

书法教学对自闭症儿童干预影响的实践研究

金海强

一、书法教学对自闭症儿童干预影响的含义

（一）自闭症儿童的定义与特征

定义：儿童孤独症（简称孤独症，或自闭症）是发生于儿童早期的一种涉及感知觉、情感、语言、思维和动作与行为等多方面的发育障碍，也是广泛发育障碍中最为常见和典型的一种。

自闭症是以社会交往障碍、言语发展障碍、语言沟通能力缺陷为典型症状，并伴有刻板行为的一种严重的广泛性发展障碍。患有自闭症的儿童称为自闭症儿童。当下儿童中自闭症儿童占有不少的比例，且有增加的趋势。

（二）书法教学对自闭症儿童干预影响的含义

书法教学对自闭症儿童干预影响的含义，是指通过书法教学促进自闭症儿童身体状态趋向于平静、稳定、规律化，促进大脑及认知活动处于高度醒觉、注意集中、反应敏捷、思维清晰，使书法练习在生理和心理层面上对自闭症儿童产生正面的影响，促进自闭症儿童走出自闭的个人世界，汇入社会的大世界，从而实现书法教学对自闭症儿童发挥干预影响的作用。

书法(中国书法)是通过手运软头毛笔进行的汉字书写，历史上这曾是一种交流的方式。书法练习作为一种独特的方法，可以在身体和心理层面帮助现代的人们提升生活质量。基于多学科的实证研究结果表明，书法练习确实可以在生理和心理层面对书写者产生正面的影响。研究显示，人们在书法运作的过程中，身体状态趋向于平静、稳定、规律化，但同时大脑及认知活动处于高度醒觉、注意集中、反应敏捷、思维清晰，展示出一种身心同步和谐的现象。

笔者长期在本校担任中职和高职的书法教学工作，近十年逐渐面向社会群体授课，教学对象包括小学生、初中生、企业白领和社区学校老年人。多年教学经验积累，明显感受到书法学习对于个人情绪调节和认知思维的有效影响。自2016年开始，我校组织教师参与由著名指挥家曹鹏和其女儿曹小夏发起的关爱自闭症儿童的“天使知音”公益组织的活动，笔者开始了自闭症儿童的书法教学工作，每周一次课程，一次上课时间80分钟（2节课），固定学生人数10至15人。在四年的实践教学中，学生变化明显，刚开始连起码的安静都做不到，

有上课尖叫的、随意走动的、更有随意跳跃的，到现在的能够安静下来认认真真听课，认认真真练字，偶尔写了个比较好的字会拿到老师面前求点评，其实我知道他们是求表扬，当然我在点评完会加以表扬，学生会有成就感，很开心。

我这个工作室几乎每天都有前来指导和参观的各级领导和本市以及外省市学校的师生；有个领导是这么说的：“天使知音”打开了孩子们耳朵；“天使之笔”打开了孩子们的眼睛。书法使孩子们静下心来。去观察这个世界。

二、书法教学对自闭症儿童干预影响的理论依据

（一）书法书写活动是一项受右脑控制为主的“视觉—空间”活动

相关实验研究表明：书法书写活动是一项受右脑控制为主的“视觉—空间”活动，有别于左脑所控制的语言活动。在书法书写过程中，我们必须同时且持续地专注于每一特定的笔画及每一个字本身的型态及其结构，这种类型的心智活动主要由主宰视觉、形状及图像的右脑来控制。

书法心理治疗对自闭症儿童的干预作用：书法心理治疗就是以书法及其相关活动为内容，以心理治疗理论为依据，进行心理干预的方法。书法心理治疗，是根据中国书法艺术的特有功能，即它同时兼有对人进行整体的调心、调息和调身的心理行为矫正功能而形成，是借助书法练习或书写活动，通过提高书写者的注意能力，调节脑手的协调能力，改变体内的生理环境，使个体自身得以调整。在此过程中可以促进书写者和治疗人员进行自然的交流与沟通，从而改善和提高书者的社会交往与适应能力。

