case Study of Separation Anxiety of Children

Yufeng Shang

School of Psychology, Southwest University, Chongqing
Email: 512152169@qq.com

Received: Nov. 24th, 2014; revised: Dec. 5th, 2014; accepted: Dec. 16th, 2014

Copyright © 2014 by author and Hans Publishers Inc.
This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY).
<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

Abstract

Separation anxiety of children is receiving more and more attention widely, and their behavior problems are studied deeply by scholars and experts, having achieved considerable results in theory and practice. This paper selected a child with separation anxiety as an example; by observing his behavior in school and at home, and event sampling and time sampling observation, the reasons of his separation anxiety behavior were analyzed. Meanwhile, we analyzed and evaluated the behavioral intervention strategies, so as to provide references for the cure of children with separation anxiety.

Keywords

Separation Anxiety, Anxiety Behavior, Cause Analysis, Behavioral Intervention Evaluation

儿童分离性焦虑个案分析

商渝凤

西南大学心理学部, 重庆
Email: 512152169@qq.com

收稿日期: 2014年11月24日; 修回日期: 2014年12月5日; 录用日期: 2014年12月16日

摘要

儿童分离性焦虑越来越受到广泛关注, 学者专家针对他们的行为问题等进行了深入研究, 在理论上和实

践上都取得了相当成绩。本文选取一名有分离性焦虑的儿童为例，通过对其在学校、家庭的行为观察以及事件取样和时间取样观察，着重分析该儿童焦虑行为出现的原因；同时分析评价其行为干预策略，以期对分离性焦虑儿童的治疗提供参考。

关键词

分离性焦虑，焦虑行为，原因分析，行为干预评价

1. 引言

一个人在一生中会遇到各种不同的焦虑，“大部分焦虑通常是在当我们所坚持的对作为自我的存在非常重的某种交织观受到威胁时而产生的”。“随着他的发展以及面对各种不同的生活危机，每个人都会以许多不同的方式体验到正常的焦虑。他越能够面对和度过这些‘正常的焦虑’——从母亲那里断奶、离家去上学以及早晚都要为自己的职业和婚姻所作出的决定等承担责任——他就越不容易产生神经症焦虑。我们应该坦白地向自己承认，正常的焦虑是不可避免的。”然而有的焦虑由于各种原因的叠加会阻碍人的发展，甚至使个体陷入困境难以自拔，即使已经有了上述的承认。

DSM-IV 把分离性焦虑障碍定义为，离开父母或家时出现与年龄不适当的、过度的、损害行为能力的焦虑。DSM-IV 的诊断标准中认为，当幼儿焦虑持续时间超过 4 周，并影响正常的上学等日常生活或娱乐活动时，儿童可能就患上了分离性焦虑障碍(separation anxiety disorder, SAD)。分离性焦虑障碍是儿童期最常见的焦虑障碍，患病率约有 10%。虽然存在性别差异，女孩的患病率高于男孩，但分离性焦虑在男孩和女孩中都十分常见(张鹏, 2008)。多数患分离性焦虑障碍的儿童，同时患有另一种焦虑障碍，最常见的为广泛性焦虑障碍。大约 1/3 的儿童在患病后数月内，出现抑郁障碍。他们还会呈现出某些特定的恐惧，如对迷路或黑暗的恐惧。在年龄较大的分离性焦虑障碍儿童中，不愿上学或拒绝上学的现象很常见(翁玉婷, 2011)。

从对分离性焦虑的定义出发，儿童分离性焦虑的产生是由离开家或者父母这一类似的具体事件引起的。然而这其中却暗含了一些不易察觉的对此种焦虑产生重大影响的因素。由此，本文选取分离性焦虑儿童行为为研究对象，根据个案情况，梳理其特征和发生的条件，着重分析其发生原因，并对其行为干预策略进行简要评价。

