

الجزء الأول

نافذة على العلاج بالموسيقى

الباب الأول

الفصل الأول: فلسفة العلاج بالموسيقى

الفصل الثاني: الموسيقى في معالجة العزلة الاجتماعية لدى الأطفال المنسحبين

الفصل الأول

فلسفة العلاج بالموسيقى

لماذا الموسيقى؟

إن الموسيقى تؤثر على سلوك المرء، وذلك بالتأثير على المخ وبالتالي فإنها تؤثر على باقى التراكيب الجسمانية بطرق ملحوظة، ويمكن التعرف عليها وقياسها، وهى تعزز المخ وتمده بالأساسيات الضرورية للتطبيقات العلاجية.

لماذا العلاج بالموسيقى؟

يستخدم المعالجون بالموسيقى تلك التأثيرات لكى يؤثروا على السلوكيات النوعية، ولقد حققوا نتائج عظيمة، فى مجالات كثيرة وسوف يأتى الحديث عنها فى سياق هذا البحث.

ما هو العلاج بالموسيقى؟

إن العلاج بالموسيقى هو تعزيز للقدرات البشرية من خلال الاستخدام المخطط للتأثيرات الموسيقية على النشاط الوظيفى للمخ.

وللعلاج بالموسيقى جانب مفيد حيث تملأ جميع العمليات والجوانب الوظيفية بالمخ، والتي تؤثر مباشرة على الوظائف الإدراكية، والانفعالية (العاطفية)، والطبيعية للمرء، وكذلك تؤثر على قدراته بصورة عامة. أضف إلى ذلك أن الموسيقى تخترق وتتخلل مجتمعنا وحضارتنا، مما يجعلها معتادة وسهلة القبول والتقبل.

وبناء على ذلك فإن المعالجين المتخصصين بالموسيقى يستطيعون تجميع وتطبيق الموسيقى المخصصة والمناسبة للعلاج المؤثر فى كثير من الأمراض، وهذا العلاج عادة ما يكون أسرع وأكثر تأثيراً من طرق العلاج اللاموسيقية، وبالإضافة إلى ذلك

فإن الكثيرون ممن تم علاجهم بالموسيقى في كثير من الدول المهتمة بهذا النوع من العلاج كالولايات المتحدة الأمريكية يقرون بأنفسهم بأن العلاج بهذه الطريقة أكثر إمتاعاً وطبيعية.

وقد تم تقديم نموذج لجهاز طيفي متكامل للعلاج الموسيقي والأساليب التقنية والأبحاث والنظريات الفلسفية لتلبية احتياجات الفرد من كافة جموع النزلاء متعددي الأشكال في كثير من المستشفيات والمراكز المتخصصة والمنتشرة في الولايات المتحدة الأمريكية كمركز هثرهيل (Heatherhill)، ومركز كورين دولان (Dolan Corinn Center).

ويستخدم العلاج الموسيقي مباشرة للتوصل إلى الاحتياجات المرجوة للمريض، والنتائج المناسبة وللتشخيص وللتحليل المناسب، وكذلك لوضع أساليب العلاج المناسبة.

وعلى سبيل المثال: فإذا كان المريض مصاب بالحبسة (فقدان الكلام)، فالموسيقى تساعد على إعادة تأهيله للكلام، والعلاج بالموسيقى يمكن أن يوظف لزيادة اللغة التعبيرية باستخدام العلاج بالترانيم الملحنة أو بالأساليب التقنية للغناء، وبطريقة مماثلة: فإذا كان شخص ما مصاب بالإحباط وفقدان القدرة على الكلام، فالموسيقى تساعد، ويمكن عمل برنامج علاجي نفسي، وكذلك يمكن توظيف واستخدام المعالجة الموسيقية للمساعدة في التعبير العاطفي باستخدام التخيل، أو التعبير الموسيقي اللاشعوري (غير المعتمد على الألفاظ أو الكلام).

وإذا كان هذان المثالان فقط يشيران لنا عن الأثر العلاجي للموسيقى لإفادة بعض الحالات المرضية في التشخيص والعلاج، فإن هذا الإسلوب العلاجي والمنتشر في كثير من الدول يسير إلى تقدم من يوم إلى آخر بشكل كبير وظاهر.. وعندما تدخل إلى المراكز والمستشفيات المتخصصة بالعلاج بالموسيقى في أمريكا مثلاً نجد كثيراً من القاعات والغرف مثل:

• **غرفة التعليم والتسلية Education / Resource Room**

للحث، والتقوية، والتعليم، وتشكيل السلوكيات، وزيادة المهارات الإجتماعية، والقدرة على التعبير.

• **غرفة الطب النفسى Psychiatric:**

لتحقيق المعرفة والقدرة على التعبير، وتحديد كنية المرض، والتعبير عن الأحاسيس من خلال التعبير الموسيقى اللفظى واللالفظى.

• **غرفة الزهايمر Alzheimer's:**

لاستدعاء الذاكرة والجوانب الاجتماعية.

• **الغرفة الطبية Medical:**

لتطبيق مستويات الطب الحيوى، والتفاعلات (هرمونات ACTH الضغط العصبى - مستويات الكرتيزول، وكذلك تحديد الجوانب العاطفية الاجتماعية للمعالجة).

• **غرف إعادة التأهيل Rehabilitation:**

لتعيين الوظائف والتطبيقات العصبية (الحركية - الكلامية - العمليات الإدراكية والمعرفية).

• **غرفة المثول للشفاء Wellness:**

للتقليل من حدة القلق، ولتعزيز وتقوية الإسترخاء المتوالى والمتولد ذاتياً، وللمحافظة على الوظائف الحيوية وتيسير إثراء الخبرات الحياتية التى تسهل الإحساس العام بالشفاء بالنسبة للفرد.

وفى كل تلك الغرف تسمع أنواع مختلفة من الموسيقى، والتى تتبع برامج خاصة بكل وظيفة علاجية، إنهم يعملون بنموذج إنضباطى تآديبى متبادل، والذى يدمج بين البحث الطبى العصبى والكيميائى الحيوى، وبين النظريات الفلسفية،

وبالإضافة لذلك فإنهم يستخدمون أسلوب سهل، إدراكي سلوكي سهل يدمج المبادئ الأصولية للديناميكية النفسية، مثل المفاهيم الإنتقالية واللائتقالية، ومفاهيم المبادئ الأصولية المتساوية في كل شئ يقومون به.

