

音乐治疗 临床培训指南

**Clinical Training Guide
for the Student Music Therapist**

原著 Barbara L. Wheeler
Carol L. Shultis
Donna W. Polen

主译 高 天 张新凯



人民卫生出版社

音乐治疗 临床培训指南

*Clinical Training Guide
for the Musical Therapy*

主编 廖亦群 副主编
陈永 王健
陈永 王健

ISBN 7-309-04444-4

中央音乐学院 211 第三期教材建设项目

音乐治疗临床培训指南

Clinical Training Guide for the Student Music Therapist

原著 Barbara L. Wheeler, Carol L. Shultis, Donna W. Polen

主译 高 天 张新凯

主 译

高 天 中央音乐学院

张新凯 上海交通大学医学院附属精神卫生中心

译 者 (按姓氏笔画排序)

王 悦 上海市心理卫生学会

王晓良 上海交通大学医学院附属精神卫生中心

牛小娜 上海交通大学医学院附属精神卫生中心

卢 虹 慧尔教育(香港)有限公司

戎莺莺 北京百汇鹰阁医药技术有限公司

刘 娜 上海交通大学医学院附属精神卫生中心

许 桦 上海交通大学医学院附属精神卫生中心

李远者 上海交通大学医学院附属精神卫生中心

张 捷 解放军南京政治学院上海分院军事信息管理系

张 雷 上海交通大学医学院附属精神卫生中心

张新凯 上海交通大学医学院附属精神卫生中心

陈 涵 上海交通大学医学院附属精神卫生中心

周 平 上海音乐学院

周丹菁 慧尔教育(香港)有限公司

贺晓燕 上海交通大学医学院附属瑞金医院

钱时兴 上海交通大学医学院附属精神卫生中心

高 天 中央音乐学院

人 民 卫 生 出 版 社

Clinical Training Guide for the Student Music Therapist

Barbara Wheeler, Carol Shultis, Donna Polen

Originally published in English

© 2005

ISBN #: 1-891278-27-4

ISBN 13 #: 978-1-891278-27-3

Barcelona Publishers

4 White Brook Road

Gilsum New Hampshire 03448 USA

SAN# 298-6299

图书在版编目(CIP)数据

音乐治疗临床培训指南/高天等主译. —北京: 人民卫生出版社, 2010. 1

ISBN 978-7-117-12315-0

I. 音… II. 高… III. 音乐疗法-手册 IV. R454.3-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 204630 号

门户网: www.pmph.com	出版物查询、网上书店
卫人网: www.ipmph.com	护士、医师、药师、中医师、卫生资格考试培训

图字: 01-2008-5431

音乐治疗临床培训指南

主 译: 高 天 张新凯

出版发行: 人民卫生出版社(中继线 010-67616688)

地 址: 北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼

邮 编: 100078

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-67605754 010-65264830

印 刷: 北京汇林印务有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 710×1000 1/16 印张: 13

字 数: 233 千字

版 次: 2010 年 1 月第 1 版 2010 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-12315-0/R • 12316

定 价: 29.00 元

版权所有, 侵权必究, 打击盗版举报电话: 010-87613394

(凡属印装质量问题请与本社销售部联系退换)

中文版前言

当我和本书的其他作者,Carol L. Shultis 和 Donna W. Polen 进行这本书的写作的时候,我们努力地思考多年的哪些临床治疗经验、督导和教学经验可以帮助音乐治疗学生发展自己的音乐治疗能力。我们着眼于各个领域内的治疗师、实习或临床实践学生的督导师以及音乐治疗的大学教师的各种内容。我们对所写的内容感到很开心。希望我们写作的结果将对那些希望提高自己音乐治疗工作的人们有所帮助。

