

对自闭症儿童实施音乐治疗的方法研究

韩娣娣

(郑州幼儿师范高等专科学校, 河南 郑州 450000)

【摘要】针对融合教育背景下对自闭症儿童治疗和康复的诸多问题, 本文探讨了与音乐有关的行之有效的方法, 为广大自闭症儿童和家长包括特殊教育工作者提供了良好的素材。

【关键词】自闭症儿童; 音乐治疗

自闭症又叫孤独症 (autism) 或孤独性障碍 (autistic disorder) 等, 是广泛性发育障碍 (pervasive developmental disorder, PDD) 的代表性疾病。是发生于儿童早期的一种涉及感知、情感、语言、思维和动作与行为等多方面的发育障碍, 也是广泛发育障碍中最为常见和典型的一种。音乐治疗属于康复训练治疗方法中的一种, 它是以音乐作为媒体, 引导幼儿通过参与一系列的音乐活动和音乐游戏, 进而刺激儿童的身体感官产生反应, 从而达到治疗康复的目的。是一种科学的、高效的、最符合儿童身心发展的治疗方法与手段。当前用音乐来治愈自闭症儿童的临床成功案例越来越多, 实际也就证明了音乐治疗能够有效地促进儿童的语言发育, 提高其社会交往能力, 使其掌握基本的生活技能和学习技能。

一、鲁道夫·罗宾斯音乐治疗理论体系

国际上目前使用最为广泛的音乐疗法是鲁道夫·罗宾斯音乐治疗理论体系。这一音乐治疗理论体系是建立在基于每一个人都具有先天的音乐能力, 这种能力可以通过对个体成长和发展的治疗而被激发出来的理念创建的。基于这一理念, 用于音乐治疗的手段也是花样繁多, 目前以鲁道夫·罗宾斯音乐治疗理论在临床治疗中, 效果较为突出。鲁道夫·罗宾斯音乐治疗方法以即兴演奏音乐为主, 他认为在进行即兴演奏的过程中, 人们本能的音乐能力、创造能力将会被唤醒, 而这些能力也有助于克服情绪、生理和认知方面的困难。鲁道夫·罗宾斯的方法是在1959——1976年形成和发展的。早期主要应用在患有各种学习障碍的儿童包括自闭症儿童。在对患有自闭症的儿童进行治疗时, 音乐几乎贯穿治疗的始终, 其方法包括用音乐认识孩子, 引导孩子使其对音乐产生有效的共鸣, 通过简单的节奏乐器使孩子沉浸其

中, 学习必要的音乐技巧用于表达和互动以达到有效、良好的沟通, 取得一定的治疗效果。要达到这一效果必须要求音乐治疗师具备高水平的音乐技巧和音乐表达能力, 必须具备临床医疗、康复方面的知识和技能。同时要坚信每一个人的内心都对音乐有着天生的响应能力, 每一个人都本能的具备音乐表达和音乐演奏 (唱) 能力。在治疗过程中通常两人一组, 采用合作式的探索模式。其中一人负责即兴性地演奏钢琴或者其他的乐器与患者建立音乐关系, 在这个过程中, 治疗师需要不断地尝试各种音色、乐句、和声、节奏等音乐表达方式, 而另一名治疗师则需要观察、引导、记录、患者对音乐的反应。在进行治疗时, 患者主要使用一些简单的节奏型乐器, 如: 打击乐器、简单的弹拨乐器等。从进入治疗时的欢迎音乐开始, 治疗师都在引导患者主动去尝试使用这些乐器, 以期达到良好的音乐沟通和交流, 用音乐声音引导不说话的儿童, 使其能够主动参与。在治疗的过程中要根据患儿的情绪状态进行随时调整, 以孩子为中心, 再结合自闭症患儿的兴趣, 和治疗师互相配合, 治疗师首先要必须在活动中尽量避免表达自己的情感和喜好, 积极主动引导患者的情绪、关注自闭症患儿的需要。在音乐演奏方面, 可以充分利用音乐旋律中简单的速度和力度的变化引导患者的动作随着音乐产生变化, 让自闭症患儿自己发现之间的联系, 当然也可以运用音乐自身特有的情感变现从而帮助患儿释放自身的感情和情绪, 治疗师应及时表达对患儿的关注、理解与陪伴, 及时邀请他们尽快融进音乐, 从而抒发和表达自身的情绪, 引导患儿向积极的方向发展。

