

بسم الله

استفاده از موسیقی در روان‌درمانی کودک و نوجوانان

USING MUSIC IN CHILD AND ADOLESCENT PSYCHOTHERAPY

Laura E. Beer - Jacqueline C. Birnbaum

مترجم:

معصومه فرتوت

سرشناسه	:	Beer, Laura E	بیر، لورا
عنوان و نام پدیدآور	:	استفاده از موسیقی در روان‌درمانی کودک و نوجوانان/ نویسدگان لارا بیر، جاکولین سی بیرنباوم؛ مترجم معصومه فرتوت-تکمه‌دانش.	
مشخصات نشر	:	تهران: ندای کارآفرین، ۱۳۹۸.	
مشخصات ظاهری	:	۲۲۴ ص.	
شابک	:	978-600-482-433-0	
وضعیت فهرست نویسی	:	فیپا	
یادداشت	:	عنوان اصلی: Using music in child and adolescent psychotherapy, 2019.	
موضوع	:	موسیقی درمانی	
موضوع	:	Music therapy	
موضوع	:	ودکان — روان‌درمانی	
موضوع	:	Child psychotherapy	
موضوع	:	نوجوانان — روان‌درمانی	
موضوع	:	Adolescent psychotherapy	
شناسه افزوده	:	بیرنباوم، جاکولین سی.	
شناسه افزوده	:	Birnbaum, Jacqueline C	
شناسه افزوده	:	فرتوت-تکمه‌دانش، معصومه، مترجم	
رده بندی کنگره	:	۳۹۲-ML	
رده بندی دیویی	:	۸۵۱۵۴/۶۱۵	
شماره کتابشناسی ملی	:	۵۸۴۲۴۶۷	

نام کتاب	:	استفاده از موسیقی در روان‌درمانی کودک و نوجوانان
مترجم	:	معصومه فرتوت
طراح جلد	:	رضا کاوه
صفحه آرا	:	اکرم ملک نژاد
تیراژ	:	۱۰۰۰ نسخه
نوبت چاپ	:	اول ۱۳۹۸
قیمت	:	۴۰۰۰۰ تومان
شابک	:	۹۷۸ - ۶۰۰ - ۴۸۲ - ۴۳۳ - ۰



تهران، خیابان انقلاب، خیابان فخررازی، نبش کوچه انوری، پلاک ۲۹

۶۶۴۰۲۷۲۲

WWW.NedayeKarafarin.ir

نکته ویراستار

همه ما قدرت موسیقی را به رسمیت شناخته و می‌دانیم چگونه خواندن ترانه دلخواه می‌تواند شما را خوشحال و آرام سازد یا چگونه تن یک موسیقی می‌تواند شما را به یاد خاطرات یا رویداد مهم بیندازد. موسیقی ما را بر آن می‌داند تا یا بکوبیم و دست بزنیم یا بلند شویم و برقصیم.

مطالعات علوم اعصاب به‌تازگی شرح داده‌اند که چگونه مشارکت با موسیقی می‌تواند زندگی ما را به روش‌های متعدد تغییر دهد؛ مثلاً وقتی ترانه می‌خوانیم نورون‌ها در مغزمان به روش‌های جدید و متفاوت تعامل کرده و اندرورفین و اکسی توسین ترشح می‌کنند که خلق و کیفیت زندگی را بالا می‌برند. وقتی باهم ترانه می‌خوانیم این تأثیرات تقویت می‌شوند: خواندن ترانه باعث هماهنگی ضربان قلب شده و به ما حس جمعی و اتحاد می‌دهد. تحقیقات دیگر نشان داده‌اند که چگونه گوش دادن به موسیقی به خودتنظیمی ذهن و بدن کمک می‌کند و از حافظه حمایت کرده و کارکرد شناختی را ارتقا می‌دهد.

موسیقی نقش مهمی را در رشد و نمو کودکان ایفا می‌کند. پرستاران برای کودک لالایی می‌خوانند و کودک را تکان می‌دهند تا بخوابد و ترانه می‌خوانند تا مفاهیم پایه را یاد دهند مثل الفبا یا با ترانه لحظات سوارچالشی را تسهیل می‌کنند. اکنون حمایت قابل‌توجهی برای فعالیت موسیقی در افزایش رشد و دل‌بستگی و همدردی افراد وجود دارند.

