



**ΣΧΟΛΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ, ΑΝΘΡΩΠΙΣΤΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΚΑΙ ΤΕΧΝΩΝ**

**ΤΜΗΜΑ ΜΟΥΣΙΚΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΚΑΙ ΤΕΧΝΗΣ**

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ**

**«ΜΟΥΣΙΚΗ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΑ»**

**ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΜΟΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ**

**ΜΟΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ ΚΑΙ ΣΥΓΓΕΝΕΙΣ ΚΑΡΔΙΟΠΑΘΕΙΕΣ ΚΑΤΑ ΤΟ  
ΠΡΟΕΓΧΕΙΡΗΤΙΚΟ ΚΑΙ ΜΕΤΕΓΧΕΙΡΗΤΙΚΟ ΣΤΑΔΙΟ: ΜΕΛΕΤΗ  
ΠΕΡΙΠΤΩΣΗΣ ΜΙΑΣ ΕΦΗΒΗΣ**

**Της**

**Χριστίνας Παπανδρέου**

**Επιβλέπουσα καθηγήτρια: Δρ Θεοδώρα Ψαλτοπούλου-Καμίνη**

**Συνεπιβλέπουσα καθηγήτρια: Δρ Λελούδα Στάμου**

**Σεπτέμβριος, 2022**

Στην οικογένειά μου

## Ευχαριστίες

Θα ήθελα να ευχαριστήσω μέσα από την καρδιά μου τη συμμετέχουσα και τους γονείς της για την εμπιστοσύνη που μου έδειξαν και που μοιράστηκαν μαζί μου μία πολύ σημαντική και δύσκολη περίοδο για την οικογένειά τους. Επίσης, θα ήθελα να ευχαριστήσω την καθηγήτρια και επιβλέπουσά μου, Δρ Ντόρα Ψαλτοπούλου, για τη βοήθεια και την ανατροφοδότησή της. Ευχαριστώ την επόπτριά μου, Δρ Ανθή Αργότου, για τις συμβουλές, τη βοήθεια και την ηθική υποστήριξη. Επιπλέον, θα ήθελα να ευχαριστήσω τη Χριστίνα Παναγιωτάκου για τη θετική στάση της, τις συμβουλές και τη βοήθειά της. Θέλω ακόμη, να ευχαριστήσω τον Θανάση Δρίτσα για την πίστη του στο εγχείρημά μου, τη βοήθεια και την παροχή της επιστημονικής του γνώσης. Ευχαριστώ τον Νικόλαο Γιαννόπουλο για τη θετική του στάση απέναντι στην ερευνητική μου πρόταση. Θέλω επίσης να ευχαριστήσω πολύ τη Μαρία Δημητροπούλου για την τόσο πολύτιμη βοήθειά της για την ανεύρεση της συμμετέχουσας.

Τέλος, ευχαριστώ την οικογένειά μου για την αγάπη, την υπομονή, την υποστήριξη, τη βοήθεια και την πίστη σε εμένα καθ' όλη τη διάρκεια των σπουδών μου.

## Περίληψη

Οι συγγενείς καρδιοπάθειες αποτελούν ανωμαλίες διάπλασης της καρδιάς ή των αγγείων που δημιουργούνται κατά την εμβρυική ζωή. Μπορούν να επηρεάσουν ποικιλοτρόπως τη ζωή των ασθενών και πολλές φορές για τη διόρθωσή τους απαιτείται η υποβολή σε εγχείρηση. Αυτή όμως, όπως και η εισαγωγή στο νοσοκομείο, μπορεί να προκαλέσει προεγχειρητικό και μετεγχειρητικό άγχος, τα οποία πιθανώς να εμποδίσουν και να καθυστερήσουν την ανάρρωση.

Στα πλαίσια της παρούσας ποιοτικής μελέτης περίπτωσης πραγματοποιήθηκαν πέντε προεγχειρητικές συνεδρίες, μία μέσα στο νοσοκομείο και τέσσερις μετεγχειρητικές συνεδρίες με μία έφηβη δώδεκα ετών με συγγενή καρδιοπάθεια. Διερευνήθηκε αν η μουσικοθεραπεία μείωσε το προεγχειρητικό και μετεγχειρητικό άγχος αυτής, αν της προσέφερε εμπειρίες ευχαρίστησης, δημιουργικότητας και έκφρασης συναισθημάτων και αν της έδωσε αίσθηση ελέγχου σε μία δύσκολη περίοδο. Επίσης, εξετάστηκε αν η δημιουργία εξατομικευμένης μουσικής συλλογής με αποσπάσματα από σημαντικές στιγμές των συνεδριών για την ημέρα της εγχείρησης και την παραμονή στο νοσοκομείο μπόρεσε να υποστηρίξει συναισθηματικά την έφηβη-ασθενή. Ακόμη, μελετήθηκε αν η μουσικοθεραπεία μπόρεσε να συμβάλει στην ανάρρωσή της μέσω τεχνικών και προσεγγίσεων που προσαρμόζονταν ανάλογα με τις συναισθηματικές και ιατρικές ανάγκες της. Τα παραπάνω εξετάστηκαν μέσω λεκτικών μαρτυριών της συμμετέχουσας, μέσω μικροανάλυσης ηχογραφημένων συνεδριών και ερμηνείας των αποσπασμάτων τους από την ερευνήτρια/μουσικοθεραπεύτρια υπό την επίβλεψη προσωπικού επόπτη και μέσω των λεκτικών μαρτυριών της μητέρας της

συμμετέχουσας στα πλαίσια τεσσάρων συνεντεύξεων. Αυτά τα στοιχεία προσέδωσαν αξιοπιστία στην έρευνα. Εκτός των άλλων, εξετάστηκε αν η συμμετοχή της έφηβης-ασθενούς στις συνεδρίες συνέβαλε στην ανακούφιση και τη μείωση του άγχους των γονέων της.

Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν ότι η μουσικοθεραπεία συνέβαλε σε όλα τα παραπάνω. Για τη γενίκευση τους όμως, απαιτείται η διενέργεια περαιτέρω έρευνας με μεγαλύτερα δείγματα πληθυσμού.

**Λέξεις κλειδιά:**

Μουσικοθεραπεία, Συγγενείς καρδιοπάθειες, Προεγχειρητικό άγχος, Μετεγχειρητικό άγχος, Πόνος, Εγχείρηση, Νοσοκομείο, ΜΕΘ, Έφηβοι, Μουσική συλλογή

## **Abstract**

Congenital heart diseases are defects in the formation and function of the heart, or the blood vessels developed during fetal life. These defects may affect the patient's life in various ways. In many cases, the only way to repair the congenital heart diseases is through surgery. Surgical procedures, as well as hospitalization, may cause preoperative and postoperative anxiety, which could possibly delay the recovery of the patient.

A qualitative music therapy case study was conducted with a twelve-year-old girl who had congenital heart disease. It included five preoperative sessions, four postoperative and one that was carried out in the hospital. This study aimed to research whether music therapy alleviated the preoperative and postoperative anxiety of the participant and offered her gratifying experiences as well as opportunities to express her emotions and be creative. Also, it examined whether the music therapy sessions gave the participant a sense of control during an extremely difficult and challenging period. As part of the study, it was examined whether the creation of an individualized music collection to be listened by the patient during the surgery day and her stay at the hospital, could emotionally support the adolescent patient. The study also investigated whether music therapy contributed to the recovery of the participant through techniques and approaches that were adjusted to meet her emotional and medical needs.

The research entailed analysis of the words of the adolescent-patient as revealed during the music therapy sessions, as well as microanalysis and interpretation of the

recorded sessions under the guidance of a personal supervisor. Also, the patient's mother participated in four interviews. Through all this, the reliability of the case study was enhanced.

The results of the case study showed that music therapy helped the adolescent patient throughout the perioperative period as well as during her surgery day and hospitalization and had a positive effect on her and also on her parents. However, more research is needed, for the generalization of the given results.

**Key words:**

Congenital Heart Disease, Preoperative Anxiety, Postoperative Anxiety, Pain, Surgery, Hospital, ICU, Music collection

## Περιεχόμενα

Εισαγωγή .....	11
Σκοπός και στόχοι της προτεινόμενης μελέτης- Κλινικά Ερωτήματα .....	12
Κεφάλαιο 1 - Θεωρητικό Υπόβαθρο .....	14
1.1 Συγγενείς Καρδιοπάθειες .....	14
1.1.1 Ορισμός και σημαντικά στοιχεία.....	14
1.1.2 Αίτια .....	14
1.1.3 Κατηγορίες συγγενών καρδιοπαθειών.....	15
1.1.4 Μεσοκοιλιακή επικοινωνία .....	16
1.2 Προεγχειρητικό και μετεγχειρητικό άγχος .....	17
1.3 Πόνος.....	18
1.4 Εφηβεία .....	18
1.5 Προβληματική: Συνέπειες νοσηλείας και εγχείρησης .....	20
1.5.1 Παιδιά και έφηβοι ασθενείς.....	20
1.5.2 Γονείς .....	22
Κεφάλαιο 2 - Μουσικοθεραπεία: ορισμοί και η συμβολή της σε ασθενείς που χρήζουν εγχείρησης και νοσηλείας .....	25
2.1 Ορισμοί.....	25
2.1.1 Μουσικοθεραπεία Ουμανιστικής προσέγγισης .....	25
2.1.2 Μουσικοθεραπεία Ψυχοδυναμικής προσέγγισης .....	26



2.1.3 Δημιουργική Μουσικοθεραπεία Nordoff Robbins .....	27
2.2 Η συμβολή της μουσικοθεραπείας σε ασθενείς που χρήζουν εγχείρησης και νοσηλείας .....	27
Κεφάλαιο 3- Μεθοδολογία.....	31
3.1 Μελέτη περίπτωσης ως ποιοτική έρευνα στη μουσικοθεραπεία .....	32
3.2 Επιπρόσθετα στοιχεία μεθοδολογίας της παρούσας έρευνας .....	34
Κεφάλαιο 4 - Ανάλυση της μελέτης περίπτωσης .....	36
4.1 Ιστορικό.....	36
4.2 Προετοιμασία για την έναρξη των συνεδριών.....	36
4.2.1 Συνάντηση με τον γονέα.....	36
4.2.2 Συνάντηση με την έφηβη.....	37
4.2.3 Ενημέρωση από τον καρδιοχειρουργό .....	37
4.3 Περιγραφή των συνεδριών .....	37
4.3.1 Προεγχειρητική περίοδος .....	38
4.3.1.1 Επιπλέον θεωρητική βάση και κλινικές τεχνικές .....	39
4.3.1.2 Πρώτη συνεδρία .....	43
4.3.1.3 Δεύτερη συνεδρία.....	45
4.3.1.4 Τρίτη συνέδρια .....	47
4.3.1.5 Τέταρτη συνεδρία.....	52
4.3.1.6 Πέμπτη συνεδρία .....	54
4.3.2 Προεγχειρητικές συνεντεύξεις με τη μητέρα.....	56
4.3.3 Ημέρα της εγχείρησης (έκτη συνεδρία).....	58
4.3.4 Παραμονή στο νοσοκομείο .....	60

4.3.5 Μετεγχειρητική περίοδος .....	61
4.3.5.1 Έβδομη συνεδρία .....	61
4.3.5.2 Ογδοη συνεδρία.....	65
4.3.5.3 Ένατη συνεδρία .....	68
4.3.5.4 Δέκατη συνεδρία .....	71
4.3.6 Μετεγχειρητικές συνεντεύξεις με τη μητέρα.....	75
Κεφάλαιο 5 - Επίλογος.....	79
5.1 Συμπεράσματα/ Συζήτηση.....	79
5.2 Συμβολή της μελέτης στην επιστήμη .....	84
5.3 Περιορισμοί της έρευνας.....	85
Βιβλιογραφία.....	86
Παραρτήματα .....	94

## Εισαγωγή

Οι συγγενείς καρδιοπάθειες αποτελούν ελαττώματα στην ανατομία και τη λειτουργία του σημαντικότερου ίσως οργάνου του ανθρώπινου σώματος, της καρδιάς. Η καρδιά είναι το εσωτερικό ρολόι, ο εσωτερικό μετρονόμος που δίνει τον ρυθμό στο σώμα μας. Οι συγγενείς καρδιοπάθειες επηρεάζουν τη ζωή του ασθενούς σε μικρότερο ή μεγαλύτερο βαθμό, ανάλογα με τη βαρύτητά τους. Ο ασθενής, ιδίως αν πρόκειται για παιδί ή για έφηβο, μπορεί να αισθάνεται περιορισμένος, αποκλεισμένος από τους συνομηλίκους του και καταπιεσμένος, καθώς πρέπει να προσέχει διαρκώς να μην καταπονηθεί.

Η κατάσταση γίνεται ακόμα πιο δύσκολη όταν πρέπει να υποβληθεί σε εγχείρηση προκειμένου να διορθωθεί η συγγενής καρδιοπάθεια. Η εγχείρηση και η εισαγωγή στο νοσοκομείο μπορούν να αποτελέσουν τραυματικές εμπειρίες. Το άγχος πριν και μετά την εγχείρηση μπορεί να επηρεάσει, μεταξύ άλλων, την πορεία της ανάρρωσης και τη διάρκεια νοσηλείας του ασθενούς. Ιδίως όταν πρόκειται για παιδιά ή εφήβους, αυτοί μπορεί να μην είναι σε θέση να διαχειριστούν τις αρνητικές εμπειρίες και τα συναισθήματά τους.

Είναι σαφές, ότι χρειάζεται να ανευρεθούν μέσα στήριξης των ασθενών. Η μουσικοθεραπεία αποτελεί μία θεραπεία χωρίς παρενέργειες, η οποία θα μπορούσε να υποστηρίξει τους ασθενείς με συγγενείς καρδιοπάθειες που υποβάλλονται σε εγχείρηση.

Στην παρούσα έρευνα διενεργήθηκαν πέντε προεγχειρητικές συνεδρίες, μία μέσα στο νοσοκομείο και τέσσερεις μετεγχειρητικές συνεδρίες μουσικοθεραπείας με μία έφηβη με συγγενή καρδιοπάθεια.

### **Σκοπός και στόχοι της προτεινόμενης μελέτης- Κλινικά Ερωτήματα**

#### **Σκοπός:**

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να μελετήσει αν η μουσικοθεραπεία μπορεί να βοηθήσει μια έφηβη με συγγενή καρδιοπάθεια στη διαχείριση του προεγχειρητικού και μετεγχειρητικού άγχους, των συναισθημάτων και του πόνου της.

#### **Οι στόχοι της έρευνας ήταν:**

- Να μελετήσει αν η μουσικοθεραπεία μπορεί να μειώσει το προεγχειρητικό και μετεγχειρητικό άγχος, μέσω μικροανάλυσης των ηχογραφημένων συνεδριών μουσικοθεραπείας.
- Να μελετήσει αν η μουσικοθεραπεία μπορεί να δώσει εμπειρίες ευχαρίστησης, δημιουργικότητας και έκφρασης συναισθημάτων στην έφηβη πριν και μετά την εγχείρηση μέσω λεκτικών και μουσικών δεδομένων, όπως αυτά αναδύθηκαν μέσα από τη μικροανάλυση των συνεδριών.
- Να διερευνήσει αν η μουσικοθεραπεία μπορεί να δώσει την αίσθηση του ελέγχου στην έφηβη, μέσω λεκτικών και μουσικών δεδομένων, όπως αυτά αναδύθηκαν μέσα από τη μικροανάλυση των συνεδριών.

- Να εξετάσει αν η δημιουργία μουσικής συλλογής για την ημέρα της εγχείρησης και την παραμονή στο νοσοκομείο μπορεί να υποστηρίξει συναισθηματικά την έφηβη-ασθενή.
- Να εξετάσει αν η μουσικοθεραπεία μπορεί να συμβάλει στην ανάρρωση της έφηβης-ασθενούς μέσω προσαρμοζόμενων τεχνικών και προσεγγίσεων που θα συναντούσαν τις συναισθηματικές της ανάγκες και θα προωθούσαν την όσο το δυνατόν καλύτερη ανάρρωση.
- Να διερευνήσει τα παραπάνω μέσα από την αξιολόγηση και ανάλυση συνεντεύξεων με τη μητέρα της έφηβης.
- Να διερευνήσει αν η συμμετοχή της έφηβης-ασθενούς σε συνεδρίες μουσικοθεραπείας μπορεί να προσφέρει ανακούφιση στους γονείς, πιο συγκεκριμένα στη μητέρα, και να μετριάσει και το δικό της άγχος, μέσω αυτοαναφορών της.

## **Κεφάλαιο 1 - Θεωρητικό Υπόβαθρο**

### **1.1 Συγγενείς Καρδιοπάθειες**

#### **1.1.1 Ορισμός και σημαντικά στοιχεία**

Οι συγγενείς καρδιοπάθειες αποτελούν «ανωμαλίες διάπλασης της καρδιάς ή των αγγείων που δημιουργούνται κατά τη διάρκεια της εμβρυικής ζωής» (Νούση & Μπερούκα, 2012, p. 83). Οι ανωμαλίες αυτές εντοπίζονται στις αρτηρίες, στις βαλβίδες, στα στεφανιαία και στα μεγάλα αγγεία της καρδιάς (Νούση & Μπερούκα, 2012, p. 83). Οι συγγενείς καρδιοπάθειες είναι η δεύτερη συχνότερη «αιτία θανάτου στη βρεφική και παιδική ηλικία» και η «μοναδική αιτία καρδιακής πάθησης του παιδικού πληθυσμού στον αναπτυγμένο κόσμο» (Νούση & Μπερούκα, 2012, p. 82). Υπολογίζεται ότι σε 1000 γεννήσεις, υπάρχουν 8-10 νεογνά που πάσχουν από συγγενείς καρδιοπάθειες (Hattem et al., 2006, p. 187).

Η θεραπεία των συγγενών καρδιοπαθειών διακρίνεται σε συντηρητική και χειρουργική. Η πρώτη εφαρμόζεται σε βαριές περιπτώσεις ή ως προετοιμασία για τη χειρουργική θεραπεία, ενώ η χειρουργική αποσκοπεί στη διόρθωση της βλάβης της καρδιάς και απαιτείται στις περισσότερες περιπτώσεις (Νούση & Μπερούκα, 2012).

#### **1.1.2 Αίτια**

Στην πλειοψηφία (90%) των συγγενών καρδιοπαθειών τα αίτια είναι άγνωστα και σύμφωνα με τη βιβλιογραφία είναι πολυπαραγοντικά (Νούση & Μπερούκα, 2012).

Υποστηρίζεται ότι οι συγγενείς καρδιοπάθειες μπορεί να οφείλονται σε συνδυασμό/αλληλεπίδραση γενετικών και εξωγενών-περιβαλλοντικών παραγόντων, όπως λοιμώξεων, χρήσης τοξικών ουσιών, έκθεσης σε ακτινοβολία και λήψης φαρμάκων, ιδίως κατά το πρώτο τρίμηνο της κύησης (Νούση & Μπερούκα, 2012). Ακόμη, οι συγγενείς καρδιοπάθειες μπορεί να οφείλονται σε ιώσεις της μητέρας κατά την εγκυμοσύνη, όπως η συγγενής ερυθρά ή σε χρόνια νοσήματα αυτής, όπως ο σακχαρώδης διαβήτης και ο συστηματικός ερυθματώδης λύκος. (Νούση & Μπερούκα, 2012)

Επιπλέον, είναι πολύ σημαντικό το ιατρικό ιστορικό της οικογένειας. Αν ένα παιδί έχει συγγενή καρδιοπάθεια, τότε η πιθανότητα να γεννηθεί κι άλλο παιδί με ανωμαλία είναι τρεις έως τέσσερις φορές μεγαλύτερη σε σύγκριση με οικογένειες με υγιή παιδιά (Νούση & Μπερούκα, 2012).

Εκτός των άλλων, οι συγγενείς καρδιοπάθειες μπορεί να οφείλονται σε ανωμαλίες χρωμοσωμάτων ή γονιδίων. Μπορούν να εμφανίζονται μαζί με το σύνδρομο Down, το σύνδρομο Turner, το σύνδρομο Marfan και τις τρισωμίες 18 και 13 έως 15 (Νούση & Μπερούκα, 2012).

### **1.1.3 Κατηγορίες συγγενών καρδιοπαθειών**

Οι συγγενείς καρδιοπάθειες χωρίζονται σε κυανωτικές και κυανωτικές, ανάλογα με την ύπαρξη κυάνωσης, δηλαδή κυανωπού, φαιού, γαλανού, ή πορφυρού αποχρωματισμού του δέρματος, ή των βλεννογόνων μεμβρανών ως αποτέλεσμα μειωμένης ποσότητας οξυγόνου ή αιμοσφαιρίνης στο αίμα (iatronet.gr, n.d.). Στην πρώτη κατηγορία η ποσότητα του οξυγόνου στο αρτηριακό αίμα είναι φυσιολογική και

συνεπώς είναι φυσιολογική και η απόχρωση του δέρματος. Στην περίπτωση όμως των κυανωτικών καρδιοπαθειών η ποσότητα του οξυγόνου είναι μειωμένη με αποτέλεσμα το κυανό χρώμα του δέρματος.

#### **1.1.4 Μεσοκολπική επικοινωνία**

Η μεσοκολπική επικοινωνία αποτελεί το 10% των συγγενών καρδιοπαθειών (Συγγενείς Καρδιοπάθειες- Επεμβατική Σύγκλειση Μεσοκολπικής Επικοινωνίας- ASD, n.d.). Ανήκει στην κατηγορία των ακυανωτικών καρδιοπαθειών.

Πρόκειται για μία τρύπα μεταξύ του δεξιού και του αριστερού κόλπου της καρδιάς. Λόγω αυτής, πλούσιο σε οξυγόνο αίμα μεταφέρεται από τον αριστερό κόλπο προς τον δεξιό, όπου αναμειγνύεται με μη οξυγονωμένο αίμα. Ως αποτέλεσμα, υπάρχει αυξημένη ποσότητα αίματος στη δεξιά κοιλία και στην πνευμονική αρτηρία. Η δεξιά κοιλία υπερλειτουργεί και αυξάνονται οι διαστάσεις της. Η μεσοκολπική επικοινωνία μπορεί να προκαλέσει πνευμονική υπέρταση, δεξιά καρδιακή ανεπάρκεια και αρρυθμίες, κυρίως από τους κόλπους (κολπική μαρμαρυγή). Ακόμη, οι ασθενείς με μεσοκολπική επικοινωνία εμφανίζουν συχνότερα λοιμώξεις των πνευμόνων (Συγγενείς Καρδιοπάθειες- Επεμβατική Σύγκλειση Μεσοκολπικής Επικοινωνίας- ASD, n.d.).

Στην παιδική ηλικία σπάνια εμφανίζονται συμπτώματα μεσοκολπικής επικοινωνίας και η διάγνωση συνήθως γίνεται τυχαία από τον παιδίατρο. Η σύγκλειση μεσοκολπικής επικοινωνίας γίνεται είτε με καθετηριασμό και τοποθέτηση μικροσυσκευής-ομπρέλας, εφόσον το επιτρέπει η κατάσταση του ασθενούς, είτε με εγχείρηση.



## 1.2 Προεγχειρητικό και μετεγχειρητικό άγχος

Το άγχος ορίζεται ως «η δυσάρεστη συναισθηματική κατάσταση που περιλαμβάνει αισθήματα τάσης, φόβου ή ακόμη και τρόμου σαν απάντηση σε κίνδυνο του οποίου η πηγή είναι σε μεγάλο βαθμό άγνωστη ή μη αναγνωρίσιμη» (Μάνος, 1997, όπως αναφέρεται στο Μητρούση et al., 2013).

Οι ασθενείς που πρέπει να υποβληθούν σε εγχείρηση μπορεί να βιώσουν άγχος τόσο πριν όσο και μετά από αυτήν. Το προεγχειρητικό και το μετεγχειρητικό άγχος όμως επιφέρουν πολλά αρνητικά αποτελέσματα.

Υποστηρίζεται ότι το προεγχειρητικό άγχος εμφανίζεται «με το που αρχίζει ο σχεδιασμός μίας εγχείρησης και κορυφώνεται τη στιγμή της εισόδου στο νοσοκομείο» (McCleane et al., 1990, όπως αναφέρεται στο Klopfenstein et al., 2000). Μερικές από τις συνέπειές του είναι καθυστέρηση της εξόδου από το νοσοκομείο, η αύξηση της έντασης του μετεγχειρητικού πόνου και η επακόλουθη αυξημένη ανάγκη για αναλγητικά φάρμακα. Επίσης, «σε ορισμένες κατηγορίες εγχειρήσεων μπορεί να αυξήσει τη θνητότητα» (Stamenkovic et al., 2018, p. 1307).

Ακόμη, μετά την εγχείρηση οι ασθενείς μπορεί να εμφανίσουν έντονο άγχος, το οποίο έχει ανάλογες συνέπειες με το προεγχειρητικό. Όμως, η υποβολή σε εγχείρηση, οι απαιτούμενες εξετάσεις και η νοσηλεία μπορεί να αποτελέσουν τραυματικά γεγονότα. Σε αυτήν την περίπτωση, αυτές οι επώδυνες και ίσως απειλητικές για τη ζωή καταστάσεις μπορεί να έχουν ως αποτέλεσμα την εμφάνιση μετατραυματικού άγχους ή

ακόμη και «συνδρόμου μετατραυματικού στρες στους ασθενείς» (Connolly et al., 2004, p. 480).

