

艺术心理治疗在特殊儿童心理健康问题的应用

赵 静 曹天苑 彭 娅 张云珍 张正国 刘婉秋
青岛大学 山东青岛 266071

摘 要: 随着经济社会发展,对特殊儿童的关怀逐渐受到社会关注。艺术心理治疗作为一种心理治疗模式,在心理健康教育领域具备独特的价值,在国内逐渐受到关注和重视。本文将从大学生群体出发,探究以艺术心理治疗为核心的方法,建立两个群体之间的联结,以期更好地为解决特殊儿童心理健康问题作出贡献。

关键词: 艺术心理治疗; 特殊儿童; 心理健康教育; 大学生

Application of art psychotherapy in special children's mental health problems

Jing Zhao, Tianyuan Cao, Ya Peng, Yunzhen Zhang, Zhengguo Zhang, Wanqiu Liu
Qingdao University, Qingdao, Shandong 266071, China

Abstract: With the development of economy and society, the care for special children has gradually received social attention. Art psychotherapy, as a mode of psychotherapy, has its unique value in the field of mental health education, and has been paid more and more attention in China. This article will start from the college students group, explore the art psychotherapy as the core method, establish the connection between the two groups, in order to better solve the special children's mental health problems to make contributions.

Keywords: Art psychotherapy; Special children; Mental health education; College students

一、研究背景

特殊儿童指的是与正常儿童在各方面有显著区别的各类儿童,狭义上的特殊儿童专指残疾儿童,即身心发展上有各种缺陷的儿童,包括智力残疾、听力残疾、视力残疾、肢体残疾、言语障碍、情绪和行为障碍、多重残疾、自闭症、阿斯伯格综合症等类型。据中国残疾人联合会数据统计,0-14岁的残疾人口约占全国残疾人口的4.66%。随着我国经济社会的发展,人口基数将会增

基金项目: 青岛大学大学生创新创业训练计划项目,项目编号: S202111065223

作者简介:

赵静(2000-),女,本文通信作者,本科,法语, E-mail: 15866436946@163.com;

曹天苑(2001-),女,本科,法语;

彭娅(2000-),女,本科,法语;

张云珍(2001-),女,本科,法语;

张正国(2000-),男,本科,汉语言文学;

刘婉秋(2001-),女,本科,法语。

加,特殊儿童的数量也将随之增加。党中央、国务院历来高度重视一老一小问题,一老一小也是社会普遍关注的最大的民生问题。特殊儿童群体的心理健康问题值得大众关注,促进其健康成长。

二、研究现状

艺术心理治疗是结合艺术与辅导、咨商与治疗的一种心理治疗或辅导方法。^[1]与传统的治疗相比,艺术治疗最大的特点就是为患者提供一种表达内心的媒介,进行情绪的宣泄和感情的释放。在社会生活中,艺术活动门类众多,文学、绘画、音乐等多种形式艺术在人们的生活中发挥着陶冶心灵、思想教育等独特作用,但作为一种专业的心理治疗方法出现则是在20世纪。20世纪初的欧洲,众多精神病患者在艺术创作中寻求安慰,表达自己内心的情感。60年代,美国和英国成为了最先通过艺术探索心理治疗并进行相关研究的两个国家。在美国,1961年《美国艺术治疗杂志》(American Journal of Art Therapy)创立,1969年美国艺术治疗协会(American Art Therapy Association,简称AATA)成立,正式将艺术与疾

病治疗结合在一起,并首次提出了艺术治疗的概念:“艺术治疗是一种心理治疗形式,指的是利用艺术媒介、艺术创作过程和当事人对所创作艺术作品的反应,实现对个人的发展、能力、个性、兴趣以及内心关注点与冲突点的反思的服务。艺术治疗提供了非语言的表达和沟通的机会。”^[2]除此之外,英国和美国都将艺术心理治疗纳入了高等教育体系,重视开展艺术心理治疗研究生教育,如美国纽约大学、英国伦敦大学金史密斯学院、德比大学等,形成了较为系统完备的体制,走在该研究领域的前沿。

