

Bölüm 10

MÜZİK TERAPİ

Hasret TOPALI

GİRİŞ

Müzik, birtakım duygu ve düşünceleri belli kurallar çerçevesinde anlatma sanatıdır (TDK, 2013). İnsanoğlunun varoluşundan itibaren insan yaşamının her döngüsünde müzik kullanılmış olup, etkileri nesilden nesile aktarılmıştır. Günümüzde ise müzik; gevşeme, rahatlama, stresi uzaklaştırma, belli bir görüşü empoze etme, öğrenme ve tedavi amaçlı, ibadet ve ritim vermek gibi çeşitli amaçlarla yaşantımızda kullanılmaktadır ⁽¹⁾. Müziğin tedavi amacıyla kullanımı ise çok eskilere dayanmaktadır. Sümer, Babil, Asur, Şaman, Çin, Eski Mısır ve Yunan medeniyetleri müziği tedavi yöntemi olarak kullanmışlardır ⁽²⁾.

Müzik terapi, bireylerin fiziksel, duygusal, bilişsel ve sosyal ihtiyaçlarını gidermek için müziğin terapötik bir ilişki içinde kullanıldığı bir sağlık uzmanlık alanıdır. Terapötik olarak müzikal katılım, hastaların yetenekleri güçlendirilir ve yaşamlarının diğer alanlarına aktarılır. Müzik terapisi ayrıca kendilerini sözcüklerle ifade etmekte zorluk yaşayanlara yardımcı olabilecek iletişim yolları sunar. Müzik terapi ile ilgili yapılan araştırmalar, genel fiziksel rehabilitasyon ve hareketi kolaylaştırmak, insanların tedavilerine katılma motivasyonunu arttırmak, hastalar ve aileleri için duygusal destek sağlamak ve duyguların ifade edilmesinde bir çıkış sağlamak gibi birçok alanda etkin olduğunu göstermektedir ⁽³⁾.

Müzik Terapinin Tarihçesi

Tarih boyunca insanlar müziği hem bir sanat hem de tedavi yöntemi olarak kullanmışlardır ⁽⁴⁾. İnsanlık tarihinde her toplumda müzikle tedavi yaygın olarak kullanılmıştır. Müziğin tedavi amacıyla kullanıldığı en eski medeniyetlerin başında Sümerler, Babiller, Asurlar, Şamanlar, Çinliler, Eski Mısır ve Yunanlılar gelmektedir. Milattan sonra sahne alan Endülüs, Emevi, Selçuklu ve Osmanlı dönemi İslam coğrafyası şifahanelerinde müzik farklı ruhsal ve bedensel rahatsızlıkların tedavisinde yaygın olarak kullanılmaktaydı ⁽⁵⁾.

Eski topluluklardan şamanlar, ayin, fal, sihir ve tedavide müziği kullanmışlardır. Müziği, din ya da büyü'nün etkisinde kalmadan tedavide ilk kez kullananlar