### 1.3 Πόνος

Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, ο πόνος ορίζεται ως

ένα δυσάρεστο αίσθημα και μια δυσάρεστη συναισθηματική εμπειρία που συνοδεύει κάποια πραγματική ή δυσάρεστη ιστική βλάβη ή που περιγράφεται από το μέγεθος μιας τέτοιας βλάβης. Ο πόνος είναι πάντα υποκειμενικός, κάθε άτομο μαθαίνει τη χρήση της λέξης μέσω εμπειριών που σχετίζονται με τραυματισμούς κατά τη διάρκεια των πρώτων χρόνων της ζωής του. Είναι αναμφισβήτητα μια αίσθηση που αναφέρεται σε κάποιο ή κάποια σημεία του σώματός του αλλά είναι πάντα δυσάρεστη και ως εκ τούτου αποτελεί συναισθηματική εμπειρία (Κέρμανου, 2011:19 όπως αναφέρεται στο Ψαλτοπούλου, 2015, σελ. 81).

### 1.4 Εφηβεία

Η εφηβεία αποτελεί μία ιδιαίτερη και πολύ σημαντική περίοδο στη ζωή του ανθρώπου, καθώς σηματοδοτεί τη μετάβαση από την παιδική ηλικία στην ενήλικη ζωή. Κατά τη διάρκειά της το σώμα αλλάζει με ταχύτατους ρυθμούς σε σύγκριση με τις υπόλοιπες περιόδους της ζωής και η σφοδρότητα αυτής της αλλαγής προκαλεί τεράστια ψυχολογική αναταραχή. Οι έφηβοι παρουσιάζουν τάση προς κατάθλιψη και μοναξιά κι έχουν την αίσθηση ότι είναι παγιδευμένοι ή ότι είναι διαφορετικοί από όλους τους άλλους ανθρώπους (Waddell, 2002). Επίσης, τους απασχολεί πολύ η εικόνα του σώματός τους, το οποίο συχνά φαντάζει ως κάτι ξένο. Εκτός των άλλων, οι σχέσεις με

τους συνομηλικούς και η γνώμη αυτών είναι υψίστης σημασίας κατά τη διάρκεια της εφηβείας. Οι ομάδες συνομηλικών μάλιστα μπορούν να προσφέρουν στον έφηβο την αίσθηση κρατήματος (holding) που τόσο χρειάζεται (Waddell, 2002).

Όμως, οι σωματικές αλλαγές που χαρακτηρίζουν την εφηβεία δεν συμπίπτουν πάντοτε χρονικά με τις συναισθηματικές, καθώς οι πρώτες τείνουν να συμβαίνουν νωρίτερα (Waddell, 2002). Ως αποτέλεσμα οι έφηβοι μπορεί να βρίσκονται «παγιδευμένοι» μεταξύ της κατάστασης του παιδιού και του ενήλικα, να καλούνται να ωριμάσουν, ενώ δεν είναι έτοιμοι σε ψυχικό επίπεδο. Αντιμετωπίζουν πολλές δυσκολίες, καθώς καλούνται να προσαρμοστούν στις παραπάνω αλλαγές και να επαναπροσδιορίσουν την αίσθηση και τη θέση τους στον κόσμο (Waddell, 2002). Πρέπει να διαχειριστούν μεταξύ άλλων «τη μετάβαση από τη ζωή μέσα στην οικογένεια στη ζωή στον κόσμο, την εύρεση και εγκαθίδρυση μίας νέας ταυτότητας και την ικανότητα να διαχειριστούν τον αποχωρισμό, την απώλεια, την επιλογή, την ανεξαρτησία και πιθανώς τη διάψευση των προσδοκιών σχετικά με τη ζωή εκτός της οικογένειας» (Waddell, 2002, p. 140).

Κατά τη διάρκεια της εφηβείας, εκτός από σωματικές και συναισθηματικές, συντελούνται και νευρογνωστικές αλλαγές, οι οποίες αντικατοπτρίζονται και στην προσωπικότητα του εφήβου, καθώς «διαμορφώνονται τα ουσιώδη χαρακτηριστικά αυτής και τελικά δημιουργείται μία πιο συνεκτική και σταθερή αίσθηση εαυτού» (Waddell, 2002, p.141).

Για την παρούσα έρευνα ελήφθησαν υπ' όψιν στοιχεία που αφορούν τόσο σε εφήβους-ασθενείς, όσο και σε παιδιά-ασθενείς, επειδή η συμμετέχουσα βρίσκεται στην αρχή της εφηβείας.

## **1.5 Προβληματική: Συνέπειες νοσηλείας και εγχείρησης**

### **1.5.1 Παιδιά και έφηβοι ασθενείς**

Όπως αναφέρθηκε παραπάνω, σε περιπτώσεις συγγενών καρδιοπαθειών τις περισσότερες φορές είναι απαραίτητη η υποβολή σε εγχείρηση. Όμως, η εισαγωγή στο νοσοκομείο, αποτελεί συνήθως μία αρκετά δυσάρεστη εμπειρία, η οποία συνοδεύεται - μεταξύ άλλων- από φόβο, τρόμο και άγχος για ασθενείς οποιασδήποτε ηλικίας. Μέσα στο νοσοκομείο ο ασθενής βιώνει μία απομόνωση, η οποία μπορεί να είναι ενδοατομική, καθώς αποσυνδέεται από τις επιθυμίες και τα συναισθήματά του, διαπροσωπική, καθώς απομακρύνεται από τους σημαντικούς άλλους χάνοντας συνεπώς την ευχαρίστηση των κοινωνικών σχέσεων και μπορεί να είναι και υπαρξιακή, καθώς αισθάνεται μόνος του και αποκομμένος από τον κόσμο και οποιοδήποτε άλλο ον (Ψαλτοπούλου, 2015).

Τα παιδιά-ασθενείς μοιάζουν να είναι πιο ευάλωτα σε σχέση με τους ενήλικες μπροστά στις αλλαγές και τα αρνητικά συναισθήματα που συνοδεύουν τη νοσηλεία. Μέσα στο νοσοκομείο καλούνται να υιοθετήσουν έναν νέο τρόπο ζωής και να ακολουθήσουν νέους κανόνες. Χάνουν προσωρινά το οικογενειακό, σχολικό και φιλικό τους περιβάλλον και μπορεί να βιώνουν φόβο, άγχος και πόνο. Επίσης, χάνουν τον έλεγχο και την αυτονομία τους, διότι πρέπει να ακολουθούν συγκεκριμένο πρόγραμμα και να υποβάλλονται σε πολλές εξετάσεις. Ακόμη, μπορεί να είναι

αποπροσανατολισμένα, πολύ νευρικά, αγχωμένα και τρομαγμένα πριν από μία εγχείρηση, καθώς βρίσκονται σε έναν άγνωστο χώρο και περιτριγυρίζονται από άγνωστους ανθρώπους.

Συχνά αισθάνονται ανίκανα να διαχειριστούν τα παραπάνω αρνητικά συναισθήματα. Όμως, αυτή η κατάσταση μπορεί να επηρεάσει την ανάρρωσή τους και να χρειαστούν περισσότερα φάρμακα και νοσηλεία μεγαλύτερης διάρκειας, διότι «το ψυχικό στρες μειώνει τη λειτουργία του ανοσοποιητικού (Kiecolt-Glaser et al., 1994, 1996), καθυστερεί την επούλωση και θεραπεία μετεγχειρητικών και μη τραυμάτων και πληγών (Kiecolt-Glaser et al., 1995), δυναμώνει τους σωματικούς πόνους που σχετίζονται με τη λειτουργία του ανοσοποιητικού (Liebeskind, 1991) και ευθύνεται για μετεγχειρητικές μολύνσεις (Cuschieri et al., 1985; Yeager et al., 1987)» (Ψαλτοπούλου, 2015, σελ.84).

Η κατάσταση είναι ακόμα πιο δύσκολη όταν πρέπει να χειρουργηθούν. Το περιεγχειρητικό άγχος αποτελεί ένα αρκετά σύνηθες φαινόμενο και τα παιδιά επηρεάζονται πολύ από αυτό. Οι αγχογόνες εμπειρίες στον χώρο του νοσοκομείου μπορούν να προκαλέσουν προβλήματα στην προσαρμογή των παιδιών, όπως «θυμό, επιθετικότητα, πανικό, απάθεια, άγχος, διαταραχές ύπνου και άγχος αποχωρισμού κατά τη διάρκεια της νοσηλείας ή και μετά από αυτήν» (LeRoy et al., 2003, p. 2550).

Επιπλέον, το προεγχειρητικό άγχος μπορεί να επιφέρει ανάλογα αρνητικά μετεγχειρητικά αποτελέσματα, όπως «αυξημένο άγχος στη διάρκεια της ανάρρωσης και παλινδρόμηση που εκδηλώνεται με διαταραχές της συμπεριφοράς όπως εφιάλτες, άγχος αποχωρισμού, διατροφικές διαταραχές και ενούρηση» (Perry et al., 2012, p. 69).

Η ανάγκη εγχείρησης μπορεί να προκαλέσει πολύ άγχος σε παιδιά και εφήβους-ασθενείς, καθώς και στους γονείς τους. Τα παιδιά και οι έφηβοι βρίσκονται υπό τον

συνεχή έλεγχο του ιατρικού και νοσηλευτικού προσωπικού και υποβάλλονται σε πολλές εξετάσεις, οι οποίες σε κάποιες περιπτώσεις μπορεί να βιώνονται ως παραβίαση του σώματός τους (π.χ. αιμοληψία). Ενδέχεται να τους τρομάζει η αναισθησία, η παραμονή στη ΜΕΘ, η νοσηλεία και οι ιατρικές διαδικασίες (LeRoy et al., 2003, p. 2558).

Αξίζει να σημειωθεί ότι κατά τη διάρκεια της εφηβείας η σωματική δύναμη και η υγεία αποτελούν πολύ σημαντικά στοιχεία για την αυτοπεποίθηση. Για αυτόν τον λόγο, η ασθένεια και η ανάγκη νοσηλείας μπορεί να προκαλέσουν μεγάλη ντροπή στον έφηβο.

Οι έφηβοι με συγγενείς καρδιοπάθειες είναι συνήθως σε θέση να αντιληφθούν πλήρως τη λειτουργία της καρδιάς, το πρόβλημα υγείας που αντιμετωπίζουν και την ανάγκη υποβολής σε εγχείρηση. Τους τρομάζει κυρίως ο πόνος που μπορεί να νιώσουν, το ενδεχόμενο να ξυπνήσουν κατά τη διάρκεια της επέμβασης και η πιθανότητα θανάτου (LeRoy et al., 2003). Επίσης, τους απασχολεί η θέση και το μέγεθος των χειρουργικών τομών (ουλών), καθώς διανύουν μία περίοδο, στην οποία η εικόνα του σώματος, η αυτοεικόνα και η γνώμη των συνομηλίκων τους είναι εξαιρετικά σημαντικές (LeRoy et al., 2003).

### 1.5.2 Γονείς

Όσον αφορά τους γονείς, μπορεί να βιώνουν πολύ αρνητικά συναισθήματα, τα οποία καλούνται να αντιμετωπίσουν, ώστε να είναι σε θέση να στηρίξουν το παιδί τους σε ένα άγνωστο περιβάλλον. «Η ανάγκη υποβολής του παιδιού σε καρδιακή εγχείρηση και η μετεγχειρητική ανάρρωση στο νοσοκομείο προκαλούν άγχος στους γονείς, ιδίως στις μητέρες, ανεξαρτήτως της πολυπλοκότητας της απαιτούμενης εγχείρησης» (LeRoy

et al., 2003, p.2559). Ακόμη, οι γονείς μπορεί να αισθάνονται υπεύθυνοι που το παιδί τους πρέπει να υποβληθεί σε εγχείρηση και που πρέπει να υποστεί το άγχος, τον πόνο και τον φόβο που συνεπάγεται αυτή.

Ως αποτέλεσμα των παραπάνω, οι γονείς μπορεί να μην είναι σε θέση να υποστηρίξουν επαρκώς το παιδί τους σε μία περίοδο που έχει τόσο μεγάλη ανάγκη. Τους απασχολεί πάρα πολύ η έκβαση της εγχείρησης και τα πιθανά αρνητικά επακόλουθά της. Επίσης, αναγκάζονται να δεχτούν τον περιορισμό του ρόλου τους και να εμπιστευθούν το παιδί τους στο νοσηλευτικό και το ιατρικό προσωπικό. Πολλές φορές μπορεί να βιώνουν φόβο και τεράστια αγωνία σχετικά με την παραμονή των παιδιών τους στη ΜΕΘ, σε έναν χώρο, ο οποίος βρίσκεται εκτός του ελέγχου τους και στον οποίο το παιδί τους είναι απομονωμένο και δεν μπορούν να το στηρίξουν και να του συμπαρασταθούν. Ακόμη, οι γονείς έρχονται αντιμέτωποι και καλούνται να διαχειριστούν τις μετεγχειρητικές αλλαγές στη συμπεριφορά και την εμφάνιση του παιδιού τους, καθώς και τις συναισθηματικές αντιδράσεις του (LeRoy et al., 2003).

Δεδομένης της κατάστασης των γονέων, καθώς και της σημασίας του ρόλου τους, είναι επιτακτική η ανάγκη στήριξης και αυτών, τόσο πριν όσο και μετά την εγχείρηση. Αυτή μπορεί να επιτευχθεί μέσω της εκτενούς ενημέρωσης από το ιατρικό και το νοσηλευτικό προσωπικό ή της συμμετοχής τους σε κάποιο πρόγραμμα προετοιμασίας. Μπορεί όμως και να επιτευχθεί αν το παιδί λαμβάνει στήριξη και προετοιμάζεται για την εγχείρηση ή διαχειρίζεται τα περιεγχειρητικά συναισθήματα και τον πόνο του μέσω συνεδριών μουσικοθεραπείας.

Η προετοιμασία ενός παιδιού ή εφήβου και των γονέων του για μία επικείμενη εγχείρηση είναι πολύ σημαντική και μπορεί να συμβάλει στη μείωση του άγχους του, στην καλύτερη συνεργασία και προσαρμογή του ασθενούς κατά τη διάρκεια της επέμβασης, στην ανάρρωση, στην αυξημένη αίσθηση ελέγχου των γονέων και άλλων μελών της οικογένειας, στη βαθύτερη εμπιστοσύνη μεταξύ των γονέων και του ιατρικού και νοσηλευτικού προσωπικού και κυρίως στη «βελτιωμένη μακροπρόθεσμη συναισθηματική και συμπεριφορική προσαρμογή των ασθενών και των οικογενειών τους» (LeRoy et al., 2003, p.2551).



## **Κεφάλαιο 2 - Μουσικοθεραπεία: ορισμοί και η συμβολή της σε ασθενείς που χρησιμοποιούν εγχείρησης και νοσηλείας**

### **2.1 Ορισμοί**

Σύμφωνα με τον Bruscia, η μουσικοθεραπεία «είναι μία διαδικασία ενδοσκόπησης, στην οποία ο θεραπευτής βοηθάει τον πελάτη να βελτιστοποιήσει την υγεία του χρησιμοποιώντας διάφορες όψεις της μουσικής εμπειρίας και των σχέσεων που διαμορφώνονται μέσω αυτών ως την ώθηση για αλλαγή» (Bruscia, 2014, p. 36).

Με βάση τον ορισμό της American Music Therapy Association: «Μουσικοθεραπεία είναι η κλινική και βασισμένη σε αποδείξεις χρήση μουσικών παρεμβάσεων προκειμένου να καλυφθούν εξατομικευμένοι στόχοι μέσα σε μια θεραπευτική σχέση, από επαγγελματία καταρτισμένο, ο οποίος έχει αποφοιτήσει από αναγνωρισμένο εκπαιδευτικό πρόγραμμα μουσικοθεραπείας.» (Ψαλτοπούλου, 2015, σελ. 86).

#### **2.1.1 Μουσικοθεραπεία Ουμανιστικής προσέγγισης**

Η Ουμανιστική προσέγγιση της μουσικοθεραπείας βασίστηκε στις αρχές της ουμανιστικής ψυχολογίας, όπως αυτές διατυπώθηκαν από θεωρητικούς όπως ο Rogers και ο Maslow (Adams, 2013, σελ.61). Η Ουμανιστική προσέγγιση «ενδιαφέρεται για τον τρόπο που ζει ο άνθρωπος ως σύνολο ψυχής-σώματος-πνεύματος με έμφαση στο εδώ και τώρα» (Ψαλτοπούλου, 2015, σελ. 27).

Η Wheeler περιέγραψε την ουμανιστική προσέγγιση της μουσικοθεραπείας ως «μία σχέση, στην οποία ο πελάτης είναι ελεύθερος να ωριμάσει, μαζί με τον θεραπευτή που τον βοηθάει να συνειδητοποιήσει ξεκάθαρα τις εσωτερικές του εμπειρίες.» (Wheeler, 1981, όπως αναφέρεται στο Adams, 2016).

Σύμφωνα με έναν μεταγενέστερο ορισμό «η Ουμανιστική Μουσικοθεραπεία αναφέρεται στον ψυχοθεραπευτικό χώρο, μέσα στον οποίο διευκολύνεται η προσωπική και υπερπροσωπική ανάπτυξη του ατόμου μέσω του ήχου και της μουσικής, χρησιμοποιώντας μία προσέγγιση που δίνει έμφαση στον σεβασμό, την αποδοχή, την ενσυναίσθηση και την αυθεντικότητα» (Polit, 1993, όπως αναφέρεται στο Adams, 2016).

Στην ουμανιστική μουσικοθεραπεία χρησιμοποιείται ο όρος πελάτης και όχι ασθενής. Ο Carl Rogers ήταν αυτός που εισήγαγε αυτήν την καινοτόμα αλλαγή. Με αυτόν τον τρόπο, ο πελάτης δεν μετατρέπεται σε αντικείμενο και ο θεραπευτής βρίσκεται δίπλα του και υπόκειται κι αυτός σε διαδικασίες αυτογνωσίας και αλλαγής στα πλαίσια μίας ισότιμης σχέσης.

### **2.1.2 Μουσικοθεραπεία Ψυχοδυναμικής προσέγγισης**

Σύμφωνα με την Αγρότου,

η Ψυχοδυναμική προσέγγιση της μουσικοθεραπείας εδράζεται σε ορισμένες αρχές και θεωρίες της ψυχανάλυσης, όπως η μεταβίβαση, η αντιμεταβίβαση, το ασυνείδητο και οι μηχανισμοί άμυνας. Η θεραπευτική διαδικασία βασίζεται στη σχέση που διαμορφώνεται ανάμεσα στον μουσικοθεραπευτή και τον πελάτη και στην απόδοση συνειδητού και ασυνείδητου νοήματος σε όλα όσα ξετυλίγονται κατά τη διάρκεια των συνεδριών. Η αυτοσχεδιαζόμενη μουσική που δημιουργείται και από τον πελάτη και από τον μουσικοθεραπευτή είναι το μέσο που διευκολύνει/επιτρέπει την παραπάνω διαδικασία. (Agrotou, 2013b, p. 104).

Θεμελιώδεις έννοιες που ενσωματώθηκαν στην Ψυχοδυναμική Μουσικοθεραπεία είναι μεταξύ άλλων:

οι φροϋδικές και μετά-φροϋδικές θεωρίες σχετικά με τον νου, οι δυο ψυχονοητικές θέσεις της Klein, η θεωρία του Winnicott για το κράτημα και τα μεταβατικά αντικείμενα και η θεωρία του Bion για την εμπειρία. Η ανάπτυξη και η εξέλιξη των τεχνικών της Ψυχοδυναμικής προσέγγισης επηρεάστηκαν από τη φυσιολογική εξέλιξη της σχέσης μητέρας βρέφους και τη διάδραση (Agrotou, 2013b, p.105).

### **2.1.3 Δημιουργική Μουσικοθεραπεία Nordoff Robbins**

«Η δημιουργική Μουσικοθεραπεία είναι μια προσέγγιση, που βασίζεται στον αυτοσχεδιασμό σε ατομικό και ομαδικό επίπεδο, και αναπτύχθηκε από τους P. Nordoff και C. Robbins, μετά από μακροχρόνιες παρατηρήσεις ηχογραφημένων συνεδριών ατομικής Μουσικοθεραπείας. Τα κλινικά αποτελέσματα των παρατηρήσεων αυτών τους οδήγησαν στη δημιουργία ενός πλούσιου ρεπερτορίου με μουσικό υλικό προς θεραπευτική χρήση» (Bruscia, 1987:23, όπως αναφέρεται στο Ψαλτοπούλου, 2015, σελ. 42).

Είναι μία «ενεργητική, δημιουργική και αυτοσχεδιαστική προσέγγιση».(Ψαλτοπούλου, 2015, σελ. 42). Βασική έννοια της αποτελεί το «μουσικό παιδί» που περιγράφει «την εξατομικευμένη μουσικότητα που είναι έμφυτη σε κάθε παιδί» και «αναφέρεται στην οικουμενικότητα της ανθρώπινης μουσικής ευαισθησίας ... και στη μοναδικά προσωπική σημασία της μουσικής ανταπόκρισης κάθε παιδιού» (Robbins, 2007, p.3).

## **2.2 Η συμβολή της μουσικοθεραπείας σε ασθενείς που χρήζουν εγχείρησης και νοσηλείας**

Έχει υποστηριχθεί ότι η μουσικοθεραπεία συμβάλλει στη μείωση του προεγχειρητικού άγχους, της αρτηριακής πίεσης (Hattem et al., 2006; Huang et al., 2021), του καρδιακού ρυθμού (Hattem et al., 2006; Huang et al., 2021), του ρυθμού αναπνοής και της αίσθησης του πόνου σε παιδιά με συγγενείς καρδιοπάθειες (Hattem et al., 2006) και ότι η ακρόαση μουσικής της επιλογής των παιδιών που υποβάλλονται σε εγχείρηση καρδιάς αυξάνει τα επίπεδα χαλάρωσης (Abd-Elshafy et al., 2015). Μια μελέτη σε βρέφη με συγγενείς καρδιοπάθειες κατέληξε σε παρόμοια αποτελέσματα ως προς τον καρδιακό παλμό και τον ρυθμό της αναπνοής (Yurkovich et al., 2018).

Η μουσικοθεραπεία επιδρά θετικά και σε άλλες περιπτώσεις παιδιών-ασθενών. Μία έρευνα έδειξε ότι επέφερε μείωση του καρδιακού ρυθμού για διάστημα τεσσάρων έως οχτώ ωρών μετά τη συνεδρία σε παιδιά που υποβάλλονταν σε μεταμόσχευση αιμοποιητικών βλαστοκυττάρων (Uggla et al., 2016). Σε παιδιά με λευχαιμία, η μουσικοθεραπεία μείωσε το άγχος πριν από επεμβατικές διαγνωστικές μεθόδους (Giordano et al., 2020). Ακόμη, όσα συμμετείχαν σε συνεδρίες μουσικοθεραπείας αισθάνονταν λιγότερο πόνο και άγχος και είχαν χαμηλότερο καρδιακό και αναπνευστικό ρυθμό πριν και μετά από οσφυονωτιαία παρακέντηση. Τα παιδιά μάλιστα περιέγραψαν ως θετική την εμπειρία τους με λιγότερο πόνο και φόβο (Thanh Nhan Nguyen et al., 2010).

Έχει υποστηριχθεί ότι η μουσικοθεραπεία επιδρά θετικά και στους γονείς των παιδιών-ασθενών. Σε συνεντεύξεις στα πλαίσια έρευνας για την επίδραση της μουσικοθεραπείας στο άγχος και τον πόνο που αισθάνονταν έφηβοι που είχαν υποστεί εγκαύματα, οι γονείς δήλωσαν ότι η μουσικοθεραπεία τους είχε βοηθήσει να αισθάνονται πιο χαλαροί (Whitehead-Pleaux et al., 2007).

Αντίστοιχες έρευνες σε ενήλικες έχουν δείξει ότι η μουσική μειώνει σημαντικά τα επίπεδα του άγχους (Voss et al., 2004; Sendelbach et al., 2006; Kshetry et al., 2006) και του πόνου (Voss et al., 2004; Sendelbach et al., 2006; Kshetry et al., 2006; Chan, 2007; ÖZer et al., 2013) που αισθάνονται οι ασθενείς που έχουν υποβληθεί σε εγχείρηση καρδιάς και ότι δρα θετικά στον ύπνο (Ryu et al., 2011). Επίσης, η μουσικοθεραπεία στο προεγχειρητικό στάδιο επιφέρει αλλαγές στα επίπεδα της κορτιζόλης (Nilsson, 2009) και σε περιπτώσεις οξέος εμφράγματος του μυοκαρδίου η ακρόαση χαλαρωτικής μουσικής μπορεί να συμβάλει στη μείωση του καρδιακού και αναπνευστικού ρυθμού καθώς και του άγχους (White, 1999).

