



روایات

موسیقی درمانی در طب تسکینی

سلام ریاضی

موسیقی- و صدا درمانگر

بهار ۱۴۰۳



۵ - تحرک با ریتم آکوستیک



۴ - ارتعاش



۳ - انتخاب ساز



۲ - ویزیت



۱ - کنسرت دلخواه



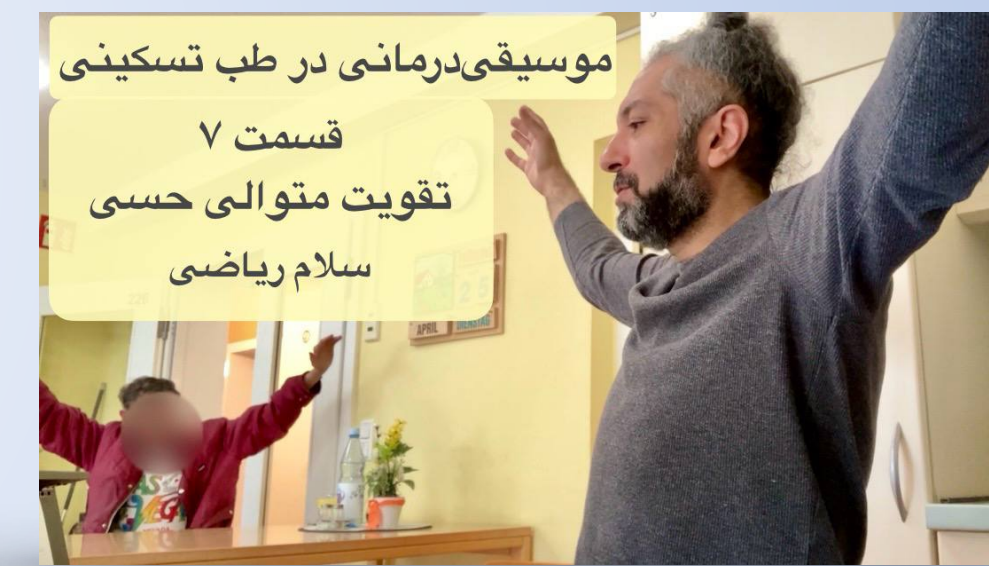
۱۰ - خوندن حال می‌ده



۹ - برگزاری مراسم



۸ - ارتباط با ساز



۷ - تقویت متوالی حسی



۶ - اجرای درمان‌جو

رست



۱۱ - نمایانگی

فه

قسمت ۱ - کنسرت دلخواه

از جمله الزامات مهم در موسیقی درمانی، آگاهی یافتن از بیوگرافی درمان‌جو است.

در بخش طب تسکینی، بیمار سالمندی داشتم که اصالتاً عرب بود. او به من گفت که موسیقی زنده عربی دوست دارد و خواننده‌های مورد علاقه‌ش را نام برد. به‌عنوان موسیقی درمانگر و کادر رسمی درمان در بیمارستان، این اجازه را یافتم تا با خانواده و آشنایان نزدیک او هماهنگی کنم تا در همان اتاقی که تحت مداوا قرار داشت، موسیقی دلخواهش را اجرا کنیم. خودش هم سازی در دست گرفت و شروع به خواندن کرد.

هدف از مداخله «کنسرت دلخواه» در موسیقی درمانی این‌ست که بیمار، علی‌رغم شرایط سخت بیماری و درد، بتواند حسی مثبت را با موسیقی تجربه کند، به آرامش برسد و کیفیت زندگی خود را بهبود بخشد.



مشاهده ویدیو ★

قسمت ۲ - ویزیت



مشاهده ویدیو ★

در صورتی که درمان جو توانایی مکالمه داشته باشد، گفت و شنود در جلسات موسیقی درمانی، بسیار راه گشاست.

مواردی که در یک جلسه ویزیت موسیقی درمانی اهمیت دارند:
سلام و احوالپرسی
تشریح موسیقی درمانی
تشخیص نیاز درمان جو
ارزیابی علاقه و همکاری درمان جو
تعیین هدف و اعلام روند درمان

در بخش آی سی یو بیمارستانی که به عنوان موسیقی درمانگر و کادر رسمی درمان مشغول به کار هستم، درمان جوی ۶۵ ساله ای داشتم که در جلسه ویزیت گفت: موزیسین آکادمیک است و اصالتاً تهرانی؛ سالیان متمادی نوازنده ترمپت و گیتار در کنسرت های بسیاری از خوانندگان مشهور ایرانی داخل و خارج از کشور بوده و با پروژه های بین المللی موسیقی نیز هم نوازی داشته. او قطعه گوش آشنای «برای...» را برای ارکستر تنظیم کرده و قسمت آوازی قطعه را خود او با ساز فلووگل هرن نواخته است.

