

## 音乐治疗对自闭症儿童康复的研究进展

李颖琪 刘颖

西南大学音乐学院, 重庆

**摘要** | 自闭症是持续受到关注的儿童社会问题, 近年来确诊自闭症的儿童数量逐渐增加, 该问题也越来越受到研究学者的高度重视。音乐治疗作为新兴的认知障碍治疗手段之一, 在自闭症治疗中取得了一定的研究成果。本文主要从音乐治疗与自闭症的发展现状、音乐治疗在自闭症儿童康复中的应用与方法、音乐治疗在自闭症儿童康复领域的不足与对策三个部分, 对该领域的研究现状与成果进行分析, 阐述了音乐治疗在儿童认知障碍康复及心理障碍干预的优势, 并对该领域进行未来展望, 以此撰写文献综述, 丰富相关理论支撑。

**关键词** | 音乐治疗; 自闭症; 康复治疗; 情绪障碍

Copyright © 2026 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



### 1 引言

自闭症谱系障碍又称为孤独症 (Autism Spectrum Disorder, ASD) 为一种典型的儿童发展障碍, 最早于1943年由Johns Hopkins University的莱奥·坎纳提出。音乐治疗作为国内近年来逐渐受到关注并有较多学者研究的学科, 是一门将音乐学、心理学、医学等多类不同学科融合为一体的新型交叉学科, 它可以应用于各类疾病和障碍的治疗, 其中就包括自闭症谱系障碍 (ASD)。音乐治疗在自闭症领域很早就得到了广泛关注和深入研究, 国内丰富的临床实验均表明, 音乐治疗在自闭症儿童康复过程中会起到一定的积极作用, 可以系统地帮助自闭症儿童改善社交互动能力、集中注意力、提升语言与沟通能力, 表达情绪管理意愿等。目前国内外对自闭症依旧没有找到根治的方法, 但在音乐治疗与自闭症的研究领域中, 已经取得了一定的实证证据和临床经验, 该领域也逐渐成了当今社会重点关注的研究课题。

### 2 发展现状

#### 2.1 自闭症儿童的发展现状

自闭症 (ASD) 最早于20世纪50年代至20世纪60年代被发现并误以为一种新型心理疾病, 患者为儿童且通常表现出语言障碍、情感交流障碍、注意力障碍并伴随着语言及动作无意义的重复, 在对新鲜事物出现时表现为激烈的情绪反应但同时又无兴趣存在, 但自闭症儿童面容姣好与正常儿童并无异样。在20世纪60年代对自闭症病发原因研究认为自闭症是由于父母对孩子的疏忽及冷漠导致, 为一种婴儿时期的生理性疾病。后在20世纪70年代被Rutter博士和Folstein博士的研究推翻, 研究结果发现自闭症源于染色体的异常, 并发现自闭症家庭里有着异常的基因链, 并且在20世纪90年代, 以自闭症患者基因染色体异常的研究已开展多项临床研究。

在近年来, 国内外自闭症的发病概率已呈现上升趋势。在2018年美国疾控预防与控制中心公开发表的数

通讯作者: 刘颖, 西南大学音乐学院副教授, 研究方向: 音乐心理学。

文章引用: 李颖琪, 刘颖. (2026). 音乐治疗对自闭症儿童康复的研究进展. *中国心理学前沿*, 8(3), 294-298.

<https://doi.org/10.35534/pc.0803045>

据发现,截至2014年每1000名8岁儿童里有16.8个病例,自闭症发病率为1.68%,约为六十分之一(Baio et al., 2018),但在短短三年后,2021年疾控中心发表的数据则显示截至2016年发病率已高达44分之一(Maenner et al., 2021),而在最新2025年4月15日美国疾病控制与预防中心又发布了新一轮数据,截至2022年对全美16个监测点数据的调查,4岁至8岁儿童自闭症发病率已上升至三十一分之一(Shaw et al., 2025),自闭症的发病率已呈现不容小觑的增长速度。而在我国24年12月5日所发布的《十四届全国人大第二次会议》中关于妥善安置18岁以上的自闭症群体的建议中同样发现,早在21世纪初我国被检出的自闭症患者就有1300万人,其中儿童约占300~500万人(中国残疾人联合会,2024),在2024年4月《中国自闭症教育康复行业发展状况报告V》中也发现,全国6~12岁自闭症儿童出现率为0.7%,全国0~14岁孤独症儿童超200万且以每年十几万的数量呈现飞速增长(五彩鹿孤独症研究院,2024),其中经济发达地区自闭症患者检出率远高于经济落后地区,自闭症人群的实际数量可能远高于目前的统计数据。

