



生命新曲 音樂教育與治療

2016-04-24 記者 徐義薇 文



回想起求學階段時，對於「音樂課」有什麼樣的印象呢？對於大部分非音樂科班的學生來說，也許因此學會幾首簡單的曲子、認識著名的音樂界歷史人物，甚至進而愛上音樂；又或者因為對音樂沒有興趣，所以不曾認真看待這門課。

近年來有越來越多心理學的研究證實，音樂課程將有益於腦部神經以及心理層面的發展。在二〇一三年德國社會經濟小組（German Socio-Economic Panel）的研究報告「學習一種樂器如何對技能發展產生影響」（How learning a musical instrument affects the development of skills）中指出：「學習音樂所提高的認知與非認知方面的表現，是學習體育、戲劇和舞蹈的兩倍之多。」而且有學音樂的孩子將會「有更好的認知能力和學習成績、責任心、開朗和企圖心」。

「我時常在音樂中思考、做白日夢；我用音樂看待人生。」物理學家愛因斯坦（Albert Einstein）曾經這樣說到，音樂是他在做研究時最重要的夥伴，陪著他完成許多偉大的發現。人們也常說：「學音樂的孩子不會變壞。」或許是太過於概括的說法，但不可否認的是，音樂確實具有能夠觸動甚至感化人心的魔力。

每個人都有機會學音樂

在台灣，除了安排在正規課程內的音樂課之外，「學音樂」這件事通常指涉額外的才藝班，像是學鋼琴、小提琴等，大多所費不貲，所以有額外學習音樂才藝的孩子，常會被貼上「有錢人」的標籤，有時因此拉開了同儕之間的距離。另外，在升學主義掛帥的社會氛圍下，如果不是音樂科班的孩子，也沒有參與學校音樂性社團或是才藝班的狀況下，普遍音樂教育並不大受到重視，時常因為國文、數學等主科的考試壓力，排擠音樂甚至其他領域的學習時間。

在藝術底蘊較為濃厚的歐洲國家比利時，卻能夠減緩許多這樣的狀況。從五歲開始，比利時的小孩就能夠享有超低學費甚至免費學音樂的權利，從小就讓音樂在他們的生活裡逐漸變得不可或缺，普及化的音樂教育，每個孩子都能有機會受到音樂的陶冶，進而有益於每一個人的身心發展，更不會形成同儕之間的隔閡。



對比利時的小孩而言，音樂是一種生活方式。（照片來源／未來Family）

為了落實音樂教育的普及，比利時政府在各區設立音樂學院，經費來自各區公所預算，在教學品質上也有所把關，從音樂理論到樂器的演奏技巧都有扎實的課程。最重要的是，去這樣的音樂班學音樂，並不是有目的地增加所謂的「競爭力」，少了競爭性，孩子更加樂於學習當中，如果並非要朝音樂之路深造，家長大多也不會對孩子有過於理想化的期待，而施加壓力，讓音樂自然地融入生活當中。