قسمت ۳ - انتخاب ساز

یکی از مزیت‌های موسیقی درمانی، انتخاب ساز توسط درمان‌جو است.

به‌عنوان موسیقی‌درمانگر و کادر رسمی درمان، همواره در جلسات درمانی گروهی این امکان را فراهم می‌آورم تا درمان‌جو، متناسب با توانایی و سلیقه خود، از سازهای موجود یک یا چند ساز را برای هم‌نوازی بداهه انتخاب کند. بدیهی است که درمان‌جو در روند درمان اجازه دارد سازش را تغییر دهد و ساز دیگری را انتخاب کند. وظیفه موسیقی‌درمانگر تحسین و تأیید انتخاب درمان‌جو است.

هدف:

احساس مسئولیت شخصی
ایجاد انگیزه به‌واسطه انتخاب
خودترغیبی و تشویق به هم‌کاری

روش:

موسیقی‌درمانی فعال با انتخاب ساز

تأثیر:

تعامل در موقعیت رقابت
آشنایی و ارتباط با یکدیگر
ابراز لذت و شادی از مشارکت



موسیقی درمانی
در
طب تسکینی
قسمت ۳
انتخاب ساز
سلام ریاضی

مشاهده ویدیو ★

قسمت ۴ - ارتعاش



با توجه به این که به عنوان موسیقی درمانگر و کادر رسمی درمان بیمارستان مشغول به کار هستم، درمان جویی داشتم که شنوایی خود را در سی سال اخیر کاملاً از دست داده بود. او اما توانایی مکالمه داشت و لبخوانی نیز می کرد. خانم م.ر. به من گفت که سالهاست در بستر است و در اثر بیماری سرطان دچار ضعف حرکتی است. از آنجایی که موسیقی درمانی امکانات متنوعی در اختیار می گذارد، تصمیم بر آن شد که کاسه صدا برای روند درمان به کار گرفته شود. اولین واکنش او در اولین جلسه درمان این بود که گفت این تنها صدایی است که هنوز می شنوم. [برداشتم این است که صدای کاسه صدا را مستقیماً با تمام اعضای بدن خود می شنید]. پس آن با تکرار کلمه «یا» (در آلمانی به معنی بله)، رضایت خود را از دریافت و آرامش ارتعاش ابراز می کرد. او قبل از مرخص شدن از بیمارستان، بر لبه تخت می نشست و غذا می خورد.

تأثیر:

تسهیل نفس تنگی، تسکین درد و آرامش بخشی

روش:

موسیقی درمانی پذیرا

مداخله:

ارتعاش با کاسه صدا

مشاهده ویدیو ★

قسمت ۵ - تحرک با ریتم آکوستیک

در بیمارستانی که به‌عنوان موسیقی‌درمان‌گر و کادر رسمی درمان مشغول به کار هستم، درمان‌جویی در بخش طب تسکینی داشتم که درد، توازن بدنی او را به‌هم ریخته بود. او نیاز به تقویت داشت. در بخش ویزیت، علاقه‌مندی خود را به سازهای کوبه‌ای نشان داده بود. ساز اشلیتس‌تُرْمِل (در آلمانی به معنی کوبه‌شکافی) را به او پیشنهاد دادم. به‌نظرش جالب آمد. با لبخند پذیرفت و شروع به نواختن کرد. خودم هم ساز دایره را برداشتم و با او نواختم. بعد از نخستین هم‌نوازی به من گفتم: دوا و موسیقی! عجب ترکیب فوق‌العاده‌ای!

تأثیر:

بسط نیرو و پشتکار
بهبود مهارت‌های حرکتی ارادی بالاتنه
تعادل در وضعیت بدن و اندام‌ها

روش:

موسیقی‌درمانی فعال

مداخله:

اجرای ساز ریتمیک با دو دست



مشاهده ویدیو ★

قسمت ۶ - اجرای درمان جو



موسیقی درمانی در طب تسکینی
قسمت ۶ - اجرای درمان جو
سلام ریاضی

در بخش طب تسکینی، درمان جوی ۹۵ ساله‌ای داشتم که به دلیل مشکل تنفسی بستری شده بود. او به ساز سازدهنی علاقه زیادی داشت و یادگیری آن را در سن ۹۰ سالگی شروع کرده بود. سازدهنی را برایش فراهم کردیم. خانم ب.ک. فعالانه در جلسات موسیقی درمانی شرکت می‌کرد و بسیار خوشحال بود که در کادر رسمی بیمارستان، موسیقی درمان‌گر وجود دارد. او در آخرین جلسه از من خواست یک قطعه سولو را اجرا کند. طبعاً با کمال میل پذیرفتم و اجرایش را با اجازه خودش ضبط کردم و فیلم گرفتم.