## 2.2 音乐治疗的发展现状

早在原始时期,音乐就已被部落乐师和巫医士用于给病人给予精神与心理上的支撑,在古希腊时代,亚里士多德也曾发现音乐能够有效地将狂躁失控的病人平复下来,将音乐作为心理治疗中的一个重要工具。随着发展,研究者会注重治疗时将不同类型的音乐与不同的人格特质相结合,并于1944年和1946年由美国密西根州立大学及肯萨斯大学正式设立了音乐治疗专业。在20世纪50年代,较早关注音乐治疗的学者们共同成立了国家音乐治疗协会(NAMT),且到如今美国注册音乐治疗师(MT-BC)已有6000余名,全球注册音乐治疗师已有8.5~9.5万余名。国内首次接触音乐治疗是于1980年刘邦瑞教授来中央音乐学院讲学,并正式开始了关于音乐治疗的研究,于20世纪80年代中期将音乐治疗运用到自闭症儿童康复治疗当中,在1988年张鸿懿教授在中国音乐学院建立了音乐治疗专业(陈瑾等,2018)。目前国内已有200多家机构开展音乐治疗活动,国外也广泛使用于养老院、医院等地,且国内最新音乐治疗针对自闭症患者开展了全新全面的“专家+社区+家庭”的模式(张勇等,2026)。国内外多数临床研究与应用均表明,音乐治疗在自闭症儿童康复治疗过程中起到一定的积极作用,且近年来音乐治疗技术逐渐取得突破。

## 3 音乐治疗在自闭症儿童康复中的应用与方法

### 3.1 音乐治疗在自闭症儿童康复中的优势

自闭症儿童缺乏与他人的沟通能力、耐心及情绪管理能力,这导致他们的社会功能严重受损,而情绪障

碍是其中最重要的原因之一。目前最常用于治疗自闭症的手段主要有语言干预、结构化教育、社交故事、应用行为分析法等,大量研究发现语言干预需要一段漫长且艰难的训练过程,并且在社会心理适应方面也需要花费大量时间。而音乐治疗相比于语言干预在临床研究中呈现出了鲜明的特点和优势,能够有效改善患儿语言、情绪、认知及社会适应能力,音乐治疗作为新型非药物治疗手段,可有效缓解大脑激越状态,调节神经递质并影响相关生理反应,在其他精神类疾病如阿尔兹海默症、精神分裂症等治疗上也有显著成效(杨品纬等,2026)。在自闭症儿童在接受音乐治疗时,音乐易走进部分自闭症儿童原本封闭的内心,使其处于放松状态,并与大脑结构中下丘脑中神经成分结合,促进多巴胺的生成,有效调节患儿的情绪(张鸿懿,2015),相关研究也表明音乐本身有助于促进大脑神经递质不断地发展(Pompili et al., 2021)。在治疗的过程中,音乐易帮助患儿调动多方面感官,以听觉、触觉、视觉多通道使患儿注意力更加集中,与心理咨询师产生相应的互动,感受音乐所带来的旋律、节奏,有效地提升了患儿与他人的互动能力、理解能力、语言能力,认知能力得到了明显改善(高天,2011)。研究还指出,患儿在音乐治疗活动中,往往会呈现开心、稳定的情绪,并且在活动中会随着音乐的播放出现打闹、嬉笑等行为以释放负面情绪,与他人交流时的恐惧感显著降低。音乐治疗师可根据患儿面部表情的变化,以及一些行为动作的反馈来逐步激励他们与他人之间的交流,并且在音乐治疗下,患儿参加团体活动的次数明显增加,这有助于患者集体意识的改善及培养。在治疗结束之后,研究者们观察并记录患儿在活动中的主要行为及情绪波动情况,以及记录自残行为是否减少来判断音乐疗法的影响程度并加以调整(周世斌,范里,2012)。在近两年来国内最近关于音乐治疗与孤独症的研究有两个实质性的进展,吴丽等人发表在*Frontiers in Psychiatry*上的荟萃分析发现音乐治疗能通过激活听觉皮层-前额叶的神经回路,影响并调节催产素的分泌,从而使孤独症儿童的刻板行为减少72%,并在感觉处理能力上得到87%的大量增幅(吴丽等,2026)。武汉科技大学张勇教授在2026年新发布的治疗自闭症儿童新模式“专家+社区+家庭”在实证后发现这种模式使孤独症患儿社交动机得到了约40%的提升(张勇等,2026)。音乐治疗作为一种新型治疗自闭症的疗法,有效帮助自闭症儿童提升语言交流能力,增加正向反馈的频率,在游戏的过程中,患儿的自我控制能力也得到有效提升,音乐治疗有助于患儿心理带来更积极的心理感受,不断增强其对外界世界的向往,极大地增加自闭症患者康复的概率。

