

**ΜΟΥΣΙΚΗ ΣΤΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΠΑΙΔΙΩΝ**

Κουτελέκος Ιωάννης<sup>1</sup>, Πολυκανδριώτη Μαρία<sup>2</sup>

1.R.N, MSc, Νοσηλεύτης Εκπαίδευσης, Γ.Ν. Παιδων «Η Αγία Σοφία», Αθήνα.

2. R.N, MSc, Εργαστηριακός συνεργάτης Νοσηλευτικής Α', ΤΕΙ Αθήνας.

**ΠΕΡΙΛΗΨΗ**

Η μουσική έχει χρησιμοποιηθεί ως θεραπευτική αγωγή, ανά τους αιώνες, ενώ πλήθος μελετών έχει διερευνήσει τις ιδιότητές της, στον τομέα της πρόληψης και της θεραπείας διαφόρων νοσημάτων. Η μουσική, ως θεραπευτική μέθοδος έχει θετικά αποτελέσματα στην φροντίδα των παιδιών και βρίσκει καλή εφαρμογή σε μονάδες προώρων, σε μονάδες εντατικής θεραπείας, σε χειρουργικά και ογκολογικά τμήματα και σε παιδιά με αναπηρίες.

**Σκοπός** της παρούσης ανασκοπικής εργασίας ήταν να διερευνηθούν οι θεραπευτικές αξίες της μουσικής στην φροντίδα των παιδιών που νοσηλεύονται στο νοσοκομείο.

**Η μεθοδολογία** που ακολουθήθηκε περιλάμβανε αναζήτηση ανασκοπικών και ερευνητικών μελετών που εκπονήθηκαν σε διεθνές επίπεδο και αναφέρονταν στις θεραπευτικές επιδράσεις της μουσικής σε νοσηλευόμενα παιδιά.

**Αποτελέσματα:** Οι περισσότερες μελέτες εστιάζονται στη ευεργετικά αποτελέσματα της μουσικής στο παιδί. Τα αποτελέσματα της παρούσης μελέτης έδειξαν ότι, η μουσική χρησιμοποιείται ευρέως για την προαγωγή της ευημερίας και φαίνεται ότι ασκεί άμεσες θεραπευτικές επιδράσεις στο παιδί, που σχετίζονται κυρίως με την φυσιολογία και την ψυχολογία όπως αλλαγές στα ζωτικά σημεία, μείωση του άγχους και του πόνου, απόσπαση της προσοχής, καλύτερη επικοινωνία με το περιβάλλον, κ.ά. Επίσης, η μουσική ασκεί έμμεσες θεραπευτικές επιδράσεις στο παιδί καθότι, προκαλεί θετικές αλλαγές στην συμπεριφορά των επαγγελματιών υγείας και συντελεί στην καλύτερη απόδοση στην εργασία.

**Συμπεράσματα:** Η μουσική αποτελεί ένα θεραπευτικό εργαλείο χαμηλού κόστους που μπορούν να εφαρμόσουν οι επαγγελματίες υγείας στην φροντίδα του παιδιατρικού ασθενή και έχει βρεθεί ότι, είναι αποτελεσματικό στην δημιουργία θετικών εκβάσεων. Η γνώση των νοσηλευτών όσον αφορά στην μουσική ως θεραπευτική αγωγή πρέπει να βελτιωθεί και η θεραπευτική επίδραση της μουσικής πρέπει να είναι αποτέλεσμα συστηματικής επιστημονικής εφαρμογής.

**ΛΕΞΕΙΣ-ΚΛΕΙΔΙΑ:** Μουσική- θεραπευτική μέθοδος - επαγγελματίες υγείας.

**ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΑΛΛΗΛΟΓΡΑΦΙΑΣ**

Κουτελέκος Ιωάννης,  
Αγίου Νεκταρίου 14,  
Γλυφάδα, Αθήνα,  
Τ.Κ. 165-62,  
Τηλ: 697-4875766

**MUSIC IN CHILD CARE**Koutelekos Ioannis <sup>1</sup>, Polikandrioti Maria <sup>2</sup>

1. R.N, MSc, Educational Nursing Department, G. Children's Hospital «Agia Sophia» Athens, Greece.

2. R.N, MSc, Laboratory Collaborator, Nursing Department A, TEI, Athens, Greece.

**ABSTRACT**

Music has been used therapeutically for many centuries, and numerous studies have researched the curative and preventative powers of music in several diseases. Music, as a therapy was shown to have positive effects in child care, such as in premature infants, children in emergency care, children receiving surgery, children in oncology departments and handicapped children.

The **aim** of this review was to study the therapeutic effects of music in child care at hospital.

The **method** of this study included bibliography research from both the review and the research international literature, which was referred to the therapeutic effects of music in Children's Hospital.

**Results:** Most studies focus on the beneficial effects of music to child. The results of the study showed that music is widely used to enhance well-being and appears to exert direct effects to child, which are mainly related to physiology and psychology, including changes in the vital signs, reductions in anxiety and pain, distraction of attention from unpleasant sensations and better communication with the environment at hospital. Furthermore, music exerts indirect effects to child since is able to cause positive modifications in nurses' behaviour and conduces to better performance in their duties.

**Conclusions:** Music consists a low-cost "therapeutic instrument» for nurses to apply to child-patient and is found to be effective in producing positive outcomes. The nurses' knowledge of music therapy need to be improved and the therapeutic impact of music must be a result from systematic professional application.

**KEY-WORDS:** Music therapy- effective intervention -child care

**CORRESPONDING AUTHOR**

Koutelekos J.  
Agiou Nectariou 14,  
Glyfada, Athens,  
P.C. 165-62,  
Tel: 697-4875766

**ΕΙΣΑΓΩΓΗ**

Η μουσική, η οποία συχνά μας συνοδεύει σε μεγάλο μέρος των δραστηριοτήτων, αποτελεί μια μορφή επικοινωνίας με

συγκινησιακό χαρακτήρα και μπορεί να διαδραματίσει σημαντικό ρόλο σε κάθε ανθρώπινη σχέση.

Κάθε πολιτισμός, ανάλογα με το πνεύμα και τη νοοτροπία του, έχει δώσει διαφορετικό ορισμό στη μουσική. Για τους ιδεαλιστές και τους ρομαντικούς, μουσική είναι «γλώσσα της ψυχής» ή «τέχνη που εκφράζονται συναισθήματα», ενώ για τους ορθολογιστές και πρακτικούς μουσική είναι «η τέχνη των ήχων». Οι άνθρωποι γράφουν μουσική για να εκφράσουν συναισθήματα, να περιγράψουν καταστάσεις, να διασκεδάσουν και να επικοινωνήσουν με τους άλλους ανθρώπους γύρω τους.<sup>1</sup>

Ένα από τα βασικά χαρακτηριστικά του πλούτου της μουσικής εν συγκρίσει με τη λεκτική έκφραση, είναι ότι επιτρέπει την ταυτόχρονη έκφραση αλληλοσυγκρουόμενων συγκινήσεων και συναισθημάτων και γενικά των αντιθέσεων των ανθρώπινων βιωμάτων. Η μουσική σύνθεση μπορεί ακόμη να εκφράζει διάφορες χρονολογικές στιγμές της ζωής και των βιωμάτων ενός ανθρώπου σε ένα μελωδικό ρυθμικό σύνολο.

Η σχέση του ανθρώπου με τη μουσική ακολουθεί παράλληλα δύο κατευθύνσεις. Η πρώτη αφορά την μουσική ως αντικείμενο προβολής, όπου ο συνθέτης και ο συντελεστής καθρεφτίζουν την προσωπικότητα τους και τους προβληματισμούς τους στη σύνθεση και στην εκτέλεση της μουσικής. Ο ακροατής, χρωματίζει τη μουσική ανάλογα με την ψυχολογική του διάθεση, κατά τη στιγμή της

ακρόασης. Η δεύτερη κατεύθυνση αφορά την μουσική ως αντικείμενο ταύτισης, η οποία είναι δυνατό επηρεάζει τη διάθεση του ακροατή και τη συμπεριφορά του, αν ορισμένα από τα στοιχεία της ανταποκρίνονται στην ψυχολογική του κατάσταση και στην ιδιοσυγκρασία του. Πρόκειται λοιπόν για δύο συμπληρωματικές κινήσεις του «εγώ» προς τη μουσική, και της μουσικής προς το «εγώ». Οι προσωπικοί τρόποι αντίδρασης για το ίδιο μουσικό κομμάτι, είναι πολλοί και ανάλογοι της μόρφωσης του ακροατή και της βαθύτερης προσωπικότητας του.<sup>2,3</sup>

Η μουσική ασκεί ποικίλες επιδράσεις στον άνθρωπο, τόσο σε βιολογικό όσο και σε ψυχολογικό επίπεδο. Οι βασικότερες επιδράσεις που έχουν καταγραφεί είναι συγκινησιακές μεταβολές, όπως η μεταβολή των συναισθημάτων και της διάθεσης, συνειρμικές επιδράσεις και αύξηση της ικανότητας μάθησης, αφού έχει παρατηρηθεί ότι η μουσική λειτουργεί βοηθητικά στην απόκτηση γνώσεων και δεξιοτήτων.<sup>4,5</sup>

Η μουσική προκαλεί συναισθήματα δρώντας κατευθείαν στο λεγόμενο μέσο δρεπανοειδές σύστημα του εγκεφάλου, δηλαδή στους πυρήνες που σχετίζονται με την αμοιβή και την τιμωρία, με το αίσθημα ευεξίας και δυσφορίας. Δρα, προκαλώντας τους νευρώνες, να παράγουν ουσίες όπως η δοπαμίνη και τα οπιοειδή πεπτίδια, που

μπορούν να απαλύνουν τον πόνο και να προκαλέσουν ευχαρίστηση. Με τις ευεργετικές της δράσεις πάνω στο δρεπανοειδές σύστημα, η μουσική επηρεάζει θετικά την νευροενδοκρινολογία του σώματος, βελτιώνει τον ύπνο, ενισχύει το ανοσολογικό σύστημα, βοηθάει στην επούλωση των τραυμάτων, σωματικών και ψυχικών και επιταχύνει την ανάρρωση. Σύμφωνα με τον Αριστοτέλη : «Συμπάσχει η ψυχή με το σώμα όταν αυτό ασθενεί ή τραυματίζεται και το σώμα συμπάσχει με τη ψυχή». <sup>6,7</sup>

#### **Η ΑΞΙΑ ΤΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ ΩΣ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟ ΜΕΣΟ**

Η μουσική ως θεραπευτικό μέσο μπορεί να παίξει τον ρόλο ενός πολύ ευαίσθητου οδηγού για τη διερεύνηση της πολύπλοκης ατομικής κλίμακας των συγκινησιακών και συναισθηματικών αντιδράσεων του ατόμου, των συνειδητών και υποσυνείδητων προβληματισμών του. Διευκολύνει την προσέγγιση στο υποσυνείδητο και την ενεργοποίηση μπλοκαρισμένων ψυχοπαθολογικών καταστάσεων που βρίσκουν διέξοδο μέσα από φαινόμενα κάθαρσης. Η μουσική χρησιμοποιείται ως:

- όργανο πειθαρχίας της σκέψης και της έκφρασης των συγκινήσεων
- όργανο ανάλυσης και ανασυγκρότησης του ψυχισμού

- μέσον που υποβοηθά την έκφραση, παίζοντας τον ρόλο του μεσολαβητή για μια νέα επαφή με την πραγματικότητα και την αποκατάσταση διαπροσωπικών σχέσεων και επικοινωνίας .

Η μουσική περιβάλλοντος βοηθά στη δημιουργία ευχάριστης ατμόσφαιρας σε νοσοκομεία, γηροκομεία και ιδρύματα, απαλύνει τον πόνο των ασθενών, αυξάνει την αυτοπεποίθηση τους και βελτιώνει την ποιότητα ζωής τους. Ενδείκνυται ιδιαίτερα σε άτομα με φυσικές αναπηρίες, σε άτομα με διανοητική καθυστέρηση, σε αλκοολικούς, σε αυτιστικά παιδιά. Η μουσική ως θεραπεία χρησιμοποιείται ακόμη για την προετοιμασία του ασθενή σε χειρουργικές ή οδοντιατρικές επεμβάσεις. Επίσης, ο ανώδυνος τοκετός επιτυγχάνεται στη Γαλλία με την κατάλληλη ηχητική προετοιμασία από τον έκτο μήνα εγκυμοσύνης. Τέλος, θεραπευτικός είναι ο ρόλος της μουσικής και στα άτομα με ψυχικές παθήσεις. <sup>3,8</sup>

Η μουσική έχει επίσης, τον ρόλο ενός πολύ αποτελεσματικού διεγερτικού για την αφύπνιση και ενεργοποίηση των δημιουργικών δυνάμεων που υπάρχουν σε κάθε άνθρωπο και που μπορούν να ευνοήσουν τις προσπάθειες αναδιοργάνωσης. Η μουσική μπορεί να ξυπνήσει το δημιουργικό δυναμικό, την θετική ενέργεια, τα εποικοδομητικά στοιχεία

της προσωπικότητας, τη φαντασία, τη δημιουργική εξυπνάδα του ανθρώπου.<sup>3</sup>

Η μουσική παρουσιάζει ιδιαίτερο ενδιαφέρον και ως εργαλείο έρευνας της κοινωνικής ζωής και των σχέσεων του ατόμου με το σύνολο. Σ' αυτό το πεδίο ερευνώνται οι πολύπλοκοι και λεπτεπίλεπτοι μηχανισμοί επικοινωνιών και διαπροσωπικών σχέσεων με την χρήση τεχνικών που καλλιεργούν την ποιότητα της επαφής, του διαλόγου, της εναλλαγής, στον τομέα της κοινωνικής ζωής.<sup>3</sup>

Όλα τα είδη μουσικής μπορούν να είναι αποτελεσματικά στην βελτίωση της ζωής κάποιου ασθενούς. Το είδος της μουσικοθεραπείας καθορίζεται από τις ανάγκες και την γενικότερη κατάσταση του ασθενή.

### **Η ΑΞΙΑ ΤΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ ΣΤΟ ΠΑΙΔΙ**

*«Εκεί που τελειώνει η ισχύς των λέξεων αρχίζει αυτή της μουσικής». Ρ. Βάγκνερ.*

Η σχέση της μουσικής με το παιδί έχει χαρακτήρα αναπτυξιακό, πολιτισμικό, ανθρωπολογικό, γνωστικό, εκπαιδευτικό και θεραπευτικό. Η μουσική παίζει σημαντικό ρόλο στην ψυχοκινητική εξέλιξη του παιδιού απ' τον 5ο εμβρυϊκό μήνα. Το υπερηχογράφημα, το καρδιογράφημα, η κινηματογράφηση και η προβολή σε αργή κίνηση έχουν αποδείξει ότι το έμβρυο ανταποκρίνεται ανάλογα με ηρεμία ή ανησυχία, που εκδηλώνεται με τους κτύπους

της καρδιάς ή τις κινήσεις του σώματος τόσο στα μουσικά ερεθίσματα που δέχεται η μητέρα, όσο και σε άλλα προερχόμενα από τον εξωτερικό κόσμο.<sup>9</sup>

Το έμβρυο μπορεί να ακούσει ανθρώπινη φωνή και μουσική στο φάσμα των συχνοτήτων μικρότερων από 500 Hz, όταν η ένταση του ήχου ξεπερνά τα 60db.<sup>10</sup>

Έχει παρατηρηθεί πριν και μετά τη γέννηση, ότι το παιδί ηρεμεί και αισθάνεται αυτοπεποίθηση στους ρυθμούς andante (που σημαίνει μέτρια - περιπατητικά) της μουσικής του Mozart και του Vivaldi. Αυτό αποδίδεται στους 72 κτύπους ανά λεπτό, που έχει ο ρυθμός ιι1ιιι1ε και συμπίπτει με τους κτύπους της καρδιάς της μητέρας, που είναι το πρώτο άκουσμα του εμβρύου μέσα στο ενδομήτριο περιβάλλον.<sup>11</sup>

Πρόσφατες μελέτες αποδεικνύουν την ευεργετική επίδραση της μουσικής όσον αναφορά την περιγεννητική αύξηση του βάρους και την πρώιμη έξοδο από τη μονάδα εντατικής παρακολούθησης σε πρόωρα νεογνά. Επίσης, το τραγούδι μπορεί να μειώσει σημαντικά την καρδιακή συχνότητα και να αυξήσει τον κορεσμό του οξυγόνου στο αίμα σε σχέση με την σιωπή αλλά και με την μη-μουσική ομιλία.<sup>12</sup>

Η μουσική ασκεί σημαντική επίδραση στη γλωσσική, κοινωνική και συναισθηματική ωρίμανση από τη βρεφική ηλικία. Οι Parouseks διαπιστώνουν ότι ήδη στο 2ο μήνα τα βρέφη διακρίνουν τη συχνότητα,

την ένταση και τη μελωδία του τραγουδιού της μητέρας και στους 4 μήνες ξεχωρίζουν ακόμη και το ρυθμό. Θεωρούν ότι σ' αυτές τις ηλικίες διακρίνουν περισσότερα στοιχεία στη μουσική απ' ότι στην ομιλία.<sup>13</sup>

Έχει παρατηρηθεί ότι, τον 3ο με 4ο μήνα το παιδί, που ακούει προγραμματισμένα μουσική αρχίζει να επαναλαμβάνει καταλήξεις, ενώ η ομιλία αρχίζει πολύ νωρίτερα απ' τα άλλα παιδιά που δεν έχουν παρόμοιες εμπειρίες. Το αυτοσχέδιο νανούρισμα, προερχόμενο από τις μουσικές εμπειρίες της μητέρας, της γιαγιάς ή κάποιου προσώπου που ασχολείται καθημερινά με το παιδί έχει αποδειχθεί πιο αποτελεσματικό απ' το έντεχνο, που έχει γραφτεί από κάποιον συνθέτη. Εν τούτοις, το παιδί από μόνο του ψάχνει για νέες μουσικές εμπειρίες.<sup>14</sup>

Βρέφη και μικρά παιδιά δεν διαθέτουν αφηρημένη σκέψη αλλά έχουν ιδιαίτερη αναπτυγμένη αισθητηριακή και αντιληπτική ικανότητα που εκ φράζεται με την ευκολία που έχουν να μαθαίνουν τραγούδια. Σε πολλές αφρικανικές φυλές τα παιδιά στην ηλικία των 5ετών έχουν ήδη ένα ρεπερτόριο με εκατοντάδες τραγούδια, δεξιότητες σε διάφορα τύμπανα και κάθε είδους κρουστά, ενώ εκτελούν πολύπλοκες χορευτικές κινήσεις.

Τα παιδιά ανεξάρτητα από τον τόπο που γεννήθηκαν και μακριά από οποιαδήποτε επίδραση από ενηλίκους, είτε μόνα τους είτε

καθ' ομάδες, αναπτύσσουν ποικίλες μουσικές δραστηριότητες. Σε κάθε παιδί ενυπάρχει "ο μουσικός εαυτός του" ο οποίος δεν υφίσταται επίδραση από τις αντιλήψεις των ενηλίκων για τη μουσική. Η μουσική ικανότητα φαίνεται να είναι εντελώς ανεξάρτητη από τη γενικότερη πνευματικότητα και την ευφυΐα του παιδιού.<sup>15,16</sup>

### **ΝΟΣΗΛΕΙΑ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ**

Η νοσηλεία των παιδιών στο Νοσοκομείο, ιδίως κάτω των πέντε χρόνων, επιφέρει συναισθηματικές διαταραχές και προβλήματα συμπεριφοράς, που πολλές φορές είναι μακροχρόνια<sup>17</sup>. Όταν το παιδί εισάγεται στο Νοσοκομείο θεωρεί ότι απειλείται. Η φύση των απειλών που ζει, είτε αυτές είναι πραγματικές, είτε δυνητικές εξαρτάται από πολλούς παράγοντες όπως, η ηλικία, το επίπεδο ανάπτυξης του παιδιού, η προηγούμενη εμπειρία με παρόμοιες απειλές, το ποσό και το είδος των σχετικών πληροφοριών που κατέχει, η σοβαρότητα και η χρονιότητα της ασθένειας, η διάρκεια νοσηλείας, οι επιπτώσεις που έχει στην εξωτερική εμφάνιση του, οι απαιτήσεις που επιβάλλει η θεραπεία της καθώς και η στήριξη που έχει από τους γονείς και τους επιστήμονες υγείας.<sup>18</sup> Τα μεγαλύτερα παιδιά, όταν νοσηλεύονται ανησυχούν στην αρχή περισσότερο για την αρρώστια και τις θεραπευτικές διαδικασίες που θα υποστούν,

παρά για το χειρισμό τους από το οικιακό και το σχετικό περιβάλλον.<sup>19</sup>

Παρόλο που κάθε παιδί είναι μοναδικό, κάποιες ομοιότητες προβλημάτων παρατηρούνται στα νοσηλευόμενα παιδιά. Η ψυχολογική αναστάτωση συνδέεται με τις στερήσεις, τους περιορισμούς, τις μεταβολές που φέρει η αρρώστια, όπως και με τις αγχώδεις φαντασιώσεις του παιδιού με επίκεντρο το σώμα του, ιδιαίτερα σε παιδιά με σοβαρές και χρόνιες αρρώστιες.<sup>20</sup> Τα παιδιά αντιδρούν απέναντι στην αρρώστια και το περιβάλλον του νοσοκομείου ακόμα και στις περιπτώσεις που δείχνουν αδιάφορα ή απορροφημένα από το φόβο τους.<sup>19</sup>

Κατά την εισαγωγή του παιδιού στο Νοσοκομείο, δημιουργείται άγχος όχι μόνο στο νοσηλευόμενο παιδί αλλά και σε ολόκληρη την οικογένεια. Η συναισθηματική αναστάτωση που βιώνουν οι γονείς μεταβιβάζεται τις περισσότερες φορές στο παιδί τους. Ο βαθμός έντασης της συναισθηματικής φόρτισης που βιώνουν οι γονείς μπορεί να είναι τόσο έντονος ώστε να μην μπορούν να βοηθήσουν αποτελεσματικά τα παιδιά τους στην αντιμετώπιση του στρες.<sup>21</sup> Οι γονείς βιώνουν φόβο, ενοχές, άγχος αποχωρισμού και ανησυχούν για την εγκατάλειψη της φροντίδας τους σε ξένους.<sup>22</sup>

Άλλοι ερευνητές, οι οποίοι διερεύνησαν την συμπεριφορά των παιδιών τόσο σε

γνωστούς όσο και άγνωστους χώρους και έκαναν συσχετίσεις μεταβολών της συμπεριφοράς με την παρουσία ή απουσία οικείων προσώπων κατέληξαν στο συμπέρασμα ότι, η παρουσία οικείων προσώπων είχε αντίκτυπο στην συμπεριφορά, και στη μείωση των τάσεων φυγής που βιώνουν τα παιδιά. Όταν αισθάνονται ασφάλεια αντιμετωπίζουν την κατάσταση καλύτερα και προσπαθούν να καταλάβουν το τι γίνεται και γιατί γύρω τους.<sup>23</sup>

Οι παραπάνω θεωρητικές προσεγγίσεις αποδεικνύουν ότι αν βρούμε τρόπους γνωστικής προετοιμασίας του παιδιού τότε ελπίζουμε να μην σημαίνει η παραμονή στο Νοσοκομείο ένα ψυχολογικό σοκ για το παιδί.

## **Η ΣΥΜΒΟΛΗ ΤΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ ΣΤΗΝ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΑΣΘΕΝΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΣΤΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΑΚΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ**

Η δύναμη της επιρροής της μουσικής στον ανθρώπινο ψυχισμό και η εφαρμογή της για θεραπευτικούς σκοπούς είναι τόσο παλιά όσο και η ιστορία της μουσικής. Επίσης, η ικανότητα του ανθρώπου για ανταπόκριση στη μουσική είναι εκ γενετής και δεν επηρεάζεται από ασθένεια ή οργανική βλάβη.

Η μουσικοθεραπεία μπορεί να βοηθήσει το παιδί στη σχέση με τον εαυτό του και τους

άλλους. Οι θεραπευτικές επιδράσεις της μουσικής έχουν ιδιαίτερη εφαρμογή σε μονάδες προώρων, σε μονάδες εντατικής θεραπείας, σε χειρουργικά και ογκολογικά τμήματα και σε παιδιά με αναπηρίες. Η εφαρμογή της μουσικής ως ένα μέρος της θεραπευτικής αγωγής των παιδιών διαφέρει από τους ενήλικες λόγω της περιορισμένης γνωστικής ανάπτυξης των παιδιών. Η μουσική έχει βρεθεί ότι, μειώνει την ένταση κάθε είδους πόνου, οξύ και χρόνιο, βελτιώνει την ποιότητα ζωής προάγοντας αισθήματα άνεσης και ανακούφισης, βελτιώνει την διάθεση των παιδιών και αποτελεί μια ευχάριστη στρατηγική για την βελτίωση των σχέσεων στο νοσοκομειακό περιβάλλον.<sup>3,15,16</sup>

Η μουσικοθεραπεία στο περιβάλλον του νοσοκομείου πρέπει να αποτελεί μία εξατομικευμένη ψυχοθεραπευτική διαδικασία ολιστικής προσέγγισης, η οποία να ενσωματώνεται στο γενικό πλαίσιο φροντίδας του ασθενή και να ακολουθεί τα στάδια της νοσηλευτικής διεργασίας.

Ο βαθμός επίδρασης της μουσικής μέσα σε ένα Παιδιατρικό Νοσοκομείο εξαρτάται από το είδος της μουσικής (σύγχρονη -κλασική κ.λπ.), το είδος των μουσικών οργάνων, τα συναισθήματα που κινητοποιεί, και τον τρόπο εκτέλεσης και ερμηνείας. Η επιλογή των μουσικών κομματιών είναι ιδιαίτερα σημαντική και πρέπει να γίνεται με βάση την κουλτούρα και τις διαπολιτισμικές

διαφορές (η χαρά και η λύπη εκφράζονται διαφορετικά σε κάθε πολιτισμό), την εμπειρία, την αποδοχή και την προσμονή του ακροατή. Επίσης, οι προτιμήσεις του παιδιού και η φύση του προβλήματος του, αποτελούν σημαντικούς παράγοντες που επηρεάζουν τον βαθμό επίδρασης της μουσικής.<sup>24</sup>

Η θεραπευτική χρήση της μουσικής μέσα στο Νοσοκομείο, περιλαμβάνει το να ακούει, να παίζει και να συνθέτει κανείς μουσική, και συντελεί στην προώθηση και βελτίωση σχέσεων, στην ανάπτυξη αυτοπεποίθησης μέσα από την αυτοπραγμάτωση, στην ενεργοποίηση και εγκαθίδρυση τάξης στη σχέση με την πραγματικότητα.

Ο χώρος του νοσοκομείου στο μυαλό του κάθε παιδιού έχει μια πολύ συγκεκριμένη εικόνα, με αυστηρά πρόσωπα, πράσινο χρώμα, εργαλεία και το κόκκινο του αίματος. Η μουσική μπορεί να αποτελέσει μέσον προσαρμογής των παιδιών στο νοσοκομειακό περιβάλλον και να βοηθήσει στην επικοινωνία και στην φιλική επαφή με το προσωπικό υγείας.

Το βασικότερο συναίσθημα που επικρατεί στο χώρο του Νοσοκομείου, είναι το άγχος, το οποίο επηρεάζει τον ψυχικό κόσμο του παιδιού και των επαγγελματιών υγείας. Η μουσική είναι ένας σπουδαίος αγχολυτικός και ηρεμιστικός παράγοντας και έχει την ιδιότητα να επιδρά θετικά στο ψυχισμό των ανθρώπων και στην ικανότητα εργασίας. Ο



Γάλλος φυσιολόγος Σαλπετριέρ το 19ο αιώνα παρατήρησε πως τα ρυθμικά ερεθίσματα προκαλούν αύξηση της ικανότητας εργασίας.

Η ασθένεια είναι δυνατόν να επιδράσει δυσμενώς στον ψυχισμό των παιδιών που πάσχουν και να προκαλέσει ψυχολογικές διαταραχές. Οι πιο συχνές διαταραχές αφορούν τις διαταραχές στη συμπεριφορά του παιδιού, όπως φοβία, δυσθυμία, τάση για απομόνωση, πεισματικές αντιδράσεις. Οι διαταραχές παρατηρούνται πιο συχνά στα παιδιά-ασθενείς που υποφέρουν από χρόνια νοσήματα ή ανίατες ασθένειες.<sup>25</sup>

Η εφαρμογή της μουσικής ως θεραπευτική αγωγή έχει σκοπό να συμβάλλει τόσο στην βελτίωση του μειονεκτικού παιδιού όσο και στην θεραπεία του παιδιού που πάσχει από κάποιο άλλο οργανικό νόσημα. Αποτελεί το μέσο, το οποίο μπορεί να χρησιμοποιηθεί για να βοηθήσει τα παιδιά ώστε να αντιδράσουν σωστά, να δεχθούν την αρρώστια τους και να βγουν από την απομόνωση τους.<sup>26</sup>

Σύμφωνα με την βιβλιογραφία, απώτερος στόχος της μουσικής θεραπευτικής παρέμβασης σε παιδιά-ασθενείς με διανοητικά ή ψυχικά προβλήματα (παιδιά με γλωσσικά ή κινητικά προβλήματα, αυτιστικά παιδιά) είναι η επαφή, η επικοινωνία και η δημιουργία ευχάριστης ατμόσφαιρας στη σχέση ασθενή και νοσηλεύτη ή στη σχέση μιας ευρύτερης

ομάδας που απαρτίζεται από τον νοσηλεύτη και άλλα πάσχοντα παιδιά. Η μουσική ενισχύει την κλινική προσέγγιση, χρησιμοποιείται ως συνδετικός κρίκος ανάμεσα στα μέλη της ομάδας και ενθαρρύνει την επικοινωνία και την αυτοέκφραση (λεκτική - μη λεκτική) με αποτέλεσμα να μειώνεται η εικόνα της παθολογικής και μη αναστρέψιμης κατάστασης.<sup>27-32</sup>

Εκτός από τα νοσηλευόμενα παιδιά με ειδικές ανάγκες ή ψυχιατρικά νοσήματα, σημαντικός είναι ο ρόλος της μουσικής ως θεραπευτική παρέμβαση κατά την εισαγωγή παιδιών στο νοσοκομείο, την νοσηλεία και την προεγχειρητική και μετεγχειρητική φροντίδα.

Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της μελέτης των Whitehead-Pleaux AM, et al.,<sup>33</sup> η μουσική μπορεί να προκαλέσει μείωση του πόνου και του άγχους που βιώνουν οι εγκαυματίες παιδιατρικοί ασθενείς κατά την αλλαγή των τραυμάτων. Επίσης, η μουσική συγκρινόμενη με άλλους ηλεκτρονικούς ήχους μπορεί να προσφέρει σημαντική μείωση του άγχους και του στρες σε παιδιατρικούς ασθενείς που υποβάλλονται σε οδοντιατρικές επεμβάσεις. Αντίθετα, από τα αποτελέσματα της έρευνας των Aitken JC et al.,<sup>34</sup> φάνηκε ότι οι παιδιατρικοί ασθενείς που υποβάλλονταν σε χειρουργική επέμβαση υπό τοπική αναισθησία, μπορεί να απολάμβαναν την μουσική κατά την

διάρκεια της διαδικασίας, όμως η μουσική δεν αποτέλεσε αποτελεσματικό μέσο για την μείωση του πόνου, του άγχους και της μη -συμμόρφωσης της συμπεριφοράς των παιδιών προς την ασφαλή διεξαγωγή της επέμβασης.

Τα αποτελέσματα της έρευνας των Windich-Biermeier A, et al.,<sup>35</sup> και των Uman LS, et al.,<sup>36</sup> έδειξαν ότι, η ενσωμάτωση της μουσικής ως μέρος της θεραπευτικής αγωγής κατά την διαδικασία της φλεβοκέντησης σε παιδιά και εφήβους που υποβάλλονται σε χημειοθεραπευτική αγωγή, επιδρά θετικά στη μείωση του άγχους και την απομάκρυνση της συναισθηματικής φόρτισης που προκαλεί ο φόβος του τρυπήματος. Σε παρόμοια αποτελέσματα κατέληξε η εργασία των Noguchi LK et al.,<sup>37</sup> η οποία έδειξε ότι, η μουσική ως θεραπευτική παρέμβαση για την μείωση του πόνου και του άγχους σε παιδιά που υποβάλλονταν συχνά σε ενδομυική χορήγηση φαρμάκων συντελεί στη μείωση του αντιλαμβανόμενου πόνου και προκαλεί ευχάριστη διάθεση.

Όσον αφορά στην προεγχειρητική και μετεγχειρητική φροντίδα των παιδιών, η εφαρμογή της μουσικής ως θεραπευτική αγωγή φαίνεται να είναι ιδιαίτερα σημαντική καθότι συμβάλει στην μείωση του άγχους.<sup>38,39</sup>

Σύμφωνα με την μελέτη των Hatem Th., et al.,<sup>40</sup> κατά την οποία μελετήθηκε η

θεραπευτική δράση της μουσικής στην μετεγχειρητική περίοδο ασθενών-παιδιών, που είχαν υποβληθεί σε καρδιοχειρουργική επέμβαση, τα αποτελέσματα έδειξαν βελτίωση των αιμοδυναμικών παραμέτρων, δηλ. της καρδιακής συχνότητας, της αρτηριακής πίεσης και της θερμοκρασίας, μείωση του αντιλαμβανόμενου πόνου και βελτίωση του ύπνου. Επίσης, η μουσική επηρεάζει θετικά τους πόνους των παιδιών και μετριάζει το αίσθημα του φόβου τους.<sup>41,42,43</sup> Άλλα ερευνητικά αποτελέσματα έχουν δείξει ότι, η εφαρμογή της μουσικής μπορεί να επιφέρει σημαντικές βελτιώσεις στον κορεσμό του οξυγόνου του αίματος.<sup>43,44,45</sup>

Αντίθετα με τα ανωτέρω συμπεράσματα, η πειραματική αποστέρηση των ήχων οδηγεί σε οπτικές παραισθήσεις, αστάθεια και για παρατεταμένο χρονικό διάστημα σε σοβαρά προβλήματα ταυτότητας.<sup>46</sup>

Τα βασικά χαρακτηριστικά της μουσικής που πρέπει να λαμβάνονται υπόψη είναι τρία: ο ρυθμός, η μελωδία και η αρμονία, τα οποία όταν συνυπάρχουν, δημιουργούν μαζί την μαγεία της μουσικής.<sup>47</sup>

Έχει αποδειχθεί ότι, ο ρυθμός επηρεάζει έντονα την αναπνοή και τις σφίξεις του ανθρώπου. Δεν είναι τυχαίο ότι μέτριος ή κανονικός ρυθμός είναι αυτός που μας συνοδεύει σε όλη μας τη ζωή: οι 70 περίπου χτύποι το λεπτό της καρδιάς μας. Με βάση αυτούς χαρακτηρίζουμε έναν ρυθμό αργό ή

γρήγορο. Ο υπερβολικά γρήγορος ρυθμός ανεβάζει τις αναπνοές και τις σφύξεις και σε συνδυασμό με την ένταση και το άγχος θα προκαλέσει δυσφορία και ενόχληση. Επίσης, είναι αντίθετος με το ρυθμό δουλειάς του Νοσοκομείου, αποσυντονίζει την ομάδα και μπορεί να προκαλέσει χαλάρωση και απόσπαση της συγκέντρωσης. Οι ρυθμοί χωρίζονται σε απλούς και σύνθετους. Η παρακολούθηση των σύνθετων ρυθμών είναι πραγματικά μια επίπονη και δύσκολη διαδικασία και πρέπει να αποφεύγεται τέτοια μουσική στο Νοσοκομείο επειδή θα προκαλέσει αρνητικά το αίσθημα της ακοής.

Η μελωδία είναι το πιο ευανάγνωστο στοιχείο της μουσικής και ίσως το μόνο που μας μένει σαν εντύπωση μετά την ακρόαση ενός μουσικού κομματιού. Οι μελωδίες του Νοσοκομείου θα πρέπει να είναι εύκολες και κατά προτίμηση γνωστές. Υπάρχει πάντα ο κίνδυνος στο άκουσμα μιας καινούριας μελωδίας να αποσπαστεί μέρος της προσοχής μας σε αυτήν. Αντίθετα, στο άκουσμα μιας γνωστής μελωδίας, η ακοή αισθάνεται τη σιγουριά και την ασφάλεια που νοιώθουμε όταν περπατάμε σε γνωστούς δρόμους και έτσι δεν απασχολεί τον εγκέφαλο μας με την αναγνώριση και την καταγραφή της στη μνήμη μας. Επίσης, είναι προτιμότερες οι μελωδίες που αποπνέουν μια θετική και αισιόδοξη αίσθηση.

Αξίζει να αναφερθεί ότι ιδιαίτερη προσοχή χρειάζεται στην ένταση της μουσικής, η

οποία θα πρέπει να είναι σε τέτοιο σημείο που να μην δυσχεραίνει την επικοινωνία της ομάδας.<sup>3,47</sup>

Η μουσική μπορεί να αποδειχτεί ένα όπλο για την επιτυχία της επικοινωνίας μέσα στο χώρο του Νοσοκομείου και την αρμονική συνεργασία μεταξύ μελών της υγειονομικής ομάδας. Η επιλογή της μουσικής είναι θέμα νοσοκομείου και καλής συνεργασίας της ομάδας.

### **ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ**

Ο "φόβος του Νοσοκομείου" (=φόβος του αγνώστου) που βιώνουν τα νοσηλευόμενα παιδιά μπορεί να μειωθεί μέσω της μουσικής. Όσα περισσότερα μουσικά ακούσματα έχει το παιδί σε ένα καινούργιο χώρο (Νοσοκομείο) ή για μία ασυνήθιστη κατάσταση (=ασθένεια) τόσο λιγοστεύει ο φόβος για το άγνωστο, τόσο καλύτερα αντιμετωπίζει γνωστικά και συναισθηματικά το θέμα "Ασθένεια" - "Νοσοκομείο" και μειώνεται το ποσοστό της προβληματικής συμπεριφοράς.

Η κατανόηση της αξίας της μουσικής από τους επαγγελματίες υγείας και η ενσωμάτωση της στην καθημερινή πρακτική ως μέρος της θεραπευτικής αγωγής, αποτελεί θέμα υψίστης σπουδαιότητας.

Ευθύνη της πολιτείας, της υγειονομικής ομάδας και του μουσικού "θεραπευτή" είναι να εισάγει τη μουσική στην καθημερινότητα των ανθρώπων που υποφέρουν

προσφέροντας νέους τρόπους επικοινωνίας και έκφρασης.

Συνοπτικά θα λέγαμε ότι η μουσική, ως επιστήμη προσφέρει σημαντικά αποτελέσματα στην φυσιολογία του ανθρώπου, ως διαπροσωπική σχέση δημιουργεί καλύτερη κλινική προσέγγιση και ως τέχνη αγγίζει την καλλιτεχνική φύση του ανθρώπου.

### ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. American Music Therapy Association. Music Therapy Makes a Difference. Available online at: <http://www.musictherapy.org/>. Accessed 3/22/07.
2. Ευδοκίμиду Παπαγεωργίου Ρ. (1999). Δραματοθεραπεία – Μουσικοθεραπεία. Η επέκταση της τέχνης στη ψυχοθεραπεία. Β' έκδοση. Αθήνα :Ελληνικά γράμματα.
3. Πρίνου-Πολυχρονιάδου,Α. (1989). Μουσική και Ψυχολογία: Εισαγωγή στην Μουσικοθεραπεία, Αθήνα: Θυμάρι .
4. Πίλκα, Τ.(1970). Ο κόσμος της μουσικής .Αθήνα: Κάλβος.
5. Μαμμή Γ. (2003). Διάλογος με την ψυχή του άρρωστου παιδιού. *Ιατρικά*. (6):9-12.
6. Χρούσος Γ. (2002). Μουσική και Νοσηλευόμενο παιδί. Εισήγηση στην Ημερίδα Γ.Ν. Παίδων "Η ΑΓΙΑ ΣΟΦΙΑ" με θέμα: "Μουσική και Νοσηλευόμενο παιδί" 23/11/2002,Χωρέμειο Ερευνητικό Κέντρο Πανεπιστημίου Αθηνών.
7. Bodner M., Muftuler LT., Nalcioglu O., Shaw GL. FMRI study relevant to the Mozart effect: brain areas involved in spatial-temporal reasoning. *Neurol Res*. 2001 Oct;23(7):683-90.
8. Καρτασίδου, Α.(χχ). « Η μουσική ως θεραπεία και εκπαίδευση » Μέρος της εισήγησης και της προβληματικής σεμιναρίου.
9. Δρίτσας, Θ. (2002). Η επίδραση της Μουσικής στο Έμβρυο και το Νεογνό. Διάλεξη με θέμα: *Οι θεραπευτικές ιδιότητες της μουσικής*. 10/4/2002. Μέγαρο Μουσικής Αθηνών.
10. Hepper,P.,Shahidullah,B.(1994). Development of fetal hearing .Archives of Disease in Childhood,71:F81-F87.
11. Schwartztz,F.(1997).Pernatal stress reduction ,music and medical cost savings.*Journal of Prenatal and Perinatal Psychology and Health*,12(1):19-29.
12. Coleman JM.,Pratt RR., Stoddar,RA., Gerstman,DR., Abel H.(1997).The effects of male and female singing and speaking voices on selected physiologic and behavioral measures of premature infants in the intensive care unit.*International Journal of Arts in Medicine*,5,(8):4-11.
13. Ματσανιώτης Ν. (1998). Μητρότητα και Μουσική. Δελτίο Α΄ Παιδιατρικής Κλινικής Πανεπιστημίου Αθηνών ,45:111-114.
14. Schwartztz,F.,Ritchie,R. (1999). Music listening in neonatal intensive care units.In

- music therapy & medicine, theoretical & clinical applications, pp13-23, Eds Cheryl Dielo, American Music therapy association, Inc.
15. Stegemann T. Songs in music therapy with children: Prax Kinderpsychol Kinderpsychiatr. 2007;56(1):40-58
16. Chang SM., Sung HC. Music therapy and child care. Hu Li Za Zhi. 2005 Dec;52(6):71-5.
17. Rossannt L.(1988). Η Νοσηλεία των παιδιών στο Νοσοκομείο. Μετάφραση Χριστοδούλου, Β.Αθήνα:Χατζηνικολή.
18. Thompson E. (1987). Pediatric Nursing ,an introductory text, 5<sup>th</sup> Philadelphia:Saunders Comp.
19. Cofrey, E. (1998). *Health care for children*. London :Hodder& Stoughton.
20. Παπαδάτου, Δ.(1982).Το παιδί ,ο γονιός και ο παιδίατρος μπροστά στη σοβαρή ασθένεια.,*Materia Greca*.10(1),60-66.
21. Palmer C.(1993). Care of sich children as patients:a meaningful role,8,85-91.
22. Kristenson -Hallstrom J., Elander G.(1997).Parent's Experience of Hospitalization :Different strategies for feeling secure.*Pediatric Nursing*.23(4),361-367.
23. Γκίκα Α. (1995). Η συμβολή της Ψυχολογίας στις χειρουργικές επεμβάσεις .Στο Ανθολόγιο :ΠοταμιάνοςΓ. (επιμ). *Δοκίμια στην Ψυχολογία της υγείας*. Αθήνα:Ελληνικά Γράμματα.
24. Παπαδόπουλος ,Α.(2000). *Μουσικοθεραπεία*. Αθήνα:Πήγασος .
25. Kenny,T.(1975).The hospitalized child.*Pediatric clinics of North America*. vol,22,no.3p.583.
26. Robb,S.(2000).The effect of therapeutic music interventions on the behavior of hospitalized children in isolation: developing a contextual support model of music therapy.*J.Music therapy*,37(2):118-146
27. Wigram T., Gold C. Music therapy in the assessment and treatment of autistic spectrum disorder: clinical application and research evidence. *Child Care Health Dev*. 2006 Sep;32(5):535-42.
28. Whipple J. Music in intervention for children and adolescents with autism: a meta-analysis. *J Music Ther*. 2004 Summer;41(2):90-106.
29. Gold C., Wigram T., Elefant C. Music therapy for autistic spectrum disorder. *Cochrane Database Syst Rev*. 2006 Apr 19;(2):CD004381.
30. Chase KM. Music therapy assessment for children with developmental disabilities: a survey study. *J Music Ther*. 2004 Spring;41(1):28-54
31. Rainey Perry MM Relating improvisational music therapy with severely and multiply disabled children to communication development. *J Music Ther*. 2003 Fall;40(3):227-46.

32. Darrow AA The role of music in deaf culture: deaf students' perception of emotion in music. *J Music Ther.* 2006 Spring;43(1):2-15.
33. Whitehead-Pleaux AM, Baryza MJ, Sheridan RL. The effects of music therapy on pediatric patients' pain and anxiety during donor site dressing change. *Music Ther.* 2006 Summer;43(2):136-53.
34. Aitken JC, Wilson S, Coury D, Moursi AM. The effect of music distraction on pain, anxiety and behavior in pediatric dental patients. *Pediatr Dent.* 2002 Mar-Apr;24(2):114-8.
35. Windich-Biermeier A, Sjoberg I, Dale JC, Eshelman D, Guzzetta CE. Effects of distraction on pain, fear, and distress during venous port access and venipuncture in children and adolescents with cancer. *J Pediatr Oncol Nurs.* 2007 Jan-Feb;24(1):8-19.
36. Uman LS, Chambers CT, McGrath PJ, Kisely S. Psychological interventions for needle-related procedural pain and distress in children and adolescents. *Cochrane Database Syst Rev.* 2006 Oct 18;(4):CD005179.
37. Noguchi LK. The effect of music versus nonmusic on behavioral signs of distress and self-report of pain in pediatric injection patients.: *J Music Ther.* 2006 Spring;43(1):16-38
38. Kain,Z.,Caldwell-Andrews,A.,Wang,S. (2002).Psychological preparation of the parent and pediatric surgical patient.*Anesthesiol.Clin North America.*20(1):29-44.
39. Πάντζιου,Κ.(2000).Ενα παιδί στο Χειρουργείο.Πρακτικά 11<sup>ου</sup> Πανελληνίου Συνεδρίου ΣΥ.Δ.ΝΟ.Χ.Σελ,198-203.
40. Hatem Th., Lira P., Mattos S.The therapeutic effects of music in children following cardiac surgery. *J Pediatr (Rio J).* 2006;82(3):186-92
41. Good M., Stanton-Hicks M., Grass JA., Anderson GC., Lai H-L, Roykulcharoen V., et al. Relaxation and music to reduce postsurgical pain. *J Adv Nurs.* 2001;33:208-15.
42. Kain ZN., Wang SM., Mayes LC., Krivutza DM., Teague BA. Sensory stimuli and anxiety in children undergoing surgery: A randomized, controlled trial. *Anesth Analg.* 2001;92:897-903.
43. Evans D. The effectiveness of music as an intervention for hospital patients: a systematic review. *J Adv Nurs.* 2002;37:8-18.
44. Kibler VE., Rider MS. Effects of progressive muscle relaxation and music on stress as measured by finger temperature response. *J Clin Psychol.* 1983;39:213-5.
45. Chou LL., Wang RH., Chen SJ., Pai L. Effects of music therapy on oxygen saturation in

- premature infants receiving endotracheal suctioning. *J Nurs Res.* 2003;11:209-16.
46. Αντύπας, Σ. (1995). Η Μουσική και το Παιδί. *Αρχαία Ε.Ψ.Ψ.Ε.Π*, τ.2, τευχ.2 (6), σελ.55-56.
47. Wigran AL. The effects of vibroacoustic therapy on clinical and non-clinical populations [dissertation]. London: London University; 1996.