



بسمه تعالی



دانشگاه علامه طباطبائی

دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی

پایان نامه کارشناسی ارشد روان شناسی عمومی

عنوان :

تأثیر موسیقی بر کاهش اضطراب کودکان سرطانی ۹-۱۲ ساله تهران

استاد راهنما :

دکتر فرامرز سهرابی

استاد مشاور :

دکتر علی زاده محمدی

پژوهشگر :

فاطمه زین آبادی

۱۳۸۷

## تقدیر و تشکر

با حمد و ستایش ایزد منان، وظیفه خود می دانم که مراتب سپاس و تقدیر خود را از تمامی عزیزانی که بنده را در اجرای این پژوهش یاری کردند اعلام نمایم.

سپاس بی پایان خود را به استاد فهیم و ارجمند خود جناب آقای دکتر فرامرز سهرابی صمیمانه ابراز می نمایم، چرا که تذکرات آگاهانه و مشعل هدایتشان همواره سراج راهم در این پژوهش بوده و در پرتو راهنمایی های ارزنده، دقیق و صمیمانه ایشان این پژوهش به ثمر رسید. از خداوند متعال برای ایشان سلامتی و موفقیت روز افزون را آرزومندم.

همچنین از تلاش و نقطه سنجی های دقیق و پیگیرانه جناب آقای دکتر علی زاده محمدی که از سر اخلاص قبول مشاورت فرمودند و صمیمانه و با رویی گشاده در تمام مراحل تدوین این تحقیق یاری نمودند، قدردانی و سپاس گذاری می نمایم و شادکامی و پیروزی ایشان را از یگانه هستی بخش خواستارم.

همچنین از آقای دکتر اسکندری که صمیمانه داوری پایان نامه را بر عهده گرفتند، بی نهایت سپاسگزارم.

## تقدیم به دو گوهر مقدس زندگی

همدمان لحظه های شادی و اندوه

یاوران پاک و بی ریای هستی ام

پدر مهربان و مادر گرامیم

که شادترین قلبها در موفقیت هایم بودند

## چکیده

پژوهش حاضر به منظور بررسی تاثیر موسیقی بر کاهش اضطراب کودکان سرطانی ۹-۱۲ ساله تهرانی انجام شد. فرض پژوهشی بر این اساس بود که موسیقی اضطراب کودکان سرطانی را کاهش می دهد. برای آزمودن این فرضیه ، ۱۶ کودک مبتلا به سرطان که در مرحله پس از تشخیص، درمان و در بیمارستان محک بستری بودند به طور نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند، ابزار اندازه گیری در این پژوهش آزمون سنجش اضطراب کودکان اسپیل برگر بود که توسط آزمودنی ها ، در پیش و پس آزمون تکمیل گشته بود. بعد از انتخاب نمونه، آزمودنی ها به طور تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل قرار گرفتند، برای گروه آزمایش مداخله موسیقی که شامل گوش کردن به موسیقی کاهنده اضطراب اثر موتزارت، خواندن اشعار انتخابی ، شنیدن نغمه های کودکانه، گوش کردن به موسیقی آرام سازی اثر شوتن، نواختن ساز های کوبه ای از قبیل بلز، طبل، خاشخاشک، بود که هفته ای دو بار و هر جلسه به مدت ۳۰ دقیقه به اجرا در آمد، مجموع جلسات موسیقی ۸ جلسه بود، که در کل به مدت ۱ ماه به طول انجامید. بعد از پایان مداخله آزمودنی ها مورد پس آزمون قرار گرفتند و نتایج توسط آمار توصیفی و استنباطی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت، روش آماری مورد استفاده در این پژوهش آزمون t مستقل برای مقایسه تفاوت میانگین های دو گروه بود. نتایج نشان داد که موسیقی با ضریب اطمینان ۹۵٪ بر کاهش اضطراب کودکان سرطانی موثر است.

