

淺談 0-3 歲嬰幼兒音樂培養之關鍵與內涵

張毓紋

新北市立石門實驗國中音樂教師
臺灣師範大學音樂系音樂教育組博士生

一、前言

從出生到三歲之間的嬰幼兒，是人類腦部活動最活躍而密集的時期，也是大腦最容易受到外界影響的時期，嬰幼兒此時所接受的各種感官經驗將奠定日後腦部的發育（邱暉婷，2018）。中國有句諺語「三歲定終身」也是很有道理，因為小孩的大腦發育在 0-3 歲已經完成了 80%，到六歲完成了 90%。美國明尼蘇達州立大學教授梅根·甘娜（Megan R. Gunnar）實驗證實，從出生到三至四歲這段時間，如果缺乏細心的照護和富有刺激的環境，小孩的腦部發育就會受損。因此，嬰幼兒時期的照顧與培養，對於個人的發育、學習與自我調節情緒等能力的形成，具有決定性的長遠影響（陳怡年，2014）。

近年來，早期幼兒的音樂教育研究出現了許多不同的聲音，並且這個領域涵蓋了從音樂能力發展到社會文化對音樂參與的影響等多個方面。幼兒音樂教育研究者們，對於 0-3 歲年齡階段的關注逐漸增加，因為過去對嬰幼兒音樂能力的理解有限，尤其過去行為主義認為嬰幼兒是「無能」的，像一張「白紙」。但現在越來越多的研究表明，嬰幼兒從出生起就具有音樂能力，並且他們能利用這些能力與世界互動。這種觀點的轉變促進了學術界對嬰幼兒音樂能力、生活經驗和活動發展等議題有更深入的研究和探討。0-3 歲階段嬰幼兒之研究議題，變成從「無能」到「有能力」的觀點，並將嬰幼兒視為「有能力」的個體，能夠適應和回應環境。這一轉變促使人們更加關注與好奇嬰幼兒在生命最初幾年的各項發展潛能（周珊珊，2023）。

二、音樂與嬰幼兒之關係

「音樂」對於尚未發展語言之幼兒來說，是最熟悉且有益處的學習刺激。自從科學家探索人類子宮日記後，發現有關幼兒的腦部開發及各方面潛能開發早在胎兒時期就展開（莊惠君，2012）。除了胎教之外，寶寶呱呱墜地那一刻起，音樂的刺激與培養便是他們最熟悉且最關鍵的成長要素。

（一）肢體發展

如果要把音樂和肢體動作分開，似乎是不可能的事。音樂教育家卡爾·奧福（Carl Orff）的教學法即是奠基於「音樂、動作和語言的發展是密不可分」的信念之上。達克羅茲（Jaques-Dalcroze）也認為音樂中最重要且和生活密不可分的

本質即是「節奏性的動作」（rhythmic movement）。對幼兒而言，去體會和經驗音樂並不只是侷限於聽覺，更是全身性的感受。這即是對於 0-3 歲幼兒發展大肌肉的絕妙契機，透過音樂的刺激和引導，促進並帶動全身肌肉和肢體的發展（Rae Pica, 1996）。

（二）語言發展

聲音刺激對幼兒發展語言是關鍵，提供幼兒們多樣化的音樂和豐富的聲音經驗，讓尚未發展語言之幼兒能透過音樂，了解聲音的多樣性並且有「表達」的管道，音樂扮演著一種非語言式的溝通橋樑。再者，語言發展和聆聽間的關係亦密不可分，透過豐富且多樣的音樂活動探索，與幼兒們來來回回的互動中，幼兒們有更多的機會發出「聲音」，且慢慢建立起自己發出不同聲音的各種可能性，甚至是語感。音樂和語言同時包含符號，年齡更大的幼兒，可以在這樣的組合運用當中，將較抽象的概念轉變為較具體可理解的內容並說出來（Rae Pica, 1996）。林至勤（2017）的研究提到，幼兒音樂教育所希望的是利用音樂教育來培養出幼兒更多元的面向，不僅僅只是音樂律動，手眼協調等精細動作，更盼望能從中學習到聽覺的能力，進而發展出語言、創造以及思想等多方的能力。因此，對於 0-3 歲的幼兒們來說，聆聽豐富多樣的聲音和音樂，並勇於嘗試發出各式聲音作為互動，是助於日後語言發展的重要基礎。

