

艺术治疗在儿童心理精神问题治疗中的应用前景

严虎, 陈晋东

中南大学湘雅二医院精神卫生研究所, 湖南 长沙 410011

摘要: 本文针对国内外艺术治疗在儿童心理精神问题上的相关研究进行综述, 重点阐述其在注意力缺陷多动症、儿童自闭症、创伤后应激障碍、儿童焦虑症、智障儿童等领域的研究成果, 以期更全面地认识艺术治疗, 进而更高效地治疗儿童心理精神问题。

关键词: 艺术治疗; 儿童; 心理精神问题

中图分类号: R749.94 文献标识码: B 文章编号: 1008-6579(2015)05-0491-03 doi:10.11852/zgetbjzz2015-23-05-15

艺术治疗 (art therapy) 是结合艺术和辅导、咨询与治疗的一种心理治疗或医学辅助方法。它是心理治疗的理论和方法为基础, 基于人在艺术活动时特有的生理、心理活动, 通过表达性艺术帮助被治疗者缓解或解除心理问题、恢复身心健康。由于不同的理论取向和表现形式, 艺术治疗亦呈现多种不同的方式, 其中以绘画治疗、音乐治疗、沙盘治疗、心理剧、舞蹈治疗为人们所熟知。艺术治疗界提出“艺术即是治疗”的观点, 认为艺术作品可以使患者在不干扰其防御机制的同时, 合理地表达潜意识中的内容, 同时艺术作品本身可以呈现患者过去的创伤经历, 而艺术治疗可以通过发泄、升华和象征化等机制, 使患者达到情绪净化的效果, 以及实现意识和无意识的整合。正因为艺术治疗具有不受年龄、语言、认知能力、地点环境及疾病限制的特点, 尤适合儿童心理精神疾病的辅助治疗, 且治疗实施过程中操作简单方便、阻抗小, 也容易为儿童所接受。本文将聚焦艺术治疗在儿童心理精神问题治疗中应用, 如儿童注意力缺陷与多动障碍、儿童自闭症、儿童创伤后应激障碍、儿童焦虑障碍、智障儿童等。大量实践证明, 艺术治疗在儿童心理精神问题治疗中具有较大辅助作用, 应用前景广阔。

1 注意力缺陷与多动障碍

注意力缺陷多动障碍 (attention deficit hyperactivity disorder, ADHD), 简称多动症, 它是一种儿童时期常见的神经精神障碍, 其临床主要表现为注意缺陷、冲动和多动等, 是儿童青少年时期常见病。

作者简介: 严虎 (1983-), 男, 湖南人, 医师, 博士学位, 研究方向为心理咨询与治疗、精神病与精神卫生。

通信作者: 陈晋东, E-mail: chenjd269@163.com

数字出版网址: <http://www.cnki.net/kcms/detail/61.1346.R.20150409.1512.017.html>

国内外多项研究均表明艺术治疗对 ADHD 辅助治疗有一定的疗效。多巴胺功能不足为 ADHD 产生的机制之一^[1], 有学者通过功能磁共振研究发现, 音乐可以强烈激活伏隔核 (NAC) 和腹侧被盖区 (VTA) 以及下丘脑、脑岛。而 NAC 和腹侧被盖区的激活会帮助多巴胺的释放, 改善 ADHD 儿童的核心症状^[2]。同时也有研究表明, 音乐能够直接作用于边缘系统, 对人体的情绪行为起到调节作用。情绪体验被认为是整个边缘系统整合的结果, 可见音乐治疗除了改善 ADHD 的核心症状外, 还可以改善他们的情绪冲动症状^[3]。DJ Rickson^[4]发现音乐治疗除可以帮助儿童青少年更好地与他人交往、互动外, 还有助于在课堂教学中减少学生多动症的症状。国内胡斌等^[5]采用问卷调查法和访谈法, 对存在多动问题的学前儿童进行筛查并在给予绘画治疗后进行后测验, 发现绘画艺术疗法对学前儿童的多动行为问题有明显的矫治作用。李小红^[6]采用行为导向艺术治疗对多动症男童的课堂干扰行为进行干预, 发现行为导向艺术治疗能有效减少课堂干扰行为。因此艺术治疗, 尤其是音乐治疗, 对 ADHD 有着明显的辅助治疗作用。

