

آرامش خیال

موسیقی رومانی و آرامش

گردآوری و تالیف:

مجید عزیزی

سرشناسه	عزیزی، محمد، ۱۳۵۱ -
عنوان و نام پدیدآور	آرامش خیال: موسیقی درمانی و آرامش / گردآوری و باالف محمد عزیزی.
مشخصات نشر	تهران: اندیشه برتر؛ گروه فرهنگ پارسایه، ۱۳۹۰.
مشخصات ظاهری	۲۸ ص.: ۱۷×۱۲ سم.
سازک	۱۳۰۰۰ ریال: ۹-۴۶-۵۰۴۸-۵۰۰-۹۷۸
وضعیت فهرست‌بوسی	فبا
عنوان دیگر	موسیقی درمانی و آرامش.
موضوع	موسیقی درمانی
رده بندی ککیره	۱۳۹۰ ۷۲۴/ع۲۴۲/ML۲۹۲
رده بندی دویی	۶۱۵/۸۵۱۵۲
بسماره کتابخانه ملی	۲۲۰۰۸۶۹
تاریخ درج‌نامه	۱۳۹۰/۰۱/۲۲
کد بزرگ	2300143

آرامش خیال

موسیقی درمانی و آرامش

گردآوری و تألیف: مجید عزیزی

ویرایش و تنظیم: مجید عزیزی

ناشر: انتشارات اندیشه برتر (با همکاری گروه فرهنگ پارسایه)

چاپ اول ۱۳۹۱. شمارگان ۵۰۰/ جلد ۱۲۰۰ تومان (به همراه مجموعه سی دی ۸۵۰۰۰ تومان)

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۵۰۴۸-۲۶-۹



گروه فرهنگی پارسایه



انتشارات اندیشه برتر

(کد رهگیری: ۸۸۳۰ ۳۵۳۲ شماره ۸۸۳۰)

آرامش خیال

فهرست مطالب:

۷	روش های موسیقی درمانی
۱۱	کاربرد های موسیقی درمانی
۲۱	موسیقی از اضطراب می کاهد
۲۵	خواب بهتر با گوش دادن به موسیقی
۳۶	راههای مقابله با استرس
۴۰	با موسیقی به آرامش می رسید
۴۴	اثرات روانی موسیقی