

音樂治療小組

Music Therapy

透過分享音樂來表達自己，加強表達和管理情緒能力；同時藉著參與創作音樂活動提高自信心，促進心理及生理健康。

舉行日期：2014年7月4日至8月22日（逢星期五晚，共8節）

舉行地點：本會南京街辦事處

九龍油麻地南京街8至20號德惠行402室

時間：晚上7:00至8:30

名額：10人

導師：註冊音樂治療師 梁凱琪小姐 (Jacqueline)

組長：黃婉容 (Rebecca) 資源人：陳允彤醫生

對象：本會會員

收費：全免

**截止報名日期：
2014年6月20日**

為鼓勵積極參與，參加者需於第一節繳付按金\$300，若出席率達70%或以上，按金將獲全數退回，否則每節缺席將扣取\$50。

備註：

- * 參加者不需具任何音樂創作經驗
- * 如報名人數超出名額，將以抽籤決定

參加者必需：

- * 不抗拒音樂
- * 對音樂有興趣

報名方法：

1.  網上報名：<http://www.dwd.org.hk>
 2.  電郵回覆：將姓名、組別、聯絡電話電郵至 info@dwd.org.hk，郵件主旨及內容請寫參加「音樂治療小組」即可。
 2.  電話報名：致電 9094 6592，向聯絡員 SIMON 報名
 3.  傳真下列報名表至 2124 1000 或 2332 8255
 4.  郵寄下列報名表至：九龍油麻地南京街8至20號德惠行402室
- *** 為確保訊息準確傳達，暫不接受以 whatsapp 報名 ***

「音樂治療小組」報名表格

姓名：
會員證號碼：
聯絡電話：

* 報名後我們將個別聯絡你。

成功報名後，必須遵守以下要求：

- ▲ 務請準時出席所有課節，如遲到超過15分鐘者作缺席計算。
- ▲ 如要退出需於開班前至少一星期提出。
- ▲ 保持出席率在70%或以上。

倘未能達到上述要求，參加者於未來六個月內的活動申請將不獲優先接納

導師簡介

註冊音樂治療師 梁凱琪小姐 Miss Jacqueline Leung

Jacqueline 是澳洲音樂治療協會的註冊音樂治療師，同時也是長笛老師和演奏家。在香港演藝學院選修音樂課程後，遂前往澳洲在新南威爾斯大學以優異級完成音樂及文學學士學位。及後再在悉尼科技大學完成音樂治療碩士學位。此外，Jacqueline 亦獲頒發皇家音樂學院演奏級（第二級）的長笛證書。回流返港後，她再進修了腦神經音樂治療 (Neurologic Music Therapy)，獲得腦神經音樂治療師的資格。

Jacqueline 在音樂治療工作裏接觸過很多不同的對象，包括在早期教育中心及特殊學校的有自閉症或者是有其他特殊需要的小朋友；在老人院及日間護理中心的有中風，腦退化症或者是有抑鬱症的長者；在庇護中心受助的曾經歷家庭暴力的婦女。

關於音樂治療 (Music Therapy) 的問與答：

1. 音樂治療是甚麼？

- ◆ 音樂治療是指有計劃地用音樂和/或音樂元素(聲音、節奏、旋律及和聲) 來達到參加者的生理、心理、情緒、認知及社會需要，為他們提昇個人的心理和生理健康。
- ◆ 音樂治療是由註冊合格音樂治療師運用各種音樂技巧為參加者達到治療目標。
- ◆ 音樂治療是一門已經發展了六十年的復康專業。
- ◆ 目前四十多過國家具有專業的音樂治療服務。

2. 音樂治療對象

- ◆ 參加者不需要對音樂有認識，但是最好是對音樂有興趣的
- ◆ 對象是不限年齡的 – 幼兒，青少年，成人，長者，最重要是針對他們的需要
- ◆ 最常見的服務對象包括：自閉症、弱能、情緒障礙、抑鬱症、腦退化症、中風

3. 音樂治療的活動

- ◆ 接受類型的音樂治療 (Receptive Music Therapy)
 - 這類型的音樂治療是指參加者聆聽音樂，然後用不同的方式回應 和表達自己聽後的情感，例如：
 - * 聆聽音樂放鬆自己 (Music Relaxation)

- * 引導意象音樂法 (Guided Imagery and Music)
- * 懷舊歌曲 (Song Reminiscence)
- * 音樂繪圖 (Drawing to Music)

◆ 表達類型的音樂治療 (Expressive Music Therapy)

- 這類型的音樂治療是指參加者積極參與創作音樂的活動，例如：
 - * 即興音樂 (Improvisation)
 - * 打鼓 (Drumming)
 - * 歌唱 (Vocalization)
 - * 彈奏/敲打 樂器 (Instrument playing)
 - * 作曲 (Composition)

4. 音樂治療的好處

- ◆ 音樂能夠為參加者提供一個正面和愉快的經歷
- ◆ 音樂活動都圍繞著成功的機會 (success-oriented opportunities)，從而提高參加者的自信心和自我感覺
- ◆ 音樂能夠為參加者營造和諧的氣氛，提供一個自我放鬆的空間，令參加者減少對外界的壓力和抗拒，從而慢慢調整內心不安的情緒
- ◆ 音樂能夠為參加者提供一個非言語的途徑來表達自己