

醍醐灌顶:试析特色音乐治疗在脑瘫康复中的作用

★ 何琦 (广东省广州市康复实验学校 广州 510630)

★ 邹霞 (江西中医学院 南昌 330006)

摘要:本文通过介绍一些特色音乐治疗在脑瘫干预康复中的作用,从而让更多的脑瘫康复工作者和患者了解到:创造性的利用一些特色音乐和声响激发脑瘫儿童的学习兴趣,可以在脑瘫康复过程取得意想不到的作用。

关键词:特色音乐治疗;脑瘫;康复

中图分类号:R 247.9 R 272 **文献标识码:**A

音乐治疗在康复治疗中已经无数次地被提起,毋庸置疑,众多音乐康复专家和曾经对音乐治疗怀有疑惑的人已经被音乐治疗愈来愈显现出的“魔法力量”所征服。在特殊教育行业中,有一个不成文的说法:特色音乐治疗是康复界中最具艺术感的治疗手段,是音乐界中最具实用主义的音乐门派。

“醍醐灌顶”是一个佛教用语,“醍醐”是从牛乳中反复提炼而得到的甘美食品。印度人不但视为“世间第一上味”,而且认为它有较高的药用价值。至于“灌顶”,原是古印度新王登基时的仪式:取四大海之水装在宝瓶中,流注新王之顶,象征新王已享有“四海”的统治权力。不可否认,普通的特色音乐治疗方法随着时代的发展愈显“僵硬”,——让患者聆听一些不同种类的音乐的特色音乐治疗标准正被受到质问。本文就将特色音乐比作醍醐,想通过对脑瘫儿的头内脑波和大脑边缘进行一定程度的“重磅”刺激,可以激发他们的注意力,从而诱发他们的病情向好的方向转化。

1 将特色音乐“灌入”孩子的大脑

音乐疗法(Music Therapy, MT)早在 20 世纪 50 年代~60 年代应用于现代精神医学,是以维护人类健康为目的的职业领域中一个独立的组成部分,它通过使用音乐和音乐活动以满足残障人士的生理、心理、认知和社会需要(美国 MT 协会,1997)。MT 定义有多种,核心是“音乐的人际/社会作用、生理/物理作用和认知/情绪作用”。在特殊儿童的发展中,MT 可促进特殊儿童动作、感知、情绪行为和社会适应能力的发展。^[1]

美国音乐治疗专家唐纳德在《人生的音乐治疗》中说:“音乐治疗就是通过音乐方式来恢复、保持或改善个体的生理和心理健康,从而让个体在身心水平达到良好的改变。这样的改变是指个体经过接触音乐,对他自己和自身环境有较大的开发,进而达到积极的社会适应。”

兴趣是学习的重动力,创新是为效果提供重磅刺激。特色音乐治疗(Special Music Therapy, SMT)是根据 Sperry 的裂脑原理和智力障碍对象注意力容易转移的特点设计出的特色音乐治疗标准的“升级版”,它主要通过一些特色的音乐治疗手段,激发患者的生理、心理、认知潜力,让他们保持注意力和创新力,为治疗效果不断提供“重磅支持”,是一种富

有特点的积极治疗手段。

裂脑原理之所以成为脑部疾患音乐治疗的主要理论基础,因为该理论认为:左右脑之间存在优势分化,左脑优势在于逻辑思维(数学、语言、分析、判断、抽象、概括),右脑优势在于形象思维(形状、颜色、空间、速度、情感和音乐);左右大脑半球除了优势互补的关系之外,还有优势替代的关系,即左右半球的任何一侧如果在某个区域受到损伤,有可能另一半球的某个区域会取代该受伤区域的功能,这一点对脑瘫儿童意义尤其重大。

2 特色音乐治疗 Top7 排行榜

其实特色音乐治疗是将各种新鲜元素注入日益老化的传统特色音乐治疗体系,如果把传统特色音乐治疗比作一首蓝调音乐,特色音乐治疗则是一首融合最新的潮流节奏的流行音乐,经过笔者一段时间的整理和搜集,特色音乐治疗主要包括以下几种:

Top1 自然音乐治疗——自然的力量

自然音乐治疗主要运用各种环境音乐以让孩子随时感知自然的音乐力量,这有一个对教学非常有帮助的特点——随时随地的音乐康复训练,让孩子在愉快的气氛中接受大自然“音响”的洗礼,也可以让孩子们知道:音乐可以存在于生活中的各个角落。

比如,一起去植树时,我们可以感受到小鸟的声音,还有汽车发出的喇叭声,以及火车的轰鸣声,这些都是即兴音乐,由于即兴具有自发性、创造性和交流性等特征,特别能促进患者和治疗者之间情感等方面的交流,美、英等国的许多专家就在自然音乐方面进行了大量尝试。

Top2 动作音乐治疗——锻炼肌肉功能

如果自然音乐治疗说是距离音乐本质最近的音乐治疗种类,那么动作音乐治疗则距离传统特色音乐治疗功能最接近的。众所周知,脑瘫主要分为徐动和痉挛,动作音乐治疗主要通过不同的特色音乐锻炼患儿的肌肉功能。加强他们对肌肉训练的能动性,同时也可以通过音乐节奏等刺激减轻他们在训练过程中的疲劳,例如,笔者执教的班级中有不同的脑瘫儿类型,其中针对徐动型脑瘫我们采取的是通过节奏明快的音乐来加大患儿的动作频率;而对于痉挛型患儿,我们主要利用一些悠慢的音乐来稳定他的动作频率。

另外,乐器弹奏也可以训练他们自身对肌肉的控制力,每天的早操音乐也是一种非常明显的动作音乐治疗类型。

Top3 拟想音乐治疗——聆听颜色

如果说音乐是有颜色的,相信没有人会否认,因为我们在聆听音乐的时候确实经常感受到不同色彩的存在,这一点训练脑瘫儿童的听视觉有很大的帮助。

比如,我曾经让班上的学生认真听一首歌曲,然后问他们听出了什么颜色,由于小孩子并没有很多生活经历,所以答案五花八门,但是这有什么不对呢,拟想音乐的目的就是让同学们想象音乐的力量,这足够可以刺激残疾儿童积极地参加各种社会技能的学习,引起他们学习的兴趣。

Top4 体验音乐治疗——加强人际沟通

其实,体验音乐治疗就是传统意义上的主动性音乐治疗,又称“参与式音乐治疗交流功能”^[2]——首先可以通过体验音乐活动对脑瘫患儿进行语言和非语言方面交流技能的训练;其次可以加强他们相互交流的动机;第三还可以通过音乐交流的活动来弥补他们沟通方式上的不足。

让他们参加各种不同类型的音乐活动,他们能够体验到和老师、同学、合作者之间的沟通,让其意识到自己在社会上存在的价值,从中学习到和社会交流的方式。在他们参加各种集体活动的同时,又能够加强自身的生理功能的康复。

TOP5 针灸音乐治疗——醍醐灌顶

著名针灸专家靳瑞曾把音乐融于他独创的针灸疗法,用于治疗弱智儿童、孤独症、脑瘫等顽疾,也是特色音乐治疗的一个非常典型的范例。

所谓针灸音乐即让患儿先在普通治疗室施行针疗,然后进入一间音乐室。患儿头上戴着多根针灸针(留针),在室内一边听音乐一边继续治疗。形成一个轻松、欢快的互动场面,从而激发起患儿的求知兴趣和欲望,使患儿在这特殊的氛围中更容易“开窍”。

据专家介绍,采用“针灸疗法”之后,患儿的脑血流量明显增加,缺血部分血液供应亦明显改善。靳瑞认为,特色针灸音乐疗法可起到沟通人与外界的联络作用,促进儿童智力开发,改善精神发育迟滞儿童的智力障碍。

Top6 可视音乐治疗——开发患儿左右脑

可视音乐是集特色音乐治疗于视觉辅助刺激于一体,利用多媒体技术实施的特色音乐治疗手段。它的特色就是将特定的音乐信号和视觉信号转换成其他能量作用于人体,采用的视觉素材分为现实图案和虚拟图案两种,前者使用大量的图片和动画,虚拟图案是颜色、空间位置和形状不断变化的线条和图形,通过两个不同的屏幕播放不同的素材来刺激左右脑。