（三）情緒發展

當嬰幼兒接收到音樂時，音樂便會刺激嬰幼兒的大腦進行各樣運作，並協助幼兒調節他們的情緒。蘇利文（Sullivan）於 1953 年便提出「人際理論」，認為焦慮是人類的主要動力來源，焦慮之因可能源自父母、他人或自己的拒絕、否定，而年齡較長的孩子們，會用避免或減低焦慮來維持自我的價值，也容易形成冷漠的性格，進而不再表達情緒或者認為表達情緒是不好的。正向情緒如興趣、滿足、愉快與愛，都是有互補的作用可以讓幼兒擴大思考的領域，在處理困難及威脅時會產生預備性的功能（Fredrickson, B. L., 2001）。

正向情緒在孩子的日常生活中有很重要的影響，不但可提升幼兒在心理層面上的幸福感，亦可以在負向情緒出現時，學習因應及面對的勇氣（常雅珍，2005）。世姪媽（2014）研究中提到，音樂是嬰幼兒抒發情感的有利途徑，嬰幼兒的情緒時常被寧靜的音樂所安撫。鄭伊恬（2008）在其研究中證明音樂活動對幼兒情緒具有調節發展之影響力，結果發現音樂活動課程能讓幼兒感受自我及他人情緒。

此外，美國的研究也顯示，音樂訓練除了能加速負責注意力、焦慮管理與情緒控制的皮質組織生長，進而有效的控制自身的情緒外，更可提升美學素養，表

達情感（邱曉薇，2019）。音樂對於嬰幼兒來說，除了可以增進創造力、語言能力之外，更能學習如何透過音樂抒發自己的情緒並幫助發展身心各個面向（鍾正泓、鄭雅婷，2020）。透過聆聽柔和且不過於刺激的音樂，讓 0-3 歲嬰幼兒們能有更加穩定且平和的情緒，來面對未來的成長和各樣學習。

三、Gordon 預備音樂聽想理論（preparatory theory）

既然知道音樂對於 0-3 歲嬰幼兒有關鍵且重要的影響，想要幫助嬰幼兒們有更好發展的照顧者們可以怎麼做呢？Gordon（2003）已提過嬰兒在出生時的音樂性向是最高的，之後便會開始往下降。然而，幼兒越小開始接觸音樂，越有機會恢復成出生時的音樂水平。Gordon（2007）亦強調，如果在開始正式學習（formal guidance）之前沒有接受非正式指導（informal instruction），孩子的正式學習將會受到限制，在某些情況下，正式的成就（formal achievement）可能無法實現。Gordon「預備音樂聽想」（preparatory audiation）內含如下圖一：

| 類型 | 階段 |
|---|--|
| 一、接收同化型(Acculturation)：出生至 2-4 歲的幼兒，對外在環境有部分的自我意識。 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 吸收 (Absorption)：幼兒以聽覺來收集環境中各種音樂的聲音。 2. 隨意反應 (Random Response)：幼兒隨意動作與喃喃發聲，但與外在音樂環境無關。 3. 有意識地反應 (Purposeful Response)：幼兒試著應和音樂環境而有所動作或喃喃發音。 |
| 二、模仿型 (Imitation)：2-4 歲至 3-5 歲的幼兒，有意識參與，且專注於環境。 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 意識到自我 (Shedding Egocentricity)：此為第一個過渡期，幼兒意識到自己的律動、發音與外在的音樂不合。 2. 離開自我 (Breaking the Code)：幼兒能部分正確地模仿外在的音樂，尤其是音高型式 (tonal patterns) 和節奏型式 (rhythm patterns)。 |
| 三、融合推衍型(Assimilation)：3-5 歲至 4-6 歲的幼兒，有意識參與，且專注於自我。 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 內省 (Introspection)：此為第二個過渡期，幼兒發現自己的唱、唸、呼吸與律動之間缺乏協調。 2. 協調 (Coordination)：幼兒能將自己的唱、唸、呼吸與律動之間做相互的協調。 |

圖 1 Gordon 預備音樂聽想類型與階段

參考資料：Gordon,1997；莊惠君，2000。

「預備音樂聽想」是對還未脫離音樂喃喃發聲（music babble），尚非正式指導（informal instruction）階段的嬰幼兒而發展的。預備音樂聽想的每個類型階段，都是有次序的進行。而非正式指導（informal instruction）又分為「有建構的非正式指導」（structured informal instruction）和「無建構的非正式指導」（unstructured informal instruction）。世界各地的幼兒們自然而然地喃喃自語（babble），這是言語的前兆，也是興奮和感興趣的信號。成人們不論有無音樂

背景，都可以試試非正式指導（informal instruction）來幫助 0-3 歲嬰幼兒們建立日後不論是音樂或語言的基礎。

音樂喃喃自語（babble）階段分為兩個部分：音調（tonal）和節奏（rhythm）。在這兩個階段中，幼兒們會隨意發出聲音。在這個階段，幼兒們尚未意識到自己發出的聲響與成人或其他孩子有什麼不同。當孩子處於音調喃喃自語（tonal babble）階段時，他們傾向於偏愛某一個音高；處於節奏喃喃自語（rhythm babble）階段的幼兒們，通常會反覆進行同一種節奏模式，有時會搭配移動身體的一個或多個部位。成人們若察覺此現象，便可以撥放、哼唱或拍打不同的音調和節奏型，讓幼兒們有機會接觸、嘗試，並聆聽不熟悉的音調和節奏型。而這當中須注意，不該強迫幼兒們進行正式的學習，但絕對可以多給予幼兒們不同類型的音樂環境，讓他們盡情地依據自己的速度成長，並應該給予鼓勵與允許，去發現及吸收他們能力範圍內的事情。

Gordon（2003）也提醒以下三點：

1. 「預備音樂聽想」三種類型和七個階段是會互相重疊的。
2. 列在「預備音樂聽想」下的生理年齡只是大約的年齡，並且它會跟著每位幼兒的音樂性向、音樂經驗、個性人格與生理肢體的狀況而有所不同。
3. 幼兒們由一個階段進到下一階段時，他們的外在表現有時並不會有特別明顯的徵兆。

四、結語與建議

（一）結語

「不要輸在起跑點」常是許多家長對於幼兒教育的口號，但首先要瞭解幼兒發展的感官知覺中，就屬聽覺最早發展，在出生後約五個月對於聲音的反應即與成人相似（林朱彥，2009）。雖出生後聽覺系統已發展完全，但大腦聽覺中樞則是不斷受外界聲音刺激才得以發育完全，0-3 歲嬰幼兒們，聽覺經驗會影響其認知發展（蕭素惠，2016），當嬰幼兒開始牙牙學語時，表示他們開始透過聽覺同時發展音樂和語言。音樂對人類來說是獨特的，是人類存在與發展的基礎。有著幼年時期所奠定的音樂潛能，孩子們能持續地在其一生中發展他們對美好聲音的想像力（莊惠君，2012）。幼兒教育專家蒙特梭利（Montessori）認為，學齡前期是人生學習的重要階段，並曾說：「音樂教育不僅是音樂教育，更是人的教育。」

