

多动症儿童家庭教育的个案干预研究

朱海燕, 赵希希*

华北理工大学心理与精神卫生学院, 河北 唐山
Email: 2293174247@qq.com, *zhaoxixi@ccmu.edu.cn

收稿日期: 2021年6月27日; 录用日期: 2021年7月30日; 发布日期: 2021年8月6日

摘要

多动症(Attention deficit and hyperactivity disorder, ADHD)又称为注意力缺陷障碍/多动障碍,患有注意力缺陷或者多动症障碍的儿童容易在课堂上以及作业任务完成的过程中出现注意不集中,甚至是捣乱的现象,同时更大可能性地出现学业成绩困难的情况,在与同龄人、父母和老师的关系中也容易出现相关的问题。主要问题是活动过多、注意力不集中、对立违抗障碍、焦虑症等。在此基础上引导父母转变教育方式,同时通过制定干预方案来提高其专注力、提高自信心,进而取得好的成效。

关键词

多动症, 注意力, 个案研究

Case Intervention Study on Family Education of Children with ADHD

Haiyan Zhu, Xixi Zhao*

College of Psychology and Mental Health, North China University of Science and Technology, Tangshan Hebei
Email: 2293174247@qq.com, *zhaoxixi@ccmu.edu.cn

Received: Jun. 27th, 2021; accepted: Jul. 30th, 2021; published: Aug. 6th, 2021

Abstract

ADHD is also called attention deficit disorder/hyperactivity disorder (ADHD). Children with attention deficit or hyperactivity disorder are prone to inattention or even trouble in class and in the process of completing homework tasks. At the same time, academic difficulties are more likely to occur, and related problems are also prone to appear in the relationship with peers, parents and

*通讯作者。

teachers. The main problems are too much activity, lack of concentration, oppositional defiant disorder, anxiety disorder, etc. On this basis, guide parents to change their education methods, and at the same time, and improve their concentration and self-confidence through the development of intervention programs, so as to achieve good results.

Keywords

ADHD, Attention, Case Study

Copyright © 2021 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 问题提出

注意力缺陷多动障碍是儿童最主要的神经行为问题之一, 在整个世界范围内都有较高的患病率, 患病率在 2% 到 18% 之间(Berger, 2011)。DSM-IV-TR 标准将 ADHD 分为了三种亚型: 多动冲动型, 注意力不集中型, 以及两者结合型。注意力缺陷多动障碍经常与多种精神障碍并存, 如学习障碍、行为障碍、抑郁和焦虑障碍。在注意力缺陷多动障碍的学业水平上, 注意缺陷/多动障碍(ADHD)与低成绩水平、阅读和数学标准化考试成绩水平低以及成绩保留度的提高都有着密切的关系(Loe & Feldman, 2007)。

2. 研究方法

2.1. 研究对象

小贾(化名), 9 岁半, 现在就读于北京一所小学的三年级。小贾和其他同学没有明显的生理差异, 主要在行为上表现为好动, 控制不住自己, 并伴随抽动症。在医生的建议吃药治疗, 但没有什么效果, 目前并没有接受药物控制。

2.2. 基本行为特征

2.2.1. 注意力不集中, 多动

儿童注意力不集中以及多动的现象是在国内儿童教育中一种常见的困扰, 表现在注意力难以集中, 活动量大以及容易冲动。这些行为也会导致儿童在课堂学习中难以较好的接受知识造成学业上的困难, 人际关系上的不良影响, 甚至影响家庭生活。在陪同小贾的学习过程中, 一般在学习的前十分钟能够保持注意力, 随后开始频繁地以接水喝、上厕所等理由来要求离开座位外出。同时总是喜欢不停地吹额头前的碎发, 不间断的蹙鼻。

2.2.2. 情绪不稳定, 存在焦虑的情绪

注意力缺陷多动障碍通常伴有焦虑症, 在许多样本中发病率接近 25%。当正确完成作业或者是提前完成作业时, 会表现出特别夸张的表情, 情绪很兴奋甚至有时会离开自己的座位跑出去。当小贾学业中稍微遇到一些问题, 又开始受到打击。作业学习的过程中, 反复的询问今天的学习任务, 每次回答完小贾的问题之后, 间隔十分钟左右, 小贾又开始询问整个地学习任务。同时, 每当作业完成的尾声时, 情绪出现严重的焦虑状态, 表现出哼哼唧唧的状态, 不断地哀诉自己无法完成这样的作业。