وبالرغم من أن العلاج والتعليم والطب النفسى عادة ما يعتبرون مجالات منفصلة للعلاج، فإننا نجد أن المعلومات المقتبسة من كل مجال عندهم غالباً ما يمكن أن تطبق وتستعمل لفائدة مجال آخر.

ولذلك فإنهم يدمجون ويوحدون هذه المجالات في ممارساتهم؛ لكي يمنحوا فوائد جديدة ومعززة لصالح المرضى.

وخلاصة القول: فإن المبدأ المميز في كل تدخل علاجي في هذه المركز (مراكز العلاج بالموسيقى) هو أن:

الموسيقى مظهر محدد لإنسانيتنا وتصدر أصواتاً تنمى خبراتنا العميقة شديدة الخصوصية.

الفصل الثانى

الموسيقى فى معالجة العزلة الاجتماعية لدى الأطفال المنسحبين

يشير تشارلز جورجى Charles Gourgey إلى أن العلاج بالموسيقى هو فرع مشتق من إندماج العلاج النفسى بإستخدام الموسيقى، والمصطلح: علاج Therapy. والذى عادة ما يطرأ على الذهن أنه النموذج التقليدى لاستخدام الأدوية وقد كانت الأشكال القديمة للعلاج تسمى " تناول العقاقير " وهذا التقليد ليس مناسباً لكل فرد أو جميع الناس من كافة الأعمار. ويراعى عند العلاج بالموسيقى خصوصية الحالة من حيث العمر والثقافة..... الخ وخاصة الأطفال الذين لم تتكون مهاراتهم الكلامية بعد، فهؤلاء مثلاً يستجيبون بفاعلية أكبر إلى طرق العلاج التى لا تعتمد على الكلمات، فالموسيقى تصل إلى الطفل تحت مستوى الكلمات بشرط وجود قناة للاتصال تضاهى الخبرة الذاتية للطفل.

وبالرغم من أن المعالجين بالموسيقى هم أساساً موسيقيين، إلا أنهم مدرّبين كذلك على صياغة الأهداف التى تستخدم الموسيقى لتوظيفها لمختلف الاحتياجات، وعلى سبيل المثال: فهناك أنشطة عضلية نوعية يمكنها أن تعطى للأطفال تدريباً على الاندماج الاجتماعى والتفاعل مع بعضهم البعض، وفى استخدام اللغة، أو تنمية مهارات حركية معينة.

ويعمل المعالجون بالموسيقى مع المعالجين بالطرق الأخرى، والمعلمين لتكوين خطة علاجية ترتبط بالاحتياجات النوعية للطفل، والتى تستخدم الموسيقى فيها كمصدر دائم للمعاونة، والمساعدة فى إعادة تأهيل وإصلاح الطفل ونموه.

ويمكن أن تكون الموسيقى وسيلة فعالة للاتصال لمساعدة الطفل الذى لديه

مهارات إجتماعية ربما تكون ناقصة وضعيفة على تكوين علاقات بالآخرين، وتستخدم كثير من الأنظمة التعليمية العلاج الموسيقى الآن لمساعدة الأطفال على تنمية هذه المهارات، وفي هذه الأنظمة أصبح العلاج بالموسيقى جزء نموذجي ذو مغزى في خطة تعليم الطفل المميزة لشخصيته، حيث أن الأطفال الذين يبدو عليهم الضعف ظاهراً يواجهون تحديات خاصة في علاقاتهم بنظرائهم.

ويولى المعلمون اهتماماً كبيراً للعلاج بالموسيقى وهم يعملون مع هؤلاء الأطفال وبدعم ورعاية مناسبة من الوالدين والمعلمين. والأطفال الملحوظ ضعفهم يرتبطون بمعنى الكلمة بالآخرين وبيئتهم، وبدون ذلك التدعيم فربما يتقهقر الطفل الضعيف ويقع في شرك العزلة عن العالم المحيط به، وكلاهما بسبب الخبرة الحسية الضعيفة، وربما - بشكل أوضح معنى - بسبب موقف الآخرين تجاههم في معظم الحالات في الأطفال الملحوظ ضعفهم بالرغم من وجود إختلافات ذات مغزى، فعلى سبيل المثال قد تحدث حساسية أكبر للمنبهات الشخصية والبيئية (كذلك فالمصطلح التوحد الكاذب Pseudo - Autism) قد أقترح أن يصف هذه الحالة في الأطفال المكفوفين، والتي تشابه بشدة النموذج الكلاسيكي التخيلي الذي يسمي تشخيص وتحليل النواتج.^(١)

أن الأطفال الملحوظ ضعفهم يستكشفون بيئتهم بإحالتها ومضاهاتها بالأصوات، فالتعامل مع الآلات الموسيقية والعزف عليها يقدم لهم مجموعة من الأصوات، وهم يحتاجون متسع من الوقت لكي يجربوا جميع الآلات لأن التحقق من البيئة من خلال اللمس يتطلب وقتاً أطول من التحقق بالنظر.

(١) وارن Warren - ١٩٨٤ ص ٢٦٢.

تعليق المؤلف:

عنوان المقال: العلاج بالموسيقى في معالجة العزلة الإجتماعية عند الأطفال الملحوظ ضعفهم قام بالنشر: شارلز جورجى Charles gourney - المؤلف.

عنوان الجريدة: ريفيو RE - view العدد ٢٩ الأصدار (٤) سنة النشر ١٩٩٨ ص ١٥٧

الباب الثاني

الفصل الأول: العلاج الروحي بالموسيقى

الفصل الثاني: المعالجة الموسيقية المعينة على آلام الوضع والولادة.

الفصل الثالث: العلاج الموسيقي للزهايمر

الفصل الرابع: برامج العلاج بالموسيقى

الفصل الأول

العلاج الروحي بالموسيقى

أولاً: العلاج بالموسيقى Music Therapy:

وهنا يأتي السؤال: كيف يمكن للموسيقى أن تساعد في علاج القلق، والإحباط، وأمراض الأطراف، والتحكم في حدة الألم، والتخفيف من درجة الحزن واليأس.

لقد قامت دراسات علمية لتقييم مدى كفاءة العلاج بالموسيقى، ويعبر بحثنا هذا عن أن بعض أنواع الموسيقى تمدنا بفوائد نفسية وفوائد فسيولوجية.

ويتعامل المعالجون بالموسيقى مع جميع أنواع الأمراض، مثل ألم الأطراف، والأطفال المولودين قبل آوانهم (المبتسرين)، وكذلك اللذين يعانون من الآلام المزمنة، والمعاقين بدنياً أو عقلياً، ومرضى الزهايمر ونماذج أخرى من حالات الأمراض العقلية (الذهانية).