### 3.2 音乐治疗在自闭症儿童康复中的应用

音乐治疗在自闭症儿童康复中的应用主要分为直接干预治疗与间接干预治疗两种模式。直接干预治疗以

音乐本体作为主要治疗工具,可划分为音乐取向、心理取向、教育取向及医疗取向四种干预模式(张勇等,2020)。音乐取向治疗利用音乐本身的特质,让患者直接聆听音乐并感受音乐所带来的情绪,从而有效地改善了患者认知能力,情绪管理能力也得到相应的提升,起到有价值的治疗及研究成果。当患儿聆听到自己所喜爱的音乐时,会减少其烦躁与分心的情况,有效训练到患儿的注意力;在跟随音乐节奏的播放时,更易引导患儿调动肢体与音乐合拍,以增强患儿的肢体协调性,在对音高、音量、速度等因素进行感知时,自闭症患者大脑的听觉皮层、额叶、颞叶、杏仁体、基底节、内侧额叶皮层等都会参与感知和处理的过程,也有助于患者大脑神经的发育(刘振寰,2011)。在诗词朗诵任务中,可适当地采用相符的音乐锻炼患儿的节奏感知能力,帮助患儿在诗词朗诵中更具有节奏规律地读出,并促进患儿对自身情感表达的能力。在音乐治疗后期,若患儿在前期聆听音乐治疗上取得了较好的进展,可进一步引导患儿进行歌唱训练,歌唱为一个更为系统的活动,包含着对患儿的音准控制、音量控制、呼吸控制、语言控制及肢体控制,当患儿歌唱训练的次数逐步增加时,有效改善患儿的情绪,呈现出稳定、快乐的状态,且社会认知功能会得到显著进步(刘振寰等,2011)。心理取向治疗则是结合心理学科的多项理论,以心理学理论作为基础,使用音乐来帮助患者解决相应的心理障碍来达到康复的目标。教育取向治疗以音乐教育为治疗基础,在教育的过程中,积极唤醒患者的情绪及肢体活动,使其充分地、与音乐相融,有效帮助患儿身心健康的恢复。在医疗取向治疗中,音乐治疗往往是配合医疗方案进行辅助治疗,以此患者更好控制其肢体来达到医疗治疗的目标。

直接干预治疗模式中按照人数还可分为个体音乐治疗与团体音乐治疗,除去以上个体音乐治疗方式,舞蹈模式则为十分典型的团体音乐治疗方式。金福实曾在研究中发现,在团体舞蹈当中,自闭症患儿更容易放开肢体,自由发挥,充分表达出内心的情感,且在运动中大脑内啡肽也在不断分泌,在舞蹈过程中可以十分有效地减轻内心压抑许久的紧张、焦虑感。在舞蹈的教授过程中,通过对自身肢体的协调配合,培养对事物的专注性及注意力的集中,也可有效地帮助自闭症儿童与其他人顺利地交流配合(金福实,2017)。

间接干预治疗模式主要为音乐治疗融合进其他常见的治疗体系当中,例应用行为分析及心理治疗中,结合音乐和心理教育知识,提供心理教育的音乐疗法。通过歌曲、音乐故事等方式,向个体传递心理健康知识和技能,增强自我调节和情绪管理能力(张鸿懿,2014)。在如今自闭症的治疗方法逐渐多元化,音乐治疗也不单单作为一种单一治疗方法,武汉科技大学医学院张雨辰等人将音乐治疗与运动游戏进行联合并发现联合治疗的