## فهرست مطالب

صفحه	عنوان
الف.....	چکیده.....
	<b>فصل اول: کلیات پژوهش</b>
۲.....	مقدمه.....
۴.....	۱-۱ بیان مسأله.....
۷.....	۱-۲ اهمیت و ضرورت پژوهش.....
۸.....	۱-۳ اهداف پژوهش.....
۹.....	۱-۴ فرضیه پژوهش.....
۹.....	۱-۵ متغیر های پژوهش.....
۹.....	۱-۶- تعاریف نظری و عملیاتی متغیرهای پژوهشی.....
	<b>فصل دوم: پیشینه تحقیق</b>
۱۲.....	مقدمه.....
۱۳.....	۲-۱ رویکردهای نظری در زمینه های اضطراب.....
۱۳.....	۲-۱-۱ ماهیت اضطراب.....
۱۳.....	۲-۱-۲ تعریف اضطراب.....

- ۱۴.....۲-۱-۳ علایم اضطراب
- ۱۹.....۲-۱-۴ انواع اضطراب
- ۲۰.....۲-۱-۵ مبانی نظری اضطراب
- ۲۱.....۲-۱-۵-۱ نظریه های روانکاوی
- ۲۱.....۲-۱-۵-۲ نظریه های رفتاری
- ۲۳.....۲-۱-۵-۳ نظریه های زیستی
- ۲۴.....۲-۱-۵-۴ نظریه های انسان گرایانه و هستی نگر
- ۲۴.....۲-۱-۵-۵ نظریه های شناختی
- ۲۵.....۲-۱-۶ طبقه بندی اختلال های اضطرابی
- ۲۶.....۲-۱-۷ علل اضطراب
- ۲۸.....۲-۱-۸ اضطراب و بیماری سرطان
- ۳۰.....۲-۲ سرطان
- ۳۱.....۲-۲-۱ سرطان کودکی
- ۳۳.....۲-۲-۲ اثر روانی اجتماعی سرطان
- ۳۵.....۲-۳ موسیقی
- ۳۷.....۲-۳-۱ اثرات روان شناختی موسیقی
- ۳۹.....۲-۳-۲ موسیقی و مغز
- ۴۲.....۲-۳-۳ تاریخچه موسیقی
- ۴۷.....۲-۳-۴ تعریف موسیقی

۴۹..... ۲-۳-۵ موسیقی و بیماران جسمی مزمن

۵۲..... ۲-۳-۶ موسیقی و اضطراب

۵۳..... ۲-۳-۷ تحقیقات انجام شده در زمینه پژوهش

### فصل سوم: روش اجرای پژوهش

۶۱..... مقدمه

۶۱..... ۳-۱ روش تحقیق

۶۱..... ۳-۲ جامعه آماری

۶۱..... ۳-۳ نمونه و نمونه گیری

۶۲..... ۳-۴ نحوه اجرا

۶۴..... ۳-۵ ابزار اندازه گیری

۶۶..... ۳-۶ روش تجزیه و تحلیل داده ها

### فصل چهارم: تجزیه و تحلیل داده های پژوهش

۶۸..... مقدمه

۶۹..... ۴-۱ آمار توصیفی

۷۱..... ۴-۲ آمار استنباطی

### فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری

۷۳..... مقدمه

۷۴..... ۵-۱ خلاصه پژوهش

۷۶..... ۵-۲ محدودیت های پژوهش



۷۶..... ۳-۵ پیشنهاد های پژوهش

۷۹..... منابع فارسی

۸۳..... منابع انگلیسی

۸۹..... پیوست

## فهرست جداول

صفحه	عنوان
۶۹.....	جدول (۴-۱) شاخصه های توصیفی مولفه اضطراب در نمرات پیش و پس ازمون.....
۷۰.....	جدول (۴-۳) نتایج ازمون t مستقل در مورد میانگین های نمرات اختلافی پیش ازمون - پس ازمون عامل اضطراب در گروه آزمایش و کنترل.....
۷۰.....	نمودار ۱. میانگین نمرات مولفه اضطراب گروه ها در نمرات پیش و پس ازمون.....

