

· 综述 ·

绘画分析与治疗在青少年抑郁症中的应用进展

徐桂娟 魏迎东 陈之杨 宋震 马冬

110164 沈阳市安宁医院精神科

通信作者: 徐桂娟, Email: 1512182628@qq.com

DOI: 10.3969/j.issn.1009-6574.2018.09.016

【摘要】 绘画分析与治疗是应对青少年抑郁问题的有效手段, 相对于目前主流的量表检测和药物治疗有多方面的优势, 但在实际应用和科学研究方面仍有许多空白和缺陷。现分别介绍绘画分析与治疗在青少年抑郁症的诊断和治疗上的国内外应用进展, 并探讨目前科研的不足。

【关键词】 青少年; 抑郁症; 绘画分析; 绘画治疗; 综述

基金项目: 沈阳市卫计委科研课题计划项目(2016-688-82)

Application progress of art analysis and therapy in adolescent depression Xu Guijuan, Wei Yingdong, Chen Zhiyang, Song Zhen, Ma Dong

Psychiatry Department, Shenyang Anning Hospital, Shenyang 110164, China

Corresponding author: Xu Guijuan, Email: 1512182628@qq.com

【Abstract】 Compared with the current mainstream scale test and drug therapy, art analysis and therapy which is an effective way to deal with adolescent depression has many advantages. However, there are still many gaps and defects in its practical application and scientific research. This article introduces the application of art analysis and treatment in the diagnosis and treatment of adolescent depression at home and abroad, and discusses the shortcomings of current scientific research.

【Key words】 Adolescent; Depressive disorder; Art analysis; Art therapy; Review

Fund program: Scientific Research Project of Shenyang Municipal Health and Family Planning Commission (2016-688-82)

在青少年的诸多常见心理问题之中, 抑郁症以高发病率、高复发率、高致残率、高自杀率成为医学界和全社会关注的焦点。近几年国内统计数据显示, 符合抑郁症诊断的青少年占总人群的 1.6%~4.8%^[1]。结合我国的人口基数, 发病总人数则可以百万计。而青少年抑郁症在症状表现^[2]、诱发因素、内分泌机制^[3]以及临床治疗^[4]方面, 都与成人抑郁症有较大的区别。结合青少年人群的心理特性和临床实际, 我们迫切需要一种疗效有保证且安全、不易引起患者违抗的诊断和治疗技术。

绘画分析与治疗(也称艺术治疗)作为近年来兴起的一种新型诊疗手段, 目前已广泛应用于精神科和心理科的各类疾病及躯体疾病伴发的心理问题, 在青少年抑郁症上的应用也日益增多, 国内外报道层出不穷。它相对于目前主流的量表检测和药物治疗而言, 趣味性更强, 不良反应更小, 患者的依从性更好, 对症状的掩饰和隐瞒更困难, 同时也利于兼顾患者其他心理问题的诊疗^[5-6]。更进一步讲, 绘画作为一种艺术手段, 可以释放绘画者潜意识内的

感情冲突^[7], 更适用于与情绪、心境密切相关的抑郁问题。它的不足在于个性化较强, 需要指导者具备一定的艺术才能, 难以规范化和量化, 也难以有效复制成功案例, 有很多研究空白急需填补。基于此现状, 现将对绘画分析与治疗在青少年抑郁症这一领域的应用进展做概括总结, 以推动该技术的进一步广泛使用与细化研究。

一、绘画分析在青少年抑郁症诊断筛查中的应用

1. 国内诊断筛查应用报道: 近年来, 在青少年抑郁症的诊断筛查方面, 国内应用首屈一指的绘画分析手段为房-树-人测验。该测验以房屋代表家庭, 树象征自我成长, 人投射绘画者的自我形象和人格, 并具备整体分析和动态分析功能^[8]。其考察内容广泛, 在各个领域中的应用频次也非常高, 是目前所有绘画分析中最成熟的技术, 现已拥有数种因子分析量表。该项技术首先为陈侃和徐光兴^[9]在国内应用于青少年群体, 对 285 名中学生进行了 12 项绘画因子的筛查研究, 最后确定了 8 个因子为抑郁症倾向因子。其后, 严虎等^[10]同样以中学生

为研究对象,研究样本576人,筛查因子15项,发现明显差异因子13项,可计入回归方程因子10项。惠文佳^[11]对755名城市及农村中学生进行研究,筛查因子62项,研究得出差异显著因子31项。赵文君等^[12-13]于2015年先后对青少年抑郁门诊216例抑郁症患者和普查的730名中学生进行了房-树-人的绘画分析,筛选390项因子,前者研究发现14项因子显著相关,后者得出10项特征可进入回归方程。此外, Li等^[14]对台湾地区的323名大学生运用房-树-人测试筛选出了影响情绪的35项因子。