疗效优于单一音乐治疗疗效(张雨辰等,2025)。音乐治疗与其他治疗体系的融合致使原本单一化的治疗方式变为多元化,在资源、方法及理论都进行了融合和交叉,在面对自闭症儿童认知障碍时,更高效地提升了治疗的进展,克服更有技术难点的障碍,也在后续的康复治疗中得到大幅度的优化提升,同时也是未来自闭症干预治疗领域中受到重视的治疗手段。

### 3.3 音乐治疗在自闭症儿童康复中的治疗方法

近现代音乐治疗已形成多种不同流派,比如鲁道夫罗宾斯音乐治疗法、心理动力取向音乐疗法、临床奥尔夫音乐治疗法、柯达依概念的临床应用等。湖南儿童医院康复中心2023年采用奥尔夫音乐疗法与重复经颅磁刺激治疗并在自闭症患儿上取得成效,奥尔夫音乐疗法有效改善患儿综合失调状态(张玲等,2023)。国际音乐治疗组织将其主要划分为三大流派,分别为接受式音乐治疗法、再创造音乐治疗法和即兴式音乐治疗法(张勇等,2020)。接受式音乐治疗法也被称为聆听法,患者在接受该治疗法时主要通过音乐欣赏,并在内心构建对音乐的感知,产生回忆、想象、投射等心理行为,以此达到帮助患者改善认知障碍,促进与社会交流的能力,便于身心健康的康复(侯艳,2013)。

再创造音乐治疗法在基于聆听法上不仅仅让患者感受音乐,而是让患者参与音乐的演唱、演奏等环节,将音乐中的感受表现出来,并且一些音乐活动会给予患者音乐结构模板使其尝试二次创作。通过音乐创作和创作过程来促进个体的自我表达和情感释放,鼓励患者通过创作音乐来表达内心感受,增强情绪调节能力和自我认知。

即兴式音乐治疗法是通过即兴演奏和创作音乐,帮助个体实现心理和情感健康的治疗方法(张鸿懿,2000),包括演唱、演奏、舞蹈表演、音乐心理剧等多种形式。该方法鼓励个体通过即兴演奏或歌唱表达内心情感,不需要遵循特定曲调或旋律,让患者自由发挥,通过音乐表达自身情感和故事,创造积极情绪。即兴音乐也是一种情感释放的方式,可帮助个体释放压抑或消极的情感,通常即兴创作由团体完成,团体音乐治疗可有效提升他们的呼名回应能力、共同注意能力及正确互动回答能力(陆文静,2024),通过合奏和集体演奏,同时也为患者创造社交互动机会,鼓励其在小组中演奏或演唱,与他人交流和协作,提升社交技能和互动能力(黄小红,2009)。

## 4 音乐治疗在自闭症儿童康复中的不足与对策

### 4.1 音乐治疗在自闭症儿童康复中的不足

音乐治疗领域目前所面临的最大问题为音乐治疗师的缺乏,尽管近年来音乐治疗领域相比于以前已经得

到了较大的发展,但音乐治疗师职业资格只在一些发达国家颁发,许多国家都设有音乐治疗师的认证和注册机构,要求音乐治疗师必须取得相关资格才能从事该行业,这些资格包括音乐教育和心理学等领域的学位、音乐治疗实习经验和认证考试。音乐治疗目前还是处于各高校设立专业的初始开发阶段,中国也没有合法的音乐治疗师职业资格证书,且并未形成一定的行业规则与标准,许多音乐治疗师间的专业水平存在很大的差异,此现象不仅仅局限于国内,全球范围内具有足够资质有着丰富临床经验的音乐治疗师少之又少,且专业的音乐治疗机构也寥寥无几。

