

# 沙盘治疗与药物治疗对中学生焦虑情绪的比较研究

褚福柳 焜海珍 孙久凤 袁 帅 王海娜 张 彦  
任红梅 赵希武 曹建琴

**【摘要】**目的 对比沙盘治疗与药物治疗对中学生焦虑情绪的疗效。方法 采用简单随机方法将 60 例焦虑自评量表(SAS)评分 >50 分的中学生分为单纯沙盘治疗组、药物加沙盘治疗组和单纯药物治疗组各 20 例,药物治疗采用盐酸舍曲林分散片 50~100mg/d 于早餐后口服 连服 3 个月;沙盘治疗 12 次,每周一次,每次 50min。分别于基线期、干预 12 次后,干预结束后 3 个月和 6 个月随访。结果 基线期三组 SAS 评分均高于其他三个时间点( $P < 0.05$ )。在干预 12 次后,单纯药物治疗组评分高于药物加沙盘治疗组和单纯沙盘治疗组( $P < 0.05$ );在 3 个月后随访,单纯药物治疗组、药物加沙盘治疗组和单纯沙盘治疗组之间差异无统计学意义( $P > 0.05$ );在 6 个月后随访,单纯药物治疗组和药物加沙盘治疗组评分高于单纯沙盘治疗组( $P < 0.001$ )。结论 单纯沙盘治疗的效果可能优于单纯药物治疗,而药物加沙盘治疗效果可能优于单纯药物治疗。

**【关键词】** 焦虑情绪;沙盘治疗;药物治疗;中学生

中图分类号:R749.4

文献标识码:A

doi:10.11886/j.issn.1007-3256.2015.02.018

## Compare effect of sandplay and dug therapy on middle school students with anxiety emotion

CHU Fu-liu<sup>1</sup> ZU Hai-zhen<sup>1</sup> SUN Jiu-feng<sup>1</sup> YUAN Shuai<sup>1</sup> WANG Hai-na<sup>1</sup> ZHANG Yan<sup>1</sup>,

REN Hong-mei<sup>1</sup> ZHAO Xi-wu<sup>1</sup> CAO Jian-qin<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Daqing Third Hospital Daqing 163712 China

<sup>2</sup>Harbin Medical University Harbin 150081 China

**【Abstract】Objective** To compare the curative effect of sandplay therapy and drug therapy on middle school students with anxiety emotion. **Methods** 60 middle school students with anxiety emotion were randomly divided into 3 groups, simple sandplay therapy group, drug & sandplay therapy group, and simple drug therapy group. Sertraline Hydrochloride Dispersible Tablets were used in simple drug therapy group with 50~100mg/d at morning during 3 months, the simple sandplay therapy was used 12 times, once a week, every time 50 min. Both the control and cases groups were studied and then the results were repeated measured. Repetitive measurement and analysis of variance and simple effect analysis were used to analysis the experiment results. **Results** In experiment, there was main effect for present time( $P < 0.001$ ) and a significant interaction between time and group( $P < 0.001$ ). Simple sandplay therapy works better than simple drug therapy( $P < 0.001$ ). Drug & sandplay therapy works better than simple drug therapy( $P < 0.05$ ). **Conclusion** The long-term curative effect of simple sandplay treatment group is good. This treatment can be used in clinical practice.

**【Key words】** Anxiety emotion; Sandplay; Drug; Middle school students

儿童期焦虑性情绪是一组以过分焦虑、担心为主要体验的情绪障碍<sup>[1]</sup>,中学生时期起病的焦虑将预示成年期的焦虑和抑郁的发生,并引起社交和工作能力的严重损害。目前对中学生焦虑情绪的治疗多为认知治疗或药物治疗。药物治疗不良反应较大,易造成医源性损害。同时,单纯依靠药物的治疗,中学生容易再度进入焦虑情绪。沙盘治疗在国外是中学生焦虑的常用治疗方法之一<sup>[2-3]</sup>,而国内

此方面的研究较少。本研究探讨沙盘治疗与药物治疗对中学生焦虑情绪的疗效,为我国中学生焦虑情绪的沙盘治疗提供依据。

### 1 对象与方法

**1.1 对象** 选取 2013 年 10 月-2014 年 5 月在大庆市第三医院就诊的有焦虑情绪的中学生 60 例。入组标准:①焦虑自评量表(Self-rating Anxiety Scale SAS)<sup>[4]</sup>评分 >50 分;②年龄 12~18 岁,性别不限,受教育程度为中学生。《国际疾病分类(第 10 版)》(International Classification of Diseases, tenth edition, ICD-10)排除标准:①有精神病史;②躯体疾

项目基金:大庆市指导性科技医疗卫生领域项目

作者单位:163712 黑龙江大庆市第三医院(褚福柳,焜海珍,孙久凤,王海娜,张彦,袁帅,任红梅,赵希武);哈尔滨医科大学(曹建琴);