تأثیر:

خودباوری
بیداری خاطرات
انتقال شادی

روش:

موسیقی درمانی فعال

مداخله:

اجرای ساز مورد علاقه

مشاهده ویدیو ★

قسمت ۷ - تقویت متوالی حسی

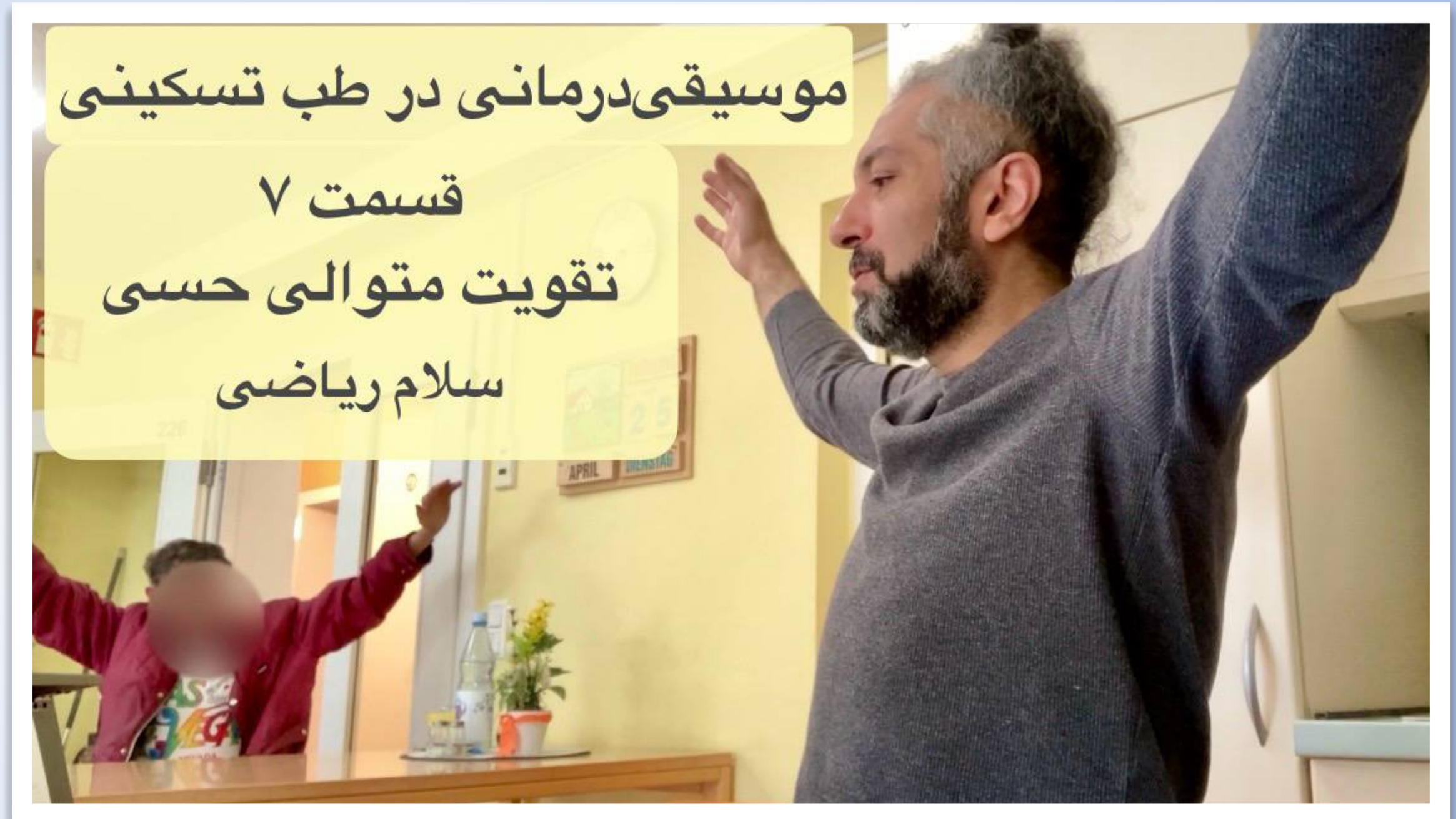
به عنوان موسیقی درمانگر جلسات موسیقی درمانی گروهی را با تنفس و اجرای ساز پیانو، به همراه انجام هم زمان حرکات منظم بدنی درمان جویان آغاز می کنم: حرکت باز شدن آرام دست ها از قفسه سینه به مثال طلوع خورشید و بسته شدن آرام دست ها به سمت قفسه سینه به مثال غروب خورشید. سپس هر پا یکی پس از دیگری؛ یک قدم به جلو، یک قدم به عقب. اول پای راست، دوم پای چپ. در ادامه، با انتخاب سازهای مختلف؛ بداهه می نوازیم و باهم آواز می خوانیم.

