

研究報告目錄

一、調查研究：

- (1) 主要參與者之工作職掌。
- (2) 使用 MIDI 所定義之客觀的音樂 6 元素。
- (3) 以心率變異感應器 HRV (Heart Rate Variability)，可客觀的量測出自律神經系統的各種身心狀態。
- (4) 在主觀的問卷調查方面。

二、實施進度：

- (1) 本計畫 3 月至 6 月期程中。
- (2) 本計畫 7 月至 10 月期程中。
- (3) 本計畫 11 月至 12 月期程中。
- (4) 調查與測試結果。

三、測試結果：

1. 客雅健康智慧音樂會當天：

- (1) 第一位受測者誠品表演廳 Pre-Test 前測 (現場沒有聽音樂) 的結果。
- (2) 第一位受測者誠品表演廳 Post-Test 後測 (現場聽茉莉調放鬆版音樂後) 的結果。
- (3) 第二位受測者誠品表演廳 Pre-Test 前測 (現場沒聽音樂) 的結果。
- (4) 第二位受測者誠品表演廳 Post-Test 後測 (現場聽茉莉調放鬆版後) 的結果。

2. 本計畫「客雅智慧健康音樂會」誠品表演廳，由自律神經專家王復蘇醫師親自於現場講解聆聽音樂前、後之自律神經系統 HRV 心率變異數據之變化。

3. 客雅健康智慧音樂會研究調查測試時，由於 Post Test 後測之時間和音樂會演出樂曲後，會有一小部分和下一首音樂演出的時間重疊。

- (1) 第一位受測者開南大學健康學院樂活館 Pre-Test 前測 (現場沒有聽音樂) 的結果。
- (2) 第一位受測者開南大學健康學院樂活館 Post-Test 後測 (現場聽茉莉調振奮版音樂後) 的結果。
- (3) 第一位受測者開南大學健康學院樂活館 Post-Test 後測 (現場聽茉莉調放鬆版音樂後) 的結果。
- (4) 第一位受測者開南大學健康學院樂活館 Post-Test 後測 (現場聽風情月思音樂後) 的結果。

- (5) 第一位受測者開南大學健康學院樂活館 Post-Test 後測 (現場聽都馬調音樂後) 的結果。
- (6) 第二位受測者開南大學健康學院樂活館 Pre-Test 前測 (現場沒有聽音樂) 的結果。
- (7) 第二位受測者開南大學健康學院樂活館 Post-Test 後測 (現場聽茉莉調振奮版音樂後) 的結果。
- (8) 第二位受測者開南大學健康學院樂活館 Post-Test 後測 (現場聽茉莉調放鬆版音樂後) 的結果。
- (9) 第二位受測者開南大學健康學院樂活館 Post-Test 後測 (現場聽風情月思音樂後) 的結果。
- (10) 第二位受測者開南大學健康學院樂活館 Post-Test 後測 (現場聽都馬調音樂後) 的結果。

四、調查研究結論：

- (1) 本計畫客雅智慧健康音樂會採用電腦音樂 MIDI 標準通信協定規範。
- (2) 本次「客雅智慧健康音樂會」現場在第二位受測者的測試過程中，均受到音樂會樂曲之間時間不足，造成後測 Post-Test 均會受到下一首音樂演奏前段的影響。
- (3) 整體而言，本計畫客雅智慧健康音樂會主觀的問卷調查方面，設計正規畫 Normalized from 0 to 100 的音樂會聽者主觀感受自律神經系統的問卷調查表格。
- (4) 音樂喜好度與音樂刺激度調查問卷。
- (6) 以下為本次「客雅智慧健康音樂會」，透過客觀的 HRV 心率變異儀器，可量測出音樂喜好度提升 SDNN，以及音樂刺激度，可提升 LF/HF 數值。

五、計畫主持人相關著作。