通过我们自己对本书的使用,以及其他使用这本书的反馈,我们很高兴地发现,我们似乎达到了本书的目的。音乐治疗的学生、实习生、新治疗师以及一些脱离了一段时间而又重新回到临床的人的报告说,这本书帮助他们发展了自己的音乐治疗技能。另外,学生或实习生的督导师以及专业人士反馈说这本书在指导和支持那些希望得到临床督导和反馈的学生的方面给与了他们很大的帮助。看来这本书在这一方面也达到了我们写作的目的,我们感到很欣慰。

当《音乐治疗临床培训指南》翻译成为中文的时候,本书将要到达一个全新的音乐治疗师群体的手中,这让我们感到非常的兴奋,因为讲中文的音乐治疗师们也将有机会从我们的写作中获益。

当然,这同时又带来了新的挑战。在美国,有如此众多不同的人群,美国和其他讲英语的学生和音乐治疗师来自于很多不同的文化背景,但是当本书由中国的音乐治疗师和学生使用的时候又同时存在着不同的可能性和挑战。我很想知道书中所提出的那些建议是否能够为中国的学生和音乐治疗师所使用?中国的文化与本书作者的西方文化背景如此的不同,工作的环境也可能与我们所描述的情景非常的不同,本书的内容能够适应中国的文化以及中国音乐治疗的实践吗?

对于将要使用本书的人来说这也将会是令人兴奋的挑战,这不仅仅因为中国的读者需要将本书所介绍的方法、技术适应中国的文化,而且他们还需

要调整自己的态度以及思想方法,以便让本书所传达的信息适应中国的文化。这样的前景不但富于挑战,而且更令人兴奋。

衷心地为《音乐治疗临床培训指南》在中国和中国文化中的应用祝福!

芭芭拉·维勒(Barbara L. Wheeler)博士

MT-BC(美国注册音乐治疗师)

NMT Fellow(神经音乐治疗师)

路易斯大学

美国,肯特基州,路易斯市

2009-9-15

致 谢

许多人的帮助使本书的出版成为可能。

感谢我们的患者、学生和实习生。他们教会我们许多,是本书的灵感来源。

感谢 Anthony Meadows 对第四章《患者的评估》的贡献。他用自己的专长协助了我们。

感谢 Kenneth Bruscia 在本书写作过程中给予的支持,包括出版、提供教材和反馈等。

感谢 Barbara Reuer 通读本书并提出宝贵意见。对她的慷慨之举,我们表示由衷感谢。

感谢 Korin Kormick 在写作本书中对电脑问题的协助和 Cheyenne Mize 的校对工作。

Barbara Wheeler 感谢母校——Montclair(蒙特克莱尔)州立大学的支持,本书初稿就是在那休假时诞生的。她还对所有合著者分享各自专长和为本书所做的工作表示感谢。

Carol Shultis 感谢丈夫 Gary 在本书写作过程中给予的支持。她还对 Kenneth Bruscia 助她成为一名好作家表示感谢。

Donna Polen 对其合著者在著书过程中表现出的诚实坦率、幽默和见解表示赞赏。她还感谢母亲 Nancy 爱的支持。

我们希望本书能够有助于对未来的学生、需要实践的大学生和实习生的教育,提高他们的服务质量。我们从患者、学生和实习生身上获得成长、学到知识,并以能帮助年轻音乐治疗师成长而喜悦。我们希望将我们的经验与人分享,这是我们的初衷。

许 可

作者对在本书中出现的如下教材的转载许可表示感谢:

Kenneth E. Bruscia 许可转载如下教材:

《一般行为对照表》

《策略/活动表》

《活动规划指南》

Mary M. Wood 许可转载如下教材:

发展性治疗的发展阶段图表,《发展性治疗》(1975),巴尔的摩,大学园出版社
美国音乐治疗协会许可转载如下教材:

Hadsell 修订的图表,音乐治疗的外部结构化水平和《音乐治疗的观点》。

Layman 等的部分评估,“重度情绪障碍儿童音乐治疗的评估:一项试验研究”。选自《音乐治疗》。

关于作者

Barbara L. Wheeler 博士, MT-BC*, 神经学音乐治疗师, 现任音乐治疗教授及主任和肯塔基州路易斯维尔大学学者, 早年在新泽西的 Montclair 州立大学任教, 并获“荣誉退休女教授”称号。

自 1969 年起, Barbara 就积极投身音乐治疗事业, 临床工作包括各种儿童和成人问题。她曾在三所州立医院为有情绪障碍和成瘾问题者进行治疗, 并先后受聘于两所特殊学校, 为有特殊需要的儿童提供专业服务。她曾任职于纽约市创新艺术康复中心, 期间师从 Florence Tyson, 并与 Clive 和 Carol Robbins 一起, 在纽约大学 Nordoff-Robbins 音乐治疗中心进修; 在 Evelyn Heimlich 的指导下取得寓言治疗师执照; 她还曾进修神经学音乐治疗(NMT)课程, 继而成为一名神经学音乐治疗师。最近, 她帮助路易斯维尔市的 Norton Audubon 医院和 Baptist East 医院创建了音乐治疗项目。除了音乐治疗师, 她还是纽约一名执照心理学家。

Barbara 写过许多有关音乐治疗的文章, 她是《音乐治疗研究: 量与质的观点》和《音乐治疗研究》(第 2 版)的编者。

Barbara 是美国音乐治疗协会(American Music Therapy Association, AMTA)副主席(现任主席——译者), 是几本杂志的编委会成员, 并任《声音: 世界音乐治疗论坛》讨论版编辑, 曾荣获 AMTA 颁发的“1999 年度出版和研究奖”和 AMTA 东南地区颁发的“2005 年度服务奖”。她还曾担任国际音乐治疗联盟教育和培训委员会主席, 并频繁地在世界各地进行有关音乐治疗的演讲和咨询。

Carol L. Shultis, 教育学硕士, MT-BC, 现任宾夕法尼亚州匹兹堡市福布斯公路护理和康复中心主任。1981 年起在此任职临床训练指导师。目前, 她的工作重点为疾病和残疾的心理影响, 患者包括慢性疾病、急病后护理康复、呼吸器依赖和痴呆患者, 以及虚弱老人住院看护者。

作为临床培训指导师, Carol 负责 87 名音乐治疗实习生的培训。福布斯的许多校友已经参与临床训练和研究工作, 并在该领域有了出版物。作为 Duquesne 大学音乐治疗项目的临床总监, 她与 100 多名音乐治疗专业的大学实习生共事, 此外还包括 Slippery Rock 大学音乐治疗专业的学生, 以及来自日内瓦学院、奥伯林学院和匹兹堡大学人力服务专业的学生。1981~2001 年间, 她在福布斯健康体系的工作包括: 为处于急病护理期的精神病性、内(外)

* MT-BC 是美国音乐治疗协会资格认证委员会颁发的音乐治疗资格证明, 是美国乃至世界最权威的音乐治疗师资格认证——译者

科手术患者,参与住院和居家护理项目的救济院家庭,处于长期护理期的体弱老人、慢性疾病和康复期患者等提供临床方面的服务。自1994年完成培训后,她始终在用Bonny的音乐引导想象治疗方法开展她的小型私人业务。

Carol出席区域、国家和国际性会议,为当地和与会的音乐治疗师提供继续教育,并连续7年在大西洋沿岸中部地区会议(Mid-Atlantic Regional conference)上合作教授未来临床训练指导师管理课程,该课程现于《Psychiatric Times》杂志出版。她在Duquesne大学、匹兹堡大学和Bloomsburg大学做过特邀演讲。

Carol为大西洋沿岸中部(Mid-Atlantic)国家音乐治疗协会(National Association of Music Therapy, NAMT)学生团体的音乐治疗顾问(1983~1995),NAMT学生组织执行委员会顾问(1985~1996),NAMT学生事务顾问委员会委员(1983~1985)、主席(1985~1996),以及NAMT和AMTA大会与会代表(1995~2003)。

