

学前儿童注意缺陷多动障碍的早期识别与干预

赵月 何菲

内蒙古民族大学

DOI:10.12238/er.v7i4.5018

摘要：论文全面探讨了注意缺陷多动障碍(ADHD)在儿童期的心理发展与行为方面的重要性。首先，对 ADHD 进行了明确定义，并详细描述了其特征和最新研究进展。针对早期识别，探讨了行为观察和功能缺陷量表等工具的应用，并侧重于学前儿童 ADHD 的识别。着重介绍了干预策略，强调了早期干预对儿童发展的重要性。该论文为加深对 ADHD 的理解和有效干预提供了有力支持，强调了早期干预对儿童成长的关键影响。

关键词：学前儿童；注意缺陷多动障碍；识别方法

中图分类号：G61 **文献标识码：**A

Early Identification and Intervention of Attention Deficit Hyperactivity Disorder in Preschool Children

Yue Zhao, Fei He

Inner Mongolia Minzu University

Abstract: This paper comprehensively explores the importance of attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) in psychological development and behavior in childhood. Firstly, ADHD is clearly defined, and its characteristics and the latest research progress are described in detail. For early recognition, the application of tools such as behavioral observation and functional deficit scale is discussed, with emphasis on the recognition of ADHD in preschool children. The importance of early intervention to children's development was emphasized. The paper provides strong support for deepening understanding and effective intervention for ADHD, highlighting the critical impact of early intervention on child development.

Keywords: Preschool children; Attention deficit hyperactivity disorder(ADHD); Identification method

一、学前儿童注意缺陷多动障碍 (ADHD)的概述

(一) 注意缺陷多动障碍的含义及表现

从心理学角度看，注意缺陷多动障碍 (ADHD) 被视为一种发育性神经行为障碍，其主要特征包括注意力不集中、过度活跃和冲动。心理学角度强调 ADHD 的核心症状在于执行功能缺陷，涉及注意力控制、工作记忆和认知灵活性等方面的困难。而从行为学的角度来看，ADHD 强调这种障碍在行为层面上的影响，包括难以控制内在冲动以及缺乏适当的行为抑制等。此外，从神经生物学和临床医学的角度来看，ADHD 被认为是一种神经发育性障碍，与大脑神经传导系统功能异常相关。

学前儿童注意缺陷多动障碍表现多样，这些特征可能对学习、家庭和社交方面带来负面影响。首先，表现为无法持续关注任务，容易受外界环境分散注意力，使得学习效果受损。其次，儿童可能过度活跃、无法安静从事需要长时间专注的活动，影响了学前教育阶段的学习体验。此外，缺乏自我控制导致冲动行为，难以等待或停止某种行为，影响了纪

律和自我管理能力的培养。在情绪方面，这些儿童易激动，表现出暴躁、易怒和焦虑等问题，可能影响情感调节和社交互动。社交层面上，他们难以建立稳定的友谊关系，常在社交互动中遇到困难，可能造成孤立感和社交技能的欠缺。这些特征综合影响了学前儿童的整体发展和成长。

(二) 学前儿童注意缺陷多动障碍的研究进展

1. 病因研究进展

研究表明，ADHD 在很大程度上受到遗传因素的影响。近期的研究聚焦于特定基因变异与 ADHD 之间的关联，力图更深入地了解这些基因变异如何影响神经系统功能，从而增加患 ADHD 的风险。除了遗传因素，环境因素也被认为与 ADHD 的发病有关。最新的研究关注母亲在妊娠期间受到的毒素暴露、儿童早期的创伤和压力等因素，以及这些因素与 ADHD 之间的潜在关联。

2. 诊断研究进展

研究人员致力于开发早期识别 ADHD 的工具和标志，以更早地进行干预和治疗，从而降低 ADHD 对儿童的负面影响。

通过脑成像技术如 MRI 和 EEG，研究人员试图揭示儿童大脑结构和功能方面的变化，从而实现 ADHD 的早期诊断。神经影像学研究通过功能性磁共振成像（fMRI）和脑电图（EEG）帮助研究人员理解 ADHD 儿童大脑结构和功能上的差异，为 ADHD 的客观诊断提供了科学依据。

3. 干预和治疗研究进展

行为疗法在学前儿童 ADHD 治疗中发挥着关键作用，研究不断探索不同行为疗法对学前儿童的有效性，并寻求更个性化的干预方案。对于一些症状较为严重的学前儿童，药物治疗可能被考虑。近年来的研究专注于评估不同药物治疗对学前儿童的疗效和安全性，以及长期使用的潜在影响。同时，研究还在探索家庭干预对学前儿童 ADHD 的影响，例如父母培训计划和家庭支持服务的有效性。这些研究为提高早期识别和干预的效果提供了更多线索，但在这一领域仍需要进行更深入的研究和实践。

