

團體音樂治療對慢性住院精神病患之療效

摘要

一、研究緣起與目的

本研究鑑於國內顯少針對慢性住院精神病患透過團體音樂治療介入性之實驗設計研究，探討團體音樂治療對慢性住院精神病患之療效，因此本研究具有其學術上之研究價值，本研究成果亦可做為慢性住院精神病患團體音樂治療計畫介入模式之重要參考。

二、研究方法與過程

本研究經立意取樣選取個案 80 位。採 Randomized Clinical Trial 研究設計，將研究對象隨機分派至實驗組或對照組，每組各 40 名。實驗組採每週兩次，每次 40 分鐘，持續八週的團體音樂治療活動；對照組於實驗期間則採病房常規照護，並不接受團體音樂治療，並於實驗結束（八週）後，為對照組病患進行一次團體音樂治療。

三、研究發現與建議

本研究發現參與團體音樂治療之慢性住院精神病患在人際互動、精神症狀及生活品質方面皆有顯著改善之效果，本研究結果有助於病患控制病情、改善療效、提升其生活品質及增進護理照護品質。本研究建議相關單位能重視此研究成果，持續對病患進行音樂治療，以建立提昇病患生活品質、改善精神症狀及增進人際互動之另類治療模式。

前言

美國音樂治療學會指出，音樂治療是一種人性化、無侵害性的醫療，可減輕疾病的疼痛與壓力、幫助情感表達、促進肢體恢復、亦能正面地影響心情和情緒、增進記憶復甦、及提供獨特的互動和情緒交流的機會 (American Music Therapy Association, 2002)。

運用不同的音樂對個人的影響，可協助解決病患身、心、情緒、靈性的問題，觸動個人不同層級的意識與深層的感覺，並促進個人語言及非語言的溝通 (Munro & Mount, 1978)。音樂治療能發揮以下治療目標：1. 生理性：改善器官與動作的統合力，協助復健活動的進行；2. 心理性：增強動機與改善自尊；3. 社會性：增進團體互動合作、凝聚力與社會行為；4. 智能性：改善智能反映、定向力、刺激力與記憶力；5. 心靈性：提升心靈平靜與和諧。音樂治療的效益在於能發揮安撫作用，使參加者能藉由和諧節奏，並與他人溝通及互動，以增加自信，有助於參與者表達自我、溝通情感與提升自我心像，應用團體音樂活動可提供宣洩情緒的管道，並使參與者產生愉悅感覺 (Prinsley, M., 1986)。

過去相關文獻均指出，音樂治療對於改善精神症狀 (Gaffney, 1982; Meschese, 1983; Courtright, 1990; Tang, Yao & Zheng, 1994; 蔡佳芬, 1997; 王淑美、葉美玉和張麗雲, 2003; 陳泰瑞等人, 2005)、減輕焦慮 (Strauss & Solomon, 1983; Kartman, 1984; 林麗雲, 1986; MCGarry & Prince, 1988; Reker, 1991; 李選、蔡美玉、劉燦榮, 1993; Puride, Hamilton & Baldwin, 1997; 陸秀芳, 2002)、改善退縮與低自尊 (Kartman, 1984;

Hanser, 1990; 李選、蔡美玉、劉燦榮, 1993; Shiraishi, 1997; Whipple & Lindsey, 1999)、降低躁動(李選、蔡美玉和劉燦榮, 1993)、改善社交與增進人際互動(Hinds, 1980; Gaffney, 1982; Meschese, 1983; Courtright, 1990; 李選、蔡美玉、劉燦榮, 1993; Tang、Yao & Zheng, 1994; 蔡佳芬, 1997; Puride Hamilton & Baldwin, 1997; 賴惠玲, 2002; 王淑美、葉美玉和張麗雲, 2003)等具有顯著效果。

鑑於國內顯少針對慢性住院精神病患透過團體音樂治療介入性之實驗設計研究, 探討團體音樂治療對慢性住院精神病患之療效, 因此本研究具有其學術上之研究價值, 本研究結果亦可做為慢性住院精神病患團體音樂治療計畫介入模式之重要參考。