ويؤكد الممارسون لهذه المهنة، أن القوى العلاجية للموسيقى ساعدت مرضى الأطراف في التقليل من حدة آلامهم وقلقهم، وتخفف الموسيقى أيضاً حالات التشنج العصبي الذي غالباً ما يصاحب مرضى الزهايمر^(١)

ويقول جون ارمنسترونج (John Armstrong)

- الموسيقى تَعْلِي وتُجَد كل متعة.
- وتهدئ وتُسَكِّن كل بلية (حزن)

(١) الجمعية الدولية للعلاج بالموسيقى.

- وتنفت من حدة الأمراض
- وتخفف وتلين كل ألم.
- وتقهر أثر السم والكارثة.^(١)

ثانياً: العلاج الروحي للموسيقى **Holistic Approach to Music**:

إن تعريف كلمة Holistic هو: أن نقوم باستعمال جميع الأجزاء فذلك أفضل من استعمال كل جزء على حدة.

فالصحة الكلية تعتبر أن حالة الفرد البدنية والعقلية والوجدانية وحتى الروحية كلاً لا يتجزأ، والمهتمون بمهنة العلاج بجميع أساليبه يقرون بانتفاعهم من القوى الروحية والراقية للنفس من خلال الموسيقى، ويؤكدون أنه ليس للموسيقى تأثيرات جانبية سلبية. فالموسيقى تمدنا بالقوة وتسمو بحياتنا بطرق كثيرة فريدة من نوعها.

الموسيقى الروحية **Spiritual Music**

ومنذ عصر الفراغنة والإغريق وحتى عصرنا الحديث نجد المعالجون النفسيين الذين يعالجون بالموسيقى، المهتمون بالموسيقى الدينية عندهم كانوا يقومون بالعلاج على أساس من الخبرة في مجال الروحانيات فإنهم يقولون أن رقصة الروح تبيح لك أن تسمو بوعيك، وتنظر إلى العالم من مكان أعلى للرؤية، فمثلاً تتميز موسيقى (فريدمان Friedman) بعدم تحديدها بعمر أو زمن معين، حيث ترقى بالإدراك الخالد الذي ينتقل بنا خلال الألحان الملهمة، والقصائد الشعرية الغنائية الخلاصة إلى ما لا ندركه، أو نطمع في إدراكه، ولسوف نجد أن هذه الموسيقى مهدئة للأعصاب وتنساب بسهولة إلى الروح.

(١) جون ارمسترونج John Armstrong (١٧٠٩ - ١٧٧٩) - من فن الصحة الوقائية - الكتاب الرابع

الموسيقى الدينية Religious Music

من أجل هؤلاء الذين يبحثون عن الإلهام (النفحة الدينية) والإرشادات الخاصة
برقصة الروح والسمو بها، وهى مصدر روى إضافى خلال الصلاة (عند غير
المسلمين):

فلندع أرواحنا تنذر وتقسم باللقاء

عندما ينام الجسد

فى انتظار أحلى تعانق

عبر جسر الخلود

أنظر! وشاهد! رقصة الروح

الفصل الثانى

المعالجة الموسيقية المعينة على آلام الوضع والولادة

Music Therapy Assisted Childbirth

ما هى المعالجة الموسيقية المعينة للولادة MTACB

تقوم هذه المعالجة بإستخدام الموسيقى لتعزيز الأستمتاع بتجربة الولادة مع تسهيل مشاق المخاض والولادة.

وتدعم تلك الموسيقى - والتي يختارها الزوجين بأنفسهما - المحور البؤرى، والذى يقلل من آلام الأم أثناء الولادة، وكذلك يخلق تهيئة جو من الاسترخاء، والراحة لكلا الوالدين المرتقبين للقادم المرتقب.

وتقول: شيرى أبراهام Cherie Abrahms

" فى تجربتى الأولى بالمخاض شعارنا بالأهمال، وعدم الرعاية وعدم السيطرة، وكان الأمر مربعاً بشكل ما، وهو الاستمرار فى عملية الولادة، إلا أن التدريب والموسيقى جعلت ميلاد ستيفن Steven متعة وشئ لا ينسى، فقد جعلنى ذلك أنا وزوجى نجرب حقاً عجائب الولادة كأسرة".

وتقول: ليزا هوستيلر - معلمة توليد - ولاميز كوتش

Lisa Hostler, R.n Childbirth Educator and Lamaze Coach

" على ما أتذكر بالنسبة للولادة: أدركت كم كنت محتاجه إلى الموسيقى، واستخدم التخيل أثناء ذلك التدريب، حتى عندما كانت الموسيقى تعزف، كنت أتوجه إلى الموسيقى واديرها فى رأسى لكى تساعدنى".

خدمات المعالجة الموسيقية المعينة على الولادة MTACB Services

تتكون المعالجة الموسيقية المعينة على الولادة من ٤ جلسات، تبدأ بشهرين على الأقل قبل الموعد المحدد لاستقبال المولود. وتتكون الجلسات مع الموسيقى من:

- تدريب على الاسترخاء الطبيعي.
- تدريبات التصور والتخيل.
- تنمية المخاض الذاتى وبرنامج الولادة.
- المخاض التمثيلي [التظاهر بالمخاض] وعملية الولادة.
- تنسيق وتطوير سجل المخاض والولادة.
- التنسيق مع معلم الولادة.

ويأتى المولود السعيد، والذي سيحتاج لـ :

برنامج الطفولة المبكرة Early Childhood Program

إن الموسيقى عنصر هام فى تطوير العملية التعليمية للأطفال، فهى تساعد فى تنمية مهارات ما قبل التعليم مثل: القراءة والكتابة والحساب، والتنمية الحركية البدائية، وكذلك تطوير المهارات الاجتماعية الضرورية للتفاعل مع المجتمع، فالمهارات الاجتماعية تبدأ بالتفاعل مع الوالدين وكافة أعضاء الأسرة والمعتنين بالطفل منذ ولادته.

ويستطيع الآباء والأمهات تكوين علاقات خاصة بأطفالهم من خلال التفاعل الموسيقى، وتقدم مراكز العلاج بالموسيقى برنامج موسيقى للطفولة المبكرة لصالح الأطفال من سن ٦ شهور وحتى ٥ سنوات مجمعة حسب المستويات التنموية (مستويات النمو السنوى)، وستشمل هذه المجموعات الطفل ووالديه والقائمين برعايته.

