
راهبردهای موسیقی درمانی برای کودکان

www.ketab.ir

مؤلف:

زینب غدیری بیدهندی

سرشناسه	: غدیری بیدهندی، زینب، ۱۳۶۱-
عنوان و نام پدیدآور	: راهبردهای موسیقی درمانی برای کودکان / مولف زینب غدیری بیدهندی.
مشخصات نشر	: تهران: ندای کارآفرین، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری	: ۱۴۳ ص.
شابک	: 978-600-482-591-7
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
یادداشت	: کتابنامه: ص. [۱۲۷] - ۱۴۳.
موضوع	: موسیقی درمانی کودکان
موضوع	: Music therapy for children
موضوع	: موسیقی درمانی
موضوع	: Music therapy
رده بندی کنگره	: ۳۹۲. ML
رده بندی دیویی	: ۹۲۸۹۱۶۵۴/۶۱۸
شماره کتابشناسی ملی	: ۶۲۴۳۶۴۸



تهران، خیابان انقلاب، خیابان فخررازی، نبش کوچه انوری، پلاک ۲۹
تلفن: ۶۶۴۰۲۷۲۲

www.NedayeKarafarin.ir

راهبردهای موسیقی درمانی برای کودکان

زینب غدیری بیدهندی

صفحه آرا: اکرم ملک نژاد - طراح جلد: رضا کاوه

نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۹ - شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

شابک: ۷-۵۹۱-۴۸۲-۶۰۰-۹۷۸- قیمت: ۲۸۰۰۰ تومان

حق چاپ محفوظ است.

فهرست مطالب

۹	پیشگفتار.....
۱۱	فصل اول: موسیقی درمانی چیست؟.....
۱۱	مؤلفه‌های موسیقی.....
۱۳	ملودی.....
۱۴	ریتم.....
۱۵	هارمونی.....
۱۶	پویایی.....
۱۷	شکل.....
۱۸	فواید موسیقی.....
۲۱	علوم اعصاب و موسیقی.....
۲۴	موسیقی به عنوان مداخله درمانی.....
۲۴	موسیقی درمانی چیست؟.....
۲۶	پیشینه موسیقی درمانی در تاریخ ایران.....
۲۷	موسیقی درمانی از منظر این میهن.....
۲۸	روشهای موسیقی درمانی.....
۲۹	موسیقی درمانی در روانشناسی.....
۲۹	جلسات موسیقی درمانی به چه شکل برگزار می‌شود؟.....
۳۰	کاربردهای موسیقی درمانی چیست؟.....
۳۱	برای درمان با این روش توجه به چه احتیاطهایی لازم است؟.....
۳۱	فواید موسیقی درمانی.....
۳۲	مهم‌ترین فواید موسیقی از نظر علمی شامل ۱۰ مورد زیر است:.....
۳۲	۱. موسیقی می‌تواند عملکرد شناختی ذهن را بهبود دهد.....
۳۲	۲. موسیقی می‌تواند باعث کاهش استرس شود.....
۳۳	۳. موسیقی می‌تواند به کمتر خوردن کمک کند.....
۳۳	۴- موسیقی ممکن است حافظه شما را تقویت کند.....
۳۴	۵. موسیقی می‌تواند به تحمل درد کمک کند.....
۳۴	۶. موسیقی می‌تواند کمک کند بهتر بخوابید.....
۳۵	۷. موسیقی می‌تواند انگیزه را بالا ببرد.....
۳۵	۸. موسیقی می‌تواند روحیه را بهتر کند.....