研究方法

一、研究設計

本研究採 Randomized Clinical Trial 研究設計, 檢測團體音樂治療介入模式對研究對象之療效。

二、研究對象

研究對象以居住於本院日間病房之慢性住院精神病患, 經立意取樣選取病情穩定、意識清楚、65 歲以下、且同意參與團體音樂治療者, 預估約 70 位。再以隨機分派方式, 將研究對象分派至實驗組或對照組, 每組分別各 35 名。

實驗組採每週兩次, 每次 40 分鐘, 持續八週(共計十六次)的團體音樂治療活動; 對照組於實驗期間則採病房常規照護(病房一般性護理與治療), 並不接受團體音樂治療, 並於實驗結束(八週)後, 為對照組病患進行一次團體音樂治療。

兩組於實驗期間, 由研究人員、醫師及護理人員進行團體音樂治療前測(基線期)與後測(八週)評量, 以作為團體音樂治療成效之比較。實驗組並於每次活動後進行「單元活動反應與回饋」, 及每週一次的評量。

三、資料收集

本研究於參考國內外相關文獻與問卷後, 研擬適合研究對象之結構式問卷進行問卷訪談, 並採團體過程記錄、錄音、錄影等方式收集資料及進行資料分析, 以作為評量實驗效果之佐證與補充。

四、研究工具

本研究的測量工具包括: (一) 研究對象背景資料。(二) 音樂喜好評估表(只用於實驗組)(三) 簡短精神症狀量表(四) 台灣簡明版世界衛生組織生活品質問卷評估(五) 人際互動功能量表(六) 單元活動反應與回饋(只用於實驗組)及「團體活動總回饋」(只用於實驗組)。

五、研究對象權益的保護

本研究考量研究對象權益之保護, 於研究實施前向病患說明本研究目的及進行方式, 經徵得病患同意並取得病患同意書後, 始進行本研究。此外, 本研究之問卷資料收集結果均採保密存檔。

六、統計方法

本研究利用 SPSS17.0 統計軟體進行資料分析，描述性統計分析以次數分配、百分比、平均值、標準差呈現資料分佈情形；推論性統計分析以卡方檢定、T 檢定、單因子變異數分析 (One-Way-ANOVA)、皮爾森積差相關、廣義估計方程式 (Generalized Estimating Equation; GEE) 之線性模型分析、共變數分析 (ANCOVA) 等方法。

七、預計可能遭遇之困難及解決途徑

- (一)、若發生病患因病情不穩定或其他身體不適狀況或因調整藥物者，恐危及病患本身或他人安全時，本研究將立即停止對該病患進行團體音樂治療。
- (二)、病患於接受團體音樂治療期間，若欲退出參與，本研究將尊重病患想法與自主，由其決定是否繼續參與團體音樂治療。

研究結果

一、實驗組：

(一)、人際互動問卷 (表 3-1)

團體音樂治療活動介入前：在人際互動問卷方面，計分方式由 1-5 分，共 10 題，得分最高為 50 分，最低為 5 分，得分越高代表人際互動越不好，每題平均得分介於 2.23-2.98 分，表示研究對象的人際互動普通。

團體音樂治療活動介入後：在人際互動問卷方面，計分方式由 1-5 分，共 10 題，得分最高為 50 分，最低為 5 分，得分越高代表人際互動越不好，每題平均得分介於 1.07-2.3 分，表示研究對象的人際互動佳。

(二)、簡短精神症狀量表 (表 3-2)

團體音樂治療活動介入前：在簡短精神症狀量表方面，計分方式由 0-6 分，共 18 題，得分最高為 108 分，最低為 0 分，得分越高代表精神症狀越不好，每題平均得分介於 0.65-2.79 分，表示研究對象有中等程度的精神症狀。