除房-树-人外,单独的绘树试验和绘人试验也有临床应用的报道。如严虎和陈晋东^[15]将健康青少年和患有抑郁障碍的青少年采用画树测验进行对比研究,得出9项差异因子,其中8项可计入回归方程。冯秋燕^[16]亦在其研究中运用绘人试验中的自画像验证大学生的身体意象,并判断其抑郁倾向。台湾学者 Wu等^[17]在其研究中使用不同颜色的马赛克拼凑人像,以此研究有抑郁倾向的被试者和无抑郁倾向的被试者对于颜色和情绪的认知。

2. 国外诊断筛查应用报道: 在国外的研究里, White等^[18]以治疗性学校为依托的一项研究,使用形式元素艺术治疗量表(the Formal Elements Art Therapy Scale, FEATS)对动态绘画“一个人从树上摘苹果”进行分析,研究发现绘画分析的诊断结果对于情绪障碍的诊断有区分意义。其后 Manickam和 Sajani^[19]在485名中学生中再次验证了该研究,发现抑郁组和非抑郁组在多个分量表结果上存在显著差异。除此之外, Wrightson和 Saklofske^[20]验证了绘人试验在青少年情绪障碍的筛查方面的有效性。值得一提的是, Sliver^[21]以其设计的刺激绘画测验、绘制故事测验在临床中的大量应用,证实了该组测验可以准确识别儿童及青少年的早期抑郁情绪。

3. 诊断相关问题讨论: 国内既往房-树-人相关的研究情况见表1。表1首先反映了目前国内相

关研究的不规范程度非常严重。研究者们各自为战,选择自己喜爱的抑郁类量表,自行定义一个抑郁的诊断标准(并非医学标准),导致不同的诊断指向和相差甚远的发病率,这对最后的研究结果无疑影响很大。其次,在特征选择方面,亦多为自行判断,或直接应用国外的特征数据,验证性差,重复性差。最后,在特征重合率的计算方面,笔者采用了多个研究者的研究大数据,提高了特征重合率,否则如只考虑极端情况,以陈侃的研究和Li的研究进行一对一对比,可以发现没有一项特征是重合的,因此它们所得出的回归方程和评分系统是否真实可信。

对其他研究者的报道缺乏关注,也直接导致了前人研究的优点没能得到有效的重复。如陈侃等^[9]在其论文中引入了“反向特征”这一概念,即某些绘画特征的出现会显著降低受测者患抑郁的可能,在其后的研究中并未得到重视。再如,同样发表时间较早的张燕^[22]的研究将房-树-人测验应用于新生儿普查,对绘画异常而量表未显示异常的受测者逐个访谈,筛选出了量表无异常但的确患有心理疾患的青少年,增加了筛查和绘画指标的准确率。这一优点同样未被复制,我们无法得知在表1所列研究的量表中受测者有无存在刻意隐瞒情况,这可能直接导致了绘画特征的筛选误差。

在包括2篇台湾学者以英文发表的文献当中,可以发现动态的、具体的研究更受欢迎,具体的案例可以增加报道的说服力,如 Sliver^[21]在抑郁倾向方面使用一系列的、更细化的、更个体化的研究来证明自己论点的正确性。同时,对于具体诊断标准,部分学者采取了明智的回避态度,如 Li等^[14]的研究通过证明了抑郁量表得分和绘画得分的一致性来得出结论。

二、绘画治疗在青少年抑郁症治疗中的应用

1. 国内治疗应用报道: 与诊断筛查方面的报道相比,国内将绘画治疗用于临床的研究数量较少。

表1 国内房-树-人研究主要因素

研究者	量表	诊断指向	发病率(%)	确定特征数	特征重合率(%) ^a
陈侃 ^[9]	SCL-90	神经症	12.3	8	75.0
严虎 ^[10]	SDS	抑郁状态	51.3	13	46.1
惠文佳 ^[11]	CDI	抑郁倾向	26.5	31	48.3
赵文君(1) ^[12]	HAMD	抑郁症	-	14	37.5
赵文君(2) ^[13]	HAMD	抑郁情绪	32.3	10	
Li ^[14]	BDI- II	抑郁情绪	-	35	20.0