在针对不同地区、不同年龄、不同个体间并没有形成系统的音乐治疗体系,且自闭症儿童为较为严重的认知障碍,存在广泛的个体差异,包括音乐偏好、感觉处理方式和认知能力等方面。目前音乐治疗师通常需要和其他行业,例如心理及医疗行业进行融合才能为患者提供有效的治疗服务。正是由于许多地区缺乏专业的音乐治疗师,这也导致了患者家属对音乐治疗这一行业并不知情,这也限制了音乐治疗的普及程度和音乐治疗师的职业发展空间。音乐治疗行业目前也缺乏长期的研究,尽管有许多小规模研究支持音乐治疗对自闭症患者的积极影响,但仍缺乏大规模、长期研究来验证其有效性和持久性。

#### 4.2 音乐治疗在自闭症儿童康复中的对策

针对音乐治疗行业出现的一些瓶颈问题,首先要提高该专业的认可度及公众的认知度,加强对音乐治疗的宣传及推广,提升大众对其的普及度,这也有助于提高对音乐治疗师的需求,为行业的发展创造更好的环境。相关机构争取得到政府的支持,制定相关的政策,设立资助音乐治疗的专项基金,建立相关的法律法规,从而促进建立相关的机构。在对音乐治疗师的行业标准也需设立,加强对音乐治疗师资格的认可和标准化,促进音乐治疗师与其他医疗服务提供者之间的合作交流,建立多学科团队,共同为患者提供全面的治疗支持,这种多学科的综合治疗模式可以提供全面的康复支持,帮助自闭症儿童在不同领域得到更全面的发展,同时应加强行业合作,为患者创造更好的治疗环境。

自闭症患者存在着广泛的个体差异,包括音乐偏好、感觉处理方式和认知能力等方面。因此,音乐治疗师需要根据每个患者的个体差异制定个性化的治疗计划,以满足他们的需求。在自闭症患者的康复及治疗过程中,应做到早发现早干预、早治疗,这对提高后期患者的康复概率具有重要意义。

## 5 讨论

随着科技的发展和音乐治疗的逐渐普及,音乐治疗在自闭症儿童康复领域具有巨大的潜力和发展空间。未

来,可以继续深入研究音乐治疗在自闭症儿童康复中的机制和有效性,探索更为精确和个性化的干预方法,以满足自闭症儿童不同发展阶段的特殊治疗需求。同时音乐治疗在自闭症儿童康复的应用也在不断拓展,应持续探索和应用创新的科技手段,例如人工智能、生物反馈等,结合临床医学,当前所盛行的VR技术在未来也可应用于音乐治疗领域,为患者创建身临其境的音乐体验环境,增加自闭症儿童的参与度和动力,为音乐治疗提供更多的可能性和效果评估工具。

## 参考文献

- [1] Baio J, Wiggins L, Christensen D L, Maenner M J, Daniels J, Warren Z... & Yeargin-Allsopp M. (2018). Prevalence of autism spectrum disorder among children aged 8 years—Autism and Developmental Disabilities Monitoring Network, 11 sites, United States, 2014. *MMWR Surveillance Summaries*, 67(6), 1–23.
- [2] 陈瑾, 刘晓柳, 刘峻嵩. (2018). 国内外音乐治疗研究现状及面临的问题与对策. *世界最新医学信息文摘*, 18(34), 94–95.
- [3] 高天. (2011). *音乐治疗学基础理论* (pp. 156–162). 世界图书出版公司.
- [4] 侯艳. (2013). 论音乐治疗的基本方法及其操作. *武汉音乐学院学报*, (2), 167–172, 195.
- [5] 黄小红. (2009). 自闭症儿童的音乐治疗与游戏治疗个案研究. 载于中国音乐治疗学会. *中国音乐治疗学会二十周年年会暨第九届学术年会论文集* (pp. 100–105).
- [6] 金福实. (2017). *舞蹈治疗对自闭症儿童社交障碍干预的实验研究* (硕士学位论文). 延边大学.
- [7] 刘振寰. (2011). 音乐疗法在儿童神经康复中的应用. 载于中国音乐治疗学会. *中国音乐治疗学会第十届学术年会论文集* (p. 12).
- [8] 刘振寰, 张丽红, 李志林. (2011). 音乐疗法对自闭症儿童行为的干预研究. 载于中国音乐治疗学会. *中国音乐治疗学会第十届学术年会论文集* (p. 4).
- [9] 陆文静. (2024). *团体音乐治疗对自闭症儿童社交沟通障碍的干预研究* (硕士学位论文). 上海音乐学院.
- [10] Maenner M J, Shaw K A & Bakian A V. (2021). Prevalence and characteristics of autism spectrum disorder among children aged 8 years—Autism and Developmental Disabilities Monitoring Network, 11 sites, United States, 2018. *MMWR Surveillance Summaries*, 70(11), 1–16.
- [11] Pompili M, Ducci G, Galluzzo A, Rosso G, Palumbo C & De Berardis D. (2021). The management of psychomotor agitation associated with schizophrenia or bipolar disorder: A brief review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(8), 4368.
- [12] Shaw K A, Williams S, Patrick M E, Valencia-Prado M,