2.2.3. 缺乏安全感

安全感是儿童成长历程中非常重要的心理需要, 同时儿童期也是建立安全感的重要时期, 家庭是获得安全感的重要场所(肖晓娟, 2011)。小贾在学习的时间总是不断地追问父母来接他的时间, 当告知他确定的时间以后, 依旧会频繁地询问或者是确定父母何时来接他的时间, 这是他安全感缺乏的重要外在表现。儿童没有建立好安全感会引发许多问题, 小贾行为上出现攻击性的行为其中也有一部分的原因是来源于安全感的缺乏, 特别是当课程辅导接近完成的时候或者是遇到小的挫折会出现严重的焦虑问题其中不难发现其安全感的缺失。

2.2.4. 品行问题

品行问题主要指的是品德和行为问题, 在小贾的身上主要体现在对立违抗障碍, 有一定的攻击性同时经常性的撒谎和欺骗(马良, 2017)。对立违抗障碍是一种行为障碍, 主要表现为做事故意惹恼他人并挑衅, 拒绝执行要求、不合作、质疑规则或者是拒绝遵循规则, 并且喜欢在完成作业的任务中发脾气扔东西。小贾在学习过程中的不配合, 会表现出向人吐口水, 冲动性地说脏话。在犯了错误之后会故意的对老师进行挑衅。

2.3. 研究方法

本研究主要采用了质性研究中的个案研究方法, 在某一个案所处环境的背景下对单个案例或事件进行深入的纵向研究, 并在这一过程中观察事件、收集数据、分析信息并在很长一段时期内得出结果。本次研究在主要在正常的生活和学习的环境下, 通过多种方法来进行研究, 观察个案的行为和思维的变化。

3. 研究的干预方案

3.1. 注意力训练常态化

在小贾的放学后给他安排注意力训练活动。1) 练字: 小贾对练字没有抵触情绪, 有时更是要求主动练字, 在练字的过程, 心情更容易平静下来。2) 角色扮演辅导模式: 多动症儿童在学习的过程难以集中注意, 通过角色扮演的方式, 将小贾带入到英语和语文的课文学习中, 角色扮演的过程中, 能够更加轻松地进行学习, 提高其学习过程中的注意力能力。角色扮演的方法不仅可以诱导参与者快速理解学习的内容, 同时也能将理论化的知识转化为经验的形式, 提高了对知识的理解和掌握能力(Sogunro, 2004)。发展心理学家让·皮亚杰(Jean Piaget)描述了两种学习模式: “同化”和“适应”。在学习过程中的死记烂背的过程中更多的是同化。目前教育主要是针对容易测验的知识进行教导, 应用同化的方式, 而目前学生更需要的是适应型学习, 掌握好学习技能, 而不仅限于事实知识(Blatner, 2009)。

3.2. 行为主义的刺激、强化和消退

目前行为主义学习理论已经被用于不同的学科教学过程中, 并取得不错的效果。行为主义的学习过程主要是刺激、强化和反应的过程。在陪同小贾学习的过程中, 主要实行先易后难和小步子的原则, 采取循序渐进的方法, 根据小贾自身的学习情况, 进行先易后难的选择, 通过先做简单题来提高小贾的自信心和意愿度。小步子原则指的是根据小贾的学业和注意力的水平, 将较多的学习任务分解成较小的任务, 每个时间段来制定少量的题目, 争取做到多频次、少题量, 随着小贾水平的提高, 再根据具体的情况来制定每时段的任务量, 以提高案主学习的积极性。当案主顺利完成任务时, 及时给予相应的奖励, 比如案主比较喜欢的小贴画或者是小红花。当案主学习过程中出现良好的行为、提高或者按照要求完成某一任务的时候, 给予及时地强化。有时案主在进行家庭作业过程中会故意做鬼脸引起注意或者是想

谈论一些毫无相关的其他话题, 给予不加理会的态度, 以消退此类行为。同时也会遇到一些攻击性的行为, 比如在教学的过程中, 有时小贾会突然向我扔橡皮甚至会出现想扔危险坚硬的物品, 例如小贾在一次工作突然拿起放在桌子上的门锁准备想往我的身上扔, 这一危险的举动引起了我的注意和重视, 必须要让小贾认识到这件事情的严重性, 能够认识到如果他真的失手扔到我的后果, 我就拿起门锁对他磕了一下, 让他能够体会到当这件事情发生在自己身上的感受, 当时小贾由于感到一些痛就开始情绪过激, 坐在座位上大哭, 我就在一旁安静地陪着他, 等他情绪稍微缓和一些, 就开始和小贾就此事进行了讨论, 开始是由我先说自己的这个行为程度并不够强, 也并没有很用力磕他, 他就已经有这么强烈的感受了, 然后向他诉述如果他真的做了这件事会带来的严重后果, 比如老师被受伤送进医院里, 他也因此会赔偿或者进入少管所等等。小贾也开始加入讨论, 并说自己这样做会伤害到老师, 会让老师感受到疼痛, 而且会给自己带来许多不良的严重后果等。最后对小贾进行了安抚和安心, 询问他有没有真的特别痛或者受伤, 小贾表示没有什么事情。总之, 对待这类性行为就要采取相应的措施, 让孩子认识到自己行为的错误, 必要时采取同样的类型方式给予类似的刺激, 让孩子能够真实的体会到被攻击者的当时的感受, 有时孩子会由于自己的遭受出现情绪激动的情况, 需要给孩子情绪释放和冷静的时间, 等孩子情绪渐渐平复后, 及时向孩子解释行为的原因和可能发生的后果并引导孩子自己来解释行为可能导致的不良后果, 提高孩子的心智化水平。