二、学前儿童注意缺陷多动障碍早期识别的方法

学前儿童注意缺陷多动障碍（ADHD）的早期识别对于儿童的健康成长至关重要。早期识别方法包括家长和教师的行为观察、标准化的问卷调查和专业医疗评估。家长和教师的观察可以帮助发现儿童学习和行为上的异常，而标准化的问卷调查工具则提供了客观的评估数据。专业医疗评估则包括了认知和行为测试，以及对儿童行为和发展历史的详细了解。这些早期识别方法有助于及早发现潜在问题，为儿童提供针对性的支持和干预，以促进其健康发展。

（一）行为观察

识别注意缺陷多动障碍（ADHD）的学前儿童对学前儿童教师来说是一项重要而且敏感的任务。教师可以通过学前儿童日常生活和学习的行为迹象识别判断。教师应该对难以专注于任务，经常分散注意力，容易被外界干扰、经常在不合适的时候或场合下动起来动去、表现出冲动和缺乏自控，难以等待自己的轮次或遵守规则的学前儿童多加关注。

记录学前儿童的行为模式，包括专注力、多动和冲动行为的频率和持续时间。及时与家长进行沟通，注意家长对学前儿童行为的描述和看法，了解他们在家中的行为表现。综合观察后建议家长带学前儿童去就诊，需要由医生或专业评估者进行诊断，以便制定适当的干预计划。

（二）量表

功能缺陷量表（Weiss Functional Impairment Scale, WFIRS），是唯一能够对注意缺陷多动障碍患者的社会以及家庭、学校等功能损害进行评估的工具，能够明确地反映注意缺陷多动障碍治疗的基础目标，对药物以及心理治疗效果也有一定程度的反映^[1]。WFIRS 包含了多个关键领域，如学校、家庭、社交关系、日常生活和自我概念，旨在全面评估 ADHD 对个体生活各方面的影响。通过向家长或监护人询问

孩子在这些方面的表现，可以获得比较全面的了解，从而为医生、心理学家或其他专业人士识别儿童 ADHD 功能缺陷提供重要的信息。

通过采用 WFIRS 作为评估工具，专业人士可以更全面地了解 ADHD 患者的功能状况，为其提供更加有针对性的支持和干预。这种综合性的评估方法有助于确保对 ADHD 影响的全面了解，为制定更加有针对性的个性化治疗方案提供了重要依据。

（三）心理行为测试和评估

采用与发育水平相称、易于患儿及家长接受的、多场景（家庭、学校、社区），甚至多模态的、有循证医学证据支持的标准化方法评估 ADHD 症状及其共存情况，以准确了解心理行为发育、认知状态及功能损害（建议由心理医生、发育行为儿科医生等专业人员执行）^[2]。评估活动应该覆盖多个场景，包括家庭、学校和社区等，以便获取全面的信息，深入了解患儿在不同环境下的表现和需求。

在评估过程中，应该重视对患儿和家长的支持和指导，以帮助他们理解评估的目的和结果，并为他们提供必要的心理和情绪支持。

三、学前儿童注意缺陷多动障碍早期干预的策略

（一）认知行为疗法

认知行为疗法（Cognitive Behavioral Therapy, CBT）是一种被广泛应用于心理治疗领域的方法，旨在帮助个体理解和改变负面的思维模式和行为习惯。在应对学前儿童注意缺陷多动障碍（ADHD）方面，CBT 被认为是一种有效的干预方法，旨在帮助他们处理情绪、管理行为，并提高适应能力。CBT 能够帮助学前儿童更好地理解和处理各种情绪，包括焦虑、愤怒和沮丧等，从而降低情绪引发的行为反应。通过 CBT，学前儿童可以学会更积极地应对挑战和压力，增强应对能力，从而减少因挫折而引发的消极情绪和行为。CBT 为学前儿童提供了一种积极主动的心理干预方法，有助于提高他们的情绪管理和自我控制能力，减轻 ADHD 对他们生活和学习带来的负面影响。

（二）运动干预

运动干预是指通过对 ADHD 儿童进行一定的运动训练，从而促进儿童的身体发育和大脑功能，减轻 ADHD 症状的干预方法。一些研究认为，儿童因缺乏适当的运动而导致大脑前额叶发育迟缓是 ADHD 的潜在病因之一。加强运动能够促进儿童前额叶的发展，从而可能改善 ADHD 症状。

运动干预方法的多样性使其具有很大的灵活性。例如，乒乓球、游泳、篮球、足球、体感游戏、跑步、跆拳道、跳绳等都可以作为运动干预的方法。这些活动不仅有助于提高儿童的身体活动水平，还能够锻炼协调能力、专注力和自我控制，从而可能对改善 ADHD 症状产生积极影响。运动干预