團體音樂治療活動介入後：在簡短精神症狀量表方面，計分方式由 0-6 分，共 18 題，得分最高為 108 分，最低為 0 分，得分越高代表精神症狀越不好，每題平均得分介於 0.23-2.32 分，表示研究對象有輕微程度的精神症狀。

(三)、生活品質問卷 (表 3-3)

團體音樂治療活動介入前：在生活品質問卷方面，計分方式由 1-5 分，共計 28 題，得分最高為 140 分，最低為 28 分，得分越高代表研究對象的生活品質越好。每題平均得分介於 1.41-3.83 分，表示具有中等程度以下之生活品質。

團體音樂治療活動介入後：在生活品質問卷方面，計分方式由 1-5 分，共計 28 題，得分最高為 140 分，最低為 28 分，得分越高代表研究對象的生活品質越好。每題平均得分介於 1.42-4.25 分，表示具有中等程度之生活品質。

二、對照組

(一)、人際互動問卷 (表 3-4)

團體音樂治療活動前：在人際互動問卷方面，計分方式由 1-5 分，共 10 題，得分最高為 50 分，最低為 5 分，得分越高代表人際互動越不好，每題平均得分介於

2.24-2.89 分，表示研究對象的人際互動普通。

團體音樂治療活動後：在人際互動問卷方面，計分方式由 1-5 分，共 10 題，得分最高為 50 分，最低為 5 分，得分越高代表人際互動越不好，每題平均得分介於 2.18-2.91 分，表示研究對象的人際互動普通。

(二)、簡短精神症狀量表 (表 3-5)

團體音樂治療活動前：在簡短精神症狀量表方面，計分方式由 0-6 分，共 18 題，得分最高為 108 分，最低為 0 分，得分越高代表精神症狀越不好，每題平均得分介於 0.72-2.72 分，表示研究對象有輕微至中等的精神症狀。

團體音樂治療活動後：在簡短精神症狀量表方面，計分方式由 0-6 分，共 18 題，得分最高為 108 分，最低為 0 分，得分越高代表精神症狀越不好，每題平均得分介於 0.67-2.68 分，表示研究對象有輕微至中等的精神症狀。

(三)、生活品質問卷 (表 3-6)

團體音樂治療活動前：在生活品質問卷方面，計分方式由 1-5 分，共計 28 題，得分最高為 140 分，最低為 28 分，得分越高代表研究對象的生活品質越好。每題平均得分介於 1.4-3.85 分，表示生活品質低至中等程度。

團體音樂治療活動後：在生活品質問卷方面，計分方式由 1-5 分，共計 28 題，得分最高為 140 分，最低為 28 分，得分越高代表研究對象的生活品質越好。每題平均得分介於 1.41-3.88 分，表示生活品質低至中等程度。

結 論

本研究發現參與團體音樂治療之慢性住院精神病患在人際互動、精神症狀及生活品質方面皆有顯著改善之效果，本研究結果有助於病患控制病情、改善療效、提升其生活品質及增進護理照護品質。本研究建議相關單位能重視此研究成果，持續對病患進行音樂治療，以建立提昇病患生活品質、改善精神症狀及增進人際互動之另類治療模式。

