

绘画治疗在注意缺陷多动障碍的研究进展

陈颖¹ 石英¹ 于智羽¹ 雷英¹ 黄美琳¹ 王学娇¹ 程灶火²

1. 成都高新西南儿童康复医院, 成都;

2. 无锡市精神卫生中心, 无锡

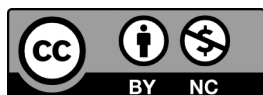
摘要 | 注意缺陷多动障碍 (attention deficit hyperactivity disorder, ADHD) 是一种常见的儿童青少年神经发育障碍。绘画治疗是一种非言语心理治疗方法, 可以提高 ADHD 患儿注意力、控制冲动和情绪管理能力, 缓解焦虑情绪。本文通过回顾国内相关研究, 探讨绘画治疗在 ADHD 患儿治疗中应用现状及存在的不足, 旨在为临床实践提供更为有效的治疗参考。本研究发现绘画治疗在 ADHD 患儿治疗中具有显著的疗效, 与其他治疗联合进行治疗效果更好, 绘画治疗对于 ADHD 的情绪和社会功能改善研究较少。本研究发现当前研究的不足: 绘画治疗在 ADHD 中的实证研究较少, 现有研究大多是以个案或者小样本研究为主, 缺乏大样本的随机对照研究; 在绘画治疗疗程设计上, 干预频率、时长差异巨大, 这对于治疗效果应该有直接影响, 在研究中没有明确说明; 干预过程中绘画内容呈现出一致性, 缺乏差异化。

关键词 | 注意缺陷多动障碍; 绘画治疗; 干预

Copyright © 2024 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



注意缺陷多动障碍 (attention deficit hyperactivity disorder, ADHD) 是一种常见的神经发育性障碍, 以注意缺陷、活动过度、行为冲动、品行障碍等为主要临床表现, 症状会持续到青春期, 有的甚至进入成年期, 对患儿造成多方面的影响, 包括不同程度的学业困难、同伴关系困难、情绪心理问题^[1]。据统计 ADHD 国际上的患病率约为 7.2%^[2], 在我国儿童和青少年 ADHD 的患病率为 6.26%, 男童高于女童^[3]。有研究表明, 绘画治疗 (Painting Therapy) 对于焦虑^[4]、抑郁^[5]、情绪障碍^[6]有治疗效果, 对自闭症, ADHD 等特需儿童也有良好治疗效果。

本文通过对绘画治疗用于 ADHD 患儿的研究应用进行综述, 回顾了绘画治疗的原理以及疗效研究, 为临床和科研工作者提供参考。

1 绘画治疗原理及其优势

绘画治疗是一种以绘画为媒介的非语言的表达性艺术治疗方式^[7], 基于心理投射理论和大脑偏侧化、心理动力学的理论基础, 在表达性艺术治疗基础上进行发展, 通过绘画的创作过程绕过心理防御机制直达潜意识, 象征性地表达个体的内心感受和情绪状态, 以达到稳定和调节情感, 治疗心理疾病或矫正行为问题的目

基金项目: 成都市卫健委批准开展的临床研究项目 (项目编号: 2023588)。

通讯作者: 黄美琳, 成都高新西南儿童康复医院副主任医师, 研究方向: 发育行为儿科。

文章引用: 陈颖, 石英, 于智羽, 等. 绘画治疗在注意缺陷多动障碍的研究进展 [J]. 中国心理学前沿, 2024, 6 (12): 2239-2242.

<https://doi.org/10.35534/pc.0612253>

的^[8,9]。绘画治疗允许患者以一种非评判性的、不受限制的方式表达自己,而无需担心被评判或误解,这是绘画治疗优于传统语言治疗的方式^[10]。绘画治疗可以提升专注力,舒缓压力,提升人际交往能力^[11]。绘画治疗不受患者语言、年龄、认知能力和绘画技巧的限制,可以应用于各个年龄段的人群,包括儿童、青少年和成人。

绘画治疗属于非语言的治疗方式,有很多的优势。第一,绘画治疗中创设自由的创作空间,患儿可以自由表达自己想要表达的内容,而不被限制。这符合孩子的天性,尤其是ADHD患儿不喜欢被限制的特点。第二,绘画治疗非语言的表达方式,它非常适合ADHD患儿中某些孩子难以用语言表达自我需求,冲动控制性差和以冲动的方式来表达自己需求的特点。第三,绘画治疗具有安全性和隐秘性,患儿在治疗师的陪同下,不需要担心被人评判和指责,可以让患儿更加开放和放松,有助于治疗过程的推进。第四,可视化和具象化,ADHD患儿有较多的消极情绪,其觉察能力和情绪调节能力低。绘画治疗能够将抽象的、难以表达的情感和问题转化为可视的形式,使他们更容易理解和处理,更好地获取信息和发现问题,找到解决方案。第五,它可以绕过来访者的防御直达内心深处,非常适合ADHD儿童青少年。