Donna W. Polen, MT-BC,现任纽约州纽华克Finger Lakes发展残疾服务办公室音乐治疗协调员。1983年建立实习生培训计划以来,Donna已培训了超过60名实习生。她还是一所公立学校的顾问,与特殊教育、音乐教育工作者和其他特殊服务供应商开展合作。她先前在纽约州Canandaigua的Finger Lakes社区大学担任助教,受聘于护理、音乐科技和按摩治疗学院,为其撰写一门课程,并教授介绍音乐治疗的选修课。Donna是《音乐治疗揭密:患者体验》中一个章节的合著作者。

Donna的临床实践大致集中在那些有智力障碍的成人和与其相关的挑战性病症上,如自闭症、重度沟通障碍和双重诊断,包括:边缘性人格障碍、双相障碍(躁狂抑郁症)、精神分裂症和间歇性发作障碍/孤僻攻击性类型。她在处理脑外伤幸存者以及处于疾病晚期的儿童和成人方面也有经验,如肌萎缩性脊髓侧索硬化症和各种营养不良。

Donna积极投身于州级、区域级和国家级事务,在大西洋沿岸中部地区(Mid-Atlantic Regional, MAR)和AMTA身兼数职。1987~2001年间,作为MAR临床培训委员会的代表,她参与编写了培训指导师和督导师的课程,并供职于教育委员会下属的专业能力小组委员会。自1987年起,她参与MAR大会,并任1992~1993年度大会规划副主席,代表该地区出席纽约州学校音乐协会。自2000年起,Donna任纽约州职业条例专责小组主席,并自2003年纽约州八校联盟正式成立时起,对由国家颁发执照的创新艺术治疗师开展的心理治疗工作进行监督。2005年1月,Donna接受了由AMTA主席授予的为期4年的AMTA教育和培训顾问委员会聘书。

引言:如何使用本书

很高兴你阅读这本《音乐治疗师临床培训指南》，我们希望并期待它能使你成为音乐治疗师，并在此旅程中更兴奋、快乐和有益。

本书为正在学习音乐治疗，处于各训练阶段的学生而设计。我们认为，临床训练过程是学生将知识转化为临床经验的过程，不同的学生会有不同的需求，而学生在学习的每个阶段也都会遇到问题。为满足这些需要，我们将训练内容分为三个层次：①观摩、参与和协助；②计划和协同主持治疗；③主持治疗。我们希望学生们能在每个层次通过不同方式使用本书，能够自己整理本书各章节，从而简化这一过程，包括进阶练习和对拓展阅读的建议。

此三个层次是为学生们从实习期初次临床观察起逐渐增加内容和责任的层次而设计，三个层次分别花费的时间则取决于指导老师和学生自己。学生们开始积累临床经验时通常会进入第一层次内容：观摩、参与和协助。在此期间，他们将在一次治疗过程中学到一名专业音乐治疗师该做的事情。他们可通过观摩或参与治疗及用其他方式协助治疗来达到学习目的。对治疗师的协助通常包括给患者安排座位、教患者使用乐器、帮助在歌本中找到他们要找的歌曲，或通过其他方式来促进治疗的进行。当学生们进入第二层次即制订计划和协同主持治疗时，他们将学会制订音乐治疗计划的技巧，并可能与音乐治疗导师或另一名初级音乐治疗师（学生）一起共同主持音乐治疗过程。在此期间，学生将开始学习主持音乐治疗任务所必需的技巧，但此时仍需得到其他合作治疗师的大力支持，无论对方同是学员或是音乐治疗师。在第三层次，学生们将单独主持音乐治疗任务。在此期间，他们已具备主持音乐治疗所需的决策能力，但也仍将获得来自导师、其他工作人员或同学的大力支持。