2 儿童自闭症

儿童自闭症, 又叫儿童孤独症, 是广泛性发育障碍的一种亚型, 以男性多见, 起病于婴幼儿期, 主要表现为不同程度的言语发育障碍、人际交往障碍、兴趣狭窄和行为方式刻板。艺术治疗作为一种沟通的媒介, 不需要文字也不需要语言, 音符和图片承载的想象能很好的与这些自闭症儿童对接。国外有许多文章论证了艺术治疗对自闭症儿童治疗的重要价值与作用。TS Edward 等^[7]探讨音乐治疗对自闭症儿童社会能力及理解能力的影响, 疗效显著。L David 等^[8]也发现音乐谱能帮助自闭症患儿发展沟通技巧

以及社会交往。除了音乐治疗,在自闭症儿童个案治疗中,也有研究学者发现艺术治疗能促进自闭症儿童的发展及成长^[9]。此外,国内也有大量研究表明艺术治疗对自闭症儿童的社会行为有显著改善。张雯^[10]以 60 名自闭症儿童为研究对象,分成对照组和干预组,发现绘画艺术团体辅导对自闭症儿童感知觉发展、思维能力提高、创造能力增强、情绪情感稳定发展、社会适应能力的改善起到良好的促进作用。李静等^[11]对 2 名年龄、家庭背景等相仿的自闭症患儿,实施个性化的心理剧训练,发现心理剧训练能帮助患儿改善社会交往障碍,增强其社会功能。因此,通过艺术治疗的方式,能够延展自闭症儿童的世界,提高孤独症患儿与周围的联系。

3 儿童创伤后应激障碍

创伤后应激障碍是指个体经历、目睹或遭遇到一个或多个涉及自身或他人的实际死亡,或受到死亡的威胁,或严重的受伤,或躯体完整性受到威胁后,所导致的个体延迟出现和持续存在的精神障碍。在灾难和创伤后的心理紧急援助中,在灾难发生后心理危机干预的各个周期中,艺术治疗都是行之有效的方法,且有着得天独厚的优势。S McNiff^[12]对加州大地震儿童研究中,发现地震创伤儿童经常使用自我防御的方式作为人际交往的应对策略,他以艺术治疗为介入策略,避免了直面儿童的创伤,使儿童在低焦虑的情况下学会面对情绪感受,学会有效的人际交往策略。同样,LS Francie 等^[13]在研究中发现艺术治疗能有效缓解儿童的慢性创伤后应激障碍(PTSD)症状。A Dalia^[14]则认为视觉艺术疗法作为一种综合性的独特方式,是最适合 PTSD 处理的方法。父母离异事件易致儿童较深的心理创伤并导致儿童行为的改变,P Liz^[15]对 32 名 6~10 岁在两年内经历过父母离异的儿童进行沙盘游戏,使其不论是内在情感还是外在行为都得到了很好地改善。Lacroix 等^[16]对 2004 年海啸后的移民及难民儿童进行沙盘游戏发现,沙盘能够给他们提供一个恰当的空间来表达、发泄、处理创伤后的愤怒、悲观情绪并促进其创伤后情绪的恢复。在国内,陈秀元^[17]对四川受灾地区中的 7~15 岁的儿童、青少年进行 35 场团体音乐治疗,在治疗后发现儿童的情绪比治疗前有明显的改善,并且可以促进儿童感知觉的表达。石林等^[18]对地震孤儿团体实施以同伴交往为主题的绘画艺术治疗,结果表明绘画治疗对地震孤儿的空间表达能力发展产生了显著的积极影响。这些研究总体显示,艺术治疗对缓解儿童创伤后应激障碍

