

音乐治疗对多动症和自闭症儿童情绪问题的相关研究

陈超 李远情 白雪

(梓潼县特殊教育学校 四川 梓潼 622150)

[摘要]在我国,音乐治疗已经广泛应用于特殊教育领域的康复训练中,研究表明,音乐治疗对于特殊儿童情绪问题的改善有着较为良好的作用。本篇文章在对自闭症个案和多动症个案分别进行了为期3个月的音乐治疗活动后,分析出音乐治疗对于改善自闭症和多动症两种不同类型的特殊儿童情绪问题有着怎样的作用,阐述了对于两种不同类型的特殊儿童,音乐治疗该如何开展和活动设计的方法,并对自己的音乐治疗实践进行了梳理和总结。

[关键词]音乐治疗;自闭症;多动症;情绪问题

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.07.496

音乐治疗是有计划、有组织地利用音乐活动,帮助个案达到生理、心灵、情绪、认知等方面的治疗效果。赵博鑫在《音乐治疗在特殊儿童心理健康中实践的探索》一文中提出音乐治疗在特殊儿童心理健康方面有着易于接受、效果显著、治疗方式简单的独特的优势。本文通过音乐治疗手段对自闭症个案和多动症个案分别进行了针对情绪问题的干预研究。

1. 音乐治疗对自闭症儿童情绪问题的研究

1.1 研究对象

小C: 自闭症,男,今年八岁。小C对大多数事物不太感兴趣,但喜欢音乐和玩耍乐器。在情绪激动时会大声尖叫,持续时间较长,且难以平复。

1.2 音乐治疗活动方案设计与实施

1.2.1 活动方案设计

本次音乐治疗活动方案设计是根据个案自身的发展需求以及音乐治疗活动开展流程所设计的,共12次课程,分为五个阶段,依次为建立关系阶段,加深关系阶段,自我暴露阶段,结束暴露阶段和结束课程阶段,并将重点干预阶段设定为自我暴露阶段。

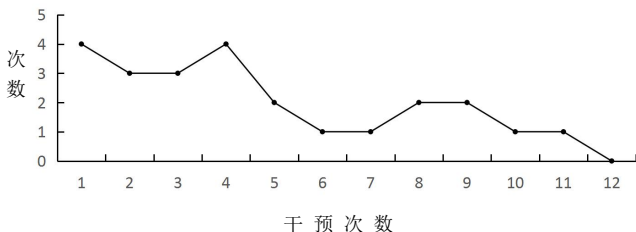
1.2.2 活动实施流程

音乐治疗活动过程分为四个阶段:开始仪式、热身活动、主活动、结束活动。每个阶段的时间分配可依据研究对象在本节课程活动中的表现状况而定,一般整个活动时间控制在50分钟左右,一周进行一次,共12个课时。

1.3 讨论与分析

在研究过程中对个案出现尖叫行为次数进行了观察记录,一共12次。结果如下:

表1 尖叫行为次数



小C在12次音乐治疗课程中尖叫行为发生次数的数据统计,如表1。

在建立关系和加深关系阶段,个案尖叫行为发生的次数平均值为3.3次。在自我暴露阶段平均值为2次,在此阶段个案尖叫次数显著减少,由于个案情绪的宣泄得到了良性释放,个案的尖叫等情绪爆发现象相应减少。在结束暴露阶段个案尖叫平均值为1.5次,个案初进入结束暴露阶段由于课堂节奏对于个案更注重控制和管理,造成个案不适应,出现尖叫次数增加,在适应后重新趋于平稳。在结束课程阶段没有出现尖叫现象。从数据整体上看个案啄人行为发生次数不断减少,说明音乐治疗对小C的情绪问题有一定的干预效果。

2. 音乐治疗对多动症儿童情绪问题的研究

2.1 研究对象

2.1.1 基本情况

小D: 多动症和智力低下。女,今年13岁。有较强表达自己的欲望和想法,喜欢引起他人的注意。情绪容易激动,并伴随情绪问题,容易情绪失控,在情绪失控时容易产生攻击行为。个案在普校小学毕业后,因成绩差,在校期间攻击同学,破坏公物被劝转学到特殊教育学校。

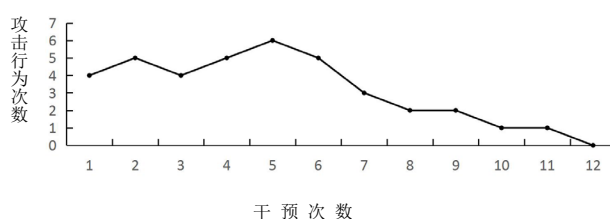
2.2 音乐治疗活动方案设计与实施

2.2.1 活动方案设计

本次音乐治疗活动方案设计是根据个案自身的发展需求以及音乐治疗活动开展流程所设计的,共12次课程,分为五个阶段,依次为建立关系阶段,加深关系阶段,自我暴露阶段,结束暴露阶段和结束课程阶段,并将重点干预阶段设定为结束暴露阶段。