2 绘画治疗在 ADHD 患儿治疗中的疗效

2.1 有效改善 ADHD 的行为问题

研究表明绘画治疗对ADHD患儿有良好治疗效果,可以增强注意力的稳定性,提升注意力,遵守规则,减少干扰性和多动冲动行为。苏丽贤等^[12]对学龄前期诊断为具有行为问题的学龄前儿童绘画治疗的效果研究,发现接受绘画治疗的患儿在多动—冲动、多动指数上明显下降。陈妍等^[13]研究绘画治疗对ADHD患儿课堂干扰行为,随机选取60名患儿分成对照组和观察组,对观察组进行为期8周,每周一次45分钟的绘画治疗。研究结果显示,接受绘画治疗的ADHD患儿在遵守老师指令、不擅自离开位置、积极参与课堂、上课不发噪音、不重复老师讲话等方面取得明显进步。根据Conners儿童行为问卷的教师量表和家长量表调查发现,绘画治疗干预后在ADHD品行问题、不注意—被动、多动和多动指数都有下降,表明绘画治疗可以有效干预ADHD患儿的冲动行为问题,提升注意力。王芳等^[14]选取了79名ADHD患儿随机分组,对实验组患儿进行为期6周,每次40分钟,共240分钟的绘画治疗,结果显示实验组患儿自控力、规范性能力有显著提高,而注意稳定性、多动性、冲动性、行为盲目性、品德问题、干扰性、冲突性等现象则有极其显著性地改善。樊香麟等^[15]选取20名ADHD患儿随机分组,对观察组进行了14周,每周4次,每次120分钟的绘画治疗,结果显示品行行为问题、学习问题、冲动多动

指数有所下降。

2.2 有效改善 ADHD 情绪问题

崔蕾等^[16]对ADHD研究中也发现绘画治疗可以缓解患儿的焦虑情绪。孙国胜^[17]对患儿进行6个月的绘画治疗的研究中发现,绘画治疗可以改善亲子关系和情绪问题,绘画治疗不仅可以表达释放情绪,处理心理创伤,还可以让患儿的自我形象、自尊或自我概念、社交技能等得到提高。苏丽贤^[12]对学龄前期诊断为具有行为问题的学龄前儿童进行绘画治疗干预后发现,绘画治疗可以改善患儿的焦虑情绪。周英^[18]对情绪障碍患儿的研究也发现绘画治疗可以降低患儿抑郁和焦虑情绪。

2.3 联合药物治疗或其他干预对 ADHD 患儿叠加效果

苏丽贤等^[12]对学龄前期诊断为具有行为问题的学龄前儿童进行了感觉训练联合绘画治疗的效果研究。通过Conners儿童行为问卷结果对比发现,接受绘画治疗的患儿在多动—冲动、焦虑、多动指数上明显下降。在训练感觉的基础上增加绘画治疗帮助孩子表现自我、发泄不良情绪,结果显示联合干预对有意注意和异常行为的效果更为显著。在学习能力、平衡感觉、触觉防御、本体感觉有更好的效果。崔蕾等^[16]选取60名患儿随机分组,让实验组患儿在进行药物治疗和日常心理辅导基础上,增加社交训练和绘画治疗。两组治疗后Conners量表各因子结果比较,多动指数、焦虑、多动—冲动三因子有显著差异,说明联合干预对于学龄前患儿的问题行为有更显著改善效果。蒋红梅等^[19]研究结果表明,绘画治疗联合药物治疗,比单独的药物疗法更利于提高ADHD患儿的执行功能、注意力水平,降低焦虑水平。

绘画治疗对ADHD患儿的临床研究结果具有显著疗效。绘画治疗在改善注意力,控制多动和冲动、增强执行功能,改善情绪问题方面均有显著疗效,绘画治疗联合其他治疗方式可以使治疗效果叠加。

3 绘画治疗在 ADHD 患儿治疗临床研究中的不足

绘画治疗作为一种非言语心理治疗方法,在ADHD患儿治疗中具有显著的疗效,与其他治疗联合进行治疗效果更好。然而,目前绘画治疗在ADHD患儿治疗的临床研究方面仍存在一定的不足。

