

**ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ ΔΥΤΙΚΗΣ  
ΕΛΛΑΔΑΣ**

**ΣΧΟΛΗ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ ΚΑΙ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ**

**ΤΜΗΜΑ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗΣ**

**ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ**

**«Η ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΔΥΝΑΜΗ ΤΗΣ ΤΕΧΝΗΣ ΣΤΗΝ ΕΠΟΧΗ  
ΤΗΣ ΚΡΙΣΗΣ. Η ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΤΗΣ ΚΛΑΣΣΙΚΗΣ ΚΑΙ  
ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ.»**

**Πολυχρονάκης Μιχαήλ**

**Επιβλέπουσα καθηγήτρια,**

**Κα Βάθη Παναγιώτα**

**Μεσολόγγι 2017**



## **ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ**

Θα ήθελα να ευχαριστήσω ιδιαίτερα την επιβλέπουσα κυρία Βάθη Παναγιώτα που με δέχτηκε για την πτυχιακή εργασία, καθώς και που βοήθησε όσο μπορούσε παρέχοντας οδηγίες σχετικά με το θέμα, χρήσιμους διαδικτυακούς συνδέσμους και εβδομαδιαία επίβλεψη. Επίσης, συγγενείς στην πόλη της Πάτρας για τη φιλοξενία και την στήριξη καθ' όλη τη διάρκεια της εργασίας, καθώς και το αγαπητό πρόσωπο που πήρα τη συνέντευξη και αποκόμισα πλούσιες πληροφορίες Μιχαήλ Ιωάννου Πολυχρονάκη, παππού εμού του ιδίου και διδασκάλου κρητικής παραδοσιακής μουσικής.

# ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ .....	ii
ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ .....	iii
ΠΕΡΙΛΗΨΗ .....	iv
ΕΙΣΑΓΩΓΗ .....	v
ΑΝΑΦΟΡΑ ΣΥΝΑΦΕΙΑΣ .....	vi
1 Τέχνη.....	1
1.1 Ορισμός.....	1
1.2 Η μουσική.....	2
2 Μουσικοθεραπεία .....	3
2.1 Θεραπευτικές ιδιότητες της μουσικής.....	3
2.2 Μουσικοθεραπεία στην αρχαία Ελλάδα .....	6
2.3 Πυθαγόρας και άλλοι φιλόσοφοι .....	9
2.4 Μουσικοθεραπεία στο Μεσαίωνα.....	11
2.5 Μουσικοθεραπεία στη σύγχρονη εποχή.....	13
3 Κλασσική μουσική και μουσικοθεραπεία.....	16
3.1 Έρευνα για κλασσική μουσική.....	17
3.2 Η μουσική του Μότσαρτ.....	18
4 Παραδοσιακή μουσική.....	21
4.1 Μεθοδολογία έρευνας .....	22
4.2 Διαδικασία συνεντεύξεως .....	23
4.3 Συμπεράσματα έρευνας.....	26
ΕΠΙΛΟΓΟΣ.....	28
ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ .....	32

## ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Μέχρι και τις αρχές του 20ού αιώνα οι επιστήμονες δεν είχαν παρατηρήσει και μελετήσει συστηματικά τις επιδράσεις της μουσικής σε παραμέτρους της λειτουργίας του ανθρώπινου σώματος. Όμως στις αρχές της δεκαετίας του '50, στις ΗΠΑ, δημιουργήθηκε μια σύνθετη επιστημονική ομάδα (Αμερικανική Εταιρεία Μουσικοθεραπείας), η οποία αποτέλεσε τον πρώτο επίσημο πυρήνα κλινικής εφαρμογής και έρευνας της μουσικοθεραπείας.

Την τελευταία δεκαετία με την πρόοδο της μαγνητικής τομογραφίας και την εμφάνιση της τομογραφίας εκπομπής ποζιτρονίων (PET) έχει γίνει δυνατή η μελέτη των επιδράσεων της μουσικής στον ανθρώπινο εγκέφαλο. Τα συμπεράσματα της έρευνας αυτής έχουν κινητοποιήσει πολλούς γιατρούς, που χρησιμοποιούν τη μουσική ως συμπληρωματικό θεραπευτικό μέσο.

Πολλοί και διαφορετικοί ερευνητές έχουν αποδείξει ότι η έκθεση σε μουσική ακρόαση και συστηματική μουσική διδασκαλία που αρχίζει πριν από την ηλικία των 7 ετών μπορεί να προκαλέσει στον ανθρώπινο εγκέφαλο την ανάπτυξη περισσότερων διαφορετικών νευρωνικών οδών από εκείνες που σχετίζονται αποκλειστικά με το λόγο και τη γλώσσα. Αυτό θεωρητικά θα μπορούσε να αποβεί προστατευτικό στην περίπτωση που το συγκεκριμένο άτομο στο μέλλον θα υποστεί ένα αγγειακό εγκεφαλικό επεισόδιο. Σε αυτή την περίπτωση ο εγκέφαλος θα κατορθώσει πιθανά να εξασφαλίσει επικοινωνία μέσω των "μουσικών νευρωνικών οδών" εφόσον καταστραφούν κάποιες οδοί που σχετίζονται με το λόγο και τη γλώσσα.

Στόχοι και εφαρμογές της μουσικοθεραπείας στην ιατρική είναι γενικά: η αντιμετώπιση του πόνου, η αντιμετώπιση του ψυχοσωματικού στρες, η βοήθεια της μητέρας στον τοκετό, η χρήση στις μονάδες πρόωρων βρεφών, η βοήθεια στη μετεγχειρητική ανάρρωση, η ανακουφιστική θεραπεία καρκινοπαθών, οι εφαρμογές σε μονάδες εντατικής θεραπείας καρδιοπαθών, οι εφαρμογές στη νόσο αλτσχάϊμερ, η αντιμετώπιση της κατάθλιψης, η βελτίωση της επικοινωνίας ψυχιατρικών ασθενών και πλείστες άλλες εφαρμογές. Οπωσδήποτε, γενικό στόχο της μουσικοθεραπείας αποτελεί η αύξηση της αισιόδοξης στάσης και της θετικής σκέψης στα προβλήματα της ζωής, στοιχεία που συμβάλλουν στην ενίσχυση του ανοσοβιολογικού συστήματος.

## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Για την εργασία αυτή, χρειάστηκε η μελέτη ενός μεγάλου μέρους της παγκόσμιας έρευνας για τη μουσική, τις θεραπευτικές της ιδιότητες και την τέχνη γενικότερα. Σκοπός της παρούσας πτυχιακής εργασίας αρχικά ήταν να γίνει μια γνωριμία με τις θεραπείες μέσω τέχνης, λόγω της μικρής αναγνωσιμότητας τους από το ευρύ κοινό και τους επαγγελματίες ψυχικής υγείας.

Η μέθοδος που ακολουθήθηκε για την εκπόνηση της παρούσας εργασίας είναι η ποιοτική μέσω συνεντεύξεων των ειδικών που εφαρμόζουν προγράμματα θεραπείας μέσω τέχνης. Η εργασία αποτελείται από τρία κεφάλαια.

Στο πρώτο κεφάλαιο γίνεται μία πρώτη αναφορά στο αντικείμενο των θεραπειών μέσω τέχνης γενικότερα. Επίσης, αναλύεται τι ορίζεται τέχνη, μουσική και μουσικοθεραπεία καθώς αναπτύσσεται το αντικείμενο, η χρησιμότητα, ο ρόλος, η μεθοδολογία και η αποτελεσματικότητα της. Επίσης περιγράφεται η πορεία της καθιέρωσης των εναλλακτικών θεραπειών. Στο δεύτερο κεφάλαιο, μελετάται η περίπτωση της κλασικής μουσικής και της παραδοσιακής μουσικής με γνώμονα την επίδρασή τους στον ανθρώπινο οργανισμό και τις ευεργετικές ιδιότητες των δύο ειδών μουσικής.

Τέλος, το τρίτο κεφάλαιο περιλαμβάνει την έρευνα για τη θεραπευτική ιδιότητα της μουσικής μέσω μαρτυριών προσώπων. Η έρευνα αυτή στηρίζεται στη μέθοδο της ημιδομημένης συνέντευξης.

## ΑΝΑΦΟΡΑ ΣΥΝΑΦΕΙΑΣ

Ο λόγος της παρούσας πτυχιακής εργασίας είναι να παρουσιάσει ένα θεραπευτικό κομμάτι της τέχνης με ουσιώδες περιεχόμενο και πτυχές σε δύο συγκεκριμένα είδη μουσικής. Από την μία πλευρά εμφανίζεται η παραδοσιακή μουσική που αποτελεί μία τοπική κληρονομιά για την Ελλάδα και από την άλλη η κλασική που επικεντρώνεται κυρίως σε πιο διεθνείς καλλιτέχνες του πενταγράμμου.

# ΛΕΞΕΙΣ ΚΛΕΙΔΙΑ

- ΠΥΘΑΓΟΡΑΣ
- ΜΟΥΣΙΚΟΤΗΤΑ
- ΜΕΛΩΔΙΑ
- ΜΟΥΣΙΚΗ
- ΤΕΧΝΗ
- ΜΟΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ
- ΑΡΧΑΙΑ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΜΟΥΣΙΚΗ
- ΚΛΑΣΙΚΗ ΜΟΥΣΙΚΗ
- ΡΥΘΜΟΣ
- ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗ ΜΟΥΣΙΚΗ





# 1 Τέχνη

## 1.1 Ορισμός

Με τον όρο Τέχνες εννοείται η ανθρώπινη δραστηριότητα ή δημιουργία που είναι σημαντική εξαιτίας της έλξης που προκαλεί στις ανθρώπινες αισθήσεις, διεγείροντας τον νου ή και το συναίσθημα. Είναι η δημιουργική έκφραση που μέσα στο έργο αποτυπώνει την ψυχική κατάσταση, τα συναισθήματα, τις ιδέες, την αίσθηση ή τον οραματισμό του καλλιτέχνη. Η τέχνη κάποιες φορές εφαρμόζεται και σε πρακτικά αντικείμενα καθημερινής χρήσης, όπως ένα πηλίνο μπολ μέσα στο οποίο τοποθετούνται αντικείμενα. Η τέχνη βασίζεται στην εμπειρία και στο ταλέντο. Πολλοί διαφωνούν για το τι ακριβώς είναι τέχνη και έτσι ο ακριβής ορισμός της είναι ιδιαίτερα δύσκολος.

Στην ελληνική γλώσσα, η λέξη τέχνη περιλαμβάνει οποιαδήποτε διαδικασία για την παραγωγή κάποιου προϊόντος. Όροι με κοινή ρίζα όπως τεχνικό, τεχνίτης, καλλιτέχνης αποδίδονται σε ανθρώπινες δημιουργίες, τρόπους έκφρασης και δραστηριότητες αυθαίρετες με τη ροπή του φυσικού κόσμου, οι οποίοι ακολουθούν τους κανόνες του δημιουργού τους. Στην αγγλική γλώσσα υπάρχουν δύο λέξεις, art και craft. Η πρώτη χρησιμοποιείται για να δηλώσει τέχνη που συνδέεται με προϊόντα αισθητικής αξίας, ενώ η δεύτερη για τα υπόλοιπα. Η λέξη art, που χρησιμοποιείται σε γλώσσες της δυτικής Ευρώπης, προέρχεται από το Λατινικό ars, που εν μέρει σημαίνει διακανονίζω, διευθετώ. Μια μορφή τέχνης είναι η μουσική (wikipedia, 2017)<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> <https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%A4%CE%AD%CF%87%CE%BD%CE%B5%CF%82> (Είσοδος 2/6/2017).

## 1.2 Η μουσική

Η μουσική είναι μια μορφή τέχνης της οποίας μέσο είναι ο ήχος. Τα κοινά στοιχεία της μουσικής είναι ο τόνος (που κυβερνά τη μελωδία και την αρμονία), ο ρυθμός (θεμελιώδες στοιχείο του τέμπο, της μετρικής και της άρθρωσης), η δυναμική, και η ηχητική ποιότητα του ηχοχρώματος και την υφή. Η δημιουργία, η απόδοση, η σημασία, και ακόμη και ο καθορισμός της μουσικής ποικίλλουν σύμφωνα με τον πολιτισμό και το κοινωνικό πλαίσιο. Η μουσική κυμαίνεται από τις αυστηρά οργανωμένες συνθέσεις (και την επανεκτέλεση τους στην απόδοση), μέχρι τις τυχαίες της μορφές, η γνωστότερη από τις οποίες είναι ο λεγόμενος αυτοσχεδιασμός. Η μουσική μπορεί να διαιρεθεί σε είδη και υποείδη, αν και οι διαχωριστικές γραμμές και οι σχέσεις μεταξύ των ειδών μουσικής είναι συχνά λεπτές, μερικές φορές ανοικτές στη ατομική ερμηνεία, και περιστασιακά αμφισβητούμενες. Ανάμεσα στις «τέχνες», η μουσική μπορεί να ταξινομηθεί ως τέχνη που μπορεί να παρουσιαστεί ως καλή τέχνη και ως ακουστική τέχνη.