截至本世纪初,艺术心理治疗主要有心理动力学、行为认知、人本主义、超个人心理学四种理论取向。比之临床治疗工作的丰富经验,许多治疗家对艺术心理治疗不甚感兴趣,艺术心理治疗的研究领域主要集中于绘画治疗和音乐治疗,相关机制的文献很少。^[3]

目前,相对国外而言,中国的艺术心理治疗正处于起步和兴起阶段。主要表现如下:艺术心理治疗相关方向受到广泛关注,研究态势已日趋活跃,研究视角多元交叉,在相对繁荣的研究成果中,应用性研究更为凸显。目前,国内已有将艺术心理治疗运用于实践的案例:在医学领域,慢性精神分裂症住院患者临床治疗中采用艺术心理治疗效果显著;艺术治疗已用于智障儿童、肢体残障儿童、有情绪和行为问题的儿童、器质性疾病患儿等,获得相当的疗效^[4];在学校教育教学中,相关研究逐渐热门,研究对象涉及各个层次的学生及其他特殊人群。但在中国现阶段的高等教育系统中,尚没有开设艺术心理治疗专业的学校,仅个别院校在美术学、心理学、教育学等相关专业下设了研究方向。与现实社会需要相比,艺术心理治疗的人才培养与相关研究仍存在缺口,具有很大的发展空间。^[5]

三、探究过程

与其他群体相比,大学生群体具有良好的亲和力、共情能力、创造力和学习能力,能够很好地与特殊儿童进行沟通,且具有较充足的时间进行志愿服务。在国家鼓励创新的背景下,探究将大学生群体与特殊儿童进行联系,一方面可以更好地发挥大学生的优势,激发其志愿服务的热情,另一方面也可以探索帮助特殊儿童解决心理问题的新道路,为特殊儿童带去力量。在志愿服务之余,尝试将手工产品进行义卖,以更好地在物质上帮助特殊儿童,并实现项目的自我造血。

(一) 大学生群体具备帮助特殊儿童意愿

1. 调查概况

在此次探究中,团队首先进行了调研,了解大学生群体对特殊儿童手工作品的接受程度和志愿服务的意愿。本次调查共发放问卷135份,其中男生40人,占比29.63%,女生95人,占比70.37%。

2. 问卷统计资料分析

第3题 您对特殊儿童手工作品的接受程度? [单选题]

选项	小计	比例
十分愿意购买	28	20.7%
愿意购买	67	49.6%
一般	36	26.6%
不愿意购买	4	2.9%
本题有效填写人次	135	

大学生群体对特殊儿童手工作品的接受程度。在135名受访大学生中,95名表示十分愿意购买或愿意购买,占比70.37%,仅有4名表示不愿意购买,占比2.96%。而在能够接受的价格进行调查时,80人接受20元以下,占比59.30%。从获得的数据来看,大多数大学生愿意购买特殊儿童手工产品,但消费能力所限,价格不能过高。

第7题 如果有机会,您愿意作为志愿者与特殊儿童一起制作手工作品吗? [单选题]

选项	小计	比例
非常愿意	65	48.1%
愿意	52	38.5%
一般	18	13.3%
不愿意	0	0%
本题有效填写人次	135	

大学生群体对与特殊儿童一起做手工的接受程度。在135人中,65人表示非常愿意,52人表示愿意,共占比86.67%,仅有18人表示一般或不愿意。因此,绝大多数大学生愿意帮助特殊儿童,具有志愿服务的意愿。若能进行引导、鼓励并提供途径,大学生群体能够成为为特殊儿童提供志愿服务的重要力量。

(二) 艺术心理治疗对特殊儿童心理健康的作用

1. 艺术心理治疗引导特殊儿童表达内心

团队在与青岛市市北区小百灵听力语言康复中心取得联系后,以5岁左右的听障儿童为对象进行实践。由于年龄小且个别儿童存在自闭现象,团队多采用绘画、制作简单手工和游戏等形式与特殊儿童进行交流。其中最主要是绘画疗法,团队成员引导特殊儿童将自己的内心通过绘画的形式表达。在绘画过程中,特殊儿童可以自由的表达内心的所思所想,通过不同的形状、线条反应内心。其中,大部分儿童所用颜色明晰鲜亮,所画