# فصل اول

## کلیات پژوهش

## مقدمه

در آستانه قرن بیست و یکم مبارزه با سرطان شامل هزاران کنش، آمادگی ذهنی و شیوه های درمانی است که باید با واقعیت های وجودی هر بیمار سازگار باشد. سرطان دشمن نامرئی است که حمله هایش بازتاب های روانی - جسمانی بی شماری دارد. مردم به حق یا ناحق از سرطان خیلی بیشتر از سایر بیماری ها می ترسند و از آنجا که بازتاب های روانی شدیدی دارد، بیمار مبتلا به سرطان و خانواده اش نیاز به حمایت های فراوانی دارند. در حال حاضر به دلیل پیشرفت های چشمگیر در زمینه تشخیص به موقع، تکنولوژی پیشرفته آزمایشگاه های آسیب شناسی و روش های درمانی کارا و موفق بیمار سرطانی امکان زندگی طولانی تری دارد. بنابراین، به زودی نمی میرد و تنها با مسأله درد و مرگ روبه رو نیست بلکه بیماری نه فقط به عنوان یک عامل تنیدگی را که سلامت جسمانی وی را به مخاطره می اندازد بلکه به عنوان تهدید کننده سلامت روانی وی و خانواده اش تلقی می شود که بر همه زمینه های اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی، عاطفی زندگی بیمار پنجه می اندازد. یکی از واکنش های طبیعی به سرطان، اضطراب است که ممکن است زمانی برای فرد اتفاق بیافتد که فرد تحت آزمایش سرطان قرار گرفته است که به عنوان یک حالت احساسی و عاطفی ناخوشایند، ناشی از پاسخ روانی - فیزیولوژیکی فرد نسبت به تهدید ادراک شده است که مسلح کردن افراد به ابزارهای مقابله ای جهت کاهش و به انقیاد کشیدن آن در جهت سلامت جسمی و روانی فرد اجتناب ناپذیر است. شیوه های متعددی برای کاهش اضطراب بیان شده است که در این پژوهش به روش موسیقی درمانی پرداخته شده است.

از سوی مکاتب مختلف روانشناسی برای درمان اضطراب روش های گوناگون غیر دارویی و تکنیک های روان درمانی حمایتی متعددی طراحی و بوجود آمده است . یکی از روش های رایج که تحقیقات گوناگون نظر مدار موید آن بوده و مبتنی بر تخلیه هیجانی و بیان احساسات و آرام سازی و نیرو بخشی است روش موسیقی درمانی است که در دو بخش درمان و پیشگیری و بهداشت روان مورد استفاده قرار می گیرد. در حیطه درمان با هدف تخلیه هیجانی و رسیدن به آرامش، مواجهه با تعارضات به کار می رود و در بخش پیشگیری که کاربرد موسیقی درمانی وسیع تر می گردد (کمپ بل دان، ترجمه بهزاد، ۱۳۸۰).

## ۱- بیان مساله

سرطان به عنوان یک بحران اساسی در زندگی کودک مبتلا و والدینش آشکار می شود (باررا<sup>۱</sup>، ۲۰۰۲). تحقیقات نشان می دهد که احتمال یا تشخیص سرطان می تواند بر جنبه های فیزیکی، روان شناختی و اجتماعی فرد تاثیر بگذارد (کینگ<sup>۲</sup>، هاینز<sup>۳</sup>، ۲۰۰۳ نقل از فرر، ۲۰۰۷).

بر طبق آمار انجمن سرطان شناسی آمریکا (۲۰۰۵) بالای ۳۰ درصد افراد سرطانی اضطراب قابل ملاحظه ای را تجربه می کنند. پریشانی ناشی از مبتلا شدن به سرطان، تحت درمان قرار گرفتن، تغییرات منظم فیزیکی، روان شناختی و احتمالا رویارویی با مرگ باعث برانگیختن پاسخ های اجتناب ناپذیر اضطرابی در فرد می گردد (فرر<sup>۴</sup>، ۲۰۰۷).

