

对随班就读 ADHD 儿童的干预实践与方法探究

◎ 郭少云 (广东省深圳市宝安区燕山学校, 深圳 518100)

摘要: ADHD 儿童是随班就读中最为常见的特殊儿童。在普通教育中, ADHD 儿童因多动、冲动等行为表现而面临不太乐观的现实处境。及时地接受诊断并建立家庭—科任老师—心理老师的干预同盟, 对 ADHD 儿童的成长是必要与关键的步骤, 而绘画心理与沙盘游戏在心理层面的干预上发挥了较好的效果。

关键词: ADHD 儿童; 房树人主题绘画; 沙盘游戏; 干预同盟

中图分类号: G44 **文献标识码:** B **文章编号:** 1671-2684 (2022) 11-0037-05

一、普通教育中 ADHD 儿童的现实处境

ADHD 儿童是随班就读中常见的特殊儿童, 但很大一部分 ADHD 儿童的特殊性可能始终不为人所知。在求学过程中, 他们往往因品行、多动等行为表现被周围人排斥甚至厌恶, 因而逐步在集体中被边缘化。下面让我们看一首诗。

不安分的菲利普的故事

让我看看菲利普是否能成为一名小绅士
让我看看, 他这一次是否能够安静地就餐
于是, 爸爸命令菲尔安静坐好
妈妈的样子也很严肃
可是那不安分的菲尔啊
他没办法安安静静地坐着
他扭来扭去, 咯咯地笑着
前后摇摆着, 翘起他的椅子
就像在玩摇摆木马一样
于是, 我郑重地说: “菲利普, 我生气了!”

——海因里希·霍夫曼 (1865)

德国医生海因里希·霍夫曼所创作的小诗中的主人公菲尔所面对的是不少 ADHD 儿童的真实处境: 他们缺乏控制冲动的能力, 无法调节自身的行为, 他们常常显得过分活跃或多动。正因如此, ADHD 儿童常成为周围人批判的对象, 人们会认为他们不服管教制造麻烦的行为

是主观故意的。同时, ADHD 儿童也常因较难长时间投入学习而不能收获理想的学业成绩。

阿轩、阿乐、阿泽 (都是化名) 分别是本学期我接触到的三个与众不同的孩子, 阿轩和阿乐的成绩处于中下游, 阿泽处于中游。他们三个的共同点是: (1) 三个人都引起了各科教师的最大关注, 他们是班级中最让教师头疼、最需要同伴特殊对待的学生; (2) 教师对他们的智力持肯定态度, 认为他们有着中等以上的智商; (3) 他们常会受到家长的批评惩罚与质疑, 缺少来自父母无条件的关爱与陪伴。值得庆幸的是, 他们遇上了细腻包容的班主任, 被班主任推荐至心理咨询室。

二、随班就读 ADHD 儿童的辅导设计

(一) 绘画为始, 开启沟通

不少被推荐至咨询室的学生, 一开始并不愿意与心理教师沟通, 一方面可能与自身的表达能力有关, 另一方面缘于不被认可的经历。绘画往往能成为一个有效开启沟通的媒介, 打开儿童的话匣子。

选择最常用的房树人主题绘画, 绘画完毕, 让儿童围绕所画讲故事。在此过程中, 教师积极挖掘儿童的优势资源, 引导儿童在绘画与讲故事的过程中开放自我, 使其感受到来自教师的肯定与认可。

注: 本文获 2019 年广东省深圳市中小学心理健康教育成果评审个人类优秀教学成果一等奖及第八届“健康杯”心理健康教育优秀成果评选一等奖。

（二）多渠道了解 ADHD 儿童的行为特点

1. 课堂观察：走进儿童所在教室，观摩儿童的课堂表现，包括主科、术科，上午及下午的课堂表现，记录注意力集中于课堂的时间；

2. 科任教师：与科任教师沟通 ADHD 儿童的行为表现；

3. 家长：向家长了解儿童在家庭中的行为表现及幼儿园阶段的表现。

（三）说服家长接受专业检测

有些家长宁愿自己的孩子被看作是调皮，也不愿被查出是多动症，但这不利于儿童多动行为的矫正，专业检测对 ADHD 儿童是公平的。此阶段，将房树人绘画中的信息、所了解到的儿童行为特点全盘告知家长，站在儿童的角度，建议家长到医院的心理科接受专业检测。