۳۶..... ۹. موسیقی ممکن است علائم افسردگی را از بین ببرد

۳۶..... ۱۰. موسیقی می‌تواند استقامت و عملکرد را تقویت کند

۳۷..... فصل دوم: موسیقی به عنوان مداخله درمانی کودکان

۳۸..... موسیقی و کودکان

۳۹..... موسیقی درمانی: کاربردهای درمانی موسیقی

۴۳..... تجربه زمان در موسیقی

۴۶..... استفاده از موسیقی در اصول بالینی

۴۷..... ایجاد حس اعتماد در استفاده از موسیقی

۴۸..... شناسایی اولویتهای فردی

۴۹..... اهداف موسیقی درمانی

۵۳..... فصل سوم: نحوه اجرای موسیقی درمانی

۵۳..... تنظیم یک مرکز درمانی با امکانات موسیقی

۵۵..... گوش دادن به موسیقی و ترانه‌های ابزار

۵۶..... آواز خواندن

۵۷..... کار با متن ترانه‌ها

۶۰..... استفاده از ابزار موسیقی

۶۱..... ابتکار در درمان با موسیقی

۶۴..... ساختار سازی موسیقی در درمان

۶۶..... کار با تخیلات و موضوعات موسیقی

۶۸..... موسیقی در کارگروهی

۷۱..... فصل چهارم: تغییر رویکردهای درمانی با موسیقی

۷۲..... استفاده از موسیقی با رویکردهای مختلف درمانی

۷۳..... موسیقی و بازی

۷۵..... موسیقی و حرکت/رقص

۷۶..... مهارت‌های درمانی

۷۷..... گوش دادن و زیستن در زمان حال

۷۸..... ملاحظات درمانی: سوگیریها را کنار گذاشتن

۷۹..... چگونه در مورد موسیقی صحبت کنیم

۸۰	 موسیقی به عنوان تأییدی برای کودک
۸۱	 موسیقی و تنظیم حرکات
۸۴	 استفاده از موسیقی برای پرداختن به مقاومت و پایداری در درمان
۸۷	 فصل پنجم: تأثیر موسیقی بر رشد کودکان
۸۸	 رشد عادی
۸۹	 مشارکت در موسیقی
۹۲	 الگوهای رشد موسیقی در کودکان خردسال
۹۹	 موسیقی و نوجوانی
۱۰۰	 موسیقی و هیجانات
۱۰۲	 ملاحظات درمانی
۱۰۲	 کار با کودکان با مشکلات توجه
۱۰۳	 کار کردن با والدین و پرستار کودک
۱۰۴	 کار کردن با گروه‌ها و روابط با همسالان
۱۰۷	 فصل ششم: درمان ضربه عاطفی و افزایش تاب آوری کودکان
۱۰۸	 پردازش ضربه روحی از طریق موسیقی
۱۰۹	 پرداختن به پاسخ فیزیولوژیکی به ضربه عاطفی
۱۱۱	 ایجاد امنیت و اعتماد
۱۱۲	 پرورش نقاط قوت و کنترل و تاب آوری
۱۱۳	 تسهیل تنظیم هیجان
۱۱۳	 پرداختن به جنبه‌های تجزیه ضربه عاطفی
۱۱۴	 غم و سوگواری
۱۱۵	 فصل هفتم: درمان اختلالات رفتاری کودکان
۱۱۶	 موسیقی به عنوان مداخله حمایتی
۱۱۷	 تسهیل زبان
۱۱۸	 حمایت از ارتباطات سازمان یافته و تعاملات
۱۱۸	 تشویق رفتارهای فرا اجتماعی
۱۲۰	 تنظیم سطح بالای هیجان
۱۲۰	 شناسایی هیجانات

پیشگفتار

موسیقی زبانی بین المللی است و روی تمامی ابعاد وجود انسان تأثیر می‌گذارد. ابزاری برای ارتباط با دیگران است. دارویی شفابخش و در عین حال دلپذیر است. علوم مدرن و دانش پزشکی دوباره به قدرت شفابخشی موسیقی پی برده‌اند.

موسیقی درمانی به معنای به کارگیری موسیقی در حرفه درمانی به منظور رفع نیازهای اشخاص در زمینه‌های سلامتی فیزیکی و ذهنی، شادابی و همچنین کاربرد آن در آموزش تخصصی است و سیر تکاملی خود را طی می‌کند. این شیوه در دنیای غرب به عنوان یک روش درمانی تأیید شده و حتی کاربرد آن در معالجات پزشکی سنتی نیز دیده می‌شود.

می‌گویند موسیقی روی غده هیپوفیز تأثیر می‌گذارد که ترشحات آن سیستم عصبی و در نتیجه گردش خون را تحت تأثیر قرار می‌دهد. برای شفابخشی از طریق موسیقی لازم است سلول‌های بدن را با آن به ارتعاش در آوریم. به این ترتیب حالات هوشیاری تا حدود زیادی در افراد دستخوش تغییر می‌گردند. اگر موسیقی به شیوه‌ای صحیح به کار گرفته شود، افراد می‌توانند استراحت کرده و دوباره طراوت و انرژی خود را بدست آورند. حتی در طول زمان کار، موسیقی ملایم در بهبود جریان کار بسیار مؤثر است.

گوش فرا دادن به موسیقی در کنترل ابعاد منفی شخصیت خود مثل عصبانیت، اضطراب و تعصب به ما کمک می‌کند. همچنین درمان سر درد، شکم درد و فشار از این طریق دور از دسترس نیست. موسیقی درمانی را باید یکی از مؤثرترین شیوه‌ها در کنترل هیجانات، فشار خون و احیای قدرت کبد به حساب آورد.

موسیقی درمانی^۱ برای اشخاصی که دارای مشکلات و نیازهای روانی، عقلانی و ارتباطی هستند، مؤثر و سودمند است. نتایج تحقیقات و آزمایش‌های بالینی نشان

می‌دهد موسیقی درمانی حتی در مورد اشخاصی که با سایر روش‌های درمانی علاج نمی‌شوند، خوب جواب می‌دهد. موسیقی نوعی برانگیختگی حسی است که به خاطر آشنا و قابل پیش‌بینی بودن و احساسات امنیتی که به ارمغان می‌آورد، باعث تحریک واکنش و پاسخ شخص به آن می‌شود.

با توجه به اثراتی که موسیقی درمانی دارد کتاب حاضر به دنبال تبیین مفاهیم و مقوله‌های آن است و در نظر دارد راهبردهای مناسبی جهت درمان اختلال‌های دوران کودکی ارائه دهد. این کتاب برای درمانگران حوزه کودک و نوجوان بسیار مناسب و کاربردی است.

زینب غدیری بیدهندی

تابستان ۱۳۹۹

www.ketab.ir