Στην Ελλάδα έχουν πραγματοποιηθεί ανάλογες μελέτες στο Ωνάσειο Καρδιοχειρουργικό Κέντρο. Σε μία εξ αυτών, η πλειοψηφία των συμμετεχόντων ασθενών συμφώνησε ότι η μουσική στη στεφανιαία μονάδα εντατικής θεραπείας και στην καρδιοχειρουργική μονάδα εντατικής θεραπείας, καθώς και στο αιμοδυναμικό και ηλεκτροφυσιολογικό εργαστήριο επέφερε σημαντική μείωση της αίσθησης του στρες κατά τη διάρκεια της νοσηλείας ή των παρεμβάσεων (Dritsas, 2000). Μια άλλη έρευνα έδειξε ότι η ακρόαση μουσικής «κατά την πρώιμη μετεγχειρητική περίοδο (2-12 ώρες) μετά από επέμβαση στεφανιαίας παράκαμψης (CABG) μειώνει σημαντικά τη χρήση οπιοειδών αναλγητικών» (Dritsas et al., 2010; Δρίτσας, 2015). Επίσης, έχει βρεθεί ότι «η ακρόαση χαλαρωτικής μουσικής κατά τη διάρκεια αιματηρών ηλεκτροφυσιολογικών επεμβάσεων μπορεί να μειώσει την αίσθηση του πόνου και να περιορίσει το έντονο άγχος των ασθενών χωρίς τη χορήγηση αναλγητικών ή αγχολυτικών φαρμάκων» (Dritsas et al., 2014; Δρίτσας, 2015). Ακόμη, σύμφωνα με τους Dritsas et al. (2004; 2006), «η ακρόαση χαλαρωτικής μουσικής κατά τη διάρκεια της δοκιμασίας ανάκλισης (tilt testing) σε ασθενείς με βαρύ

ιστορικό συγκοπτικών επεισοδίων που αποδίδονται σε νευρο-καρδιογενή συγκοπή μπορεί να αναστείλει την εκδήλωση συγκοπτικού επεισοδίου» (Δρίτσας, 2015). Εκτός των άλλων, έχει μελετηθεί η επίδραση της ακρόασης μουσικής πριν και κατά τη διάρκεια της δοκιμασίας κόπωσης σε κυλιόμενο τάπητα (Dritsas et al., 2001) και έχει βρεθεί ότι «η έκθεση ασθενών σε χαλαρωτική μουσική μπορεί να μειώνει την καρδιακή συχνότητα έναρξης της δοκιμασίας, να βελτιώνει την ανοχή στην άσκηση και να οδηγεί σε ταχύτερους ρυθμούς αποκατάστασης της καρδιακής συχνότητας και της αρτηριακής πίεσης κατά τη φάση της ανάνηψης» (Δρίτσας, 2015).

Υπάρχουν επίσης έρευνες που υποστηρίζουν ότι η μουσικοθεραπεία συμβάλλει στη μείωση του προεγχειρητικού άγχους, της αίσθησης του πόνου και στην ταχύτερη ανάρρωση ενήλικων ασθενών που υποβάλλονται σε άλλες χειρουργικές επεμβάσεις. Για παράδειγμα, σε περιπτώσεις εγχείρησης στη σπονδυλική στήλη, ασθενείς που συμμετείχαν σε συνεδρίες μουσικοθεραπείας καθυστέρησαν να ζητήσουν την πρώτη δόση αναλγητικών ουσιών μετεγχειρητικά σε σύγκριση με την ομάδα ελέγχου (Villar Arnal, 1996) και η μουσικοθεραπεία στα πλαίσια μίας θεραπευτικής σχέσης είχε θετική επίδραση στην αίσθηση του πόνου (Mondanaro et al., 2017). Ακόμη, έχει υποστηριχθεί ότι η ακρόαση χαλαρωτικής μουσικής είναι αποτελεσματικότερη στη μείωση του προεγχειρητικού άγχους σε σύγκριση με το ενδεδειγμένο φάρμακο (μιδαζολάμη) (Bringman et al., 2009).

### Κεφάλαιο 3- Μεθοδολογία

Χρησιμοποιήθηκε η ποιοτική έρευνα για τη μελέτη και ανάλυση της περίπτωσης. Έγινε μικροανάλυση ηχογραφημένων συνεδριών και ερμηνεία των αποσπασμάτων τους από την ερευνήτρια/μουσικοθεραπεύτρια υπό την επίβλεψη προσωπικού επόπτη, ώστε να διαμορφωθεί μία πιο αντικειμενική άποψη. Επίσης, πραγματοποιήθηκαν τέσσερεις συνεντεύξεις με τη μητέρα της συμμετέχουσας, η οποία εκπροσωπούσε και τον πατέρα. Για αυτόν τον λόγο είχαν σχεδιαστεί κάποια ερωτηματολόγια πριν από την έναρξη της έρευνας (Παραρτήματα II-IV). Επιπλέον, ελήφθησαν υπ' όψιν τα λόγια του ιατρικού και του νοσηλευτικού προσωπικού. Αυτά τα στοιχεία προσφέρουν περαιτέρω επικαιροποίηση και αξιοπιστία των αποτελεσμάτων. Ακόμη, οι λεκτικές μαρτυρίες της συμμετέχουσας, μέσα στις συνεδρίες, σχετικά με την εμπειρία της ενισχύουν την εγκυρότητα των παρατηρήσεων της ερευνήτριας. Η έρευνα βασίστηκε σε συνεδρίες που πραγματοποιήθηκαν κατά τη διάρκεια των μεταπτυχιακών σπουδών μου στη Μουσικοθεραπεία και για αυτόν τον λόγο θα γίνει χρήση του πρώτου ενικού προσώπου για την περιγραφή της περίπτωσης.

Η έρευνα έλαβε χώρα στο σπίτι της συμμετέχουσας και στο Ωνάσειο Καρδιοχειρουργικό Κέντρο. Πραγματοποιήθηκαν συνολικά δέκα συνεδρίες ποικίλης διάρκειας με μία έφηβη δώδεκα ετών με μεσοκολπική επικοινωνία. Για τη διαφύλαξη των προσωπικών δεδομένων της δεν θα αποκαλυφθεί το όνομά της, αλλά θα χρησιμοποιηθεί ψευδώνυμο.

### 3.1 Μελέτη περίπτωσης ως ποιοτική έρευνα στη μουσικοθεραπεία

Η μελέτη περίπτωσης αποτελεί μία μέθοδο έρευνας που συναντάται κυρίως στην ποιοτική έρευνα και βασίζεται στην προσωπική προσέγγιση του ερευνητή. Κάθε μελέτη περίπτωσης ορίζεται και μπαίνει σε κοινωνικό, χρονικό ή ακόμα και χωρικό πλαίσιο, ανάλογα με την περίπτωση (Ψαλτοπούλου, 2015). Επίσης, κάθε μελέτη «είναι ξεχωριστή και τα αποτελέσματα της δεν μπορούν να γενικευτούν» (Gomm et al, 2000; Robson, 2002; Stake, 1995 όπως αναφέρονται στο Ψαλτοπούλου, 2015, σελ.38).

Επελέγη η ποιοτική μελέτη περίπτωσης, επειδή «οι μέθοδοι ποσοτικής έρευνας γενικώς αποτυγχάνουν να περιγράψουν και συνεπώς να διασαφηνίσουν το νόημα της εμπειρίας στη μουσικοθεραπεία σαν σύνολο, όσον αφορά τα εσωτερικά και εξωτερικά ποιοτικά στοιχεία της» (Hesser, 1982; Kenny, 1982, 1985, 1989; Bonny, 1984; Munro, 1985; Bruscia, 1987; Forinash & Gonzales, 1989; Forinash, 1990; Aigen, 1991 όπως αναφέρονται στο Ψαλτοπούλου, 2015). Η ποσοτική έρευνα δεν αποτελεί την καταλληλότερη επιλογή για τις θεραπείες μέσω της τέχνης, διότι δεν είναι εύκολο να παρατηρηθούν οι εσωτερικές αλλαγές που προκαλούνται από αυτές. Αυτό συμβαίνει, επειδή πρώτον, «οι καλλιτεχνικές εμπειρίες συμβαίνουν συνήθως σε βαθύτερο επίπεδο» και «η αλλαγή είναι πιο βαθμιαία» και «όχι πάντα άμεσα παρατηρήσιμη». Δεύτερον, «τα πνευματικά ποιοτικά στοιχεία των καλλιτεχνικών εμπειριών είναι ασαφή και αινιγματικά» και η ποσοτικοποίηση τους είναι εξαιρετικά δύσκολη και τρίτον, «οι ποσοτικές μέθοδοι μπορούν να μετρήσουν μόνο ένα μέρος της καλλιτεχνικής εμπειρίας», επομένως το υπόλοιπο παραμένει άγνωστο και οι ερευνητές δεν το λαμβάνουν υπ' όψιν (Ψαλτοπούλου, 2015, σελ. 37).



Η Wheeler όρισε την περίπτωση ως «κάτι ιδιαίτερο, το οποίο έχει λειτουργικά μέρη, διαφοροποιείται από το περιβάλλον του μέσω ορίων και εκτυλίσσεται στο παρόν (Wheeler, 2005, p. 440). Στη μουσικοθεραπεία περίπτωση μπορεί να αποτελέσουν «ένας πελάτης, ένας θεραπευτής, μία ομάδα, η πορεία της θεραπείας ή μία μέθοδος θεραπείας εφόσον εντοπίζονται σε συγκεκριμένο πλαίσιο της πραγματικότητας, σε συγκεκριμένη χρονική περίοδο και σε συγκεκριμένο περιβάλλον» (Wheeler, 2005, p. 441).

Η Wheeler διακρίνει τέσσερις κατηγορίες ποιοτικής έρευνας μελέτης περίπτωσης. Δύο εξ' αυτών είναι ο «Ποιοτικός-πειραματικός έλεγχος υποθέσεων, σχεδιασμός μεμονωμένης περίπτωσης», στον οποίο «ο ερευνητής έχει μία άποψη για το πώς σχετίζονται τα γεγονότα και εισάγει ένα γεγονός, ώστε να διαπιστώσει αν επηρεάζεται κάποιο άλλο γεγονός με τον τρόπο που είχε προβλεφθεί» (Wheeler, 2005, p. 442) και ο «Ποιοτικός-νατουραλιστικός έλεγχος υποθέσεων, σχεδιασμός μεμονωμένης περίπτωσης», στον οποίο «ο ερευνητής έχει μία άποψη για τον τρόπο, με τον οποίο σχετίζονται τα γεγονότα, αλλά δεν επηρεάζει την πρακτική μέσω πειραματισμού. Σε αυτήν την κατηγορία ο ερευνητής περιγράφει τα γεγονότα όπως συμβαίνουν φυσικά» (Wheeler, 2005, p. 442).

Στην παρούσα έρευνα έγινε συνδυασμός αυτών των κατηγοριών ποιοτικής έρευνας μελέτης περίπτωσης. Για παράδειγμα, παρόλο που δεν αποτελούσε μέρος του αρχικού σχεδιασμού της έρευνας, αναδύθηκε η ανάγκη προσαρμογής των τεχνικών και της προσέγγισης, ώστε να υποστηριχθεί μουσικοθεραπευτικά η πορεία της μετεγχειρητικής ανάρρωσης της συμμετέχουσας και προστέθηκε μία επιπλέον δραστηριότητα (Ποιοτικός, νατουραλιστικός έλεγχος υποθέσεων). Από την άλλη όμως, χρησιμοποίησα κατευναστική μουσική και παλινδρομογενεσιουργούς ήχους (sonidos regresivo-genéticos) (Benenzon,

2011) , με σκοπό να διαπιστώσω αν συμβάλλουν στη χαλάρωση του ασθενούς προεγχειρητικά και την ημέρα της εγχείρησης (Ποιοτικός, πειραματικός έλεγχος υποθέσεων).

### **3.2 Επιπρόσθετα στοιχεία μεθοδολογίας της παρούσας έρευνας**

Ο σχεδιασμός της έρευνας ήταν αποτέλεσμα βιβλιογραφικής έρευνας, αλλά κυρίως προσωπικής πρωτοβουλίας και είχε ως επίκεντρο την προεγχειρητική και τη μετεγχειρητική περίοδο. Σχεδιάστηκαν συνολικά εννέα συνεδρίες μουσικοθεραπείας και προβλέφθηκε η δυνατότητα διενέργειας μίας επιπλέον συνεδρίας στο νοσοκομείο την ημέρα της εγχείρησης εφόσον θα το επιθυμούσε η συμμετέχουσα. Η διάρκεια των συνεδριών δεν ήταν προκαθορισμένη, αλλά θα προσαρμοζόταν ανάλογα με τις ανάγκες και την κατάστασή της. Ορίστηκαν πέντε προεγχειρητικές και τέσσερις μετεγχειρητικές συνεδρίες.

Ένα σημαντικό στοιχείο της παρούσας έρευνας ήταν ότι προεγχειρητικά θα δημιουργούνταν μία μουσική συλλογή για την ημέρα της εγχείρησης και την παραμονή στο νοσοκομείο. Αυτή θα ήταν εξατομικευμένη και θα περιελάμβανε πρωτίστως αποσπάσματα από σημαντικές στιγμές των συνεδριών καθώς και μερικά κομμάτια μουσικής συνθετών. Η μουσική συλλογή θα βασιζόταν στα προαναφερθέντα αποσπάσματα των συνεδριών, επειδή αυτά θα συμβόλιζαν τη σχέση στήριξης, εμπιστοσύνης και κατανόησης μεταξύ θεραπευτή-μουσικής- πελάτη, την οποία η συμμετέχουσα θα έπαιρνε μαζί της στο νοσοκομείο. Η ασφάλεια, η αίσθηση ελέγχου, η ηρεμία και η αυτοπεποίθηση που μπορεί να είχε βιώσει στα πλαίσια των συνεδριών θα τη συνόδευαν και σε αυτόν τον χώρο.

Σημαντική ήταν επίσης η ευελιξία από πλευράς τεχνικών και προσεγγίσεων και η δυνατότητα τροποποίησης της διάρκειας, του χώρου διεξαγωγής, της δομής και των διαδικασιών των συνεδριών, ώστε να μπορούσαν να συναντήσουν τις μεταβαλλόμενες συναισθηματικές και ιατρικές ανάγκες της συμμετέχουσας. Γνώμονας πάντοτε θα ήταν η όσο το δυνατόν καλύτερη στήριξή της.

## Κεφάλαιο 4 - Ανάλυση της μελέτης περίπτωσης

### 4.1 Ιστορικό

Η Βασιλική είναι δώδεκα ετών. Σε ηλικία ενός έτους διαγνώστηκε με μεσοκολπική επικοινωνία. Σε ηλικία τρεισήμισι ετών χτύπησε το πίσω μέρος του κεφαλιού της και αυτό είχε ως αποτέλεσμα τη δημιουργία αιματώματος. Χρειάστηκε να νοσηλευτεί για έναν μήνα σε καθεστώς «απομόνωσης», χωρίς να έχει κανένα οπτικό ερέθισμα. Κατά τη διάρκεια της νοσηλείας της παρέμεινε και η μητέρα της στο νοσοκομείο. Σε ηλικία έξι ετών έγινε απόπειρα σύγκλεισης της μεσοκολπικής επικοινωνίας με μικροσυσκευή-ομπρέλα. Οι γιατροί όμως έκριναν ότι έπρεπε να διακόψουν τη διαδικασία, λόγω της κατάστασης της Βασιλικής. Τελικά, η σύγκλειση επετεύχθη χειρουργικά τον Ιούνιο του 2022.

Η Βασιλική είναι ένα πολύ χαρούμενο κορίτσι. Είναι ιδιαίτερα ευφυής, ώριμη, πολύ αγχώδης, τελειοθήρας και πολυπράγμων. Είναι άριστη μαθήτρια, παίζει πιάνο από την ηλικία των τριών ετών, ζωγραφίζει και παίζει βόλεϊ.

### 4.2 Προετοιμασία για την έναρξη των συνεδριών

#### 4.2.1 Συνάντηση με τον γονέα

Πριν την έναρξη της έρευνας, πραγματοποιήθηκε μία διαδικτυακή συνέντευξη με τη μητέρα της Βασιλικής. Σε αυτήν, ελήφθη το ιστορικό της τελευταίας και διατυπώθηκαν ερωτήσεις που αφορούσαν στις μουσικές προτιμήσεις της, ώστε να γίνουν οι ανάλογες προσαρμογές στο ρεπερτόριο των συνεδριών (Παράρτημα Ι). Επίσης, ενημέρωσα τη μητέρα σχετικά με τη διαδικασία και με την πρόθεσή μου να ηχογραφήσω τις συνεδρίες.

#### **4.2.2 Συνάντηση με την έφηβη**

Έπειτα, πραγματοποίησα μία διαδικτυακή συνάντηση με τη Βασιλική, ώστε να τη γνωρίσω, να την ενημερώσω για τον τρόπο με τον οποίο πρότεινα να δουλέψουμε μαζί και να τη ρωτήσω αν πραγματικά επιθυμούσε να συμμετάσχει στις συνεδρίες και στην έρευνα. Επίσης, περιέγραψα σύντομα τη διαδικασία που θα ακολουθούνταν και ρώτησα τη Βασιλική σχετικά με τις μουσικές της προτιμήσεις.

Μετά από τις παραπάνω συναντήσεις, ελήφθη η συγκατάθεση της μητέρας για τη συμμετοχή της Βασιλικής στην έρευνα, καθώς και για την ηχογράφηση των συνεδριών.

#### **4.2.3 Ενημέρωση από τον καρδιοχειρουργό**

Πραγματοποιήθηκε μία τηλεφωνική συνομιλία με τον καρδιοχειρουργό. Σε αυτήν, ενημερώθηκα για την ιατρική κατάσταση της Βασιλικής, για τη διαδικασία που θα ακολουθούνταν, για την εκτιμώμενη διάρκεια παραμονής του παιδιού στο νοσοκομείο, για τη μετεγχειρητική της παρακολούθηση, καθώς και για το αν υπάρχει κάτι, το οποίο θα έπρεπε να προσέξω στις συνεδρίες πριν και μετά την εγχείρηση.

### **4.3 Περιγραφή των συνεδριών**

Οι συνεδρίες ήταν ατομικές και πραγματοποιήθηκαν στο σπίτι της Βασιλικής και συγκεκριμένα στο δωμάτιό της. Ακολούθησα την Ουμανιστική προσέγγιση της μουσικοθεραπείας με ενσωμάτωση στοιχείων Ψυχοδυναμικής μουσικοθεραπείας και Δημιουργικής μουσικοθεραπείας Nordoff Robbins. Στα πλαίσια των συνεδριών χρησιμοποιήσαμε ένα αρμόνιο, μία κιθάρα, ένα rainstick («βροχή»), ένα ocean drum, ένα

μεταλλόφωνο, δύο ταμπουρίνα, bongos, «αβγουλάκια»-μαράκες, κουδουνάκια, μαράκες, claves, ένα log drum, ένα tongue drum κι ένα kazoo.

Όλες οι συνεδρίες ξεκινούσαν με το τραγούδι του καλωσορίσματος, ένα σύντομο τραγούδι που σηματοδοτούσε την έναρξη της συνεδρίας και προσκαλούσε τη Βασιλική να εμπλακεί σε διάλογο μαζί μου. Επίσης, προσπαθούσα να διευκολύνω τη Βασιλική να εκφραστεί μέσα από τον ελεύθερο αυτοσχεδιασμό και να στηρίξω μέσα από τις τεχνικές της μουσικοθεραπείας τη συναισθηματική κατάστασή της, όπως αυτή διαφαινόταν κάθε φορά μέσα από τη μουσική της. Ακόμη, έγιναν προσπάθειες ενίσχυσης της αυτοπεποίθησης, της αυτοεικόνας και της αίσθησης ελέγχου της Βασιλικής που θεωρούνται αρκετά σημαντικές για τους εφήβους, ιδίως όταν βιώνουν συνθήκες, τις οποίες δεν μπορούν να ελέγξουν. Για αυτόν τον λόγο, τη ρωτούσα συχνά τι ήθελε να κάνουμε, ποιο όργανο ήθελε να παίζει εκείνη και ποιο εγώ και προσπαθούσα να την ενθαρρύνω και να στηρίξω τους αυτοσχεδιασμούς της. Τέλος, η κάθε συνεδρία ολοκληρωνόταν με το τραγούδι του αποχαιρετισμού.

#### **4.3.1 Προεγχειρητική περίοδος**

Προεγχειρητικά διενεργήθηκαν πέντε συνεδρίες. Αυτές επρόκειτο να ήταν εβδομαδιαίες, αλλά, λόγω αλλαγής της ημέρας διεξαγωγής της εγχείρησης, πραγματοποιήθηκαν με μεγαλύτερη συχνότητα μετά τη δεύτερη συνεδρία. Η διάρκεια τους κυμάνθηκε από πενήντα λεπτά έως μία ώρα κι ένα τέταρτο, ανάλογα με τις ανάγκες και την κατάσταση της Βασιλικής. Θεώρησα πολύ σημαντική τη διενέργεια πέντε προεγχειρητικών συνεδριών, ώστε να υπάρχει επαρκής χρόνος για τη δημιουργία της μουσικής της Βασιλικής για την ημέρα της εγχείρησης και την παραμονή της στο νοσοκομείο. Επίσης,

έχει υποστηριχθεί ότι είναι θετικό να προηγούνται συναντήσεις του ασθενούς με τον μουσικοθεραπευτή πριν από την εγχείρηση. Αυτές βοηθούν τον ασθενή να χαλαρώσει και να προετοιμαστεί ψυχολογικά για την επικείμενη επέμβαση, ιδιαίτερα «καθώς ο θεραπευτής αρχίζει να εγκαθιδρύει μία σχέση εμπιστοσύνης και συνεργασίας» (Loewy et al., όπως αναφέρεται στο Ghetti, 2012).

#### **4.3.1.1 Επιπλέον θεωρητική βάση και κλινικές τεχνικές**

Οι δύο πρώτες συνεδρίες θα αποσκοπούσαν στη γνωριμία με τη Βασιλική, στην εδραίωση σχέσης εμπιστοσύνης και στην παρότρυνση να εμπλακεί ενεργά στη διαδικασία και στη δημιουργία ή στην επιλογή κατάλληλης μουσικής με ή χωρίς στίχους για την ίδια. Επίσης, θα γινόταν προσπάθεια ανεύρεσης των μουσικών προτιμήσεών της, ώστε να δημιουργηθεί η δική της μουσική για την ημέρα της επέμβασης. Έχει υποστηριχθεί ότι «η επιτυχία της μουσικής παρέμβασης μπορεί να ενισχυθεί από τον καθορισμό των προτιμήσεων του ασθενούς, την οικειότητα, το πολιτισμικό πλαίσιο, τις προηγούμενες εμπειρίες και την αντίληψη της μουσικής δομής, των δυναμικών και του tempo» (Stouffer et al., 2007, p. 452). Επίσης, «η μουσική της προτίμησης του παιδιού- ασθενούς μπορεί να επαναφέρει κάποια αίσθηση ελέγχου σε ένα άγνωστο για αυτό περιβάλλον» (Davis, Gfeller, & Thaut, 1992 όπως αναφέρονται στο Stouffer et al., 2007). Ακόμη, όταν ο ασθενής «παίζει μουσική ή δημιουργεί κασέτα, ενισχύεται το αίσθημα της αυταξίας του» (Loewy, 2016, p. 726).

Θεώρησα εξαιρετικά σημαντικό το να έχει η Βασιλική ευκαιρίες για δημιουργική έκφραση μέσα στις συνεδρίες, διότι, σύμφωνα με τη Rogers «όλοι οι άνθρωποι έχουν μια γενετήσια ικανότητα να είναι δημιουργικοί» και «η δημιουργική διαδικασία είναι

θεραπευτική» και «είναι εκείνη που μεταμορφώνει σε βάθος» (Ψαλτοπούλου, 2015, σελ. 27-28).

Κάποιες από τις βασικές έννοιες που επιτρέπουν την κατανόηση των διαδικασιών των συνεδριών είναι ο ελεύθερος μουσικός αυτοσχεδιασμός, το κράτημα, η εμπειρία και το μεταβατικό αντικείμενο. Ακολουθεί επεξήγηση αυτών των όρων.

Οι συνεδρίες με τη Βασιλική θα βασίζονταν στον ελεύθερο μουσικό αυτοσχεδιασμό, ο οποίος συνεπάγεται ότι «κατά τη θεραπευτική διαδικασία δεν επιβάλλεται στον πελάτη κανένας κανόνας, θέμα ή δομή, αλλά ο πελάτης αφήνεται να εκφραστεί ελεύθερα σε ένα μουσικό όργανο και να δομήσει ο ίδιος τη σειρά και την ακολουθία των ήχων, μακριά από τα δεσμά της τονικότητας, του ρυθμού ή της φόρμας» (Bruscia, 1987:75 όπως αναφέρεται στο Ψαλτοπούλου, 2015). Μέσα στα πλαίσια του ελεύθερου αυτοσχεδιασμού, ο μουσικοθεραπευτής μπορεί να απηχήσει τα συναισθήματα και την κατάσταση που βιώνει ο πελάτης και να νοηματοδοτήσει τις αντιδράσεις του. Τότε αυτός αισθάνεται ότι ο μουσικοθεραπευτής βρίσκεται κοντά του συναισθηματικά και νιώθει πιο ελεύθερος και ασφαλής να εκφράσει τον εσωτερικό του κόσμο.