病;③两月内接受过药物治疗。采用简单随机分组法将被试分为单纯沙盘治疗组、药物加沙盘治疗组和单纯药物治疗组各 20 例。

## 1.2 研究方法

1.2.1 研究工具 SAS 共 20 个条目,测评个体焦虑状态的轻重程度,采用 4 级评分,总评分 > 50 分评定为焦虑障碍。

1.2.2 沙盘治疗工具 一间专门用来进行沙盘治疗的房间,里面放置沙盘、人或物的微缩模型,及水罐等沙盘游戏的必需物品。沙盘离地面的高度约 75cm,大小为长 72cm、宽 57cm、深 7.6cm,里面装的细沙约是沙盘深度的 1/2。沙盘底部为蓝色,防水,可装干沙,也可装湿沙。各类小玩具模型约 1200 多种。数码相机一部,记录本若干。

1.2.3 沙盘治疗的步骤 ①时间安排:共接受 12 次沙盘治疗,每周一次,每次 50min。②被试选择湿沙盘或干沙盘,在治疗师引导下,被试接触沙子、感受沙子传递给自己的体验。被试根据自己的意愿,在治疗师陪伴下自发地制作沙盘游戏作品。治疗师与被试一起欣赏、体验、理解沙盘游戏作品,治疗师可以询问,尽量弄清楚沙盘场景和每一个微缩模型在被试对象心目中代表的意义。治疗师通过摄影的方式记录作品,并在被试离开后拆除作品。

1.2.4 疗效评估 对于三组被试分别进行基线测试、干预 12 次和同期药物干预,干预结束后 3 个月和干预结束后 6 个月随访,以观察三组在不同时间点的焦虑水平。

1.2.5 单纯药物治疗 采用盐酸舍曲林分散片(浙江京新药业股份有限公司,1212211),50~100mg/d,每日早饭后口服,服药时间为 3 个月。

1.3 统计方法 采用 SPSS19.0 统计软件对 SAS 评分进行重复测量方差分析和简单效应分析。

## 2 结果

2.1 三组 SAS 评分比较 基线期三组 SAS 评分均高于其他三个时间点( $P < 0.05$ )。在干预 12 次后,单纯药物治疗组评分高于药物加沙盘治疗组和单纯沙盘治疗组( $P < 0.05$ );在 3 个月后随访,单纯药物治疗组、药物加沙盘治疗组和单纯沙盘治疗组之间差异无统计学意义( $P > 0.05$ );在 6 个月后随访,单纯药物治疗组和药物加沙盘治疗组评分高于单纯沙盘治疗组( $P < 0.01$ )。见表 1。

表 1 方差分析

变异来源	自由度	MS	F	P
时间	3	3171.602	168.135	0.000
时间*组别	9	505.226	26.766	0.000
误差	78	18.875		

2.2 三组 SAS 评分在不同测量时间点的简单效应分析 三组 SAS 评分随时间的变化趋势大致相同。单纯沙盘治疗组的焦虑自评得分较单纯药物治疗组呈下降趋势;药物加沙盘治疗组的焦虑自评得分较单纯药物治疗组较低。见图 1。

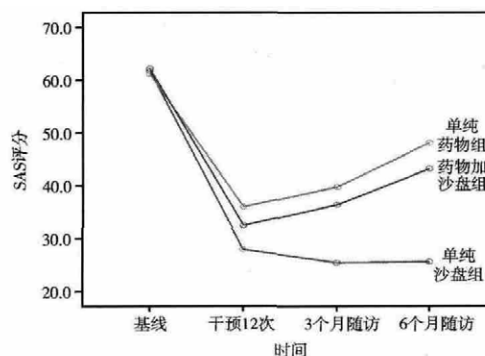


图 1 三组在不同时间点 SAS 评分变化

## 3 讨论

本研究显示,基线期三组 SAS 评分均高于其他三个时间点( $P < 0.05$ )。表明治疗后三组被试的焦虑情绪都得到缓解。在干预 12 次后,单纯药物治疗组评分高于药物加沙盘治疗组和单纯沙盘治疗组( $P < 0.05$ );在 3 个月后随访,单纯药物治疗组、药物加沙盘治疗组和单纯沙盘治疗组之间差异无统计学意义( $P > 0.05$ );在 6 个月后随访,单纯药物治疗组和药物加沙盘治疗组评分高于单纯沙盘治疗组( $P < 0.001$ )。说明三种疗法都有一定的疗效。单纯沙盘治疗组显现出干预的长期效应,这种远期效果可能是由于被试在沙盘治疗中学习到新的行为模式和认知方式,经过反复的巩固和强化,得以固化<sup>[3]</sup>。

本研究的局限性在于对照不完善,统计方法的选择可能存在数据特征与方法不匹配的问题。在后续研究中有待更科学的实验设计和分析。

## 参考文献

- [1] 范方,苏林雁,苏怡,等. 12 城市儿童焦虑的结构及性别年龄特征[J]. 中国心理卫生杂志, 2008, 22(4): 241-245.
- [2] 芭芭拉·博伊科,安娜·古德温沙盘治疗完全指导手册: 理论、实务与案例[M]. 田宝伟译. 中国水利水电出版社, 2006: 69-71.
- [3] 马什,沃尔夫. 异常儿童心理[M]. 徐浙宁,苏雪云,译. 上海: 上海人民出版社, 2009: 352-392.
- [4] 汪向东. 心理卫生评定量表手册: 增订版[M]. 北京: 中国心理卫生杂志社, 1999: 208-209.

(收稿日期: 2014-12-03)