2. 分离性焦虑评估考察

2.1. 分离性焦虑的界定和观察

幼儿心理学的研究方法有很多种，基于幼儿各种条件的限制，观察法是最基础的研究方法，也是获取信息的重要手段，通过观察以发现问题、提出问题、收集信息、进行研究，进而了解差异，得出结论。观察法有多种实施方式，本研究采用了典型事件记录法、行为记录法和现场记录法。典型事件记录法是指以特定的事件为研究点，记录幼儿的表现，不受时间的限制，只要出现可研究的事件便可做记录。行为记录法是指记录幼儿的行为频率，并做出相应的检核，一般在记录前规定好相应的行为然后再进行记录，在规定的时间内计算其发生的频率。现场记录法是指现场记录幼儿在相关实验活动中的反应和相应行为，收集资料后进行分类，并加以分析(杨继祖, 2011)。本研究同时采用了访谈法，访谈对象包括幼儿、家长及其老师。人本主义心理学家认为探索内部，从经验开始，有助于寻找到解决心理问题的良方。在

本研究中运用观察法，则是为了最大限度的重现经验，帮助研究者探索问题原因和解决问题的方法。他们推崇的现象学方法，其中重要技术 Q 分析技术，则是依据现象学的还原技术，把心理事件或直接经验按其自然呈现的形态来研究。这也是本研究运用观察法的原因之一(徐兴华, 2012)。

在丁丁(5岁,男)家长及其老师的协助下,对该研究对象进行了为期14天的观察,并对这14天内其焦虑行为的发生情况进行了统计整理。记录如表1~表4所示。

表5列出了《美国精神障碍诊断和统计手册(第四版修订版)》对分离性焦虑障碍的诊断标准。当焦虑持续时间超过四周,并影响正常的上学等日常生活或娱乐活动时,儿童可能就患上了分离性焦虑障碍。

从对丁丁持续两周的观察以及与其家长和老师的访谈中得知,丁丁在离开家或与爸爸妈妈分离时,出现过度痛苦和忧伤;担心爸爸妈妈会被坏人伤害;由于害怕和爸爸分开而不愿意上学以及出门;如果爸爸不在身边陪着睡觉,就会感到害怕担忧;以上情况在丁丁4岁时就开始出现。

总结访谈资料和以上观察记录,丁丁在离家或与所依恋的人分离时,就会出现不适当的和过度的焦虑。丁丁的行为表现符合表5所列的第一、二、五、六项症状,并且丁丁的这种焦虑持续时间已经超过四周。综合以上分析,丁丁可能患上了分离性焦虑障碍。

2.2. 观察结果与分析

2.2.1. 判断焦虑行为是否源于分离性焦虑

从表1~表4可以看出,丁丁的焦虑行为发生在以下四种情况:第一,刚离开家;第二,和爸爸分离;第三,知道爸爸(妈妈)即将离家;第四,没有爸爸陪着睡觉的时候,不管是中午还是晚上。而分离性障碍的主要特征是:与父母分离或离开家时出现与年龄不适当的、过度的、损害行为能力的焦虑。丁丁

Table 1. Observation of the children at school at workdays

表1. 周一至周五对幼儿在校的观察记录

事件	行为
刚离开家门	小声哭泣,唠叨着我不去上学,但仍跟着爸爸去上学
学校门口和家長分离	拉着爸爸不让他走,接着开始哭,吵着要回家。爸爸走后,站在门口不肯进教室,这种情况会持续几分钟,然后跟着老师进教室
学习	持续十多分钟望着窗外。被老师提问时,低着头不说话。在自己的课本上乱涂乱画。会间断地听老师讲课,平均每次听讲持续时间不会超过七分钟
课间	自己一个人摆弄玩具,不和其他的小朋友一起玩。平均一周有三次会站到校门口
游戏	会和其他小朋友合作,几乎没有言语交流,其他人让他做什么他就做什么
午餐	平均一周有两次会吵着要妈妈,其余都是自己吃
午休	不让老师脱衣服,哭着说我要爸爸,平均持续时间为二十分钟
运动	都参与
小组活动	坐在旁边看同组的小朋友玩玩具