Η έννοια του κράτηματος χρησιμοποιήθηκε πρώτη φορά από τον Winnicott, ο οποίος τόνισε τη σημαντικότητά του για την ανάπτυξη του παιδιού. Με το κράτημα (holding) εννοούσε το σωματικό κράτημα, αλλά και «την ευαίσθητη φροντίδα του βρέφους, μέσα από την ταύτιση της μητέρας με τις ανάγκες του στους πρώτους μήνες της ζωής» (Winnicott, 1961, όπως αναφέρεται στο Αγρότου, 2019b).

Και η μουσική μπορεί να μοιάζει με το σωματικό κράτημα και με τη σωματική αγκαλιά, διότι ο ακροατής την παραλαμβάνει σε ολόκληρο το σώμα του. Ιδιαίτερα «η μουσική που



περιέχει νότες μακριάς διάρκειας μπορεί να δράσει ως μία συναισθηματική και φυσική αγκαλιά» (Αγρότου, 2019b, σελ. 3). Η θεραπευτική στάση και τεχνική του κρατήματος «αναφέρεται στην κατανόηση μέσω ενσυναίσθησης του θεραπευτή, στη σωστή ερμηνεία που γίνεται την κατάλληλη στιγμή και στη συνεχιζόμενη υποστήριξη. Η μουσικοθεραπεία μπορεί να προσφέρει μια μοναδική μορφή κρατήματος, καθώς οι ήχοι, λόγω των κραδασμών, θεωρούνται ότι αγκαλιάζουν ολόκληρο το σώμα» (Αγρότου, 2013a, p.59).

Ο Βιον προσέθεσε στην έννοια του κρατήματος την εμπερίεξη (containment). Σύμφωνα με τον Βιον, «ο τρόπος, με τον οποίο η μητέρα μπορεί να έρθει σε επαφή με την ψυχονοητική κατάσταση του βρέφους, και μέσα από την προσήλωση και υποστήριξή της διευκολύνει το βρέφος να αναπτυχθεί ψυχολογικά, συνίσταται σε μια μορφή σχέσης στην οποία το μυαλό της μητέρας δρα ως υποδοχέας του παιδιού της.» (Miller et al., 1989, p. 27) και «αυτός ο τρόπος υποδοχής σε συναισθήματα που προκαλούνται μέσα μας αποτελεί τη βάση της ικανότητάς μας να ανταποκριθούμε σε όλες αυτές τις περιπτώσεις κατά τη διάρκεια της ζωής μας, όπου ερχόμαστε σε στενή επαφή με την ψυχική κατάσταση κάποιου άλλου.» (Miller et al., 1989, p. 27).

Η μουσικοθεραπεύτρια εμπεριέχει (υποδέχεται/ contains) με τη δική της αυτοσχεδιαζόμενη μουσική τα συναισθήματα που παραλαμβάνει από τον πελάτη και μέσα από την αντιμεταβίβασή της αυτά παίρνουν μια μουσική μορφή που διευκολύνει τον πελάτη να τα αφομοιώσει και να τα νοηματοδοτήσει (Αγρότου, 2019a).

Σκέφτηκα ότι θα ήταν πολύ σημαντικό να είχε η Βασιλική μαζί της στο νοσοκομείο τα αποσπάσματα από τις συνεδρίες, καθώς αυτά θα μπορούσαν να λειτουργήσουν τόσο ως εσωτερικά όσο και ως μεταβατικά αντικείμενα. Ο Winnicott επινόησε τον όρο μεταβατικό αντικείμενο, για να περιγράψει την αναπτυξιακή διαδικασία που συνήθως συμβαίνει σε

παιδιά ηλικίας 4-12 μηνών ή κατά τη διάρκεια του απογαλακτισμού. Τα βρέφη μόλις γεννηθούν έχουν την τάση να χρησιμοποιούν τη γροθιά ή τα δάχτυλα για να ικανοποιούν ένστικτα στη στοματική ερωτογενή ζώνη. Ύστερα από μερικούς μήνες συνήθως προσκολλώνται σε κάποιο αντικείμενο, το οποίο μπορεί να είναι κάτι που φτιάχνουν τα ίδια ή ένα κομμάτι ύφασμα, ένα αρκουδάκι, μία κούκλα, ένα μαλακό ή ένα σκληρό παιχνίδι και το χρησιμοποιούν με ποικίλους τρόπους. Σύμφωνα με τον Winnicott αυτές οι δύο ομάδες φαινομένων σχετίζονται (π.χ. γροθιά και αρκουδάκι). Το μεταβατικό αντικείμενο είναι η πρώτη «μη-εγώ» κτήση (not-me possession) (Winnicott, 1971/2019, σελ. 46).

Κατά τον Winnicott το μεταβατικό αντικείμενο και τα μεταβατικά φαινόμενα, που συμπεριλαμβάνουν την έκφραση μέσω τέχνης τοποθετούνται στην «ενδιάμεση περιοχή» (Winnicott, 1971/2019, σελ. 47) ανάμεσα στον εαυτό και την εξωτερική πραγματικότητα. Μέσα σε αυτήν την περιοχή το άτομο ζει την ψευδαίσθηση, την ασφάλεια και την ανακούφιση σε έναν ψυχικό χώρο που το απαλλάσσει από το άγχος της εξωτερικής πραγματικότητας.

Για αυτόν τον λόγο, μία από τις βασικές λειτουργίες του μεταβατικού αντικειμένου είναι η αυτορρύθμιση-αυτοηρεμία του παιδιού, καθώς του επιτρέπει να αρχίσει να ελέγχει την εσωτερική του ένταση σε περιόδους άγχους (Winnicott, 1971/2019). Η χρήση του μεταβατικού αντικειμένου αποτελεί το πρώτο βήμα προς τις αντικειμενοτρόπες σχέσεις και αργότερα προς τον έλεγχο της πραγματικότητας.

Η μουσική μπορεί να λειτουργήσει ως μεταβατικό αντικείμενο/ φαινόμενο. Για παράδειγμα αυτό συμβαίνει όταν παιδιά μεγαλύτερης ηλικίας ακούνε συγκεκριμένο ρεπερτόριο τραγουδιών και μελωδιών ενώ ετοιμάζονται να πάνε για ύπνο (Winnicott

1971/2019). Επίσης, σύμφωνα με τον Tervo, ένα μουσικό όργανο μπορεί να αποτελέσει μεταβατικό αντικείμενο (2001). Πιο συγκεκριμένα, «ο χρόνος που περνάει κάποιος παίζοντας ένα μουσικό όργανο, η προσπάθεια που καταβάλλει και οι φαντασιώσεις που επενδύονται σε αυτό, το μετατρέπουν σε έναν φίλο που αφουγκράζεται, κατανοεί και καθησυχάζει ... Στη μουσικοθεραπεία «το να παίζεις μαζί είναι το αποτέλεσμα συνεργασίας και αίσθησης του ανήκειν μαζί» (Tervo, 2001, p. 84), και η δημιουργικότητα βρίσκεται στις φαντασιώσεις που συνδέονται με τα μεταβατικά φαινόμενα και όχι σε συγκεκριμένες τεχνικές ή όργανα (Tervo, 2001).

Ο Winnicott συνέκρινε το μεταβατικό αντικείμενο με το εσωτερικό αντικείμενο της Melanie Klein και υποστήριξε ότι «το βρέφος μπορεί να χρησιμοποιήσει ένα μεταβατικό αντικείμενο όταν το εσωτερικό αντικείμενο είναι ζωντανό και πραγματικό και αρκετά καλό (όχι πολύ καταδιωκτικό)» (Winnicott, 1971/2019, σελ. 64).

Η μουσική του αυτοσχεδιασμού μας, καθώς και όλη η συλλογή θα μπορούσαν να λειτουργήσουν για τη Βασιλική ως μεταβατικό αντικείμενο/φαινόμενο κατά την παραμονή της στο νοσοκομείο. Επιπλέον, η μεταξύ μας σχέση και η έκφρασή της μέσα από τη συνδημιουργία θα εσωτερικευόταν μέσα της ως ένα καλό αντικείμενο ασφάλειας και υποστήριξης.

#### **4.3.1.2 Πρώτη συνεδρία**

Στις πρώτες συνεδρίες ήταν αρκετά δύσκολο για τη Βασιλική, λόγω του άγχους και της τελειοθηρίας της, να παρασυρθεί από τον αυτοσχεδιασμό, χωρίς να φοβάται αν θα έκανε λάθη που θα χαλούσαν το άρτιο αποτέλεσμα.

Στην πρώτη συνεδρία ήταν πολύ ευδιάθετη, παρόλο που είχε προηγηθεί μία διαφωνία με την καθηγήτρια του πιάνου σχετικά με τη συναυλία και τις εξετάσεις που θα έδινε πριν

την εγχείρηση. Αυτά μάλιστα ήταν κάποια θέματα που την απασχόλησαν σε αρκετές συνεδρίες.

Εξήγησα στη Βασιλική ότι μπορούσε να παίξει ό,τι ήθελε, ότι δεν υπήρχε σωστό και λάθος σε αυτά που θα παίζαμε και ότι μπορούσε να εκφράσει οποιαδήποτε σκέψη και συναίσθημα στα πλαίσια της συνεδρίας.

Στην αρχή της συνεδρίας της άρεσε πάρα πολύ το blues hello song. Ύστερα, δοκίμασε όλα τα μουσικά όργανα. Ενθουσιάστηκε με το log drum και είπε ότι θα έμπαινε σίγουρα στη μουσική για το νοσοκομείο. Επίσης, της άρεσε πάρα πολύ το rainstick και το tongue drum.

Στο πέμπτο λεπτό της συνεδρίας παίζαμε το πρώτο μας ντουέτο. Η Βασιλική έπαιζε log drum κι εγώ έπαιζα πιάνο. Μου έκανε ιδιαίτερη εντύπωση το γεγονός ότι, σε αυτήν και σε πολλές επόμενες περιπτώσεις, επέλεξε όργανα που έμοιαζαν με τον χτύπο της καρδιάς και έδιναν τον ρυθμό. Ίσως προσπαθούσε να βρει τον δικό της εσωτερικό ρυθμό, τον δικό της εσωτερικό μετρονόμο (καρδιά). Στο πρώτο μας ντουέτο η Βασιλική χτυπούσε το log drum γύρω στα 106 bpm χωρίς να κάνει πολλές παραλλαγές. Εγώ ακολουθούσα τον ρυθμό της. Ήθελα να στηρίξω τη δική της ανάγκη για έλεγχο, για αυτόν τον λόγο έπαιζα προσδοκώμενο ρυθμό, ενσωματώνοντας όμως συντηρητικά λίγες συγκοπές, ώστε να της εμφυσήσω κάποια ελευθερία. Αργότερα, η Βασιλική έπαιζε πιο γρήγορα κατά 10 bpm και ενδεχομένως να είχε αρχίσει να αισθάνεται πιο ελεύθερη. Της άρεσε πάρα πολύ αυτό το ντουέτο, αφού στο τέλος αναφώνησε «τέλειο!».

Επίσης, σε αυτήν, αλλά και στις επόμενες συνεδρίες, η Βασιλική έπαιρνε κρουστά όργανα και έπαιζε σε ύφος εμβατηρίου. Έπαιζε με σταθερό ρυθμό, αλλά ορισμένες φορές μπερδευόταν. Εγώ ακολουθούσα τα ρυθμικά σχήματα που έπαιζε. Φοβόμουν να φέρω

μεγάλες αλλαγές, μήπως κάνω κάποιο λάθος και ενδεχομένως αυτό να ήταν προϊόν αντιμεταβίβασης. Ένωθα ότι είχα πολύ μεγάλη ευθύνη. Ίσως λοιπόν να ήμασταν και οι δύο αγχωμένες στην πρώτη συνεδρία.

Αργότερα, η Βασιλική έπαιξε bongos κι εγώ απάντησα παίζοντας πιάνο. Με αυτόν τον τρόπο μπήκαμε σε έναν μουσικό διάλογο, στον οποίο παίζαμε εναλλάξ. Αρχικά, χτυπούσε σταθερά τα bongos, αλλά μετά άρχισε να κάνει παραλλαγές. Χάρηκα πολύ, επειδή κατάλαβα ότι μάλλον αισθανόταν ήδη άνετα στη συνεδρία.

Στην πρώτη συνεδρία παίζαμε ντουέτο και με άλλους συνδυασμούς οργάνων. Για παράδειγμα, η Βασιλική έπαιξε ανοιχτές χορδές στην κιθάρα κι εγώ έπαιξα ocean drum. Την ενθουσίασε και είπε ότι ήταν πολύ χαλαρωτικό. Επίσης, έπαιξε claves κι εγώ «αβγουλάκια»-μαράκες τραγουδώντας σε ορισμένα σημεία στην ντο μείζονα πεντατονική, ώστε να δημιουργήσω ατμόσφαιρα ασφάλειας. Από τον τρόπο, με τον οποίο έπαιζε καταλάβαινα ότι ήταν ένα συγκρατημένο παιδί που ήθελε να έχει τον έλεγχο των καταστάσεων.

Στο τέλος της συνεδρίας έπαιξα το goodbye song που μάλλον της άρεσε αρκετά.

Χάρηκα πάρα πολύ στην πρώτη συνεδρία, επειδή η Βασιλική ήταν ευδιάθετη και εξέφρασε πολλές φορές τον ενθουσιασμό της.

#### **4.3.1.3 Δεύτερη συνεδρία**

Η δεύτερη συνεδρία πραγματοποιήθηκε μία εβδομάδα αργότερα. Εκείνη την ημέρα, η μητέρα της Βασιλικής είχε μάθει ότι το χειρουργείο θα μεταφερόταν μερικές ημέρες νωρίτερα και της το ανακοίνωσε ενώπιόν μου λίγο πριν την έναρξη της συνεδρίας. Η Βασιλική ταραχτήκε λίγο στην αρχή, αλλά φάνηκε να μην έδωσε πολλή σημασία, να μην άφησε τον εαυτό της να αγχωθεί, απωθώντας ενδεχομένως τις πληροφορίες.

Πρότεινα να αυτοσχεδιάσει στο πιάνο, ώστε να μπορέσει να εκφράσει τα συναισθήματά της. Συμφώνησε και είπε ότι δεν το είχε ξανακάνει. Ήταν πολύ συγκρατημένη. Εγώ έπαιζα με τη «βροχή» και προσπαθούσα να τη βοηθήσω να χαλαρώσει. Επέλεξα το συγκεκριμένο όργανο, το οποίο έχει το υγρό στοιχείο, για να δημιουργήσω μία ατμόσφαιρα ασφάλειας.

Σε αυτήν τη συνεδρία μοιραστήκαμε μία μεταμορφωτική στιγμή. Πιο συγκεκριμένα, η Βασιλική άρχισε να παίζει στην ψηλή περιοχή του πιάνου, ενώ εγώ έπαιζα στη χαμηλή. Πήρα έναν λιγότερο ενεργό ρόλο και την άφησα να κατευθύνει τον αυτοσχεδιασμό, συμβαδίζοντας με το επίπεδο της ενέργειάς της και ακολουθώντας τις εναλλαγές στον ρυθμό και τις αυξομειώσεις στις δυναμικές και στην ένταση. Κάποιες στιγμές μιμήθηκα και απάντησα στις μουσικές φράσεις της.

Ο αυτοσχεδιασμός μας ξεκίνησε ήρεμα γύρω στα 80 bpm, αλλά με τις συνεχείς αυξήσεις στην ένταση και στο tempo κατέληξε να είναι ένα πολύ έντονο ντουέτο σε στυλ fandango (i-VII-VI-V) στη λα ελάσσονα. Έδινε την εντύπωση ενός συνεχούς κυνηγητού, μιας αέναης προσπάθειας για την απόκτηση γαλήνης και ηρεμίας. Πιθανότατα να εξέφραζε την ανάγκη της Βασιλικής για υγεία και ξεγνοιασιά, χωρίς την ανάγκη εξετάσεων, ιατρικών επισκέψεων και εγχειρήσεων.

Η Βασιλική έμοιαζε να βρίσκεται μέσα στη μουσική και να παρασύρεται από αυτήν. Στην αρχή, η μουσική της ήταν ήρεμη αν και μελαγχολική. Σταδιακά όμως, φανέρωνε το άγχος και την ένταση που πιθανότατα βίωνε λόγω της αλλαγής της ημέρας διεξαγωγής της εγχείρησης. Οι παραλλαγές που έκανε σε συνδυασμό με τις αυξήσεις στο tempo, το οποίο έφτασε περίπου στα 130-140 bpm έμοιαζαν να επιτείνουν το άγχος της. Από ένα σημείο και ύστερα έπαιζε ανιούσες και κατιούσες μελωδικές αλυσίδες με όγδοα, που περιείχαν πολλά διαστήματα τρίτης μικρής και μεγάλης. Ορισμένες στιγμές μάλιστα επέμενε σε αυτά

τα διαστήματα παίζοντας τον ρυθμικό συνδυασμό παρεστιγμένου ογδούου ακολουθούμενου από δέκατο έκτο. Εγώ την ακολουθούσα, κάνοντας κράτημα (holding), δημιουργώντας δηλαδή μία συναισθηματική μουσική αγκαλιά. Από ένα σημείο και ύστερα δεν μπορούσα πλέον να ξεχωρίσω το δικό μου μέρος από το δικό της. Είχα ταυτιστεί και ήταν σαν να έλεγα στη Βασιλική «Είμαι μαζί σου στο άγχος σου». Στο τέλος του επεισοδίου είπε «Ωραίο ήταν αυτό. Μ' άρεσε! Πολύ ωραίο!». Μετά από τον αυτοσχεδιασμό μας έμοιαζε πιο ήρεμη και χαιρόμουν πολύ για αυτό.

Από τα σχόλια που έκανε η Βασιλική κατά τη διάρκεια της δεύτερης συνεδρίας κι από τις εκφράσεις του προσώπου της καταλάβαινα ότι ήταν ευδιάθετη και πιο ήρεμη.

#### **4.3.1.4 Τρίτη συνέδρια**

Πριν από τη διενέργεια της τρίτης συνεδρίας επέλεξα ορισμένα αποσπάσματα των προηγούμενων συνεδριών που θεωρούσα ότι θα ήταν κατάλληλα για το προεγχειρητικό και το μετεγχειρητικό στάδιο. Τα κριτήρια επιλογής ήταν οι αντιδράσεις και τα λόγια της Βασιλικής μετά από ορισμένα επεισόδια ελεύθερου μουσικού αυτοσχεδιασμού, το αν η ίδια ακουγόταν ελεύθερη σε αυτά, καθώς και το tempo, οι δυναμικές και η μελωδία των αποσπασμάτων. Επίσης, ηχογράφησα ένα κομμάτι που είχε ζητήσει να συμπεριληφθεί στη μουσική συλλογή.

Η τρίτη και οι επόμενες προεγχειρητικές συνεδρίες αποσκοπούσαν στην προετοιμασία της Βασιλικής για την εγχείρηση και στη διαχείριση του άγχους της. Στη δομή τους μάλιστα προστέθηκε η ακρόαση της ηχογραφημένης μουσικής από τη Βασιλική, ώστε να υπάρξει ανατροφοδότηση και να γίνουν οι απαραίτητες αλλαγές μέχρι την τελική διαμόρφωση της μουσικής για την εγχείρηση στην πέμπτη συνεδρία.

Η τρίτη συνεδρία πραγματοποιήθηκε δύο ημέρες μετά τη δεύτερη. Το αρχικό πλάνο ήταν να είναι εβδομαδιαίες οι συνεδρίες, αλλά έπρεπε να τροποποιηθεί, λόγω της αλλαγής της ημέρας διεξαγωγής του χειρουργείου.

Σε αυτήν τη συνεδρία η Βασιλική έπαιξε πολλές φορές log drum κι εγώ πιάνο. Παίξαμε στην ντο πεντατονική και πολλές φορές ακολουθήσαμε την αλληλουχία συγχορδιών των 12μετρων blues. Ο λόγος για τον οποίο παίξαμε για αρκετή ώρα την παραπάνω αλληλουχία σε αυτήν, αλλά και σε άλλες συνεδρίες ήταν ότι προσέφερε μία σταθερή και προβλέψιμη δομή, η οποία εξυπηρετούσε την ανάγκη της Βασιλικής για έλεγχο και ασφάλεια. Παράλληλα όμως, ευνοούσε και τον αυτοσχεδιασμό και θα μπορούσε να τη βοηθήσει να εκφραστεί ελεύθερα μέσω της μουσικής.

Ύστερα, η Βασιλική άκουσε κάποια αποσπάσματα από τις δύο προηγούμενες συνεδρίες, τα οποία θεωρούσα ότι θα ήταν κατάλληλα για τη μουσική για το νοσοκομείο. Η Βασιλική είχε ήδη ζητήσει να εντάξω στη λίστα το κομμάτι “Solas” του Jamie Duffy. Για αυτόν τον λόγο, πριν από την τρίτη συνεδρία, το είχα ηχογραφήσει στο πιάνο σε πιο αργό tempo, ώστε να είναι πιο κοντά στον ρυθμό της καρδιάς και να ενδείκνυται για τη μουσική για το νοσοκομείο. Η Βασιλική το άκουσε και αυτό και ύστερα τη ρώτησα πώς της φαινόταν η μουσική και αν θα ήθελε να αλλάζα κάτι. Σχολίασε θετικά τα περισσότερα αποσπάσματα και ζήτησε να κάνω ορισμένες προσθήκες, όπως να παίζω ocean drum και rainstick στο “Solas”.

Κάποια στιγμή, η Βασιλική ήθελε να παίξουμε μαζί πιάνο και αναφέρθηκε στο ντουέτο της προηγούμενης συνεδρίας ως «ισπανικό τρόμου και αγωνίας», συμπληρώνοντας ότι της άρεσε «πάρα πολύ αυτό που είχαμε παίζει». Αυτή η λεκτική μαρτυρία της με έκανε να



νιώσω ότι οι συνεδρίες και η τριμερής σχέση θεραπευτή-μουσικής-πελάτη όντως τη βοηθούσαν και της προσέφεραν ευχαρίστηση, αυτός ήταν άλλωστε και ένας από τους στόχους της έρευνας.

Παίξαμε λοιπόν πάλι ντουέτο στο πιάνο. Χάρηκα πολύ επειδή παρατήρησα ότι η Βασιλική ήταν πιο ελεύθερη, πειραματιζόταν περισσότερο και η μουσική της ήταν πιο μελωδική και είχε μεγαλύτερες διαφοροποιήσεις στις δυναμικές σε σύγκριση με τις προηγούμενες συνεδρίες. Αυτό ίσως να φανέρωνε ότι είχε ηρεμήσει ψυχικά, ότι αισθανόταν ασφάλεια μέσα στις συνεδρίες κι ότι δεν φοβόταν τόσο μήπως κάνει λάθος ή μήπως χάσει τον έλεγχο.

Έπειτα, η Βασιλική πρότεινε να παίζει log drum και να τη συνοδεύσω στο πιάνο. Ξεκινήσαμε λοιπόν ένα ντουέτο. Επέλεξα να παίζω με έναν ήχο με διάρκεια (strings piano), ώστε να δημιουργήσω μία βάση για τον αυτοσχεδιασμό της. Συμβάδιζα με το επίπεδο ενέργειάς της και με τον ρυθμό, το tempo και την ένταση της μουσικής της. Εκείνη κατηύθυνε τον αυτοσχεδιασμό κι εγώ ακολουθούσα τις εναλλαγές που έκανε. Σταδιακά η μουσική της γινόταν πιο ρυθμική και δυναμική, εκφράζοντας πιθανά την ύπαρξη αυτοπεποίθησης και αίσθησης ελέγχου.

Σε αυτό το σημείο θέλω να επισημάνω ότι η Βασιλική είναι πολύ δεμένη με τη μητέρα της. Κάνουν πάρα πολλά πράγματα μαζί και στηρίζει η μία την άλλη. Για αυτόν τον λόγο, τις τρόμαξε το ότι η Βασιλική θα ήταν μόνη της στη ΜΕΘ. Η ίδια και η μητέρα της ανησυχούσαν για το πώς θα αντιδρούσε όταν θα ξυπνούσε και θα βρισκόταν σε έναν άγνωστο χώρο.

Η μητέρα της είχε εκφράσει αυτόν τον φόβο πριν ξεκινήσουμε τις συνεδρίες και με είχε ρωτήσει αν θα μπορούσα να είμαι στη ΜΕΘ όταν θα ξυπνούσε η Βασιλική. Δυστυχώς,

αυτό δεν ήταν δυνατό, λόγω των συνθηκών που είχαν διαμορφωθεί εξαιτίας της πανδημίας. Προσπαθούσα να βρω με ποιον τρόπο θα μπορούσε η Βασιλική να λάβει βοήθεια και υποστήριξη και να νιώσει την παρουσία της μητέρας της μέσα στη ΜΕΘ. Ρώτησα λοιπόν τη μητέρα της αν υπήρχε κάποιο τραγούδι που έλεγαν μαζί και απάντησε ότι υπήρχε ένα νανούρισμα που είχε γράψει η ίδια και το τραγουδούσε στη Βασιλική σε δύσκολες καταστάσεις.