کودکان تحت فرایند های پزشکی اغلب اضطراب را به عنوان حالت عاطفی ناخوشایند، مبهم که با کیفیتی از پریشانی و ناراحتی تعریف می شود، تجربه می کنند (ربر<sup>۵</sup>، ۱۹۸۵، نقل از وایت<sup>۶</sup>، ۲۰۰۶).

منبع عمده آشفستگی در کودکان مبتلا به سرطان عوارض جانبی شیمی درمانی است که نوعا برای درمان این بیماری استفاده می شود. دارو های سمی اغلب موجب تهوع و استفراغ، ریزش مو، التهاب دهان و غیره می شوند (فرر، ۲۰۰۷).

---

<sup>1</sup> Barrera  
<sup>2</sup> King  
<sup>3</sup> Hinds  
<sup>4</sup> Ferrer  
<sup>5</sup> Reber  
<sup>6</sup> Whitehead

علاوه بر این اثرات جانبی دارویی، بیماران تحت شیمی درمانی اثرات جانبی روانی، چون اضطراب، ملالت و افسردگی، بیخوابی، ترس ها و موقعیت های شرطی شده را نیز تجربه می کنند (نائینیان و همکاران، ۱۳۸۴).

آشفته‌گی، درد و اضطرابی که کودکان از رهگذر این شیوه های تشخیصی و درمانی سرطان متحمل می شوند، موجب می گردد تا جریان عمل به کندی و با جنجال و دشواری پیش برود و به واسطه درد، ترس و استرس چشمگیری که به آنها دست می دهد، در هر بار مراجعه تقریباً به زور حاضر به همکاری می شوند. از طرفی بین درد و اضطراب رابطه وجود دارد، اگر دردافزایش یابد باعث افزایش اضطراب خواهد شد و مشابهها اگر اضطراب کاهش یابد باعث کاهش درد می شود (مک گریث<sup>۱</sup>، ۱۹۹۰؛ نقل از وایت هد، ۲۰۰۶). از سویی دیگر محیط بیمارستان می تواند منبع قابل ملاحظه استرس برای کودکان خردسالی باشد که تشخیص سرطان داده می شوند (ویلی<sup>۲</sup>، ۲۰۰۶).

در مشاوره و روان درمانی نظریه های مختلفی وجود دارد که همه آنها سعی دارند اضطراب را تخفیف داده و دست یابی به آرامش را ممکن سازند (شفیع آبادی، ۱۳۸۲).

در بحث درمانگری یکی از شیوه هایی نسبتاً نوینی که در چند دهه اخیر مورد توجه پژوهشگران قلمرو اضطراب و افسردگی قرار گرفته، موسیقی است. تحقیقات نشان می دهد که درگیر شدن در فعالیت های موسیقایی از قبیل، موسیقی همراه با آرامش عضلانی، گوش

---

<sup>1</sup> Mc Grith

<sup>2</sup> Veely

کردن به موسیقی انتخابی، می تواند به طور قابل ملاحظه ای اضطراب را کاهش دهد (نایت و ریکارد<sup>۱</sup>، ۲۰۰۱؛ پللیتور<sup>۲</sup>، ۲۰۰۴؛ هرناندز و رویز<sup>۳</sup>، ۲۰۰۵؛ فرر، ۲۰۰۷).

علاوه بر این تحقیقات قابل ملاحظه ای وجود دارد که موثر بودن کاربرد موسیقی در فرایند های پزشکی دردناک را تایید می کنند (ملون<sup>۴</sup>، ۱۹۹۶؛ آلبرت<sup>۵</sup>، ۲۰۰۲؛ پالاکانیس<sup>۶</sup> و دی نوبیل<sup>۷</sup>، ۱۹۹۴ نقل از فرر، ۲۰۰۷).

زیرا ثابت شده است که سیستم اعصاب انسان به محرک های موسیقایی پاسخ مثبت می دهد و عملاً در تغییر حالت بیماران موثر می باشد. موسیقی موجب کاهش تعداد ضربان های قلب و عمیق شدن تنفس شده و دارای اثر مثبت بر روی اضطراب و تسکین درد می باشد (تد- اندروز، نقل از عمرانی، ۱۳۸۲).