## 2 Μουσικοθεραπεία

Η Μουσικοθεραπεία είναι η εφαρμογή της μουσικής και η χρησιμοποίησή της, ως θεραπευτικό μέσο, μέσα από διάφορες μεθόδους και τεχνικές με σκοπό τη βελτίωση και τη διατήρηση της ψυχικής, πνευματικής και σωματικής υγείας. Η μουσική είναι ένα δημιουργικό, μη λεκτικό μέσο που προωθεί την προσωπική έκφραση και ανάπτυξη του ατόμου, όπως και την επικοινωνία και την επαφή του με τους άλλους. Η θεραπευτική ιδιότητα του ήχου και της μουσικής αποτελεί αντικείμενο έρευνας και μελέτης. Ο ακριβής χαρακτήρας και η δομή της θεραπευτικής μουσικής είναι βέβαια άγνωστος, αφού μέχρι στιγμής έχουν χρησιμοποιηθεί για πειραματισμό διάφορα μουσικά ακούσματα, όπως η κλασική, η ελαφρά ποπ, ή η τζάζ μουσική και φυσικά η επιλογή της μουσικής για θεραπευτική χρήση επηρεάζεται από την κουλτούρα με την οποία κάποιος έχει ανατραφεί.

### 2.1 Θεραπευτικές ιδιότητες της μουσικής

Φαίνεται ότι η επίδραση της μουσικής, κυρίως μέσω του ρυθμού, αφορά ενστικτώδεις λειτουργίες που σχετίζονται με το οντολογικά αρχέγονο κομμάτι του ανθρώπινου εγκεφάλου. Νευροανατομικές παρατηρήσεις των Snell & Stratton έδειξαν ότι οι κοχλιακοί πυρήνες (cochlear nuclei), σημαντικός σταθμός στη διαδρομή του ακουστικού νεύρου στο επίπεδο γέφυρας-στελέχους, γειτονεύουν με σημαντικούς αυτόνομους πυρήνες (dorsal motor nucleus, vagal nucleus, nucleus ambiguous) που αποτελούν κέντρα ρύθμισης αναπνοής και κυκλοφορίας (Scarteli, 1991)<sup>2</sup>. Από τη 16η εβδομάδα της κύησης το έμβρυο μπορεί να αντιδρά σε εξωγενείς ήχους. Η ακοή είναι η πρώτη αίσθηση που αναπτύσσεται και η τελευταία που εξαφανίζεται στη διάρκεια της ζωής μας. Τα έμβρυα αντιλαμβάνονται με επάρκεια την αναπνοή της μητέρας, τις κινήσεις και τη φωνή της όταν μιλά ή τραγουδάει. Επίσης, οι παλμικοί ήχοι της ροής του αίματος στην ομφαλική αρτηρία μπορούν να γίνονται

---

<sup>2</sup> Scarteli J.P., "A rationale for subcortical involvement in human response to music", In Applications of Music in Medicine, Ed. Cheryl Dileo-Maranto, 1991, USA, American Music Therapy Association.

αντιληπτοί από το έμβρυο κατά τη διάρκεια της ενδομήτριας ζωής και για ηχητικές συχνότητες <500 Hz τα επίπεδα έντασης του ήχου κυμαίνονται μεταξύ 70-80 dB. Το έμβρυο ακούει τον ρυθμικό ήχο της καρδιάς της μητέρας περίπου 26 εκατομμύρια φορές. Η αντίληψη του ρυθμού αυτού ασκεί ένα είδος προστασίας στον άνθρωπο και συνδέεται με την ασφάλεια που παρέχει το μητρικό περιβάλλον. Αποτελεί δε καθοριστικό παράγοντα για τη ζωή και την ανάπτυξη μας (Hepper , 1994)<sup>3</sup>. Μια σημαντική διαδικασία εκμάθησης ήχων λαμβάνει χώρα μέσα στη μήτρα και η μεταβίβαση ήχων και ρυθμών από τη μητέρα στο έμβρυο δίνει απαραίτητες πληροφορίες για την ανάπτυξη του εγκεφαλικού ιστού του εμβρύου. Σύμφωνα με τις μελέτες των Righetti et al (Righetti, 1996)<sup>4</sup>, το νεογνό μπορεί να διακρίνει ενδομήτριους ήχους της δικής του μητέρας σε σχέση με ήχους άλλης μητέρας και επίσης να αντιδρά στις μεταβολές του καρδιακού παλμού και των κινήσεων. Μια ανάλυση σε 212 ερευνητικές μελέτες, που αφορούσαν δίδυμα άτομα, έδειξε ότι οι κοινές ακουστικές εμπειρίες της ενδομήτριας ζωής εξηγούν κατά περίπου 20% την υψηλή συσχέτιση μεταξύ των IQ των διδύμων που μεγαλώνουν ξεχωριστά (Devlin B., 1997)<sup>5</sup>. Έτσι φαίνεται ότι οι ακουστικές εμπειρίες του εμβρύου αποτελούν το κυριότερο ερέθισμα για την ανάπτυξη του εγκεφαλικού φλοιού. Οι μελέτες του αμερικανού αναισθησιολόγου Fred Schwartz (Schwartz, 1997)<sup>6</sup>, (Schwartz F.J., 1999)<sup>7</sup> στην μονάδα εντατικής παρακολούθησης νεογνών και πρόωρων βρεφών του νοσοκομείου Piedmont, στην Ατλάντα των ΗΠΑ έδειξαν ότι νανουρίσματα με τη

---

<sup>3</sup> Hepper P.G. et al., "Development of fetal hearing", Archives of Disease in Childhood 71, 1994, p81-87.

<sup>4</sup> Righetti P.L., "The emotional experience of the fetus: a preliminary report", Preand Perinatal Psychology Journal 11, p55-65, 1996.

<sup>5</sup> Devlin B., Daniels M., Roeder K., "The heritability of IQ", Nature 388, p468-471, 1997.

<sup>6</sup> Schwartz F.J., "Perinatal stress reduction, music and medical cost savings", Journal of Prenatal and Perinatal Psychology and Health 12, 19-2, 1997.

<sup>7</sup> Schwartz F.J., Ritchie R., "Music listening in neonatal intensive care units", In Music therapy and medicine, theoretical and clinical applications, Eds. Dileo C, American Music Therapy Association, p13-23, 1999.

φωνή της μητέρας ή μουσικοί ήχοι που προσομοιάζουν με ήχους του εμβρυϊκού περιβάλλοντος (womb sounds) βοηθούν στην ταχύτερη απόκτηση βάρους, την ταχύτερη ανάπτυξη της περιμέτρου της κεφαλής και τη γρηγορότερη έξοδο από τη μονάδα εντατικής θεραπείας πρόωρων νεογνών (NICU) σε σχέση με νεογνά που δεν εκτίθενται σε αυτούς τους ήχους. Στο πλαίσιο της εργασίας του Dr. Schwartz τοποθετούνται ειδικά μικρά ηχεία στις βρεφοκοιτίδες, τα οποία μέσω κεντρικού συστήματος ήχου μεταδίδουν μουσική σε 24-ωρη βάση ειδικά επιλεγμένη για τον σκοπό αυτό. Η επίδραση της συγκεκριμένης μουσικής με ενσωματωμένους ενδομήτριους ήχους εκτιμάται και αντικειμενικά με βάση τις μεταβολές στην καρδιακή συχνότητα, την αρτηριακή πίεση και τον κορεσμό του αρτηριακού αίματος σε O<sub>2</sub>. Σημαντικές μελέτες έδειξαν ότι οι ήχοι που προαναφέρθηκαν (womb sounds) αλλά και το τραγούδι με τη φωνή της μητέρας (lullabies) μπορεί να μειώνει την καρδιακή συχνότητα, να αυξάνει τον κορεσμό του αρτηριακού αίματος σε O<sub>2</sub> και να βοηθά στην ταχύτερη απόκτηση βάρους στα πρόωρα βρέφη (Caine, 1991)<sup>8</sup>.

Οι αλληλεπιδράσεις μεταξύ ιατρικής και μουσικής είναι πολύ αρκετά πολύπλοκες και η σύγχρονη μουσικοθεραπεία αποτελεί την ορατή μόνο πλευρά ενός τεράστιου παγόβουνου. Η πρακτική χρήση της μουσικής στην ιατρική πρέπει να στηριχθεί στο φιλοσοφικό υπόβαθρο που συμπεριλαμβάνει και πρακτικές εφαρμογές. Η μελωδία και ο ρυθμός της θεραπευτικής μουσικής έχουν ως πρότυπο φυσικούς ήχους, όπως άνεμο, νερό, ήχους πουλιών, βιορυθμούς της αναπνοής και της κυκλοφορίας. Η δόμηση του ρυθμού επηρεάζεται από συμπαντικούς ρυθμούς, ενώ η αντίληψη του χρόνου διαφέρει από την αντίληψη που υπάρχει στη δυτική μουσική. Ο χρόνος στη θεραπευτική μουσική δεν πρέπει να είναι απόλυτα διηρημένος, κατά τον τρόπο που τον μετρούν τα ρολόγια και δεν πρέπει να συγχέεται με το βιολογικό χρόνο. Στη μουσική αυτή, σημασία έχει η σιωπή, οι μελωδικές φράσεις ρέουν αβίαστα σε χλιαρές δομές, χωρίς αυστηρό πρότυπο. Κατά κάποιον τρόπο είναι σαν να ακολουθούν την ισορροπία μεταξύ εισπνοής-εκπνοής. Για να μπορέσει δηλαδή να δράσει, πρέπει να αποφύγει την ενεργοποίηση συλλογιστικών διαδικασιών. Να μην κυριαρχεί ο νους, αλλά να

---

<sup>8</sup> Caine J., "The effects of music on the selected stress behaviors, weight, caloric and formula intake and length of hospital stay of premature and low birth weight neonates in a newborn intensive care unit", *Journal of Music Therapy* vol. 28, p88- 100, 1991, Oxford, Oxford University Press.

ενεργοποιούνται ενστικτώδεις μηχανισμοί που επιτρέπουν τη χαλαρωτική δράση του μουσικού ήχου στα εγκεφαλικά κέντρα της αναπνοής και της κυκλοφορίας.

## 2.2 Μουσικοθεραπεία στην αρχαία Ελλάδα

Στην ελληνική μυθολογία, η μουσική τελεί υπό την αιγίδα του θεού Απόλλωνα. «Η σύλληψη του τύπου του Απόλλωνα [...] σημειώνει στην ηθική εξέλιξη της ελληνικής φυλής την έναρξη μιας νέας εποχής» (Richepin, 1998)<sup>9</sup>. Οι δικαιοδοσίες του θεού Απόλλωνα είναι ποικίλες, αυτό εξηγείται από την επέμβαση του σε πολυάριθμα επίπεδα. Ο Απόλλωνας ως θεός της μουσικής και της ποίησης, έχει ως σύμβολο του τη λύρα την οποία έλαβε από τον Ερμή που την είχε επινοήσει. Ο Ερμής προτίμησε να δωρίσει τη λύρα του στον Απόλλωνα για να καταπραΰνει την οργή που του είχε προκαλέσει με την κλοπή των βοδιών του. Πιο αναλυτικά, ο μύθος αναφέρει ότι ο Ερμής έπαιξε μπροστά στον Απόλλωνα το όργανο που είχε επινοήσει. Όταν ο Απόλλωνας άκουσε την εκτέλεση του Ερμή και «όσο οι αισθήσεις του ρουφούν τον τερπνό ήχο της θεϊκής μουσικής» αισθάνθηκε «μια γλυκεία επιθυμία να τον συνεπαίρνει». Τότε ρώτησε ενθουσιασμένος τον ετεροθαλή αδελφό του «ποια είναι αυτή η Μούσα που μπορεί να καθησυχάζει τις αγιάτρευτες έγνοιες;. Ο Ερμής του έδωσε τότε τη λύρα που θα γινόταν το κυριότερο έμβλημα του θεού Απόλλωνα και ξέφυγε από την τιμωρία (Λοΐζος, 2001)<sup>10</sup>. Κατά τον Πλούταρχο ο Απόλλωνας δεν έλαβε τη λύρα από τον Ερμή, αλλά την επινόησε ο ίδιος. Κατά τον ίδιο πάλι συγγραφέα ο Απόλλωνας επινόησε και τον αυλό. Όμως, σχετικά με τον αυλό, επικρατέστερη είναι η άποψη ότι επινοήθηκε και χρησιμοποιήθηκε για πρώτη φορά από τη θεά Αθηνά. Όταν όμως η θεά συνειδητοποίησε, βλέποντας το είδωλο της στα νερά ενός ποταμού, ότι το παίξιμο του αυλού της παραμόρφωνε το πρόσωπο, τότε τον πέταξε και καταράστηκε όποιον θα τολμούσε να τον πάρει. Ο σάτυρος

---

<sup>9</sup> Richepin J., "Greek Mythology", μετάφραση Θεόφιλος Πασχ. Αναστασίου, 1998, Αθήνα, Παπαμάρκου.