（二）书法心理调节步骤与过程

针对自闭症儿童的书法心理调节程序分为静心——通读——书写——评述四个环节，每一个环节起不同的作用。

静心：听古琴曲，闭眼，双手下垂，双脚放平，身体放松。

静心的作用：书写者在最初进入教室时情绪较为激动或者注意力不集中，静心环节可以使书写者很快放松身体稳定情绪，把注意力集中在后面所进行的内容中。所用音乐为古筝，古筝的音色空灵悠远，琴音的共鸣有助于人的呼吸。

诵读：当天所写唐诗、七言绝句。

诵读的作用：很多自闭症儿童虽然没有器质性病变，但在语音、语调上存在障碍和困难书写者诵读所要书写的内容，在诵读的过程中纠正书写者的言语语调，发音情况。书写者诵读还可以起到对所写内容预先熟悉的作用。

书写：目前主要是练习楷书、隶书二种字体，内容为基本笔画、部首、用笔方法、七言唐诗的整体练习。用有米回格字帖和有米回格的练习纸进行练习，通过认真仔细的读帖，观察每一笔画在米回格的位置，找到练习纸对应的位置。这对书写者得注意力观察力能高度集中，逐渐对照临写，这一过程使“天使之笔”在身体、心理上得到静心，在书写技术上逐渐掌握了汉字的间架结构。

书写的作用：准确的书法点画的形成，需要准确的执笔和用笔方法（包括走笔时的快慢、提按和转笔）墨迹成字，行列及段落的布局完美，随时都要视觉的敏锐和动作的协调。从而达到所写的字无限逼近字帖，从而渐入佳境完成入帖的过程，当所写的字与帖的相似度在 90 以上，那就可以逐渐出帖。整个过程是一个非常漫长的心理按摩与书写技术提高的过程。这对书写者的注意力观察力能起到一定的改善作用。

评述：就书写者在完成的作品后进行讨论，通过学生、家长共同参与的自评、互评，极大地拓展了学生的社会交往面，最后老师点评以鼓励为主，不断地激活“天使之笔”的学习积极性，使其从入学时对周边人的陌生、环境陌生、上课尖叫、随意走动、跳跃到安静听课、认真书写，心灵得到按护、书艺的提高。

评述的作用：点评的过程是和书写者进行交流的过程。也是提高书写者在情景中进行交流和表达的能力。

（三）儿童自闭症的治疗主要以教育训练方法为主

自闭症是以社会交往障碍、言语发展障碍、语言沟通能力缺陷为典型症状，并伴有刻板行为的一种严重的广泛性发展障碍。由于病因不明，现在仍没有治愈自闭症的特效药，对自闭症的治疗主要以教育训练方法为主。研究发现多数自闭症儿童具有视知觉优势，书法学习正是通过儿童的优势能力和自然动力来解决其弱势部分，这使得书法教学在自闭症儿童中具有实施的可能性。

（四）书法心理学的研究揭示书法学习具有儿童自闭症的矫正效果

香港大学高尚仁教授长期对书法心理学进行深入科学的研究，在他的研究成果中也揭示了书法学习对于自闭症的矫正效果。儿童在书法训练之后，注意力普遍更集中、情绪化行为降低、在与他人交往过程中会更主动开放自己、更能采取主动积极的行为，在家中或学校更能加强人际的沟通活动并能有效地适应新的家庭及学校环境方面的变化。

笔者结合自身实践教学经验和对于学习书法儿童的日常行为观察，以及陪伴儿童学习的家长描述，总结出书法学习对于自闭症儿童干预影响的四个方面的观点与措施，以期在自闭症儿童综合干预方面做出有益的探索。

三、“大手握小手”个别化教学，改善自闭症儿童的社交情感互动缺陷

（一）落实书法教学的实践点

面对自闭症儿童教学存在两大难点：一是儿童缺乏安全感，难以适应教学环境；二是儿童存在沟通障碍，难以理解教学内容。为了让学生能够尽快适应教学环境，教学采用了亲子陪伴学习方式，营造心理安全的舒适环境，同时家长参与学习可以最大化儿童接受干预的强度以及保持干预一致性和持久性。