（二）建議

因此筆者針對上述研究提出以下建議：

1. 給予嬰幼兒豐富的音樂內容

家長、老師們或幼兒主要照顧者們一定要記得，幼兒們在接受有建構以及無建構的非正式音樂引導時，雖然他們的音樂成果表現是無法立即呈現出來，但幼兒們的確在潛移默化中，吸收著各種音樂元素和內容。因此若成人們能讓幼兒成長環境中充斥著各式音樂類型與內容，便是對於幼兒們的大腦和感官有良好的刺激與建立音樂養分。企盼家長與教師們能不低估與限制幼兒的音樂感受力，這些孩子就能在幼年時期，接受各種類型的音樂，並且在其一生中持續對音樂有正面的態度。當這些孩子長大成人以後，他們就會成為具有音樂理解、鑑賞與創造力的聽眾（莊惠君，2012）。

2. 不強迫嬰幼兒學習，而是讓他們盡情探索周遭聲音

對於嬰幼兒們來說，這個世界是有趣且充滿無限可能的。不論聲音或音樂的類型如何，嬰幼兒們都會感到新奇和值得探索學習，因此成人們不妨放手讓嬰幼兒們去探索和嘗試周遭環境可能發出的聲音。成人們也可以改變自己的聲音和嬰幼兒們溝通和玩樂，例如同一句話可嘗試變化不同的方式和幼兒們互動，歌唱或唱唸的方式亦可，讓嬰幼兒們發現聲音的多變性，進而產生興趣與之互動和回應。音樂經驗的接觸不嫌早，聽覺與其他感官知覺有著密不可分的關係，因此嬰幼兒的聽覺經驗是重要的，若能從環境中開始接觸和探索，相信對於他們未來的各項發展定是有助益的（胡宸瑋，2019）。

參考文獻

- 世姪嫻（2014）。一位幼兒音樂教育專家之音樂育療教學信念與實踐（未出版之碩士論文）。國立臺北市立大學音樂學系研究所，臺北。
- 林至勤（2017）。創造性戲劇融入幼兒園美感教育—以一個音樂教學方案為例（未出版之碩士論文）。國立臺南大學戲劇創作與應用學系研究所，臺南。
- 周姍姍（2023）。影響兩歲前嬰幼兒認知成長趨勢的早期家庭環境因素：以潛在成長模式初探。人類發展與家庭學報，24 2023.12，65-90。
- 邱暉婷（2018）。三歲前定終身：臺灣三歲前幼兒的關鍵教育。臺灣教育評

論月刊，7(3)，83-85。

- 邱曉薇（2019）。臺北市公立幼兒園幼兒家庭音樂環境之現況調查研究（未出版之碩士論文）。國立高雄師範大學音樂學系研究所，高雄。
- 胡宸瑋（2020）。Gordon音樂學習理論應用於幼兒音樂活動之個案研究（未出版之博士論文）。國立臺灣師範大學音樂教育研究所，臺北。
- 莊惠君（2012）。人小志氣高一幼兒音樂潛能發展的關鍵期。美育，186，21-29。
- 常雅珍（2005）。國小情意教育課程-正向心理學取向。臺北市：心理。
- 陳怡年（2014）。親子同樂 玩出金頭腦。彰基院訊，31(4)，18-19。
- 鍾正泓、鄭雅婷（2020）。淺談音樂對幼兒的重要性。臺灣教育評論月刊，9(7)，160-163。
- 許月貴、鄭欣欣、黃滄瑩譯（2000）幼兒音樂與肢體動作：理論與實務（原作者：Pae pica）。臺北市：心理。（原著出版年：1996年）
- 鄭伊恬(2008)。音樂活動對幼兒情緒調節發展之實徵性研究（未出版之碩士論文）。朝陽科技大學幼兒保育系研究所，臺中。
- 蕭素惠（2016）。嬰幼兒的聽覺發展。義大醫院兒童醫學部兒童發展評估中心衛教園地。
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive Psychology. *American Psychologist*, 56, 218-225.
- Garner, A. M. (2009). Singing and Moving: Teaching Strategies for Audiation in Children. *Music Educators Journal*, 95(4), 46-50.
- Gordon, E. E. (2003). A music learning theory for newborn and young children. Chicago: GIA.
- Gordon, E. E. (2007). "Early Childhood Music Abuse: Misdeeds and Neglect." *Visions of Research in Music Education* 17.