物体为生活中喜爱的物品,说明特殊儿童同样具有丰富的内心、观察力和表达的欲望。通过绘画,特殊儿童克服了先天的不利条件,将难以用语言文字描述的事物进行展现,更好的进行情绪的宣泄和内心的表达。

2. 艺术心理治疗加强特殊儿童与人沟通意愿

在前期,部分特殊儿童存在心理自闭情况,表现为沉默寡言、不受控制等,不愿与团队成员进行互动与沟通,多亲近相处时间更为长久的机构老师。在绘画过程中,随着治疗的推进,特殊儿童多感到愉快、发泄和被保护的感觉,与人交流的意愿增强。尤其在治疗的后期,明显感到特殊儿童学会表达自己,愿意向团队成员描述绘画作品所画内容,并逐渐扩展到其他方面话题,如家庭成员、学习生活等诸多方面。通过艺术心理治疗,特殊儿童与人沟通的意愿得到加强。

3. 艺术心理治疗增强特殊儿童自我满足感

由于一些身体上的先天因素,特殊儿童常处于被否定、被忽视、被比较的境地中,这很容易导致特殊儿童群体的自卑、自轻问题。而通过以艺术创作为主要形式的艺术治疗,团队成员能够营造出没有竞争,没有比较的环境,同时通过引导特殊儿童随意创作,尽情发挥,在特殊儿童们勇敢表达自己的时候给予热情的鼓励,从而他们能进一步感受到艺术和创作的乐趣以及被他人肯定的满足感,同时还能够提升他们的创造力想象力,进而建立其对艺术创作乃至自身能力的信心。自我成功与自我满足感提高,这对于听障儿童的社会化治疗康复起到巨大的辅助作用。^[6]

四、评价与反思

(一) 困难性

由于团队成员缺乏专业系统的艺术心理治疗的理论知识学习,仍存在不够专业、过程不够顺畅等问题,若能有专业人士的帮助将取得更大的成效。在进行实践时,还要考虑实践对象的年龄、心理状况等,事先进行研究,以便更好地确立艺术心理治疗的实施形式和实施方法。

(二) 可行性

很多特殊儿童对艺术有着独特的天赋和较浓的兴趣,他们愿意从事艺术创作活动,因此更需要心理治疗,在技能和生活培训的同时也帮助他们以更好的心理状态适应到现实生活中来。在此次探究中,团队认为艺术心理治疗具有较大的可行性,能够帮助特殊儿童表达和传递内心的想法,提高与人交流的意愿。而将大学生群体和特殊儿童联系在一起,可以有效整合资源,实现公益的优化。虽然大学生群体对有心理障碍的特殊儿童给予积极的艺术心理治疗这一理念执行属于一个创新模式,但具有可复制性。由于主体主要是热心公益的大学生群体,因此只需要复制主体,学习该项目的实施开展模式就能够继续复制这一项目,将活动内容形式继续创新,赋予其新的活力,有利于将关爱特殊儿童心理健康的公益事业有声有色地推进。

随着艺术心理治疗在高校中的发展,大学生群体能够成为重要力量,为艺术心理治疗的理论与实践研究提供案例。由于特殊儿童数量的增加及社会对心理健康的关注,艺术心理治疗或将成为预防和治疗心理疾病的重要手段,为社会和谐和平等做出贡献。

参考文献:

- [1]周小佩.艺术心理治疗:历史与现状[J].浙江艺术职业学院学报,2009,7(01):116-119.
- [2]杨晓光,孙月吉,吴军,贾树华,张超.艺术治疗的概念、发展及教育[J].医学与哲学,2005,(03):57-58+64.
- [3]龚月圆.艺术心理治疗的作用机制[J].西南大学学报(社会科学版),2011,37(S1):266-267+273.
- [4]董杏妹,刘秋竹.艺术治疗的心理机制及在特殊教育中的应用[J].乐山师范学院学报,2013(5)
- [5]陈贵玲.现状与未来:对我国艺术心理治疗人才培养的思考——基于CNKI 55篇博硕士论文(2001~2016年)的统计分析[J].齐鲁艺苑,2018,(04):118-122.
- [6]李思潇.艺术治疗在心理治疗中的作用[J].现代医学与健康研究电子杂志,2018,2(07):154+156.