Αποφάσισα να το εντάξω στη μουσική για την εγχείρηση, επειδή «η ενσωμάτωση οικείας μουσικής και αναγνωρίσιμων μελωδιών στο νοσοκομείο δημιουργεί ένα ασφαλές και καθησυχαστικό περιβάλλον για τα παιδιά» (Kallay, 1997; Loewy, MacGregor, Richards, & Rodriguez, 1997 όπως αναφέρονται στο Stouffer et al., 2007). Επίσης, σύμφωνα με τη Loewy, «τα νανουρίσματα έχουν τη δυνατότητα να φέρνουν την οικογενειακή πολιτισμική κληρονομιά στο προσκήνιο της εξατομικευμένης θεραπείας» (Loewy, 2015, p. 180). Η ίδια υποστηρίζει ότι η γνώση του πολιτισμικού πλαισίου αποτελεί ένα πολύ σημαντικό συστατικό της θεραπείας, αναφέροντας ότι «κάθε ασθενής και η οικογένεια του συνιστούν έναν ξεχωριστό πολιτισμό, ο οποίος μπορεί να ξετυλιχθεί ή να ανασυντεθεί μέσω της μουσικής, ώστε να βοηθήσει το παιδί-ασθενή επιδρώντας στην πορεία της ασθένειας και στη σωματική και ψυχική υγεία (ευεξία) του καθ' όλη τη διάρκεια της νοσηλείας» (Loewy, 2016, p. 718).

Προς το τέλος της τρίτης συνεδρίας, καλέσαμε τη μητέρα της Βασιλικής στο δωμάτιο, ώστε να ηχογραφήσουμε το νανούρισμα. Το είχα ήδη ακούσει πριν από τη συνεδρία και είχα σκεφτεί τι θα έπρεπε να παίζω, ώστε να ταιριάζει στις συνθήκες. Επέλεξα έναν ήχο με διάρκεια (strings piano). Έπαιζα στην τονικότητα της μι ελάσσονας και με το δεξί χέρι

ακολουθούσα τη μελωδική γραμμή της φωνής. Η Βασιλική έπαιζε ocean drum και η μητέρα της τραγουδούσε το νανούρισμα. Ήταν μία πολύ ιδιαίτερη και συγκινητική στιγμή.

Ο συνδυασμός της φωνής της μητέρας της Βασιλικής και του ocean drum, ενός οργάνου που έχει το υγρό στοιχείο, θα επέτρεπαν στη Βασιλική να παλινδρομήσει, να επιστρέψει δηλαδή «σε προηγούμενους τρόπους λειτουργίας, σε προηγούμενες καταστάσεις της ύπαρξής της» εφόσον το είχε ανάγκη (Αγρότου, 2019c, σελ. 1).

Σύμφωνα με τον Benenzon, υπάρχουν ήχοι που μπορούν να προκαλέσουν παλινδρόμηση. «Ο άνθρωπος αντιλαμβάνεται στο εσωτερικό του αυτούς τους παλινδρομογενεσιουργούς ήχους και η εξωτερίκευση και μετέπειτα ακρόασή τους του προκαλούν αισθήσεις και συμπεριφορές που τον πάνε πίσω σε πρωτογενή αναπτυξιακά στάδια» (Benenzon, 2011, p. 20). Τέτοιοι ήχοι είναι, μεταξύ άλλων, οι χτύποι της καρδιάς και οι ήχοι της εισπνοής και της εκπνοής (Benenzon, 2011). Ακόμη, ο Benenzon υποστηρίζει ότι η σχέση του ανθρώπου με τη μουσική ξεκινά από την ενδομήτρια κατάστασή του (2011). Έχει αποδειχθεί ότι «ο χτύπος της καρδιάς ή η μουσική σε tempo των 72 bpm καθησυχάζει τον άνθρωπο» (Αγρότου, 2019c, σελ. 2).

Για αυτόν τον λόγο, θεωρώ εξαιρετικά σημαντικό το γεγονός ότι το tempo του νανουρίσματος ήταν περίπου 70 bpm. Εκτός των άλλων, η φωνή της μητέρας είναι ένας από τους πρώτους ήχους που αντιλαμβάνεται και αναγνωρίζει βρέφος μόλις γεννηθεί, επομένως μπορεί και αυτή να προσφέρει μία αίσθηση ασφάλειας και ηρεμίας (Murray et al., 2000).

*Εικόνα 1: Νανούρισμα*



#### 4.3.1.5 Τέταρτη συνεδρία

Την επόμενη ημέρα πραγματοποιήθηκε η τέταρτη συνεδρία. Η Βασιλική φαινόταν και πάλι ήρεμη και ευδιάθετη, αλλά δεν είχε τόσες πολλές ιδέες ως προς το τι θα έπαιζε.

Στην αρχή της συνεδρίας έπαιξε πιάνο κι εγώ τη συνόδευσα με την κιθάρα. Ο αυτοσχεδιασμός μας κάποιες στιγμές παρέπεμπε στο ύφος και στον ρυθμό του πρώτου μέρους από τη Sonatina Op.36, No.1 του Clementi. Η Βασιλική μελετούσε αυτό το κομμάτι για μία συναυλία, στην οποία θα έπαιζε δύο ημέρες πριν την εγχείρηση.

Αργότερα, η Βασιλική έπαιξε log drum κι εγώ ocean drum. Αυτός ο συνδυασμός της άρσεσε πολύ και τη χαλάρωσε. Επιτάχυνε σταδιακά και αύξανε την ένταση της μουσικής κι εγώ την ακολουθούσα. Όταν άρχισε να κάνει πολλές παραλλαγές, άρχισα να τραγουδάω πεντατονικές θέλοντας να τη στηρίξω και να δημιουργήσω μία σταθερή βάση για τον αυτοσχεδιασμό της.

Κάποια στιγμή, τη ρώτησα αν ήθελε να γράψουμε στίχους και μουσική για την ημέρα της εγχείρησης, ώστε να εκφράσουμε ότι όλα θα πήγαιναν καλά. Από εκείνο το σημείο ξεκίνησε μια συζήτηση σχετικά με το άγχος που βίωνε. Είπε ότι είχε λίγο άγχος, αλλά προσέθεσε το εξής: «Με αγχώνει η βελόνα που θα μου βάλουν την Τετάρτη, Παναγία

μου!». Ύστερα μοιράστηκε μαζί μου μία σχετική δυσάρεστη εμπειρία που είχε βιώσει όταν είχε γίνει η πρώτη απόπειρα σύγκλεισης της μεσοκολπικής επικοινωνίας. Θεώρησα πολύ σημαντικά όσα μοιράστηκε μαζί μου, επειδή οι προηγούμενες αρνητικές νοσοκομειακές εμπειρίες «μπορεί να επηρεάσουν τις αντιδράσεις των παιδιών και των εφήβων ενώπιον ιατρικών επεμβατικών πρακτικών» (LeRoy et al., 2003, p. 2553).

Αμέσως μετά, έπαιξα πιάνο θέλοντας να εκφράσω μουσικά το άγχος και τον φόβο που κρύβονταν πίσω από αυτά που είχε εξιστορήσει η Βασιλική (εμπερίεξη). Αρχικά, έπαιξα ντιμινουίτες, αλλά μετά έπαιξα ελάσσονα blues πεντατονική, επειδή δεν ήθελα να είναι πολύ «σκοτεινή» η μουσική μου, για να μην την αναστατώσει. Εκείνη έπαιξε bongos σε σταθερό ρυθμό και σταδιακά επιτάχυνε. Ακολούθησα την ένταση και το tempo των χτυπημάτων της και νομίζω ότι εξέφρασα την αγωνία της. Στο τέλος του επεισοδίου η Βασιλική αναφώνησε «τέλειο!». Νομίζω ότι είχε βοηθηθεί και ήταν πιο ήρεμη.

Σε αυτήν τη συνεδρία η Βασιλική άκουσε αποσπάσματα από την προηγούμενη ημέρα κι επίσης άκουσε τις προσθήκες που είχα κάνει στο “Solus” και σε κάποια αποσπάσματα από τις δύο πρώτες συνεδρίες. Ήταν ενθουσιασμένη.

Προς το τέλος της συνεδρίας έπαιξε την “Ωδή στη χαρά” του Beethoven στο μεταλλόφωνο κι εγώ τη συνόδευσα στο πιάνο. Με βάση αυτό το μοτίβο ξεκινήσαμε έναν μουσικό διάλογο, στον οποίο κάναμε παραλλαγές. Εναλλάσσαμε τους ρόλους και άλλοτε τη συνόδευα εγώ ενώ αυτοσχεδίαζε και άλλοτε με συνόδευε εκείνη. Στο τέλος αναφώνησε «ωραία!». Θεωρώ ότι η Βασιλική είχε την ευκαιρία να είναι δημιουργική μέσα σε αυτήν τη συνεδρία.

#### 4.3.1.6 Πέμπτη συνεδρία

Την επόμενη ημέρα έλαβε χώρα η τελευταία προεγχειρητική συνεδρία, η οποία διήρκεσε μία ώρα και σαράντα λεπτά. Η Βασιλική ήταν ευδιάθετη και ήθελε να παίξουμε μαζί το hello song, εγώ στο πιάνο και εκείνη στο tongue drum.

Σε αυτήν τη συνεδρία φάνηκε και πάλι η προτίμηση που είχε η Βασιλική για τα ρυθμικά όργανα. Για παράδειγμα, έπαιξε log drum κι εγώ έπαιξα κιθάρα ακολουθώντας τον ρυθμό της και συμβαδίζοντας με την ενέργεια και τη διάθεσή της. Εκείνη έκανε παραλλαγές και μάλλον αισθανόταν ασφάλεια στα πλαίσια της σχέσης εμπιστοσύνης. Στο τέλος μάλιστα αναφώνησε «ωραίο!». Επίσης, στην ίδια συνεδρία έπαιξε κουδουνάκια και ταμποурίνο. Η ανάγκη της Βασιλικής να παίζει ρυθμικά όργανα ήταν σαφής για άλλη μία φορά.

Πιθανότατα να αισθανόταν απογοητευμένη και προδομένη από τη λειτουργία της καρδιάς της και να αναζητούσε τον εσωτερικό ρυθμό σε αυτά. Τα όργανα αυτά, με τα οποία η Βασιλική μπορούσε να ορίσει το tempo και τον ρυθμό αποκτούσαν συμβολική σημασία για την ίδια.

Αργότερα στην ίδια συνεδρία, η Βασιλική έπαιξε πιάνο, πάλι με σαφείς επιρροές από τον Clementi και τον Hanon κι εγώ έπαιξα claves ακολουθώντας τον ρυθμό και την ένταση της μουσικής της. Έπαιξε όμως και μόνη της τα κομμάτια που θα έπαιξε στη συναυλία. Έδωσε δηλαδή μία παράσταση στα πλαίσια της συνεδρίας. Εγώ χάρηκα πολύ, επειδή κατάλαβα ότι μάλλον με εμπιστευόταν και ένιωθε άνετα να παίζει μπροστά μου. Το εξέλαβα ως ένδειξη για την ύπαρξη ισχυρής σχέσης εμπιστοσύνης. Αφότου έπαιξε, είπε ότι θα άκουγε τη μουσική για το νοσοκομείο πριν από τη συναυλία για να ηρεμήσει. Αυτή η

μουσική θα λειτουργούσε δηλαδή τόσο ως μεταβατικό αντικείμενο όσο και ως εσωτερικό αντικείμενο στήριξης και εμπιστοσύνης για τη Βασιλική.

Στη διάρκεια αυτής της συνεδρίας έγινε η τελική ακρόαση των αποσπασμάτων των συνεδριών, του “Solas” καθώς και ορισμένων κομματιών που θεωρούσα ότι θα ήταν κατάλληλα για την ημέρα εγχείρησης και για την παραμονή της Βασιλικής στο νοσοκομείο. Αυτά τα κομμάτια ήταν η “Ωδή στη Χαρά” του Beethoven, η “Air on G string” του Bach, η “Σερενάτα” του Schubert για πιάνο σόλο και για ντουέτο πιάνο - βιολοντσέλο, ο “Κύκνος” του Saint- Saëns για πιάνο και βιολοντσέλο, η “Γυμνοπαιδιά νούμερο 3” του Satie, ενορχηστρωμένη από τον Debussy, και το δεύτερο μέρος από το “Δεύτερο Κονσέρτο για πιάνο” του Rachmaninoff. Τα παραπάνω κομμάτια επιλέχθηκαν, ώστε να παρέχουν ένα αίσθημα ασφάλειας και κρατήματος στη Βασιλική. Για παράδειγμα ο “Κύκνος” και η “Σερενάτα” δημιουργούν ένα προστατευτικό κέλυφος μέσω επαναλαμβανόμενων μοτίβων.

Σε αντίθεση με τις προηγούμενες συνεδρίες, στις οποίες η Βασιλική είχε ακούσει τα αποσπάσματα με ακουστικά, σε αυτήν τα ακούσαμε μαζί μέσω ενός ηχείου. Ενθουσιάστηκε με όλα τα κομμάτια και έκανε μερικά τελευταία σχόλια για δύο αποσπάσματα από τις συνεδρίες.

Προς το τέλος της συνεδρίας ήθελε να παίξει log drum κι εγώ να παίζω bongos. Το παίξιμό της ήταν αποφασιστικό και παρέμεινε σταθερό περίπου στα 100 bpm, ώσπου άρχισε να κάνει παραλλαγές και να παίζει λίγο πιο γρήγορα. Μετά από αυτό παίξαμε μαζί το goodbye song. Εγώ έπαιξα πιάνο και η Βασιλική έπαιξε «αβγουλάκια»- μαράκες. Στο τέλος είπε «τέλεια» και χειροκρότησε. Χάρηκα πολύ βλέποντας την τόσο ενθουσιασμένη.

#### 4.3.2 Προεγχειρητικές συνεντεύξεις με τη μητέρα

Μετά την τρίτη και την πέμπτη προεγχειρητική συνεδρία πραγματοποιήθηκαν δύο σύντομες διαδικτυακές συνεντεύξεις με τη μητέρα της Βασιλικής (Παράρτημα II). Αυτές αποτελούνταν από ορισμένες ερωτήσεις τύπου likert και ορισμένες ερωτήσεις ανοιχτού τύπου.

Σε ερώτηση σχετικά με το αν η μουσικοθεραπεία βοηθούσε τη Βασιλική να είναι λιγότερο φοβισμένη η μητέρα της απάντησε θετικά και στις δύο συνεντεύξεις. Στην πρώτη στήριξε την απάντησή της στο ότι «γενικότερα τη χαλαρώνει πολύ η μουσική. Γενικά η μουσική τη βοηθάει στη ζωή της πολύ», ενώ στη δεύτερη απάντησε ότι έβλεπε τη Βασιλική «πιο ήρεμη γενικά» και ότι είχε «πάρει πιο χαλαρά, όλη την υπόθεση».

Και στις δύο συνεντεύξεις απάντησε σε ερώτηση τύπου likert ότι πίστευε ότι η Βασιλική βίωνε αρκετό άγχος εν όψει της εγχείρησης.

Σε ερώτηση σχετικά με το αν η μουσικοθεραπεία βοηθούσε τη Βασιλική να αισθανθεί πιο ήρεμη απάντησε θετικά. Πιο συγκεκριμένα, την πρώτη φορά είπε ότι για αυτόν τον λόγο είχαν επιλέξει να συμμετάσχουν στην έρευνα, ότι γενικότερα η μουσική τη βοηθούσε και ότι πίστευε θα τη βοηθούσε και σε αυτό το κομμάτι. Τη δεύτερη φορά στήριξε την απάντησή της στο ότι η Βασιλική δεν συζητούσε πολύ για την εγχείρηση και το νοσοκομείο αφότου είχαμε ξεκινήσει τις συνεδρίες. Το προηγούμενο χρονικό διάστημα η Βασιλική τους «ρώταγε πιο πολλά πράγματα» (τους γονείς της), ενώ μετά την έναρξη των συνεδριών ρωτούσε «πολύ λίγα πράγματα γενικά». Η μητέρα είχε «ως μέτρο σύγκρισης» την περίοδο πριν την έναρξη. Αυτή η διαφοροποίηση της αιτιολόγησης των απαντήσεων μάλλον δείχνει ότι η μητέρα αντιλήφθηκε την επίδραση της μουσικοθεραπείας και της



θεραπευτικής σχέσης που είχαμε εγκαθιδρύσει με τη Βασιλική. Φαινόταν ότι πλέον, ο λόγος για τον οποίο η Βασιλική ήταν πιο ήρεμη δεν ήταν απλώς ότι η μουσική τη βοηθούσε γενικώς, αλλά ότι αισθανόταν ασφάλεια και είχε τον έλεγχο στις συνεδρίες μας.

Σε ερώτηση σχετικά με το αν η μουσικοθεραπεία συνέβαλλε στο να μη σκέφτεται η Βασιλική την εγχείρηση την πρώτη φορά απάντησε θετικά στηρίζοντας την απάντησή της στο ότι «το μυαλό ηρεμεί και δεν είναι συγκεντρωμένο σε ένα θέμα» και συμπληρώνοντας ότι η μουσικοθεραπεία άφηνε τη Βασιλική να χαλαρώσει. Τη δεύτερη φορά όμως, είπε ότι δεν μπορούσε να απαντήσει σε αυτό εκατό τοις εκατό και ότι πίστευε ότι συνέβαλλε κατά ένα μέρος και αυτό, αλλά δεν ήταν σίγουρη. Σε ερώτηση τύπου likert, σχετικά με το πόσο συνέβαλλε η μουσικοθεραπεία στα παραπάνω, την πρώτη φορά απάντησε πάρα πολύ, ενώ τη δεύτερη αρκετά. Ενδεχομένως αυτή η διαφοροποίηση να οφείλεται στο ότι πλησίαζε η ημέρα της εγχείρησης και η ίδια η μητέρα πιθανότατα βίωνε μεγαλύτερο άγχος.

Όταν τη ρώτησα αν η μουσικοθεραπεία βοηθούσε να γίνει πιο εύκολη η προεγχειρητική περίοδος απάντησε θετικά και τις δύο φορές λέγοντας ότι για αυτό είχαν δεχτεί να συμμετάσχουν. Επίσης, σε ακόλουθη παρεμφερή ερώτηση τύπου likert απάντησε ότι η μουσικοθεραπεία βοηθούσε πάρα πολύ.

Ερωτηθείσα αν η συμμετοχή της Βασιλικής στις συνεδρίες έκανε την ίδια να αισθάνεται λιγότερο φοβισμένη την πρώτη φορά ανέφερε τα ακόλουθα: «εννοείται ότι με κάνει να είμαι πιο καλά κι εγώ γιατί βλέπω ότι τη βοηθάει κι από τη στιγμή που θα είναι εκείνη πιο ήρεμη άρα κι εγώ θα είμαι πιο ήσυχη». Παρόμοια ήταν η απάντησή της και τη δεύτερη φορά: «εννοείται ότι με κάνει να νιώθω λιγότερη φοβισμένη, γιατί πάει να πει ότι είναι κάτι που της αρέσει, τη βοηθάει. Γιατί έχει καταλάβει για ποιο λόγο το έχουμε κάνει, το

έχουμε συζητήσει και απ' τη στιγμή που το βλέπω ότι το δέχεται πολύ ευχάριστα, και δεν μου φέρει κάποιες αντιρρήσεις, πάει να πει ότι τη βοηθάει πολύ».

Σε ερώτηση τύπου likert σχετικά με το πόσο βοηθούσε η συμμετοχή της Βασιλικής στη μείωση του δικού της άγχους, την πρώτη φορά απάντησε ότι βοηθούσε πάρα πολύ, ενώ τη δεύτερη ότι βοηθούσε αρκετά. Και αυτό ίσως να δικαιολογείται κι από το γεγονός ότι πλησίαζε η ημέρα της εγχείρησης και ήταν λογικό να αυξάνεται το άγχος της.

Και στις δύο συνεντεύξεις απάντησε σε ερωτήσεις τύπου likert ότι ένιωθε πάρα πολλή ανακούφιση που η Βασιλική λάμβανε στήριξη μέσω των συνεδριών της μουσικοθεραπείας και ότι ήταν πάρα πολύ ικανοποιημένη από τη συμμετοχή της Βασιλικής στις συνεδρίες πριν την εγχείρηση.

Τέλος, σε ερώτηση σχετικά με το τι σήμαινε για την ίδια το ότι η Βασιλική λάμβανε μέρος σε συνεδρίες μουσικοθεραπείας απάντησε ότι «(η Βασιλική) είναι ένα ώριμο παιδί και καταλαβαίνει πλέον και εκείνη σε αυτή την ηλικία που είναι τι της κάνει καλό και τι όχι, οπότε και η ίδια θέλει να βοηθήσει τον εαυτό της όχι μόνο εγώ σαν γονιός αλλά και η ίδια σαν αυτόνομο άτομο». Ανάλογη ήταν η απάντησή της και στη δεύτερη συνέντευξη, στην οποία είπε ότι «πάει να πει ότι είναι κάτι που τη βοηθάει πάρα πολύ και ότι φαίνεται ότι η μουσική τελικά επηρεάζει, μάλλον τη βοηθάει να διαχειριστεί όλο αυτό το άγχος, πάει να πει δηλαδή ότι της κάνει καλό».

#### **4.3.3 Ημέρα της εγχείρησης (έκτη συνεδρία)**

Την ημέρα της εγχείρησης, η Βασιλική άκουσε τη μουσική συλλογή της μέσω ακουστικών, ώστε να απομονωθεί από το νοσοκομειακό περιβάλλον, οι θόρυβοι του

οποίου μπορούν να προκαλέσουν άγχος και να επηρεάσουν την πίεση του αίματος (Stouffer et al., 2007, p. 453).

Πήγα στο νοσοκομείο, ώστε να υποστηρίξω και να βοηθήσω τη Βασιλική πριν την εγχείρηση σε περίπτωση που το χρειαζόταν. Είχα πάρει μαζί μου το tongue drum, το ocean drum και το rainstick, όργανα που έχουν το υγρό στοιχείο και μπορούν να δημιουργήσουν παλινδρομογενεσιουργούς ήχους.

Η Βασιλική θέλησε να παίξουμε μαζί. Έκατσα στο κρεβάτι κοντά της και παίξαμε για μερικά λεπτά με διαφορετικούς συνδυασμούς των παραπάνω οργάνων. Για παράδειγμα, η Βασιλική έπαιξε το tongue drum κι εγώ το ocean drum ή έπαιξε το ocean drum κι εγώ το log drum. Ταυτόχρονα με το παίξιμο, τραγούδησα πολλές στιγμές σε πεντατονικές κάνοντας κράτημα και εμπερίεξη. Ύστερα από τη συνεδρία η Βασιλική έμοιαζε πιο ήρεμη και αυτό με έκανε να νιώσω πολύ μεγάλη συγκίνηση, ικανοποίηση και χαρά.

Ήταν μία πολύ ιδιαίτερη και πρωτόγνωρη εμπειρία για εμένα. Είχα κλινική εμπειρία με συνεδρίες σε δικό μου χώρο, σε σπίτια παιδιών και σε κέντρο θεραπειών, αλλά όχι σε θάλαμο νοσοκομείου. Εκεί, η ανάγκη βοήθειας και στήριξης μοιάζει πιο επιτακτική. Επίσης, οι συνθήκες είναι πολύ διαφορετικές. Δεν υπάρχει ιδιωτικότητα και μπορεί να υπάρχουν διασπαστικοί παράγοντες π.χ. παρουσία νοσηλευτών ή άλλων ασθενών στον θάλαμο. Κάποια στιγμή μάλιστα ήρθε η μητέρα ενός βρέφους που νοσηλευόταν σε διπλανό θάλαμο για να δει από πού ερχόταν η μουσική και εξέφρασε τον θαυμασμό της με θετική διάθεση. Ανάλογη ήταν και η αντίδραση μίας νοσηλεύτριας.

Εκείνη την ημέρα συγκινήθηκα πάρα πολύ, αλλά ταυτόχρονα ένιωθα ότι είχα πολύ μεγάλη ευθύνη. Έπρεπε να σταθώ στο ύψος των περιστάσεων και να βοηθήσω τη Βασιλική και εμμέσως και τους γονείς της. Αισθάνθηκα δέος μπροστά στην περιπέτεια της

οικογένειας και πολύ μεγάλη ευγνωμοσύνη που με εμπιστεύθηκαν και μου επέτρεψαν να είμαι παρούσα σε αυτήν τη δύσκολη στιγμή τους.

#### 4.3.4 Παραμονή στο νοσοκομείο

Η εγχείρηση ήταν επιτυχής. Η Βασιλική παρέμεινε στη ΜΕΘ μέχρι την επόμενη ημέρα. Το πρώτο βράδυ εκεί ζήτησε να ακούσει τη μουσική της, όπως έκανε και την πρώτη μετεγχειρητική ημέρα. Επίσης, καθ' όλη τη διάρκεια της παραμονής της στο νοσοκομείο ήθελε να ακούει τη μουσική το βράδυ για να κοιμηθεί.