Table 2. Observation of the children at home on weekends

表 2. 周六周日对幼儿在家的观察记录

时间	事件	行为
8:30	知道父母即将外出	大吵大闹，拉着他们不让出门，哭着说外面有坏人……
11:00	幼儿在家，主要依恋对象不在家	刚发现爸爸不在家时会躲在家里的某个角落里，大声哭喊要爸爸，持续四十分钟左右。之后跟着奶奶，不停地问爸爸去哪了
20:30	单独睡觉或不同的人陪着睡觉	当不是主要依恋对象陪着睡觉时，幼儿会不断重复说自己害怕，想要爸爸陪着

Table 3. Event sampling observation

表 3. 事件取样观察

事件	行为	持续时间及事件发生次数
幼儿在家，主要依恋对象不在家	开始一直不停地对其他人说有坏人会抓走他们，之后开始大声哭泣，并嚷着：我要妈妈，我的爸爸呢……	当幼儿发现主要依恋对象不在家时，开始担心到后来停止哭泣和找爸爸妈妈，持续时间为三十分钟到一个小时不等。只要是这类事件发生，幼儿就会出现此类行为
在校门口与父母分别	抓着爸爸的衣服不让他走，会小声哭泣。站在门口不肯进教室	抓着爸爸会持续十五分钟左右，小声哭泣是从爸爸离开开始到进教室之后一段时间为止会持续半个小时左右。周一到周五都会出现
单独睡觉或不同的人陪着睡觉	不肯脱衣服上床，吵着让爸爸来，如果爸爸不来会开始大声哭喊，嚷着要爸爸……	只有当爸爸或是妈妈来到幼儿身边，并答应和他一起睡觉时，哭闹才会停止。只要主要依恋对象没在身边，幼儿此类行为就会发生
在学校出现头痛、胃痛、恶心或呕吐等躯体不适。	对老师说我肚子痛，想要回家，我要爸爸	平均持续时间为五分钟（因为老师会确认幼儿是否在撒谎）一周平均两次，星期一和星期二课间会出现
刚离开家	对送他上学的人说，我可不可以不去学校。然后开始小声哭着说，我不去上学……	从出门开始一直会持续二十多分钟，有时到了学校还在持续，直到进教室后大约半个小时为止。周一到周五都会出现类似情况

Table 4. Time sampling observation

表 4. 时间取样观察

时间	行为	次数/周
在校学习时		0
在校课余时间内	哭闹着要爸爸妈妈	2
在校游戏时		0
在校午休时		5

Table 5. Separation anxiety disorder

表 5. 分离性焦虑障碍

在离家或与所依恋的人分离时，出现不适当的和过度的焦虑，具有以下 3 种或以上的症状：

- (1) 离开家或与主要的依恋对象分离时，或在分离即将发生时，出现过度的痛苦和忧伤；
- (2) 持续而过度地担忧主要的依恋对象可能消失或受到伤害；
- (3) 持续而过度地担忧因突发事件而与主要的依恋对象分离(如迷路或被绑架)；
- (4) 由于对分离恐惧，而持续不愿或拒绝上学或出门；
- (5) 持续而过度地担忧独自一人、主要的依恋对象不在家或没有大人陪伴的情形；
- (6) 对不在主要的依恋对象旁睡觉或在家以外的地方睡觉，感到持续而过度的担忧；
- (7) 不断做有关分离主题的噩梦；
- (8) 在与主要的依恋对象分离或即将分离时，出现头痛、胃痛、恶心或呕吐等躯体不适。

的焦虑行为主要发生的四种情况均在上述所列分离性焦虑障碍的主要特征范围中。并且从表 1 可以得知，丁丁在运动与游戏时并没有表现出过度的焦虑行为，即是说丁丁的过度焦虑表现仅出现在与父母分离以及离开家时。这就排除了丁丁患广泛性焦虑障碍的可能，且与 DSM-IV-TR 对分离性焦虑的主要特征的描述相符。可见，丁丁的焦虑行为仅在分离性的情境中发生。因此，丁丁的焦虑行为源于分离性焦虑。

