

我有我天空 - 第70集 - Cat- 感受音樂-洗滌心靈 (上)

主持：C Comma

嘉賓：Cat

C:小時候時常感覺到聽到過一些有關音樂治療的事物，我會聯想到好像看電影、電視時，見到有一位病人（我不知應否稱之為病人）坐在一張長長的梳化上，然後聽著一些很柔和的音樂，過了一段時間，時間到了，燈光著了，病人就會好了。究竟是否我想的如此？今集就請來一位嘉賓 Cat 為大家分析一下。

C：Cat 妳好。

Cat:你好，大家好。

C：妳中文名叫周雪甄，叫妳 Cat 好嗎？

Cat：好，多謝！

C：這樣大家親切些。我想問問，我剛才所說的對嗎？

Cat：是有這樣做法的，音樂治療不只一種，聽音樂是音樂治療其中一種方法，其實很多人對音樂治療有少少誤解。

C：OK ,甘樣，回頭我們再解釋，我知道妳開辦了一個非牟利機構

Cat：對，說起來這件事情都幾艱苦。

C：是什麼一回事？

Cat：其實是一間非牟利專做音樂治療的非牟利機構，是香港第一間的非牟利音樂治非牟利機構，因現在所有的非牟利機構都是私營的，非牟利暫時沒有。

C：叫什麼名字？

Cat：叫從·心音樂治療及輔導，英文名叫 Innate Healing Music Therapy and Counselling 。

C：很長的名字，如果搜尋應該打什麼名字？

Cat：應該打「從·心音樂治療」已經找到。

C：從是從前的從，心是心靈的心。

Cat：對的。

C：為什麼要開一間非牟利機構？

Cat：首先說少少背景，以前我是社工來的，在我做社工的經歷中，不是說做社工不好，因做社工在受訓過程，是用言語訓練，我發現有些過程對來受輔導者，內心最痛的事情，用言語是很難以形容出來，我以前做社工時是做精神復康的。

C：嗯……

Cat：在過程裡面，某些事情，我覺得在社工角色裡是很難做得到，所以我再出國去學音樂治療，註冊了做音樂治療師，再回到香港。

C：嗯……

Cat：覺得整件事好像與大眾有些距離，我為什麼這樣形容呢？因很多人一想到音樂，就覺得很遙不可及，玩音樂？要學樂器，又要比錢。

C：對。

Cat：但說到音樂治療與學音樂是兩回事。

C：嗯

Cat：音樂治療的服務形式都有一定的收費。

C：對的，同時一定不可以一堂或一次就可完成。

Cat：沒錯，所以對一些很有需要，但又付不起昂貴費用的人來說，對他們來說就真是遙遠。

C：透露一下，先不要說香港最貴收費，中間收費每次或時間大約收費是多少？

Cat：大概共識，只是大概說，一對一，一個小時收費大約八百元。

C：哦。

Cat：相對比與職業治療師、言語治療師，這個價錢差不多，不算太高或太低。

C：對的。

Cat：如果以小組形式，服務需要者的使用需要而決定，治療師每小時收費最少需一千元。

C：嗯。

Cat：收費是不包括樂器。

C：都很合理，因為香港有場地及各樣費用。

Cat：所以成本很高昂。

C：沒錯，同時你們是專業的。

Cat：是要專業註冊的。

C：還要註冊？

Cat：對。

C：了解，所以妳成立了非牟利機構是想幫一些人比較容易接觸到音樂治療。

Cat：對。

C：那麼形式是否與市面上高昂的收費一樣呢？

Cat：不會，我們有三種不同的服務，第一種是領取綜援或領取一次過關愛基金或乎合領取綜援而沒有領取綜援的這些人士，我們是完全免費為他們服務。

C：嘩，但有否限上堂堂數？

Cat：有，一年不可做多超過十堂。

C：也很合理。

Cat：第二是低收入人士，如果將來有興趣的話，就可上我們的網站，網站都有介紹，是有半價的優惠。因他們未必付得起全費，但又很需要這個服務，而此類人士是需由專業人士的轉介，包括社工、職業治療師、物理治療師、醫生或護士等。另一個服務就是接受可付全費的人士，令到收入平衡，拉上補下。

C：對的，對的。當然這件事是需要推廣，如果有客人要求試一堂，可以嗎？

Cat：這個問題有很多客人都會問，坦白來說，在音樂治療裡，有 Music Jamming 與音樂治療的分別，Music Jamming 是指客人只是玩一次，就已覺得很快樂，便可以說再見。而音樂治療就需一個特定基準，所以我不建議試一次，因試做一次治療，目標不會很清晰。我的經驗覺得，音樂治療是因人而議，當然我都不能保證什麼，就算有病看醫生，打針食藥，醫生都不能對病人有什麼保證，相信大眾都會明白這點。例如我做過一個個案，印象深刻的是一位婆婆，她已是很後期的老人痴呆症，後期發展是去到行為性，所謂行為性就是會動手打人/罵人，在什麼情況下會打罵人呢？例如餵飯…

C：哦…………與她有接觸。

Cat：對，與她有接觸，同時這位老人家很煩燥，之前都做過物理治療、職業治療等，這全部對她來說都沒功效，因她會動手推人或打人。平時她就坐在一張專供老人家坐的大班椅上，

