

# 音乐疗愈视域下监狱罪犯社会复归能力培育的实践研究

罗丽婕<sup>1</sup> 李岳<sup>2</sup>

1. 广西演艺职业学院 广西 南宁 530226

2. 广西警察学院 广西 南宁 530028

**摘要:** 社会复归能力缺失是罪犯再犯罪的核心症结, 传统改造模式难以摆脱情感与社会联结层面的困境。音乐疗愈以其体验性、互动性与共情性特质, 为罪犯社会复归能力培育提供新路径。本文立足艺术院校与监狱协同视角, 探析音乐疗愈对罪犯情绪调控、人际协作等能力的培育机制, 结合上海市五角场监狱与上海音乐学院的真实案例论证成效, 剖析实践梗阻并提出优化策略, 为艺术教育介入罪犯改造提供支撑, 延伸艺术院校社会服务价值。

**关键词:** 音乐疗愈; 罪犯改造; 社会复归能力; 校监协同

## 引言:

新时代监狱改造从“惩戒管控”转向“赋能复归”, 罪犯出狱后顺利融入社会, 是衡量改造质量、维护社会和谐和降低再犯罪率的关键。我国罪犯群体构成复杂, 受成长环境、犯罪行为 and 监禁生活等因素影响, 普遍存在情绪调节薄弱、人际信任缺失、社会角色认知模糊和责任意识淡漠等问题, 导致出狱后难以应对社会压力和处理人际关系, 易再犯罪。音乐疗愈不同于传统音乐教育, 聚焦情感疏导和内在能力培育, 凭借间接沟通优势, 跨越认知和心理防线, 契合社会复归需求。

艺术院校是音乐疗愈专业资源核心聚集地, 有系统理论、专业师资、多元实践模式与创新能力, 与监狱罪犯改造短板互补。近年来多地监狱引入音乐疗愈, 但较为零散、时长较短, 缺乏专业支撑, 难成标准化、系统化干预体系。当前校监协同实践在探索阶段, 存在资源对接不畅、方案适配性不足、专业人才支撑薄弱、成果转化机制缺失等问题。基于此, 本文以校监协同实践为切入点, 研究音乐疗愈培育罪犯社会复归能力的逻辑与路径, 构建一体化改造体系, 为监狱改造创新与高校延伸服务价值、践行责任提供方向。

## 一、音乐疗愈培育罪犯社会复归能力的理论与机制

### (一) 核心理论支撑

情绪完形理论, 源于格式塔心理学, 其认为压抑负面情绪会导致心理偏差与行为失衡, 且语言疏导难以触及深层。音乐作为情感载体, 能通过旋律、节奏等提供安全宣泄, 引导情绪梳理与完形, 实现心理平复。对罪犯而言, 监禁中的愧疚、焦虑等负面情绪难以用说教化解, 而音乐疗愈借助间接表达, 如舒缓乐器或互动形式, 帮助释放情绪, 实现心理疏导, 为社会复归建立心理基础。

社会资本理论强调, 人际信任、协作意识、规则观念和社会网络等社会资本的积累是个体社会融入和发展的关键。罪犯脱离社会轨道的主因是社会资本缺失: 成长环境影响社交认知, 或犯罪行为丧失社会关系与信任, 监禁加剧人际疏离。集体音乐活动如合唱、鼓圈、小组合奏能培育社会资本: 合唱中需遵循节奏、配合声部, 服从集体目标; 鼓圈中需倾听同伴、主动呼应, 建立信任。这些体验帮助罪犯打破自我封闭, 学习社交规

则与协作技巧, 重构社会资本, 为出狱后回归家庭和职场协作铺路。

艺术教育社会赋能理论: 艺术实践可挖掘个体潜能、建立自我认同。音乐疗愈通过个性化与集体化干预, 帮罪犯摆脱标签暗示, 感受自身价值, 从“被动改造”转向“主动成长”, 树立复归信心<sup>[1]</sup>。

### (二) 核心作用机制

情绪调控机制: 情绪失控是犯罪诱因和出狱后难以适应的障碍。音乐疗愈针对罪犯不同情绪问题, 采用差异化策略进行疏导。对暴躁攻击型罪犯, 选用舒缓音乐如巴赫大提琴组曲、《渔舟唱晚》, 配合呼吸训练和冥想, 引导情绪感知和克制; 对自我否定型罪犯, 选用昂扬曲目如《我和我的祖国》《怒放的生命》, 结合鼓圈互动和即兴演唱, 激发积极情绪, 建立调控能力。通过训练, 罪犯学会用音乐疏导情绪, 避免极端行为。

人际协作机制: 针对罪犯自我中心、人际疏离特质, 通过集体音乐活动, 使其服从节奏、配合声部, 学会倾听与协作, 能力迁移至社会交往, 促进其融入家庭与社群。

责任与价值唤醒机制：针对责任淡漠、价值迷茫的情况，音乐疗愈通过作品赏析与创作，唤醒罪犯对家庭和社会的责任感，强化其责任意识，摆脱价值迷茫，重构自我认知。

复归适配强化机制：对音乐天赋较强的罪犯进行技能培训，支撑就业；通过展演汇演引导社会互动，打破标签，建立可接纳认知，提升复归心理适配度。

## 二、校监协同下音乐疗愈的实践路径

校监协同是破解音乐疗愈专业不足、成效延续性差的关键，构建“专业团队—分层干预—长效保障”实践模式，具体路径如下：

（一）组建跨域协同团队，由艺术高校音乐疗愈、教育专业教师牵头，联合监狱心理矫治民警和狱政管理骨干，形成结构合理、分工明确的团队，实现专业互补和权责清晰的工作闭环。院校教师负责音乐疗愈方案设计、技能指导、师资培训和理论研究，制定差异化疗愈课程；心理矫治民警负责心理测评、动态跟踪与评估，协助调整策略；狱政管理骨干负责组织活动、维护秩序、落实成效和反馈。同时，吸纳音乐专业学生作为志愿者，参与辅助教学、活动组织等工作，补充人力并提供社会实践平台，实现校监双赢。

（二）通过三维评估体系将罪犯分为情绪障碍型、人际封闭型、价值迷茫型和有音乐基础型四类，制定差异化音乐疗愈方案<sup>[2]</sup>。针对情绪障碍型，侧重情绪疏导，每周进行音乐放松和即兴训练，使用舒缓乐器；针对人际封闭型，侧重人际协作，每周开展合唱合奏，使用互动乐器；针对价值迷茫型，侧重价值引领，每周设置音乐赏析和歌词创作，融入主题；针对有音乐基础型，侧重技能提升，每周进行乐器进阶和音乐原创力提升。简化方案流程，控制人数和时长，确保安全可执行。

（三）构建三阶干预体系。按改造周期推进：1-3个月启蒙阶段，通过音乐赏析、节奏游戏消除抵触、建立信任；4-8个月深度阶段，按分层方案强化能力培育；9-12个月转化阶段，通过展演、技能应用，将疗愈成效转化为复归能力。

（四）搭建长效合作机制。签订校监长期协议，建立常态化沟通与资源共享平台；设立专项经费，保障器材、师资与活动需求；开展双向培训，高效提升民警专业能力，在监狱指导师生适应监管环境，确保工作持续推进。

## 三、校监协同实践案例与成效验证

### （一）案例概况

本案例为上海市五角场监狱与上海音乐学院“音乐康疗”项目，由廖昌永院长牵头团队合作，聚焦临释罪犯社会融入困境，累计干预80余人，采用奥尔夫节

奏训练、鼓圈技术、音乐放松、爱国主义合唱等形式，构建适配出监场景的疗愈体系。

### （二）实践成效验证

#### 1. 情绪调控能力提升

项目团队针对临释罪犯心理特点，选用舒缓乐器和节奏训练，通过音乐放松、冥想和鼓圈互动，提供情感宣泄通道，缓解焦虑、抑郁和恐惧。上海音乐学院教师通过旋律节奏和呼吸引导，帮助罪犯掌握情绪调节方法，多数能通过音乐和击打乐器自我平复。罪犯反馈心态转变，从恐惧到平和，一暴力罪犯称现能通过钢琴声冷静控制情绪。数据显示，情绪稳定性明显提升，负面情绪下降。

#### 2. 人际信任重构

集体音乐活动强化了罪犯规则与协作意识，孤僻罪犯逐步打开心扉，主动配合团队，学会倾听包容。监狱民警反馈，参与罪犯互助行为增加、冲突减少，协作能力得到提升，为其复归社交奠定基础。

#### 3. 责任意识觉醒

用音乐唤醒罪犯责任感，部分罪犯通过亲情电话为家人演唱，获得接纳与鼓励，坚定改造决心，让罪犯摆脱“回归人员”标签，重构自我价值认知。

#### 4. 复归适配性强化

系统性干预提升了罪犯心理适应力与社会归属感，部分罪犯掌握基础乐器技能，具有一定就业能力。跟踪显示，参与罪犯出狱后互动更积极、心理更稳定，复归能力优于未参与群体。

## 四、校监协同实践中的现实梗阻

结合案例与实践现状，校监协同音乐疗愈仍面临多重梗阻，制约规模化推进：

### （一）方案适配性不足

高校教师主导的疗愈方案多基于音乐疗愈专业理论设计，对监狱监禁环境的特殊性、安全管理的严格要求考量不足，导致部分方案在实际推行中面临落地难题。部分集体疗愈活动对场地空间、参与人数、活动时长等的要求，与监区场地有限、安全管控严格、罪犯作息固定等规定存在冲突，需反复调整活动形式与流程，既影响疗愈效果，也增加监狱工作负担；部分疗愈素材虽具备情感疗愈价值，但部分流行音乐、情感类作品的歌词内容与罪犯改造的价值导向、法治教育需求契合度不高，难以实现疗愈与教育的同频共振。同时，针对老年罪犯、文化水平极低罪犯、听力障碍罪犯等特殊群体的专属疗愈方案缺失，多采用通用化内容，无法适配其认知水平与身体状况，导致这部分罪犯参与积极性不高，疗愈效果大打折扣。

### （二）协同机制有壁垒

高校教师受教学科研影响，驻狱指导碎片化，导致成效难以延续；监狱民警专业不足，无法独立开展疗愈工作。双方沟通不畅、信息共享滞后，影响方案动态优化。

### （三）评估转化体系不完善

评估侧重短期心理与行为指标，缺乏出狱后长期跟踪，难以彰显长效价值。疗愈技能与社会需求对接不畅，出狱后缺乏应用场景与支持，成效易流失。

### （四）资源保障不足

经费依赖监狱财政，购置专业设备与乐器维护存在一定困难；社会资源参与度低，仅靠校监双方力量，无法支撑项目长期规模化推进。

## 五、优化校监协同实践的策略建议

### （一）打造场景适配型疗愈方案体系

协同团队需建立“方案设计—监狱审核—试点优化—全面推行”的工作流程，充分结合监狱安全管理要求、场地条件与改造目标，实现疗愈专业性、与场景适配性的统一<sup>[3]</sup>。简化集体活动流程，控制单次参与人数、活动时长，适配监狱监区场地限制与罪犯作息安排；严格筛选疗愈素材，优先选用红色音乐、民俗音乐、励志原创音乐，精心挑选歌词积极向上、旋律富有感染力的作品，融入法治、感恩、责任、爱国等主题元素，通过

歌词解读、情感引导，实现疗愈与教育的深度融合。针对特殊群体罪犯精准设计专属方案，为老年罪犯选取《茉莉花》《东方红》等经典老歌、戏曲音乐，配合简单的体态律动；为文化水平极低的罪犯采用无歌词旋律互动、节奏训练、打击乐器演奏等形式，降低参与门槛；为听力障碍罪犯结合体态律动、视觉音乐（如旋律可视化视频）、振动乐器等方式，实现无听觉依赖的疗愈干预，全面提升方案适配性与针对性。

### （二）健全深度协同机制

建立“固定驻点+线上联动”模式，固定高校教师每周驻狱时间，其余时间线上沟通；开展双向培训，提升双方适配能力。建立月度会议制度，形成“设计—执行—反馈—优化”闭环。

### （三）完善评估转化体系

构建“短期+长期”、“定量+定性”评估体系，长期跟踪出狱后就业、再犯罪率等指标。对接社会机构，为罪犯提供就业推荐与后续线上疗愈指导，巩固成效。

### （四）强化多元资源保障

构建“监狱拨款+高校支持+社会捐赠”经费机制，争取第三方资金与设备支持。整合校监资源，高校开放场地培训，为监狱提供实践素材，实现资源互补。加强器材日常维护，延长使用寿命。

## 结 论：

音乐疗愈作为专业艺术干预方式，能培育罪犯情绪调控、人际协作和责任意识等核心能力，弥补传统改造模式重说教轻情感、重约束轻赋能的不足。校监协同模式整合高校资源与监狱场景，构建了专业支撑—场景适配—成效落地体系，为音乐疗愈提供实践场景，提升改造质量和社会复归率，实现双赢。当前面临方案适配不足、协同机制壁垒、成果转化不畅和资源保障不足等问题，需校监双方协同发力，通过系统举措解决。

艺术院校应主动承担社会责任，深化音乐疗愈与罪犯改造的理论研究与实践探索，优化协同模式，让音乐疗愈成为罪犯复归的“赋能纽带”<sup>[4]</sup>。未来可推广成

熟模式，让艺术疗愈在罪犯改造领域发挥更大价值，助力社会治理现代化。

## 参考文献：

- [1] 余倩. 音乐治疗：用音乐拯救孤独的灵魂[J]. 教育家, 2023, (31): 60-62.
- [2] 谷昊泽, 王文萌. 艺术疗愈视角下医学生心理健康教育研究[J]. 山西青年, 2025, (14): 105-108.
- [3] 苏娜. 音乐在艺术治疗中的情绪疏导价值[J]. 美丽中国, 2025, (06): 122-124.
- [4] 刘晓东, 伊德强, 朱本瑜. 优秀传统文化对罪犯改造的正向价值探析[J]. 中国监狱学刊, 2021, 36(02): 101-105.

广西高校中青年教师（科研）基础能力提升项目音乐教育对监狱罪犯改造的有效性实践与研究项目资助，2023KY1939

## 作者简介：

罗丽婕（1995.5- ），女，壮族，广西壮族自治区柳州市，讲师，2017级硕士，研究方向：音乐教育。

李岳（1995.7- ），男，汉族，广西壮族自治区柳州市，2017级硕士，研究方向：司法警察学。