没有两个自闭症患者是绝对相像的。自闭症孩子与一般正常发展的孩子会有不同的社交意识，关键在于他们的资讯处理能力，也就是“情感谐调机制”。情感谐调机制需要孩子观察自己与互动搭档的情绪反应，判断两人互动的程度适当与否，这个机制是调控自己与他人互动的一把量尺。尽管一般孩子能看来毫不费力地执行情感谐调机制，哈布森指出，其实情感谐调机制是高度复杂的资讯处理过程，需要结合大脑的不同区块共同运作。要成功执行这个运作机制，需要迅速的注意力转移、细心的观察，以及敏锐的情绪状态评估。

（二）尝试个别化教学“手把手教写字”

每学期的新学员会排斥老师手把手的教学，而老学员喜欢老师的这种教学模式，因为他会感知到这支毛笔在走笔过程中有细微的上下提按的动作，写出的毛笔字存在粗细变化，能区分阴笔与阳笔的差别。为了让学生找到书写动作的感觉，笔者尝试个别化教学“手把手教写字”，让学生体会书法运笔规律，写好基本的每一笔画。汉字之形是书法艺术的基础，《书谱》云：“一画之间，变起伏于锋杪，一点之内，殊衄挫于毫芒。一点成一字之规，一字乃终篇之准。”孙过庭认为，书法貌似有很多字形，但就其根本来源于基本的点画，所以书法最重要的就是写点画。手把手教学，在老师写字动作带动下，学生既增加了心理的安全感也能够直接体验到落笔轻重、笔画曲直、笔势停顿。在书写过程中师与生产生了心理共鸣，使得书法教学能让学生真正落笔到纸上，写出属于自己的一笔一画。

通过一段时间的短距离接触，新学员对老师也逐渐又陌生到熟悉，对周边的人与环境开始接纳，老师的这种大手握小手，感悟毛笔行走时的微妙变化，

用动作替代理论教学的方法，打通了与其沟通难这个环节。

(三) 改善自闭症儿童的社交情感互动缺陷

最初孩子们来上书法课，他们在教室里面尖叫、奔跑、难以安静，需要陪同的家长安抚才能够平静下来学习。在渐渐熟悉、渐渐掌握书写的过程中，一年以后大部分孩子都能够安静地上课，把注意力集中在写字上面。现在学习了四年，学生能够与老师讨论“字写得好不好”“字哪里写的好”，在得到老师的指点之后还能迅速修正，在书法学习中表现出一定的热情和专注。书法不仅是一项学习活动，还是一项实践活动，这样的实践性学习有效的改善了自闭症儿童的社交情感互动缺陷。

四、强化书写动作掌握，提高自闭症儿童的注意力集中水平

(一) 挖掘书法教学的优势点

书法的每一笔，都有各自起承转合的规律，例如最有代表性的“永”一个字就包含了 8 种笔画，而实现这种规律需要书写者熟练掌握运笔的规范动作。书法教学中选择最有书写规范的“唐楷”最为入门学习的字体，依据常用笔画，把执笔、运笔、转笔、用笔等动作逐一分解，让学生反复练习，从掌握运笔动作、规范运笔姿势，帮助学习者掌握书写动作。在书写动作的学习训练中，强化手的精细动作，实现手、眼、脑的协调发展，提高书写者注意力集中水平。同时，运笔姿势熟练也提高了书写的规范化和美感度。

书法动作的掌握，我首先从握笔讲起，正确掌握笔法，首先要端正写字的姿势。一般来说，不管是坐着还是站着书写，一定要做到头正、身正、手正。

坐姿的要求:凡写不是太大的字，一般可以坐着写，身华要端正，头要正，两肩要平，胸不贴桌，背不靠椅，两脚分开平放于地，不可悬空，因为写字须用全身之力送出，脚不着地，则写字无力，双肘外拓，左手压纸，右手执毛，笔杆要正，且与右眼对正。