وتركز مجموعات الموسيقى على التفاعلات الاجتماعية بين الطفل ووالديه أثناء العمل فى مهارات ما قبل الدراسة الأكاديمية الضرورية، والتي سيحتاج إليها

الطفل ليبدأ مرحلة روضة الأطفال، وبالإضافة لذلك: سيتعلم الوالدين طرق جديدة للتفاعل مع طفلها وبناء علاقات مع أولياء أمور آخرين للاطفال من نفس المرحلة العمرية لطفلها.

هذه الفرص التعليمية التفاعلية الممتعة بالنسبة للوالدين وأطفالهما ستشمل الغناء والرقص والعزف على الآلات.

الفصل الثالث

العلاج الموسيقي للزهايمر

- تأثير كافة الآلات الموسيقية المختلفة المستخدمة المصاحبة والمرافقة لتشخيص الأفراد الذين ربما يكونون مصابين بمرض الزهايمر.
 - مقارنة الموسيقى المسكنة والموسيقى المهدئة في علاج الأشخاص في المرحلة النهائية لمرض الزهايمر.
 - تأثير برنامج العلاج الموسيقي المميز على الطابع المحبط في مرض الزهايمر.
- ونجد المراكز والمستشفيات التي تقدم هذا النوع من العلاج تدعم مالياً من جهات كثيرة في الولايات المتحدة الأمريكية، ونضرب لذلك مثلاً للدعم المالى الضخم لمركز هيثر هيل في أمريكا لمدة تزيد عن عشر سنوات تسلم مركز هيثر هيل تدعيم مالى ضخم من مؤسسة كولاس بغرض دراسة طرق تأثير اختراعات العلاج بالموسيقى على الأشخاص في جميع مراحل مرض الزهايمر AD، وحالات (الذهان) المتعلقة به، وقام مركز كورين دولان The Corinne Dolan Center ومركز الرعاية الخاصة The Special Care Center في هيثر هيل بتدعيم الأنظمة لذلك البحث حتى يمكن إجراءه، وقد مكنت نتائج هذا البحث هيثر هيل من أن تطوير برنامج ذو فاعلية للعلاج بالموسيقى مؤسس على فهم شامل للاحتياجات الفردية، وردود الفعل العادية للأشخاص الذين يعانون من (الذهان) أو الأمراض العقلية، وبناءً على ذلك، ومن خلال ابتكارات العلاج بالموسيقى تمكنا من العمل في مستويات أعلى وأكثر نجاحاً من الإتصالات والمشاركة والعمل شمولياً مع الأشخاص المصابين بمرض الزهايمر.

والأشخاص الداخلون تحت برنامج العلاج بالموسيقى يتم تشجيعهم للانتفاع والاستفادة من قواهم الباقية من خلال المشاركة في تجارب موسيقية متنوعة، وقد صممت البرامج بأهداف معينة ربما تكون سلبية أو إيجابية اعتماداً على قدرات الفرد، والنتيجة المرجوة من التجربة.

والتجارب العامة ربما تشمل الغناء والعزف على الآلات والحركة، وتذكر الأحداث الماضية والأستماع إلى الموسيقى، ويقوم المعالج بإمداد المريض ببعض الأنظمة والأساليب للوصول إلى مشاركة ناجحة، ويسهل التفاعل بين الأفراد ليعزز ويشجع الاستجابات المرجوة.

وأخيراً.. فإن المشاركة في العلاج بالموسيقى يساعد الأشخاص المصابين بـ (الذهان) على أن يحافظوا على مستويات أعلى من الاستقلالية والتحسن طوال دورة المرض، ويظهر هذا بوضوح بوجود استجابات سلوكية ونفسية توضح الوعي والتعبير؛ تلك الاستجابات التي تتناقص بشكل تدريجي خلال مراحل الذهان. وقد تمت هناك مجموعة ضخمة من البحوث لهذا التأهيل سواء في هيلر أو في جميع أنحاء العالم وأثبتت كلها هذه التأثيرات.

تأثير بعض الآلات الموسيقية على مرضى الزهايمر في المرحلة المتأخرة

من المعتقدات الشائعة أن الأشخاص المصابون بمرض الزهايمر يجب أن يظلوا ذوى نشاط جسماني وإدراكي لأطول فترة ممكنة خلال فترة المرض، وهذا يتبعه " اكتساب أو خسارة " النواحي المنطقية والتي توضح أن القوى غير المستفاد منها سوف تتناقص في نهاية الأمر، والعلاج بالموسيقى هو أسلوب عرف على أنه مجال ناجح في تسهيل المشاركات المتزايدة مع الأشخاص المصابين بالزهايمر.

ومن الأساليب التقنية التي يستخدمها المعالجون بالموسيقى أن يصاحب الموسيقى أنشطة بسيطة حتى يعزز الاستقلالية والمشاركة في تجارب ذات مغزى.

إن مدى فاعلية التدخل الفردي يمكن قياسها بواسطة الاستجابة الإيجابية للفرد

بالنسبة للتجارب التي يتناولها، وربما تشمل تلك الاستجابات الإيجابية تراويل، أو غناء، أو حركة، أو تعبيرات الوجه الإيجابية، والاستجابة اللفظية، أو تذكر أحداث الماضي. وهناك بعض الاستجابات الأخرى مثل الصراخ، أو ترك المجموعة، أو إنشادات سلبية، أو النوم، أو تعبيرات الوجه السلبية، وهي تعبر عن عدم ارتباط الفرد وتمسكه بالتجربة الموسيقية.

ويبحث المعالجون عن طرق لزيادة الاستجابات الإيجابية للتجربة الموسيقية للأفراد، وبذلك نجعلهم مرتبطين إيجابياً لأطول فترة ممكنة خلال المرض.