在治疗的过程中还需要始终保持对患者足够的欣赏与尊重, 治疗师应当以平等与欣赏的心态, 与患者尽量相同的视觉高度, 创造舒适的环境, 用于拉近

与患者的距离，争取她的信任。在整个治疗的过程中要时刻看到患者的优点和长处，接受并肯定其表现出来的特别、积极和努力，音乐的表达没有所谓的对错、好坏，也没有任何的音乐表达的限制，尊重患者的独特性。另外一名治疗师的作用也是极其重要的，在整个治疗的过程中，要时刻保持关注患者，引导其积极地参与进音乐活动中，变换不同的位置，采用各种各样的方法，吸引患者注意音乐的节奏、强、弱的变化等等。所有的乐器都有这名治疗师负责保管，当不需要乐器时，需要治疗师将乐器藏起来，需要时马上分发到患者的手中，吸引患者的注意力，提醒其注意音乐速度的变化，节奏力度的变化，使整个过程更加富有趣味性，提升治疗的效果。在针对多名患儿时，不能过多地拘泥于乐器的演奏或者音乐的演唱方面，

可以是音乐游戏也可以是简单的舞蹈动作。两名治疗师都要充分了解每一名患者的情况，根据实际情况去安排不同的患者处于领舞或者主奏的位置，提醒其注意音乐的节奏、速度、强弱或者位置的变化等。这样的训练能够促进患者成就感的一步一步产生，提升其创造音乐、表演音乐的积极性，提高艺术审美，树立自信心、增强患者的沟通交流能力。对于患有自闭症的儿童，想要转换固有的行为状态是非常难的。在治疗的过程中，引导患儿跟随治疗师的步调，并积极主动地转换自己的情绪，暂时走出封闭的状态，进入活动情境中，进行有效的治疗。而针对每一位患儿，不能够采用一成不变的治疗方式，要根据患儿的实际情况随时调整，通过转引、调动、体验、强化等多种手段的运用，适时的加入新鲜的音乐形式和音乐素材



进行治疗和训练,使患儿积极主动地配合治疗实现向良好行为的转化和发展。

二、奥尔夫音乐教育对于自闭症儿童音乐治疗的应用

奥尔夫音乐教学法是世界范围内影响最大的音乐教学法之一,运用的领域也非常的广泛,在对自闭症儿童的康复训练中也有非常突出的效果。德国著名音乐家、教育家卡尔·奥尔夫率先创立了奥尔夫音乐教育体系,奥尔夫音乐教育体系中最核心、最引人入胜的部分就是原本性音乐教育方法和体系。什么是原本的音乐呢?它是一种人们必须自己参与的音乐的表现形式,人们不是作为听众,而是作为演奏者参与其中,它把舞蹈、语言和动作相紧密结合在一起。原本的音乐是源于生活,最接近自然的形态,每一个人都可以进行体验,都可以学会,特别适合应用于儿童。奥尔夫音乐同时也强调本土化,也是我们本次需要重点研究的目标。

奥尔夫音乐强调参与性,音乐治疗也强调患者的主动参与,尤其是团体音乐治疗中,集体的参与及互动会给治疗带来良好的效果。另外奥尔夫音乐教育还强调动作、舞蹈、语言的紧密结合,自闭症患者的主要症状就表现为社会交往障碍、语言交流障碍、情感淡漠、动作刻板。那么在治疗的过程中加入奥尔夫音乐教育的理念,治疗师在治疗的过程中主动积极的引导儿童,吸引其注意力,用固定的语言不断重复的提醒,已达到有效的交流沟通,提升患儿的注意力、语言交流能力,在音乐的进行中,加入适当的合适的动作,通过长期训练提高患儿的动作协调能力。