注: -研究选择的是已确诊患者,故无发病率数据。^a关于特征重合率的说明: 笔者将所有被列举的特征做了统计,共获得各类不重复的特征77项。表中所指的重合率为该作者所列特征与其他作者存在重合的概率。同时出现3次的特征仅有2项(树干描绘细致、人躯干留白),并且没有同时出现4次以上的特征; SCL-90 症状自评量表; SDS 抑郁自评量表; CDI 儿童抑郁量表; HAMD 汉密尔顿抑郁量表; BDI- II 贝克抑郁量表第二版

一方面,是因为绘画治疗个性化强,接受治疗者的绘画作品无法复制,更难进行量化研究;另一方面,至今尚未有权威组织对该疗法的疗效予以确认并推广。因此,绘画治疗多以辅助治疗手段的形式应用于临床。国内较早用于青少年抑郁领域的研究为汤万杰^[23]在抑郁大学生群体中的对照试验,干预组和对照组各31例,经治疗后显著改善了抑郁症状及多项相关因子。牛振海和曹运华^[24]以绘画艺术疗法对肥胖女大学生的抑郁情绪进行干预,干预组和对照组各8例,前后量表得分差异显著。杨在攀^[25]以个体试验组、团体试验组、控制组、空白对照组对绘画疗法在抑郁症中的疗效进行研究,每组各12例,结论为两组试验组均有明显改善,个体试验组的效果更佳,同时也验证了绘画的改善和量表得分的改善是有密切联系的。

2. 国外治疗应用报道:纵观近五年来的报道,绘画治疗在国外研究中的应用同样以辅助作用为主,如Kim等^[26]在韩国高中生中通过验证幸福感改善情况来确认艺术治疗对抑郁疗效,同时引入了呼吸冥想疗法;又如Quinlan等^[27]在澳大利亚对难民青少年的综合艺术干预疗法有效缓解了情绪问题。在印度学者Crystal^[28]的研究中对确诊为抑郁症的22例青少年进行了艺术干预,结果显示参与者的抑郁评分和自尊评分均有明显改善,且与艺术干预密切相关。Kristen^[29]的研究提出了针对青春期前女孩们的情绪调节的团队艺术计划发展模型,该模型着眼于对抑郁情绪的改善,但尚未有实际验证。澳大利亚学者Edwards和Hegerty^[30]则以艺术折纸为主,配合着扎染和曼陀罗拼贴进行小组治疗,取得了满意的效果。

3. 治疗相关问题讨论:国内绘画治疗研究的综览情况见表2。相对于诊断而言,绘画治疗的标准、规范更缺乏一个明确的界定,为了达到治疗效果也常追加一些辅助手段,多常用“综合艺术干预”之类的名词指代这一治疗体系。这样的现状直接导致了应用的进一步混乱,如汤万杰^[23]和牛振海和曹运华^[24]研究中虽然选择了类似的量表,但计分标准仍然有细微的差异;3项研究的重合率同样仅为大致重合率,相似课程的操作细节也有着诸多不同,验证性重复试验几乎不可能完成。国外研究学者的文献同样有类似问题,大多仅是报告类、总结类而非立项研究类。

另外,在国内外研究中普遍存在的问题是,无论是个体治疗还是团体治疗,经常伴随有大量的治疗师与参与者交流环节,这其中是否隐含了精神分析疗法、认知疗法、支持疗法、人际疗法,甚至暗示疗法和行为疗法的治疗手段,如何确定是绘画产生了治疗作用而非其他,有待进一步确定。

三、小结

毋庸置疑,绘画分析与治疗从诞生之日起,就被公认是一种有意义的心理学诊断和治疗手段,广泛应用于各类心理咨询和辅助医疗环境,也取得了许多杰出成果。但同样的,在引入临床系统研究和统计分析之后,由于艺术创作的自由性和不确定性,学者们对作品的评分标准和治疗流程产生了质疑,在已有的研究中,也多作为交叉领域探索和辅助诊治手段出现。近年来,虽然相关研究数量明显增多,但就科研的严密性和系统性来看,仍有许多不足。

在青少年抑郁症这一领域内,绘画分析与治疗的推广应用总体处于上升态势,相关研究亦向数据化、具体化逐渐发展。虽然国内的研究目前在公信度和可重复性等方面还存在不少缺憾,但其与国外学者文献质量的差距还是在逐渐缩小的。

就现状而言,需要国内学者努力的方向有以下几方面:(1)建立一个样本量足够大、试验过程严谨、信效度可靠的代表性绘画(如房-树-人)评分量表,并在公认其有效重复性后推广使用;(2)细化到具体病种的大样本研究,并采用多个量表的交叉统计分析,应用如Meta等更深入的分析手段;(3)长时间追踪研究,探索复发率的改良情况,探讨绘画治疗的长期作用;(4)进行治疗试验时严格区分试验组,排除干扰因素,或在此基础上建立更详细的分组研究;(5)创造、开展、引入更多类型的绘画诊疗手段,如已见于国外的曼陀罗、马赛克拼图、动态绘画、罗夏墨迹测验等,并可在绘画分析与治疗内部尝试横向的比较研究;(6)进一步规范绘画疗法的中英文称谓、相关诊疗标准和试验流程,取得公认结论,并与国际研究相接轨。

综上所述,绘画分析与治疗这一疗法效果可观,前景光明,但将其进一步推广应用,还需要更多的理论和临床支持,此当静俟来者。

表2 国内的绘画治疗研究

研究者	量表	每组人数	手段	课时	重合率(%)
汤万杰 ^[23]	SDS、SCL-90	31	审美、绘画相结合	10	60.0
牛振海 ^[24]	SDS、SCL-90、SES	8	绘画为主	8	62.5
杨在攀 ^[25]	HAMD(CPI筛查)	12	绘画、游戏相结合	8	50.0

注:SDS抑郁自评量表;SCL-90症状自评量表;SES自尊量表;HAMD汉密尔顿抑郁量表;CPI加州人格量表

利益冲突 文章所有作者共同认可文章无相关利益冲突

作者贡献声明 主题构思、研究设计为徐桂娟、魏迎东, 数据收集、研究准备为宋震、马冬, 文献整理、论文撰写为陈之杨, 论文修订、审校为徐桂娟

参 考 文 献

- [1] 张晓娟. 儿童青少年心理健康状况及其影响因素[J]. 中国健康心理学杂志, 2013, 21(6): 959-960.
Zhang XJ. Mental Health Status and Its Influencing Factors of Children and Adolescents[J]. China Journal of Health Psychology, 2013, 21(6): 959-960.
- [2] 刘辉. 青少年抑郁症患者临床早期特征研究[J]. 泰山医学院学报, 2016, 37(4): 405-406. DOI: 10.3969/j.issn.1004-7115.2016.04.015.
Liu H. Clinical characteristics of early adolescent depression[J]. Journal of Taishan Medical College, 2016, 37(4): 405-406.
- [3] Kaufman J, Martin A, King RA, et al. Are child-, adolescent-, and adult-onset depression one and the same disorder?[J]. Biol Psychiatry, 2001, 49(12): 980-1001.
- [4] Murrin LC, Sanders JD, Bylund DB. Comparison of the maturation of the adrenergic and serotonergic neurotransmitter systems in the brain: implications for differential drug effects on juveniles and adults[J]. Biochem Pharmacol, 2007, 73(8): 1225-1236. DOI: 10.1016/j.bcp.2007.01.028.
- [5] 陈侃. 绘画心理测验与心理分析[M]. 广州: 广东高等教育出版社, 2008.
- [6] 吉沅洪. 树木-人格投射测试[M]. 3版. 重庆: 重庆出版社, 2017.
- [7] 王丽萍. 团体绘画治疗对山东省某医院住院抑郁症患者的疗效分析[J]. 医学与社会, 2014, 27(1): 85-87. DOI: 10.3870/YXSH.2014.01.027.
Wang LP. Effects of Group Art Therapy on Depression Patients in a Hospital, Shandong[J]. Medicine and Society, 2014, 27(1): 85-87.
- [8] 李洪伟, 吴迪. 心理画: 绘画心理分析图典(修订扩展版)[M]. 北京: 人民邮电出版社, 2016.
- [9] 陈侃, 徐光兴. 抑郁倾向的绘画诊断研究[J]. 心理科学, 2008, 31(3): 722-724. DOI: 10.3969/j.issn.1671-6981.2008.03.050.
Chen K, Xu GX. A Research on the Diagnosis of Depression Through the Projective Drawing Test[J]. Psychological Science, 2008, 31(3): 722-724.
- [10] 严虎, 于慧慧, 陈晋东. 房树人测验在中学生抑郁状态调查中的应用[J]. 中国临床心理学杂志, 2014, 22(5): 842-844, 848.
Yan H, Yu HH, Chen JD. Application of the House-tree-person Test in the Depressive State Investigation[J]. Chinese Journal of Clinical Psychology, 2014, 22(5): 842-844, 848.
- [11] 惠文佳. 绘画测验用于评估青少年抑郁倾向的研究[D]. 哈尔滨: 黑龙江中医药大学, 2014.
- [12] 赵文君, 彭焱, 程淑英. 青少年抑郁与房树人绘画测验的相关分析[J]. 现代交际, 2015(6): 124-125.
- [13] 赵文君, 彭焱, 杨绍清, 等. 房树人绘画对中学生抑郁的辅助筛查[J]. 河北联合大学学报: 医学版, 2015, 17(5): 143-146.
Zhao WJ, Peng Y, Yang SQ, et al. Research H-T-P drawing test for assistant screening of depressed middle school student[J]. Journal of Hebei United University(Health Sciences), 2015, 17(5): 143-146.
- [14] Li CY, Chen TJ, Helfrich C, et al. The development of a scoring system for the kinetic House-Tree-Person drawing test[J]. Hong Kong Journal of Occupational Therapy, 2011(21): 72-79. DOI: 10.1016/j.hkjot.2011.10.004.
- [15] 严虎, 陈晋东. 画树测验在一组青少年抑郁症患者中的应用[J]. 中国临床心理学杂志, 2012, 20(2): 185-187.
Yan H, Chen JD. Application of Projective Tree Drawing Test in Adolescents with Depression[J]. Chinese Journal of Clinical Psychology, 2012, 20(2): 185-187.
- [16] 冯秋燕. 大学生身体意象及其与抑郁、社交回避苦恼关系研究[D]. 太原: 山西大学, 2005.
- [17] Wu FG, Chang E, Chen CH, et al. Depressive tendency of design major freshman students explored through the use of color in mosaic creations[J]. Arts in Psychotherapy, 2009, 36(4): 185-190. DOI: 10.1016/j.aip.2009.01.002.
- [18] White CR, Wallace J, Huffman LC. Use of Drawings to Identify Thought Impairment Among Students with Emotional and Behavioral Disorders: An Exploratory Study[J]. Art Therapy, 2004, 21(4): 210-218. DOI: 10.1080/07421656.2004.10129691.
- [19] Manickam LS, Sajani V. Elements of Drawing and Depression among Adolescents in Kerala, South India: An Exploratory Study using A Person Picking a Mango from a Tree[J]. SIS Journal of Projective Psychology & Mental Health, 2016, 23(1): 41-46.
- [20] Wrightson L, Saklofske DH. Validity and Reliability of the Draw A Person: Screening Procedure for Emotional Disturbance with Adolescent Students[J]. Canadian Journal of School Psychology, 2000, 16(1): 95-102. DOI: 10.1177/082957350001600107.
- [21] Silver R. Identifying Children and Adolescents With Depression: Review of the Stimulus Drawing Task and Draw A Story Research[J]. Art Therapy, 2009, 26(4): 174-180. DOI: 10.1080/07421656.2009.10129619.
- [22] 张燕. 房树人投射测验在新生心理普查中的应用价值[J]. 思想理论教育, 2010, 5: 70-73.
- [23] 汤万杰. 绘画审美治疗对大学生抑郁症状影响的实验研究[D]. 重庆: 西南大学, 2007.
- [24] 牛振海, 曹运华. 绘画疗法改善肥胖女大学生抑郁的实验研究[J]. 中国学校卫生, 2011, 32(5): 558-559.
Niu ZH, Cao YH. Experimental study of art therapy on the obesity college female students' depression[J]. Chinese Journal of Student Health, 2011, 32(5): 558-559.
- [25] 杨在攀. 绘画团体辅导对高职新生抑郁症状的干预研究[D]. 昆明: 云南师范大学, 2013.
- [26] Kim S, Kim G, Ki J. Effects of Group Art Therapy Combined with Breath Meditation on the Subjective Well-being of Depressed and Anxious Adolescents[J]. Arts in Psychotherapy, 2014, 41(5): 519-526. DOI: 10.1016/j.aip.2014.10.002.
- [27] Quinlan R, Schweitzer RD, Khawaja N, et al. Evaluation of a school-based creative arts therapy program for adolescents from refugee backgrounds[J]. Arts in Psychotherapy, 2016, 47: 72-78. DOI: 10.1016/j.aip.2015.09.006.
- [28] Crystal NS. The effectiveness of art therapy on the self-esteem of adolescents' with depression[J]. International Journal of Research in Social Sciences, 2015, 5(3): 54-68.
- [29] Kristen JL. Building Coping Skills, Emotional Regulation, and Insight in Preadolescent Girls: An Expressive Art Therapy Program Developmental Model[D]. Minnesota: Capella University, 2018.
- [30] Edwards C, Hegerty S. Where It's Cool to be Kitty: An Art Therapy Group for Young People with Mental Health Issues Using Origami and Mindfulness[J]. Social Work With Groups, 2018, 41(1): 151-164. DOI: 10.1080/01609513.2016.1258625.

(收稿日期: 2018-04-18)

(本文编辑: 戚红丹)