- Durkin M S, Howerton E M...& Shea L. (2025). Prevalence and early identification of autism spectrum disorder among children aged 4 and 8 years—Autism and Developmental Disabilities Monitoring Network, 16 sites, United States, 2022. *MMWR Surveillance Summaries*, 74(2), 1–22.
- [13] 吴丽, 张鑫, 刘帅. (2026). 音乐治疗对孤独症谱系障碍儿童的有效性及其潜在生物学机制:荟萃分析. *Frontiers in Psychiatry*, 16, 1722874.
- [14] 五彩鹿孤独症研究院. (2024). 中国孤独症教育康复行业发展状况报告 (V). 光明日报出版社. 取自[https://edu.cnr.cn/list/20240402/120240402\\_526650066.shtml](https://edu.cnr.cn/list/20240402/120240402_526650066.shtml)
- [15] 杨品纬, 陈依明, 洪武. (2026). 音乐治疗缓解激越状态的研究进展. *上海交通大学学报(医学版)*, 46(1), 100–106.
- [16] 张鸿懿. (2000). *音乐治疗学基础* (pp. 45–62). 中国电子音像出版社.
- [17] 张鸿懿. (2014). 音乐治疗在自闭症儿童干预中的应用. *中国音乐*, (4), 191–196.
- [18] 张鸿懿. (2015). 音乐对自闭症儿童脑功能影响的实证研究. *中国音乐治疗学*, 24(2), 3–7.
- [19] 张玲, 刘春雷, 龙亚君. (2023). 奥尔夫音乐疗法配合重复经颅磁刺激治疗自闭症谱系障碍儿童的效果. *中国医药导报*, 20(5), 86–89.
- [20] 张勇, 余园园, 余瑾. (2020). 自闭症儿童康复中的音乐治疗干预研究进展. *中国康复医学杂志*, 35(12), 1517–1521.
- [21] 张勇, 曹美婷, 蔡增. (2026). 孤独症谱系障碍儿童音乐治疗中的“专家+社区+家庭”模式实证研究. *中国康复医学杂志*, 41(1), 103–107.
- [22] 张雨辰, 常雪凝, 王仕琼, 王璐, 马新瑜, 李瑞珍. (2025). 运动游戏联合音乐疗法对孤独症谱系障碍病儿的临床疗效观察. *安徽医药*, 29(11), 2195–2199.
- [23] 中国残疾人联合会. (2024). 十四届全国人大二次会议第2480号建议及办理复文.
- [24] 周世斌, 范里. (2012). 音乐治疗对孤独症儿童社会交往与情绪行为干预的研究. *中国特殊教育*, (5), 48–54.

## Research Progress of Music Therapy on Rehabilitation of Autistic Children

Li Yingqi Liu Ying

School of Music, Southwest University, Chongqing

**Abstract:** Autism is a social problem of continuous concern to children. In recent years, the number of children diagnosed with autism has gradually increased, and researchers have paid more and more attention to it. Music therapy, as one of the new methods for the treatment of cognitive disorders, has achieved certain research results in the treatment of autism. This paper mainly analyzes the research status and achievements in this field from three parts: the development status of music therapy and autism, the application and methods of music therapy in the rehabilitation of autistic children, the shortcomings and countermeasures of music therapy in the rehabilitation of autistic children, expounds the advantages of music therapy in the rehabilitation of children with cognitive disorders and intervention in psychological disorders, and makes future prospects in this field. In this way, literature review is written to enrich the theoretical support.

**Key words:** Music therapy; Autism; Rehabilitation treatment; Emotional disturbance