استفاده از موسیقی در روان‌درمانی، کودک و نوجوان یک ارزش‌افزوده در مجموعه ما است «هنرهای خلاق و بازی‌درمانی» که نقش می‌دهند چگونه درمان‌های بیانی می‌توانند با درمان‌های کودک و نوجوان منسجم شوند. این کتاب و سایر کتب در این مجموعه به درمانگران استراتژی‌های در دسترس می‌دهد که رویکردهای کلامی سنتی را تکمیل می‌کند. در زمان کار با کودکانی که نمی‌توانند تجربیات خود را با واژگان بیان کنند ضروری است که درمانگران بتوانند هنرهای خلاق و مداخلات مبتنی بر بازی را برای کمک به درمان‌جوه‌های خردسال به کار ببندند.

ما خوشحالیم که هر دو متخصص موسیقی درمانی کودکان و نوجوانان بی‌پایا و جاکولین بیرنباوم این کتاب را تألیف کرده و راهنمای شفاف و ایده‌هایی را در اختیار درمانگرانی قرار دهند که قبلاً از موسیقی استفاده کرده‌اند یا به دنبال روش‌های جدید برای کار با کودکان خردسال هستند. ما امیدواریم که این کتاب فعالان را قادر سازد تا مهارت‌های بالینی خود را بسط داده و موسیقی را در کار خود روی چالش‌های کودکان-دل‌بستگی، درد عاطفی، مشکلات روانی اجتماعی و اختلالات هیجانی و رفتاری و رشدی منسجم سازند. نویسندگان با مهارت تمام شرح دادند که چگونه درمانگران بدون مهارت خاص یا تخصص در موسیقی می‌توانند از توان ترانه‌خوانی و طبل زدن و گوش دادن ساده به موسیقی برای عمیق کردن رابطه‌شان با درمان‌جوها استفاده کنند تا تغییرات مثبتی در هزاره درمان‌ها ایجاد کنند.

دکتر کتی مالچیودی-دکتر دیوید کرنشاو

فهرست مطالب

پیشگفتار	۱۰
انجمن ملی رفاه کودک آمریکا	۱۰
فصل اول: موسیقی به عنوان مداخله درمانی	۱۳
موسیقی و کودکان: نظرگاه جهانی	۱۴
موسیقی درمانی: کاربردهای درمانی موسیقی	۱۶
تجارب زمان در موسیقی	۱۹
عکس/تصویر	۲۳
موقعه های موسیقی	۲۵
ملودی	۲۶
ریتم	۲۸
دایره زنگی	۲۹
هارمونی	۳۰
پویایی	۳۱
شکل	۳۲
استفاده از موسیقی در اصول بالینی	۳۳
ایجاد حس اعتماد در استفاده از موسیقی	۳۴
شناسایی اولویت های فردی	۳۵
اهداف	۳۷
تصویر	۳۹
فواید	۴۰
تصویر	۴۱
فصل دوم: شروع کنید	۴۵
تنظیم یک مطب با امکانات موسیقی	۴۵
گوش دادن به موسیقی و ترانه های ابزاری	۴۸
آواز خواندن	۴۹
کار با متن ترانه ها	۵۰
تصویر	۵۳
استفاده از ابزار موسیقی	۵۵
ایستکار	۵۷
کار با فرم و ساختار موسیقی	۶۰
کار با تخیلات و موضوعات موسیقی	۶۲

۶۴	 موسیقی در کارگروهی
۶۹	 فصل سوم: کار با موسیقی به عنوان عامل تغییر
۷۱	 استفاده از موسیقی با رویکردهای مختلف درمانی
۷۲	 موسیقی و بازی
۷۴	 موسیقی و حرکت / رقص
۷۵	 مهارت‌های درمانی
۷۶	 گوش دادن و زیستن در زمان حال
۷۸	 سوگیری و اولویت‌های شخصی خود را کنار بگذارید
۷۹	 چگونه در مورد موسیقی صحبت کنیم
۸۱	 تصویر
۸۵	 تصویر
۸۶	 موسیقی به عنوان تأسیدی برای کودک
۸۷	 موسیقی و نظم حرکت
۹۰	 استفاده از موسیقی برای بستن به مقاومت و پایداری در درمان
۹۲	 تصویر
۹۳	 خلاصه مطالب
۹۴	 توصیه‌هایی برای تمرین
۹۴	 وقتی فضای امن ایجاد می‌شود
۹۵	 وقتی روی تنظیم هیجان کار می‌کنید
۹۵	 در زمان کار با کودکی که مقاومت می‌کند
۹۷	 فصل چهارم: موسیقی در رشد کودک
۹۸	 رشد عادی
۱۰۰	 فواید موسیقی
۱۰۳	 علوم اعصاب و موسیقی
۱۰۷	 مشارکت در موسیقی
۱۱۱	 الگوهای رشد موسیقی در کودکان خردسال
۱۱۶	 موسیقی و نوجوانی
۱۱۸	 موسیقی و هیجانات
۱۲۰	 لنزهای فرهنگی
۱۲۰	 تصویر
۱۲۴	 خلاصه مطالب
۱۲۴	 توصیه‌هایی برای تمرین
۱۲۶	 کار با گروه