參考文獻

- 王淑美、葉美玉、張麗雲 (2003)。慢性精神病患音樂治療成效研究。長庚護理，14(4)，342-352。
- 李選、葉美玉、劉燦榮 (1993)。音樂治療對改善住院精神病患精神症狀與人際互動之成效。護理研究，1(2)，145-157。
- 汪彥青 (2004)。音樂療法的定義。載於中華民國應用音樂推廣協會作者群編著，音樂與治療 (172-185)。台北：星定石文化。
- 林麗晴 (2004)。音樂治療對慢性精神分裂症病患精神症狀與腦波影響之探討。未發表碩士論文：國立臺南大學資訊教育研究所。
- 施以諾、黃曼聰 (2002)。精神科日間留院的音樂治療。中華團體心理治療，8(1&2)，3-8。
- 陳泰瑞、林麗晴、孫光天、鄭夙雯、蘇淑芳、許維琪、余伍洋、陳明招、楊志偉 (2005)。輔助性音樂治療對女性慢性精神分裂症病患的療效。臺灣精神醫學，19(4)，305-313。
- 劉焜輝 (1994)。音樂治療的理論與實施 (一)。諮商與輔導，104，21-25。
- 蔡佳芬 (1996)。音樂團體治療對改善慢性精神分裂症病患負性症狀與人際互動之成效。未發表碩士論文：長庚大學護理學研究所。
- 蕭佳蓉、蕭淑貞 (1998)。音樂治療於臨床精神科科護理之應用。護理雜誌，45(6)，64-70。
- American Music Therapy Association(2002). AMTA brochure. Silver Spring, MD:AMTA.
- Courtright, P. D. (1990). Dinner music: Does it affect the behavior of psychiatric inpatients. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services*, 28(3), 37-40.
- Gaffney, J.M. (1982). The use of music therapy to decrease state anxiety in immobilized patients. Iowa City: University of Iowa.
- Hanser, S. H., & Larry, W.T.(1994). Effect of a music therapy strategy on depressed older adults. *Journal of Gerontology: Psychological sciences*, 49 (6), 265-269.
- Lai, H. L., & Good, M. (2002). An overview of music therapy. *The Journal of Nursing*, 49(2), 80-84.
- Manro, S. & Mount, B. (1978). Music therapy in palliative care. *CMA Journal*, 119, 1029-1034.
- Meschese, H.G. (1983). Music therapy with psychiatric problem. *Psychotherapy*

/ Psychosomatic Medicine Psychology, 33(3), 101-106.

Meschese, H.G. (1983). Music therapy with psychiatric problem. Psychotherapy / Psychosomatic Medicine Psychology, 33(3), 101-106.

Paffenbarger, R. S. Wing, A. I., & Hyde, R. T. (1983). Physical activity and incidence of hypertension in college alumni. American Journal Epidemiol, 117, 245-257.

Podolsky, E. (1954). Music Therapy, New York: Philosophical library.

Prinsley, M.(1986). Music therapy in geriatric care. Australian Nurse Journal, 15(9), 48-49.

Purdie, H, Hamilton, S., & Baldwin, S.(1997). Music therapy : facilitating behavioral and psychological change in people with stroke- a pilot study . International Journal of Rehabilitation Research 20 , 325-327 .

Tang, W., Yao. X., & Zheng, Z.(1994). Rehabilitative effect of music therapy for residual schizophrenia: A one-month randomised controlled trial in Shanghai. British Journal of Psychiatry, 165(suppl. 24), 38-44.

Wigram, Tony. Pedersen, Inge Nygaard. Bonde, Lars Ole. (2002). A Comprehensive Guide to Music Therapy: Theory, Clinical Practice, Research, and Training . Philadelphia Jessica Kingsley Publishers.

附件

表 3-1 人際互動問卷各題項之平均數差異（實驗組）

項目		活動前	活動後	介入前後差異 (前-後)
人際相處	1. 不喜歡走入人群	2.79	1.94	0.85
	2. 喜歡獨處	2.98	2.30	0.68
	3. 與別人一起時感覺不舒服	2.75	1.78	0.97
	4. 看到人群會感到不安或恐慌	2.58	1.96	0.62
	5. 害怕與人接觸	2.46	1.48	0.98
人際互動	6. 避免與他人互動	2.55	2.01	0.54
	7. 經常與他人吵架	2.23	1.07	1.16
	8. 認為自己不是個合群的人	2.46	1.94	0.52
	9. 很少參加團體活動	2.56	1.43	1.13
	10. 沒什麼朋友	2.38	1.35	1.03