学生们需要多少时间来完成这三个层次的学习完全取决于导师和学生个人。需要考虑的因素包括：大学培养计划的结构、学生本人的优势和自信、有无音乐治疗师作为现场督导以及有无导师进行深度监督和监督的程度等。由于每个学生的情况不同，故作者无法对学生们将用多快速度完成这三个层次提出建议。

以上各学习层次中，学生或治疗师所面临的问题是相同的，因此我们鼓励学生们将本书通读几遍，有区别地关注每个层次。为帮助学生们体验该过

程,我们在每一章的最后都安排了作业,按照如前所述的三个层次分层。我们希望学生们依照他们对治疗的参与程度来选择作业。

当然,究竟如何使用本书和每个章节的内容将由教师来决定。但我们还是建议把本书多读几遍并进行讨论,因为学生们在临床训练的各个层次中可能有不同的侧重点。

本书为满足美国音乐治疗专业学生的需要而设计,当然也可以为其他国家的学生所用,训练原理是相似的。在美国,要求音乐治疗专业的毕业生通过美国音乐治疗协会(AMTA)专业认证。本书的内容将帮助学生们达到该认证要求。

音乐治疗专业学生要为任何治疗对象做好准备,因此,本书为应对各种各样的患者而设计。本书某些章节里,我们以特定的患者来举例;其章节中,学生、临床督导师和指导人员将进行特定的联系。某些名词和条款会因情境的改变而具有不完全一样的含义。这样我们要对读者做出解释。通常,我们用“患者”(client)来表示音乐治疗师的工作对象,除外那些在特定情境接受治疗的人,如医院的患者。(注:Client 指客人,顾客。本书的内容主要针对医院等机构,所以后面都翻译成“病人”——译者)。

我们希望本书将是你在成为音乐治疗师这个令人振奋的人生道路中的伙伴,尽可能帮助你学会所需要的技能,并使这一过程有益而积极。

目 录

第一章	进行音乐治疗:开始探索	1
第二章	提高参与层次	12
第三章	制订音乐治疗计划	18
第四章	患者的评估	24
第五章	长期目标与短期目标	55
第六章	制订音乐治疗计划的策略	63
第七章	组织治疗	70
第八章	即兴演奏体验	78
第九章	表演或再创造体验	89
第十章	音乐创作体验	98
第十一章	音乐聆听体验	107
第十二章	治疗计划中的深层思考	116
第十三章	促进患者的反应	130
第十四章	音乐的作用	143
第十五章	团体治疗	153
第十六章	个体治疗	162
第十七章	文档记录	168
第十八章	音乐治疗师的自我评估	174
参考文献		184

第一章 进行音乐治疗:开始探索

Doing Music Therapy:An Exploration

你正走在一条精彩且可以使你成为一名成功的音乐治疗师的道路上。音乐在帮助治愈疾病方面的潜力使你和我都想在音乐治疗方面得到相关的学习和训练,这也正是你阅读本书的原因。

成为一名成功的音乐治疗师需要一个过程。如果你在整个学习生涯中都在学习音乐治疗,并在职业生涯早期就开始进入这个领域,那么你将有机会体验很多的成功时刻。当然,失败和挫折也在所难免,不过不必担心。我们学习的内容是:音乐治疗究竟是什么、音乐治疗有什么作用以及如何成为一名称职的音乐治疗师。

在进入临床工作之前,对于一个刚开始学习音乐治疗的学生而言,了解一下学习内容是非常必要的。音乐治疗的学习内容包括:①一般治疗方式是什么?②怎样进行音乐治疗?③音乐治疗包括哪些过程?

