

音乐交叉治疗促进自闭症儿童情感交流的研究

——接受式与即兴演奏式音乐治疗

树文红, 朱子君, 陈雅琪

泰州学院音乐学院 江苏泰州

【摘要】音乐治疗是一门新兴的行业,是一种治疗心理疾病的重要手段。本研究结合医学、心理学及音乐学科的知识,将接受式和即兴演奏式音乐交叉治疗运用于自闭症儿童的康复之中,主要探讨音乐治疗对于自闭症儿童情感交流的作用和影响,通过科学而又合理的音乐治疗方法,能促使自闭症儿童的身心发育实现一定的提高与逐步康复。

【关键词】自闭症;接受式;即兴演奏式;音乐治疗

【基金项目】江苏省高校哲学社会科学研究基金项目“音乐治疗自闭症儿童交叉疗效机制研究”(编号:2017SJB1907)

【收稿日期】2022年11月9日 **【出刊日期】**2022年12月30日 **【DOI】**10.12208/j.aip.20220017

A study on the effect of music cross therapy on the emotional communication of autistic children

——Receptive and improvisational music therapy

Wenhong Shu, Zijun Zhu, Yaqi Chen

College of Music of Taizhou University Taizhou, Jiangsu

【Abstract】 Music therapy is an emerging industry, which is an important means to treat serious mental illness. This research combines the knowledge of medicine, psychology and music to apply music therapy to the rehabilitation of autistic children and mainly discusses the effect and influence of music therapy on emotional communication of children with autism. Through scientific and reasonable music therapy, the physical and mental development of children with autism can be improved and gradually recovered.

【Keywords】 Autism; Receptive Music Therapy; Improvisation-Based Music Therapy; Music Therapy

自闭症是一种由脑部发育障碍,自闭症患者对音乐有着独特的敏感性,即使他们在与他人交流和互动方面存在困难。本文运用接受式治疗法、即兴式治疗法交叉干预自闭症儿童患者,帮助他们走出来,更好的与人进行交流,更好的融入社会。

1 自闭症定义、形成原因和特征

1.1 自闭症定义

自闭症,又被称为孤独症,发病期主要开始于婴幼儿时期。自闭症多发生在男性身上,女孩和男孩等

发病率大约在1:4。70%的儿童自闭症儿童伴有智力低下的症状,18%的人智力基本正常,5-12%的人智力超常。^[1]一些自闭症儿童甚至会出现自残自伤的行为:轻度的有抠嘴等动作;严重的会伤害自己。他们存在不同程度的语言沟通问题、不与别人交往、兴趣内容固定且狭窄、做事的方式比较死板。

1.2 自闭症儿童形成原因

(1) 遗传因素

在对所有患有自闭症儿童的调查中,有20%的自

作者简介:树文红(1967-)女,汉族,江苏泰州,副教授,研究方向:钢琴教学,音乐教育、音乐治疗。
朱子君(1994-)女,汉,泰州学院音乐学院教师,硕士,双学士。研究方向:钢琴表演及教学、心理学。
陈雅琪,泰州学院2022届音乐学院学生。

闭症儿童是受遗传因素的影响的,有可能是因为多重遗传问题或者是基因突变问题。^[2]特别是家庭中三代以内的直系亲属或者是三代以内的旁系亲属有自闭症、焦虑症等问题,儿童出现自闭症的机率会大大增加,可能是普通人的几倍到十几倍。

(2) 怀孕期间的病毒感染

如果母亲在怀孕期间感染了一些病毒或者有吸烟以及服用药物的情况,也会影响宝宝的腹部,使胎儿的大脑发育受到损害,增加自闭症的患病几率,并且和出生时缺氧以及窒息也有较大的关系。

(3) 神经内分泌与神经介质

儿童行为与神经介质有关。据有关文献指出,中枢神经系统的血清素或多巴胺活性减少,和下丘脑功能障碍都可能会引起孤独症。但也有指出,自闭和无法与别人建立情感联系的现象都是由于中枢神经介质内啡肽的变异所导致的。