2.2.2. 焦虑行为出现的原因

儿童分离性焦虑属于焦虑的范畴，前人对焦虑的研究不胜枚举。本文则主要以罗洛·梅的焦虑理论为出发点对儿童分离性焦虑进行原因分析，焦虑行为出现的原因主要有两个：

第一，存在受到威胁是焦虑行为产生的原因。

罗洛·梅把焦虑定义为“个人的人格及存在的基本价值受到威胁时产生的忧虑”，是“人类对威胁其存在或威胁使与其存在相认同的某种价值的基本反应”。可见，罗洛·梅的焦虑理论和存在有密切联系。罗洛·梅在解释焦虑的本质时提到：“焦虑是当人的存在受到威胁时的一种心理活动状态。这种威胁可能针对生命，也可能针对与生命同等价值的信念和理想，还可能针对人的价值观或象征。”由此推论出：年幼儿童的存在受到威胁，也会引起其焦虑的产生。对于年幼儿童来说，由于其自身认知思维等的发展水平的限制，针对生命的威胁可能是对他们的存在的最大威胁。而养育他们的成人恰好能化解这种危机，所以年幼儿童趋向于这些成人的保护中。相反地，年幼儿童与这些成人的分离就意味着年幼儿童的生命受到威胁——存在受到威胁，因此产生了焦虑。

在对丁丁的观察中发现，实际上，丁丁已经把对其自身存在的威胁等同于“爸爸妈妈永久性消失”。其前后关系如图 1 所示。

丁丁在离开家时或离开主要依恋对象时，其过度的担忧才会出现。换句话说，与家或主要依赖对象的分离应成为丁丁焦虑行为发生的条件。这种条件是否是丁丁焦虑产生的原因呢？实际上，在对家长的访谈中发现丁丁真正担心的是爸爸妈妈会永久性地消失，永远都不能见到爸爸妈妈。也就是丁丁口中所谓的“外面有坏人”，他害怕“坏人”会把爸爸妈妈抓走，再也不能和他在一起。因此并不是分离引

发焦虑，而是由分离引起的“爸爸妈妈会永久性地消失”的这一想法导致了焦虑的产生。在某种程度上说，丁丁的担心已经和威胁存在的因素相等了。综上所述，丁丁由分离意识到了存在受到威胁所以焦虑产生。即如图 1 所表明的。

由分离引起的不合理的想法被等同于对自身存在的危险，由此导致焦虑。为什么会产生这种等同呢？这个问题可以从什么被等同于存在入手分析其原因。在上面的分析中已经提到对于年幼儿童来说，由于其自身认知思维等的发展水平的限制，针对生命的威胁可能是对他们的存在的最大威胁。而养育他们的成人恰好能化解这种危机，所以年幼儿童趋向于这些成人的保护中。实际上，在儿童那里存在已经被等同于对成人的依赖，即是发展心理学中研究的依恋。依恋被等同于存在，因此与主要依恋对象的分离被间接地等同于对存在的危险。

根据实际的调查了解到，丁丁属于安全型依恋，与爸爸或者妈妈在一起时，能够自由地玩耍，只有在知道爸爸或妈妈将要离开时才会紧紧跟着他们。由此可推断，丁丁对同等性的看法实际上是简单且直接的，认为分离等同于威胁。换言之，丁丁的焦虑行为则是由存在受到威胁引起的。

第二，化解对存在的威胁是焦虑行为产生的另一种原因。

“分离性焦虑在某个年龄阶段对年幼儿童的生存是重要的，也是正常的。从 7 个月到学龄前，几乎所有儿童都曾因与父母或其他亲近的人分离而焦躁不安。”为什么从 7 个月开始呢？因为一般认为“6 个月以后婴儿的学习能力又有了新的发展……社会性认知和社会性学习长足进步(出现了‘认生’现象)”，即是说 7 个月左右的婴儿已经出现了认生的现象，这就为分离性焦虑的产生提供了条件。年幼儿童不仅在生理上还是心理上的发展都不足以应对有关其自身生存的问题，然而养育儿童的成人却能够解决这一类问题，相应地为年幼儿童的生存提供了保障。因此，年幼儿童的分离性焦虑就像皮肤拥有痛觉一样对自身起到了保护的作用，就像痛觉能提醒人注意一样来引起大人的关注。

简而言之，年幼儿童、养育儿童的成人、分离性焦虑以及存在威胁共同组成了一个循环。年幼儿童没有足够的力量解决生存问题，而养育儿童的成人能替他们解决生存问题，分离性焦虑则是儿童呼唤成人人为其解决生存问题的手段。其关系如何组成如图 2。