常规的脑部疾患音乐治疗主要是根据不同的病理特点选择不同的音乐,而可视音乐主要使用音乐和音乐对应的视觉动像。

Top7 数字音乐治疗——创造性音乐能力开发

数字音乐技术也是一个干预脑瘫儿康复的非常有特色的方向,笔者和我校电脑老师合作将电脑音乐软件推广到对脑瘫儿的康复训练过程中发现;他们对自己“作出”曲子具有浓厚的兴趣,通过组合不同的音符,可以开发他们的音乐的创造力,让他们觉得作出自己喜欢的音乐也不难,既可以提

升他们的注意力,也可以增加自信。

3 特色音乐治疗四张“底牌”

当前,我国小儿脑瘫患病率为 1.8%~4%,脑性瘫痪儿童的治疗,一方面在于改善神经运动障碍,另一方面在于改善生理功能和情绪障碍,因此音乐治疗对脑性瘫痪的儿童紧张、分心、感觉过敏和不良心境会产生有益的影响。

脑瘫等患儿与正常儿一样拥有童心和天赋,问题在于我们是否看到并将其挖掘出来。通过以上介绍到的一些特色音乐治疗方法,我们可以揭开特色音乐治疗的几张“底牌”:

3.1 营造气氛,激发兴趣 李志军等就曾将音乐融入引导式教育,对脑瘫患儿进行治疗,以普通方法作为对照组,1 个月后对患儿运动、语言及认知能力进行评定并对比,结果发现引导式教育组患儿症状的改善较对照组有显著性差异,音乐不仅能营造良好的学习气氛,激发兴趣,更能提高记忆能力,诱发患儿的动作,帮助建立语言和动作的联系。^[3]

另外特色音乐治疗还能够增强患儿的人际沟通关系,学习语言的愿望也会受到激励,加上音乐对运动控制的影响,可使脑性瘫痪儿童在纠正言语障碍方面得到较大进步。

3.2 让“β波”律动起来 人的脑电图波形有四种波形:β波、α波、θ波、δ波。其中β波是决定我们日常思考主要形式的脑波。当你聆听时,会听到音乐的风格、结构和曲子的内容。其他三种脑波主要司管放松、冥想及睡眠的状态。倾听音乐会引起各种脑波的结合。

3.3 给情绪“放个假” 从生理方面看,音乐刺激能影响大脑某些递质如乙酰胆碱和去甲肾上腺素的释放,从而改善大脑皮层功能。音乐直接作用于下丘脑和边缘系统等主管情绪的中枢,能对人的情绪进行调节。情绪活动的中枢下丘脑、边缘系统及脑干网状结构与植物神经系统密切相关,也是人体内脏器官和内分泌腺体活动的控制者,因而情绪的紧张状态能直接导致某些内脏器官的病变,而患“心身疾病”。音乐能调节人的情绪,所以也就能帮助治疗某些心身疾病。

3.4 提供重磅刺激 由于脑瘫患者在不同的音乐的刺激作用下,脑波和大脑边缘可以处于一种兴奋状态,收到的信息刺激也较普通信息刺激大,所以更加有利于脑部病患组织的康复。

4 特色音乐治疗应该注意什么问题

特色音乐治疗可以为脑瘫儿童提供各种重磅刺激,但是也应该注意特色音乐和治疗也需要注意一些问题:不能把特色音乐治疗简单化,应以“生物医学模式”来看待特色音乐治疗。

实际上,特色音乐治疗只是在传统特色音乐治疗手段上增加一些新鲜元素,是一个系统的干预过程,在这个过程中,特色音乐治疗师需要通过运用各种特色音乐体验来帮助治疗对象。需要特色音乐治疗师和其他老师认真地整理研究,把它的作用和效果固化,而不能只是作为工作的点缀。就脑瘫儿童而言,重磅刺激需要不断地给予,才能保证特色音乐治疗的效果,协助残疾人集中注意力,“醍醐灌顶”是智者的涅槃过程,希望特色音乐治疗能够将智慧的暖流缓缓注入患儿的大脑,增加他们的理解力、创造力和注意力。

(收稿日期:2006-04-17)