的情绪症状有着十分显著的优势。

4 儿童焦虑症

焦虑症,以焦虑情绪体验为主要特征,是神经症这一大类疾病中最常见的一种。GK Mojtaba 等^[19]探讨了绘画治疗对儿童分离焦虑症的影响,对初等学校的 30 名 7~12 岁运用 12 次绘画治疗后,发现实验组儿童焦虑症状显著下降。在另一项针对住院哮喘儿童的研究中,A Beebe 等^[20]发现艺术治疗能有效减轻哮喘患儿焦虑,提高其生活质量。FYS Angela^[21]通过研究,更是明确提出香港的儿科病房应考虑提供专业沙盘游戏,以缓解住院儿童的焦虑情绪。近年来音乐疗法已经广泛的应用于各种儿童心理障碍的治疗中,在干预儿童焦虑障碍中取得了很好的治疗效果。胡连新等^[22]采用交互式音乐治疗方法对 12 名患有焦虑障碍的儿童进行干预后,结果显示音乐治疗能降低儿童焦虑障碍患者的焦虑水平。李岩^[23]采用音乐治疗干预新入园幼儿园幼童们的分离焦虑情绪,发现音乐能抚慰儿童的心灵,帮助新入园幼儿战胜分离焦虑。对于焦虑症儿童而言,艺术治疗是一种十分有效的治疗方法。

5 智障儿童

智障儿童是指智能水平(智商)低于 70~75,在情感表达、自我照顾、家庭生活、人际交往、社区利用、自我导向、健康和安全、知识学习、业余生活和等工作等适应性技能方面存在两个或两个以上的明显缺陷的儿童。智力发展障碍是英国儿童音乐治疗临床实践的主要研究领域之一^[24]。张鸿懿教授关于智障儿童音乐治疗的实验表明:音乐治疗能够在一定程度上增进智障儿童的注意力(特别是灵活性)。陈苑^[25]对 4 名智力障碍儿童进行两年多的音乐治疗实验,她的结果证明:音乐治疗对智障儿童有从不同角度产生排除障碍的作用,但此研究仅有 4 名儿童,还有待更多研究的证实。除音乐治疗外,崔建华等^[26]通过试验对照研究,发现沙盘疗法也对改善智障儿童的自我概念、认知、语言方面效果显著。此外,刘淑霞^[27]发现艺术治疗能有效改善智障儿童的交往能力,从而提升其社会适应力和心理健康。因此,艺术治疗对智障儿童某些方面的改善的有一定的效果,但仍需要更多、更严谨而系统的研究证实。

艺术治疗在儿童心理精神疾病的治疗过程中,主要是通过小型团体辅导和个体辅导方式,通常为 6~8 次,每次 1 h 左右,每周 1~2 次,其内容为各种艺术治疗形式根据疾病本身、场地环境、儿童特点等因素的有机组合,而非统一的模式,正因为此也限制

着艺术治疗的推广与发展。但艺术治疗作为一种行之有效的方式在儿童心理精神疾病中具有广泛的应用前景,它对智障儿童、多动症儿童和自闭症儿童等问题的改善有独到的辅助作用,特别是对儿童的情绪问题有良好的治疗效果。艺术治疗在我国的起步较晚,随着人们对艺术治疗的了解及其疗效的进一步认识,随着艺术治疗规范化进程的制定和其在各领域不断的推广和应用,提升空间还很大,尤其是在儿童心理精神问题领域,将拥有着广阔的发展前景。

