



讓您的孩子感受 音樂的治癒和樂趣！

我們的音樂治療項目為您的孩子提供了一個絕佳的機會去探索音樂對小朋友的情緒表達的幫助。我們為您的孩子提供了一個溫馨友好的空間，讓他們在盡情享受音樂樂趣的同時交到新的朋友。

該項目完全免費。每周一節課，一共包括10次團體音樂治療和2次同伴支持小組討論。在音樂課上，您的孩子會學習運用不同的樂器來表達情緒和創作音樂。項目結束後，您的孩子可選擇自願參加我們主辦的社區音樂會。這是一個和其他小夥伴們一起展現他們心靈音樂作品和慶祝他們創造力和表達力的進步的機會。



JEFFERSON
Elementary School District

課程地點



Franklin D. Roosevelt School
1200 Skyline Drive
Daly City, CA 94015

項目主辦單位信息



東北醫療中心
211 Eastmoor Avenue
Daly City, CA 94015



650-550-3923



[www.nems.org/services/
behavioral-health/](http://www.nems.org/services/behavioral-health/)

▶ 如何報名 ◀

課程將於 2024 年 2 月 6 日
(星期二) 開始

如果您有興趣讓您的孩子參加我們的音樂治療項目，請聯絡您的學校代表：

Amber Waters

學校輔導員

☎ 650-535-0543

✉ awaters@jeffersonesd.org

📄 同意書可以遞交至主辦公室或 14 室。



音樂治療 項目



CREATIVE VIBES
MUSIC THERAPY



**NORTH EAST
MEDICAL SERVICES**
東北醫療中心

a californi^hhealthcenter

什麼是音樂治療？

我們的活動包括四種與音樂互動的方式：

- **自創音樂**
您的孩子將以自己的方式演奏他們最愛的歌曲。在聽歌的快樂中，學習如何表達和分享自己的心情。
- **聽與說**
我們會一起聽音樂，聊音樂。孩子們在分享中學習傾聽他人的想法和換位思考。
- **即興創作音樂**
您的孩子將與小夥伴們一起參與即興創作。我們給孩子們建立了一個安全、積極的創作平臺，鼓勵他們用心去表達和創作美妙的旋律！
- **寫歌**
在這個訓練營裏，您的孩子可以自己寫歌，可以通過改編自己熟悉的歌詞來表達自己的感受和想法。他們將會學到通過音樂講故事是一件很有趣的事。



我們將用大部分時間重新創作音樂和寫歌，但我們也可能嘗試其它方式。**您的孩子不需要有樂器演奏經驗或任何音樂知識準備 - 他們只需準備好享受音樂的樂趣並願意嘗試新鮮事物！**

音樂治療對您孩子的好處：

- **結交新朋友**
這是您的孩子找到興趣相投的好友的好地方。
- **自我探索**
音樂治療可以幫助您的孩子更好的理解和表達自己的感受。
- **喜悅與平靜**
玩音樂可以調節情緒，放松心情。
- **創意表達**
培養孩子的創作力和表達力。
- **建立自信**
分享音樂是一種建立自信心和鼓舞人心的體驗。



課程表

| 週 | 課程安排 |
|-------|----------|
| 1 | 音樂治療課程 |
| 2 | 音樂治療課程 |
| 3 | 音樂治療課程 |
| 4 | 音樂治療課程 |
| 5 | 同伴支持小組討論 |
| 6 | 音樂治療課程 |
| 7 | 音樂治療課程 |
| 8 | 音樂治療課程 |
| 9 | 音樂治療課程 |
| 10-11 | 社區表演 |
| 12 | 同伴支持小組討論 |

NEMS complies with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex.

Spanish ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al (415) 391-9686 ext. 8160 (TTY: 1-800-735-2929).

Chinese 注意: 如果您使用中文, 您可以免費獲得語言援助服務。請致電 (415) 391-9686 轉內線 8160 (TTY: 1-800-735-2929)。

Vietnamese CHÚ Ý: Nếu bạn nói Tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Gọi số (415) 391-9686 ext. 8160 (TTY: 1-800-735-2929).

NEMS - Rev. 02/2024

同伴支持小組

什麼是同伴支持小組？

我們的**同伴支持小組**為您的孩子提供一個與項目裏其他孩子交談、學習和成長的空間。每次小組治療均由一位專業的兒童心理治療師帶領。

同伴支持小組可能會包括的內容：

- **反思**
我們將會引導孩子們進行小組討論，總結他們從音樂治療課程中收穫的知識和經驗。
- **談論對孩子來說重要的事**
我們可能會談論到學校壓力、交友困難，和任何其他您的孩子想要討論的問題。
- **有趣的活動**
有趣的集體活動可以幫助孩子們放鬆心情並了解自己。
- **講故事時間**
您的孩子可以在這個安全的空間裡講練習健康的分享和傾聽。
- **獲取有用的技能**
學習調整負面情緒和解決問題的方法。
- **支持空間**
為所有孩子的學習和成長提供支持的空間。

讓我們共同成長

我們相信分享和共同成長的力量。請鼓勵您的孩子加入我們，探索與同伴交談和與音樂互動的收穫！