<sup>10</sup> Λοΐζος Δ., "Η Αρχαία Ελλάδα και οι Ανατολικοί Λαοί από τους Σουμέριους στον Μέγα Αλέξανδρο 3000-323 π.Χ.", Διαθέσιμο στο: [http://www.anistor.gr/greek/ellada/Arxaia\\_Ellas.pdf](http://www.anistor.gr/greek/ellada/Arxaia_Ellas.pdf) (Είσοδος: 2/06/2017), 2001, Αθήνα, Λοΐζος.

Μαρσύας δεν έλαβε υπόψη του την απειλή, πήρε το μουσικό όργανο και προκάλεσε το Απόλλωνα σε διαγωνισμό. Ο Απόλλωνας νίκησε τελικά σε αυτό το διαγωνισμό και τιμώρησε σκληρά το Μαρσύα που τον προκάλεσε. Υπάρχουν πολλές εκδοχές που εξηγούν την ήττα του Μαρσύα στο διαγωνισμό. Σύμφωνα με μια εκδοχή ο Απόλλωνας νίκησε μοναχά επειδή τραγούδησε με τη συνοδεία της λύρας, ενώ ο Μαρσύας αδυνατώντας να κάνει το ίδιο με τον αυλό θεωρήθηκε νικημένος. Σύμφωνα με άλλη εκδοχή, ο Μαρσύας δεν κατάφερε να παίξει τον ίδιο σκοπό κρατώντας τον αυλό του μια από την καλή και μια από την ανάποδη, όπως του είχε ζητήσει ο θεός Απόλλωνας. Αντίθετα, ο Απόλλωνας το κατόρθωσε αυτό με τη λύρα. Επίσης, μια άλλη εκδοχή είναι ότι ο Απόλλωνας είχε ένα όργανο τεχνικά ανώτερο, όσο ατελές κι αν ήταν εκείνη την εποχή. Πιθανόν, λοιπόν, να άλλαξε τόνο, κουρδίζοντας, διαφορετικά την κιθάρα, κάτι που δεν μπόρεσε να κάνει ο Μαρσύας και γι' αυτό το λόγο νίκησε στο διαγωνισμό. Ο Ορφείας, ο πιο περίφημος μυθικός μουσικός της αρχαίας Ελλάδας. Μια περίεργη μορφή χωρίς σαφή γνωρίσματα ήρωα, θεού ή ημίθεου, πήρε τη λύρα από το θεό Απόλλωνα. Μάλιστα, στα προχωρημένα ιστορικά χρόνια οι Έλληνες πίστευαν πως ο Απόλλωνας από τους θεούς και ο Ορφείας από τους ημίθεους αποτελούσαν το επιστέγασμα της μουσικής σοφίας. Ο Ορφείας, με το θεϊκό τραγούδι του, μάγευε τα άγρια θηρία της υπαίθρου, τα δένδρα και, όπως αναφέρουν ο Αισχύλος και ο Ευριπίδης, ακόμα και τις πέτρες. Η φωνή του σταματούσε τα νερά των ποταμών κ.α., όταν αντηχούσε στα δασωμένα φαράγγια του Ολύμπου, τα δένδρα μετακινούνταν προς το κιθαρωδό. Ο Ορφείας ακολούθησε τους Αργοναύτες στην Κολχίδα δίνοντας τους κουράγιο με τη μαγεία της μουσικής του. Μέσα στην Αργώ με τη λύρα του έδινε στους ερέτες το ρυθμό της κωπηλασίας και βοήθησε να ξεφύγουν οι Αργοναύτες από ποικίλους κινδύνους ενώ, όταν μάλωναν μεταξύ τους, τους έκανε να ξεχνούν τις διαφορές τους και να αφοσιώνονται στα τραγούδια του. Η μουσική του, που δάμαζε την ορμή των κυμάτων, έθελξε τις Συμπληγάδες, αποκοίμισε το δράκοντα που φύλαγε το χρυσόμαλλο δέρασ και νίκησε το άσμα των Σειρήνων γλιτώνοντας τους Αργοναύτες. Οι ήρωες, για να φέρουν σε αίσιο πέρας την αποστολή τους, έπρεπε να νικήσουν και δυνάμεις υπερφυσικές, εναντίον των οποίων η σωματική ρώμη ήταν άχρηστη (Λοΐζος, 2012). Συνεπώς, η μόνη δικαιολογία της παρουσίας ενός καλλιτέχνη στην ομάδα των εκλεκτότερων ηρώων της χώρας βρίσκεται στη μαγική δύναμη της μουσικής. Ο μύθος του Ορφέα και της Ευρυδίκης είναι γνωστός μέχρι σήμερα ως παράδειγμα αναφέρουμε την όπερα του Monteverdi “Ορφείας”. Η ικανότητα του ήρωα να κατέβει στον Άδη δείχνει φανερά την πίστη του ελληνικού λαού στη διεισδυτική και ακαταμάχητη δύναμη της μουσικής. Πραγματικά, μόλις ο Ορφείας πέρασε από το στόμιο του Ταΐναρου ή το Θεσπρωτικό κατ’



άλλους, και αντήχησε η μουσική του στο υποχθόνιο βασίλειο όλα άλλαξαν ως δια μαγείας: ο κέρβερος έμεινε αδρανής, ενώ οι σκιές του Άδη περικύκλωσαν τον αιιδό και δάκρυσαν ακούγοντας τον πόνο του. Τα μαρτύρια των περιβόητων καταδίκων, όπως για παράδειγμα του Τάνταλου, του Σίσυφου και των Δαναΐδων, σταμάτησαν και για πρώτη φορά δάκρυσαν με τη σειρά τους και οι Ερινύες. Ο βασιλιάς και η βασίλισσα του Κάτω Κόσμου παρέδωσαν την Ευρυδίκη στον Ορφέα. Όμως αυτός δεν μπόρεσε να τηρήσει ως το τέλος τον όρο που έθεσαν οι θεοί και έτσι στο τέλος έχασε την Ευρυδίκη για πάντα. 10 Ο μουσικός και θρησκευτικός δάσκαλος Μουσαίος ήταν αθηναίος από την Ελευσίνα, σύγχρονος του Ηρακλή, και του Θησέα. Ο Μουσαίος είχε επιδοθεί στη μουσική και την καλλιέργουσε όχι μόνο για την αισθητική της αξίας, αλλά και για τη μαγική της δύναμη, την οποία χρησιμοποιούσε για να θεραπεύει ασθένειες. Στα προχωρημένα χρόνια της αρχαιότητας, οι τυπικοί στίχοι της αρχής πολλών ορφικών ύμνων αναφέρουν πως ο Ορφέας μόνο τον Μουσαίο είχε κάνει κοινωνικό των απορρήτων αληθειών που ο ίδιος κατείχε. Τα ποιήματά του και οι ύμνοι ή χρησμοί, κατά μια παράδοση. Όταν γέρασε, συνήθιζε να αποσύρεται στο ιερό των Μουσών (ο αθηναίος λόφος του Μουσείου) και να τραγουδάει τους ύμνους που ο ίδιος ή ο δάσκαλος του Ορφέας είχε συνθέσει. Ο Μουσαίος, ως θρησκευτικός δάσκαλος, θεωρείται από πολλούς ιδρυτής των Ελευσίνιων Μυστηρίων (κατ' άλλους είναι ο Ορφέας ή ο Εύπολος). Ο Λίνος, το παιδί του παράνομου έρωτα της Ψαμάθης, της βασιλοπούλας του Άργους, με το θεό Απόλλωνα, ήταν ο πατέρας και δάσκαλος των δύο παραπάνω μεγάλων μορφών του πολιτισμού, δηλαδή του Ορφέα και του Μουσαίου. Ο Λίνος, που μεγάλωσε με βοσκούς, είχε μάθει όλους τους σκοπούς των τραγουδιών τους, ταυτόχρονα είχε πάρει και από τον πατέρα του, το θεό της μουσικής, τη χάρη που τον έκανε αζεπέραστο σε αυτά. Δυστυχώς όμως, ο Λίνος βρήκε τραγικό θάνατο, όταν μικρός ο Ηρακλής, οργίστηκε με κάποια παρατήρηση του μουσικοδιδάσκαλου του κατά τη διάρκεια ενός μαθήματος, σήκωσε την κιθάρα και την κατέβασε στο κεφάλι του Λίνου. Ο Ισομένιος με το τραγούδι του απάλλαξε τους Βοιωτούς από την ποδάγρα, ενώ ο Θεόφραστος πίστευε πως ο ήχος του αυλού ανακουφίζει όσους πάσχουν από επιληψία. Η μουσική και το τραγούδι παρηγόρησαν τη Θεά Δήμητρα στο μεγάλο της πόνο. Πιο συγκεκριμένα, η Ιάμβη, η κόρη του Πάνα και της Ηχώς, διασκέδασε με τα αστεία και τη μουσική τη θεά στην Ελευσίνα. Σύμφωνα με έναν άλλο μύθο, όταν η Δήμητρα εξοργισμένη και απελπισμένη για την απαγωγή της κόρης της Περσεφόνης, ήρθε στην Ελευσίνα και κάθισε πάνω στη λεγόμενη αγέλαστη πέτρα («αγέλαστος πέτρα»), η Ιάμβη την ψυχαγώγησε με τα αστεία της και τα τραγούδια της και της προκάλεσε εύθυμη διάθεση. Κάτι αντίστοιχο συνέβη και στο λυρικό ποιητή και κιθαρωδό Στησίχορο (632-556 π.χ.). στη

Σούδα, το βιογραφικό σημείωμα του Στησιχόρου ανέφερε ότι «αφού έψαξε την Ελένη της Τροίας, τυφλώθηκε ύστερα από ένα όνειρο όπως ανακάλεσε, έγραψε ένα εγκώμιο για την Ελένη και ξαναβρήκε το φως του». Με την ιστορία του Στησίχορου γίνεται φανερό ότι, σύμφωνα με τους αρχαίους Έλληνες, ορισμένα μόνο είδη μουσικής έχουν θεραπευτικές ιδιότητες.