2 音乐治疗及情感交流障碍的含义和表现

2.1 音乐治疗的含义

音乐治疗在 1980 年左右传入中国,是一门集音乐、艺术、心理、医疗为一体的具有综合性、广泛联系性的交叉学科。它是利用音乐来治疗患者,促进他的身心健康,增强与社会的交流。音乐治疗师为有需要的病人设计不同的音乐治疗方案,比如唱歌、乐器演奏等。

2.2 情感交流障碍的含义

情感障碍又称情绪障碍,是以异常情绪或情绪变化为主要的临床特征,长伴有与异常情绪相对应的认知、行为、心理生理和人际关系变化或障碍的一组精神障碍。许多自闭症儿童可能由于自我意识的发展,对人际关系敏感,情感交流狭窄。

2.3 自闭症儿童情感交流障碍的表现

(1) 交往动机不足

根据他人的判断调整自己和他人的感情距离是人的基本心理需求。然而,自闭症儿童缺乏这种心理需求,他们的高级感情需求非常弱。这种心理需求的缺失除了遗传因素外,还与后天的经验和处境有关。自闭症儿童在与他人交流时,得到的消极感受如命令、拒绝等多于积极感受,从而本能地疏远他人,对情感交流失去兴趣。

(2) 缺乏感情转移能力

自闭症儿童缺乏同情心,无法理解自己与他人的

关系,无法从自己的角度考虑问题,思维方式和行为方式总是以自我为中心。在语言交流中,他们总是专注于表达自己感兴趣的东西,而不在乎别人的反应。

3 音乐治疗自闭症儿童的情感交流方式

3.1 接受式治疗

接受式音乐治疗是以聆听音乐为手段,使人们对美好的音乐产生反应,从而起到治疗目的的心理治疗方法。^[3]在接受治疗中应选择合适的音乐进行干预。音乐对大脑皮层的作用可以激发自闭症儿童的兴趣,改善他们的情绪和行为活动。

3.2 即兴式治疗

即兴音乐治疗的形式通常是由接受者和治疗师即兴演奏一种乐器。接受者使用的乐器大多是鼓、沙槌等无需事先训练就能演奏的简单打击乐器。对于治疗师来说,接受者使用的乐器也可以帮助他们发现自己的个性特征。治疗师使用钢琴或吉他来引导旋律并协助演奏。

即兴式治疗有以下几个优点:

① 代入感强:

即兴式治疗能够让治疗师与自闭症儿童之间用音乐快速沟通,大大缩短了语言沟通的效率,同时避免了语言差异还是理解上的不信任,并且即兴演奏治疗师能瞬间通过音乐去了解来访者。

② 安全感强:

即兴式治疗能让治疗师和自闭症儿童感受到彼此的关注,从而加深安全感。即兴式治疗能瞬间抓住来访者此时此地的真实感受,音乐交流真实可靠^[4]。

③ 可激发潜意识:

即兴式治疗可以触发潜意识,发现真实的自我、积极的自我、强大的自我——这些正是来访者未探索过的精神支撑内容。音乐帮助他们找到这些积极的因素,真正地走出困境,勇敢面对现实^[5]。

3.3 接受式和即兴式音乐治疗的交叉运用

听包括听到和倾听这两个听觉程序。它们经常在潜意识中运作,具有儿童无法抗拒的穿透力。^[6]接受式音乐治疗是一种倾听的手段,自闭症儿童可以通过听歌曲或音乐,随着音乐的内容,做出不同层次的情感表达。但是接受式音乐治疗过于单一。相反,即兴式音乐治疗是以即兴为主的治疗手段,只要符合当时的情景,可以采用多种形式,主题和旋律以主动创造为主,能够达到治疗要求为目的。比如,根据儿童的