表 3-2 簡短精神量表各題項之平均數差異（實驗組）

項目	活動前	活動後	介入前後差異 (前-後)
1. 擔心身體健康	2.79	2.32	0.44
2. 精神焦慮	1.24	0.63	0.61
3. 情緒不投入	1.11	0.45	0.66
4. 思考欠組織	0.96	0.37	0.59
5. 愧疚感	0.86	0.38	0.48
6. 身體緊張	1.11	0.75	0.36
7. 不尋常動作	0.91	0.34	0.57
8. 誇大言行	0.65	0.23	0.42
9. 憂鬱情緒	0.89	0.33	0.56
10. 敵視	0.84	0.42	0.42
11. 懷疑性	0.74	0.38	0.36
12. 幻覺行為	0.77	0.42	0.35
13. 精神運動減少	1.05	0.52	0.53
14. 會談不合作	0.95	0.27	0.68
15. 不尋常思考	1.11	0.46	0.65
16. 情感遲滯	1.11	0.65	0.46
17. 精神運動增加	0.79	0.24	0.55
18. 定向感不良與意識混淆	0.90	0.56	0.34

表 3-3 生活品質問卷各題項之平均數差異 (實驗組)

項目	活動前	活動後	介入前後差異 (後-前)
1. 整體來說，您如何評價您的生活品質？	3.47	4.12	0.65
2. 整體來說，您滿意自己的健康嗎？	3.37	4.07	0.7
3. 您覺得身體疼痛會妨礙您處理需要做的事情嗎？ (反向題)	2.65	1.85	0.8 (前-後)
4. 您需要靠醫療的幫助應付日常生活嗎？ (反向題)	2.12	2.07	0.05 (前-後)
5. 您享受生活嗎？	2.81	3.24	0.43
6. 您覺得自己的生命有意義嗎？	3.45	4.10	0.65
7. 您集中精神的能力有多好？	3.20	3.78	0.58
8. 在日常生活中，您感到安全嗎？	3.24	3.52	0.28
9. 您所處的環境健康嗎？	3.29	3.62	0.33
10. 您每天的生活有足夠的精力嗎？	3.29	3.71	0.42
11. 您能接受自己的外表嗎？	3.45	3.55	0.1
12. 您有足夠的金錢應付所需嗎？	2.86	2.94	0.08
13. 您能方便得到每日生活所需的資訊嗎？	2.89	2.93	0.04
14. 您有機會從事休閒活動嗎？	3.21	3.51	0.3
15. 您四處行動的能力好嗎？	3.26	3.31	0.05
16. 您滿意自己的睡眠狀況嗎？	3.54	4.11	0.57
17. 您對自己從事日常活動的能力滿意嗎？	3.48	3.78	0.3
18. 您滿意自己的工作能力嗎？	3.21	3.42	0.21
19. 您對自己滿意嗎？	3.36	3.77	0.41
20. 您滿意自己的人際關係嗎？	3.19	4.25	1.06
21. 您滿意自己的性生活嗎？	1.41	1.42	0.01
22. 您滿意朋友給您的支持嗎？	3.35	3.86	0.51
23. 您滿意自己的住所的狀況嗎？	3.54	3.84	0.3
24. 您對醫療保健服務的方便程度滿意嗎？	3.60	4.2	0.6
25. 您滿意所使用的交通運輸方式嗎？	3.83	4.01	0.18
26. 您常有負面的感受嗎？(反向題)(前-後)	2.64	2.04	0.6
27. 您覺得自己有面子或被尊重？	3.08	3.64	0.56
28. 您想吃的食物通常都能吃到嗎？	3.14	3.32	0.18

表 3-4 人際互動問卷各題項之平均數之差異（對照組）

項目		活動前	活動後	介入前後差異 (前-後)
人際相處	1. 不喜歡走入人群	2.76	2.69	0.07
	2. 喜歡獨處	2.89	2.91	-0.02
	3. 與別人一起時感覺不舒服	2.73	2.67	0.06
	4. 看到人群會感到不安或恐慌	2.69	2.65	0.04
	5. 害怕與人接觸	2.24	2.31	-0.07
人際互動	6. 避免與他人互動	2.75	2.57	0.18
	7. 經常與他人吵架	2.35	2.31	0.04
	8. 認為自己不是個合群的人	2.47	2.44	0.03
	9. 很少參加團體活動	2.58	2.51	0.07
	10. 沒什麼朋友	2.48	2.18	0.3