奥尔夫认为,音乐能够到达人类心灵的最深处,与人类的心灵相映像,能够表达出内心最真实的感情和无法用语言表达的情感。在音乐治疗过程中,通过聆听音乐增强心灵力量,从而产生交流、投射、移情、社会适应性行为等。无论儿童是否有音乐基础,都可以参与到奥尔夫音乐活动中,治疗的核心不再仅仅是音乐知识技能的学习,而是音乐作为一种媒介、一种手段,以有效促进特殊儿童全面发展为最终目标。基于这一理念,在自闭症儿童参与到音乐活动中以后,可以设定专门的音乐游戏,适合的歌曲或者旋律,也可以邀请特殊儿童的家长直接参与,运用一些简单的打击乐器、拨弦乐器,进行简单合奏或者进行即兴性的演奏。这些都能够在活动中培养患儿的主动意识,肢体协调能力,与人沟通交流的能力,语言能力。在

治疗的过程中,治疗师要时刻观察儿童的特殊表现,如:对某一项乐器的偏好,对某一首歌曲的票偏爱,来制定治疗的进程,这一切并不是为了更好地训练儿童对于音乐技术掌握的熟练程度,而是通过他自身的兴趣爱好,增加他与治疗师之间的沟通和交流互动,让她走出自己的世界,打开心灵。有一点值得强调的是,奥尔夫音乐治疗中的目标设定是多元化的,是将特殊儿童作为一个完整的“人”进行考虑的,即以提升其各方面能力作为出发点,为此设计综合性的音乐活动。简而言之,奥尔夫音乐治疗中内容丰富,综合化的音乐活动能同时为多个治疗目标而服务(王琳琳,2012)。Koegel等人(1982)发现,对自闭症儿童而言,音乐是非常好的介入媒介,能够起到对其内心恰当的刺激,能够帮助儿童在非音乐学习领域取得积极的学习效果,同时作为正面的感觉强化因素防止儿童的自我刺激。如在面对情绪异常,暴躁或者焦虑的儿童时,播放舒缓的音乐能够很好地平复儿童的异常情绪;节奏欢快、积极向上的音乐又能提升儿童的心情,使其更加阳光、开朗。儿童的天性是玩耍,而奥尔夫音乐恰恰具备这方面的特性,在进行治疗的时候,可以几个人围成一个圈,在里面摆放不同的奥尔夫乐器,鼓励患儿自己选择喜欢的乐器进行演奏,也可以根据情况设定简单的节奏和互动方式,每当患儿做到都要及时地给予鼓励和肯定,并采用物质或者弹奏儿童喜欢的音乐、节奏等方式给予奖励。

奥尔夫音乐律动活动使自闭症儿童进行身体上的想象与表达,同时增加其与人互动的经验,提升持续注意力时间。治疗过程中,设定合理的音乐律动活动和音乐游戏,让孩子们在玩的过程中,渐渐适应与他人协调配合沟通交流的欲望。通过游戏、律动、歌谣掌握基本的交往礼仪,促进肢体协调发展,提高他们的感知觉和实际的动手能力,已达到培养自闭症儿童独立生活的能力。

我国的研究者王冰善于运用个案研究法对自闭症儿童实施治疗,他在《奥尔夫音乐治疗方法对孤独症儿童的疗效研究》一文中详细地提到怎样进行有效的治疗过程,起初他会选择具有代表典型性的两名自闭症儿童作为个案对他们实施奥尔夫音乐治疗。治疗的主要内容包含唱歌、舞蹈、合唱和乐器演奏等项目和表演形式。从患儿的治疗结果表明,大多数患儿的注意力集中性、语言交流反应性和听从指令执行性中三个方面,前后检测结果对比反差

很大,差异极其显著。不但这样而且这两名自闭症儿童在情绪控制上相比治疗前有明显的提升,据家长介绍在日常生活中患儿在情绪理解能力、自我问题行为纠正等方面都会有显著的提升与改善,能够有效地加以控制。这个现象在奥尔夫音乐治疗中说明“原本性”这个理念的渗透非常有效,儿童在参与音乐活动过程中,变被动为主动不再是被动的角色而是主动加入音乐活动。事实证明,整合性的特点是奥尔夫音乐治疗中的治疗活动最有代表性的特征,通过有效的方式、方法引导儿童通过自身进行音乐感知、身体律动、即兴表演和语言表达等多种内容多样的活动,从而让患儿感受到外界的世界、人物、花草、树木,从而有效地表达自己的情感与意愿。奥尔夫音乐治疗的活动形式有很多种,根据供治疗目标的不同而选择的活动内容不同,除此以外它还会根据儿童所处的不同阶段,自身所能达到的能力水平从而进行灵活的调整。例如、小组活动、个体训练和集体活动,还有粗大动作和精细动作等几个主要形式的整合性活动,这些活动的内容都能有效地促进儿童运动和四肢发展以及认知能力的提升。另外在即兴演奏音乐活动方面,这种以团体融合的形式开展活动能够更好地提升自闭症儿童的情感交流、模仿能力以及语言沟通能力,树立良好的榜样意识。在奥尔夫音乐治疗中,治疗师前期先对自闭症儿童全面综合性的进行评估,然后根据结果综合考虑患儿现有的各方面的能力水平以及家长需求等,以此来确定治疗的短时期目标和长期要达到的效果,从而选择并确定适合其患儿自身的音乐活动内容、活动形式,采用不同的音乐治疗手段。