情绪自由演奏, 儿童跟随或演唱或舞蹈或弹奏或运用打击乐自由练习。即兴式音乐治疗的创造性和变化性更弥补了这一点。所以交叉运用接受式和即兴式音乐治疗, 更能够促进治疗, 达到更佳的治疗效果。

4 个案

4.1 个案基本资料

(1) 遥遥(化名), 男, 2016年6月出生。6岁。

(2) 家庭成员: 父亲、母亲、姐姐和遥遥。父母为个体工作者, 姐姐为在读大学生。

(3) 幼儿园老师的描述: 遥遥是2020年9月入园的。刚来的时候, 是由他爸爸妈妈带着来的。记的他刚来的时候, 老师说的话不予理睬, 也不会与老师小朋友们亲近。他不和小朋友们一起玩耍, 常独自一人呆坐一旁, 不知道在想些什么; 也有时候会瞬间脾气暴躁, 无理由殴打别的小朋友。但他能辨别颜色及数字等, 特别对数字较敏感。很喜欢数数, 别人一打搅就会发脾气。只吃毛豆和海带。

(4) 从中发现他异常的表现:

①不愿意与人交流、搂抱, 陌生人和其说话会不予理睬。

②情绪不稳定, 时而呆滞, 时而暴躁, 有时还会出现攻击性行为;

③认知能力较好, 对数字敏感。

④语言理解能力和表达能力极其薄弱。

⑤饮食单调。

⑥不愿意参加集体活动, 人际交往弱。

(5) 进行治疗之前, 对他的情况进行了记录, 并进行评定, 结果是属于中度自闭症患者。

4.2 个案治疗过程

(1) 制定音乐治疗思路

根据对遥遥的和观察分析后, 计划制定音乐治疗来对遥遥进行10周的干预。首先要布置一个温馨的房间, 让遥遥能够快速适应, 感受到安全、没有任何威胁。遥遥是无法与人进行正常交流的, 所以该研究打算通过接受式音乐治疗、即兴式音乐治疗与遥遥进行交流, 观察他的情况。通过一段时间的治疗后, 能够尝试帮助他将情感通过演唱、即兴演奏乐器、进行音乐角色扮演等方式表达出来, 最后达到所期望的目标, 减少情绪问题发生。

(2) 制定音乐治疗计划

针对于遥遥的情况, 我们采用一对一的音乐治疗。计划为每周2次, 每次30分钟。

1-5周治疗: 聆听不同音乐, 放松心情, 舒缓情绪。与治疗师参与打击乐器, 获得参与感。

6-10周治疗: 可以演唱喜欢的歌曲, 找到自己喜欢的打击乐器, 逐渐与治疗师进行问答, 与人进行适当交流, 不惧怕陌生人。

治疗时间: 2021年12月至2022年1月。

(3) 制定计划的目标

短期目标: ①使儿童慢慢放松, 不再害怕陌生环境。

②使儿童的暴躁抑郁情绪得到逐渐缓解。

长期目标: 使儿童逐渐敞开心扉, 与人进行交流。

(4) 音乐治疗内容

①1-5周治疗

准备材料: 音乐播放器、鼓、沙锤、三角铁。

第1-2周治疗过程:

事先我先询问他的家人, 了解他平时最喜欢听的几首歌曲并记录下来, 以便于在之后的每次治疗的开始先播放他喜欢的歌曲, 使他安静下来。

我首先在遥遥进入房间之前, 放好鼓、沙锤、三角铁等打击乐器, 等他进来之后, 播放遥遥喜欢的几首歌曲, 让他放松下来。然后试着播放一些其他的歌曲, 包括许多类型的歌曲: 轻快的、舒缓的、轻柔的、欢快的等, 观察遥遥的神态、表情及举动是否跟随音乐的起伏而有所变化。经过实验, 观察到遥遥一开始的反应较为细微, 但随着时间的推移, 他碰到舒缓的音乐, 便会不由自主的安静下来聆听; 碰到较为欢快的音乐, 便会抬起手轻轻摇摆, 但是幅度较小。如果碰到遥遥聆听后有较明显变化的音乐及时记录下来以备用。随后, 我适时轻轻哼唱(注意: 使用较轻柔的语气哼唱, 降低他的警惕性), 观察他的表情与动作。起初, 遥遥没有什么反应, 但经过轻声细语的哼唱引领, 遥遥被带入气氛当中, 基本集中注意聆听, 甚至有时还跟着哼了一两个乐节。之后, 我把他引到放乐器的桌子旁, 观察他的举动。观察之后发现, 他经过鼓和沙锤时, 没什么异常举动, 反倒是经过三角铁时, 用手摸了摸。因此证明他对三角铁有较为强烈的兴趣与好奇心, 可能是先前并没有看过或接触过这类打击乐器。其次, 我向他展示每一件乐器的打击方式以及如何让打击乐器发出声音。我发现, 遥遥变

得并不像刚来之时的目光不集中,而是一直盯着正在被击打的乐器,尤其是三角铁。最后我将此记录下来并且着重有节奏的、有力度的敲击三角铁。

第 3-5 周治疗过程:

我首先播放遥遥喜欢的歌曲。然后继续像上周一样哼唱歌曲,遥遥很快被带入,有时竟不由自主哼起来。这时,我鼓励他大胆的哼唱出来,对他进行表扬与支持。遥遥比上周大胆了些,尽管嘴有些含糊,但比之前哼唱的时间更长一些,进步很大。之后,我再次领他去放乐器的桌子旁,向他展示每一件打击乐器的打击方式以及如何让打击乐器发出声音,然后轻声引导他可以自己动手去敲击一下。遥遥起先就拿起三角铁和它的金属棒,但是他始终没有去敲击。我用言语提示他,引导他用右手拿着的金属棒轻轻敲击左手的三角铁,并适时握住他的手,观察他的反应。他并没有像条件反射一样推开我,但稍微有点不自在,我便松开了他的手,继续引导他。终于他轻轻敲击了一下,我表扬他,并鼓励他自由敲击,他听见我表扬他也露出了淡淡的微笑。经过训练,他学会了自主敲击三角铁。

②6-10 周治疗

准备材料:音乐播放器、鼓、沙锤、三角铁、钢琴。

第 6-7 周治疗过程:

我邀请了一位小朋友月月一起来辅助我和遥遥进行治疗。月月的性格很温柔,对陌生小朋友也有很大的善意,但是遥遥好似对月月在场没有什么特殊的反应。首先,我带领他们哼唱歌曲,我用钢琴弹奏,他静静地听着,有时也跟着哼唱两句。然后我一句一句教他们这首歌的歌词,月月学习的明显比遥遥快,但是月月没有表现出嘲笑或不耐烦,而是跟着我一起教遥遥歌词。经过一段时间的教导,他好像对月月教他歌词并不反感,也渐渐有了反应,断断续续在歌曲高潮的时候也能唱两句了。后面,我拿出他感兴趣的三角铁,遥遥并没有像之前一样犹豫了,而是直接拿起三角铁敲击。月月拿了在一旁的沙锤,我带领他们到钢琴旁敲击,并且开始用钢琴进行演奏,演奏的声音要他们的敲击声音基本相反。若他们的敲击声音小,演奏声音就要相应的加大。月月立即就沉浸在音乐里,手中挥动着沙锤。有了月月做榜样,遥遥变得大胆了多,敲击的声音也开始有了节奏。然后我告诉他们,

我用钢琴演奏节奏,让他们跟随我的节奏敲击。月月一下能跟上我的节奏,而遥遥并不能跟上我的节奏,但经过多次练习,他基本能够跟随着我钢琴的节奏进行敲击。

第 8-10 周治疗过程:

首先我教他们打一些简单的节奏。我握住他们俩的手比划节奏,遥遥并没有表现出挣脱的现象,他能够听懂我的话,并且与我进行简单的交流,在进行训练之后,他已经基本学会一些简单的节奏。之后,我又用钢琴来演奏他喜欢的歌曲,让他自由发挥。起先,他敲击的杂乱无章,但经过多次耐心引导及教导,他变得有些节奏感。经过多次训练,他敲击得有模有样,尽管还是有些跟不上节奏,但是进步很大。最后我让他们放下乐器,跟随着音乐自由摆动。月月主动拉起了遥遥的手,起初遥遥有些愣神,但是月月没有放弃,耐心说:“我们一起跳舞吧。”遥遥把头转向我,我点点头表示支持,他看懂了我的意思,也没有挣脱。月月带着他跳起来,虽然他还是很不自在,但是跟一开始相比,进步非常大。这时,我表扬了月月 and 遥遥,提出拥抱一下,月月一下就扑过来抱住了我,我看着遥遥,他犹豫了一会也像我走来,轻轻抱了一下。

4.3 个案治疗结果

通过此次音乐治疗,我们不难发现遥遥在情绪行为、语言交流沟通等方面都有很大的进步。通过对音乐的聆听和对乐器节奏的掌握,我们帮助成功遥遥学会了聆听自己的声音,学会了表达自己的感受,学会了与人进行基本的交流沟通。由此可见,遥遥的总体情况逐渐得到了改善,音乐治疗起到了不错的效果。

5 结论

一般自闭症儿童都有语言沟通障碍,语言沟通能力是自闭症儿童患者最缺少的能力。交叉音乐治疗可以促进自闭症儿童与外界的交流。^[7]采用接受疗法和即兴音乐疗法的交叉疗法,将简单的语言融入旋律中,让自闭症儿童通过听和玩产生潜移默化的影响。自闭症儿童在享受音乐时,能够更好地通过简单的语言表达自己。因此,将接受和即兴交叉音乐疗法应用于自闭症儿童,可以有效促进自闭症儿童语言沟通的进一步发展。由于语言能力和身体原因,自闭症儿童的情绪普遍存在不稳定状态,并伴有焦虑、躁动和多动。通过跨界音乐治疗对自闭症儿童后,发现大多数孩子开始暴躁的情绪转化为可以迅速安静下来听音乐,因

此, 适当的听音乐和使用打击乐器的节奏训练, 和练习唱歌可以缓解他们的抑郁情绪, 具有明显的调节作用。接受和即兴式的交叉治疗对自闭症儿童的情绪安慰和表达有较大的影响。

研究表明, 接受式与即兴演奏式音乐治疗交叉治疗自闭症儿童对社会认知和交往能力以及情感的交流等方面都有着较大的改善。^[8]关于自闭症儿童音乐治疗的研究越来越多, 这说明自闭症儿童音乐治疗的干预也越来越受到关注。相信在未来, 音乐治疗自闭症儿童的干预治疗会有更好的效果, 为自闭症儿童的康复事业做出贡献。

参考文献

- [1] 王熙. 感统训练对自闭症儿童注意力影响的研究[J]. 2016(05)
- [2] 刘凤琴. 音乐治疗对自闭症儿童社交障碍的改善作用[J]. 中小学心理健康教育, 2010(09)
- [3] 谭燕. 音乐治疗在改善自闭症儿童社会交往障碍中的个

案研究.[J].2016(05)

- [4] 韦永珍. “即兴演奏式音乐治疗方法”的学习与探究.[J]. 安徽教育科研.2019(10)
- [5] 朱子君, 树文红. 即兴演奏式音乐对自闭症儿童行为干预对个案研究.[J]. 泰州职业技术学院报.2015
- [6] 树文红, 朱子君, 许文苏. 音乐治疗对自闭症儿童的影响.[J]. 家庭生活指南.2021(11)
- [7] 张鸿懿. 音乐治疗学基础. 中国电子音乐出版社.2003
- [8] 黄晓莹, 黄涛. 音乐治疗在康复医学中的应用.[M]. 中国临床康复.2008(02)

版权声明: ©2022 作者与开放获取期刊研究中心 (OAJRC) 所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS