



淺談「音樂治療」



林怡伸

很高興能夠參加在國北師院，為期五天的「音樂治療」研習活動，非常感謝本校黃校長的支持，讓我有這個機會一窺「音樂治療」之殿堂。

「音樂治療」(Music Therapy)，就是把音樂的成就當作治療的目標，使音樂具有恢復(restoration)、保持(maintenance)，及改進(improvement)，個體心理及生理健康的作用，簡而言之，就是用音樂達到非音樂的目的。

「音樂治療」，適用於不同年齡、不同狀況之人士，諸如：智能不足、腦傷者，甚或精神病患，個體如於健全家庭環境之下成長，則不須音樂治療，只須一般音樂教育，但如具上述症狀者，則必須接受「音樂治療」。

「音樂治療」的形態與內容是很廣泛的，它可以是舞蹈、律動、模仿動作與歌唱、手指遊戲、拍手遊戲、樂器、說白節奏、故事戲……等，藉著以上這些活動，能讓智能不足者表達心中想法，而非增加其音樂能力。

「音樂治療」教學，根本沒有很完整的教案可依循，完全看當時的狀況而隨機應變，音樂治療師的先決能力，乃在於隨時觀察小朋友的狀況、能力所及，就孩子最感興趣處著手，給予足夠空間，讓小朋友先把自己的能力、想法，多層面的感覺表現出來，不給予很嚴謹的課程約束。

以上是針對此次「音樂治療」研習活動，重點心得整理，至於

詳細課程內容，具體的實施方法，因限於篇幅，無法在此一一介紹，此次教授之一(Karin Schmacher)曾說：「智能不足小孩不是要用他的障礙來使老師生氣，每位小孩皆希望快快樂樂地到世界走一遭，都希望被瞭解，如他無法適切地表達心中所感，那將是滿困擾的一件事。」從事特教工作多年來，一直擔任唱遊課程，這一向也是個人興趣所在，對於他們能在自然、舒適、愉快的氣氛下，主動地、快樂地學習，是我所樂見的，很願意將「音樂治療」的理念，運用在特教班的唱遊課程中，幫助這些可愛的小朋友，期盼他們能夠學習得更理想，活得更快樂。

(作者現職於明恥國小特教班教師)