### **2.3 Πυθαγόρας και άλλοι φιλόσοφοι**

Η προσφορά των αρχαίων Ελλήνων στο χώρο της μουσικοθεραπείας θεωρείται μοναδική και αναγνωρίζονται ως οι πραγματικοί πρόδρομοι της σύγχρονης μουσικοθεραπείας. Γιατί μόνο αυτοί, από όλους τους αρχαίους λαούς, τη μελέτησαν και τη χρησιμοποίησαν εκτεταμένα για τη θεραπεία ψυχικών και σωματικών παθήσεων, βασισμένοι αποκλειστικά και μόνο στη κλινική παρατήρηση και σε ορθολογιστικούς συλλογισμούς, απελευθερωμένοι από κάθε είδους, δοξασίες, μαγικές ή θρησκευτικές. Έδιναν μάλιστα τόσο μεγάλη σημασία στην επίδραση της μουσικής στον άνθρωπο, ώστε πίστευαν ότι η χρήση της επέτρεπε να ελέγχεται από το κράτος. Τα σημαντικότερα μοντέλα μουσικοθεραπείας στην αρχαιότητα είναι του Πυθαγόρα και του Αριστοτέλη. Ο Πυθαγόρας θεωρείται πως ανακάλυψε την αριθμητική σχέση των δονήσεων 2 ήχων ενός διαστήματος. Μερικές «απλές» σχέσεις, όπως π.χ. μεταξύ των φθόγγων μιας οκτάβας (1:2), ο Πυθαγόρας τις θεωρεί «αρμονικές», όντας βεβαίως ότι και στο σύμπαν ισχύουν παρόμοιοι κανόνες (π.χ. μεταξύ των τροχιών των πλανητών) καθώς και μέσα στην ανθρώπινη ψυχή. Το σύμπαν, η ανθρώπινη ψυχή και η μουσική διέπονται από τις ίδιες αρμονικές αρχές, όπου... « η αρμονία είναι η ισορροπία μεταξύ 2 αντίποδων, στους οποίους στηρίζεται το παγκόσμιο γίνεσθαι». Αν η ισορροπία των αντιθέσεων στη ψυχή διαταραχθεί, προκύπτουν ψυχικές ασθένειες, όπου η μουσική- κατά την άποψη του Πυθαγόρα- έχει τη δύναμη να επαναφέρει την αναστατωμένη ψυχή στις παγκόσμιες αρμονίες και τη συμφωνία μεταξύ σύμπαντος, ψυχής και μουσικής. Πράγμα που σημαίνει πως οι μουσικές αναλογίες μοιάζουν με τις ψυχικές και επομένως

μεταβάλλονται με τη βοήθεια της μουσικής (Πολυχρονιάδου, 2003)<sup>11</sup>. Ο Πλάτωνας, του οποίου οι θεωρητικές απόψεις περί μουσικής πλησιάζουν εκείνες του Πυθαγόρα, υποστήριζε πως η μουσική δεν δόθηκε στον άνθρωπο για να διασκεδάσει τις αισθήσεις τους, αλλά για να γαληνεύει τα βάσανα της ψυχής και του σώματος. Έτσι η 16 μουσική, μέσα από την προοπτική μιας μεταφυσικής ερμηνείας της αρμονίας και των ρυθμών, χρησίμευε σαν όργανο που επανέφερε την ψυχική υγεία. Αντίθετα, ο Αριστοτέλης και οι οπαδοί του υπογραμμίζουν τη συγκινησιακή ποιότητα της μουσικής και την επίδραση της στα αισθήματα των ανθρώπων που έχουν μεταξύ τους «συγγένεια». Υποστήριζαν πως δεν είναι η μουσική στο σύνολο της που επιδρά αρμονικά στον άνθρωπο, αλλά οι επί μέρους μουσικοί παράγοντες, π.χ. ρυθμοί, κλίμακες, μουσικά όργανα, που επιδρούν εξειδικευμένα ανάλογα με τα χαρακτηριστικά τους (Παπαδοπούλου, 2003)<sup>12</sup>. Η σχολή του Αριστοτέλη ξεκινά από την αρχή, ότι η συγκίνηση που προκαλεί η μουσική, εφ' όσον είναι αρκετά ισχυρή, μπορεί να διώξει κάθε άλλη ψυχολογική ένταση. Δηλαδή προκαλεί κρίση και εκτόνωση. Έτσι ο Αριστοτέλης καταλήγει σε δυο ενδείξεις για τη θεραπευτική χρήση της μουσικής, που έχουν πολλές ομοιότητες με τις σύγχρονες εφαρμογές:

- Οι ηπιότερες μορφές ψυχικών διαταραχών θεραπεύονται με την επίδραση μιας ήρεμης μουσικής.
- Σε περίπτωση βαρύτερων ασθενειών, η παθολογική ταραχή πρέπει να εντείνεται με τη βοήθεια μιας πολύ έντονης μουσικής, ώστε στο αποκορύφωμα να επέλθει η κάθαρση που θα φέρει και τη λύση της διαταραχής.

---

<sup>11</sup> Πολυχρονιάδου Λ., "Μουσική και Ψυχολογία – Εισαγωγή στη Μουσικοθεραπεία.", 2003, Αθήνα, Θυμάρι.

<sup>12</sup> Παπαδοπούλου Ζ., "Μουσική και Ψυχοσωματική Αγωγή στην Αρχαία Ελλάδα", σελ.75-87, 2003, Αθήνα, Εθνικό Ίδρυμα Ερευνών.

Είναι ακόμη γνωστό από την αρχαιότητα, πως ο Ασκληπιός χρησιμοποιούσε τη μουσική για τη θεραπεία νευρώσεων, ενώ ο Δημόκριτος υποστήριζε ιδιαίτερα τις θεραπευτικές ιδιότητες αρμονικών ήχων της φλογέρας (Μακρής Ι., 2003)<sup>13</sup>.

Νεοπυθαγόρειες και νεοπλατωνικές απόψεις χαρακτηρίζουν και τις αντιλήψεις του Μεσαίωνα. Σ' αυτή την περίοδο η μουσική δε χρησιμοποιείται μόνο για τη θεραπεία ψυχικών και σωματικών παθήσεων, αλλά και προληπτικά για τη διατήρηση της ψυχοσωματικής υγείας (Παπαδοπούλου, 2003)<sup>14</sup>.

## **2.4 Μουσικοθεραπεία στο Μεσαίωνα**

Στα τέλη του Μεσαίωνα και αργότερα κατά την αναγέννηση, η σύνθεση Αριστοτελικών και Πυθαγόρειων αρχών, καθώς και η Χριστιανική διδασκαλία επηρέασαν τις μουσικές τάσεις και δημιουργήθηκε μια λειτουργική μουσική που δεν εξυπηρετεί μόνο την εκκλησιαστική ατμόσφαιρα αλλά βοηθά και στην ανάταση των πιστών προς τη μεταφυσική. Τον 17ο αιώνα σημειώνεται ένα νέο ρεύμα, που ξεκινά από τις φιλοσοφικές σκέψεις του Ντέκαρτ. Η σχολή αυτή ονομάζεται «ιατρομηχανιστική». Κυριότερος εκπρόσωπος της είναι ο Ιησουΐ της Κίρχνερ με το έργο του «Νέα τέχνη του ήχου και της μουσικής». Ο συγγραφέας πρεσβεύει ότι η μουσική θέτει σε κίνηση τους χυμούς του σώματος και τους βάζει σε τάξη. Τον 18ο αιώνα έχουμε κάποιες πειραματικές προσπάθειες μελέτης της επίδρασης της μουσικής στη φυσιολογία του ανθρώπου, και λίγο αργότερα κάποιες απόπειρες ενεργητικής μουσικοθεραπείας. Τον 19ο αιώνα η μουσικοθεραπεία άρχισε να εφαρμόζεται σαν θεραπεία απασχόλησης. Την εποχή αυτή οι εφαρμογές της μουσικής γίνονται με αυστηρά επιστημονικά κριτήρια. Αλλά η έρευνα αυτή παρέμεινε σε στασιμότητα. Στη βίβλο, ο βασιλιάς και προφήτης (προφητάναξ) Δαβίδ, η λαμπρότερη και περιφημότερη μορφή της ισραηλιτικής ιστορίας, είναι έξοχος κιθαρωδός και συνάμα πολεμιστής ανδρείος και συνετός. Πιο συγκεκριμένα, στο ιστορικό βιβλίο Βασιλειών Α' αναφέρεται ότι η φήμη του ως

---

<sup>13</sup> Μακρής Ι., Μακρή, Δ., "Εισαγωγή στη μουσικοθεραπεία", 2003, Αθήνα, Γρηγόρη.

<sup>14</sup> Παπαδοπούλου Ζ., "Μουσική και Ψυχοσωματική Αγωγή στην Αρχαία Ελλάδα", σελ.75-87, 2003, Αθήνα, Εθνικό Ίδρυμα Ερευνών.

λαμπρού κιθαρωδού έφτασε ως τον βασιλιά Σαούλ, που τον κάλεσε για να του «διασκεδάσει» τη μελαγχολία και τη μανιακή διάθεση από την οποία είχε καταληφθεί, με το αρμονικό παίξιμο της κιθάρας του. Σε μετάφραση διαβάζουμε τα εξής (Ριζοπούλου, 2002)<sup>15</sup>: «Οι δούλοι είπαν στο Σαούλ «Ιδού, λοιπόν, ότι ένα πνεύμα πονηρόν καταπαραχώρησιν του Κυρίου σε πνίγει. Και τώρα άκουσε και τη γνώμην μου ημών των δούλων σου. Επίτρεψον μας να ζητήσωμεν δια σε τον κύριον μας έναν άνδρα, που να γνωρίζη να παίξη κιθάραν ώστε, όταν το πονηρόν πνεύμα σε καταλαμβάνη, να παίζει αυτός την κιθάραν του και το παίξιμον του θα σου κάμνη καλόν, διότι θα σου φέρει ανάπαυσιν και ηρεμίαν» (Δρίτσας, 2003)<sup>16</sup>. Και λίγους στίχους πιο κάτω το κείμενο συμπληρώνει: «Όταν λοιπόν το πονηρό πνεύμα κατελάμβανε και συνετάρασσε τον Σαούλ, ο Δαβίδ έπαιρνε την κιθάρα του, έπαιζε αυτήν με τα δάχτυλά του και έφερνε αναψυχή και ανακούφιση εις τον Σαούλ, ο οποίος και γαλήνευε, διότι το πονηρό πνεύμα απομακρινόταν από αυτόν» (Βασιλειών Α', ιστ'. 23). Εκείνο που προκαλεί ιδιαίτερο ενδιαφέρον, όταν διαβάζει κανείς τα παραπάνω, δεν είναι τόσο η θεραπευτική επιρροή της μουσικής στον καταθλιπτικό Σαούλ, όσο το γεγονός ότι ακόμα και οι Αυλικοί είχαν συνειδητοποιήσει τη θεραπευτική αξία της μουσικής. Η ίδια η ιστορία επαναλαμβάνεται στην Ισπανία πολλούς αιώνες αργότερα. Η Heller (Vygotsky, 1987)<sup>17</sup> αναφέρεται στη θεραπεία του βασιλιά της Ισπανίας Φιλίππου του Ε' με τη βοήθεια της μουσικής. Το περιστατικό που αναφέρεται στη θεραπεία του βασιλιά της Ισπανίας, είχε καταγραφεί και αναφέρεται για πρώτη φορά ανάμεσα σε πολλές άλλες ιστορίες μουσικοθεραπείας από το βρετανό μουσικό Charles Burney στο βιβλίο του Γενική Ιστορία της μουσικής (A General History of Music) που κυκλοφόρησε το 1789. σύμφωνα λοιπόν με την ιστορία, ο βασιλιάς της Ισπανίας Φίλιππος ο Ε' που έπασχε από χρόνια κατάθλιψη, βρήκε τη θεραπεία με τη μουσική του διάσημου ιταλού μπαρόκ ευνούχου Farinelli. Σημειώνεται ότι

---

<sup>15</sup> Ριζοπούλου Φ., "Βασικές αρχές μουσικοθεραπείας σύμφωνα με τη φιλοσοφία Orff", Μουσική Εκπαίδευση, τ.10, σελ.16-25, 2002, Θεσσαλονίκη, Ελληνική Ένωση Μουσικής Εκπαίδευσης.

<sup>16</sup> Δρίτσας Θ., "Η μουσική ως φάρμακο", Info Health, σελ.13-23, 2003, Αθήνα, Τεθλασμένη.

<sup>17</sup> Vygotsky L.S., "Mind in society: The developmental of higher mental processes.", ed. Cole M., John-Steiner V., Scribner S., Souberman E., 1987, Cambridge, Harvard University Press.

ο Farinelli κατέφυγε στην Ισπανική αυλή γύρω στα 1730. Το χρονικό προσθέτει ότι ο βασιλιάς ευχαριστήθηκε τόσο πολύ από την μουσική του Farinelli που εξαφανίστηκαν αμέσως όλα τα συμπτώματα της χρόνιας κατάθλιψής του (Δρίτσας, 2003)<sup>18</sup>.

