

## zeneterápia



A zene és a gyógyítás közötti összefüggés évezredes múltra tekint vissza. A varázslók, mágusok, sámánok is zeneszerszámokkal dolgoznak. Az Ótestamentumból tudjuk, hogy Dávid király hárfá-zenével gyógyította ki Saul királyt a depresszióból. Különösen az ókori Görögországban virágzott fel a zeneterápia. Az sem a véletlen műve, hogy Apolló egyszerre volt a Nap, a gyógyítás és a zene istene. Az ókori görög orvosok zenével igyekeztek sírást és örömet kiváltó érzelmi reakciót, katarzist kelteni betegeikben, ami lelki és energetikai megtisztulást idézett elő bennük.

### A zene gyógyít

*"A zeneterápia a művészetterápia egyik ága, amely során nem maga a zene gyógyít, hanem a terápiás kapcsolat, amely a terapeuta és a páciens között létrejön" - mondta el kérdésünkre Szabó Anna pszichológus, zeneterapeuta. "Maga a terápia lehet aktív vagy passzív (receptív), aszerint, hogy a páciens improvizál-e valamilyen hangszeren vagy csak hallgatja a zenét. Mindkettő alkalmas a zene által kiváltott gondolatok és érzések megbeszélésére. Az aktív terápiához sincs szükség zenei előképzettségre, mivel egy dobon, triangulumon vagy xilofonon mindenki képes valamilyen szinten játszani. A zeneterápia sokszor akkor is segíteni tud, amikor a páciens nehezen nyílik meg, vagy nem tud a problémájáról beszélni, de segítséget vár, mivel a zene is egyfajta nyelv, amelyen keresztül megfogalmazhatók, továbbíthatók és feldolgozhatók a problémák."*

A zeneterápia a pszichiátriai betegek esetében is jól alkalmazható. A Georgetown Egyetem kutatói "fülon át szedhető gyógyszernek" nevezték a zenét, amely javítja a központi idegrendszeri betegségekben szenvedők memóriáját, kapcsolatteremtő- és szociális képességeit. (Forrás: [Origo](#) [2])

Hogyan gyógyít a ["fülon át szedhető gyógyszer"? \[3\]](#) ▶ [3]

### [Studying Music Therapy at Berklee](#) [4]

Students in the music therapy program learn to apply music's enormous power to improve the quality of life of individuals with special needs.

## What Is Music Therapy?

Music therapy is the functional and scientific application of music by a trained music therapist to enhance an individual's social, emotional, educational, and behavioral development. The music therapist is a credentialed, professional therapist and trained musician who generally functions as part of a treatment team in a medical, educational, or community-based program. He or she may also work as a private practitioner in a variety of clinical settings by developing contractual arrangements with therapy providers in diverse human service agencies and schools.

<http://pin.it/iVkJaNv> [5]

**Forrás webcím:** <https://www.zenci.hu/szocikk/zeneterapia>

### Hivatkozások:

[1] <https://www.zenci.hu/sites/www.zenci.hu/files/kep/09/zeneterapia.jpg>

[2] <http://www.lifenetwork.hu/print/lifenetwork/20091230-zene-a-fulon-keresztul-szedheto-gyogyszer.html>

[3] <http://www.lifenetwork.hu/print/lifenetwork/20091102-hogyan-gyogyit-a-fulon-at-szedheto-gyogys>

WorkPoint - [Weboldal fenntartás](#)

zer.html

[4] <https://www.berklee.edu/music-therapy/about>

[5] <http://pin.it/iVkJaNv>