هدف:

بهبود مهارت های حرکتی ریز و درشت
تقویت هماهنگی بین نیم کره های مغز
کاهش کنش پریشی و افزایش هم کنشی

مداخله:

تقویت متوالی حسی



مشاهده ویدیو ★

قسمت ۸ - ارتباط با ساز



یکی از پیشامدهای موسیقی درمانی مواجهه با اغلب درمان جویانی است که تا به حال ساز نزده اند. کار من به عنوان موسیقی درمانگر معرفی سازهای درمانی موجود و فراهم کردن امکانی است که درمان جو در صورت علاقه و نیاز، به نواختن بپردازد.

در بخش طب تسکینی بیمارستان، درمان جویانی دارم که کنجکاو می شوند ساز در دستم چیست؟ از آنها می خواهم ساز همراهم را آرام لمس کنند، صدای آن را بشنوند و بداهه بنوازند. آنها انگشتان خود را روی سیم های ساز از بالا به پایین و برعکس یا به جهت های مختلف می کشند و احساس خود را هم زمان ابراز می کنند. از آنها می پرسم که آیا تمایل دارند ساز را در مدت زمان بستری، در اتاق خود داشته باشد؟ برخی با اشتیاق می پذیرند. من هم طبق تکلیف موسیقی درمانی در طب تسکینی، ساز را با هماهنگی کادر درمان، نزد درمان جو به مدت سه هفته قرار می دهم.

روش:

موسیقی درمانی فعال

هدف:

درک ارتباط، کشف منابع خلاقانه و ارتقای کیفیت زندگی

تأثیر:

خودباوری، خودانگیزی و خودمختاری

مشاهده ویدیو ★

قسمت ۹ - برگزاری مراسم

تأمین کیفیت زندگی، احیای کرامت انسانی و امیدبخشی از اهداف موسیقی‌درمانی در طب تسکینی هستند.

در بخش طب تسکینی بیمارستانی که به‌عنوان موسیقی‌درمان‌گر و کادر رسمی درمان مشغول به کار هستم، درمان‌جوی ۷۴ ساله‌ای داشتم که مبتلا به بیماری انسدادی مزمن ریه بود. او فعالانه در جلسات موسیقی‌درمانی شرکت می‌کرد و به سازهای پوستی کوبه‌ای علاقه داشت. پس از ده روز مراقبت و درمان، به ما اعلام کرد که به‌زودی قصد ازدواج با مرد دلخواهش را دارد. پرسیدیم: در بیمارستان؟ گفت: بله! همه سورپرایز شده بودیم. با او قرار گذاشتم که در مراسم پیوندشان سازهای کوبه‌ای اجرا کنیم. بسیار استقبال کرد. وسایل مورد نیاز عروسی توسط تیم تدارکات تهیه شد و مراسم را روز تعیین‌شده در باغچه بیمارستان به اتفاق پزشکان، پرستاران، اعضای بخش، خانواده و آشنایان برگزار کردیم. عاقد عقد را به‌جا آورد و پس از آن سازهای کوبه‌ای نواختیم، آوازهای شاد خواندیم و تبریک جشن‌شان را هم صدا شدیم.

تأثیر:

تقویت جسم و روان، بهبود خلق‌وخو و کاهش اضطراب

روش:

موسیقی‌درمانی فعال

مداخله:

اجرای سازهای ریتمیک



مشاهده ویدیو ★

قسمت ۱۰ - خواندن حال می‌ده



موسیقی‌درمانی در طب تسکینی

قسمت ۱۰ - خواندن حال می‌ده
سلام ریاضی

مشاهده ویدیو ★

از دیرباز تا فردا، خواندن آواز به شکل فردی و جمعی در زندگی بشری جاری‌ست و درباره تأثیرات مثبت آن که از نظر روحی باعث ترشح هورمون خوشبختی و از نظر جسمی، باعث تقویت دستگاه عصبی خودمختار می‌شود؛ مقالات علمی متنوعی وجود دارد. به‌عنوان موسیقی‌درمانگر همواره از آوازخوانی به‌مثابه مداخله‌ای ویژه در جلسات درمانی بهره می‌جویم.