立姿的要求:写较大的字，如上面提到的在上海大剧院 70*70 厘米的斗方榜书，坐是肯定不行的，身体活动范围较小，视野不开阔，所以要站着写。书写时两脚自然分开，右脚稍向前，上身可略向前倾，腰部不要挺得太直，全身略为放松，且左手压纸，但不能用力过大以支撑身体，太手腕肘悬起，运气挥毫。

刚开始书写时，孩子们手抖，写不好字，家长也提出怎么办，写出的线条如锯齿、水波，我教孩子们落笔前先用鼻深吸一口气，然后屏住，落笔写完

一个笔画或一个部首，再用嘴慢慢的呼气，他们尝试了这种方法，果然线条有所改善。通过呼与吸，使人身体肌能得到较大改善，身心得以更好的调节，手也不抖了，书写也有很大的改进。

（二）强化自闭症儿童书写动作掌握

在握笔姿势的教学过程中，我用拇指和食指一撮一压就把一支笔给约束住了，然后中指钩住笔杆、无名指格着笔杆，小指抵在无名指后，一钩一格笔杆非常灵活。就这反复演示执笔姿势多次，小纪同学四年前来时的时候，握笔姿势非常糟糕，他拿笔的是一把抓的，这不可能写好字，我通过把他一根根手指加以校正，现在他有一个正确的握笔姿势，且能写一手蛮漂亮的隶书了。

当所有的学生掌握准确的握笔姿势。他们渐渐地用正确的执笔方法去写字，并看到自己书法的长进，再次提升了自信，使每个学生真正理解“你行我也行”。

（三）提高自闭症儿童的注意力集中水平

感觉统合训练的理论认为：人体的视觉、听觉、触觉、本体感觉与前庭感觉等五种最基础的感官系统向大脑传递刺激，先由低层次的脑干及内耳前庭平衡系统来处理这些信息，随着脑的成熟，这些信息日渐将通过高层次的大脑皮质进行有效的统合，从而形成“运动—知觉—认知”功能的高层次行为模式，对事物产生全面、完整的认识，指挥机体去完成各项活动。感觉运动的发展是重要的学习基础，有意义的感觉运动行为具有有效的塑造功能。

书法学习过程中，需要调动儿童手部动作协调、视觉、空间知觉、平衡感的训练，刺激大脑功能，使儿童能够统合这些感觉，促进脑神经生理发展，并能做出适应性反应。因此，长期书法学习训练显示出对于自闭症儿童干预的有效影响。

五、把握汉字符号结构，引导自闭症儿童发挥细节认知的优势

（一）寻找书法教学的切入

自闭症弱中央统合理论的提出是近年来自闭症研究领域中的一个新兴理论，可以解释自闭症个体狭窄兴趣和特殊才能。弱中央统合理论解释了自闭症个体偏好细节部分多于全盘思考，对细节有很强的观察力，形成局部领域的优先运作，整体感知能力存在缺失的行为表现。自闭症个体这一独特的感知能力既是一种障碍又是一种优势，它会使儿童因环境微小改变而产生不安，但也会使儿

童拥有一些常人所没有的独特能力。多数自闭症儿童具有视知觉优势以及细节观察力优势，这使得书法教学在自闭症儿童中具有极大的实践价值。

(二) 把握汉字符号结构

书法是伴随汉字发展演化的一种艺术形式。中国汉字起源于象形，用符号图形表达一定的语意。在长期演变中，字形字体逐渐稳定下来，汉字的方块化特征得到充分巩固，字形与笔画的长短被约束在方框内，字形结构讲究平衡对称。高尚仁教授提出的毛笔字书写的心理学观点认为：中国毛笔书写包含了一个对字符元素的视觉空间结构化的过程，汉字在一个人们想象出来的可细分的正方形里完成笔触、构形、间距和构架。一个字的形成需要按照既定的汉字样式进行题写和调整，书写行为包括一个人的身体机能和认知活动，动态的书写过程中便形成一个由心、身和字交织而成的整体。因此，笔者在教学中着力解析汉字符号结构，并以此为教学切入点，引导儿童发挥细节认知的优势能力领悟书写要领，提高学习兴趣，体会写出“好”字的成就感。