## **2.5 Μουσικοθεραπεία στη σύγχρονη εποχή**

Σύγχρονος πρόδρομος της μουσικοθεραπείας θεωρείται ο Ζακ Εμίλ Νταλκρόζ (Βιέννη 1865 – Γενεύη 1950), ο σπουδαίος αυτός παιδαγωγός που θεωρήθηκε πατέρας της ρυθμικής. Ο Νταλκρόζ έλεγε πως «η μουσική πρέπει να παίζει ένα σημαντικό ρόλο στη γενικότερη εκπαίδευση, γιατί ανταποκρίνεται στις πιο ποικίλες επιθυμίες του ανθρώπου». Οι μαθητές του διέδωσαν τις φωτισμένες ιδέες του σε όλο τον κόσμο (Anderson, , 2011)<sup>19</sup>. Έτσι μπορούμε να πούμε πως ο Νταλκρόζ άνοιξε τις πόρτες στη μουσικοθεραπεία, γιατί γκρέμισε κατά κάποιον τρόπο το αυστηρό πρόγραμμα της μουσικής εκπαίδευσης, ευνοώντας την απ' ευθείας επαφή με τους ρυθμούς του ανθρώπινου πλάσματος, μόνου σημείου αφετηρίας για τη επικοινωνία με τους αρρώστους. Κατά την περίοδο του μεσοπολέμου άρχισαν ουσιαστικά να μελετούν την επίδραση της μουσικής στον άνθρωπο, κάτω από μια επιστημονική διάσταση. Στην Αμερική, μετά τον πρώτο παγκόσμιο πόλεμο, άρχισαν να καλούν επαγγελματίες μουσικούς στα νοσοκομεία για μια «μουσική βοήθεια» προς τους τραυματίες του πολέμου, ανοίγοντας έτσι ακόμη περισσότερο το δρόμο για τη μουσικοθεραπεία. Τα αποτελέσματα όμως αυτής της «μουσικής βοήθειας» ξεπέρασαν τις προσδοκίες των γιατρών, που άρχισαν να κατανοούν την ανάγκη ειδικής εκπαίδευσης σ' αυτόν τον χώρο. Ακολούθησαν έρευνες, δημοσιεύσεις, και το 1950 δημιουργήθηκε η πρώτη οργάνωση μουσικοθεραπείας στην Αμερική. Αυτό το έντονο ενδιαφέρον για τη μουσικοθεραπεία, βρήκε ευνοϊκή ατμόσφαιρα για να αναπτυχθεί, σε μια περίοδο που οι ορθόδοξες μέθοδοι ψυχιατρικής και ψυχοθεραπείας ήταν υπό αμφισβήτηση, γιατί διαπιστωνόταν μια αδυναμία να φέρουν ουσιαστικά αποτελέσματα σε ένα μεγάλο αριθμό ψυχικών παθήσεων. Δίχως βεβαίως να θέλουμε να ισχυριστούμε με αυτό, πως όλες

---

<sup>18</sup> Δρίτσας Θ., "Η μουσική ως φάρμακο", Info Health, σελ.13-23, 2003, Αθήνα, Τεθλασμένη.

<sup>19</sup> Anderson W., "The Dalcroze Approach to Music Education: Theory and Applications.", 2011, Kentucky, National Association for Music Education.

αυτές οι «μη ορθόδοξες μέθοδοι» ψυχοθεραπείας μπορούν να αντικαταστήσουν τη κλασική ψυχοθεραπεία. Αποτελούν όμως πολύ σημαντικά όργανα, που μπορούν να διευκολύνουν και να βοηθήσουν ουσιαστικά μια ψυχοθεραπεία (Γεωργιάδη , 2007)<sup>20</sup>. Έτσι, σταδιακά, μέσα στα τελευταία 40 χρόνια, δημιουργήθηκαν πολλές οργανώσεις μουσικοθεραπείας σε διάφορα μέρη του κόσμου μεταξύ τους γύρω στα 1970 σε διεθνή επίπεδο. Οι πρώτες οργανώσεις έγιναν, όπως είπαμε, στην Αμερική και λίγο αργότερα στην Αυστρία, στην Αγγλία και στη Δυτική Γερμανία. Γύρω στα 1965 δημιουργήθηκαν άλλες οργανώσεις στη Γιουγκοσλαβία, την Αργεντινή, τη Βραζιλία, και πολύ γρήγορα σε όλες τις Λατίνο-Αμερικάνικες χώρες. Ακόμη στη Γαλλία, τη Δανία, την Ολλανδία, την Πολωνία, την Ανατολική Γερμανία και πιο πρόσφατα την Ιταλία, το Λουξεμβούργο, την Ισπανία, την Ελβετία και το Βέλγιο (Juslin, 2000)<sup>21</sup>. Σε πολλές από αυτές τις χώρες υπάρχουν ερευνητικά κέντρα εξειδικευμένα σε ορισμένο χώρο εργασίας. Π.χ. στην Ανατολική Γερμανία ερευνάται ιδιαίτερα η επίδραση της μουσικής στη σχιζοφρένεια. Στην Αργεντινή η εφαρμογή της μουσικοθεραπείας στα αυτιστικά παιδιά. Στην Γιουγκοσλαβία για τους αλκοολικούς, στην Αυστρία για τη θεραπεία των νευρώσεων, στη Δυτική Γερμανία για νευρώσεις και ψυχοσωματικές διαταραχές και στη Δανία για τη θεραπεία κωφάλαλων. Στις περισσότερες από αυτές τις χώρες οι σπουδές μουσικοθεραπείας είναι Πανεπιστημιακού επιπέδου. Οι ψυχοσωματικές έρευνες γίνονται σε κέντρα κατάλληλα εξοπλισμένα με μουσικά όργανα, οπτικό-ακουστικά μέσα, και στη σύγχρονη ηλεκτρονική τεχνολογία. Στα κέντρα αυτά συνεργάζονται ερευνητές από πολλούς συμπληρωματικούς κλάδους, την παιδαγωγική, την τέχνη, την ιατρική, την ψυχολογία, τη σύγχρονη ηλεκτρονική κ.λπ. Βέβαια, οι σύγχρονοι ερευνητές εμπνέονται από τους μύθους και τις διάφορες ιστορικές μαρτυρίες. Αλλά οι σημερινές έρευνες ανάγονται στο χώρο της

---

<sup>20</sup> Γεωργιάδη Ε., "Οι Θεραπευτικές Ιδιότητες της Μουσικής στο Πέρασμα των Αιώνων.", Το Βήμα του Ασκληπιού τεύχ.2, 2007, Αθήνα, Ελληνική Εταιρεία Νοσηλευτικής Έρευνας και Εκπαίδευσης.

<sup>21</sup> Juslin P.N., "Cue utilization in communication of emotion in music performance: Relating performance to perception to perception.", *Experimental Psychology: Human Perception and Performance* vol.26, 2000 , American Psychological Association.

επιστήμης και η μουσικοθεραπεία θεωρείται σήμερα μια επιστημονική παραϊατρική ειδικότητα (Jones, 2010)<sup>22</sup>.

---

<sup>22</sup> Jones, C.J., "An introduction to the nature and needs of students with mild disabilities", 2010, Springfield, Thomas C..



### 3 Κλασική μουσική και μουσικοθεραπεία

Τα οφέλη από την ακρόαση κλασικής μουσικής είναι πολλά. Στις ΗΠΑ επιστήμονες του Πανεπιστημίου Τεμπλ της Φιλαδέλφειας μελέτησαν τον εγκέφαλο 184 εθελοντών την ώρα που εκείνοι άκουγαν συγκεκριμένα είδη μουσικής. Διαπίστωσαν ότι κάθε μουσικό κομμάτι ή κλασικός συνθέτης είχε και διαφορετική επίδραση στην κυκλοφορία του αίματος, στη διάθεση και στις ψυχικές ή σωματικές λειτουργίες. Άρα η κλασική μουσική επιδρά με τους εξής τρόπους:

- μειώνει την αρτηριακή πίεση,
- ενισχύει τη μνήμη,
- διεγείρει τη δημιουργικότητα,
- μειώνει τα επίπεδα του στρες,
- εμπλουτίζει το πνευματικό δυναμικό,
- καταπολεμά την κατάθλιψη,
- περιορίζει τις αϋπνίες,
- ανακουφίζει από τον πόνο,
- βελτιώνει τη διάθεσή μας,
- ενδυναμώνει την παραγωγικότητα.

Λόγου χάρη οι μουσικές συνθέσεις των Βιβάλντι, Πάχελμπελ, Χέντελ και Μπαχ είναι κατάλληλες για την αντιμετώπιση του στρες επειδή διαθέτουν ένα μουσικό τέμπο (το λεγόμενο και *andante*) όσο και ο ρυθμός της καρδιάς μας σε ηρεμία, δηλαδή 65-70 χτύπους το λεπτό.

Ο Μπετόβεν είναι, επίσης, κατάλληλος για την αντιμετώπιση κρίσεων πανικού, οι Pink Floyd για την κατάθλιψη, ενώ η τζαζ γενικά αποδεικνύεται το πλέον «θεραπευτικό» είδος μουσικής.

Η μουσική συγκροτημάτων όπως οι Pink Floyd (και ειδικά τα άλμπουμ τους «Wish You Were Here» και «The Dark Side Of The Moon»), το άλμπουμ «Cold Turkey» του Τζον Λένον και το κομμάτι «What A Wonderful World» του Λούις Αρμστρονγκ θεωρούνται

«ανεβαστικά» της διάθεσης. Αντίθετα, τα «Another One Bites The Dust» των Queen, «Everybody Hurts» των REM και «Cigarettes and Alcohol» των Oasis αποδείχθηκε ότι χάλασαν την διάθεση των εθελοντών.

Επίσης, υπάρχει και το λεγόμενο «Mozart effect» («Η επίδραση Μότσαρτ») σύμφωνα με το οποίο η σονάτα «K.448 για δύο πιάνο» του αυστριακού μουσουργού βελτιώνει την ικανότητα επεξεργασίας προβλημάτων που σχετίζονται με ανώτερες γνωστικές λειτουργίες, ελαττώνει τον απαιτούμενο χρόνο εκμάθησης, μειώνει τα λάθη κατά τη διάρκεια της εργασίας και βελτιώνει τη δημιουργικότητα και διαύγεια.

### **3.1 Έρευνα για κλασική μουσική**

Έρευνα από το Ινστιτούτο Εκπαίδευσης του Λονδίνου διαπιστώνει ότι τα παιδιά που από επτά ετών «εκτίθενται» στην κλασική μουσική στο δημοτικό σχολείο αναπτύσσουν καλύτερα επίπεδα συγκέντρωσης και κοινωνικές δεξιότητες. Αποδεικνύεται έτσι ότι η έκθεση των παιδιών στη μουσική των Μπετόβεν, Μότσαρτ, Χάιντν και Μέντελσον σε νεαρή ηλικία μπορεί να ενισχύσει τη συγκέντρωσή τους και την αυτοπειθαρχία. Επιτρέποντας στους μαθητές από την ηλικία των επτά να ακούνε κλασική μουσική στο δημοτικό σχολείο μπορεί να έχει σημαντικά πολλαπλασιαστικά οφέλη και για τους εκπαιδευτικούς, όπως ισχυρίστηκε η εν λόγω έρευνα.

Η μελέτη από το Πανεπιστήμιο του Institute of Education του Λονδίνου διαπίστωσε ότι η ακρόαση κλασικής μουσικής αναπτύσσει τις ακουστικές ικανότητες των μαθητών και τους διδάσκει πώς να εκτιμούν την πολυπλοκότητα των διαφορετικών ειδών. Αλλά η διαδικασία του να ακούνε κλασική μουσική επέτρεψε, επίσης, στα παιδιά να αναπτύξουν κι άλλες δεξιότητες απαραίτητες για την προσεκτική ακρόαση που θα μπορούσε να έχει αντίκτυπο στο σύνολο του προγράμματος σπουδών. Τα συμπεράσματα έρχονται παρά τις συνεχιζόμενες ανησυχίες για τα πρότυπα της διδασκαλίας μουσικής σε πολλά σχολεία της χώρας.

Μια έκθεση από το Ofsted το 2012 διαπίστωσε ότι ο τρόπος που διδασκόταν η μουσική δεν ήταν αρκετά καλός στα δύο τρίτα σχεδόν των κρατικών Δημοτικών και Γυμνασίων στην Αγγλία. Οι επιθεωρητές προειδοποίησαν ότι τα μαθήματα κυριαρχούνταν

από τον προφορικό ή γραπτό λόγο, και όχι από μουσικά ακούσματα, με πάρα πολύ έμφαση στην ομιλία ή στις γραπτές ασκήσεις.