وتمت دراسة ما إذا كان استخدام الآلات المختلفة لملازمة ومرافقة الجلسات العلاجية بالموسيقى قد أثرت على مستوى المشاركة التي يظهرها الأفراد المصابون بالزهايمر، وقد درست استجابات الأفراد للغناء خلال جلسات بمرافقة ثلاث آلات موسيقية تشمل الجيتار والبيانو وآلة Omnichord على مدى اثنا عشر أسبوعاً، وتمت مقارنة نتائج هذه الجلسات بالنسبة لأولئك الذين يقومون بالغناء بلا موسيقى مصاحبة، وتشير الدراسة إلى أنه قد شارك اثنا عشر نزيلاً من مركز كورين دولان لعلاج الزهايمر، وقد سجل الملاحظون استجابات المشاركة لكل نزيل خلال هذه الجلسات، وتم تصنيف هذه الاستجابات إلى: استجابات إيجابية وأخرى سلبية: فالاستجابات الإيجابية تشمل أى شكل من أشكال التمتع بالمشاركة، أو أى متعة ملحوظة، أما تلك التي تعبر عن السلبية فتشمل السلوكيات التي توضح عدم بهجة، أو عدم الارتباط بالنشاط. وفيما يلي قائمة بالسلوكيات النوعية التي تم تسجيلها أثناء تلك الجلسات:

استجابات سلبية	استجابات إيجابية
الابتعاد / مغادرة المكان	الرقص
الصراخ والبكاء	الغناء
تعبيرات لفظية سلبية	تعبيرات لفظية إيجابية
العرق	التصفيير

النوم	الهمهة / الدندنة
إنزال الرأس لأسفل	التصفيق
دوران مقلة العين (مثلما الغثيان)	طرقة الأصابع
التكشيرة	التربيت (الطبطبة)
العبوس	خبط الأرجل الأرض
التنهد / الغثيان	تحريك الرأس
الضحك بأسلوب غير مناسب	الأبتسام
فقدان الاتزان	التأرجح / التمايل
سلوك غير مناسب	تحريك الأذرع

ولقد أوضحت النتائج أن الجيتار وهو من الآلات الموسيقية التي تم استخدامها في هذه الدراسة، فقد قام بتشجيع معظم الاستجابات الإيجابية المتكررة، وتليه آله Omnichord ثم البيانو. أما جماعة السيطرة والتحكم والتي شاركت في الغناء دون اصطحاب الآلات الموسيقية فقد كان لها تكرار الاستجابة الإيجابية بشكل شمولي بمقارنتها بأى حالة من الحالات التجريبية.

ومن تلك الآلات، فقد أنتج الجيتار معظم الاستجابات الإيجابية في الأشخاص الداخليين في التجربة، فالجيتار ينتج صوت سمعي باعث للسرور، والذي ربما يكون مألوفاً لكثير من الناس في سن هذه الجماعة، ومن الناحية الجسمانية فهي تضع حاجزاً بسيطاً بين المعالج والجماعة، فالمعالج ليس بعيداً عن نظر المشاركين، وبهذا يمكن أن نشجع وجود مستوى أعلى من المشاركة، حيث يستطيع المشاركون أن يحصلوا على إيماءات وإشارات تلقينية من المعالج خلال الجلسة العلاجية، مما يجعلهم أكثر ارتباطاً وأندماجاً، وكذلك الحال في آلة Omnichord وهي آلة موسيقية صغيرة تعمل بالكهرباء توضع في أحضان كل من المعالج والمشارك، وهنا توضع هذه الآلة في أحضان المعالج خلال جلسة العلاج، وصوت هذه الآلة أقل ألفة بالنسبة لليافعين الأكبر سناً، والتي ربما تساهم في مستويات استجابة أقل نوعاً،

ويتم ذلك لتعقيد الصوت الصادر من هذه الآلة، ومن الممكن أن يكون لتلك التركيبة من المادة اللحنية الموسيقية قوية الإيقاع الصادرة بواسطة تلك الآلات، والتي ربما يكون لها ناتج عكسى لتدعيم استجابات الأشخاص المصابون بعجز إدراكي من جراء مرض الزهايمر.

ويظهر البيانو هنا ليدعم أقل الترددات انخفاضاً للاستجابات الإيجابية في الجماعة، والجوانب التعقيدية المذكورة بأعلى ربما يكون لها تأثير على هذه الجماعة، حيث أن الموسيقى الصادرة من البيانو تحوى بين طياتها مادة إيقاعية لحنية موسيقية معقدة، ومن المناطق المحتملة التي ربما يكون لها أهمية في ارتباط وصلة المعالج بالجماعة خلال الجلسات التي يدخل فيها البيانو، والآلة المستخدمة في هذه الدراسة كانت بيانو عمودى مثبت أمام الحائط في غرفة المعيشة، وبالنسبة للجلسات في هذه الدراسة: فقد تحولت عن الحائط لتمكن المعالج أن يكون وجهه للجماعة المشاركة.

وتمنح جلسات الغناء المنفردة بشكل تناغمى معظم الاستجابات الإيجابية، وهذا يبدو أنه يدعم مفهوم أن التلقين والإيحاءات البسيطة المباشرة يسمح للأشخاص المصابون بمرض الزهايمر أن يتفاعلوا ويؤدوا ذلك بشكل أكثر نجاحاً، والنظرية من وراء ذلك هي أنه كفرد ينقصه الخبرة في الإدراك، وقدرته أو قدرتها على الاستجابة للإشارات والإيعازات المعقدة والمجردة في البيئة تتناقص كذلك، ولذلك فعلينا أن نخفف ونلطف من تلك البيئة لكى تتماشى مع قدرات الفرد المصاب بالزهايمر، وبطريقة أخرى فإن كمية المعلومات التى نمد بها المريض تكون كثيرة جداً بالنسبة له حتى يترجمها ويتعامل معها، ونفس الشيء ربما يكون حقيقى بالنسبة للخبرات الموسيقية، فإن صوت المعالج يمدّه بإشارات مفردة سمعية لكى يتبعها المشاركين، وبالتالي يسهل مهمة الاستجابة للبيئة الموسيقية.

وقد يكون من المفيد هنا أن أشير للدراسة القيمة التى قام بها روزيان سى. كاسايكا Roseann E. Kasayka ، وهو الحاصل على الدكتوراه من مركز الرعاية

الخاصة في هيثر هيل ١٩٩٤ عن العلاج بالموسيقى للذين هم في المرحلة النهائية لمرض الزهايمر.

الموسيقى المسكنة والمهدئة في علاج المرحلة النهائية لمرض الزهايمر^(١)

يقول روزيان ي. كاسايكا: أن كل مرحلة من مراحل مرض الزهايمر تجلب تحديات جسدية وعاطفية بالنسبة للمريض. ويرى المتخصصون في العلاج الأسرى والصحة أنه عندما يدخل المريض في المرحلة النهائية لمرض الزهايمر تتزايد تلك التحديات، وكذلك عندما يدخل المريض المرحلة النهائية تزداد اهتمامات المريض (بالوجهة)، وكذلك الاستقامة الروحية تكون من الأهتمامات الأولية، والعلاج في هذا الوقت ليس غرضه إطالة حياته، ولكن تحسين درجة كفاءة تلك الحياة المتبقية.