۱۲۹	فصل پنجم: دل‌بستگی و تقویت روابط بین فردی
۱۳۰	نظریه‌های دل‌بستگی و مداخلات مبتنی بر دل‌بستگی
۱۳۳	نظریه چند واگی
۱۳۴	سرگرمی
۱۳۶	هم-آهنگی
۱۳۷	چگونه از طریق موسیقی با کودک هماهنگی داشته باشیم
۱۳۸	طبق تریوارتان و مالوچ (۲۰۰۰)
۱۳۹	کار با کودکان با مشکلات توجه
۱۴۱	نصیر
۱۴۳	صویر
۱۴۴	کارکردن با والدین پرستار کودک
۱۴۶	تصویر
۱۴۷	درس‌هایی از واجب‌مرادها، فشرده نوباوگان
۱۴۹	تصویر
۱۵۰	تصویر
۱۵۱	کارکردن با گروه‌ها و روابط با آنان
۱۵۴	خلاصه مطالب
۱۵۴	توصیه‌هایی برای عمل
۱۵۷	فصل ششم: ضربه عاطفی و روحی و تاب‌آوری
۱۵۹	پردازش ضربه روحی از طریق موسیقی
۱۶۰	پرداختن به پاسخ فیزیولوژیکی به ضربه عاطفی
۱۶۲	تصویر
۱۶۴	ایجاد امنیت و اعتماد
۱۶۵	تصویر
۱۶۶	پرورش نقاط قوت و کنترل و تاب‌آوری
۱۶۷	تصویر
۱۶۹	تسهیل تنظیم هیجان
۱۶۹	پرداختن به جنبه‌های تجزیه ضربه عاطفی
۱۷۰	تصویر
۱۷۲	غم و داغداری
۱۷۲	تصویر
۱۷۳	خلاصه‌ای از مطالب
۱۷۴	توصیه‌هایی برای عمل

۱۷۴	 گوش دادن به موسیقی باهم
۱۷۵	 کارائوکی
۱۷۵	 تغییر متن ترانه
۱۷۷	 ترانه‌های فوری
۱۷۷	 بازی با ابزار
۱۷۸	 هیجانات مهم
۱۷۹	 ابتکار و بدیهه‌سازی
۱۸۰	 ایجاد فهرست ترانه‌هایی از ترانه‌های دسته‌بندی شده موضوعی
۱۸۱	 فصل هفتم: کودکان با اختلالات رفتاری، هیجانی و ارتباطی
۱۸۳	 موسیقی به عنوان مداخله حمایتی
۱۸۴	 تسهیل زبان
۱۸۵	 حمایت از ارتباطات سازمان‌یافته و تعاملات
۱۸۶	 تصویر
۱۸۶	 تشویق رفتارهای نامناسب
۱۸۸	 تصویر
۱۸۹	 تنظیم سطح بالای هیجان
۱۸۹	 تصویر
۱۹۱	 شناسایی هیجانات
۱۹۲	 تصویر
۱۹۳	 ایجاد برنامه روزمره و تسهیل فرایند انتقال
۱۹۵	 مداخلاتی برای کودکان طیف اوتیسم
۱۹۷	 تصویر
۱۹۹	 تصویر
۲۰۰	 خلاصه مطالب
۲۰۰	 توصیه‌هایی عملی
۲۰۲	 نوبت گروهی
۲۰۲	 پیشنهاد گزینه‌ها
۲۰۳	 ملاحظات بیشتر در زمان کار با این جمعیت
۲۰۵	 سخن نهایی
۲۰۷	 منابع