3.3. 运动训练释放精力

运动和体育锻炼已经被应用于多动症儿童的治疗, 很多研究表明运动和体育锻炼可以提高多动症儿童的认知能力, 减少其破坏性的行为, 改善社交水平(Kang, Choi, Kang, & Han, 2011)。Claudia Verret 等人的研究结果也表明了参与体育活动项目是可以提高多动症儿童的肌肉能力、运动技能以及较好的信息处理水平。有组织的体育活动将会多动症儿童能力的提升和功能的恢复有着较好的临床意义(Verret, Guay, Berthiaume, Gardiner, & Beliveau, 2012)。对于运动训练, 每天下午, 小贾会接受 30~40 分钟的运动训练, 运动的训练的方式主要为: 匀速跑步、双脚跳、手脚开合跳、小栏架高低跳等, 同时在周末也会进行定量的户外跑步和球类运动。通过这种运动训练来消耗其多余的精力, 拥有较为平和的心态, 减少其攻击行为发生的可能性, 同时在集体运动训练过程中, 提供同伴交往的机会, 提高孩子的同伴交往的发展能力。

3.4. 心理干预

针对心理干预, 主要是从父母和孩子两方面分别展开。对待孩子方面: 1) 尊重与爱, 儿童作为一个完整、独立的个体, 同样也需要同等的尊重与关爱, 尊重孩子身上特有的个性, 拒绝任何贴标签的行为, 理解孩子的情绪, 能够看到孩子背后的需求。在和小贾一次聊天中, 小贾自述他永远改不了那个坏习惯, 就是偷东西。其实这并不一定是小贾的真实感受, 小贾在生活中更多的是没有感受到周围人的信任。周围较多的人不相信他能够改变这个习惯, 同时他也会受到影响。小贾在同我讲述这件事情, 内心更多的想从这里得到支持。我跟小贾说他是可以改变的, 同时也相信他会改变, 最重要的事在这么和小贾说了之后, 他自己也能够相信他是能够改变的。现实的情况不可能要求周围的人都去相信他, 但对于小贾来说, 是需要让他知道身边是有人在相信和支持他, 这能够给他更大的力量和勇气。2) 聚焦优势, 在和案主的沟通和学习过程中, 聚焦于案主身上展现的优势, 而不是聚焦问题, 同时利用优势来引导其进一步地发展。在同小贾的工作中, 发现小贾的数学计算能力比较强, 可以通过对计算能力的挖掘, 同时鼓励小贾对其他类型题目的尝试, 来提高他对数学学习的兴趣和信心。通过此类方法使用迁移的方法将小贾的自信心迁移到其他的事物上, 让案主发现自身的优势。3) 建立良好的师生关系, 在和小贾的学习之外,

会玩一些游戏或者陪案主一起参加运动, 比如课外一起打篮球、比赛跑步等等, 营造良好的师生关系, 培养相互的信任感, 同时较好的师生关系对案主的朋辈关系也会产生积极的作用。父母方面: 通过与父母的沟通了解当前父母主要担心和焦虑的地方以及父母当前的教养方式, 定时和孩子的父母交流孩子目前的状况和改变, 鼓励父母对孩子树立信心, 相信自己的孩子。同时对于父母的一些教养观点提出自己的看法和认识, 同父母共同探讨, 共同努力促进孩子的健康发展, 提高儿童的安全感能力。建立良好的安全感有利于儿童健康地成长, 能够促进儿童形成较好地人际关系能力, 同时获得良好地群体归属感能力, 能够促使儿童敢于勇于积极地探索外部的世界。

4. 研究成果

4.1. 注意力的提升

注意力在日常的学习和工作中都占有重要的地位, 注意力水平的提高能够促使孩子的学业更加顺利, 更有利于未来的成长。通过半年的相处, 小贾的注意力水平也有了较大的提升, 在刚开始接触小贾的时候, 注意力只有保持最开始的五六分钟, 之后就开始难以继续作业, 主要表现为在桌子上扔橡皮, 离开自己的座位, 吃零食等行为。通过策略的采用和实施, 小贾在学业过程中的注意力能够保持到将近二十分钟, 也会存在一些状态不佳的情况, 但整体注意力水平有了较大的提升。