Λίγες ημέρες μετά την εγχείρηση, η μητέρα της με κάλεσε στο τηλέφωνο και μου είπε ότι η μουσική «έχει βοηθήσει απίστευτα τη Βασιλική». Μου είπε ότι το παιδί ήθελε να ακούει τη μουσική καθ' όλη τη διάρκεια της παραμονής της στη ΜΕΘ, καθώς και την πρώτη ημέρα που πονούσε πάρα πολύ.

Οι νοσηλευτές στη ΜΕΘ μάλιστα είχαν απορήσει με το πόσο ήρεμη και χαλαρή ήταν η Βασιλική και έκαναν σχετικά σχόλια στην ίδια, αλλά και στη μητέρα της ρωτώντας την τι έκανε το παιδί και ήταν τόσο χαλαρό. Η μητέρα της απέδιδε στη μουσική αυτήν την ηρεμία και τη χαλάρωση. Χάρηκα πάρα πολύ όταν μου το είπε.

Έξι ημέρες μετά την εγχείρηση, η Βασιλική πήρε εξιτήριο και επέστρεψε στο σπίτι της, όπου εξακολούθησε να ακούει τη μουσική της και έλεγε ότι τη χαλάρωνε και την ηρεμούσε.

Εκτός των άλλων, είχα την ευκαιρία να έχω σχόλια από την ίδια τη Βασιλική. Πιο συγκεκριμένα, είπε ότι η μουσική τη βοηθούσε να ηρεμεί, να μη σκέφτεται και να μην πονάει.

Επίσης, είπε ότι «βοηθάει στο νοσοκομείο, αλλά και μετά στην ανάρρωση, όταν πονάς το βράδυ».

Όλα τα παραπάνω με έκαναν να πιστεύω ακόμη περισσότερο ότι η Βασιλική είχε εσωτερικεύσει τη μεταξύ μας σχέση και δημιουργία ως ένα καλό αντικείμενο στήριξης και ασφάλειας και χρησιμοποίησε την ηχογραφημένη μουσική ως ένα μεταβατικό φαινόμενο, έναν ενδιάμεσο ψυχικό χώρο που την προστάτευσε από τον πόνο και το άγχος της εξωτερικής πραγματικότητας.

#### **4.3.5 Μετεγχειρητική περίοδος**

Μετεγχειρητικά διενεργήθηκαν τέσσερεις συνεδρίες (έβδομη-δέκατη). Η διάρκεια τους κυμάνθηκε από σαράντα πέντε λεπτά έως μία ώρα και δέκα λεπτά, ανάλογα με τις ανάγκες της Βασιλικής, και η δομή τους ήταν παρόμοια με αυτή των συνεδριών στο προεγχειρητικό στάδιο. Αυτές οι συνεδρίες αποσκοπούσαν στη διαχείριση του μετεγχειρητικού άγχους και του πόνου και περιελάμβαναν πολύ περισσότερη συζήτηση σχετικά με τις σκέψεις, τα συναισθήματα και τον πόνο της Βασιλικής.

##### **4.3.5.1 Έβδομη συνεδρία**

Η έβδομη συνεδρία πραγματοποιήθηκε δεκατρείς ημέρες μετά την εγχείρηση. Στην αρχή ρώτησα τη Βασιλική πώς αισθανόταν και απάντησε ότι αισθανόταν «λίγο περίεργα» που δεν μπορούσε να κάνει πράγματα καλοκαιρινά, αλλά προσπαθούσε να κάνει υπομονή. Προσπάθησα να την εμψυχώσω. Είπε ότι ανυπομονούσε να ξαναπάει στον γιατρό για να ρωτήσει αν μπορούσε να κάνει μπάνιο στη θάλασσα και προσέθεσε ότι πονούσε. Παρόλα αυτά, έμοιαζε ευδιάθετη. Πιθανώς να προσπαθούσε να απωθήσει τα συναισθήματα και τις σκέψεις της. Στις επόμενες συνεδρίες εξέφρασε και πάλι την παραπάνω επιθυμία της.

Η Βασιλική συμμετείχε στο τραγούδι του καλωσορίσματος με το tongue drum κι ύστερα έπαιξε log drum ενώ εγώ έπαιξα 12μετρα blues στο πιάνο. Έπαιξε ένα σταθερό

ρυθμικό σχήμα με παρεστιγμένα όγδοα περίπου στα 110 bpm και ορισμένες στιγμές επιτάχυνε.

*Εικόνα 1: Ρυθμικό σχήμα*



Και σε αυτήν τη συνεδρία η Βασιλική μοιράστηκε μαζί μου ένα δυσάρεστο περιστατικό σχετικά με τις βελόνες, το οποίο συνέβη την τελευταία ημέρα της νοσηλείας της. Ύστερα, επέλεξε τα «αβγουλάκια»-μαράκες για την ίδια και την κιθάρα για εμένα. Έπαιξα και τραγούδησα στη λα ελάσσονα, θέλοντας να εκφράσω τις δυσκολίες, την ένταση, την αγωνία και τον φόβο που είχε βιώσει. Η Βασιλική έπαιζε σε σταθερό ρυθμό, αλλά όταν άρχισα να παίζω πιο ρευστούς αρπρισμούς έκανε κάποιες παραλλαγές.

Κάποια στιγμή ρώτησα τη Βασιλική αν είχε ακούσει τη μουσική της κατά την παραμονή της στη ΜΕΘ. Απάντησε ότι όταν ξύπνησε δεν την άκουσε, επειδή της έλεγαν «όλη την ώρα» τι να κάνει. Το βράδυ όμως ζήτησε να πάρει τα ακουστικά λίγο πριν κοιμηθεί και άκουσε αυτά που είχαμε κάνει εμείς, τα αποσπάσματα από τις συνεδρίες. Το επόμενο πρωί άκουσε τα κλασικά κομμάτια που είχαμε συμπεριλάβει στη μουσική συλλογή της και πριν να βγει από τη ΜΕΘ άκουσε και τα δύο.

Στη συνέχεια της συνεδρίας, παρόλο που δεν ήταν στα αρχικά σχέδια, ρώτησα τη Βασιλική αν ήθελε να έχει αποσπάσματα και από τις μετεγχειρητικές συνεδρίες και συμφώνησε. Σκέφτηκα ότι αυτά θα μπορούσαν να της προσφέρουν επιπλέον υποστήριξη στο μέλλον και θα μπορούσε να τα χρησιμοποιήσει αν το είχε ανάγκη.

Αργότερα, η Βασιλική ήθελε να παίξει bongos κι εγώ να τη συνοδεύσω με το μεταλλόφωνο. Φαινόταν πιο αποφασιστική και παράλληλα πιο ξέγνοιαστη και παράλλασε ελαφρώς το ρυθμικό σχήμα που έπαιζε. Ο ρυθμός, το γρήγορο tempo και το χρώμα της μουσικής της ήταν γεμάτα ζωντάνια. Εγώ προσπαθούσα να τα απεικονίσω με το μεταλλόφωνο παίζοντας αρχικά μικρότερες και στη συνέχεια μεγάλες αξίες, ώστε να δώσω στη Βασιλική τον χώρο και την ευκαιρία να εκφραστεί. Στο τέλος του αυτοσχεδιασμού μας αναφώνησε «ωραία» με ενθουσιασμό. Μετεγχειρητικά έπαιζε πιο γρήγορα σε σύγκριση με τις προηγούμενες συνεδρίες και αυτό μπορεί να σήμαινε ότι είχε τον έλεγχο και αισθανόταν αυτοπεποίθηση. Μπορεί να αντικατόπτριζε τη σταδιακή μετάβασή της σε μία ζωή δίχως προβλήματα υγείας.

Σε αυτήν τη συνεδρία είχα ρωτήσει τη Βασιλική αν ήθελε να παίξουμε ντουέτο στο πιάνο και είχε αρνηθεί. Όταν λοιπόν είπε «Για πες καμιά ιδέα», το πρότεινα πάλι και δέχτηκε. Αρχικά, έπαιζε όγδοα σε μέτρο 6/8. Η μουσική της θύμιζε και πάλι άσκηση του Hanon με μελωδικές αλυσίδες που αποτελούνταν από επαναλαμβανόμενα ανιόντα και στη συνέχεια κατιόντα μοτίβα. Κάποια στιγμή μάλιστα έπαιξε ελαφρώς παραλλαγμένη την πρώτη άσκηση του Hanon.

*Εικόνα 1: Άσκηση Hanon no.1*



*Εικόνα 2: Η παραλλαγή της Βασιλικής*



Ήταν εμφανές ότι η Βασιλική είναι ένα παιδί που θέλει να έχει τον έλεγχο και φοβάται μήπως κάνει λάθος. Παρόλα αυτά, υπήρχαν στιγμές στις οποίες παρασυρόταν από τον αυτοσχεδιασμό, έκανε παραλλαγές ή αύξανε το tempo κι ύστερα επανερχόταν στο οριοθετημένο πλαίσιο του Hanon. Μετά από την ολοκλήρωση του αυτοσχεδιασμού, ρώτησα τη Βασιλική πώς της είχε φανεί και απάντησε «Καλό ήταν, απλώς δεν ξέρω τι να παίζω, παίζω συνέχεια όλο τα ίδια και τα ίδια πάνω κάτω, πάνω-κάτω». Την παρότρυνα να παίζει κι άλλο, επειδή ένιωσα ότι εξέφραζε ένα παράπονό της. Αυτήν τη φορά έπαιξε αρχικά σε μέτρο 3/4 και στη συνέχεια σε 4/4 και η μουσική της περιελάμβανε κυρίως συγχορδίες σε όγδοα. Κατά τη διάρκεια του δεύτερου αυτού αυτοσχεδιασμού η Βασιλική έμοιαζε πιο απελευθερωμένη. Φαινόταν ότι πλέον ένιωθε μεγαλύτερη άνεση και ασφάλεια στα πλαίσια της σχέσης θεραπευτή-μουσικής-πελάτη, ώστε μπορούσε να ηρεμήσει και να εκφραστεί.

Πλησιάζοντας προς το τέλος της συνεδρίας, η Βασιλική δεν ήξερε τι να παίζει και μου είπε ότι ήταν «πλήρης», ήταν «εντάξει». Τη ρώτησα αν ήθελε να παίζουμε μαζί το τραγούδι του αποχαιρετισμού. Επέλεξε το μεταλλόφωνο και η μουσική της ήταν πολύ



μελωδική και απέπνεε μία ηρεμία. Στο τέλος αναφώνησε «ωραία», ήταν χαρούμενη κι εγώ το ίδιο.

#### 4.3.5.2 Όγδοη συνεδρία

Δυο ημέρες αργότερα κάναμε την επόμενη συνεδρία, η οποία είχε λίγο μικρότερη διάρκεια. Προτού παίξουμε, η Βασιλική ξεκίνησε μία συζήτηση για τη συναυλία, στην οποία είχε παίξει μία ημέρα πριν την εισαγωγή της στο νοσοκομείο. Μου εξιστόρησε ότι είχε αγχωθεί, δεν είχε παίξει όπως θα ήθελε, είχε μπερδευτεί κι είχε ξεχάσει μέρη των κομματιών. Είπε κι η ίδια μάλιστα ότι ήταν Τρίτη και την Τετάρτη έμπαινε στο νοσοκομείο.

Φαινόταν πολύ ενοχλημένη με αυτό το περιστατικό. Βλέποντάς την έτσι τη ρώτησα αν ήθελε να παίξουμε μουσική για αυτό και απάντησε «ναι, να βγάλω όλο το άχτι μου!». Όταν τη ρώτησα πώς ένιωθε, απάντησε «χάλια μαύρα» και προσέθεσε ότι ήταν πάρα πολύ θυμωμένη με τον εαυτό της, επειδή είχε μπερδευτεί. Διευκρίνισε όμως ότι πιο πολύ ήταν στενοχωρημένη, επειδή πίστευε ότι θα τα κατάφερνε κι ότι θα έπαιζε «αν όχι τέλεια, τουλάχιστον σωστά». Ενδεχομένως να χρησιμοποιούσε το άγχος, τον θυμό και τη στενοχώρια σχετικά με τις εξετάσεις και τη συναυλία για να αποσπάσει την προσοχή της από τα παρόντα προβλήματά της ή ακόμα για να μετατοπίσει τα συναισθήματά της σε σχέση με την επέμβαση, όπου δεν είχε κανέναν έλεγχο.

Η Βασιλική επέλεξε τα *claves* κι εγώ έπαιξα πιάνο και τραγούδησα. Τα χτυπήματα της ήταν αποφασιστικά κι έμοιαζαν να εξέφραζαν τον θυμό και τη στενοχώρια της.

Προσπάθησα να ερμηνεύσω μουσικά όσα μου είχε διηγηθεί. Έπαιξα στην τονικότητα της

ντο ελάσσονας. Η μουσική μου περιελάμβανε πολλές διαφωνίες και επαναλαμβανόμενα όγδοα στα μπάσα. Ακολουθούσα τα ρυθμικά μοτίβα της Βασιλικής και συμβάδιζα με την ενέργειά της. Στο τέλος του αυτοσχεδιασμού τη ρώτησα πώς ήταν και είπε ότι η μουσική βοήθησε αρκετά και ήταν κοντά σε αυτό που ένιωθε. Μετά από αυτό ήθελε να παίξει εκείνη log drum κι εγώ κιθάρα. Έκανε παραλλαγές κι η μουσική της έμοιαζε πιο ελεύθερη και ανάλαφρη, σαν να είχε ηρεμήσει μετά τον προηγούμενο αυτοσχεδιασμό μας.

Στη συνέχεια συζητήσαμε σχετικά με το πώς ήταν και με το αν την ενοχλούσε η τομή. Είπε ότι βαριόταν, αλλά η μουσική της άρεσε πολύ. Επίσης, είπε ότι συνήθιζε την τομή και τον πόνο και ήξερε ότι θα περάσουν σιγά σιγά κι έπειτα μου μίλησε για την παραμονή της στο νοσοκομείο.

Μετά από τη συζήτησή μας τη ρώτησα τι ήθελε και απάντησε «να φτιάξω μια μουσική χαρούμενη». Αρχισα λοιπόν να παίζω στο πιάνο μία αλληλουχία 12μετρων blues και να τραγουδάω και η Βασιλική πήρε τα κουδουνάκια. Αυτή ή τάση της για χαρά μπορεί να είναι το αποτέλεσμα της ψυχικής ανάγκης του παιδιού να αναζητά την υγεία του. Με τη μουσική που έπαιζα προσπαθούσα να δώσω στη Βασιλική τον απαραίτητο χώρο, ώστε να εκφραστεί και να εμπλακεί με ξέγνοιαστο και παιχνιδιάρικο τρόπο στον αυτοσχεδιασμό.

Μετά το τέλος της προηγούμενης (έβδομης) συνεδρίας η Βασιλική μου είχε δείξει τον εξασκητή αναπνοής, μία συσκευή αποτελούμενη από τρεις σωλήνες, στον καθέναν από τους οποίους υπήρχε μία σφαίρα διαφορετικού χρώματος. Της είχαν δώσει τον εξασκητή στο νοσοκομείο και έπρεπε να εισπνέει και να εκπνέει σε αυτόν και να προσπαθεί να σηκώσει όσες περισσότερες σφαίρες μπορούσε. Βλέποντάς τον σκέφτηκα και πρότεινα στη Βασιλική να κάνει εξάσκηση κατά τη διάρκεια των συνεδριών, τις οποίες προσάρμοσα,

ώστε να συμβάλουν στην πορεία της ανάρρωσής της. Ο αρχικός σχεδιασμός των συνεδριών και της έρευνας δεν περιελάμβανε αυτήν τη δραστηριότητα, αλλά θεώρησα ότι θα ήταν άκρως βοηθητική για τη Βασιλική.

Έχοντας αυτό κατά νου, όταν στην όγδοη συνεδρία η Βασιλική με ρώτησε τι να παίζουμε, πρότεινα να παίξει kazoo και μετά να κάνουμε ασκήσεις, λέγοντάς της ότι και αυτό αποτελούσε εξάσκηση. Φάνηκε ενθουσιασμένη με την ιδέα. Δεν είχε χρησιμοποιήσει το kazoo στις προηγούμενες συνεδρίες, αλλά θεώρησα ότι θα μπορούσε να λειτουργήσει ως μία διασκεδαστική εισαγωγή για τον εξασκητή της αναπνοής. Δοκίμασε δύο μικρές μελωδίες και τελικά κατέληξε σε μία πολύ χαρούμενη και ζέγνοιαστη μελωδία, την οποία επαναλάμβανε καθ' όλη τη διάρκεια του αυτοσχεδιασμού. Εγώ έπαιζα bongos και τόνιζα τα ισχυρά μέρη του μέτρου. Ακολουθούσα τον ρυθμό της, αντικατόπτριζα τη διάθεσή της και συμβάδιζα με την ενέργειά της. Στο τέλος φαινόταν πολύ χαρούμενη κι ευδιάθετη. Θεωρώ ότι της άρεσε πάρα πολύ αυτός ο αυτοσχεδιασμός.

Ύστερα, η Βασιλική είπε «και τώρα να πάμε στις ασκήσεις». Τη ρώτησα πώς είχε φανταστεί τη μουσική για τις αναπνοές και απάντησε ότι δεν ήξερε. Αρχικά εξέπνεε μέσα στον εξασκητή κι εγώ έπαιζα χαρούμενη και ήρεμη μουσική στην τονικότητα της ντο μείζονας. Το tempo της μουσικής αυξομειωνόταν, καθώς ξεκίνησε από τα 54 bpm περίπου, έφτασε στα 75 και στη συνέχεια έγινε και πάλι πιο αργό. Τις περισσότερες φορές εξέπνεε στον πρώτο χτύπο του μέτρου. Έπειτα, έκανε εισπνοές κι εγώ έπαιζα κατιόντα αρπέζ και κατιούσες κλίμακες. Μετά από μία μικρή διακοπή πρότεινα στη Βασιλική να συνεχίσει τις αναπνοές. Έκανε πάλι εκπνοές κι εγώ έπαιζα blues στην τονικότητα της σολ μείζονας σε γρήγορο tempo και τραγουδούσα «Όλα τα μπορείς όταν προσπαθείς, όλα τα μπορείς όταν προσπαθείς. Τα καταφέρνεις Βασιλική, Ναι!» θέλοντας να την εμπνεύσω. Όταν

ξαναέκανε εισπνοές, έπαιζα τις συγχορδίες από την αλληλουχία των 12μετρων blues στην παραπάνω τονικότητα κάθε φορά που εισέπνεε. Θεωρώ ότι με τον συνδυασμό του πιάνου και του εξασκητή της αναπνοής συνδημιουργήσαμε με τη Βασιλική μία μουσική, η οποία εμπειριείχε και μη μουσικά στοιχεία. Αυτά ήταν οι αναπνοές της που αποτελούν παλινδρομογενεσιουργούς ήχους και ο ήχος από τις σφαίρες του εξασκητή που έπεφταν.

Το ότι η Βασιλική ήταν πρόθυμη να κάνει τις ασκήσεις της αναπνοής, υπενθυμίζοντάς τες μάλιστα σε εμένα δείχνει ότι το kazoo μάλλον λειτούργησε ως μεταβατικό αντικείμενο μέσα στο πλαίσιο του διαδραστικού αυθόρμητου μουσικού αυτοσχεδιασμού μας, όπου το παιχνιδιάρικο στοιχείο ήταν αυτό που κυριαρχούσε. Ήταν ο ενδιάμεσος χώρος μεταξύ του εαυτού της και της εξωτερικής πραγματικότητας. Από εκεί η Βασιλική μπόρεσε να μεταβεί στο φυσικοθεραπευτικό φύσημα, δηλαδή στην εξωτερική πραγματικότητα που απαιτούσε την εξάσκηση ως μέρος της ανάρρωσής της, ενώ νοητικά το πλαίσιο εξακολουθούσε να είναι το αυθόρμητο παιχνίδι με εμένα.

Μετά τις ασκήσεις έπαιξα tongue drum θέλοντας να δώσω στη Βασιλική λίγο χρόνο για να ξεκουραστεί. «Νομίζω είμαι εντάξει» είπε στο τέλος και παίξαμε μαζί το τραγούδι του αποχαιρετισμού, η Βασιλική στο μεταλλόφωνο κι εγώ στο πιάνο. Ο ήχος κι ο τρόπος με τον οποίο έπαιζε απέπνεαν ηρεμία. Στο τέλος αναφώνησε «τέλεια» και ήταν χαρούμενη.

#### **4.3.5.3 Ένατη συνεδρία**

Η ένατη συνεδρία πραγματοποιήθηκε τρεις ημέρες αργότερα. Η Βασιλική ήταν και πάλι ευδιάθετη κι έπαιξε tongue drum στο τραγούδι του καλωσορίσματος. Στη συνέχεια, τη ρώτησα πώς ήταν και αν την απασχολούσε κάτι. Απάντησε ότι την απασχολούσε πότε θα πήγαινε διακοπές και πότε θα έβλεπε τον καρδιοχειρουργό της (για να μάθαινε αν θα

μπορούσε να πάει διακοπές και να κολυμπήσει). Επανάλαβε δηλαδή την ανησυχία που είχε εκφράσει στην έβδομη συνεδρία.

Ύστερα, πρότεινε να παίξει εκείνη log drum κι εγώ να παίζω rainstick. Για άλλη μία φορά επέλεξε για την ίδια ένα μουσικό όργανο, ο ήχος του οποίου έμοιαζε με αυτόν της καρδιάς και για εμένα έναν ήχο που είχε το υγρό στοιχείο. Τα χτυπήματά της ήταν αποφασιστικά και ήρεμα, έκανε πολλές παραλλαγές στις μελωδίες που έπαιζε κι άλλαξε τον ρυθμό και το tempo.

Έπειτα, ήθελε να πάρει το ocean drum κι εγώ να πάρω το πιάνο. Τη ρώτησα αν πονούσε λιγότερο και είπε ότι πονούσε και δυσκολευόταν με ορισμένες κινήσεις, αλλά γενικά ήταν καλά. Το μόνο που την ενοχλούσε ήταν ότι δεν μπορούσε να περπατήσει σωστά, επειδή καμπούριαζε. Είπε ότι δεν είχε συνηθίσει να βλέπει τον εαυτό της έτσι και ότι της φαινόταν περίεργο να βγει έξω να περπατήσει έτσι, ιδίως σε μέρη στα οποία σύχναζαν γνωστοί της. Θεώρησα πολύ σημαντικά όσα μοιράστηκε μαζί μου, επειδή η εικόνα του σώματος, η αυτοεικόνα και η γνώμη των άλλων μπορεί να είναι πολύ σημαντικές κατά τη διάρκεια της εφηβείας.

Της είπα ότι την κατανοούσα, την προέτρεψα να μη δίνει σημασία στο τι θα έλεγαν οι άλλοι και πρότεινα να παίζουμε μουσική για αυτό. Στην αρχή γυρνούσε απότομα το ocean drum κι εγώ έπαιζα διαφωνίες ακολουθώντας τις κινήσεις της. Ύστερα, άρχισε να παίζει πολύ ήρεμα και αιθέρια και προσάρμοσα ανάλογα τη μουσική μου. Παράλληλα με τη φωνή μου έκανα κράτημα κι εμπειρέζω και συμβάδιζα με τη συναισθηματική κατάσταση, την ένταση και τις δυναμικές της. Στιγμιαία έπαιξε και πάλι λίγο πιο κοφτά, αλλά στη συνέχεια ηρέμησε. Αυτοσχεδιάσαμε επί τέσσερα λεπτά και στο τέλος είπε «τέλεια!». Τη

ρώτησα πώς ένιωθε και απάντησε ότι ένιωθε μια χαρά. Για άλλη μία φορά φαινόταν χαρούμενη και ήρεμη μετά τον αυτοσχεδιασμό μας.

Σε αυτήν τη συνεδρία μοιραστήκαμε μία μεταμορφωτική στιγμή. Η Βασιλική δεν ήξερε τι ήθελε να παίξουμε και για αυτόν τον λόγο πρότεινα να παίξουμε ντουέτο στο πιάνο, εξηγώντας της ότι ενδεχομένως να μπορούσε να εκφραστεί καλύτερα με αυτόν τον τρόπο. Είπε ότι εξακολουθούσε να σκέφτεται όσα είχαν συμβεί στη συναυλία και εξέφρασε το άγχος της για τις επόμενες εξετάσεις που θα είχε. Βλέποντας την ανήσυχη και σκεπτόμενη ότι μπορεί στην πραγματικότητα να εξέφραζε τις μετεγχειρητικές αγωνίες της, αποφάσισα να παίξω πιάνο, ώστε να εκφράσω μουσικά τις σκέψεις και τα συναισθήματά της, συμβαδίζοντας με το επίπεδο της ενέργειάς της. Λίγο αργότερα η Βασιλική άρχισε να σιγοτραγουδάει μελωδίες. Ήταν η πρώτη φορά που συνέβαινε κάτι τέτοιο. Ενθουσιάστηκα ακούγοντάς την, επειδή κατάλαβα ότι μάλλον αισθανόταν πολύ άνετα στις συνεδρίες και στα πλαίσια της τριμερούς σχέσης θεραπευτή-μουσικής-πελάτη. Στο τέλος είπε «τέλεια» και φαινόταν χαρούμενη.