Στην τελευταία μελέτη η Susan Hallam, καθηγήτρια της Εκπαίδευσης και της Μουσικής Ψυχολογίας, αξιολόγησε ένα πρόγραμμα (Apollo Music Project) που εισάγει την κλασική μουσική και τους συνθέτες της σε μαθητές ηλικίας επτά έως δέκα ετών. Είπε ότι το σχέδιο οδηγεί σε αύξηση των ακουστικών ικανοτήτων και την ανάπτυξη άλλων δεξιοτήτων που είναι απαραίτητες για την προσεκτική ακρόαση συμπεριλαμβανομένης της συγκέντρωσης και αυτοπειθαρχίας. «Γνωρίζουμε ότι οι προτιμήσεις για τη μουσική επηρεάζονται από το βαθμό στον οποίο τα άτομα εκτίθενται σε αυτήν, όσο μεγαλύτερη είναι η έκθεση τόσο μεγαλύτερη είναι η συμπάθεια », είπε. Το πρόγραμμα περιελάμβανε έξι συναντήσεις και μαθήματα σε επίπεδο τάξης με τα παιδιά να έρχονται σε επαφή με διαφορετικά όργανα και μουσικές έννοιες. Συνθέτες που περιλαμβάνονταν ήταν οι Μπετόβεν, Χάιντ, Μότσαρτ, Ραβέλ, Σοστακόβιτς και Μέντελσον. Μουσικοί εξηγούσαν στα παιδιά τι θα άκουγαν, έκαναν ερωτήσεις και δέχονταν απαντήσεις. Στο πρόγραμμα συμμετείχαν 4.500 παιδιά σε 26 δημοτικά σχολεία στο Hackney και Tower Hamlets στο Ανατολικό Λονδίνο, καθώς και πάνω από 22.000 νέοι σε συνελεύσεις και συναυλίες. Είκοσι έξι μέλη του προσωπικού και 252 παιδιά σε εννέα δημοτικά σχολεία ερωτήθηκαν σχετικά με το πρόγραμμα. Οι εκπαιδευτικοί, που το αξιολόγησαν, διαπίστωσαν πως το κύριο όφελος ήταν η ενίσχυση της αυτοσυγκέντρωσης. Ωστόσο παρατήρησαν πως βελτιώθηκε η ικανότητα ακρόασης και διάκρισης διαφορετικών μουσικών ακουσμάτων, ενώ υπήρξε ανάπτυξη προσωπικών και κοινωνικών δεξιοτήτων. Ορισμένα μέλη του προσωπικού επισήμαναν επίσης βελτίωση στο μάθημα της Γλώσσας.

### **3.2 Η μουσική του Μότσαρτ**

Διακόσια χρόνια μετά την γέννησή του ο Mozart δεν θα μπορούσε να φανταστεί μια εναλλακτική εφαρμογή του έργου του και δη στην σύγχρονη ιατρική επιστήμη. Υπάρχουν αρκετά δημοσιευμένα επιστημονικά στοιχεία που συνηγορούν ότι η μουσική του Mozart έχει θεραπευτική αξία και μια ευεργετική επίδραση στις ανώτερες γνωστικές λειτουργίες του εγκεφάλου. Ένα συγκεκριμένο μουσικό έργο του Mozart που είναι η σονάτα για δύο πιάνο K.448, έχει αποτελέσει υλικό επιστημονικού πειραματισμού με θετικά αποτελέσματα. Βρέθηκε ότι κατά τη διάρκεια ακρόασης αυτής της σονάτας ο εγκέφαλος λειτουργεί αποδοτικότερα όσον αφορά ανώτερες γνωστικές λειτουργίες (π.χ. προσωρινή ικανότητα

χωρικής αντίληψης) και επίσης βρέθηκε ότι η ακρόαση της σονάτας αυτής μειώνει την συχνότητα και την βαρύτητα επιληπτικών κρίσεων σε ασθενείς που έπασχαν από επιληψία. Είναι πιθανό ότι η θεραπευτική αυτή δυνατότητα που βρέθηκε με την μουσική του Mozart να αφορά και άλλους συνθέτες παρόμοιου μουσικού ύφους αυτής της κλασσικής περιόδου, χρειάζεται ακόμη περισσότερη έρευνα στο αντικείμενο αυτό στο μέλλον πριν ίσως εξαχθούν κάποια οριστικά συμπεράσματα. Πάντως η μουσική του Mozart διαθέτει μελωδική απλότητα που την καθιστά προσεγγίσιμη ευχάριστα αλλά και μια τέλεια αρχιτεκτονική κατασκευή. Σύμφωνα με επιστημονικές μελέτες, οι συνθέσεις του κλασσικού συνθέτη καταπολεμούν το άγχος, ενισχύουν την ευφυΐα, ενώ βοηθούν στην αντιμετώπιση των καρδιακών παθήσεων, των αρθρικών πόνων και, όπως αποδείχθηκε πρόσφατα, της επιληψίας.

Η επίδραση της μουσικής του Mozart ορίζεται ως «Mozart effect» και διατυπώθηκε για πρώτη φορά από το Γάλλο ερευνητή Dr. Alfred A. Tomatis το 1991. Στο βιβλίο του «Pourquoi Mozart?» εξηγεί το πώς χρησιμοποίησε τη μουσική του μεγάλου συνθέτη στην προσπάθειά του να «επαναπρογραμματίσει» την ακοή, θεωρώντας πως η ακρόαση μουσικής σε διαφοροποιημένες συχνότητες βοηθούσε την ακοή και συνέβαλλε στη βελτίωση της διαδικασίας της ίασης και της ανάπτυξης του εγκεφάλου. Το 1993 οι ερευνητές Rauscher, Shaw και Ky μελέτησαν την επίδραση της μουσικής του Mozart στην αντίληψη του χώρου. Στους συμμετέχοντες στην έρευνα δόθηκε ένα από τα τρία καθιερωμένα τεστ σχετικά με την χωρική λογική, έχοντας προηγουμένως περάσει από τρεις διαφορετικές ακουστικές συνθήκες: μία σονάτα του Mozart, επαναλαμβανόμενη χαλαρωτική μουσική και σιωπή. Τα αποτελέσματα έδειξαν πως ο δείκτης IQ των εξεταζομένων ήταν 8 με 9 μονάδες υψηλότερος μετά την ακρόαση της σονάτας, μία επίδραση πάντως που διαρκούσε περίπου για 15 λεπτά.

Μας κάνει λοιπόν πιο έξυπνους η ακρόαση της μουσικής του Mozart; Περαιτέρω έρευνες σχετικά με την θεραπευτική αξία της μουσικής του έγιναν και σε ασθενείς με επιληψία όπου και απεδείχθη ότι η ακρόαση του Mozart -και συγκεκριμένα της σονάτας K448- μπορεί να μειώνει τον αριθμό και τη σοβαρότητα των επιληπτικών κρίσεων σε ασθενείς ακόμη και σε επιληπτικό κόμμα. Μια πιθανή εξήγηση σύμφωνα με τους ερευνητές που συμμετείχαν στην παραπάνω μελέτη ήταν ότι η λεπτή αρχιτεκτονική υφή της μουσικής του Αυστριακού συνθέτη, μπορεί να αποκαθιστά την ρυθμική φυσιολογική λειτουργία του εγκεφάλου που στην περίπτωση της επιληψίας υφίσταται ένα είδος 'αρρυθμίας'. Η μουσική του Mozart είναι απλή αλλά και μεγαλοφυής, διαθέτει μελωδία αλλά και άκρως εγκεφαλική δομή και αποδίδεται με τέτοιο τρόπο που να δραστηριοποιεί τόσο τη λογική, όσο και το

συναίσθημα. Σήμερα χρησιμοποιείται κατά κόρον στις συνεδρίες μουσικοθεραπείας με στόχο την χαλάρωση και την αντιμετώπιση του ψυχοσωματικού stress, ιδιαίτερα μάλιστα τα πιο αργά μέρη με ρυθμική αγωγή andante.

Για την επίδραση της μουσικής του Μότσαρτ στην υγεία οι ερευνητές επισημαίνουν ότι οι ασθενείς δεν είναι απαραίτητο να αγαπούν τη μουσική του αυστριακού συνθέτη ή να την ακούνε με προσοχή. Εκτός όμως από την ευφυΐα και την επιληψία, η θετική επίδραση της μουσικής αφορά και περαιτέρω τομείς όπως:

- Την καρδιά: Ομαλοποιεί τη λειτουργία του καρδιακού κύκλου και μειώνει τους παλμούς.
- Το στρες: Η μουσική του Μότσαρτ μειώνει το στρες στα νεογέννητα μωρά.
- Την όραση: Σε τεστ για την όραση 60 ασθενείς άκουσαν για δέκα λεπτά τη Σονάτα για δύο πιάνο σε ντο ματζόρε. Σύμφωνα με τους ερευνητές, η μουσική του Μότσαρτ βελτιώνει τη συγκέντρωση και την ακρίβεια.
- Τα ψάρια: Σύμφωνα με έρευνα του Γεωπονικού Πανεπιστημίου Αθηνών, προάγει τον ρυθμό ανάπτυξης του κοινού κυπρίνου και της τσιπούρας.

Φυσικά, όπως πάντα σε αυτές τις περιπτώσεις δεν λείπει και ο αντίλογος. Οι διαφωνούντες με τον βαθμό επίδρασης του φαινομένου υποστηρίζουν πως δεν υπάρχουν ακόμα αξιόπιστα ερευνητικά δεδομένα που να αποδεικνύουν το αν και κατά πόσο η μουσική του Mozart ευθύνεται για τις ευεργετικές επιπτώσεις σε διάφορους τομείς της ανθρώπινης υγείας. Η περαιτέρω εξέλιξη των επιστημονικών μελετών καλείται να δώσει ακόμα πιο συγκεκριμένες απαντήσεις για ένα θέμα που ακροβατεί μεταξύ επιστημονικής τεκμηρίωσης και αστικού μύθου.

## 4 Παραδοσιακή μουσική

Σύμφωνα με τις επιστημονικές έρευνες η μουσική επηρεάζει την ανάπτυξη του εγκεφάλου των μικρών παιδιών. Οι πρώτες ενδείξεις που έχουν στα χέρια τους οι ειδικοί δείχνουν ότι ο εγκέφαλος των παιδιών που έχουν συνεχή και ποικίλα μουσικά ακούσματα, τα οποία στη συνέχεια εξελίσσουν μέσα από μια πιο συστηματική ενασχόληση (π.χ. με μαθήματα σολφέζ ή κάποιου οργάνου), αντιδρά με διαφορετικό τρόπο από ό,τι ο εγκέφαλος παιδιών που δεν λαμβάνουν καμία μουσική παιδεία. Μέσω της παραδοσιακής μουσικής, της κίνησης, των παιχνιδιών με τραγούδι και των ομαδικών εκτελέσεων ενόργανης μουσικής, προσφέρονται θαυμάσιες ευκαιρίες στα παιδιά για κοινωνικοποίηση. Η μουσική παιδεία ενεργοποιεί την προσοχή και τη μνήμη και βοηθάει κατά πολύ στο να αναπτύξουν μια πειθαρχημένη προσωπικότητα. Αλλά ένα από τα βασικά πλεονεκτήματα της μουσικής είναι «πως» επενεργεί στον εύπλαστο και ευαίσθητο συναισθηματικό κόσμο του παιδιού. Αν μάλιστα το παιδί συμμετέχει και ομαδικά σε κάποια ορχήστρα ακόμη καλύτερα. Τσιτσάνης ή Χατζιδάκις, ηπειρώτικα ή νησιώτικα; Συχνά οι γονείς προβληματίζονται για το είδος της μουσικής στο οποίο πρέπει να εκθέτουν τα παιδιά. Μήπως τα τραγούδια που παίζονται ευρέως από το ραδιόφωνο δεν είναι η καλύτερη επιλογή; Μήπως πρέπει διαρκώς μέσα στο σπίτι να ακούγονται άριες και κλασική μουσική; Ή μήπως καλά είναι και τα ελαφρολαϊκά ή λαϊκά ακούσματα;

Η μουσική διαπλάθει χαρακτήρες αλλά δεν χρειάζονται υπερβολές. Το παιδί μπορεί να μάθει να ακούει τα πάντα αλλά και να έχει άποψη για τα πάντα, μόνο όταν του προσφέρονται τα πάντα. Ένα παιδί που δεν στερείται μουσικών ακουσμάτων μπορεί να είναι ένας μελλοντικός ακροατής που επιλέγει το «καλό» από το «κακό» τραγούδι, που ξεχωρίζει την «απλή» από την «απλοϊκή» μουσική.