参考文献

- [1] 江开达. 精神药理学[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2007: 324-326.
- [2] Blum K, Chen TJ, Chen AL, et al. Do dopaminergic gene polymorphisms affect mesolimbic reward activation of music listening response? Therapeutic impact on Reward Deficiency Syndrome (RDS) [J]. *Med Hypotheses*, 2010, 74 (3): 513-520.
- [3] Mrazova M, Celec P. A systematic review of randomized controlled trials using music therapy for children[J]. *J Altern Complement Med*, 2010, 16(10): 1089-1095.
- [4] Rickson DJ. Instructional and improvisational models of music therapy with adolescents who have attention deficit hyperactivity disorder (ADHD): a comparison of the effects on motor impulsivity[J]. *Journal of Music Therapy*, 2006, 43 (1): 39-62.
- [5] 胡斌, 胡冰霜, 艾松松, 等. 绘画艺术治疗对学前儿童行为问题的矫治[J]. *现代预防医学*, 2011, 38(22): 4602-4603.
- [6] 李小红. 行为导向艺术治疗干预多动症儿童课堂干扰行为的个案研究[D]. 重庆: 西南大学, 2011.
- [7] Edward Todd Schwartzberg, Michael J, Silverman. Effects of music-based social stories on comprehension and generalization of social skills in children with autism spectrum disorders: A randomized effectiveness study[J]. *The Arts in Psychotherapy*, 2013, 40 (3): 331-337.
- [8] David L, Thais C. Music spectrum: a music immersion virtual environment for children with autism[J]. *Procedia Computer Science*, 2012, 40(14): 111-118.
- [9] Melinda J, Emery. Art therapy as an intervention for autism [J]. *Art Therapy*, 2004, 21 (3): 143-147.
- [10] 张雯. 自闭症儿童多因素调查分析及绘画艺术治疗干预[D]. 太原: 山西医科大学, 2009.
- [11] 李静, 王丹洋, 马敏, 等. 心理剧对自闭症患儿社交障碍干预的研究[J]. *护士进修杂志*, 2014, 29(5): 406-408.
- [12] McNiff S. Art therapy: A spectrum of partnerships[J]. *The Arts in Psychotherapy*, 1997, 24(1): 37-44.
- [13] Francie Lyshak-Stelzer, Pamela S, Chemtob, et al. Art therapy for adolescents with posttraumatic stress disorder symptoms: a pilot study[J]. *Art Therapy*, 2007, 24(4): 163-169.
- [14] Dalia A. Visual art therapy's unique contribution in the treatment of post-traumatic stress disorders[J]. *Journal of Trauma & Dissociation*, 2006, 6(4): 5-38.
- [15] Liz P. Children's adjustment following parental divorce: How effective is sandtray play therapy? [D]. United States: Capella University, 2011.
- [16] Lacroix, Rousseau C, Gauthier MF, et al. Immigrant and refugee preschoolers' sandplay representations of the tsunami[J]. *The Arts in Psychotherapy*, 2007, 34(1): 99-113.
- [17] 陈秀元. 团体音乐治疗在地震后灾区儿童中的治疗研究[J]. *中国健康心理学杂志*, 2009, 17(3): 316-318.
- [18] 石林, 陈芝蓉, 王玉凤. 艺术治疗: 培育地震孤儿同伴交往意识的新尝试[J]. *南京社会科学*, 2010, 21(9): 64-69.
- [19] Mojtaba GK, Jalil B, Hassan S. The effect of art therapy based on painting therapy in reducing symptoms of oppositional defiant disorder (ODD) in elementary school boys [J]. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 2013, 84(9): 1872-1878.
- [20] Beebe A, Gelfand EW, Bender B. A randomized trial to test the effectiveness of art therapy for children with asthma [J]. *J Allergy Clin Immunol*, 2010, 126(2): 263-266.
- [21] Angela FYS. Play therapy in HongKong: Opportunities and challenges[J]. *International Journal of Play Therapy*, 2010, 19(4): 235-243.
- [22] 胡连新, 黄钢. 交互式音乐治疗对儿童焦虑障碍的疗效[J]. *中国妇幼保健*, 2008, 23(1): 50-53.
- [23] 李岩. 新入园儿童分离焦虑的音乐治疗干预研究[D]. 石家庄: 河北大学, 2009.
- [24] 汪佳蓉. 注意力问题儿童可视音乐治疗策略的研究[D]. 上海: 华东师范大学, 2009.
- [25] 陈莞. 音乐治疗在智障儿童教育中的作用[J]. *教育探索*, 2006, 181(7): 92-93.
- [26] 崔建华, 黄兰荣. 箱庭疗法对智障儿童进行干预的实验研究[J]. *四川职业技术学院学报*, 2013, 23(4): 162-165.
- [27] 刘淑霞. 艺术治疗对提升智障儿童交往能力的研究[D]. 济南: 山东艺术学院, 2011.

收稿日期: 2014-07-19

本刊网址: www. cjchc. net