Πρότεινα να συνεχίσουμε αυτήν τη δραστηριότητα, αλλά η Βασιλική ήταν λίγο διστακτική αν και χαμογελαστή και αρχίσαμε να συζητάμε ότι αισθανόμασταν και οι δύο άβολα κάθε φορά που τραγουδούσαμε. Ύστερα, έπαιξα πιάνο και η Βασιλική σιγοτραγούδησε πάλι, αυξάνοντας την ένταση της φωνής της. Τραγούδησα κι εγώ και η ποιότητα της βλεμματικής μας επαφής φάνέρωνε ότι η επικοινωνία μας γινόταν σε βαθύτερο επίπεδο.

Πλησιάζοντας προς το τέλος της συνεδρίας αυτοσχεδιάσαμε λίγο ακόμα με διαφορετικούς συνδυασμούς οργάνων και η Βασιλική είπε «νομίζω ότι είμαι εντάξει».

Παίζαμε λοιπόν το τραγούδι του αποχαιρετισμού. Η Βασιλική έπαιξε claves κι εγώ πιάνο. Έπαιξα τέταρτα σε σταθερό tempo, αλλά κάποια στιγμή επιτάχυνε και την ακολούθησα. Το τραγούδι είχε περισσότερη διάρκεια, ώστε να έχει η Βασιλική την ευκαιρία να αυτοσχεδιάσει. Στο τέλος εξέφρασε και πάλι τον ενθουσιασμό της.

#### 4.3.5.4 Δέκατη συνεδρία

Η τελευταία συνεδρία πραγματοποιήθηκε δύο ημέρες αργότερα και είχε λίγο μεγαλύτερη διάρκεια. Η Βασιλική ήταν και πάλι ευδιάθετη, έπαιξε μεταλλόφωνο στο τραγούδι του καλωσορίσματος και στη συνέχεια έπαιξε tongue drum.

Κάποια στιγμή ήθελε να πάρει τα bongos κι εγώ τα κουδουνάκια. Επέλεξε για άλλη μία φορά ένα ρυθμικό όργανο. Το tempo της ήταν περίπου 130 bpm. Έπαιξε το ρυθμικό σχήμα που συνήθιζε να φέρνει (εικόνα 1), έκανε όμως και κάποιες παραλλαγές (εικόνες 2-4). Τα χτυπήματά της είχαν κάτι πιο λαμπερό και ίσως να εξέφραζαν την καλύτερη διάθεσή της, την αυτοπεποίθηση και την περισσότερη αίσθηση ελέγχου που μπορεί να είχε αποκτήσει.

*Εικόνα 1: Βασικό ρυθμικό σχήμα*



*Εικόνα 2: Πρώτη παραλλαγή**Εικόνα 3: Δεύτερη παραλλαγή**Εικόνα 4: Τρίτη παραλλαγή*

Στη συνέχεια πήρε το log drum κι εγώ πήρα το rainstick και τραγούδησα. Με το παίξιμο και τη φωνή μου έκανα κράτημα στο παρασκήνιο, στηρίζοντας τη Βασιλική και αφήνοντάς την να παρασυρθεί σε ρυθμούς που δεν έλεγχε.

Αργότερα σε αυτήν τη συνεδρία ρώτησα τη Βασιλική πώς ήταν και απάντησε «καλά, περίεργα, αλλά ‘ντάξει». Προσέθεσε ότι ήθελε να έρθει το καλοκαίρι για να πάει για μπάνιο και ότι ήθελε να έρθει η ημέρα που θα συναντούσε τον καρδιοχειρουργό, για να τελειώνει, να έλεγε «αντίο» στο νοσοκομείο. Εξέφρασε δηλαδή άλλη μία φορά την επιθυμία της να πάει στη θάλασσα, αλλά κυρίως την ανάγκη να απελευθερωθεί από το πρόβλημα υγείας της. Και αυτήν τη φορά ήταν ευδιάθετη και χαμογελαστή όσο μιλούσε.



Αμέσως μετά, συμφωνήσαμε με το βλέμμα να παίζουμε μαζί πιάνο, παρόλο που η Βασιλική το απέφευγε στις προηγούμενες συνεδρίες. Η μη λεκτική και άμεση επικοινωνία φανέρωνε τη μεταξύ μας οικειότητα. Στην αρχή του αυτοσχεδιασμού η Βασιλική έπαιζε επαναλαμβανόμενες μελωδικές αλυσίδες, με ξεκάθαρες επιρροές από τα κομμάτια που μάθαινε στο πιάνο. Ήταν εμφανές ότι για άλλη μία φορά βρισκόταν μεταξύ ελευθερίας και περιορισμού/ελέγχου. Εγώ έκανα κράτημα και εμπειρίεξη. Με τις αρμονίες που έπαιζα την ακολουθούσα και προσπαθούσα να τη στηρίζω. Μάλλον αισθάνθηκε ασφαλής, διότι, ένα λεπτό αργότερα κατάφερε να σπάσει τη «μουσική άσκηση» με μία πιο μελωδική κι ελεύθερη μουσική.

Ύστερα είπε ότι ήθελε να παίξει κι άλλο, αλλά δεν ήξερε τι ή πώς να παίξει. Προσέθεσε ότι με τα άλλα όργανα ήταν πιο εύκολο και είπε «Θέλω να εκφραστώ, δεν μπορώ». Την προέτρεψα να παίξει λίγο ακόμα. Άρχισε να παίξει πάλι, με επιρροές από τον Hanon, ενώ εγώ είχα λιγότερο ενεργό ρόλο. Σε αυτό το επεισόδιο κατάφερε να παρασυρθεί λίγο και να παίξει πιο μελωδικά.

Μετά από αυτό, ήθελε να παίζουμε άλλα όργανα και είπε ότι όποτε έπαιζε (πιάνο) και δεν μπορούσε να κάνει αυτό το πράγμα στενοχωριόταν και μετά άντε πάλι να ξαναέπαιζε. Προσέθεσε ότι στενοχωριόταν γιατί δεν μπορούσε να εκφραστεί. Βλέποντάς την έτσι και αφουγκραζόμενη το παράπονό της, τη ρώτησα αν μπορούσε να μου τραγουδήσει μία μελωδία που θα ήθελε να παίξει. Το έκανε και ύστερα της έδειξα τις νότες στο πιάνο. Παρόλο που κάναμε συνεδρίες και όχι μάθημα πιάνου, θεώρησα εξαιρετικά σημαντικό να δείξω τη μελωδία, ώστε να τη βοηθήσω να αντιληφθεί ότι όντως μπορούσε να παίξει, να εκφραστεί και να πιστέψει στον εαυτό της. Αρχίσαμε και πάλι να παίζουμε μαζί. Η

Βασιλική έπαιζε τη μελωδία της και εγώ έπαιζα συγχορδίες, έχοντας δευτερεύοντα ρόλο. Σταδιακά, αύξανε την ένταση και τις δυναμικές, έκανε παραλλαγές κι έφερνε καινούρια μοτίβα, φανερώνοντας πιθανότατα ότι αισθανόταν πιο ελεύθερη και σίγουρη. Μετά από αυτό το επεισόδιο είπε «'ντάξει, τώρα καλύτερα, τώρα κάτι έγινε!».

Στη συνέχεια ήθελε να παίξει ταμποουρίνο κι εγώ να παίξω «αβγουλάκια»-μαράκες. Έπαιζε το ρυθμικό σχήμα που συνήθιζε και έκανε παραλλαγές. Τα χτυπήματά της ήταν σταθερά και δυνατά.

Κάποια στιγμή τη ρώτησα αν είχε κάνει τις αναπνοές, αν είχε χρησιμοποιήσει τον εξασκητή με μουσική και απάντησε «Δοκίμασα μια φορά, αλλά καλύτερα είναι όταν το κάνουμε μαζί, είναι πιο ωραία». Επίσης, προσέθεσε ότι θα δοκίμαζε να έβαζε αυτά που είχαμε κάνει στις συνεδρίες και όχι άλλα τραγούδια. Αυτή η λεκτική μαρτυρία της Βασιλικής φανερώνει τη σημασία που είχαν για την ίδια οι συνεδρίες, η μουσική και η σχέση που είχαμε εγκαθιδρύσει.

Η Βασιλική ξεκίνησε τις αναπνοές κι εγώ έπαιζα χαρούμενη μουσική, όπως μου είχε ζητήσει. Στην αρχή έκανε εκπνοές κι εγώ έπαιζα 12μετρα blues στη λα μείζονα, προσαρμόζοντας το tempo ανάλογα με τις αναπνοές της. Κατάφερε να σηκώσει πολλές φορές τις σφαίρες. Μέσω της μουσικής που έπαιζα προσπαθούσα να την εμψυχώσω, να τη στηρίξω και να κάνω πιο ενδιαφέρουσα και διασκεδαστική μία διαδικασία που μπορεί να της φαινόταν βαρετή και κουραστική. Ο απώτερος στόχος μου ήταν να συμβάλω στην πορεία της ανάρρωσής της. Στη συνέχεια έκανε εισπνοές κι εγώ έπαιζα την αλληλουχία I-vi-I-vi-IV-V-I κάνοντας συχνά tremolo και ενσωματώνοντας στη μουσική ορισμένες διάφωνες νότες. Θεωρώ ότι αυτά τα επεισόδια με τον εξασκητή της αναπνοής αποτελούν

μετεξέλιξη των επεισοδίων της όγδοης συνεδρίας, καθώς οι σφαίρες του εξασκητή αποτελούσαν πλέον ξεκάθαρα μέρος του μουσικού αυτοσχεδιασμού.

Μετά από τις ασκήσεις είπε ότι ήθελε μία μουσική για να χαλαρώσει. Έπαιξε log drum κι εγώ πιάνο. Ακολουθούσα τα ρυθμικά σχήματα που έπαιζε, συμβάδιζα με την ενέργειά της και με τη φωνή μου έκανα κράτημα.

Έπειτα ρώτησα τη Βασιλική τι άλλο ήθελε να παίξει και απάντησε «νομίζω ότι είμαι εντάξει». Παίξαμε το τραγούδι του αποχαιρετισμού μαζί, η Βασιλική με τα claves κι εγώ με το πιάνο. Τροποποίησα τους στίχους, ώστε να ταιριάζουν στην τελευταία συνεδρία και να εμπνέουν αισιοδοξία. Το τελευταίο τραγούδι του αποχαιρετισμού είχε μεγαλύτερη διάρκεια και το tempo του ήταν πιο γρήγορο. Στο τέλος του η Βασιλική είπε «τέλεια» χαμογελώντας, ολοκληρώνοντας έτσι με έναν πολύ όμορφο τρόπο τις συνεδρίες μας.

#### **4.3.6 Μετεγχειρητικές συνεντεύξεις με τη μητέρα**

Μετά την τρίτη και την τελευταία μετεγχειρητική συνεδρία πραγματοποιήθηκαν δύο σύντομες διαδικτυακές συνεντεύξεις με τη μητέρα της Βασιλικής (Παραρτήματα III-IV). Αυτές αποτελούνταν από ορισμένες ερωτήσεις τύπου Likert και ορισμένες ερωτήσεις ανοιχτού τύπου, όπως και οι προεγχειρητικές συνεντεύξεις.

Όταν ρωτήθηκε εάν η μουσικοθεραπεία βοήθησε τη Βασιλική να είναι λιγότερο φοβισμένη αποκρίθηκε θετικά. Στην πρώτη συνέντευξη είπε ότι της έφερνε «μια ησυχία και μια ηρεμία γενικότερα». Στη δεύτερη απάντησε πιο αναλυτικά αναφέροντας ότι «Τη βοήθησε. Προεγχειρητικά ήταν πάρα πολύ ήρεμη και μετεγχειρητικά μου το ζητούσε συνέχεια (το mp3), γιατί τη βοηθούσε, ηρεμούσε και κοιμότανε και δεν σκεφτότανε τον πόνο και τώρα (μετά την επιστροφή στο σπίτι) ήτανε μια ασχολία που της άρεσε».

Σε ερώτηση τύπου likert σχετικά με το πόσο άγχος βίωνε η Βασιλική, την πρώτη φορά η απάντηση ήταν αρκετό, ενώ τη δεύτερη πάρα πολύ.

Ερωτηθείσα αν η μουσικοθεραπεία βοήθησε τη Βασιλική να αισθανθεί πιο ήρεμη απάντησε θετικά. Την πρώτη φορά είπε ότι «το απέδειξε κιόλας ότι κατά τη διάρκεια και της ΜΕΘ και πριν το χειρουργείο ήταν πολύ ήρεμη και μου το ‘παν κι οι γιατροί». Προσέθεσε ότι της είχαν πει ότι η Βασιλική ήταν πολύ ήρεμη και μέσα στη ΜΕΘ και γενικά. Στη δεύτερη συνέντευξη είπε ότι «ήταν πιο ήρεμη καθ’ όλη τη διάρκεια, συνεργάστηκε πολύ καλά με τους γιατρούς, δεν γκρίνιαζε και παρόλο που πόναγε ήταν ήρεμη και γενικότερα είχε μια καλή εικόνα» και επανέλαβε ότι αυτό της το είχαν πει «και οι γιατροί και μέσα στην εντατική και μετά απ’ έξω».

Όταν τη ρώτησα αν πίστευε ότι η μουσικοθεραπεία βοήθησε, ώστε να γίνει πιο εύκολη η μετεγχειρητική περίοδος απάντησε θετικά. Την πρώτη φορά αιτιολόγησε την απάντησή της λέγοντας ότι η μουσικοθεραπεία δεν άφηνε τη Βασιλική να σκεφτεί τόσο πολύ τον πόνο της, αλλά εστίαζε την προσοχή της σε αλλά πράγματα. Η μουσική την έκανε «να ξεχνιέται γενικά» και προσέθεσε ότι απόδειξη ήταν ότι οι συνεδρίες που κάναμε της άρεσαν πάρα πολύ, δεν παραπονιόταν για τη συχνότητα, ούτε για τη διάρκειά τους, αντίθετα έλεγε ότι τελείωναν γρήγορα. Ανάλογη ήταν και η απάντησή της στη δεύτερη συνέντευξη, όπου είπε μεταξύ άλλων ότι η Βασιλική «άκουγε τη μουσικούλα, ήταν πιο ήρεμη κι οι ώρες περνάγανε πιο ευχάριστα και δεν σκεφτόταν τον πόνο και πέρναγε πιο καλά ο καιρός για να μπορέσει να αναρρώσει πιο γρήγορα». Σε σχετική ερώτηση τύπου likert απάντησε και τις δύο φορές ότι η μουσικοθεραπεία βοήθησε πάρα πολύ στο να γίνει πιο εύκολη η μετεγχειρητική περίοδος. Τη δεύτερη φορά μάλιστα προσέθεσε ότι «ταίριαζε και πολύ και η μουσική» που είχα βρει για τη Βασιλική. Πίστευε ότι αυτό «ήταν το α και

το ω σε όλο αυτό». Είπε ότι είχαμε βρει κοινά μουσικά στοιχεία που μπορούσαν και τη βοηθούσαν κι ότι «αν είχε άλλη μουσική, μπορεί να μην τη ζητάγε τόσο πολύ». Όταν τη ρώτησα αν αναφερόταν στα αποσπάσματα από τις συνεδρίες ή στα κλασικά κομμάτια απάντησε ότι μιλούσε για το σύνολο και είπε ότι η Βασιλική «δεν διάλεγε, δεν προχώραγε, το έβαζε κι έπαιζε από μόνο του. Άρα το σύνολο της μουσικής που φτιάξατε, της σύνθεσης ήταν αυτό που τη βοήθησε πολύ. Άρα ταίριαξε με το ύφος της».

Σε ερώτηση σχετικά με το αν η συμμετοχή της Βασιλικής στις συνεδρίες έκανε την ίδια να αισθάνεται λιγότερο φοβισμένη απάντησε θετικά και τις δύο φορές. Την πρώτη φορά αιτιολόγησε την απάντησή της λέγοντας «βλέπω ότι είναι κάτι που τη βοηθάει και της αρέσει από τη στιγμή που το δέχεται και δεν σκέφτεται τον πόνο». Τη δεύτερη φορά είπε ότι για αυτόν τον λόγο θέλησαν να πάρουν μέρος σε όλο αυτό το εγχείρημα που ήταν καινούριο και δεν το ήξεραν και προσέθεσε το εξής: «Την είδα (τη Βασιλική) ότι το ήθελε πάρα πολύ κι έβλεπα ότι τη βοηθούσε κιόλας κι εκείνη πάρα πολύ, οπότε ήμουν κι εγώ πιο ήρεμη».

Σε ερώτηση τύπου likert σχετικά με το αν η συμμετοχή της Βασιλικής στις συνεδρίες της μουσικοθεραπείας βοήθησε στη μείωση του δικού της άγχους, η μητέρα την πρώτη φορά απάντησε το εξής: «Πολύ βοηθάει, γιατί τη βλέπω ότι είναι καλύτερα και είναι πιο ήρεμη, οπότε κι εγώ δεν έχω το ίδιο άγχος». Τη δεύτερη φορά απάντησε ότι βοήθησε πάρα πολύ.

Ακόμη, σε ερώτηση τύπου likert σχετικά με το πόση ανακούφιση ένιωθε που η Βασιλική λάμβανε στήριξη μέσω των συνεδριών, απάντησε και τις δύο φορές ότι ένιωθε πάρα πολλή ανακούφιση. Ανάλογη ήταν η απάντησή της όταν τη ρώτησα πόσο

ικανοποιημένη ήταν από τη συμμετοχή της Βασιλικής στις συνεδρίες της μουσικοθεραπείας μετά την εγχείρηση.

Όταν τη ρώτησα τι σήμαινε για την ίδια το ότι η Βασιλική λάμβανε μέρος σε συνεδρίες μουσικοθεραπείας, την πρώτη φορά είπε ότι η μουσική τελικά επηρεάζει όλους τους τομείς, «και τον σωματικό και τον ψυχικό και τον ακουστικό». Προσέθεσε ότι «πάει να πει ότι τελικά η μουσική όντως βοηθάει, πάρα πολύ. Δηλαδή δεν βοηθάει μόνο σε μια διασκέδαση, βοηθάει και σ' έναν πόνο. Αυτό, ότι η μουσική τελικά βοηθάει παντού». Τη δεύτερη φορά η απάντησή της ήταν πιο αναλυτική. Πιο συγκεκριμένα είπε ότι αποτελούσε απόδειξη του ότι η μουσική, την οποία αγαπούσε η Βασιλική, τελικά την ηρεμούσε και ψυχολογικά κι επομένως έκανε καλό γενικότερα στην ψυχοσύνθεσή της. Είπε μάλιστα ότι θα χρησιμοποιούσε και πάλι τη μουσική αν χρειαζόταν, επειδή είχε δει ότι επιδρούσε θετικά. Σε εκείνο το σημείο της είπα ότι αυτός ήταν ο λόγος για τον οποίον είχα δώσει τα αποσπάσματα στη Βασιλική, για να τα χρησιμοποιούσε όποτε θα το είχε ανάγκη.

Κλείνοντας, η μητέρα επισήμανε ότι η Βασιλική με είχε εμπιστευτεί από την αρχή και είχε «πολύ ωραία επικοινωνία» με εμένα. Αυτά τα σχόλιά της έδειχναν ότι είχε καταλάβει τη σημασία της σχέσης θεραπευτή-πελάτη.

## Κεφάλαιο 5 - Επίλογος

### 5.1 Συμπεράσματα/ Συζήτηση

Η παρούσα έρευνα επιχείρησε να εξετάσει κατά πόσο η μουσικοθεραπεία συμβάλλει στη μείωση του προεγχειρητικού και μετεγχειρητικού άγχους και του μετεγχειρητικού πόνου, καθώς και στην όσο το δυνατόν καλύτερη ανάρρωση, μέσα από τις μαρτυρίες της ίδιας της έφηβης, των γονέων της και εμμέσως του ιατρικού και του νοσηλευτικού προσωπικού. Επίσης, εξέτασε το αν η συμμετοχή της έφηβης στις συνεδρίες της μουσικοθεραπείας επηρέασε τα συναισθήματα της μητέρας της πριν και μετά την εγχείρηση.

Η έρευνα στηρίχθηκε στη σχέση αλληλεπίδρασης και συνεργασίας με τη Βασιλική και στην ψυχική ενίσχυση και ενδυνάμωσή της. Της έδωσε έναν χώρο ελέγχου, δημιουργικότητας και ελπίδας σε μία χρονική περίοδο μεγάλης αγωνίας, όπου είχε χάσει την αίσθηση ελέγχου. Δεν επικεντρώθηκε απλώς στη δημιουργία μιας μουσικής συλλογής για την ημέρα της εγχείρησης, αλλά στην ουσιαστική βοήθεια προς τη Βασιλική, ώστε να μπορέσει να αντιμετωπίσει και να διαχειριστεί τα δυσάρεστα συναισθήματά της πριν και μετά την εγχείρηση. Επίσης, συνέβαλε στο να γίνει πιο εύκολη και διασκεδαστική η μετεγχειρητική περίοδος, καθώς και οι απαραίτητες ασκήσεις για την ανάρρωσή της. Εκτός

των άλλων, προσέφερε ανακούφιση και στους γονείς της σε μία ιδιαίτερα δύσκολη περίοδο.

Μέσα από την ακρόαση και τη μικροανάλυση των ηχογραφήσεων διαπιστώθηκε ότι οι συνεδρίες της μουσικοθεραπείας συνέβαλαν στη μείωση του προεγχειρητικού και του μετεγχειρητικού άγχους της Βασιλικής. Παρόλο που στη δεύτερη συνεδρία είχε εκφράσει το άγχος της μέσω της μουσικής στο πιάνο, την ημέρα της εγχείρησης φαινόταν αρκετά ήρεμη και ευδιάθετη. Επίσης, μετά την εγχείρηση, κατά την παραμονή της στη ΜΕΘ και στο δωμάτιο του νοσοκομείου, άκουγε τη μουσική της συλλογή για να κοιμηθεί, ήταν ήρεμη, κατόρθωνε να διαχειριστεί τον πόνο της και δεν παραπονιόταν. Η μουσική της επιλογής της καθισχύχασε τη Βασιλική και της προσέφερε μία αίσθηση ελέγχου σε ένα άγνωστο περιβάλλον. Αυτή η έκβαση είναι σύμφωνη με τις θέσεις των Stouffer et al. (2007). Ακόμη, όταν επέστρεψε στο σπίτι της εξακολουθούσε να ακούει τη μουσική και έμοιαζε ήρεμη και αισιόδοξη. Μάλιστα και η ίδια η Βασιλική επιβεβαίωσε ότι η μουσική συλλογή την είχε βοηθήσει τόσο στο νοσοκομείο όσο και έξω από αυτό.

Η Βασιλική ευχαριστήθηκε τις διαδικασίες των συνεδριών, καθώς έμοιαζε χαρούμενη και ενθουσιαζόταν πολλές φορές με τους αυτοσχεδιασμούς μας και με τα μουσικά όργανα, κυρίως με το log drum και το tongue drum.

Επίσης, μέσα στις συνεδρίες κατάφερε να είναι δημιουργική και να εκφράσει τα συναισθήματά της. Η δημιουργική διαδικασία ήταν όντως θεραπευτική και οδήγησε σε βαθιά μεταμορφωτικές εμπειρίες (Rogers, 1993). Για παράδειγμα, ήδη στη δεύτερη συνεδρία, είχε καταφέρει να εκφράσει το άγχος και την αγωνία της όταν παίξαμε μαζί πιάνο σε στυλ fandango. Με την πάροδο των συνεδριών, την ισχυροποίηση της μεταξύ μας σχέσης και τη χρήση των τεχνικών της εμπειρίας και του κρατήματος, η Βασιλική ένιωσε



την ασφάλεια που χρειαζόταν και μετέβη από την ανάγκη ελέγχου και προβλεπόμενου ρυθμού στην ελευθερία.

Πιο συγκεκριμένα, στις προεγχειρητικές συνεδρίες η Βασιλική συνήθιζε να παίζει ένα συγκεκριμένο ρυθμικό μοτίβο με ελάχιστες παραλλαγές. Αντιθέτως, μετεγχειρητικά διαφάνηκε ότι η προσκόλλησή της στους προσδοκώμενους ρυθμούς μεταβλήθηκε, καθώς πλέον έπαιζε περισσότερα ρυθμικά σχήματα κι έκανε περισσότερες παραλλαγές με αποκορύφωμα τους αυτοσχεδιασμούς μας στη δέκατη συνεδρία.

Ακόμη, ξεπέρασε σε μεγάλο βαθμό, την ανάγκη του πλήρους ελέγχου της μουσικής που έπαιζε και τον φόβο του λάθους. Αρχικά, οι αυτοσχεδιασμοί της στο πιάνο παρέπεμπαν συχνά σε κομμάτια ή ασκήσεις που μελετούσε. Μετεγχειρητικά κατόρθωσε να εκφραστεί και να παρασυρθεί από τον αυτοσχεδιασμό, όπως φάνηκε στη δέκατη συνεδρία, στην οποία η Βασιλική οδήγησε τη μουσική μας σε αναπάντεχα μονοπάτια, αιφνιδιάζοντας πιθανότατα και τις δυο μας.