儿童通过自身的焦虑行为引起成人的注意，以至于让成人代替儿童处理他们不能应对的存在威胁，而这种焦虑则是由分离引发。这实际上符合有些情绪心理学家认为情绪具有动机的性质的主张。其中，伊扎德认为情绪具有动力性，它组织并驱动认知与行为，为认知与行动提供线索。由于儿童本身各方面发展水平不足的限制，儿童的分离性焦虑虽能组织并驱动认知与行为，但这些认知与行为并不能恰当地处理存在威胁。另一方面，分离性焦虑的一系列表现能引起成人的注意，组织并驱动养育儿童的成人的认知与行动，以此来处理儿童不能应对的存在威胁，正如图 2 所示。儿童的分离性焦虑正如痛觉，具有保护机体免受伤害的作用。所以，化解对存在的威胁是分离性焦虑产生的一种原因。

3. 行为干预实施及讨论

罗洛·梅所谓的焦虑是和存在密切联系的。它的实质是：1) 焦虑是当人的存在受到威胁时的一种心理活动状态。这种威胁可能针对生命，也可能针对与生命同等价值的信念和理想，还可能针对人的价值观或象征。2) 焦虑是对存在价值受到威胁的一种反应。这些价值对人的存在时至关重要的，一旦它受到威胁，仿佛人的存在核心受到了打击，焦虑就是对这种威胁或打击的一种反应。3) 焦虑是对非存在(即死亡)威胁的一种体验。非存在也是存在的一部分，是谁也避免不了的。当人意识到这种非存在时，就会产生痛苦的内心体验，这就是焦虑。4) 焦虑不同于恐惧。恐惧威胁的不是人的基本价值或存在基础，而且它