要知道如何进行音乐治疗,首先需要知道“健康”的概念。只有清楚地知道什么是健康,才有能力去接触和理解音乐治疗的第二步:作为一位治疗师,如何去帮助患者恢复和保持健康。第三步就是要发展出自己关于音乐治疗的工作定义,以及理解定义背后的相关理论。治疗的过程要求治疗师具有如下能力:关于疾病的症状或诊断和与之有关的预后和可能的挑战的知识,评估能力、制订治疗计划的能力、执行能力、临床音乐能力、文案能力以及与患者的沟通交流能力等,这些都是进行音乐治疗所不可或缺的技能 and 素质。还要有良好的思想道德、自我反省的能力以及良好的主观能动性。

所有这些都有助于我们学习什么是音乐治疗以及如何进行音乐治疗。音乐治疗同时也要求治疗师能够充分理解和发展自我治疗。

不管有没有音乐,治疗都是一个复杂的过程。特别是音乐治疗,它的效果受到很多因素的影响和制约。对于某一特定的临床案例而言,治疗团队能否掌握音乐治疗的效果,将决定治疗师能否成功进行此次治疗。音乐治疗师工作的一部分就是让你的团队知道发生了什么,这样有利于患者得到恰当的诊治,使音乐治疗造福更多的人。

作为临床治疗师,我们对治疗的重要性都有一个预期的观念(不管是否正确),每一个治疗师对自己如何让患者参与治疗以及治疗过程应该如何完

成都有自己的观念。我们对治疗师在整个治疗过程中所扮演的角色,以及患者家属、朋友、医生、行政管理以及其他专业的同事的角色也有自己的观念。此外,音乐治疗师对音乐在治疗中的角色也会有自己的观念。作为专业人员,音乐治疗师有责任持续检查自己工作的进行情况,时刻保持自我成长。这种成长是治疗师自身的成长,也包括自己音乐能力的成长。本书第十八章“音乐治疗师的自我评估”将提供一些如何保持自我成长的知识。

如果这是你首次接触音乐治疗,或许还不能完全掌握上面所说的点点滴滴。在首次临床体验中,理解自己与患者互动的意义、注意自己对患者以及治疗过程的反应、观察其他工作人员及患者家属对音乐治疗的反应都非常重要。在早期临床实践中,你要做的就是抓住机会,努力观察整个治疗如何进行以及治疗过程中患者的反应。多阅读一些医学书籍可以帮助你建立一些基本概念,比如:什么是儿童先天发育障碍、什么是成人肢体残疾、什么是老年健忘症等。但最重要的,还是要知道音乐治疗的定义、怎样治疗、治疗的原理以及治疗师的责任是什么,以及你想成为一名怎样的治疗师。

理解治疗

通过认识所有治疗形式的变化和发展,我们来开始“音乐治疗”的讨论。音乐治疗是一种帮助患者利用其潜能,使其自身感官功能得以充分恢复和发挥的治疗方式。在音乐治疗师的帮助下,患者的身体和精神状态能有很好的转变。

从心理学角度来看,音乐治疗的作用是:①帮助患者挖掘自身潜力;②使患者更了解自己;③使患者变得更积极主动(Egan, 1975)。Dobson(1988)将音乐治疗进一步描述为:教人怎样战胜来自生活的持续不断的挑战,从而使自己变得更积极和主动。当人们无法这样做时,治疗师便去解决这样的问题……治疗师不仅要保证患者学会知识和技能去克服未来可能遇到的类似问题,还要帮助他们增强心理承受能力。

Ivey等(1980)则建议,为了能更灵活和更具创造性地与另一人相处,我们需要掌握几门心理学理论,同时要了解一个以上的世界观。这说明,作为音乐治疗师,要善于阅读、思考,而且要尽可能多地接受多种观点,使自己的世界观持续改进并越来越灵活。

此外,在你逐渐地成为一名音乐治疗师的过程中,要考虑到对自身的治疗价值。在一次关于成长理论的讨论中,Maslow(1999)说:“只有重视自身健康的人才有资格对别人进行治疗。”他提出了有关“积极体验(active experiencing)”的观点,认为积极体验应具有躯体特征、情绪特征和有意识地自我投入

