

奥尔夫音乐对孤独症群体的影响及其研究——以沈阳康纳洲为例

吴芮

沈阳师范大学，辽宁沈阳，110000；

摘要：奥尔夫音乐是一种强调全面整体的音乐教育方法，孤独症是一种复杂的发育障碍，因而奥尔夫音乐多元化的，人人参与的教学形式，在孤独症群体中扮演者重要的角色。本文以沈阳康纳洲的十二名孤独症群体为研究对象，开展了四次奥尔夫音乐课程教学，通过对已有文献的梳理，在此基础上运用观察法、访谈法收集数据。研究表明，奥尔夫音乐对孤独症群体具有积极的影响，具体表现在能够有效地改善孤独症儿童的不良情绪、缓解压力，提高孤独症群体的创造力与感知能力等，具有一定的积极疗愈效果。

关键词：奥尔夫音乐；孤独症；音乐疗愈

DOI:10.69979/3029-2735.24.9.070

1 核心概念的介绍

1.1 孤独症

1.1.1 孤独症的定义

孤独症又称自闭症，也是一种广泛性发育障碍，常见的疾病类型包括冷漠型、主动但怪异型和被动型。大部分患者在儿童时期开始出现社会交往障碍、交流障碍、以及明显的兴趣、刻板与重复行为方式。孤独症一般在3岁前开始显现症状，如几乎不主动发起社交，由于社交形式奇特，其行为模式独特且刻板，同时孤独症患者会表现出对他人情绪和想法理解困难、不懂社交规则等现象。

1.1.2 孤独症的主要干预方式

对于孤独症的治疗，目前主要以教育干预为主，补充剂/药物治疗为辅。教育干预的目的在于通过系统的训练，帮助患儿获得生活自理和独立生活的初始能力，尽可能的减轻其残疾程度，提升生活质量。同时，家庭的参与和支持也非常重要，能对患者的预后产生深远影响。药物治疗方面，目前仅为辅助性对症治疗，还没有针对孤独症核心症状的特效药物。

1.1.3 孤独症的主要表现症状

孤独症的症状主要表现在社交互动障碍、交流障碍、局限的兴趣、感官异常等几个方面。在社交互动障碍方面，孤独症儿童往往不擅长与他人建立情感联系和进行非语言沟通，例如眼神交流、微笑和肢体动作等。在语

言交流方面，孤独症儿童在语言方面可能存在困难，包括语言表达和理解。他们可能会出现说话晚、语言能力发展缓慢、语言表达不清晰等问题。在兴趣与行为方面，孤独症儿童可能对某些特定的事物或活动表现出强烈的兴趣，而对其他事物则不感兴趣。在感官方面，自闭症儿童可能对某些声音、颜色、食物或光线产生焦躁不安或强烈的反应。

1.2 奥尔夫音乐

奥尔夫音乐教育体系是当今世界最著名、影响最广泛的三大音乐教育体系之一。由德国音乐教育家卡尔·奥尔夫创立，其教学法强调全面、整体的音乐体验，以“原本性”为核心教学理念，原本性的音乐是指人们不是作为听众，而是作为演奏者参与其间，把动作、舞蹈、语言紧密结合在一起，是一种人们必须自己参与的音乐。具有多元化，人人参与的特点。每个人都能学会和体验其中，是适用于孤独症群体的一种音乐教学形式。

1.3 沈阳康纳洲

沈阳市皇姑区康纳洲孤独症家庭服务中心，简称沈阳康纳洲，成立于2017年9月13日，是由沈阳六位孤独症孩子家长发起，民政局注册的民办非企业单位；是在中国精协指导帮助下组建的，北京康纳洲给予技术和管理上指导的综合性孤独症服务平台。沈阳康纳洲致力于探索孤独症人士生命全程服务体系，坚持专业团队构建和专业化服务。并以大龄孤独症群体服务为切入点，

承接政府及基金会项目。希望在沈阳为孤独症家庭营造一块永久的栖息之地。

2 研究过程

2.1 研究对象

研究选取了 8 名自愿参与音乐疗愈活动的伙伴,其中 1 名女孩,7 名男孩,年龄为 13 岁到 29 岁不等,通过四次音乐疗愈课对其行为进行观察对比研究。参与者基本信息如下:

参与者一:性别男,18 岁,很宅,不喜欢参加活动,不爱与人交往,不会也不喜欢唱歌,手上拿着一个卡片才有安全感。

参与者二:性别男,13 岁,表情丰富,不愿意张嘴唱歌,听觉敏感。

参与者三:性别男,29 岁,脑瘫发育迟缓,内向,不爱与人交流。

参与者四:性别男,22 岁,内向,爱听歌不爱唱歌,不自信,乐感好。

参与者五:性别男,16 岁,唱歌跑调,语言丰富,外向,活泼好动。

参与者六:性别男,25 岁,稳定性差,听觉敏感,画画很有天赋。

参与者七:性别女,23 岁,典型孤独症,有时焦虑,情绪较平稳。

参与者八:性别男,23 岁,无语言,性情稳定。

2.2 研究方法

2.2.1 文献研究法

本文研究主要涉及奥尔夫音乐,奥尔夫音乐教学法,孤独症等领域,需要对这些领域的文献进行检索和反复加工。根据各大文献检索网站查询得知,与奥尔夫、奥尔夫音乐教学法,奥尔夫音乐疗愈、自闭症相关的论文有数千篇。由于现在更多把自闭症也称作孤独症,搜索相关文献不多,所以以奥尔夫音乐对孤独症群体的影响为题进行研究。

