

# 音樂可以。。。\*

## 1. 寓音樂於遊戲

兒童從遊戲中學習。音樂遊戲可以引起動機，互相支持及參與。



## 2. 放鬆

節奏慢、旋律重複及簡單的歌曲（例如搖籃曲）可以平靜心情。

## 3. 減低疼痛及壓力

音樂可以幫助兒童面對疼痛及壓力大的環境，亦可以加強兒童的抗逆力。



## 4. 促進大小肌能

音樂的不同元素可以用於有系統的肌能訓練，同時提高參與動機。

## 5. 促升社交能力

小組音樂玩奏提供社交機會，亦可以教導相處技巧。



## 6. 加強溝通

音樂可以提供自我表達及溝通的機會，促進語言發展。

## 7. 提升家庭凝聚力

音樂可以促進親子關係，作為家庭溝通之平台。



## 8. 提高認知能力

研究顯示，學習音樂可以增強記憶、專注力及決策能力。

伸延閱讀：Humpal, M. (2015). Music therapy for developmental issues in early childhood. In B. L. Wheeler (Ed.), *Music Therapy Handbook* (pp. 265-276). New York: Guilford Press.

#音樂治療  
#創意藝術  
#香港創意藝術治療中心  
#香港創意藝術治療中心5週年  
#icathk  
#icathk5週年  
www.icat.com.hk

  
@icathk

  
@icathk\_