## 4.1 Μεθοδολογία έρευνας

Η ερευνητική διαδικασία έχει ως αφορμή ένα προβληματισμό και προσπαθεί να απαντήσει σε ένα ερευνητικό ερώτημα. Ένας ερευνητής καλείται να σχεδιάσει τη μεθοδολογία που θα υιοθετήσει σε σχέση με τον προβληματισμό του και σε συνάρτηση με το υπό εξέταση πεδίο και θέμα του. Η μεθοδολογία έρευνας αναφέρεται στις παραμέτρους της ερευνητικής προσπάθειας του ερευνητή, οι οποίες αφορούν στις γενικές μεθοδολογικές προσεγγίσεις, στις μεθόδους, στις τεχνικές, στα μέσα, στα υλικά και στις διαδικασίες που θα επιλέξει για τη διεξαγωγή της έρευνας του. Δηλαδή, μεθοδολογία έρευνας είναι η κατανόηση της επιστημονικής ερευνητικής διαδικασίας. Η μεθοδολογία έρευνας που θα υιοθετηθεί σε σχέση με την παρούσα εργασία και το θέμα της θεραπευτικής δύναμης της μουσικής, είναι η απόσπαση πληροφοριών και συμπερασμάτων με την διαδικασία της ημιδομημένης συνέντευξης.

Μια ημιδομημένη συνέντευξη, σύμφωνα με την ιστοσελίδα (skillsacademic.weebly.com, 2017)<sup>23</sup>, έχει ως σκοπό την απόφευξη της επιβολής ή επιβολής απαντήσεων στον ερωτώμενο. Για αυτό η συγκεκριμένη ερευνητική συνέντευξη δεν συντάσσεται με αυστηρή δόμηση. Εδώ καλείται ο ερευνητής να δημιουργήσει μία λίστα ερωτημάτων που πρέπει πάση θυσία να καλυφθούν γύρω από το θέμα. Κατά τη διάρκεια της διαδικασίας υπάρχει η πιθανότητα αποφυγής ορισμένων ερωτημάτων, χωρίς αυτό να σημαίνει ότι δεν θα επιτευχθεί ο σκοπός με την ανάλογη εμβάθυνση στο θέμα. Εν τέλει, τα ερωτήματα «χαρτογραφούν» το θέμα της συνέντευξης και δεν δίνουν την πιθανότητα να βγει ο ερευνητής εκτός θέματος μέχρι την αποπεράτωσή της.

---

<sup>23</sup><http://skillsacademic.weebly.com/etamuiotadeltaomicronmuetau941nueta-sigmaupsilonnu941nutauepsilonpsilonxieta.html> (Είσοδος 8/6/2017).

## 4.2 Διαδικασία συνεντεύξεως

Σε συνάρτηση του θέματος για θεραπευτικές ιδιότητες περί μουσικής αποκαλυπτική και διαφωτιστική φάνηκε η συνέντευξη του κυρίου Μιχαήλ Ιωάννου Πολυχρονάκη δασκάλου λαούτου και κρητικής παραδοσιακής μουσικής.

**-Τι σας έρχεται στο μυαλό λέγοντάς σας τις λέξεις τέχνη, μουσική, παράδοση;**

-Η παραδοσιακή μουσική είναι ιδέα. Η μουσική είναι τέχνη και μην ξεχνάμε ότι η μουσική αποτελεί μια από τις καλές τέχνες. Είναι προτέρημα για κάποιον να γνωρίζει μία τέχνη, να παίζει ένα μουσικό όργανο. Είναι αυτό που προάγει τον άνθρωπο και το πνεύμα του. Τον καθοδηγεί στις δυσκολίες του, του δίνει δύναμη και αλλάζει τον τρόπο που αντιμετωπίζει την καθημερινότητά του. Έτσι, λοιπόν, όπως παρέχει δύναμη η μουσική το ίδιο καταφέρνει και η παράδοσή μας. Είναι πολύ σημαντικό που έχουμε τη δυνατότητα να έχουμε μία πλούσια παράδοση στη χώρα μας.

**-Είναι πλέον γνωστό ότι στην Ελλάδα αναπτύσσεται μία οικονομική κρίση που κατατρώει τον ελληνικό λαό. Όλοι έχουμε δυσκολίες και προβλήματα ως φυσικό επακόλουθο. Πιστεύετε ότι κάποιος μπορεί να βρεί ένα «καταφύγιο», μια θεραπεία με το να ασχοληθεί με τη περίπτωση της παραδοσιακής μουσικής;**

-Αδιαμφισβήτητα η περίπτωση της λαϊκής μουσικής γαληνεύει το μυαλό και η ψυχή. Όταν ένας άνθρωπος έρχεται αντιμέτωπος με κακουχίες της ζωής, όπως ήρθα και γω στη ζωή μου άλλωστε, είναι μεγάλη παρηγοριά μία μουσική συγχορδία, να μπορείς να γράφεις στίχους και να τους μετρέπεις σε τραγούδια που σε ξυπνούν, ψυχή τε και σώματι. Άρα καταλήγουμε στο συμπέρασμα ότι ο συναισθηματικός φόρτος, για θέματα που απασχολούν το μυαλό και την τσέπη μας προφανώς, απαλάσσεται σε ένα αρκετά μεγάλο επίπεδο. Υπάρχουν παραδείγματα μαθητών μου που μου αποκάλυψαν πόσο ξέφευγαν από τα προβλήματα τους όταν ερχόντουσαν να κάνουν μάθημα για το λαούτο τους. Μαθητές απλοί, με οικογένειες βιοπαλαιστών που μοχθούσαν για τα προς το ζήν.

**-Άρα καταλήγουμε στο συμπέρασμα ότι γίνεται ένας αόρατος πόλεμος μεταξύ υλικών και άυλων αγαθών στους ανθρώπους. Πιστεύετε ότι δέχονται μεγάλο πλήγμα τα ιδανικά που αποκομίζει κανείς μαθαίνοντας μουσική;**

-Φυσικά. Πιστεύω είναι τεράστιο πλήγμα για τον νεοέλληνα κιάλας. Όταν στον τομέα της εκπαίδευσης αρχίζουμε και περιθωριοποιούμε το μάθημα της μουσικής ή του μουσικού



οργάνου, για τους διάφορους λόγους που συμβαίνει αυτό, απομακρυνόμαστε από το ελληνικό αρχαίο πνεύμα της παιδείας. Τα ιδανικά λιγοστεύουν και κρούεται ο κώδωνας του κινδύνου για κοίλη πορεία.

**-Ο τομέας της εκπαίδευσης είναι κρίσιμος στην ζωή ενός ανηλίκου. Οι οικογένειες είναι καλό να μαθαίνουν έγκαιρα χρήσιμες και αξιόλογες διαδρομές για τα νεαρά μέλη, έτσι ώστε να εξασφαλιστεί ένα γερό μέλλον. Συντελεί ένα τέτοιο μέλλον η παραδοσιακή μουσική; Ως δάσκαλος που είστε ζητούμε τη γνώμη σας. Για να αποφύγουμε κακιές πορείες και παραστρατήματα, σε ποια ηλικία είναι καλό να ξεκινούν τα παιδιά ενασχόληση με τη μουσική;**

-Στην εποχή μας που λείπουν τα ινδάλματα, τα υψηλά ιδανικά και οι στόχοι είναι συνετό να αποκομίζουν τα νεαρά παιδιά όσο το δυνατόν περισσότερα πράγματα. Να «βομβαρδίζονται» και από άλλους τομείς στο σχολείο, αλλά και από τις τέχνες. Όλα ανοίγουν νέες πόρτες στον επαγγελματικό προσανατολισμό αργότερα αν εξετάσουμε την απτή επιλογή. Όμως να μην παραλείπουμε τη σκοπιά της νοητικής απόψεως. Δηλαδή, με έρευνες που έχουν γίνει από νευροεπιστήμονες αποκαλύπτεται ότι κομμάτια του εγκεφάλου ενός ανθρώπου που ακούει και μελετάει μουσικούς τόνους λειτουργούν πιο έντονα. Παραδείγματος χάρη, ένα παιδί που μελετάει ένα έγχορδο σκέφτεται ακόρντα από τις παρτιτούρες, και συγχρονίζει τις κινήσεις του για να παίξει «καθαρά» τη συγχορδία. Ένα άλλο που παίζει ένα κρουστό όργανο μελετάει ρυθμό και ταχύτητα, ή κάποιο άλλο που ασχολείται με πλήκτρα το ενδιαφέρει να κινεί τα χέρια του και τα πόδια του σε διαφορετικά χρονικά διαστήματα. Επομένως, θα καταλήξω στο συμπέρασμα ότι το μυαλό ενός παιδιού διευρύνεται και μαθαίνει να ανταποκρίνεται στο περιβάλλον του με πιο γρήγορες και σωστές αποφάσεις σε βάθος χρόνου. Αφομοιώνει καλύτερα πληροφορίες και μακροχρόνια κατανοεί την δύναμη της μουσικής και τη βρίσκει απελευθερωτική και άκρως διασκεδαστική. Ανεξαρτήτως κλασσικής ή παραδοσιακής. Δεν θα βάλω ταμπέλα ανάλογα ποιο είδος θέλει να ακολουθεί ο καθένας.

**-Ιδιαίτερα πληροφοριακά τα στοιχεία που μας δώσατε, αλλά θα θέλατε να μας αναλύσετε λίγο και το κομμάτι που αποσκοπεί στις μεγαλύτερες ηλικίες; Δηλαδή, τι επιρροές έχει η ενασχόληση με τη μουσική σε έναν ώριμο άνθρωπο;**

-Η ψυχοσύνθεση, πιστεύω, αλλάζει ανάλογα με την ηλικία, όπως ακριβώς και το πως εκλαμβάνει τη μουσική ένα παιδί ή ένας ενήλικας. Η συναισθηματική κατάσταση και ωριμότητα ενός ενήλικα συμβάλλει στην αντίληψή του για τη χρησιμότητα της μουσικής. Αυτά τα δύο δίνουν ένα άλλοθι για να ξεκινήσει η γνωριμία με το αντικείμενο. Αργότερα,

αφού δούν κάποια ουσιαστικά ωφέλη συνεχίζουν να μαθαίνουν περισσότερα. Δεν παύει, ωστόσο, η μουσική να μοιράζει συναισθήματα σε αυτούς που παίζουν, αλλά και σε αυτούς που ακούνε. Η καλή και επιτηδευμένη μουσική είναι μεταδοτική. Ηρεμεί σε δύσκολες καταστάσεις και ευφραίνει καρδιά στις μουσικές εκδηλώσεις.

**-Θα συνιστούσατε τη μουσική ως χόμπυ ή ως σπουδή;**

-Το ένα δεν αναιρεί το άλλο σε καμία περίπτωση. Το ξεκίνημα είναι πάντα υποκειμενικό. Στη πορεία ένα χόμπυ μπορεί να εξελιχθεί σε σπουδή και κατά συνέπεια σε ένα πτυχίο ή μία σπουδή που έφτασε στο τέλος της σε ένα ευχάριστο χόμπυ. Πολλοί παίρνουν τοις μετρητοίς ότι μία επιτυχημένη σπουδή πρέπει να καταλήγει σε οικονομικές απολαβές. Δεν είναι ιδιαίτερα ανοιχτόμυαλος τρόπος σκέψης.

**-Αραγε υπάρχει διαφορά στον τρόπο σκέψης για τη μουσική στις μέρες μας;**

-Σίγουρα. Το αναπόσπαστο κομμάτι που όλοι έχουμε στο μυαλό μας για την μουσική είναι ότι μας αρέσει. Βέβαια στο βωμό του κέρδους αυτό το κομμάτι έρχεται και χάνει την αξία του. Κάποιοι σκέφτονται να βγάλουν λεφτά υπονομεύοντας διαχρονικές μουσικές, με άθλιους στίχους ή εκφύλιση στις νότες. Το φαινόμενο είναι διεθνιστικό. Για παράδειγμα, η κρητική παραδοσιακή μουσική μιζάρεται σε στούντιο και παρουσιάζεται άσχημα, κατά την άποψή μου, στα αυτιά του σπουδαγμένου ακροατή. Οι υπόλοιποι δεν έχουν συναίσθηση για το τι πραγματικά ακούνε. Το ταλέντο είναι αυτό που λείπει, ίσως και ο ευρύς τρόπος σκέψης. Η καθαρή μουσική και η φυσικότητά της δίνει στον ακροατή τη δυνατότητα να ανέβει ένα σκαλί πιο πάνω και να αποκτήσει αυτό που λέμε «μουσικό» αυτί.