2.2.2 活动实施流程

表2 攻击行为次数



与上述音乐治疗对自闭症儿童情绪问题干预活动实施流程相同。

2.3 讨论与分析

个案小D在12次音乐治疗课程中攻击行为数据统计,如图表2。

在建立关系和加深关系阶段,小D攻击行为发生的次数平均值为4.3次。在自我暴露阶段平均值为5.5次,在此阶段个案攻击行为次数有所增加,个案在快节奏、抒发式的音乐活动之中容易因为愉悦感而变得兴奋和激动,在此阶段的活动中个案攻击行为次数故有所增加。在结束暴露阶段攻击行为次数平均值为2.3次。进入结束暴露阶段,由于课堂节奏发生改变,整体更加平稳,对于规则意识的强调更加突出,个案攻击行为次数明显减少,体现了控制情绪对个案外显的情绪失控有一定的干预作用。

3. 研究结果

通过系统的音乐治疗手段,自闭症个案和多动症个案的情绪问题均有一定的改善。

自闭症个案小C在自我暴露阶段的情绪爆发次数明显减少,虽然在结束暴露阶段有所反弹,但在后期会趋于稳定,在日常生活中个案的情绪爆发次数也明显减少。所以对于自闭症的情绪问题干预重点应当放在自我暴露阶段,要注重自闭症儿童的情绪体验和情绪释放,让自闭症个案的情绪释放选择一个良性和温和的方式。

多动症个案小D在结束暴露阶段的情绪爆发次数明显减少,对于多动症个案,更需要让多动症个案在音乐和节奏变化中理解规则意识,学会情绪控制的方法。对于多动症个案更加重要。

4. 研究反思与建议

4.1 制定音乐治疗实施方案的方法

4.1.1 音乐治疗实施阶段的设计

在音乐治疗过程中,我将活动设计计划为了五个阶段,即建立关系阶段、加深关系阶段、自我暴露阶段、结束暴露阶段、结束课程阶段。五个阶段循序渐进,可以根据个案情况对环节进行延长或者压缩,针对个案表现出来的不同问题,选择阶段的侧重,使音乐治疗活动更加灵活,有利于增加治疗师对康复过程的掌控,及时根据实际情况作出调整。

4.1.2 自闭症儿童和多动症儿童音乐治疗活动阶段的侧重点

音乐治疗活动分五个阶段进行,建议在设计自闭症个案的音乐治疗活动时以自我暴露阶段为主要阶段,可增加此阶段的课程次数,目的在于认识情绪、体验情绪。由于自闭症个案注意力集中时间短,感情淡漠,对周围的事物不感兴趣,因此此阶段可多设计宣泄情绪、释放情绪等活动,同时在教学中可配合轻松欢快的音乐,为个案营造轻松而又自然

的教学环境,引导个案更好的体验和释放情绪,感受正向情绪。在对自闭症儿童进行音乐治疗干预的过程中,自我暴露阶段过程通过让自闭症儿童体验丰富有趣的活动,感受正向情绪,个案的活动参与度变高,情绪的爆发次数明显降低。

多动症个案的音乐治疗活动设计以结束暴露阶段为主要阶段,目的在于控制情绪,由于多动症个案容易受到外界的刺激,过多的情绪体验会导致她更加兴奋,我通过控制情绪阶段的活动让个案情绪更加稳定,教个案学会控制情绪的方法。在对多动症儿童进行音乐治疗干预的过程中,结束暴露阶段过程通过让多动症儿童进行控制情绪的活动和训练,建立规则意识,个案的情绪的爆发次数明显降低。

4.2 针对自闭症儿童和多动症儿童在音乐治疗课堂中的干预技巧

在自闭症儿童的音乐治疗活动中,因为自闭症个案大多社交能力差,思维和认知能力落后,活动参与度低。可以在主活动中设计容易理解的情境进行导入,并辅助环境的创设,调动自闭症个案的积极性,提高自闭症个案的活动参与度,在情境中自闭症个案能更好的参与活动,更加方便治疗的进行。

在多动症儿童的音乐治疗活动中,因为多动症儿童普遍规则意识较差,情绪容易激动,所以在活动设计中应当更加注重把握活动的节奏,具体的方法有在活动中以轻音乐作为背景音乐,加以语言稳定个案情绪。在个案情绪失控时,可以暂时停止活动,让个案端坐进行放松练习,并辅助舒缓音乐,等多动症情绪稳定后再继续活动。

结语

实践证明,音乐治疗是一种改善特殊儿童情绪问题的有效手段。通过音乐治疗活动改善不同类型的特殊儿童的情绪问题,应当被广泛的应用于特殊教育领域之中来。自闭症儿童的情绪问题和多动症的情绪问题都有自己特点,我们要在实践中去不断探索,根据个案的不同情况调整音乐活动的形式和方法。目前我国的音乐治疗仍处于发展和探索阶段,有很大的发展空间,我们作为特殊教育教师,我们应当在一线教学中去实践,挖掘音乐治疗的可能性,通过音乐治疗帮助更多特殊儿童改善情绪问题。

参考文献

- [1] 赵博鑫. 音乐治疗在特殊儿童心理健康中实施的探索[J]. 赤子(上中旬), 2015(23): 204.
- [2] 张超. 浅谈音乐教育在智障儿童的教育中的应用[J]. 中国校外教育, 2017(25): 76.
- [3] 陈佳, 邹婉莹. 音乐治疗对自闭症儿童情绪障碍的个案研究[J]. 赤峰学院学报(自然科学版), 2017, 33(06): 168-170.