第一,绘画治疗在ADHD中的实证研究较少。虽然分别研究ADHD和绘画治疗的文献较多,在知网上搜索关键词“注意缺陷多动障碍”“多动症”共有3394篇相关论文,搜关键词“绘画治疗”有461篇相关论文,但是绘画治疗对ADHD治疗效果的实证研究只有6篇,苏丽贤等^[12]进行了感觉统合训练联合绘画艺术治疗对学龄前儿童行为问题的干预研究,陈妍等^[13]研究了绘画艺术对多动症儿童课堂干扰行为干预,王芳等^[14]进行了绘画对多

动症儿童干预的效用分析, 樊香麟等^[15]进行了绘画疗法对注意缺陷多动障碍儿童干预效果分析, 崔蕾等^[16]进行了绘画艺术疗法结合社交行为训练方案对注意缺陷多动障碍患儿症状改善的研究, 蒋红梅等^[19]研究盐酸托莫西汀联合绘画艺术疗法治疗儿童注意力缺陷多动障碍的效果, 孙国胜等^[17]研究了绘画治疗对情绪障碍儿童亲子关系的作用。

第二, 现有研究大多是以个案或者小样本研究为主, 缺乏大样本、随机对照实验设计的研究。搜索到的6篇实证研究中样本量都在20~100之间。在样本总量中发现男孩多于女孩。

第三, 在治疗疗程设计上, 干预频率、时长差异巨大, 这对于治疗效果应该有直接影响, 在研究中没有明确说明。搜索到的6项绘画治疗对ADHD干预的研究中, 研究者崔蕾^[16]和蒋红梅^[18]等对干预时长频次设置一致, 均为分4阶段, 每个阶段1个月, 每周两次, 每次60分钟, 共1920分钟。研究者王芳^[14]等采用每周1次每次40分钟, 共6次, 绘画治疗总时长240分钟为最低。樊香麟等^[15]采用干预14周, 每周4次每次120分钟, 治疗总时长为6720分钟, 是频率最高时间最长的。

第四, 干预过程绘画内容呈现出一致性, 缺乏差异化。六项研究中研究者^[13-16]四项都采用了相似的绘画过程。绘画治疗分为4个阶段, 第一热身练习, 主要内容为涂鸦、画颜色、随意画、吹墨画、画直线、画形状等; 第二为肖像画, 主要内容为自画像、画妈妈、画爸爸、画同学、画老师、任意画像等; 第三为场景画, 主要以画房间、画教室、画办公室、画超市、画天安门广场、画任意场所等; 第四为自由画, 主要画大海、画花草、画天空、画动物、画森林、画高山等。樊香麟等^[15]绘画干预过程较前面研究增加了色彩归类和调色游戏, 其他均未表现出显著差异。

第五, 绘画治疗对于ADHD的情绪和社会功能改善研究较少。尽管绘画治疗对情绪障碍、自闭症、ADHD患儿有改善, 但是在研究中可能由于ADHD患儿的情绪问题更容易转化为行为问题, 以及研究观察统计工具的使用原因, 只看到了绘画治疗对ADHD焦虑情绪的改善有所呈现。

4 展望

综上所述, 今后的研究工作可以更全面探索绘画治疗在注意力缺陷多动障碍(ADHD)中的治疗效果, 以期为临床实践和学术研究提供更为严谨和科学的依据。未来的研究可以采用更丰富的样本量拓宽绘画治疗的外部效度, 同时增加大样本和随机对照实验设计验证, 采用规范化的绘画治疗研究设计, 更加关注干预频率、时长等关键因素的设置和讨论, 以便为ADHD患者提供更为有效和个性化的治疗方案。

在未来的研究中可以进一步探讨绘画治疗的作用机

制, 治疗和追踪观察更长时间, 扩展绘画治疗对ADHD的主要症状和伴随问题的研究范围, 以达成更科学有效的ADHD治疗方案, 为临床实践提供更为科学、有效的参考。