2.2.2 访谈法

针对十二名孤独症群体的基本情况、在课程疗愈前,与孤独症群体的家长进行面对面有目的的谈话沟通,主要与参与者 1 的家长进行访谈,她不仅是家长,也是沈阳康纳洲的创办者之一,她了解每个孤独症群体的信息,也在课余时间与其他参与者家长进行了半结构化式访谈,从而确定运用什么样的适合该群体的奥尔夫乐器

及歌曲,制定合适的课程方案。在教学过程中,如有突发情况,也与家长及时沟通以便调整计划,达到更好的疗愈效果。

2.2.3 观察法

在奥尔夫音乐疗愈活动实施过程中,分配一到两名观察记录员,进行参与式的观察,走进音乐课程中,详细记录每一位孤独症伙伴在课程活动中的行为及其表现,并针对其社会交往能力、情绪表达和控制能力、注意力的集中能力等方面进行一一记录。

2.2.4 研究结果对比分析

通过四次音乐课,每次一个半小时,加上课前和课后与参与者们的接触了解,大约每次是两个小时,收集了参与者家长们对自己孩子上完奥尔夫音乐疗愈课程后的变化记录。

参与者 1 的家长:一个很宅的男孩,不喜欢参加活动,不爱与人交往,也不会不喜欢唱歌,但是通过这几次音乐课,对老师选的歌曲非常喜欢,特别是《萱草花》很感兴趣,一节课就学会了。感觉不是不喜欢,是没有遇到能走进孩子心里的歌曲。

参与者 2 的家长:上课前不怎么会在家唱歌,上课后,自己没事就哼几句,感觉心情很好,开朗了,老师们年纪轻轻特别能带动气氛,孩子们也愿意配合,回到家自己愿意哼唱上课的歌曲,说明他是真听进去了,只是输出有点费劲,如果下次有这样的活动,我们还愿意参加!

参与者 3 的家长:今年 29 岁了,他的心智就是几岁的孩子,他很喜欢听歌唱歌,听歌的时候很开心很放松,别的课不爱上,最喜欢的就是唱歌课,学了萱草花回家还给我哼唱了起来,让我很是惊喜!老师们在课堂一句句耐心的教,孩子们也很专注的学,动听的音乐配上好看的手语舞,深深地吸引了孩子和家长,身心都得到了放松,感恩老师们的辛苦付出和爱心陪伴。

参与者 4 的家长:孩子是一个 22 岁的大男孩。内向,平时爱听音乐,但不怎么爱唱歌。第一节课孩子就被吸引住了,全程眼睛看着老师,跟老师们学唱歌,跟着老师做律动,学手语舞。情绪舒缓了,脸上带着发自内心的开心的笑。对老师教唱的几首歌都挺喜欢的,现在也开始喜欢唱歌了,变得比以前自信了。

参与者 5 的家长:是一位唱歌跑调的小朋友,平时在家也特别喜欢唱歌和听歌,但就是唱的时候找不着调,

老师教的《送你一朵小红花》他特别喜欢，老师课上带着伴奏一句一句一遍又一遍耐心的教着孩子，学过后回家再唱的时候跑调的问题居然真的好了不少，而且一边唱还带着课上老师教的动作给我和他爸爸表演，如果说上过课后的变化，那就是他再唱歌的时候是带着感情去演唱。

参与者 6 的家长：孩子喜欢听歌唱歌，就是坐不下来安静的学唱一首完整的歌。老师们用心把每一句歌词形象地表演，仿佛带入一个优美的情景剧中，特别鲜活，几位老师用青春活力及专业能力带动了热情，从拒绝上课到学习配合每个动作，在他心里又多停驻了康纳洲音乐课上的一道美好回忆。也正是因为你们的善举让家长看到了特教事业未来的希望。这才是这个社会应有的满满的正能量。

参与者 7 的家长：孩子喜欢唱歌喜欢音乐。在课堂上情绪稳定，心情放松了。自发的笑容一直挂在脸上，学习唱歌使她很快乐！学习唱歌有积极性啦！一到周六就想着去康纳洲学唱歌，反复的要说好几遍。孩子还能关注老师啦！《萱草花》手语舞编排的太美啦！感谢年轻有活力的小老师们！用爱和真诚感染了孩子们，让孩子们感受了音乐的美好和快乐！谢谢你们给孩子们带来的一切。