وقد تم دراسة العلاج بالموسيقى على نطاق واسع بالنظر إلى الطاقة الكامنة لتحسين درجة جودة حياة المرء في المراحل الأولى من الزهايمر، واختلافاً عن ذلك العلاج بالموسيقى توجد هيئة عمل بالموسيقى يديرها هاثير يس شرودر شيكر .Therese Music Thanatology

وقد عرف شرودر (١٩٩٤) هذا على أنه " شكل طبي مسكن توظف الموسيقى فيه حتى تُخدم الاحتياجات الجسدية والروحية المعقدة "، تلك الموسيقى مشتقة من الموسيقى العلاجية (موسيقى تعزف في دور العجزة والمصححات) والتي كان يستخدمها الرهبان الفرنسيين في كلانى cluny في القرن الحادى عشر الميلادى (موسيقى جنائزية).

وأنشودة (ترتيلة) جريجوريان Gregorian chant والتي صنفت على أنها مقطوعة لحنية مطورة على أعلى مستوى، وينقصها اللغة الإيقاعية والنضية، تستخدم كجزء من هذا التمرين، ولهذا الموسيقى علاقة وثيقة بالنفس، ويمكن أن تتصل بعمليات المخ والجهاز العصبى المركزى.

وهناك تمييز واضح بين العلاج بالموسيقى وموسيقى الموت Thanatology وهذا الاختلاف يكون في الطريقة التي تستخدم بها الموسيقى في كل موقف، ومثلاً: فإن الموسيقى المستخدمة في العلاج نعى بها أن نجذب الفرد ونشركه في تجربة تفاعلية لتدعيم الحياة، أما موسيقى الموت فهي تهتم بشأن الإمداد بالموسيقى البسيطة مما يسمح للمرء (بفك عقدة الرباط) وأن يتحرك في اتجاه إكمال حياته.

ودراسته مزجت بين نظريات الموسيقى العلاجية، وموسيقى الموت، وقد تم تصميمها لتزيد من تفهمنا للطرق التي ستعمل الموسيقى فيها على الأشخاص الذين وصلوا إلى المراحل الأخيرة من مرض الزهايمر، وقد أنصب جل إهتمامه بالطاقة الكامنة لإنتاج مستويات أعمق من الأسترخاء في هذه الجزئية من المرض، وكان غرضه مقارنة تأثيرات الموسيقى المسكنة والموسيقى المخففة في جلسات العلاج الموسيقى المتعاقب مع شخص في المرحلة الأخيرة من الزهايمر، وحيث أن الاتصال اللفظي مع الأشخاص في هذه المرحلة لا يكون ممكناً، فقد تم استخدام مقاييس فسيولوجية حتى نعبر عن مستوى الأسترخاء الذي تم التوصل إليه، وتشمل هذه المقاييس قياس قدر نبضات القلب والجهاز التنفسي، ورسم بياني لطبقة الجلد الخارجية EDG ودرجة الحرارة السطحية للجسم، ويمكن ترجمة التغيرات النوعية في هذه المناطق لتوضيح الأسترخاء المتزايد أو الأثارة والتيقظ، وتم إدخال تلك المقاييس عند استخدام آلة التغذية البيولوجية للذاكرة.

إن الموسيقى المهدئة تعرف هنا كموسيقى لحنية مساندة ومساعدة ينقصها استخدام آلات إيقاعية، وفي أحيان كثيرة تكون درجة سرعة الموسيقى المهدئة تقترب من دقات نبض قلب الإنسان أثناء الراحة، وهذا هو الغرض من هذه الدراسة، فالموسيقى المهدئة المسكنة تعرف على أنها أنشودة أو ترتيلة متخذة الشكل الرثائي وبها نغمات ملحنة ومطورة رفيعة المستوى، وليس بها إيقاع لحنى، وقد تم عمل هذه الموسيقى " لتمكين الإنسان من الحركة في اتجاه الاكتمال وكذلك حتى يحل عقدة رباط أى شى يعوقه، أو يغير ذلك الممر الهادئ الذى يسير فيه " (١).

(١) شرودر شيكر ١٩٩٣

وتعرف المرحلة النهائية من الجنون بأنها مرحلة طرفية انتقالية من المرض، وتشمل جميع أوجه المساعدة التي يحتاج إليها الشخص في ممارسة أنشطته الحياتية اليومية، ولا يعترض الأفراد في هذه المرحلة وعى اسرهم، ويقدم القليل منهم استجابة للبيئة المحيطة، والأفراد في هذه المرحلة عامة ما يكونون عرضة (سريعي التأثر) للعدوى ويظهرون نقصاً ملحوظاً في الوزن والمناعة.

وقد كان من افتراضاتنا أن كلا من ظروف الموسيقى المهدئة والمسكنة سوف تنتج منها مستويات أعمق من الأسترخاء أكثر منها في حالة عدم استخدام الموسيقى على الأشخاص الذين هم في المرحلة الأخيرة من مرض الزهايمر، وأبعد من ذلك أننا افترضنا أن الموسيقى المسكنة ستنتج استرخاءً أكبر من الموسيقى المهدئة.

وشارك تسع نزلاء من مناطق مختلفة في هذه الدراسة، وتم تقسيمهم عشوائياً إلى ثلاث مجموعات: مجموعة (أ) استقبلت الموسيقى المهدئة، ومجموعة (ب) استقبلت الموسيقى المسكنة خلال ١٥ دقيقة من التدخل العلاجي بالموسيقى، وأن المجموعة الضابطة فلم تستقبل أى تدخل موسيقى، وقد تم إجراء خمس جلسات لمدة تزيد عن خمس أيام متتالية، وكل جلسة اشتملت على خمس دقائق على درجة واحدة من الموسيقى baseline، وخمسة عشر دقيقة من المعالجة، ثم يتم العودة إلى الـ baseline، وخلال هذه الجلسة يتم مراقبة مستوى نبض القلب، ومعدل التنفس، ودرجة الحرارة المحيطة بالجسم، والرسم البياني لدرجة الحرارة للسطح الخارجى للجسم، وكان يتم مراقبة ذلك مع كل شريحة من كل جلسة.

والموسيقى المهدئة تشمل مجموعات مختارة من القرص المرن CD " أغانى للطفل " تأليف موسيقى: شينا نول Shaina noll وهو إنتاج من الأغانى المفرحة للقلب، ومجموعات موسيقية مسكنة أخذت من تلقينات تراتيل جريجوريان - ستوديو SM بباريس. والاختلافات في الاستجابة الفسيولوجية بين الثلاث مجموعات لم تكن ذات معنى من الناحية الإحصائية، فالمواد في المجموعة الضابطة وجد فيها ارتفاع طفيف في نبض القلب.