（四）ADHD 确诊后的心理干预

1. 干预同盟的建立；
2. 沙盘游戏的持续跟踪；
3. 引导儿童逐步加强自我控制能力。

三、随班就读 ADHD 儿童的辅导过程

（一）通过绘画等多渠道了解儿童的行为特点

与阿轩、阿乐的沟通一开始是极不顺畅的，直到我采用绘画辅导，才开始转变。在房树人主题画完成后，我引导孩子们围绕自己的画讲故事。我首要做的是，在画中找积极资源，在对他们做出切实的肯定后，他们变得开放而滔滔不绝。我在沟通中了解他们的特点及其家庭，对他们的症状做出初步的预估。对于画面中发现的不足，则保留至与家长的谈话中。



图1 阿轩的房树人画

从课堂观察与教师交谈了解到：阿轩，一年级，期中考试每科分数为80分左右。他与班上的很多同学都能玩得不亦乐乎，他可能会离开位子，在教室中游走，也可能在地上玩，他无视很多明显的危险。我跟他说话时，他不会跟我有眼神接触，也几乎不会做回应，直到我决定让他画一幅房树人主题画。他的画面很饱满，充斥了很多上升中的泡泡，画面中出现几个玩伴，而他自己是一个动感的跳绳小男孩，人物偏小。（见图1）

阿乐，一年级，在不同的测验中得过20多分甚至0分，也得过96分。其中，96分是在班主任的耐心引导下，逐题读给他并鼓励他完成的，也正是通过这次经历，教师确定他不存在智力问题。在同伴交往中，阿乐相对退缩，他时常觉得别人不喜欢跟自己玩，于是不愿参加集体活动。阿乐也常出现情绪失控，曾因铃声打扰到自己午休而号啕大哭半个多小时。阿乐的房树人画面中，房屋画得多而精，人物则小到需要耐心去寻找才能看到，树木也很小。（见图2）



图2 阿乐的房树人画

阿泽，三年级，测验分数在80分左右，教师反映他很聪明，偶尔能够解答出难题。阿泽因频繁出现自我伤害行为而被带来咨询室，他的脸上、手上随处可见的伤疤是他自己用笔扎的，额头上一个黑

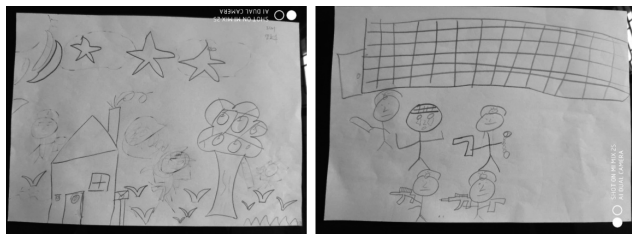


图3 阿泽的房树人画

青大包是用水杯撞击的。在我要求阿泽进行房树人绘画时，他一口气画了两幅。画面中的人物表现出挑战规则、被攻击、接受周围人的审判和伤害他人等行为。（见图3）

他们在班级中或其他的社交场合都承受着较大压力，他们不被大部分人所接受，常常被父母及教师批评或惩罚，还要承受来自同伴的不接纳与远离，以及其他不重要他人的非议。阿乐弯腰蜷缩在课桌下长达半小时之久的号啕大哭，让我感受到他内心的压抑与无助。在我蹲下来帮他擦拭眼泪和鼻涕并抱了他一下后，阿乐的情绪渐渐缓和下来，自此愿意主动与我沟通。

（二）积极联系家长，说服其接受专业检测

我通常会与父母面谈，了解孩子从小到大的表现及应对方式，将我从绘画中看到的资源与不足、孩子对家庭生活的感受进行反馈，说服家长面对问题，接受专业检测。这一步是关键且较有难度的。

三个儿童的家长表示，孩子自幼儿园起就常接到校方的多次反馈与邀请，他们感受到养育孩子格外艰辛。他们在与心理教师进行多次沟通，确认心理教师的善意后，接受了带孩子去检测的建议。在家庭教养方式的讨论中，我希望家长能够纠正消极态度，不再使用威胁、抵制、惩罚等不良方式，尽可能平静和理智。

（三）确诊ADHD后的心理干预

1. 建立干预同盟

通常家长在得知孩子被确诊为ADHD几天后，才会变得心态平和，他们会叮嘱儿童按时服用药物，也会请求科任教师宽容对待，并希望心理教师能够协助进行心理干预，形成家庭—科任教师—心理教师的干预同盟。

2. 周期性沙盘游戏

我采用的心理干预方式是儿童喜欢的沙盘游戏，遵循沙盘游戏干预的原理，每周分别对阿轩、阿乐、阿泽进行1次沙盘游戏干预，每次50分钟。沙盘游戏的步骤为：（1）开始了解阶段；（2）作品制作阶段；（3）作品的理解、体验阶段；（4）拍照与拆除。

ADHD儿童在沙盘游戏初期多使用动物、交通工具、军事工具等能量强大的沙具类型，主题多呈现战争等场景，在沙盘游戏过程中常有沙具移动频繁、沙盘较满和占据空间等特点。（见图4）