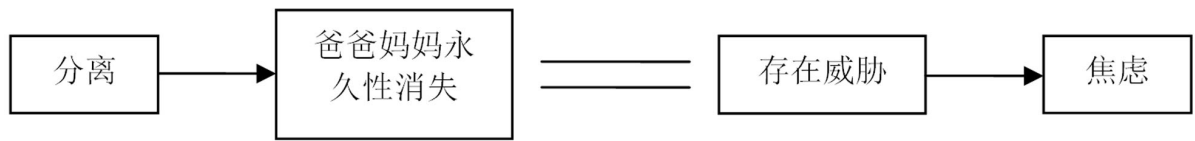


Figure 1. Thinking logic
图 1. 思维逻辑

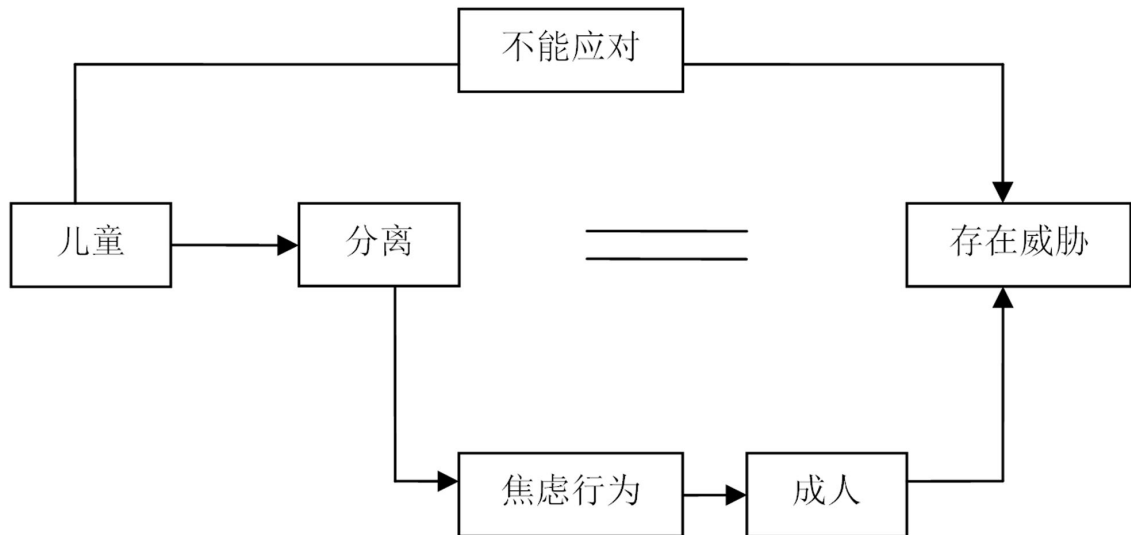


Figure 2. Circulation
图 2. 循环

有明确而具体的对象。焦虑则威胁到人的基本价值，而焦虑者却说不清他究竟为什么焦虑，其对象模糊不清。5) 焦虑是一种强烈的心理冲突。当个体面对其潜能时，往往产生强烈的心理冲突，因为潜能一方面会使个体的存在得到实现，另一方面又会使个体的安全感受到暂时破坏。一个人要想实现其潜能，就必须进行新的选择，改革起现状，这就必然产生焦虑(郭本禹等，2008)。

相应地，罗洛·梅在《存在心理治疗的贡献》一文中提出了存在心理治疗的原则：1) 理解性原则。罗洛·梅认为，存在心理治疗主要依赖于对病人的理解，治疗技术也必须来自理解。2) 体验性原则。心理治疗应该使病人亲自体验到他的自我世界。这种体验包括充分意识到他的潜能，并使这些潜能发挥作用。3) 在场性原则。存在心理治疗应把医患关系视为病人心理场的一个组成部分。心理治疗者必须进入病人的这个心理场，才能真实地理解病人当前的存在情境。4) 付诸行动原则。这是要求医患双方全身心地投入治疗实践的一种原则，也是人们“认识真理的一个必要的先决条件”。罗洛·梅认为，人的选择发生在认识之前，这种选择是人们趋向存在的一种态度。只有当病人学会选择正确的生活方向，并沿着这一方向做出付诸行动的初步选择时，他才能促使自己去寻求知识、探索真理和回忆过去。

儿童分离性焦虑并未超出焦虑的范畴，它是一种特殊的焦虑，其特殊表现在主体和诱发事件上。即是说，分离性焦虑仅在儿童身上出现，并且与分离性事件相关。罗洛·梅的焦理论是联系上存在来进行阐释的，且相应的心理治疗的原则也是从存在出发进行论述的。罗洛·梅的焦理论正恰好解释了分离性焦虑的产生，在原因分析中已经做了充分论述，所以不再赘述。因此依据罗洛·梅的理论来制定干预策略是最好不过的。

3.1. 干预疗法

“求助者中心疗法”强调求助者的经验和自我概念(范艳, 2009)。经验是指求助者在某一时刻所具有的主观精神世界, 自我概念是指求助者对自己的真实本体如何看待。这符合罗洛·梅的理解性原则和体验性原则。把事件还原于经验和自我概念中, 能够让咨询师更准确地帮助求助者理解以及体验自我世界, 促使求助者发现自我的潜能并发挥潜能的作用解决自身的焦虑问题。

“求助者中心疗法”同时也符合在场性原则和付诸行动原则。该疗法强调治疗中的气氛是关键, 认为咨询师与求助者两者的关系如何会在很大程度上影响咨询效果。咨询师尽量创设一个求助者感到适宜的环境气氛, 帮助他进行自我探索, 促进其自我概念向着更接近自我的经验和体验的方向发展。再者, 该疗法的主要咨询技术包括: 无条件积极关注、设身处地的理解以及非指导式治疗技术。这些技术都强调咨询师与求助者的良好关系, 以及求助者的中心地位。从上述的分析可知, 分离性焦虑的产生有两种原因, 两种原因中都有一个共同点, 即是把分离等同于对存在的威胁, 导致产生了不协调的自我。而求助者中心疗法的治疗宗旨是把不协调的自我转变为协调的自我, 重建个体在自我概念与经验之间的和谐。