作为一种非药物干预手段,为儿童提供了一个积极的、健康的方式来减轻 ADHD 症状,促进其全面发展。

(三) 游戏治疗

认知训练法是一种非药物治疗方法,旨在通过电脑游戏为基础的形式,对儿童进行认知训练。这种方法通常通过训练项目(如工作记忆、抑制控制、持续注意等)的形式来进行认知训练。在训练过程中,儿童通过按键操作电脑游戏,完成各种认知任务,从而进行认知功能的训练^[3]。通过将执行功能测试任务或相似的任务输入电脑中,让儿童通过电脑游戏进行认知训练。在训练过程中,根据训练内容设置不同的程序以达到训练目的。这种方法利用了儿童对电脑游戏的吸引力和兴趣,将认知训练融入游戏中,使得训练变得更加有趣和吸引人。

认知训练法通过以游戏化的方式进行认知训练,为儿童提供了一种有趣且有效的非药物治疗手段,有望在改善 ADHD 患儿的认知功能和症状表现方面发挥积极的作用。

(四) 感觉统合治疗

感觉统合训练(Sensory Integration Training, SIT)是一种针对感觉统合失调儿童的干预方法,旨在通过特定的感觉刺激和活动,帮助儿童更好地处理感觉信息,提高对感觉刺激的适当反应^[4]。这种训练通常包括前庭、本体感觉和触觉等各种刺激,涉及全身运动,旨在改善大脑对感觉信息的处理方法。

对于 ADHD 儿童, SIT 的目标不在于增强运动技能,而是通过刺激感觉系统,提高儿童对感觉输入的适当响应,从而改善感觉信息处理的方式。这种训练的理论基础在于,通过提供多样化、有组织的感觉刺激,可以促进大脑神经元之间的连接和发展,从而对 ADHD 儿童的感觉统合失调进行干预。

(五) 家庭治疗

家庭治疗方法是一种运用多种心理和行为治疗手段对家庭主要成员或家庭整体实施系统干预的心理治疗方法^[5]。家庭治疗方法通过多种心理和行为治疗手段对家庭整体实施系统干预,旨在帮助家庭成员改善沟通、解决冲突、加强家庭支持,营造对孩子有益的家庭环境以更好地支持孩子的发展。在家庭治疗中,为家长提供有关 ADHD 的教育和培训是关键,包括介绍特征、管理技巧、行为管理策略等,以帮助他们更好地理解孩子的行为,并应对 ADHD 带来的挑战。家庭治疗方法的综合干预策略有助于在家庭环境中为 ADHD 儿童创造一个理解、支持和积极的成长氛围,从而有利于他们的综合发展和心理健康。

(六) 社会干预

社会干预是针对 ADHD 儿童的一种重要干预策略,旨在帮助他们融入社会环境,并通过提供支持和资源来减轻在日常生活中可能面临的问题。在社会干预中,通过社交技能培训,帮助学前儿童 ADHD 学会与同龄人相处、解决冲突、控制情绪等,从而提高他们的社交适应能力和自信心。

社会干预的目标是帮助 ADHD 儿童建立良好的社交能力,增强自尊心,促进他们在家庭、学校和社会中更好地融入和发展。这种综合的社会干预策略有助于创造一个更加包容和支持的环境,为 ADHD 儿童提供更多发展的机会和资源。

四、结论

ADHD 不仅对学前儿童的学习和行为表现产生重大影响,还会对他们的家庭环境和社交关系造成挑战。因此,早期干预对于帮助学前儿童克服这些困难至关重要。通过记录学前儿童的行为模式、评估工具的应用以及教师与家长的沟通,可以更准确地识别 ADHD 的早期迹象,为早期干预提供有力支持。关于 ADHD 的病因研究、诊断研究和干预治疗研究正在不断深入,为制定更有效的干预策略提供了更为全面的科学依据。未来的研究应继续从多学科角度深入探讨 ADHD,以进一步完善早期干预措施。认知行为疗法、运动干预、正念训练、游戏治疗、家庭治疗和社会干预等多种干预策略为学前儿童 ADHD 的早期干预提供了广泛选择,有助于全面支持学前儿童的发展和成长。针对学前儿童 ADHD 的早期干预需要综合考量其生理、心理、社会等多方面因素,采取多元化、个性化的干预策略。

参考文献:

- [1]赵云鹏.学龄期儿童注意缺陷多动障碍治疗中标准化评估量表的临床应用价值[J].中国标准化,2023,(06):279-281.
- [2]陈立.儿童期复杂注意缺陷多动障碍的评估与治疗[J].中国儿童保健杂志,2023,31(09):935-938.
- [3]涂梦璐.学龄前 ADHD 儿童执行功能特征及规则游戏干预的有效性研究[D].华东师范大学,2023.
- [4]孟祥珍,贾静怡,张智等.我国学前儿童感觉统合失调及体育运动干预发展研究[J].石家庄学院学报,2023,25(03):152-155.
- [5]姜永志.我国注意缺陷多动障碍儿童心理干预现状[J].心理技术与应用,2014,(05):9-13.

作者简介:

赵月,女,2003年2月生,汉族,内蒙古自治区鄂尔多斯人,本科,研究方向为学前儿童心理学。

通讯作者:

何菲,1981年9月生,女,汉族,内蒙古呼伦贝尔人,博士,副教授,研究方向为学前儿童心理及学前教师能力。