图4 ADHD儿童的沙盘作品（前期）



图5 ADHD儿童的沙盘作品（中期）

整个沙盘游戏将经历三个阶段：问题呈现阶段、抗争及积极重构阶段、综合转化阶段。中期（见图5），战争主题的正面方不断扩大，水的面积越来越大，表明儿童趋于正面与冷静；人与动物主题则逐步变得有秩序，水的面积增大，动物更趋向于悠然状态，表明儿童的秩序感增强，情绪趋于稳定。在此过程中，心理教师致力于为儿童营造一个“自由与受保护”的空间，他们在沙盘游戏过程中不断释放和调配着心理能量。

3. 自我控制小约定

心理教师与儿童协商，制定了一些小约定，比如：当你不能控制自己想要伤害他人或自己时，先做5个深呼吸；当你觉得特别压抑时，可以跟班主任请假来找心理老师；当你在课堂上坚持坐20分钟没有离开座位时，可以在下课时间把这个好消息告诉心理老师等。小约定形成后，我几乎每天都会收到他们的各种好消息。当他们在自我控制方面有进步时，我也会给予一定的物质奖励，这让他们无比开心。

四、随班就读ADHD儿童的辅导效果

（一）科任教师反馈

在学生确诊ADHD后，教师会给予更多的理解

与关怀，会与ADHD儿童设置一些小约定，帮助其提高注意力持续时间。学生在服用药物后，课堂纪律及冲动性行为等会有明显改善，与班级同学的交往也有明显转变。

（二）家长反馈

确定孩子的确为多动症后，对家长而言，是需要时间去接受的，并需要督促孩子按时服药及复诊。在与班主任、心理教师达成一致意见后，家长相对容易接受孩子一些较出格的行为，更注意保护孩子的自尊，对打击排斥等教育方式会有意识地减少使用。

（三）学业成绩

阿轩的学业成绩有显著提升，最近的一次英语成绩102分，语文成绩95分，相比之前的80多分，这个成绩让教师、家长及阿轩本人倍感惊讶。阿泽的学业成绩也由原本的及格线提高至80分以上。

（四）心理教师评定

1. 干预同盟在根本上促进ADHD儿童被关注并被公平对待，帮助ADHD儿童在学校及家庭中得到更适合的教育方式。但尚未实现三位儿童的彻底治愈，在未来的很长一段时间内，心理教师还将进行持续跟踪。

2. 从绘画心理的角度来看，三位儿童的内心都发生着悄然的积极转变。

阿泽的画面中没有了枪，人物张开双臂，坦荡开放；画面中原本的月亮变为四分之一的太阳，意味着阿泽原本的孤独感在向阳光面转变着，这也吻合了班主任的反馈，阿泽本学期以来不再有自伤行为，与同学关系也有所缓和。画面中还出



图6 阿泽的画

现了相对悠然的动物，与之前哭、被审判的画面形成很大对比，也意味着阿泽的内心相对坦然了很多。（见图6）

阿轩的画面变得相对清晰了不少，树冠明显变大，反映出他对自身的满意度有所提高。班级同学反映，阿轩常因为积极帮助他人、成绩显著提升等得到教师的赞誉。画中人物撑着伞，相对静态，这与阿轩近期的班级表现也明显一致。笑脸变成了画面的主要元素，且有不少植物的点缀，反映出阿轩最近的状态还是相对积极的。（见图7）