综上所述, 可以对幼儿丁丁使用求助者中心疗法。

求助者中心疗法强调求助者有自我治愈能力, 注重咨询师的态度以及咨询关系的质量, 尤其把能否建立起良好的咨询关系作为治疗成功与否的重要因素。在治疗目标上, 不仅仅要解决求助者眼前的问题, 还要促进个体的自我成长, 使其成为一个自我实现的人。

首先, 与丁丁建立良好的关系, 让幼儿体验到一种安全的氛围。其次, 用言语交流设身处地地理解丁丁的情感和认知信息, 让丁丁在自由地表达和交流中逐渐了解自己的真实自我, 把等同于对存在有威胁的分离这一经验转化, 达成自我的协调统一。最后, 在咨询结束阶段, 丁丁能够自由表达不想要爸爸离开并且学会怎么去处理与亲人的离别。咨询需要家长的协同, 并且在每次咨询进行前与家长沟通该次咨询内容。

3.2. 讨论

治疗者中心疗法是建立在对丁丁具体情况的理解上的, 即理解丁丁的经验以及他的自我概念, 这说明该疗法遵守了理解性原则。体验性原则着重强调的是心理治疗应该使病人亲自体验到他的自我世界, 这在该疗法的设身处地的理解中有所体现, 让丁丁在咨询者的帮助下在自我的世界中体验。实际上, 治疗者中心疗法的三个阶段都充分体现了在场性原则和付诸行动原则, 即是说在丁丁统合自己的经验的过程中, 咨询师都是全程参与的, 作为帮助者, 帮助丁丁去整合那些不协调的自我概念; 而这一具体的领悟则是需要丁丁付诸行动才能实现的。理解性原则、体验性原则、在场性原则和付诸行动原则是罗洛·梅提出的存在心理治疗的原则。因此, 治疗者中心疗法符合罗洛·梅所提出的存在心理治疗的原则。而本文对丁丁的分离性焦虑是依据罗洛·梅提出的理论来分析的, 且在上述已有说明: 存在心理治疗的原则是根据其理论提出的。综上所述, 利用治疗者中心疗法来消除分离性焦虑是完全合理的, 且对其焦虑的减轻效果是比较突出的。

需强调的是, 求助者中心疗法具有较强的逻辑推理性(徐兴华, 2012), 对于年幼儿童来说逻辑性思维并没有发展到比较高的水平。这就要求在进行求助者中心疗法的时候, 必须注意语言的运用, 做到运用的语言是幼儿所熟悉, 且语言的运用形式也必须是幼儿所能接纳的。再者, 分离性焦虑的儿童对陌生人是抗拒的, 但不同的情况其抗拒的程度有所不同。例如, 案例中的丁丁在爸爸的陪伴下才愿意和陌生人打招呼。所以在实施求助者中心疗法时必须要有幼儿的家长陪同, 最好是主要的依恋对象。实际上, 在生活中对幼儿进行求助者中心疗法比在咨询室中进行的效果更加好, 因为幼儿比较相信身边熟悉的人。

这要求家长和老师快速地学习以及能够灵活地运用求助者中心疗法中的技术，让幼儿不协调的经验与自我概念一点一点地协调最后达成统合，相应地其焦虑行为也会减少。

参考文献 (References)

- 范艳(2009). 运用求助者中心疗法的个案研究. *吉林省教育学院学报*, 5 期, 145-146.
- 郭本禹, 杨韶刚(2008). *罗洛·梅文集*. 北京: 中国人民大学出版社.
- 林崇德(1995). *发展心理学*. 北京: 人民教育出版.
- 罗洛·梅(2012). *存在: 精神病学和心理学的方向*. 北京: 中国人民大学出版社.
- 彭聃龄(2004). *普通心理学*. 北京: 北京师范大学出版社.
- 翁玉婷(2011). 儿童分离性焦虑障碍的研究述评. *中国校外教育*, 4 期, 15-29.
- 徐兴华(2012). 存在主义与人本主义心理学的关系. *社会心理学科学*, 5 期, 20-22.
- 杨继祖(2011). 观察法在幼儿心理学研究中的应用. *理论研究*, 4 期, 88.
- 张鹏(2008). 从依恋理论看幼儿分离焦虑及其消除策略. *读与写杂志*, 3 期, 62-63.