也許因國族民情不同，台灣與比利時的音樂教育無法相互比擬，但台灣在音樂教育普及上仍有努力空間，讓學音樂可以是生活中的一部分，成為能夠對人生有所裨益的生活調劑品。

媒體歷屆廣告

推薦文章

- 後站春天 延續家鄉的味道
- 探尋自我 背包客文化
- 文化新景象 街頭表演藝人

總編輯的話 / 胡浣莊



本期共有二十九篇稿件，以文字與照片為主，動畫四篇、新聞圖表四篇、影像三篇、廣播二篇、照片故事五篇。

本期頭題王 / 許馨仁



我是許馨仁，台北人。鼻子過敏，很愛喝開水，食量很大，很杞人憂天，但看待事情很理性。是最不像雙魚的雙魚座。

本期疾速王 / 薛如真



我是薛如真，粉紅與夢幻狂熱者。生性吵鬧卻又喜歡獨處，好懂又極好相處的一個雙魚座女孩。

本期熱門排行



巨型流浪犬 脆弱心靈
許心如 / 社會議題



框架外的人生 格外有意思
許馨仁 / 人物



虛擬實境大揭秘
吳維倫 / 科技



都市計畫技師面面觀
麻愷暉 / 文化現象



帥氣中性 戴安娜忠於自我
呂安文 / 人物

音樂是良藥 人心也能治癒

除了能透過音樂教育，為生活增添色彩，近年來音樂也登上醫學的舞台，能有改善病人病情的功能，音樂對於人的重要性可見一斑。

根據《臺安醫訊》第八十八期中提到：「音樂治療已廣泛地運用在神經復健、精神醫學、兒童教育、老人失智症、及外科手術中疼痛與焦慮的改善。」而「音樂治療」，主要是透過人體的聽覺，來刺激大腦的運作，利用音樂的頻率影響腦波，進而使人的身心靈感到放鬆。

美國國家廣播公司晚間新聞 (NBC Nightly News) 對孩童烏克麗麗社團 (Ukulele Kids Club)

捐贈烏克麗麗給各地醫院、進行兒童音樂治療的報導。(影片來源/Youtube)

美國人科里·伯萊曼 (Corey Bergman) 在他兒子因為感染病毒嚴重而過世之後，他和妻子不因悲慟而懷憂喪志，轉而投入兒童的音樂治療，希望能為其他同樣為病所苦的孩子帶來快樂的心情。一開始科里·伯萊曼是先到處彈吉他給孩子聽，有時也會教他們彈，不過成效並不是太好。後來他偶然間發現，烏克麗麗更適合臥病在床的孩子學習，輕巧可愛的外型也大受孩子們歡迎。之後他和妻子便成立孩童烏克麗麗社團 (Ukulele Kids Club)，以慈善團體的方式，捐贈烏克麗麗給各地醫院裡的兒童，以烏克麗麗帶領他們進入音樂世界，進而達到音樂治療的效果。



烏克麗麗是從事兒童音樂治療最好的媒介樂器。(照片來源/Ukulele Kids Club)

烏克麗麗除了外型輕巧，入門也很容易，是作為兒童音樂治療的利器。David Ukulele 夏威夷小吉他推廣中心的音樂總監陳建廷，過去也曾擔任音樂治療師，他即是透過烏克麗麗從事音樂治療，曾經讓一位患有自閉症的孩子願意開口唱歌，孩子的母親當場流下眼淚，從沒想過能有這樣的一天，而這就是音樂治療的成功案例，就此改寫了那位孩子的人生。

音樂是造物者給人們的禮物

位於台北市的巴哈靈感音樂學習中心，長期開授音樂教學相關的課程，在他們的教學理念中提到：「音樂是與心靈最貼近卻最抽象的藝術，不僅能激發大腦潛能，也是心靈富足的關鍵。」

在教育面，音樂可以開啟另一扇認識世界之窗，無壓力學習音樂的同時更加認識自己，也有研究佐證音樂對於學習發展的正面影響力，當音樂成為生活的一部分，將為人生增添更多樂趣。另外在醫學面，音樂治療是最溫和的療程，卻能帶來強烈的改變，鮮少開口說話的孩子居然願意開口唱歌，除了音樂，應該沒有其他藥物能有如此的效果。

電影【重金搖滾雙面人】中有一句名言："No Music, No Life." (沒有音樂，就沒有生活)，我們的生活周遭處處有音樂，如果能從教育根本，更加留心於音樂素養的提升，將能成就每個人譜

出與以往不同的生命樂章。



添加糖二三事

甜食儘管好吃，但是對我們的身體卻容易造成危害。食物中的添加糖，是不可忽視的一點。

台中春季電腦展 熱鬧展開



二〇一六台中春季電腦展盛大開幕，藉由本照片故事，身歷其境地體驗展場內容。

▲TOP

關於喀報 聯絡我們

© 2007-2016 國立交通大學 傳播與科技學系 All Rights Reserved.

Powered by  DODO v4.0