表 3-5 簡短精神量表各題項之平均數差異（對照組）

項目	活動前	活動後	介入前後差異 (前-後)
1. 擔心身體健康	2.72	2.68	0.04
2. 精神焦慮	1.51	1.53	-0.02
3. 情緒不投入	1.12	1.02	0.10
4. 思考欠組織	0.96	0.92	0.04
5. 愧疚感	1.01	1.11	-0.1
6. 身體緊張	0.98	0.75	0.24
7. 不尋常動作	0.91	0.85	0.06
8. 誇大言行	0.72	0.86	-0.14
9. 憂鬱情緒	0.92	1.01	-0.09
10. 敵視	0.84	0.94	-0.1
11. 懷疑性	0.74	0.67	0.07
12. 幻覺行為	0.87	0.72	0.15
13. 精神運動減少	1.25	1.13	0.12
14. 會談不合作	0.85	0.86	-0.01
15. 不尋常思考	1.31	1.24	0.07
16. 情感遲滯	1.46	1.43	0.03
17. 精神運動增加	0.87	0.82	0.05
18. 定向感不良與意識混淆	1.20	1.07	0.13

表 3-6 生活品質問卷各題項之平均數差異（對照組）

項目	活動前	活動後	介入前後差異 (後-前)
1. 整體來說，您如何評價您的生活品質？	3.41	3.51	0.1
2. 整體來說，您滿意自己的健康嗎？	3.47	3.48	0.01
3. 您覺得身體疼痛會妨礙您處理需要做的事情嗎？（反向題）	2.65	2.49	0.16 (前-後)
4. 您需要靠醫療的幫助應付日常生活嗎？（反向題）	2.12	2.13	-0.01 (前-後)
5. 您享受生活嗎？	2.81	2.79	-0.02
6. 您覺得自己的生命有意義嗎？	3.54	3.55	0.01
7. 您集中精神的能力有多好？	3.22	3.43	0.21
8. 在日常生活中，您感到安全嗎？	3.26	3.19	-0.07
9. 您所處的環境健康嗎？	3.29	3.31	0.02
10. 您每天的生活有足夠的精力嗎？	3.31	3.45	0.14
11. 您能接受自己的外表嗎？	3.25	3.07	-0.18
12. 您有足夠的金錢應付所需嗎？	2.77	2.87	0.1
13. 您能方便得到每日生活所需的資訊嗎？	2.69	2.66	-0.03
14. 您有機會從事休閒活動嗎？	3.42	3.52	0.1
15. 您四處行動的能力好嗎？	3.50	3.42	-0.08
16. 您滿意自己的睡眠狀況嗎？	3.27	3.51	0.24
17. 您對自己從事日常活動的能力滿意嗎？	3.49	3.48	-0.01
18. 您滿意自己的工作能力嗎？	3.21	3.46	0.25
19. 您對自己滿意嗎？	3.34	3.71	0.37
20. 您滿意自己的人際關係嗎？	3.21	3.27	0.06
21. 您滿意自己的性生活嗎？	1.40	1.41	0.01
22. 您滿意朋友給您的支持嗎？	3.37	3.28	-0.09
23. 您滿意自己的住所的狀況嗎？	3.46	3.66	0.2
24. 您對醫療保健服務的方便程度滿意嗎？	3.65	3.59	-0.06
25. 您滿意所使用的交通運輸方式嗎？	3.85	3.88	0.03
26. 您常有負面的感受嗎？（反向題）	2.54	2.51	0.03 (前-後)
27. 您覺得自己有面子或被尊重？	3.24	3.45	0.21
28. 您想吃的食物通常都能吃到嗎？	3.09	3.24	0.15