ومعدل درجة حرارة الجسم المحيطة بالجسم تظل ثابتة طوال الجلسة، ونسبة ضيئة من الإنخفاض في معدل التنفس تحدث خلال فترة ما بعد المعالجة، أما المشاركون في حالة الموسيقى المهدئة فتميزوا بمعدل نبض قلب متزن خلال خط ال-Baseline والمعالجة الموسيقية.

وتم ملاحظة التغيرات الأقل في درجة الحرارة المحيطة بالجسم ونسبة التنفس، أما الأشخاص الذين استقبلوا جلسات موسيقية مهدئة، فقد لوحظ زيادات ثابتة في نبض القلب والمعالجة وظروف ما بعد المعالجة، وكان هناك تغير طفيف في درجة الحرارة المحيطة بالجسم، ونسبة كلية من درجة التنفس تظل ثابتة خلال شرائح الجلسة.

وتفسير هذه النتائج محدودة نظراً للعدد القليل من العينات، وبالإضافة لذلك فإنه من الممكن أن المعدلات في حد ذاتها كانت محفزة جداً للأشخاص المشاركين، ومقنعة للتأثيرات الحقيقية للموسيقى، بينما لم تدعم المعلومات الافتراض على مستوى المعنى الأحصائي، ودراسات الحالة الوصفية للأفراد في ظروف كل دراسة تدعم حالة الموسيقى المهدئة لإظهار الاسترخاء في بعض الحالات، وبالتناوب: فالدلالات الموجودة لصالح استخدام الموسيقى المسنكة تعمل على تحفيز مستويات الايقاظ والاستثارة، والتي من خلالها أن تكون هناك اتصالات بالآلة والفريق المراعى للمرضى، وينصح بعمل تحقيقات على مستوى أعلى وفي مجموعات أكبر من العينات لتوضيح الاختلافات الاستنتاجية في استجابات الأفراد لكلا النوعين من الموسيقى.

تأثير برنامج العلاج بالموسيقى الفردى على الطابع الإحباطى لمرضى الزهايمر

إن حدوث الإحباط ومعالجته في مرض الزهايمر تم مناقشته كثيراً مع بعض الباحثين الذين كتبوا تقارير عن وجود حالات قليلة من الإحباط (واينر - إدلاند - ولوزنيسكا ١٩٩٤)، والبعض الآخر أقر بأن بعض حالات الإحباط تحدث في ثلث

إلى نصف الأشخاص الذين يعانون من مرض الزهايمر (ألكسوبولوس وأبراهام ١٩٩١ - تيرى جالاجير ١٩٩١ - توريت ١٩٩٥)

وأثبتت معالجات متنوعة للتعامل مع الإحباط فاعليتها، إلا أنه بسبب عوامل السن وتلف خلايا المخ، فمن المهم أن نضع في الاعتبار الاعراض الجانبية الكامنة (توريت ١٩٩٥)، وهناك بعض أوجه التدخل اللاطبي أثبتت فائدتها وخاصة في المراحل الأولى، والمراحل المتوسطة في عملية المرض، وكذلك عند التعامل مع الأضطرابات المحبطة (توريت ١٩٩٥).

ومن جانب التدخل الطبي؛ تم تعريف العلاج بالموسيقى على أنه أحد أكثر وسائل الاتصال تأثيراً ومعيناً على إيضاح الجوانب السلوكية مثل التعجب واليهاج، وكذلك كمعاون في المحافظة على المهارات الكامنة خلال المرحلة الأولية والمتوسطة من مرض الزهايمر (جروين ١٩٩٣- ١٩٩١: بولاك ونهازي ١٩٩٢)، ولم تظهر أى اختلافات في كلتا الحالتين (في وقت هذه الدراسة) بما يلائم العلاج بالموسيقى نوعياً للتقليل من أعراض الطابع الإحباطى في الأشخاص الذين يعانون من مرض الزهايمر.

وبزغت هذه الدراسة من ملاحظة الطابع الإحباطى على مدى العديد من السنوات في مركز كورين دولان لعلاج الزهايمر، وفي ذلك الوقت لوحظ وجود ثلاث صفحات عامة تدل على الطابع الإحباطى في نزلاء هذا المركز، وهى تشمل الصراخ وألفاظ تدل على الحزن أو الشعور بالنقص عن التكوين العادى، وتأثر على الوجه بالاهتياج أو الكرب والحزن، وذكرنا أن الأفراد غالباً ما يكونون قادرين على اكتساب درجة ما من الراحة، إما من خلال الاستكشاف أو إعادة توجيههم أثناء الجلسات بالموسيقى.

ولم يكن تشخيص الإحباط لصالح أى من هذه الموضوعات، فقد أعطت معلومات للمساعدة في أنظمة النمو لصالح الأعراض العامة للأفراد المختبرين من جانب الطابع الإحباطى خلال فترة دورة مرض الزهايمر .

وحدث ذلك المشروع في مركز كورين دولان لعلاج الزهايمر، وأحتوى على سبعة أفراد يعرضون على الأقل واحد من الثلاثة مؤشرات للطابع المحبط الذى وصفناه بأعلى، وكل منهم شارك فى جلستين للعلاج بالموسيقى تستغرق قرابة العشرين دقيقة، واحتوت الخط الأساسى Baseline اختبار حيادى، وتم فرز مجموعة من الأشكال الخشبية فى سلال متنوعة، والتي فيها يتم توفيق هذه الأشكال لتشارك سوياً فى كل واحد أو لا تشارك، وكل جلسة علاجية تبعها وقت للتعبير عن الانطباع الشخصى مثل غناء الأغانى المعتادة أو التجربة الموسيقية (مثل الغناء - العزف على الآلات - الارتجال - أو الإنصات للموسيقى أو الحركة مع الموسيقى) وبعد ذلك وقف النشاط.

وتم ملاحظة الحالات بالنسبة لتغيرات تأثير الوجه (شاملة الابتسامة والعبوس) وارتباط العين بشئ ما، والمشاركة فى تجربة الجلسات، وهناك اختلافات ملحوظة وجدت بين طريقة الخط الأساسى Baseline، والعلاج بالموسيقى فى مناطق متعددة، حيث ازدادت الابتسامة وارتباط العين بشئ ما والمشاركة بشكل ملحوظ، بينما قل حدوث الدموع، ولم تكن هناك ملحوظة فى مناطق العبوس والتأثير المحدد.