4.2. 学业成绩的进步

多动症儿童由于注意力不集中容易出现学习困难、学业水平较低等情况。小贾也同样存在这样的情况, 刚开始接触到小贾的时候, 通过父母了解小贾的语数外三门的成绩平均是在三四十分左右。父母对小贾的成绩也很关注, 希望小贾能够在学习上有所进步。在通过和小贾接触的半年过程中, 首先是小贾的英语成绩有了飞速的提升, 从期中考试二十多分提升到了期末考试的八十多分。其次小贾的数学能力在随后的学习过程中也有了较大的进步, 特别是在数学计算能力方面有了显著的提高, 数学成绩也在第二次的考试中提高了二十分左右。

4.3. 情绪管理能力的提高

情绪管理能力是一种心理特征, 儿童情绪管理能力的提高能够有效地降低焦虑水平以及减少攻击行为发生的频率(姚荣英, 陈军, 张勤, 朋文佳, 付连国, 2015)。小贾在前期的作业完成的最后总是出现严重的焦虑情绪, 并不断地发出哼哼唧唧的声音, 有时会陷入一边告诉自己要赶紧做, 一边又感觉自己完成不了作业的矛盾焦虑的情绪状态, 随着介入和干预的两个月左右, 小贾在作业完成过程中的这类情况完全消失, 整体情绪状态稳定, 焦虑状态极大地缓解。

4.4. 心智化水平的提高

心智化能力又称心理化, 指的是个体通过考虑其潜在的心理状态和意图来解释他人行为的意义的的能力(Midgley, Ensink, Lindqvist, Mal Be Rg, & Muller, 2017), 也就是一种换位思考和反思的能力。作为教育者, 在和小贾的相处中, 会遇到小贾发出一些故意干扰对方甚至比较危险具有伤害性行为的情况, 通过不断地交流和相处, 在认知上小贾在一些行为的过程或者行为后, 自己能够有反思, 开始考虑自己所做的事情给自己和他人带来的不良的后果, 并积极与我讨论行为发生可能诱发的不良后果, 能够认识到自己的某些行为的伤害性和严重性, 同时在情感上, 小贾能够体会和理解老师的感受, 也能够理解老师有时做的一些事情虽然剥夺了他的喜好, 但确实为了他着想, 因此对待一些要求, 也能够理解老师去积极地配合和执行。

参考文献

- 马良(2017). 个案工作介入多动症儿童康复实务探究. 硕士学位论文, 郑州: 郑州大学.
- 肖晓娟(2011). 儿童安全感缺失的家庭教育归因与对策. 硕士学位论文, 长沙: 湖南师范大学.
- 姚荣英, 陈军, 张勤, 朋文佳, 付连国(2015). 情绪管理能力对4~6年级小学生交往焦虑与攻击行为的影响. *卫生研究*, 44(2), 211-215.
- Berger, I. (2011). Diagnosis of Attention Deficit Hyperactivity Disorder: Much Ado about Something. *Israel Medical Association Journal*, 13, 571-574.
- Blatner, A. (2009). *Role Playing in Education*. <https://www.blatner.com/adam/pdntbk/rlplayedu.htm>
- Kang, K. D., Choi, J. W., Kang, S. G., & Han, D. H. (2011). Sports Therapy for Attention, Cognitions and Sociality. *International Journal of Sports Medicine*, 32, 953-959. <https://doi.org/10.1055/s-0031-1283175>
- Loe, I. M., & Feldman, H. M. (2007). Academic and Educational Outcomes of Children with ADHD. *Ambulatory Pediatrics*, 7, 82-90. <https://doi.org/10.1016/j.ambp.2006.05.005>
- Midgley, N., Ensink, K., Lindqvist, K., Mal Be Rg, N., & Muller, N. (2017). *Mentalization-Based Treatment for Children: A Time-Limited Approach*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/0000028-000>
- Sogunro, O. A. (2004). Efficacy of Role-Playing Pedagogy in Training Leaders: Some Reflections. *Journal of Management Development*, 23, 355-371. <https://doi.org/10.1108/02621710410529802>
- Verret, C., Guay, M. C., Berthiaume, C., Gardiner, P., & Beliveau, L. (2012). A Physical Activity Program Improves Behavior and Cognitive Functions in Children with ADHD: An Exploratory Study. *Journal of Attention Disorders*, 16, 71-80. <https://doi.org/10.1177/1087054710379735>