的特征;认识和不断地探索自己的能力;找到并接受适合自己成长的速度,而不是企图一蹴而就;学习和提高自己举一反三的能力;主动和努力地发现和挖掘自己的新的兴趣和潜能的机会。

作为音乐治疗师,我们当然希望患者去体验这些事情,同时这些事情对你作为音乐治疗师的自我成长也是非常有价值的。AMTA 职业能力条例中直截了当地阐明了这样的观点,包括:

- 认识自己的情感、态度和行为对患者以及治疗进程所带来的影响;
- 建立和保持与患者的良好的人际关系,这对于治疗非常有益;
- 无论在个体治疗还是团体治疗中,有效地利用自己治疗师的角色以促进我们所希望的行为改变,例如正确的自我披露、权威性和同情等;
- 接受批评和反馈,并能够以建设性的态度积极改正;
- 以积极和建设性的态度解决矛盾冲突;
- 以建设性的方式表达个人的想法和情感;
- 表明对重要的优点和缺点的自我觉察。

所有一切都说明,要成为一名称职的音乐治疗师,了解自己和自己的职责、潜力,以及持续不断地学习成长是至关重要的。

理解音乐治疗

我们安排本章的目的在于明确音乐治疗的定义。接着我们将引用一些有助于我们深入了解音乐治疗的理论以及学习音乐治疗的原理。

音乐治疗的定义

也许 Bruscia(1998)关于音乐治疗的定义将有助于对音乐治疗这个领域的了解。同时其定义可帮助你正确认识音乐治疗的优势和局限,这将会影响你之后的学习和工作。Bruscia 说:“音乐治疗是一个系统的干预过程,在这个过程中,治疗师通过利用音乐体验的各种形式,以及在治疗过程中发展起来的作为治疗动力的治疗关系,来帮助患者促进健康。”这个定义可分以下几点:

- 音乐治疗是一个系统——它不是随机、偶然的为行为;
- 它是一个过程——需要经过一段时间;
- 它是一种干预——这意味着必须有所作为;
- 治疗师帮助患者——澄清了治疗服务焦点的方向;
- 它的目的是促进健康——尽管对健康有很多定义,但是治疗意味趋向某种改善;
- 它利用音乐体验——音乐治疗是基于音乐体验的;

● 在音乐体验中发展的治疗关系——这里的“关系”可能包含着治疗师与患者、患者与音乐以及治疗师与音乐的关系；

● 治疗过程具有心理动力性——治疗中发生的事情是在不断变化的；

● 临床的改变动力具有可操作性——进行此治疗中是为了改变。

这是一个有助于了解音乐治疗的准确定义。

理论

一些作者从美学观点描述音乐治疗，而另外一些作者则关注音乐治疗的含义，还有一些人从科学的观点考察音乐治疗。Aigen(1995)和 Kenny(1989)强调了审美在音乐治疗过程中的重要性。对于这些作者而言，审美在音乐治疗的过程中扮演主要角色。

Aigen(1995)提出，治疗的进程应该用音乐美学品质的改变程度来进行衡量，同时他把音乐的审美表达的重要性解释为患者在音乐节奏运动过程中显示出来的情感阻抗。他认为在音乐节奏运动中表现出来的音乐的美学品质是患者表达能力和交流能力得到发展的一个信号，它使患者的情感阻抗得以化解并表达出来，从而使音乐治疗得以奏效。