**-Πιστεύετε ότι η εμπορικότητα «βλάπτει» σοβαρά την κρητική παραδοσιακή μουσική; Έχει επιπτώσεις η σύγχρονη άποψη των καλλιτεχνών περί αποσκόπησης μόνο στο κέρδος;**

-Το κέρδος δεν είναι το μόνο στοιχείο που μπορεί να προσφέρει ένα έργο ενός καλλιτέχνη. Για μένα ο ορισμός του καλλιτέχνη δεν είναι απαραίτητα ο επαγγελματικά επιτυχημένος, αλλά ο ικανός στη μουσική. Όταν το marketing και η κριτική σκέψη ενός καλλιτέχνη για αποσκόπηση στα περισσότερα χρήματα παρουσιάζουν σημείο τομής, είναι σχεδόν πάντα βέβαιο ότι δεν θα παραχθεί έργο με επιτυχία σε βάθος χρόνου. Οι διευθυντές των σύγχρονων δισκογραφικών εταιριών θα διαφωνούσαν. Πιστεύουν περισσότερο σε μία τακτική η οποία επιβάλλεται στο δημιουργικό ταλέντο με συμβόλαια και συμβάσεις εργασίας. Συνεπώς, όταν ένας στιχουργός ή συνθέτης έχουν έμπνευση είναι καλοί εργαζόμενοι, όταν είναι σε περίοδο

δημιουργικού αδιέξοδου θεωρούνται αφερέγγυοι και στη συνέχεια κακιά επιρροή στο σκοπό της εταιρίας να κερδίσει. Άρα, η εμπορικότητα «βλάπτει» σοβαρά την μουσική γενικώς. Έρχεται στο προσκήνιο, για να απαντήσω και τη δεύτερη ερώτησή σας, μία πλύση εγκεφάλου από τη βιομηχανία τραγουδιού προς τους μουσικούς. Δηλαδή, προσπαθεί να περάσει μία εσφαλμένη μοντέρνα ιδέα στους νέους καλλιτέχνες να οραματίζονται ευρώ αντί για νότες πάνω στο πεντάγραμμο και να πορεύονται με την άποψη του τζίρου για τις δισκογραφικές, και συνεπώς κέρδος για τους ίδιους λόγω πνευματικών δικαιωμάτων. Ο σωστός καλλιτέχνης είναι σαν έναν σωστό δάσκαλο, πρέπει να εμπνέει. Όπως είπε και σε ένα απόφθεγμα ο William Arthur Ward «Ο μέτριος δάσκαλος μιλάει. Ο καλός δάσκαλος εξηγεί. Ο εξαιρετικός δάσκαλος δείχνει. Ο μεγάλος δάσκαλος εμπνέει.»<sup>24</sup>.

**-Μετά από όλα αυτά που μας είπατε θα θέλατε, στο τέλος, να παρέχετε μια συμβουλή στους ανθρώπους που ενδιαφέρονται για τον τομέα της μουσικής;**

-Να είναι πάντα ενεργοί, με θετική σκέψη, να ενημερώνονται κατάλληλα, να παίζουν όμορφα τραγούδια και να έχουν θάρρος για να αντιμετωπίσουν τις δυσκολίες που έρχονται στο προσκήνιο.

### **4.3 Συμπεράσματα έρευνας**

Με την παραπάνω διαδικασία αναδεικνύεται η επιρροή της τέχνης. Τα χειροπιαστά ευρήματα των επιστημονικών ερευνών παραλληλίζονται με τα αποτελέσματα των εμπειρικών απόψεων για να πετύχουν μια χρυσή τομή στο θέμα της θεραπευτικής ιδιότητας της παραδοσιακής μουσικής. Η νοητική και ψυχική κατάσταση φαίνεται ξεκάθαρα να εξαρτάται από την αλληλεπίδραση ενός παιδιού ή ενήλικα, με τα αποτελέσματα της εκμάθησης μουσικής. Λειτουργούν και εξελίσσονται και τα δύο ημισφαίρια του εγκεφάλου την ώρα που παίζουμε ένα μουσικό όργανο και έχει θετική επίδραση του στην διάθεση του ατόμου. Όπως ακριβώς συμβαίνει όταν ένας άνθρωπος αθλείται. Και συνεπώς η μακροχρόνια ενασχόληση επιβραβεύει στον τομέα της ψυχολογίας.

---

<sup>24</sup> <http://www.4yourfamily.gr> (Είσοδος 13/6/2017).

Παρατηρήθηκαν, επιπλέον, αντικρούσεις μεταξύ παράδοσης και μοντερνιστικών ιδεών για τη μουσική. Το «εύκολο» χρήμα σε συνάρτηση με την ελλειπή μόρφωση έρχεται να εκφυλίσει ιδανικά και αξίες της Ελλάδας. Να λιγοστέψει, κατά μία έννοια, τα αξιόλογα χαρακτηριστικά της ελληνικής παράδοσης. Δείγμα της πολιτιστικής κληρονομιάς εξαφανίζεται, λόγω λανθάνουσας εξέλιξης, αλλά «...όπου υπάρχει φλόγα για μόρφωση, σεβασμός και αγάπη για τη λαϊκή μας παράδοση, υπάρχει ζωή και ψυχή...» (kareliafoundation.org, 2017)<sup>25</sup>.

---

<sup>25</sup> [http://www.kareliafoundation.org.gr/?page\\_id=57](http://www.kareliafoundation.org.gr/?page_id=57) (είσοδος 9/06/2017).

## **ΕΠΙΛΟΓΟΣ**

Με ένα θέμα τόσο ενδιαφέρον όσο η μουσική και οι θεραπευτικές της ιδιότητες ανοίγονται νέοι ορίζοντες μέρα με τη μέρα. Τόσο από σκοπιά επιστημονική που αποσκοπεί στη βελτίωση χρόνιων παθήσεων, όσο και από τη σκοπιά της εκπαίδευσης που συμβάλλει στην διάπλαση του χαρακτήρα.

## **ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

**Anderson W.** "The Dalcroze Approach to Music Education: Theory and Applications." [Βιβλίο]. - , Kentucky : , National Association for Music Education, , 2011.

**Caine J.** "The effects of music on the selected stress behaviors, weight, caloric and formula intake and length of hospital stay of premature and low birth weight neonates in a newborn intensive care unit", Journal of Music Therapy vol. 28, p88-100 [Βιβλίο]. - , Oxford : , Oxford University Press, , 1991. - σσ. 88-100.

**Devlin B. Daniels M., Roeder K.** "The heritability of IQ", Nature 388, p468-471 [Βιβλίο]. - , 1997. - σσ. 468-471.

**Hepper P.G. et al.** "Development of fetal hearing", Archives of Disease in Childhood 71, p81-87 [Βιβλίο]. - , 1994. - σσ. 81-87.

**Jones C.J.** "An introduction to the nature and needs of students with mild disabilities" [Βιβλίο]. - , Springfield : , Thomas C., , 2010.

**Juslin P.N.** "Cue utilization in communication of emotion in music performance: Relating performance to perception to perception.", Experimental Psychology: Human Perception and Performance vol.26 [Βιβλίο]. - [s.l.] : , American Psychological Association, , 2000.

**kareliafoundation.org** [Ηλεκτρονικό]. - 9 6 2017. - 9 6 2017. - [http://www.kareliafoundation.org.gr/?page\\_id=57](http://www.kareliafoundation.org.gr/?page_id=57).

**Richepin J.** "Greek Mythology", μετάφραση Θεόφιλος Πασχ. Αναστασίου [Βιβλίο]. - , Αθήνα : Παπαμάρκου, , 1998.

**Righetti P.L.** "The emotional experience of the fetus: a preliminary report", Preand Perinatal Psychology Journal 11, p55-65 [Βιβλίο]. - , 1996. - σσ. 55-65.

**Scarteli J.P.** "A rationale for subcortical involvement in human response to music", In Applications of Music in Medicine, Ed. Cheryl Dileo-Maranto [Βιβλίο]. - , USA : , American Music Therapy Association, , 1991.

**Schwartz F.J.** "Perinatal stress reduction, music and medical cost savings", Journal of Prenatal and Perinatal Psychology and Health 12, 19-2 [Βιβλίο]. - , 1997.

**Schwartz F.J. Ritchie R.** "Music listening in neonatal intensive care units", In Music therapy and medicine, theoretical and clinical applications, Eds. Dileo C, pp 13-23 [Βιβλίο]. - , USA : , American Music Therapy Association, , 1999. - σσ. 13-23.

**skillsacademic.weebly.com** [Ηλεκτρονικό]. - 8 6 2017. - 8 6 2017. - <http://skillsacademic.weebly.com/etamuiotadeltaomicronmuetamu941nueta-sigmaupsilonnu941nutauepsilonupsilonxieta.html>.

**Vygotsky L.S.** "Mind in society: The developmental of higher mental processes.", ed. Cole M., John-Steiner V., Scribner S., Souberman E. [Βιβλίο]. - , Cambridge : , Harvard University Press, , 1987.

**wikipedia** [Ηλεκτρονικό]. - 2 6 2017. - 2 6 2017. - <https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%A4%CE%AD%CF%87%CE%BD%CE%B5%CF%82> (είσοδος 2/6/2017).

**Ανεζάκη Αθανασία** 4yourfamily.gr [Ηλεκτρονικό]. - 11 9 2014. - 13 6 2017. - <http://www.4yourfamily.gr/index.php/ekpaideusi/item/1238-%CE%BF-%CE%BC%CE%AD%CF%84%CF%81%CE%B9%CE%BF%CF%82-%CE%B4%CE%AC%CF%83%CE%BA%CE%B1%CE%BB%CE%BF%CF%82-%CE%BC%CE%B9%CE%BB%CE%AC%CE%B5%CE%B9-%CE%BF-%CE%BA%CE%B1%CE%BB%CF%8C%CF%82-%CE%B5%CE%BE%CE%B7%CE%B3>.

**Γεωργιάδη Ε.** "Οι Θεραπευτικές Ιδιότητες της Μουσικής στο Πέρασμα των Αιώνων.", Το Βήμα του Ασκληπιού τεύχ.2 [Βιβλίο]. - , Αθήνα : , Ελληνική Εταιρεία Νοσηλευτικής Έρευνας και Εκπαίδευσης, , 2007.

**Δρίτσας Θ.** "Η μουσική ως φάρμακο", Info Health, σελ.13-23 [Βιβλίο]. - , Αθήνα : , Τεθλασμένη, , 2003.

**Λοΐζος Ι.Δ.** "Η Αρχαία Ελλάδα και οι Ανατολικοί Λαοί από τους Σουμέριους στον Μέγα Αλέξανδρο 3000-323 π.Χ.", Διαθέσιμο στο: [http://www.anistor.gr/greek/ellada/Arxaia\\_Ellas.pdf](http://www.anistor.gr/greek/ellada/Arxaia_Ellas.pdf) (Είσοδος: 2/06/2017) [Βιβλίο]. - , Αθήνα : , Λοΐζος, , 2001.

**Μακρή Ι. Μακρή Δ.** "Εισαγωγή στη μουσικοθεραπεία" [Βιβλίο]. - , Αθήνα : , Γρηγόρη, , 2003.

**Παπαδοπούλου Ζ.** "Μουσική και Ψυχοσωματική Αγωγή στην Αρχαία Ελλάδα", σελ.75-87 [Βιβλίο]. - , Αθήνα : , Εθνικό Ίδρυμα Ερευνών, , 2003.

**Πολυχρονιάδου Α.** Μουσική και Ψυχολογία – Εισαγωγή στη Μουσικοθεραπεία [Βιβλίο]. - , Αθήνα : , Θυμάρι, , 2003.

**Ριζοπούλου Φ.** "Βασικές αρχές μουσικοθεραπείας σύμφωνα με τη φιλοσοφία Orff", Μουσική Εκπαίδευση, τ.10, σελ.16-25 [Βιβλίο]. - , Θεσσαλονίκη : , Ελληνική Ένωση Μουσικής Εκπαίδευσης, , 2002.



## **ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ**

Copyright © ΤΕΙ Δυτικής Ελλάδας. Με επιφύλαξη παντός δικαιώματος. All rights reserved.

Δηλώνω ρητά ότι, σύμφωνα με το άρθρο 8 του Ν. 1599/1988 και τα άρθρα 2, 4, 6 παρ. 3 του Ν. 1256/1982, η παρούσα εργασία αποτελεί αποκλειστικά προϊόν προσωπικής εργασίας και δεν προσβάλλει κάθε μορφής πνευματικά δικαιώματα τρίτων και δεν είναι προϊόν μερικής ή ολικής αντιγραφής, οι πηγές δε που χρησιμοποιήθηκαν περιορίζονται στις βιβλιογραφικές αναφορές και μόνον.

Μιχαήλ Πολυχρονάκης, 2015