شنیدن ترانه ها و آواها برای همدردی و تخلیه نگرانی و اندوه، بحث و گفتگو پیرامون احساس های مختلف، تن آرامی با موسیقی آرام بخش، بدیهه نوازی ساز و آواز، ارتباط گروهی در فعالیت های موسیقی، فرصت هایی هستند که به سازگاری بیماران کمک می کند (زاده محمدی، ۱۳۸۰).

با توجه به پیشینه مطالعاتی و مطالب ذکر شده، همین طور وجود درصد بالایی از کودکان سرطانی بستری در بیمارستان ها و عوارض ناشی از آن و نیز عدم توجه تیم درمانی به این گونه مسائل و همچنین مشاهدات پژوهشگر در مراکز بالینی مبنی بر اینکه، بسیاری از

---

<sup>1</sup> Knight & Rickard

<sup>2</sup> Pelletior

<sup>3</sup> Hernandes & Ruiz

<sup>4</sup> Malone

<sup>5</sup> Albert

<sup>6</sup> Palakanis

<sup>7</sup> Denobile



کودکان در طول بستری شدن ساعت ها، روزها و هفته هایی را در بیمارستان سپری می کنند، بدون اینکه برنامه سرگرم کننده و آرام بخشی در محیط درمانی برای آنها انجام گیرد که هم باعث کاهش اضطراب شان شود و هم انجام یک رویه درمانی برای آنها باشد، پژوهش حاضر به دنبال آن است که موسیقی چه نقشی در کاهش اضطراب کودکان سرطانی دارد و چه تفاوتی در اضطراب کودکانی که مداخله موسیقی دریافت کرده اند با کودکانی که این مداخله را دریافت نکرده اند وجود دارد.

## ۲-۱- اهمیت و ضرورت پژوهش

کودکان خردسال بخش قابل توجهی از جمعیت سرطان کودکان را به خود اختصاص می دهند. بر طبق آمار انجمن سرطان جهان، تقریباً ۱۲۴۰۰ کودک و نوجوان زیر ۲۰ سال، تشخیص سرطان داده می شوند که ۴۹ درصد موارد گزارش شده، در کودکان ۹ ساله یا کوچک تر است (ویلی، ۲۰۰۷).

تجربه سرطان و درمان های مربوط به آن مشکلات روان شناختی جدی را به وجود می آورد و کودکان مبتلا در طی رویا رویی با بیماری، دستخوش پریشانی های جسمانی و عاطفی می شوند (وایت هد، ۲۰۰۶). به طوری که بارتون<sup>۱</sup> (۱۹۸۶) در پژوهش خود نشان داد کودکان بیمار بستری در بیمارستان ترس های شدید تر و سطح اضطراب بالاتری را نسبت به کودکان غیر بستری نشان می دهند و پاسخ های اضطرابی آنها در طول بستری شدن در قالب رفتارهایی نظیر افزایش ترس، واپس روی، مشکلات خواب و علائم روان تنی و بدنی مثل شب ادراری و تیک ظاهر می شوند (تیدمن، ۱۹۹۰). همچنین در این کودکان محدودیت

---

<sup>1</sup> Barton

های حرکتی ناشی از سرم، سند، ضعف جسمانی همراه با از دست دادن کنترل باعث افزایش سطح اضطراب و حتی اختلالات عاطفی و رفتاری می شود. بنابراین ملاحظه می شود که کودکان علاوه بر مواجهه با یک سلسله مشکلات جسمی، با بروز دسته ای از نشانگان عاطفی به دنبال تشخیص، درمان و سیر بیماری نیز روبرو هستند که وضعیت آنها را بغرنج نموده و روال طبیعی زندگی آنها را بر هم میزند، از این رو با استفاده از روش های درمانی بی خطر و آسان، در دسترس و ارزان، باید به کودک اجازه داد تا ترس و نگرانی خود را ابراز کند.

