

SZTEmagazin > Archívum > 2020

SZEGEDI EGYETEM MAGAZIN



A muzsika is gyógyíthatja a lelket

2020. május 07.

A zene és a lélek kapcsolatának vizsgálata nem új keletű gondolat, a zeneterápia gyógyító hatásának alkalmazása a legmodernebb medicinás eszköztár részét képezi. Dr. Janka Zoltán, az SZTE Szent-Györgyi Albert Klinikai Központ Pszichiátriai Klinika professzor emeritusza – aki maga is nagy zenerajongó – azt mondja, még a stroke utáni rehabilitációban is segíthet a muzsika.



Cikk nyomtatás



Link küldés

Tetszik 0

Tweet

Az operettirodalom egyik legnagyobb hatású alakja, Jacques Offenbach Kécszakáll nyitánya éppannyira lehet a gyógyítás zeneterápiás eszköze, mint a hazai dzsessz kiválósága, Szakcsi Lakatos Béla zongorajátéka vagy egy magyar nóta, esetleg Bach, Vivaldi és Mozart (még hosszan sorolhatnánk) muzsikája. Azaz nem a stílus, hanem az adott zene iránti szeretet és nyitottság számít. Dr. Janka Zoltán, az SZTE Szent-Györgyi Albert Klinikai Központ Pszichiátriai Klinika professzor emeritusza úgy fogalmaz, hogy természetesen a zeneszerető embereknél van esélye ennek a módszernek. Egy bizonyos zenei stílusirányzat és előadásmód iránti beállítódástól függően a muzsika pozitív vagy negatív módon befolyásolhatja az érzéseinket és hangulatunkat. A zene gyógyító hatással bírhat, ha az illetőnek feloldódást és örömet jelent, vagy felkavaró módon, katartikus hatással van rá.

Az ókori görög filozófus, Platón (Kr. e. 427–347) a zene különleges hatásáról így írt: „Megragadja, felékesíti és megnesemesíti a lelket.” A szimfóniák és zongoraművek zseniális alkotója, Ludwig van Beethoven (1770–1827) német zeneszerző messzebbre ment: „...az egyetlen anyagtalán bejárat egy olyan világba, amely magasabb a tudásnál”. A zeneterápia tudományos megalapozottságú gyógyító módszerként a XX. században kezdett kibontakozni, a témával foglalkozó első publikáció azonban jóval korábban, Amerikában, 1789-ben, a Columbian Magazinban jelent meg: az anonim szerző a zene lélekre gyakorolt erős hatását hangsúlyozta, és ezért hatékony terápiás eszköznek tartotta. Ma már úgy mondjuk, hogy a zeneterápia lényege a zenével történő tudatállapot-változás elérése.



Janka Zoltán professzor az érzelmi élet zenei feltérképezésével foglalkozó szegedi munkacsoport vizsgálatára emlékeztet, amely azt kutatta, hogy bizonyos betegségtípusoknál milyen zeneszerzők művei hatottak. A vizsgálat során különféle karakterű zenei részleteket hallgattattak meg közel nyolcvan, különböző háttérű – orvostanhallgató, zeneművészeti hallgató, pszichopatológia-mentes neurológiai beteg, valamint különféle mentális zavart (depressziót, mániát, szkizofréniát) mutató – személyekkel.

A bemutatott zenei részletek között szerepelt például az oldott, nyugtató hatású J. S. Bach: d-moll hegedű-oboa verseny, Adagio tétel, a dinamikus és agresszív hatású R. Wagner: A walkűrök lovaglása című operarészlet. – A pszichometriai eredmények azt mutatták, hogy a mániás csoportban a dinamikus és erőteljes karakterű Wagner-zene az úgynevezett hangulat- és az értékítélet-tengelyen pozitív élményt adott, míg a depressziós csoportban a lassú, szomorkásan nyugtató Bach zenei részletet találták oldottabbnak – részletezi a professzor, aki hozzáteszi: az agynak a zenében betöltött szerepéről számos adat áll rendelkezésre, azonban úgy tűnik, hogy nincs egy bizonyos zenei központ, hanem inkább több nagy- és kisagyi terület vesz részt a zenei feldolgozásban. A kitüntetett agyterületek például a felső temporális régiók, illetve a homlok- és a fali lebeny, a limbikus rendszer és a cerebellum részei.