وهناك تحليل أوضح أن مناطق ارتباط العين والمشاركة لها التأثير الأكبر على التغيرات فى تسجيلات الفرد، وهذا يوضح لنا أننا يجب أن نجتهد لتطوير العلاج بالموسيقى، والذى يجعل الناس مشغولين بالمشاركة، ونمددهم بفرصة جوهرية للتركيز بالعين مع وجود المعالجين، وليس من المدهش أن تشجع المشاركة الفعالة يمكنها أن تعزز وتقوى الشعور بالتحسن والاستفادة، ومن المهم أن نتأكد من أن المشاركة تعتبر ناجحة وذات مغزى بالنسبة للشخص المعانى من مرض الزهايمر، وليس من الكافى للأشخاص أن يظلوا مشغولين، وتركيز العين أيضاً له تأثير ملحوظ على احرازات الفرد من النزلاء الذى يشارك فى التجربة.

ويشير ذلك إلى شعور متزايد بالتحسن تحت مسمى أن زيادة تركيز العين يوضح زيادة فى تفاعل الإنسان، ويوضح أن التفاعل إيجابى، والشخص الذى يعانى من

الزهايمر يمكن أن يجرب على الأقل شعور مؤقت بالاتصال وحاسة متزايدة من التحسن، ونحن نعتقد أنه كما يستمر الزهايمر في دورته فإنه من المعروف بالنسبة للمشاركة وتركيز العين أن يضعف عندما يصبح المرء غير واثق من قدراته على التفاعل بنجاح مع الناس والأشياء في البيئة، ودور المعالج في هذه الحالة هو أن يبنى الخبرات التي تعزز وترقى بارتباطه في هذه التجارب.

وفي إطار هذا العمل لوحظ مستويات عامة أو أحوال من المزاج الإحباطى في تلك المشاركات تبدو بسبب عجزهم عن الإدراك، وهى إما إحباط عام والذى يتم تسكينه باللهو من خلال تجارب مسلية أو أعراض سلوكية والتي يمكن أن يعاد توجيهها للمشاركة في تفاعلات موسيقية إيجابية، وهؤلاء الذين لديهم صعوبات أكثر انتشاراً وتوغلاً كانوا في بدايات مرض الزهايمر مع نسبة عجز ضئيلة، هؤلاء الأفراد كانوا أكثر صعوبة لكي يشاركوا في تجارب العلاج بالموسيقى، حيث كانوا أكثر اهتماماً بالعمل من خلال مشاعرهم والمزج بين التداخل بين التأليف الموسيقى والتأليف اللفظى حيث ظهرت أكثر نجاحاً في التخفيف من حدة مؤشرات المزاج الإحباطى في هذه المجموعة.

هذا المشروع لم يشمل سوى عدد صغير من المشاركين ولقد كانت النتائج ملائمة صالحة لكل الأشخاص المصابين بالزهايمر، وتمدنا هذه الدراسة بالفعل بالمعلومات التي يمكن أن تكون مفيدة لنا وآخرون في تطوير برامج مناسبة للأشخاص الذين يعانون من الطابع الإحباطى.

الفصل الرابع

برامج العلاج بالموسيقى

Music Therapy Programs

وتعالوا نقرأ بعض الإعلانات والمنشورات الإعلانية المنتشرة بالولايات المتحدة الأمريكية كإحدى أكبر الدول المهتمة بهذا النوع من العلاج:

" تعالی وغنی وأنت فی طریقك إلى صحة أفضل !

يقوم مركز العلاج بالموسيقى بتخصيص ساعة يومين من كل أسبوع للغناء والمرح. وقد تكونت هذه الجماعة خصيصاً لليافعين الذين يرغبون في تقوية أصواتهم. احضر معك صديق / صديقة ووجبة الغذاء إذا رغبت في ذلك. أتصل لأي تساؤلات.

وإعلان آخر يقول: الخروج من العزلة **Stepping Out**:

هذه المجموعة من العلاج الموسيقي موضوعة خبرتها خصيصاً لتحريك الأضطرابات المرتبطة بمرض باركينسون Parkinson's Disease ، وحالات التشنج والشلل المخى... الخ.

وسيتم الإمداد بهذه الخبرات للحصول على جودة وكمية من التمرينات الحركية، والتي تكون شبكات عمل عصبية جديدة والتي هي ضرورية لتحسين الحركة، وسلامة الشخصية، وسواءها والاتزان والقدرة على الكلام بعد شلل المخ أو إعاقته. وذلك بمعدل جلسيتين في الأسبوع.

وإعلان آخر يقول: مرافقة الإيقاع Rhythm Buddies:

جميع الأطفال وعائلاتهم مدعوون لمرافقة جماعة تعزز التفاعل الأسرى من خلال الاستخدام العلاجي للموسيقى، وستشارك هذه الجماعة في الألعاب الموسيقية، والحركة مع الموسيقى، والعزف على الآلات، والأرتجال والعزف والحركات الارتجالية.

وسيسمح لجميع المشاركين برفقة آخرين في غرفة موسيقى: مع والديهم أو أحدهما أو أحد أقاربه.

وكذلك إعلان يقول: غريب الأطوار The Gig:

ويعلن عن برنامج عبارة عن ساعة أسبوعية للأعمار التي تتراوح بين ١٦ - ٥٠ سنة، والذين بهم عجز متزايد، وخلال هذه الساعة سيكون لديك الفرصة للمشاركة في الألعاب الموسيقية والحركة والعزف على الآلات، والأرتجال مع نظراءك للارتقاء بالمهارات الاجتماعية الايجابية، وتعزيز الصداقة والثقة والإبداع الفردي، ولست في حاجة إلى سابق خبرة في الموسيقى.

وإعلان يقول: الاسترخاء Relaxation:

فصول أسبوعية مدتها ٣٠ دقيقة صممت لتمكنك من التوقف والتخلي عن العمل والاسترخاء والسباحة في بحر الموسيقى، وسوف نظهر لك تسجيلات متنوعة لفنانين، ونقوم بعمل جلسات موسيقية حية مع ضيف أو فنان، والموسيقى الحية تكون في أوقات مخصصة فقط.

فلتنعم بالسباحة في بحر الموسيقى مرة أو اثنتين أسبوعياً لبضع جلسات، وستجد أن ذلك بالنسبة للروح مثلما يكون للسباحة المائية بالنسبة للجسد.

وإننا هنا نذكر هذه الدعاية والإعلان، وذلك لنشير للمساحة الواسعة التي يحظى بها العلاج بالموسيقى، وحجم زيوعه وإنتشاره بأمريكا، حتى أنهم استخدموا الموسيقى في التخفيف من آلام الوضع والولادة...