کمک به کودکان و والدین آنها برای سازگاری موثر با بسیاری از ناراحتی های به وجود آمده در رابطه با تشخیص و درمان در بیماری های تهدید کننده زندگی از قبیل سرطان، چالش بزرگی است. یکی از روش های بی خطر موسیقی است، استفاده از موسیقی در رابطه با کودکان از سال ۱۹۰۰ آغاز شده است (برودسکی<sup>۱</sup>، ۱۹۸۹؛ فاگن<sup>۲</sup>، ۱۹۸۲؛ مارلی<sup>۳</sup>، ۱۹۸۴ نقل از باررا، ۲۰۰۱). خصوصاً برای کودکان دارای بیماری مزمن که بتوانند به راحتی با ناراحتی های هیجانی خود سازگار شوند، با این وصف ضروری به نظر می رسد که اثربخشی موسیقی در کاهش اضطراب کودکان سرطانی مورد بررسی قرار بگیرد که در صورت گرفتن نتایج مورد نظر از پژوهش حاضر بتوان از آن به عنوان یک شیوه در کاهش اضطراب و افزایش همکاری در سیر درمان، بهره جست.

### ۳-۱- هدف پژوهش

---

<sup>1</sup> Brodsky

<sup>2</sup> Fagen

<sup>3</sup> Marley

این تحقیق می‌کوشد تا اولاً از شیوه‌های عملی آسان و قابل دسترس شامل شنیدن موسیقی و فعالیت ریتمیک همراه آن، سود جوید، ثانیاً شاید این روش بتواند به عنوان شیوه معمول در بخش سرطان اطفال یا سایر جاهایی که کودکان صرفاً متحمل شیوه‌های پزشکی می‌شوند، مورد استفاده قرار بگیرد.

هدف اساسی این پژوهش، تعیین تأثیر موسیقی درمانی بر کاهش اضطراب کودکان سرطانی می‌باشد.

#### **۴-۱- فرضیه پژوهش**

موسیقی در کاهش اضطراب کودکان سرطانی موثر است.

#### **۵-۱- متغیرهای پژوهش**

متغیر مستقل : ارائه موسیقی

متغیر وابسته : سطح اضطراب

متغیر کنترل : سن

#### **۶-۱- تعریف متغیرها**

##### **تعریف مفهومی موسیقی**

استفاده تجویز شده و سازمان یافته از موسیقی یا فعالیت‌های موسیقایی برای تغییر حالات روانی و رفتارهای ناسازگار با هدف درمانی است (زاده محمدی، ۱۳۸۰).

##### **تعریف عملیاتی موسیقی**

- شنیدن نغمه های کودکانه ، خواندن اشعار انتخابی ، نوار کاهش اضطراب (موتزارت) ، گوش کردن به موسیقی آرام سازی شوتن، نواختن سازهای کوبه ای ، شامل سازهای ماراگاس (خاشخاشک)، بلز، ، طبل، انجام حرکات ریتمیک ا.

### **تعریف مفهومی اضطراب**

اضطراب یک احساس منتشر ناخوشایند و اغلب مبهم دلواپسی است که با یک یا چند احساس و علائم جسمی همراه می گردد. یک علامت هشدار دهنده است و خبر از خطری قریب الوقوع می دهد و شخص را برای مقابله با تهدید آماده می سازد (کاپلان و سادوک، نقل از رفیعی و رضائی، ۱۳۷۸).

### **تعریف عملیاتی اضطراب**

منظور از اضطراب در این پژوهش نمره ای است که افراد مورد مطالعه از اجرای پرسشنامه اضطراب کودکان اسپیل برگر کسب می کنند.

### **تعریف مفهومی سرطان**

به هر نوع تومور بدخیم گفته می شود که از تقسیم غیر عادی و کنترل نشده سلول هایی به وجود می آید که بافت اطراف سلول ها را تسخیر و خراب می کند (کورتیس، ۲۰۰۰؛ نقل از سهرابی ، ۱۳۸۲).

### **تعریف عملیاتی سرطان**