Kenny(1989)认为，由于治疗师和患者同样都具有美感，从而对周围世界美的表达和交流的方式变得越来越趋于整合。在音乐治疗师与患者共同建立起来的音乐空间中，音乐治疗成为促进这种整合的牵引力。Kenny认为，音乐提供了一个安全的空间，这个空间可以使人们改变、成长和康复。音乐治疗师的职责在于和患者一同在音乐空间内工作，了解彼此，共同探索新的领域。通过不断重复这种探索，或是通过“某些熟悉的音调或节奏的体验，他们彼此之间开始了解，并获得足够的安全感和自信心去开始一种音乐演奏的尝试。而在某一时刻这种对音乐的尝试就会爆发出一种忘我的音乐演奏。”治疗师在音乐的空间里与患者共同工作，通过尝试、模仿、示范来鼓励患者最终超越熟悉的音乐所带来的安全感。

另一些理论家着重于音乐治疗的内在含义。这种含义也许产生于我们创造音乐的过程。音乐创造与我们的传统文化和个人性格有深度联系。即兴音乐演奏中，音乐的体验具有对话的性质，而这正是音乐含义的来源之一。Ruud(1998)认为，音乐的内涵是音乐演奏者和他们对文化影响的察觉之间的互动结果。因此音乐治疗可以促使患者自我观念的改变，使患者更积极地生活。

Stige(2002)认为，音乐的内涵是“双结构”的。换言之，它是建立在患者和治疗师各自的内部“结构”和对治疗中所出现现象的理解的基础上的。Stige还认为，音乐治疗的意义是建立在社会文化的基础之上的，因此在社区

中,音乐治疗可通过特别为促进个体的正常化而设计的社区团体音乐演奏形式,来达到促进健康的目的。Stige 把音乐治疗描述为一种文化权威性质的仪式,通过重复地应用它来帮助人们应对生活中的问题。这种仪式实际上起到了个人经历的安全容器的功能,并可能与公共、社会功能有一定的关系。

把音乐治疗视为一种科学,重视研究音乐治疗的科学依据,Thaut(2000)提供了一个临床治疗的模型。Thaut 认为,有效的音乐治疗都有科学证据,而且仅限于能够被科学证明有效的音乐治疗干预方法。音乐体验的成功作用通常是通过在相关领域中的研究证实,然后再移植到某种相应的治疗形式中的。音乐治疗师的工作就是把有效的非音乐的科研中的结果移植到音乐的体验中来,从而使音乐治疗能够成功地达到预定的治疗目标。

这里呈现的理论五花八门,囊括了各种关于音乐治疗的解释和理解。这将会为你提供一个坚实的基础以理解音乐治疗的功能。

理解治疗过程

治疗的基本组成包括确定目标、制订治疗方案和评估治疗效果。尽管在一些短期病例中这三个步骤是同时进行的,但也有一些病例需要更多的步骤来完成治疗。我们将在本书中讨论和展开这些步骤。在第四章,我们将讨论评估的过程。制订治疗方案包括了目标的建立,这种目标的建立是通过干预来实现的。对音乐治疗而言,音乐的体验将帮助患者实现确定的治疗目标。本书第五、六、七章提供了很多这些方面的信息。在接下来的章节中,我们将讨论音乐治疗中可能会发生的各种案例。在不同的医疗机构中,治疗效果的评价会在不同治疗过程的各个阶段中,使用不同测量方式来进行。这些将在第十七章中讨论。

知道做什么

怎样为一位患者或一组患者制订治疗计划呢?作为一名音乐治疗师必须知道以下几点:①患者的需求;②治疗师的角色;③怎样运用音乐。这些议题被包含于所有典型的音乐治疗过程之中。如果你刚接触音乐治疗,或许不太了解这些内容,那么就on应该多提出问题并进行更加深入的学习。如果你是一位有些经验的音乐治疗学生,那你就可以逐渐培养自己的治疗风格,这种风格有助于将自己所知道的东西转换成能帮助患者的能力。如果你已经开始音乐治疗实习,则应该通过各种途径强化自己在这些方面的能力,在此阶段,你将会面临一系列的挑战,需要你形成独有的治疗风格。如果你清楚地知道患者需要什么、如何帮助他们达成目标及如何运用音乐来完成治疗,你