参考文献

- [1] 江文庆, 杜亚松. 注意缺陷多动障碍与认知迟缓特质[J]. 中国儿童保健杂志, 2021, 29(6): 632-635.
- [2] Thomas R, Sanders S, Doust J, et al. Prevalence of attention-deficit/hyperactivity disorder: a systematic review and meta-analysis[J]. *Pediatrics*, 2015, 135(4): e994-e1001.
- [3] Wang T T, Liu K H, Li Z Z, et al. Prevalence of attention deficit/hyperactivity disorder among children and adolescents in China: a systematic review and meta-analysis[J]. *BMC PSYCHIATRY*, 2017(17).
- [4] 陈敏. 绘画治疗在焦虑症中的应用效果观察[J]. 世界最新医学信息文摘, 2019, 19(17): 63, 67.
- [5] 冉曼利, 王敏建, 蒋国庆. 舍曲林联合绘画治疗青少年抑郁症疗效观察[J]. 中国药业, 2021, 30(11): 74-76.
- [6] 黄雪竹, 杜姝昱, 任冬梅, 等. 绘画治疗在儿童情绪障碍中的疗效分析[J]. 大家健康(学术版), 2013, 7(23): 151-152.
- [7] 汤晓霞. 表达性艺术治疗的浅议及运用[J]. 赤峰学院学报(自然科学版), 2011, 27(12): 199-201.
- [8] 袁俊枚. 探究心理康复中绘画治疗的重要作用[J]. 心理月刊, 2021, 16(7): 216, 230.
- [9] 陈菊. 作为艺术家的儿童社会工作者——艺术治疗在自闭症儿童中的应用[J]. 法制与社会, 2014(5).
- [10] 格罗姆. 儿童绘画心理学[M]. 北京: 中国轻工业出版社, 2008: 16-30.
- [11] 刘欣竹. 以画养心——正念绘画治疗在美术课堂中的应用探索[J]. 成才之路, 2023(11): 125-128.
- [12] 苏丽贤, 余强, 黄哲兰, 等. 感觉统合训练联合绘画艺术治疗对学龄前儿童行为问题的干预研究[J]. 泰山医学院学报, 2021, 42(2): 145-147.
- [13] 陈妍, 李勇. 绘画艺术在多动症儿童课堂干扰行为干预中的应用[J]. 中国学校卫生, 2022, 43(9): 1367-1371.
- [14] 王芳, 李彬彬. 绘画对多动症儿童干预的效用分析[J]. 中国特殊教育, 2017(3): 59-64.

- [15] 樊香麟, 苑璞. 绘画疗法对注意缺陷多动障碍儿童干预效果分析 [J]. 中国学校卫生, 2020, 41 (4): 543-546, 550.
- [16] 崔蕾, 张喆, 储成美, 等. 绘画艺术疗法结合社交行为训练方案对注意缺陷多动障碍患儿症状改善的研究 [J]. 精神医学杂志, 2022, 35 (5): 521-525.
- [17] 孙国胜, 高春强, 黄云华, 等. 绘画治疗对情绪障碍儿童亲子关系的作用 [J]. 当代医学, 2011, 17 (34): 137-139.
- [18] 周英, 张志平. 绘画疗法在儿童情绪障碍中的应用效果分析 [J]. 生命科学仪器, 2022, 20 (S1): 83-84.
- [19] 蒋红梅, 王敏建, 蒋国庆, 等. 盐酸托莫西汀联合绘画艺术疗法治疗儿童注意力缺陷多动障碍的效果 [J]. 中国临床研究, 2019, 32 (8): 1025-1028.

Clinical Effectiveness of Drawing Therapy for Intervention with Children with Attention Deficit Hyperactivity Disorder

Chen Ying¹ Shi Ying¹ Yu Zhiyu¹ Lei Ying¹ Huang Meilin² Wang Xuejiao¹ Cheng Zhaohuo²

1. Southwest Children's Rehabilitation Hospital, Sichuan province, Chengdu;

2. Wuxi Mental Health Center, Wuxi

Abstract: Attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) is a common neurodevelopmental disorder in children and adolescents. Painting therapy is a non-verbal psychotherapeutic method, which can improve the attention, impulse control and emotion management ability of children with ADHD, and relieve anxiety. This article reviews the relevant studies in China and discuss the current status and shortcomings of the application of Painting therapy in the treatment of children with ADHD, with the aim of providing more effective therapeutic references for clinical practice. This study found that painting therapy has significant therapeutic effects in the treatment of children with ADHD, and its efficacy is even better when combined with other treatments. However, there is limited research on the improvement of emotional and social functions in ADHD through painting therapy. This study identified the shortcomings of current research: there are few empirical studies on painting therapy in ADHD, and most existing studies are case studies or small-sample studies, lacking large-sample randomized controlled studies; in the design of painting therapy sessions, there are significant differences in intervention frequency and duration, which should have a direct impact on treatment effectiveness, but this was not clearly stated in the study; the painting content during the intervention process shows consistency, lacking differentiation.

Key words: Attention deficit hyperactivity disorder; Painting therapy; Intervention