

老年人的音乐治疗

音乐治疗对一些逐渐感觉到自己生理状态或心理状态正在退化的老年人来说是可以起到一个支持性及提高老年生活品质的作用。音乐治疗与日常听音乐不一样，因为音乐治疗带着治疗目标如改善情绪，增加互动，交流，甚至是提高生理一些粗大或精细运动，而不是单纯的给予娱乐。干预活动可以是乐器演奏（患者可以不需要有音乐背景），歌曲演唱，音乐律动，音乐放松等等。

转介

音乐治疗的转介目标基于以下准则（但不局限）

1. 提高患者的生活品质
2. 提供心理支持
3. 提高运动功能（精细/粗大运动）
4. 提高患者的社交及交流功能
5. 提高对自我的生活动力及自尊心
6. 学会放松，降低患者的挫折及焦虑感

此外，音乐治疗也同时可以提供照顾者情绪上及生理上的支持，去改善照顾者与老年病患之间的交流。



www.mmta.org.my



Music Therapy in Malaysia



malaysiammta@gmail.com