三、“鼓圈”音乐疗法

20世纪90年代美国人Arthur Hull(阿瑟·赫尔)开创了“鼓圈”音乐疗法,是集体音乐治疗的一种形式,它是由任意的一组人在治疗师的引导下围成的一个圆圈,并在引导员的引导下演奏打击乐器,乐器的种类也非常的多,如:非洲鼓、沙锤、响板、中国鼓、三角铁等等各种各样的打击乐器。“鼓圈”的目的并不是表演和教会参与者敲打出优美或者复杂的节奏,而是参与者在鼓圈中得到释放内心的压抑和种种负面情绪,并且可以由参与者站出来讲述自己的遭遇或者倾诉内心的郁闷、忧虑,经由专业人士设计引导有助于提高参与者社会交往能力,提高自我尊重意识,提高创造力,增加个体的社会交往能力。

综上所述,自闭症已经成为人类社会所要共同面对的问题,在音乐治疗康复治疗中表现出了强大的优势,具有非常大的研究价值。它集合了音乐学、医学、心理学等专业学科的新兴学科也越来越被大众所认可和接受,由于人本身的社会性与个体之间的差异,也就注定了音乐治疗不能够是单一的、固定处方式的进行。实践证明对自闭症患儿实施音乐治疗,不仅能够有效提高其集中力,还可以有效地调节自闭症患儿的情绪和提升其社交能力。尤其是对自闭症患儿的听力、视力、感受力等多个方面都会起到很好的帮助作用,音乐治疗方法多样化其主要目的也就是为了实现患儿更好地提高他的思想集中力和注意力。音乐治疗林林总总的治疗方法中表现最为突出的就是奥尔夫音乐教学法,在对自闭症患儿的康复治疗当中起着非常重要的作用。以音乐的节奏和旋律为辅助手段的方法,通过治疗师与自闭症儿童之间的无障碍肢体、语言和行为交流、互动,从而帮助儿童自身的认知能力、学习能力以及生活能力得到发展和完善。当今社会音乐治疗的发展不能是空中楼阁式的,而应该立足于本土化和患儿本身。自闭症儿童的康复治疗也是一个长期的、持续的过程。现阶段我国的自闭症儿童逐年增加,但是治愈的案例也越来越多,相信随着我国的音乐治疗方法和手段不断完善和发展,今后将会有更多的自闭症儿童受益。

参考文献:

- [1] 于婷,《自闭症儿童治疗与康复现状》[J],实用临床护理学电子杂志,2018(21)
- [2] 闻春波,《探讨音乐疗法对自闭症儿童行为干预的作用》[J],中国卫生标准管理,2016(02)
- [3] 孙圣涛,《自闭症儿童的社会缺陷及其早期干预研究的介绍》[J],中国特殊教育,2003(03)
- [4] 田利媛,《音乐干预疗法对自闭症患儿语言障碍的康复效果分析》[J],临床研究,2018(09)
- [5] 邓赐平、刘明,《自闭症诊断理论的进展与困顿》[J],中国特殊教育,2005(03)
- [6] 廖梦怡,《共情视角下融合多模态数据的自闭症谱系障碍儿童识别》[D],华中师范大学,2020

本文是河南省教育厅2021年度人文社会科学研究一般项目《音乐治疗自闭症儿童在学前融合教育课程中的创新研究》2021-ZZJH-494阶段成果。