آواز؛ امکان ابراز احساسات، عواطف و اندیشه را برای اثبات حضور و وجود انسان فراهم می‌سازد، چراکه حال و گذشته او را بازمی‌خواند و بازمی‌سراید.

روشن است که آوازهای جمعی در جشن‌ها، آیین‌ها، مراسم‌های مذهبی و غیرمذهبی نقش پررنگی ایفا می‌کنند و همچنین برای بیان اعتراض به آنچه مورد قبول نیست، بسیار تأثیرگذارند.

ترانه‌های متعددی به زبان آلمانی نوشته شده که در وصف و مزیت آواز و آوازخوانی هستند. چندی پیش با ترانه‌ای از Uli Führe آشنا شدم با‌عنوان Singen macht Spaß که به فرم کائن خوانده می‌شود. این ترانه به‌قدری ساده و صمیمی درباره آواز می‌گوید که در لحظه؛ آن‌را به فارسی برگرداندم: خواندن حال می‌ده

خواندن سرحال می‌کنه، خواندن حال می‌ده / آره! خواندن سرخوشی می‌آره و، خواندن جرأت می‌ده
خواندن شادی می‌آره، خواندن دل می‌بره / تک‌تک آواها بغل می‌کنن ما رو
صدای تک‌تک ما می‌شه هم‌آوا؛ / با هم‌سرایان بزرگ، در طنین با دنیا

پیش خودم فکر می‌کنم آیا طی پنجاه‌شصت سال گذشته، ترانه‌ای به زبان فارسی نوشته شده که از فواید و مزایای آواز بگوید؟

قسمت ۱۱ - نمایانگی

- * بیان صدا و بداهه در موسیقی درمانی
- * سازهای موسیقی درمانی در طب تسکینی
- * تأثیر موسیقی درمانی در طب تسکینی
- * وظایف موسیقی درمانگر در طب تسکینی
- * نتیجه موسیقی درمانی در طب تسکینی
- * اینترنت و موسیقی درمانی در طب تسکینی



- * عملکرد موسیقی
- * موسیقی درمانی و موسیقی درمانگر
- * مراکز موسیقی درمانی
- * کاربرد موسیقی درمانی در طب تسکینی
- * هدف موسیقی درمانی در طب تسکینی
- * روش‌های موسیقی درمانی در طب تسکینی

مشاهده ویدیو ★



مشاهده ویدیو



مشاهده ویدیو



مشاهده ویدیو



مشاهده ویدیو



مشاهده ویدیو



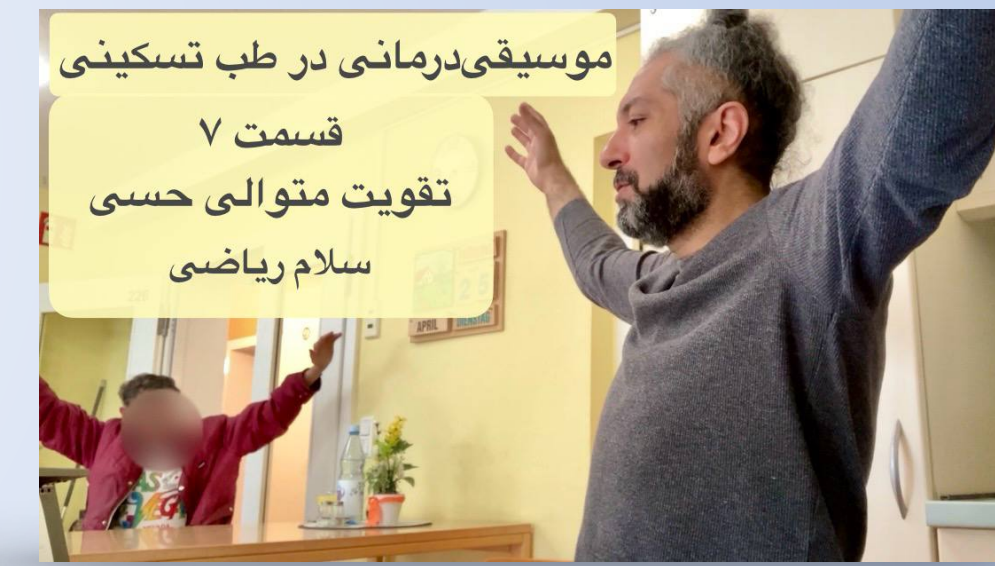
مشاهده ویدیو



مشاهده ویدیو



مشاهده ویدیو



مشاهده ویدیو



مشاهده ویدیو



مشاهده ویدیو