

zeneterápia



A zene és a gyógyítás közötti összefüggés évezredek múlta 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>