KAYNAKÇA

1. Işıklı, M. (2018). Müzik Terapinin Kolonoskopi Öncesi, Hastaların Fiziksel Ve Ruhsal Parametreleri Üzerine Etkisinin İncelenmesi. İstanbul Medipol Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
2. Meriç, E.N., Kaya, Y. (2018). Jinekolojik Onkolojide Müzik Terapisinin Yeri. Osmangazi Tıp Dergisi, 107-109.
3. Amerikan Music Therapy Association [Amta], (2019). Erişim Tarihi: 20 Temmuz 2019, <http://www.musictherapy.org/about/musictherapy/>
4. Karamızrak, N. (2014). Ses ve Müziğin Organları İyileştirici Etkisi. Koşuyolu HeartJournal, 17(1), 54-57.
5. Erer, S., Atıcı, E. (2010). Selçuklu ve Osmanlılarda Müzikle Tedavi Yapılan Hastaneler. Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi. 36 (1): 29-32.
6. Karadağ, E. (2011). Hemodiyaliz Tedavisi Uygulanan Kronik Böbrek Yetmezlikli Hastalarda Müziğin Uyku Kalitesi ve Yaşam Bulgularına Etkisi. T.C. Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü İç Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Doktora Tezi. İzmir.
7. Koç, E. M., Başer, A. D., Kahveci, R., et.al.(2016). Ruhun ve Bedenin Gıdası: Geçmişten Günümüze Müzik ve Tıp.Konuralp Tıp Dergisi,51-55.
8. Yılmaz, D. Ü., Korhan, E. A., Baysan, B., et.al. (2016). Mekanik Ventilasyon Desteğinde Olan Hastalarda Müzik Terapinin Sedasyon Düzeyi ve Yaşamsal Belirtiler Üzerine Etkisi: Bir Pilot Çalışma. İzmir Katip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Dergisi, 21-27.
9. Karadeniz, E. E. Ş. (2017). Demans-Alzheimer Hastalarında Farklı Müzik Terapi Uygulamalarının Zihinsel, Psikolojik, Anksiyete ve Ajitasyon Etkileri Üzerine Karşılaştırmalı Çalışma. Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Türk Musikisi Anasanat Dalı, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
10. İngersoll, S. S. S., Schaper, A. (2013). Music: A Caring, Healing Modality. B.M. Dossey, L. Keegan (Ed.), Holistic Nursing A Handbook For Practice. Burlington. Jones & Bartlett Learning; 397-415
11. Vizeli, M. (2010). Koroner Anjiyografi Uygulanacak Hastalarda Müzik Terapisinin Anksiyete Düzeyine Etkisi. T.C. Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Bölümü, Yüksek Lisans Tezi. İstanbul.
12. Arslan, S. (2007). Dokunma, Müzik Terapi ve Aromaterapinin Yoğun Bakım Hastalarının Fizyolojik Durumlarına Etkisi. T.C. Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Cerrahi Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Doktora Tezi, Erzurum.
13. Çoban, A. (2005). Avrupa ve Türk İslam Medeniyetlerinde Müzikle Tedavi. İstanbul: Timaş Yayınları.
14. Stanczyk, M.M. (2011). Music therapy in supportive cancer care. Reports of Practical Oncology and Radiotherapy, 1(6), 170-172
15. Gençel, Ö. (2006). Müzikle Tedavi. Kastamonu Eğitim Dergisi. 2 (14): 697- 706.
16. Grocke, D., Wigram, T. (2007). Receptive Methods In Music Therapy. Jessica Kingsley Publishers. Uk and Usa.
17. Kabul, S. (2012). Acil Servislerde Yapılan Girişimsel İşlemler Sırasında Dinletilen Müziğin Stres Hormonları, Ağrı ve Anksiyete Üzerine Etkisi. Gaziantep Üniversitesi Tıp Fakültesi Acil Tıp Anabilim Dalı, Tıpta Uzmanlık Tezi, Gaziantep.
18. İmseytoğlu, D., Yıldız, S. (2012). Yenidoğan Yoğun Bakım Ünitelerinde Müzik Terapi. İ.Ü.F.N. Hemşirelik Dergisi, 160-165.
19. Birkan, Z. I. (2014). Müzikle Tedavi, Tarihi Gelişimi Ve Uygulamaları. Ankara Akupunktur ve Tamamlayıcı Tıp Dergisi, 37-49
20. Sayar, S., Ergin, D. (2019). Ortopedi Servisinde Yatan Çocuk Hastalarda Ameliyat Sonrası Ağrı Yönetiminde Müziğin Etkisinin İncelenmesi. Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi, 67-73.
21. Sarıkaya, N.A., Oğuz, S. (2016). Huzurevinde Kalan Yaşlılarda Pasif Müzikoterapinin Uyku Kalitesine Etkisi. Psikiyatri Hemşireliği Dergisi, 55-60.

22. Vik, B.M.D., Skeie, G. O., Specht, K. (2019). Neuroplastic Effects in Patients With Traumatic Brain Injury After Music-Supported Therapy. *Frontiers in Human Neuroscience*, 1-11.
23. Yılmaz, D. Ü., Korhan, E. A., Baysan, B., et.al. (2016). Mekanik Ventilasyon Desteğinde Olan Hastalarda Müzik Terapinin Sedasyon Düzeyi ve Yaşamsal Belirtiler Üzerine Etkisi: Bir Pilot Çalışma. *İzmir Katip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Dergisi*, 21-27.
24. Özlü, Z. K., İnce, S., Aşar, G. (2016). Müzik Terapinin Kolesistektomi Olan Hastaların Ağrılarını Üzerine Etkisi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 100-105.
25. Bayındır, S., Koçyiğit, F. (2017). Yoğun Bakım Ünitesinde Ağrı ve Anksiyete Yönetiminde Non-farmakolojik Adjuvan Tedavi: Müzik Terapi. *Maltepe Tıp Dergisi*, 14-17.
26. Ribeiro, M. K. A., Silva, T. R., Oliveira, J.C.M., et.al. (2018). Music Therapy Intervention in Cardiac Autonomic Modulation, Anxiety, and Depression in Mothers of Preterms: Randomized-Controlled Trial. *Bmc Psychology*, 1-10.
27. Porter, S., Mcconnell, T., Clarke, M., et.al. (2017). A Critical Realist Evaluation of A Music Therapy Intervention in Palliative Care. *Bmc Palliative Care*, 2-12.
28. Sharda, M., Tuerk, C., Chowdhury, R., et.al. (2018). Music Improves Social Communication and Auditory-Motor Connectivity in Children With Autism. *Translational Psychiatry*, 1-13.
29. Van Bruggen-Rufi, M., Vink, A., Achterberg, W., et.al. (2016). Music Therapy in Huntington's Disease: A Protocol For A Multi-Center Randomized Controlled Trial. *Bmc Psychology*, 1-9.
30. Updike P. (1990). Music Therapy Results For Icu Patients. *Dimensions of Critical Care Nursing*; 9:1.