用安全帶綁著，使她坐在椅上不致跌倒。因這位老人家身材瘦小，行動敏捷，所以更加要將他綁著。

C：嗯。

Cat：你想像一下，這樣被綁在椅上，會更加辛苦，她就會更煩燥。有個很大問題就是，所有治療師覺得已經沒辦法再給她做治療，因她不能用言語表達到自己，又動手打罵人。例如餵飯的同事最辛苦了，因她說話已不能說得清楚，餵飯時她都會動手打罵人，但婆婆連想罵人都表達不出，你可想像是如何辛苦的一回事。

C：這樣她真的很難受，很無助。

Cat：所以就用我的角度去為她想，她為什麼會脾氣煩燥。

C：那妳第一次和他接觸是怎處理的？

Cat：她第一次來到，就像一個年紀大的猴子，請大家不要介意我的說法，這只是一個形容詞，這位老人家初來到，對房間內的每樣東西都很好奇，她走勻全房間，見到鼓有興趣，見到每樣東西都要玩弄。

C：對。

Cat：慢慢我就給她一支鼓棍，她就每個鼓都敲打，因她的專注力很低，每叫她名字一次，她就望一下你，回應一下，轉頭她就去做其他事，她的老人痴呆症已去到很後期。

C：嗯…

Cat：她是那種餵飯時會將飯跌到滿地都是的老人家，所以她來到這房間，意識到沒有被綁著，可自由的行動，可隨便觸摸每件東西，這是她即時自發性想做的事情。

C： 嗯…

Cat：之前提及音樂治有很多不同的方法，我是專做即興音樂，叫創意音樂治療，可透過一些音樂創作來貼近患者，使患者專注度例如由 1 秒可去到 6 秒。婆婆初初來到時，是不停在房內行走，她特別對其中一扇門很有興趣，就用枝鼓棍不時敲打那扇門。

C： 嗯…

Cat：她應該是喜歡打那種感覺，跟著就利用她對這聲音的反應，使她將專注力時間加長，就從敲打那扇門開始

C：聽上去她由猴子轉成為一位演奏家。

Cat：其實每位都是一個演奏家。

C：但妳之前所說的目標怎定，對於這位婆婆來說很難定目標，因她不能表達自己

Cat：就由她的家人代表達，同時我們都有一個很正統的規範，當我見過這位老人家後，很快就定了治療目標，先處理她可表達自己，慢慢再減退行為問題

C：這樣經歷了幾多堂呢？

Cat：真的用了很短時間

C：她的轉變是怎麼樣？

Cat：有位同事告訴我說：「Cat，很出奇，她（指婆婆）突然和我說：〔妳好凍嗎？〕」

C：即是她全部表達到了

Cat：大約用了 5 個月時間，每星期一次，每次半小時

C：真的用了很短時間

Cat：對，才用了很短時間，因她突然說了句：「妳好凍嗎？」，對那間院社的同事來說真的好突然，因她平時連說話都說不清，她食飯的狀態都很差。大約治療了 3 個月時，已經減少了她襲擊人的行為。

C：哦……

Cat：慢慢開始可用發音表達多了，當時還未能組織到句子，到了 5 個月已可用完整句子表達了。

C：似乎那支鼓棍很有功效。說開來，不如再分享一下年紀較小的個案。

Cat：要說一個印象比較深刻的嬰兒。

C：嬰兒？

Cat：你猜猜他為什麼要治療？

C：如妳之前所提及，例如不能表達自己

Cat：這是個 5 個月早產嬰兒。

C：5 個月！！

Cat：嬰兒初出生時我是未見過面，當時放在氧氣箱養了 6 個月左右。

C：啊，要的。

Cat：我才收到個案，對象是嬰兒。

C：嗯……

Cat：你想像一下，5 個月就出世，個子只是比手掌長少少，可以生存已算是奇蹟，醫生已評估是明顯成長遲緩。嬰兒的父母是澳洲人，來香港旅遊時突然早產，嬰兒是在一家私家醫院生產，現時全家已返回澳洲，繼續接受音樂治療，因媽媽看到治療過程得著很大，所以回到澳洲再繼續接受治療。當初我見到嬰兒時，他已不需在氧氣箱。

C：嗯……

Cat：由於媽媽與嬰兒之間的關係建立得比較生疏，我需要花很多時間做兩者之間的溝通，建立兩者的關係。

C：是啊！

Cat：媽媽都很合作。當然，音樂治療師自己貿然去做音樂治療，效果並不大。可想像到，我一個星期可能只去一次，而媽

媽就不一樣，可每天見到嬰兒。我就要從媽媽與嬰兒之間，如何令兩人溝通著手，例如用聲音的高低、呼吸聲的韻律。當媽媽知道嬰兒聽到她的聲音，和與她接觸有反應後，媽媽都非常感動。亦明顯令到醫生知道嬰兒不是有聽障的。

C：這樣好重要。

Cat：對的，這樣非常重要，嬰兒對聲音是有反應的，只不過是對那種聲音有反應，需要用那種聲音去和嬰兒溝通。

C：好呀，先聽著這個個案，知道 Cat 還有很多深刻的經歷，因為今集時間的關係，邀請妳再來分享多一集。

Cat：好。

C：今集時間差不多，多謝 Cat。

Cat：下次見。