

音樂治療在台灣

高雄長庚復健科音樂治療師 李蕙如



「音樂治療師」對台灣人來說，可能還有點陌生。「音樂治療是什麼？」、「放音樂嗎？」現代音樂治療起源於第二次世界大戰，當時在患有創傷壓力症候群的士兵身上，發現音樂的效果。美國在堪薩斯大學成立音樂治療系後，音樂治療逐漸發展成為一門專業，必須經過執照考試。目前音樂治療被定義為「有執照的專業，臨床且實證地運用音樂在治療關係中達成個人目標。」

台灣約 4% 的醫療院所有音樂治療師執業，服務對象從小兒到安寧病房。音樂治療師一天典型的工作流程包括：整理環境樂器、複習瀏覽當日的個案、預備治療工具、準備接觸個案、治療、會談、書寫治療紀錄、跟醫療團隊會談、宣導音樂治療、閱讀文獻等。以下簡介音樂治療相關的領域。

● 早期療育

曾有一個 3 歲患有自閉症的聽障小朋友。雖然媽媽從兩歲起就已經帶著他接觸各樣的治療，但他依舊沒有口語，缺乏眼神對焦，無法跟人互動。在小孩被確診為自閉症或其他任何可能伴隨他/她一生的問題之後，許多家長被迫放棄一份薪水，積極地帶小孩做復健。這是一般家庭所無法想像的。音樂治療師的

工作之一，是加入早期療育的團隊，為這些小朋友設計適合的治療計畫，幫助他/她們趕上一般小孩的發展，融入社會。

● 復健治療

「醫療為生命增添歲月，復健為歲月增添生命」。除了早療之外，腦部影像研究已顯示，音樂在大腦中廣泛的影響，可以幫助腦傷病人復健，亦可以維持失智患者的功能。最為人知道的一個例子，大概為近年受槍傷的美國參議員 Gifford Gibson，因受傷影響腦部的語言區塊功能，參議員雖然無法直接對先生說出：「我愛你」，但是透過音樂治療，她卻可以用唱的表達她的心意。神經音樂治療是近年來美國科羅拉多大學發展出來的一項復健方法，其原理為利用音樂在腦中仍正常運作的區塊，刺激或取代受傷的區塊，幫助病人復健。方法包括：節奏性聽覺刺激、感知肌能訓練等。

● 長期照護

「我想念我自己」是一部描寫失智患者的電影，影片中的語言學家雖年僅 50 歲，卻罹患遺傳早發性阿茲海默症。雖然這只是一部電影，但家裡有失智症

或帕金森氏症患者的人想必都能同理感受影片中家人的心情和患者的症狀。在加拿大實習和工作的時候，筆者都在市政府設立的長照中心服務這類的患者，身為音樂治療師，我的工作是探訪新來的個案，評估他的優勢和劣勢，為他安排團體或個人音樂治療。被動性的聆聽音樂比不上主動性音樂治療，如果只把一片CD給病人聽只能算是在打發他們。

● 安寧病房

每週三的早晨，我會過去安寧病房看轉來音樂治療的個案。死亡，雖說是每一個人人都必須面對的，但真的要面對死亡的時候，卻只有少數人真的能夠坦然地面對。我的工作是幫助安寧病人放鬆、忘記疼痛、回顧生命、與家人道愛、道謝、道歉、道別。我還記得我曾

經告訴社工，我不敢去安寧病房，因為我從前是個膽小鬼。但是兩年來，每一週的安寧病房音樂治療，我都感謝上帝賜給我超級支持我的醫療團隊，也讓我在每一週都能從病人身上聽到絕無僅有的感人故事。

音樂治療師雖然由於發展的關係，對台灣人還算是一個陌生的名詞，台灣的音樂治療協會成立於1996年，目前的音樂治療師會員約有40位左右，大多為國外留學回來的音樂治療師。要讓大眾認識音樂治療，首先當以衛教為主，藉由醫院的公佈欄或是網站進行宣傳，或在醫院看診病人或家屬等待看診時，利用書面宣傳品進行宣導，藉以吸引民眾目光，並搭配既有的醫院活動，如親子活動、專業課程講座、演講等進行多面向的宣傳，可使音樂治療更普及化。🏠



▲兩位發展遲緩的小朋友藉著音樂治療師設計的活動刺激認知、社交、口語，以及幫助改善情緒