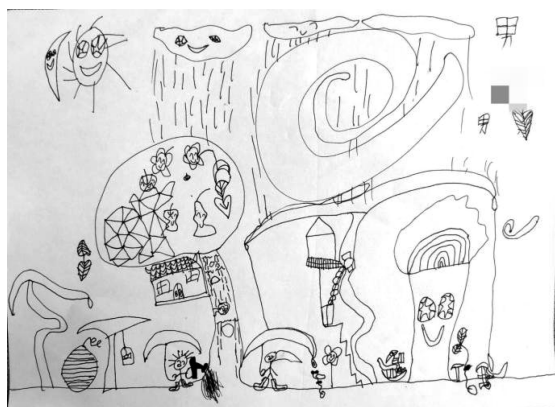


图7 阿轩的画

阿乐的画画面依然是错落有致，反映出阿乐的认知状况较好。最大的变化则为画中一个大笑脸赫然居中，反映出阿乐近期的情绪状态较积极，这与科任教师的反映一致。（见图8）



图8 阿乐的画

五、干预中后期反思

不足之处：缺乏心理干预效果的数据量化意识，未能对三位儿童前后的心理状态进行相关指标的差异性检验。

未来走向：三位儿童都有着各自鲜明的优点，却因接受较多的负面评价不够自信，画面中人物均比较小。如何引导他们认识到自己的优势，并充分

挖掘自己的优势，是后期的重点辅导方向。

六、心理教师对ADHD儿童干预的体会

(一) 掌握ADHD的核心特征

在我有限的认知中，“多动”一直被看作ADHD的关键特征，以致阿乐的诊断结果让我倍感意外，也正因此扩展了我对ADHD的认识。ADHD是一种神经发育问题，会导致分心、健忘、冲动，有时会伴随过度的、不停的躯体运动。现行的关于ADHD的概念将行为抑制、执行功能、对时间的认识和管理、目标导向行为看作ADHD在行为方面存在的主要问题。

(二) 接受专业的诊断是至关重要的转折

当心理教师几经努力无果后，需引起一定反思，结合儿童的行为表现简单进行辨别。然后有理有据地跟家长进行中肯的沟通，建议家长进行必要的诊断。多数家长对此都是不情愿的，他们宁愿希望孩子只是调皮，去做特殊性的诊断对家长来说是较难迈出的一步。对此心理教师要做到足够的共情，在对诊断的必要性做出客观的陈述后，等待家长的接受。

确诊对ADHD儿童是一件公平的事情，从确诊那一刻起，家长及教师都会试着去接受他们的特殊性，并遵医嘱督促儿童服药。药物往往会增强ADHD儿童的自我控制水平，科任教师会有明显的感觉，此时家长及儿童会收到来自教师的积极反馈，从而增强了面对的信心。

(三) 注重干预同盟的建立

ADHD儿童在没有确诊前，往往接受到来自各方甚至来自父母的不接纳，他们往往会形成初步的负面自我概念，比如我是不被喜欢的、我是令人讨厌的等。心理教师在干预过程中必须注重对积极资源的挖掘，用友善温和而有原则的态度对待他们。这会帮助ADHD儿童找到生活中的阳光角落，这个阳光角落会渐渐让他们觉得安心快乐，更愿意去展示自我积极的方面，同时他们也会更愿意倾听心理教师给予的建议。

当孩子在学校找到了快乐，家长会有积极的体会，他们会更愿意配合教师营造好的家庭氛围，逐步由负面批评转变为正面引导。

对ADHD儿童的干预过程，我认为建立好心理教师—ADHD儿童—家长—科任教师的干预同盟是非常必要且能达到事半功倍的效果。

(四) 有效干预方式的选择

在对ADHD儿童的干预中，沙盘游戏是有效的方法之一。沙盘游戏为ADHD儿童创设了自由与保护的空間，再加上心理教师静静地见证、不评价解释的干预态度，让他们摆脱了以往负面标签的影响，并促进他们发挥自主性与创造性，最终收获成就感。在沙盘创作中，他们将注意力集中于沙盘，多动和冲动问题得以缓解。沙盘的尺寸和边界限制了ADHD儿童的活动范围，避免其分散注意力，同时又提供了内在探索的空间，逐步培养ADHD儿童的自主和自控能力。

七、结语

ADHD儿童是随班就读中最为常见的特殊儿童，因注意力不集中、冲动、自我控制水平低等是大多数儿童时有发生的现象，也因此被忽略了其特殊性，未能接受特殊教育。ADHD儿童大多在接受普通义务教育，心理教师在这个干预中起着关键性作用，积极去认识ADHD儿童的特殊性，探究ADHD儿童的干预策略是非常必要的，这关乎着ADHD儿童的终身发展与幸福。

参考文献

- [1] Daniel P. Hallahan, James M. Kauffman, Paige C. Pullen. 特殊教育导论(第十一版)[M]. 肖非, 等译. 北京: 中国人民大学出版社, 2010.
- [2] 徐洁, 张日昇, 张雯. ADHD儿童的箱庭治疗过程及效果[J]. 中国临床心理学杂志, 2008(4): 440-445.
- [3] 张雯, 张日昇, 王文姬. ADHD倾向小学生的箱庭作品特征研究[J]. 中国临床心理学杂志, 2013(6): 992-996.
- [4] 蒋雪雪. 《注意力缺陷多动症: 人应皆知的事实》(第一章和第八章) 翻译实践报告[D]. 郑州: 郑州大学, 2018.
- [5] 王巧敏, 黄钢, 章小雷, 等. 沙盘游戏治疗儿童注意权限多动障碍的对照研究[J]. 中国心理卫生杂志, 2010, 24(9): 691-695.
- [6] 赵香华. 绘画治疗, 解读心灵的“锁钥”[J]. 心理技术与应用, 2014, 2(1): 53-56.