(三) 引导自闭症儿童发挥细节认知的优势

通过课堂教学，引导自闭症儿童发挥细节认知的优势，自闭症儿童提升了书写能力，并以书法作品为沟通媒介，证明自己的实力获得他人的认可。春节期间，学生书写的“福”字和春联送到爷爷奶奶家中，得到亲戚邻居的夸奖认可，孩子们内心的喜悦溢于言表。春节后，他们回到学校就迫不及待地与老师分享自己的经历和喜悦。伴随书法学习，自闭症儿童提升了与他人沟通的积极愿望，并通过他人的积极评价促进了对自我的接纳，几乎封闭的情感世界逐渐与外界之间有了呼应。

六、选择唐诗为书写内容，增强自闭症儿童语言沟通能力

(一) 凸显书法教学的融合点

大书法家都是具有高度诗文修养的文人学者，书法作品也就是杰出的文学作品，比如王羲之的《兰亭序》既有天下第一行书的美誉，又是古代散文的经典作品，读其字、赏其文真是美不胜收。

书法是书写文字的艺术，虽然书法可以抽象地欣赏线条和结构美，但是对文字内容的把握，使学生更为全面完整了解作品，了解作品的内涵，更有助于自闭症孩子脑洞打开。

每次上课，我们都先聆听一段古筝，让心情自然放松，然后诵读当天要写

的唐诗内容，介绍作者写此作品的时代背景，以及作品的意景，让学生对作品有更深入的了解。然后进入临写过程，在临写过程中，不断观察孩子们的模仿能力、平面转换能力，学会自己描各种字符。但有的孩子孩子观察模仿平面作业的能力较为欠缺，就让其多做一些模仿方面的练习，空间指认练习，方位感的训练等方面，另外 就是按照仿写的过程逐步进行诱导训练了。以上只是在书写训练中出现的个别问题以及解决方法，重点仍是在孩子的个别差异方面，因人而异，一定要注意观察孩子，了解孩子，走进孩子才能真正的解决孩子的一些问题。

(二) 选择唐诗为自闭症儿童书写内容

因此，我在教学中采用“唐诗”名篇作为书写内容，唐诗五言七律、字句工整、内容生动、寓情于景、情景交融，易于诵读便于理解。从写好一个字，到写好一首诗，帮助自闭症儿童对于语言的掌握，从单个的文字符号拓展到整体语境的认知发展，辅导儿童对于语言的理解与表达，增强语言沟通能力。

长期以来，书法艺术折射出中国的人文精神、哲学思想，写出来的字是静态的，而打动人心的是“力透纸背”的精神诉求。书写“唐诗”使得书法作品完成以后有高度的表达性，易于获得社会认可，带来的满足感提高了儿童的学习兴趣、也提升了书写者的自我成就感。书写唐诗，既实现了儿童综合能力的提升，也促进了儿童对于中华文化的感悟，由此促进了儿童社会交往能力和人格发展。

(三) 增强自闭症儿童语言沟通能力

书法心理调节程序中所设置的评述与讨论环节可以促使儿童沟通与交流，提高社会化能力。书法心理治疗中当学生们完成临写作品后，我们就开展对临写作业进行的讨论，对书法心理调节功效起着重要作用。讨论作业的过程是自闭症儿童对自己书写行为、参与活动进行回顾的过程。而在这个过程中，需要他们运用语言表达自己对于作品以及活动的感受，也是自闭症儿童与辅导教师就作品所进行的对话。在整个对话过程中，我尽量发掘他们的闪光点，加以表扬，鼓励其对书法学习的兴趣。

书法心理治疗关注的重点在于书法活动对儿童心理行为的改变，但是在书法活动完成的过程中，儿童的书法艺术能力也随之提高。特别是在辅导老师的指导下，一部分自闭症儿童完全有能力进行书法艺术创作，并且从艺术创作中

获得乐趣，体会成功。在我和家长的鼓励下会对儿童的心理产生正向的积极影响。

（金海强系上海市商贸旅游学校资深书法教师，兼授基础教育、职业教育、高等教育、特殊教育的书法课程）