参与者 8 的家长：孩子是一个特别喜欢听歌的大男孩，通过跟吴芮老师带领的几位老师学习唱歌和手语舞，孩子也有了变化，在家有时也爱哼唱，虽然不知道他唱的什么，播放老师录制的视频手语也能简单的学几个动作。感谢老师的耐心细心的教授。自闭症孩子虽不会表达情感，但能看出来他非常喜欢几位老师。和你们的相处他很开心，是你们的爱治愈了他。

3 奥尔夫音乐对孤独症群体的影响

奥尔夫音乐疗法强调音乐的综合性，将音乐与动作、舞蹈、语言紧密结合，这种综合性的教学方法有助于刺激自闭症儿童的多个感官，增强他们的感知能力，促进大脑神经元的连接和交流。十二位参与者在奥尔夫音乐课程中不仅学会了唱，还会使用简单的奥尔夫小乐器，以及手势舞蹈等，使他们能够全面发展，为孤独症儿童提供了一个全方位的音乐体验。

奥尔夫音乐疗法注重儿童的参与和体验，通过打击乐器、舞蹈和互动音乐游戏等方式，有助于自闭症儿童更好地融入集体，增强他们的社交能力。音乐游戏中的

互动和合作也能够促进孤独症儿童与他人建立伙伴关系，提高他们的社会交往能力。在笔者的音乐课堂中，强调身心全面参与，参与者 1 和参与者 5 经常会坐在一起上音乐课，参与者 5 常挂在嘴边的一句话是：参与者 1 是我最好的朋友，我要和他一起唱歌。

奥尔夫音乐疗法还强调音乐的创造性，鼓励孩子们根据自己的理解用音乐表达、用乐器演奏、用动作表演。参与者 6 是一位画画很有天赋的孤独症青年，在《萱草花》音乐课堂导入部分，参与者 6 不仅花了很多种自己心中的花，还画了来到上课地点路程中所看到的物体，包括路标、汽车、车牌等等。音乐不是一成不变的，有助于自闭症儿童表达自己的情感和需求，也能够培养孩子的想象力和创造力。

奥尔夫音乐疗法还能够改善孤独症儿童的情绪状态。参与者 2 和参与者 6 是两位听觉敏感的伙伴，奥尔夫小乐器手铃的小木槌对于他们来说，第一次接触，非常的刺激，从第一节课只能耐受 5 分钟，慢慢的习惯适应，最后一节课全程一起器乐合作下来了。参与者 4 是一位无语言的孤独症青年，无法通过语言表达情感，动作也非常少，但是通过和家长合作的《萱草花》，细心地察觉到情绪的变化，从无表情到微表情再到眼眶湿润，这也许就是音乐的神奇力量。能够安抚孤独症儿童的情绪，缓解他们的焦虑和压力。通过音乐的陪伴和引导，孤独症儿童能够更好地调节自己的情绪，提高生活质量。

4 结语

奥尔夫音乐对于孤独症群体具有积极的影响，奥尔夫音乐具有独特的疗愈作用，能够安抚情绪，放松心情，缓解焦虑和压力，拉近亲子之间的距离等。需要注意的是，每个孤独症的孩子的症状和行为表现都是不同的，将奥尔夫音乐应用到实际中时，要进行个性化分析，因材施教，及时做出调整，也可与多学科相结合，共同促进孤独症群体的康复和发展。

参考文献

- [1] 陈文新.《音乐对自闭症儿童人际交往障碍的干预治疗个案研究》[J]. 黄河之声, 2017 年.
- [2] 刘茜, 王薇.《奥尔夫音乐治疗对自闭症儿童同伴关系的影响》[J]. 杭州师范大学学报(自然科学版), 2018 年.

[3]何林雪. 奥尔夫音乐教学活动对中班幼儿创造性思维发展的影响研究[D]. 云南师范大学, 2023.

[4]李萍. 音乐治疗提高自闭症盲生人际交往能力的个案研究[J]. 现代特殊教育, 2021, (01): 70-71.

[5]汪小燕, 殷刚柱, 郭锋, 等. 父母情绪症状与学龄前儿童自闭症行为问题的关联[J]. 实用预防医学, 2024, 31(04): 402-406.

[6]丁雯. 运用奥尔夫音乐活动促进自闭症幼儿同伴互动的研究[D]. 重庆师范大学, 2020.

家长知情同意书

研究者声明:

您好, 我是沈阳师范大学教育硕士研究生院的研究生吴芮, 正在做关于《奥尔夫音乐对孤独症群体的影响》

的研究, 我已经向沈阳康纳洲的十二名自愿参与研究的孤独症群体和他/她的家属们代表详细介绍了该新论文的研究的目的、方法、程序及研究的风险和益处等, 并保证研究过程中, 所有群体的真实姓名都会被匿名, 保护群体们的隐私。此外, 一一详细回答了他/她提出的所有问题。

受试者声明:

我已充分了解了该新技术的研究目的、方法、程序及研究可能带给我的风险和益处。我知道我参加该项研究是自愿的, 可以随时退出而不会影响我目前和今后的任何治疗, 我的个人资料均是保密的。我会尽力配合学术研究, 我自愿签署知情同意。