A zene által, hogy különféle agyi funkciókra komoly hatással van, befolyásolhatja a szív- és légzésritmust, hat a vegetatív működésre, létrehozhat perifériáskeringés-változást, megváltoztathatja az izomtónust, kiválthat nehézség- és hőérzetváltozást, előidézhet extázist és relaxált állapotot, valamint csökkentheti a fájdalomküszöböt. A stroke utáni neurológiai rehabilitációnak is részét képezheti a zeneterápia. Az agyi érkatasztrófa utáni napi zenehallgatás mellett az aktív zenélés is hatékony lehet. Janka Zoltán professzor rámutat, hogy a kimutatások szerint stroke után fél évvel a betegek közel 12 százalékánál észlelhető valamilyen típusú beszédzavar, afázia. – A beszédnek és az

éneklésnek jelentős agyterületi átfedései vannak, így nem meglepő, hogy a motoros afáziában az éneklés gyakorlásának, a dallamalapú intonációs kezelésnek komoly szerepe van a beszédzavar, az afázias tünetek gyógyításában – hangsúlyozza a professzor, aki felhívja a figyelmet, hogy még az autizmus egyes eseteiben is javíthatja a kommunikációs zavart a zene, egyfajta különleges ablakot nyithat a világra.

*

Zeneterápia Magyarországon

1970-ben alakult meg a Zeneterápiás Munkacsoport, amely a Magyar Pszichiátriai Társaságon belül jött létre. Munkájában olyan pszichiáterek, pszichológusok, nővérek vettek részt, akik még nem voltak képzett zeneterapeuták. Az első képzés 1992-ben indult a Pécsi Orvostudományi Egyetem és a Zeneművészeti Főiskola pécsi tagozatának együttműködésében. Az önálló Magyar Zeneterápiás Egyesület (<https://magyarzeneterapia.wordpress.com/>) 1995-ben alakult meg, jelenlegi elnöke Nyíri-Nagy József zeneterapeuta.

*

Zeneszó műtét közben

A műtét közbeni zenehallgatás több mint 100 éves hagyománnyal bír. Az első írásos feljegyzés 1914-ből származik, amikor Evan O'Neill Kane pennsylvaniai sebész (1861–1932) bevitte kedvenc gramofonját a műtőbe, hogy ezzel nyugtassa páciensét az altatás és a műtét alatt. Az eltelt időszak számos kutatási eredményét összegezve a londoni Queen Mary University kutatói megállapították, hogy azok a betegek, akik zenét hallgattak műtét közben, kevésbé voltak feszültek műtét után, és kevesebb fájdalomcsillapítóra is volt szükségük.

*

Farinelli éjjeli áriái

V. Fülöp (1683–1746) spanyol király bipoláris depresszióban szenvedett, úgy gondolták a zeneterápia segíthet. Madridba hívták a kor ünnepeit kasztrált énekesét, C. B. Farinellit, aki 10 évig minden éjszaka 4 áriát énekelt a király melankóliája elűzésére.

*

Világkongresszus fogalmazta meg

A Hamburgban 1996-ban megrendezett Zeneterápiás Világkongresszuson fogalmazták meg egyértelműen, hogy „a zeneterápia során a képzett zeneterapeuta egy tervezett folyamatban használja a zenét vagy zenei elemeket (hang, ritmus, dallam, harmónia) annak érdekében, hogy elősegítse a kommunikációt, kapcsolatot, mobilizációt...” Mindezek mellett pedig olyan terápiás hatást gyakorol, amelyben a zenét eszközként alkalmazza többek között a megelőzés, a személyiségfejlesztés, a gyógyítás és a rehabilitáció területén.

*

Énekesmadarak dallamai

Szurdoki ökörszem: kromatikus skálán (oktáv – 12 félhang) énekel, trillája hasonlít például Chopin: c-moll etűdjéhez.

Erdei fülemülerigó: az emberi zenei skálához pontosan hasonló hangmagasságokat énekel.

Rubinfejű királyka: énekének első és második része között gyakran egy oktáv hangköz különbség észlelhető.

Hím pálmakakadu: párzási rituáléjában faágból dobverőt készít, és üreges fatörzsön dobol.

SZTEInfo - Lévay Gizella

További részletek: a Szegedi Egyetem Magazin lapcsaládjhoz tartozó Klinika Magazin 2020/1. számában, amely letölthető az SZTE Hírportal SZEM oldaláról. (/sztemagazin)



(/site/upload/2020/04/zeneterapia.png)



Cikk nyomtatás



Link küldés

Tetszik 0

Tweet

Letöltés



(/sztemagazin/aktualis-szam/hu-szte-mag-2019-01-t2)



(/sztemagazin/aktualis-szam/eng-szte-mag-2019-01-t1-191113)