Όλα τα παραπάνω ενδεχομένως συμβολίζουν την απελευθέρωση της Βασιλικής από το πρόβλημα της υγείας της και τη μετάβασή της στην κανονική ζωή.

Οι συνεδρίες της μουσικοθεραπείας μάλλον έδωσαν αίσθηση ελέγχου στη Βασιλική, καθώς εκείνη κατηύθυνε τη διαδικασία τους. Αυτό σταδιακά φαινόταν και στη μουσική που έπαιζε, ιδίως κατά τη μετεγχειρητική περίοδο, όπου ο τρόπος που έπαιζε έμοιαζε πιο αποφασιστικός και σίγουρος. Αυτή η αίσθηση ελέγχου μάλλον επεκτάθηκε και δεν αφορούσε πλέον μόνο στη μουσική, αλλά και στη ζωή της Βασιλικής, καθώς κατάφερε να διαχειριστεί τον πόνο και άλλα αρνητικά συναισθήματα και να είναι αισιόδοξη και χαρούμενη.

Επιπλέον, η διαδικασία των προεγχειρητικών συνεδριών συνέβαλε στο να λειτουργήσει η μεταξύ μας μουσική που συμπεριλήφθηκε στη συλλογή για την ημέρα της εγχείρησης ως μεταβατικό και εσωτερικό αντικείμενο ασφάλειας. Το αποτέλεσμα αυτό είναι σύμφωνο με τις θέσεις του Winnicott (1971/2019) και του Tervo (2001). Η Βασιλική είχε εσωτερικεύσει τη μεταξύ μας σχέση και δημιουργία ως ένα καλό αντικείμενο μέσα της. Η ηχογραφημένη μουσική ως μεταβατικό αντικείμενο της προσέφερε τη συναισθηματική υποστήριξη που της ήταν τόσο σημαντική και απαραίτητη εκείνη τη χρονική περίοδο. Επίσης, της παρείχε τον δικό της ψυχικό χώρο, μέσα στον οποίο μπόρεσε να αισθανθεί ασφάλεια και ανακούφιση μακριά από το άγχος και τον πόνο.

Επιπροσθέτως, και η μητέρα της επιβεβαίωσε ότι οι συνεδρίες είχαν βοηθήσει τη Βασιλική πριν την εγχείρηση, μετά την εγχείρηση στη ΜΕΘ και στο δωμάτιο, αλλά και όταν επέστρεψε στο σπίτι της. Ανέφερε ότι η Βασιλική ήταν ήρεμη, δεν γκρίνιαζε και ευχαριστιόταν τις συνεδρίες.

Ακόμη, οι συνεδρίες με τη Βασιλική αποτέλεσαν μία διαδικασία με συνεχείς προκλήσεις, στις οποίες προσπάθησα να ανταποκριθώ προσαρμόζοντας τη διαδικασία των συνεδριών, τις τεχνικές και τις προσεγγίσεις. Για παράδειγμα, προσπάθησα να στηρίξω και να βοηθήσω τη Βασιλική να διαχειριστεί τα συναισθήματά της όταν έμαθε ότι η εγχείρηση θα πραγματοποιούνταν νωρίτερα. Επιπλέον, αφότου μου έδειξε τον εξασκητή της αναπνοής μετά την εγχείρηση, ενέταξα τη δραστηριότητα με το kazoo ως εισαγωγή και στη συνέχεια συνόδευσα τη Βασιλική κατά τη διάρκεια των ασκήσεων. Θεωρώ ότι με αυτόν τον τρόπο οι συνεδρίες συνέβαλαν στην ανάρρωσή της, δίνοντάς της πιθανότατα ένα επιπλέον κίνητρο, καθώς μετέτρεψαν τις ανιαρές ίσως ασκήσεις αναπνοής σε έναν διασκεδαστικό μουσικό αυτοσχεδιασμό.

Εκτός των άλλων, η συμμετοχή της Βασιλικής στις συνεδρίες της μουσικοθεραπείας συνέβαλε στη μείωση του φόβου και του άγχους των γονέων της και τους προσέφερε ανακούφιση, όπως φάνηκε από τις απαντήσεις της μητέρας της στις προεγχειρητικές και μετεγχειρητικές συνεντεύξεις. Το αποτέλεσμα αυτό είναι σύμφωνο με τα ευρήματα των Whitehead-Pleaux et al. (2007).

Αξίζει να σημειωθεί ότι η συγκεκριμένη μελέτη περίπτωσης είναι η ζωντανή ιστορία μίας πολύ σημαντικής περιόδου για τη Βασιλική και την οικογένειά της. Θεωρώ ότι καταφέραμε να δημιουργήσουμε μία πολύ ισχυρή συμμαχία τόσο με τη Βασιλική όσο και με τους γονείς της. Παρόλο που η διαδικασία των συνεδριών με ασθενείς ήταν κάτι πρωτόγνωρο για εμένα και με τρόμαζε και με άγχωνε πάρα πολύ, προσπαθούσα διαρκώς να ανταποκριθώ με τον καλύτερο δυνατό τρόπο στις ανάγκες της Βασιλικής και της οικογένειάς της και να τους υποστηρίξω.

Στη μουσικοθεραπεία, όπως άλλωστε και στην ψυχοθεραπεία, η αναδυόμενη σχέση είναι δυναμική και εξαρτώμενη από τις προσωπικότητες των συμμετεχόντων. Όταν οι συνεδρίες πραγματοποιούνται σε σύντομη χρονική περίοδο, λόγω της ύπαρξης σοβαρών θεμάτων υγείας, η προαναφερθείσα δυναμική γίνεται ακόμη πιο έντονη, καθώς το άγχος της επιβίωσης βαραίνει τον πελάτη(ασθενή) και την οικογένειά του, αλλά και τον μουσικοθεραπευτή. Ο τελευταίος καλείται να προσαρμοστεί και να επιλύσει ταχύτατα και αποτελεσματικά προβλήματα και προκλήσεις στο «εδώ και τώρα» που αναδύονται αναπάντεχα.

## 5.2 Συμβολή της μελέτης στην επιστήμη

Ως προς τη συμβολή στην επιστήμη, δεδομένης της συχνότητας εμφάνισης συγγενών καρδιοπαθειών και της ανάγκης χειρουργικής θεραπείας, καθίσταται απαραίτητη η εύρεση τρόπων άμβλυνσης των δυσάρεστων συναισθημάτων που βιώνουν τα παιδιά και οι έφηβοι ασθενείς, τα οποία επιβραδύνουν την ανάρρωσή τους. Δυστυχώς η μουσικοθεραπεία στην Ελλάδα δεν είναι διαδεδομένη γενικώς και ειδικότερα στον χώρο της υγείας. Η παρούσα έρευνα μπορεί να συμβάλει στο να ενημερωθεί η επιστημονική κοινότητα της Ελλάδας για τα σημαντικά οφέλη της μουσικοθεραπείας και να ανοίξει ο δρόμος για την ύπαρξη μουσικοθεραπευτών τόσο σε καρδιοχειρουργικούς, όσο και σε άλλους τομείς των νοσοκομείων. Σύμφωνα με τη Loewy, είναι πολύ σημαντικό να αποτελέσει η μουσικοθεραπεία μέρος μίας διεπιστημονικής προσέγγισης της υγείας (integrated Music Therapy) (2016). Η μουσικοθεραπεία αποτελεί ένα εύκολα διαθέσιμο και φθηνό μέσο χωρίς παρενέργειες, οι οποίες θα μπορούσαν να επιβαρύνουν τον ήδη ταλαιπωρημένο έφηβο, παιδί ή και ενήλικο ασθενή που υποβάλλεται σε εγχείρηση. Επίσης, υποστηρίζεται ότι μειώνει το άγχος και τον πόνο και ότι συμβάλλει στην ταχύτερη ανάρρωση. Συνεπώς, η μουσικοθεραπεία θα μπορούσε να συνεισφέρει στη μείωση της διάρκειας και του κόστους της νοσηλείας και της μετέπειτα ψυχολογικής στήριξης του παιδιού.

Κλείνοντας, παραθέτω ορισμένες σκέψεις του Δρίτσα:

«Χρειάζεται μεγάλος αγώνας προκειμένου να ανατραπεί η κρατούσα αντίληψη ότι το νοσοκομείο είναι τόπος πένθους και θλίψης... Δεν θεωρείται

σήμερα το νοσοκομείο τόπος αισιοδοξίας και χαράς αλλά αντιμετωπίζεται ως άχρωμος τόπος έλλειψης ζωής...Οι ανοιχτόμυαλοι επιστήμονες και η επιστημονική έρευνα σήμερα προτείνουν το ακριβώς αντίθετο, ότι δηλαδή στο σύγχρονο νοσοκομείο η μουσική, το χρώμα, η τέχνη αποτελούν πλέον ουσιαστικό συστατικό της θεραπείας των ασθενών» (Δρίτσας, 2018, σελ. 12).

### 5.3 Περιορισμοί της έρευνας

Η παρούσα έρευνα είναι μία μελέτη περίπτωσης, επομένως τα αποτελέσματά της δεν μπορούν να γενικευθούν. Μπορεί όμως να αποτελέσει έναυσμα για περαιτέρω έρευνα στη χώρα μας σχετικά με την εφαρμογή της μουσικοθεραπείας σε παιδιά και εφήβους με συγγενείς καρδιοπάθειες.

Παρά την προσπάθεια τριγωνοποίησης, μέσω συνεντεύξεων με τη μητέρα και ανάλυσης των ηχογραφήσεων με την επόπτρια, ώστε να είναι αξιόπιστα τα αποτελέσματα της έρευνας, δεν μπορεί να αποκλειστεί το ενδεχόμενο μεροληψίας (bias), καθώς η μουσικοθεραπεύτρια και η ερευνήτρια ήταν το ίδιο πρόσωπο και πραγματοποίησε η ίδια τις συνεντεύξεις.

Στην τελευταία συνέντευξη η μητέρα είχε πει ότι η Βασιλική κι εγώ είχαμε πολύ ωραία επικοινωνία μεταξύ μας και ότι αμέσως είχα αποκτήσει την εμπιστοσύνη της. Η υποκειμενικότητα της σχέσης μας όμως, όπως και κάθε άλλης σχέσης θεραπευτή-πελάτη, μπορεί να αποτελέσει έναν επιπλέον περιορισμό της έρευνας.

## Βιβλιογραφία

- Abd-Elshafy, S. K., Khalaf, G. S., Abo-Kerisha, M. Z., Ahmed, N. T., El-Aziz, M. A. A., & Mohamed, M. A. (2015). Not All Sounds Have Negative Effects on Children Undergoing Cardiac Surgery. *Journal of Cardiothoracic and Vascular Anesthesia*, 29(5), 1277–1284. <https://doi.org/10.1053/j.jvca.2015.01.005>
- Adams, B. (2013). Humanistic (person centred) music therapy. In K. Kirkland (Ed.), *International Dictionary of Music Therapy* (1st ed., p. 61). Routledge.
- Adams, B. (2016). Humanistic approaches. In B. Wheeler (2016b, November 2). *Music Therapy Handbook (Creative Arts and Play Therapy)* (Reprint). The Guilford Press.
- Agrotou, A. (2013a). Holding. In K. Kirkland (Ed.), *International Dictionary of Music Therapy* (1st ed., p. 59). Routledge.
- Agrotou, A. (2013b). Psychodynamic Music Therapy. In K. Kirkland (Ed.), *International Dictionary of Music Therapy* (1st ed., pp. 104-105). Routledge.
- Benenzon, R. O. (2011, April 14). *Musicoterapia: De la teoría a la práctica. Nueva edición ampliada* (#REF!). Ediciones Paidós.
- Bringman, H., Giesecke, K., Thörne, A., & Bringman, S. (2009). Relaxing music as premedication before surgery: a randomised controlled trial. *Acta Anaesthesiologica Scandinavica*, 53(6), 759–764. <https://doi.org/10.1111/j.1399-6576.2009.01969.x>
- Bruscia, K. E. (2014). *Defining Music Therapy* (3rd ed.). Barcelona Pub.

- Chan, M. F. (2007). Effects of music on patients undergoing a C-clamp procedure after percutaneous coronary interventions: A randomized controlled trial. *Heart & Lung*, 36(6), 431–439. <https://doi.org/10.1016/j.hrtlng.2007.05.003>
- Connolly, D., McClowry, S., Hayman, L., Mahony, L., & Artman, M. (2004, April). Posttraumatic stress disorder in children after cardiac surgery. *The Journal of Pediatrics*, 144(4), 480–484. <https://doi.org/10.1016/j.jpeds.2003.12.048>
- Dritsas, A. (2000). Effects of music on hemodynamic and neuroendocrine parameters in cardiac patients, *Proceedings of the Onassis Cardiac Surgery Center, 2nd International Meeting, Athens, December, 2000*.
- Dritsas, A., Kalogirou, A., & Cokkinos, D. V. (2001). The effects of music on exercise performance in cardiac patients: A clinical implication of brain-heart interaction, *Proceedings of the Spring Annual Meeting, Working Group of Exercise Physiology and Cardiac Rehabilitation, Bergen, Norway, 3–5 May, 2001*.
- Dritsas, A., Leftheriotis, D., & Karabela, G. (2004). The effect of relaxing music on the stress dimension and the response to tilt-test in vasovagal patients. (suppl): 574: P3391. *European Heart Journal*, 25(suppl), 574.
- Dritsas, A., Papadopoulos, K., & Karydas, A. (2010). Effects of music listening on hemodynamic indices and pain control during early post-operative period following coronary artery bypass surgery. *Heart Surgery Forum*, 13(Suppl 1).
- Dritsas, A., Dimtsia, I., Laoutaris, I., Poulos, G., & Maounis, T. (2014). The ability of music to prevent pain and anxiety during invasive cardiology procedures: A randomized control study. EUROPREVENT 2014, Amsterdam 8-10 May 2014
- Ghetti, C. M. (2012). Music therapy as procedural support for invasive medical procedures:

- toward the development of music therapy theory. *Nordic Journal of Music Therapy*, 21(1), 3–35. <https://doi.org/10.1080/08098131.2011.571278>
- Giordano, F., Zanchi, B., de Leonardis, F., Rutigliano, C., Esposito, F., Brienza, N., & Santoro, N. (2020). The influence of music therapy on preoperative anxiety in pediatric oncology patients undergoing invasive procedures. *The Arts in Psychotherapy*, 68, 101649. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2020.101649>
- Hatem, T. P., Lira, P. I. C., & Mattos, S. S. (2006). The therapeutic effects of music in children following cardiac surgery. *Jornal de Pediatria*, 82(3), 186–192. <https://doi.org/10.2223/jped.1473>
- Huang, Y. L., Xu, N., Huang, S. T., Wang, Z. C., Cao, H., Yu, X. R., & Chen, Q. (2021). Impact of Music Therapy on Preoperative Anxiety and Degree of Cooperation With Anesthesia Induction in Children With Simple Congenital Heart Disease. *Journal of PeriAnesthesia Nursing*. Published. <https://doi.org/10.1016/j.jopan.2020.08.004>
- iatronet.gr. (n.d.). Κυάνωση. <https://www.iatronet.gr/iatriko-lexiko/kyanwsi.html>
- Klopfenstein, C.E., Forster, A. & Van Gessel, E. Anesthetic assessment in an outpatient consultation clinic reduces preoperative anxiety. *Can J Anesth* 47, 511–515 (2000). <https://doi.org/10.1007/BF03018941>
- Kostopoulou, A., Dritsas, A., & Theodorakis, G. N. (2006). Effect of music listening during head up tilt in neurocardiogenic syncope. *European Heart Journal*, 27(suppl), 186.
- Kshetry, V. R., Carole, L. F., Henly, S. J., Sendelbach, S., & Kummer, B. (2006). Complementary Alternative Medical Therapies for Heart Surgery Patients: Feasibility, Safety, and Impact. *The Annals of Thoracic Surgery*, 81(1), 201–205. <https://doi.org/10.1016/j.athoracsur.2005.06.016>



- LeRoy, S., Elixson, E. M., O'Brien, P., Tong, E., Turpin, S., & Uzark, K. (2003, November 18). Recommendations for Preparing Children and Adolescents for Invasive Cardiac Procedures. *Circulation*, *108*(20), 2550–2564.  
<https://doi.org/10.1161/01.cir.0000100561.76609.64>
- Loewy, J. (2015, March). NICU music therapy: song of kin as critical lullaby in research and practice. *Annals of the New York Academy of Sciences*, *1337*(1), 178–185
- Loewy, J. Medical Music Therapy for Children. In B. Wheeler (2016, November 2). Music Therapy Handbook (Creative Arts and Play Therapy) (Reprint). The Guilford Press.
- Miller, L., Rustin, M., Rustin, M. & Shuttleworth, J. (1989). *Closely Observed Infants*. Duckworth. London.
- Murray, L. & Andrews, L. (2000). *The Social Baby*. CP Publishing Richmond, Surrey, United Kingdom
- Mondanaro, J.F., Homel, P., Lonner, B., Shepp, J., Lichtensztein, M., & Loewy, J. (2017). Music Therapy Increases Comfort and Reduces Pain in Patients Recovering From Spine Surgery. *American journal of orthopedics*, *46* 1, E13-E22.
- Nilsson, U. (2009). The effect of music intervention in stress response to cardiac surgery in a randomized clinical trial. *Heart & Lung*, *38*(3), 201–207.  
<https://doi.org/10.1016/j.hrtlng.2008.07.008>
- Özer, N., Karaman Özlü, Z., Arslan, S., & Günes, N. (2013). Effect of Music on Postoperative Pain and Physiologic Parameters of Patients after Open Heart Surgery. *Pain Management Nursing*, *14*(1), 20–28. <https://doi.org/10.1016/j.pmn.2010.05.002>

- Perry, J. N., Hooper, V. D., & Masiongale, J. (2012). Reduction of Preoperative Anxiety in Pediatric Surgery Patients Using Age-Appropriate Teaching Interventions. *Journal of PeriAnesthesia Nursing*, 27(2), 69–81. <https://doi.org/10.1016/j.jopan.2012.01.003>
- Robbins, P. N. A. C. (2007, June 15). *Creative Music Therapy: A Guide to Fostering Clinical Musicianship* (2nd ed.). Barcelona Publishers.
- Ryu, M. J., Park, J. S., & Park, H. (2011). Effect of sleep-inducing music on sleep in persons with percutaneous transluminal coronary angiography in the cardiac care unit. *Journal of Clinical Nursing*, 21(5–6), 728–735. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2702.2011.03876.x>
- Sendelbach, S. E., Halm, M. A., Doran, K. A., Miller, E. H., & Gaillard, P. (2006). Effects of Music Therapy on Physiological and Psychological Outcomes for Patients Undergoing Cardiac Surgery. *The Journal of Cardiovascular Nursing*, 21(3), 194–200. <https://doi.org/10.1097/00005082-200605000-00007>
- Stamenkovic, D. M., Rancic, N. K., Latas, M. B., Neskovic, V., Rondovic, G. M., Wu, J. D., & Cattano, D. (2018, November). Preoperative anxiety and implications on postoperative recovery: what can we do to change our history. *Minerva Anestesiologica*, 84(11). <https://doi.org/10.23736/s0375-9393.18.12520-x>
- Stouffer, J. W., Shirk, B. J., & Polomano, R. C. (2007). Practice guidelines for music interventions with hospitalized pediatric patients. *Journal of pediatric nursing*, 22(6), 448–456. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2007.04.011>
- Tervo, J. (2001, January). Music Therapy for Adolescents. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 6(1), 79–91. <https://doi.org/10.1177/1359104501006001007>

- Thanh Nhan Nguyen, Nilsson, S., Hellström, A. L., & Bengtson, A. (2010). Music Therapy to Reduce Pain and Anxiety in Children With Cancer Undergoing Lumbar Puncture: A Randomized Clinical Trial. *Journal of Pediatric Oncology Nursing*, 27(3), 146–155.  
<https://doi.org/10.1177/1043454209355983>
- Ugglå, L., Bonde, L., Svahn, B., Remberger, M., Wrangsjö, B., & Gustafsson, B. (2016). Music therapy can lower the heart rates of severely sick children. *Acta Paediatrica*, 105(10), 1225–1230. <https://doi.org/10.1111/apa.13452>
- Villar Arnal, M. T. (1996). Musicoterapia: Un enfoque creativo para los cuidados de enfermería en la sala de despertar. *Enfermería de Anestesia, Reanimación y Terapia Del Dolor*, 4, 4–5. <http://www.aseedar-td.org/sites/default/files/REVISTA-4-1996.pdf>
- Voss, J. A., Good, M., Yates, B., Baun, M. M., Thompson, A., & Hertzog, M. (2004). Sedative music reduces anxiety and pain during chair rest after open-heart surgery. *Pain*, 112(1), 197–203. <https://doi.org/10.1016/j.pain.2004.08.020>
- Waddell, M. (2002, December 31). *Inside Lives: Psychoanalysis and the Growth of the Personality (Tavistock Clinic Series)* (2nd ed.). Routledge.
- Wheeler, B. L. (2005, January 1). *Music Therapy Research* (2nd ed.). BARCELONA PUBLISHERS.
- Wheeler, B. L. (2016, November 2). *Music Therapy Handbook (Creative Arts and Play Therapy)* (Reprint). The Guilford Press.
- White, J. (1999). Effects of relaxing music on cardiac autonomic balance and anxiety after acute myocardial infarction. *American Journal of Critical Care*, 8(4), 220–230.  
<https://doi.org/10.4037/ajcc1999.8.4.220>

Whitehead-Pleaux, A. M., Zebrowski, N., Baryza, M. J., & Sheridan, R. L. (2007).

Exploring the Effects of Music Therapy on Pediatric Pain: Phase 1. *Journal of Music Therapy*, 44(3), 217–241. <https://doi.org/10.1093/jmt/44.3.217>

Winnicott, D. W. (2019). *Το παιχνίδι και η πραγματικότητα* (2nd ed.). Εκδόσεις Αρμάος.

Yurkovich, J., Burns, D. S., & Harrison, T. (2018). The Effect of Music Therapy Entrainment on Physiologic Measures of Infants in the Cardiac Intensive Care Unit: Single Case Withdrawal Pilot Study. *Journal of Music Therapy*, 55(1), 62–82. <https://doi.org/10.1093/jmt/thx017>

Αγρότου, Α. (2019α). Σημειώσεις Μαθήματος Μουσικοθεραπείας με τίτλο, ‘Η υποδοχή ως ψυχολογική και μουσική έννοια και μουσικοθεραπευτική τεχνική’, Μουσική Ακαδημία Arte.

Αγρότου, Α. (2019β). Σημειώσεις Μαθήματος Μουσικοθεραπείας με τίτλο, ‘Θεωρητικές και κλινικές βάσεις της Ψυχοδυναμικής Μουσικοθεραπείας – μια εισαγωγή στις βασικές της αρχές: Γ΄ μέρος: Το κράτημα ως ψυχολογική και μουσική έννοια και μουσικοθεραπευτική τεχνική’, Μουσική Ακαδημία Arte.

Αγρότου, Α. (2019γ). Σημειώσεις Μαθήματος Μουσικοθεραπείας με τίτλο, ‘Θεωρητικές και κλινικές βάσεις της Ψυχοδυναμικής Μουσικοθεραπείας – μια εισαγωγή στις βασικές της αρχές: Β΄ μέρος: Η ψυχολογία του βάθους της μουσικής και η εμβρυακή ηλικία. Η έννοια της Παλινδρόμησης’, Μουσική Ακαδημία Arte.

Δρίτσας, Α. (2015). Η Μουσική Παρέμβαση στον Καρδιαγγειακό Ασθενή. *Ελληνική Καρδιολογική Επιθεώρηση*, 56(6), 544–549.

Δρίτσας, Α. (2018). *Η μουσική ως φάρμακο: Η βιολογική προσέγγιση της μουσικής θεραπείας*. Εκδόσεις Παπαζήση.

Μητρούση, Σ., Τραυλός, Α., Κούκια, Ε., & Ζυγά, Σ. (2013). Θεωρίες άγχους: Μία κριτική ανασκόπηση. *Ελληνικό Περιοδικό Της Νοσηλευτικής Επιστήμης*, 6(1), 21–27.

[http://journal-ene.gr/wp-content/uploads/2013/11/theories\\_agxous\\_kritiki\\_anaskopisi.pdf](http://journal-ene.gr/wp-content/uploads/2013/11/theories_agxous_kritiki_anaskopisi.pdf)

Νούση, Δ., & Μπερούκα, Ε. (2012). Συγγενείς Καρδιοπάθειες. *Περιεγχειρητική Νοσηλευτική*, 1(3), 81–93. [https://www.spnj.gr/articlefiles/volume1\\_issue3/132.pdf](https://www.spnj.gr/articlefiles/volume1_issue3/132.pdf)

*Συγγενείς Καρδιοπάθειες- Επεμβατική Σύγκλιση Μεσοκολπικής Επικοινωνίας- ASD*. (n.d.).

Retrieved August 26, 2022, from <http://www.onasseio.gr/yphresies/sugeneis-kardiopatheies-epemvatiki-sigklisi-mesokolpikis-epikoinwnias-asd/>

Ψαλτοπούλου, Ν. (2015). Μουσικοθεραπεία: ο τρίτος δρόμος. *Σύνδεσμος Ελληνικών*

Ακαδημαϊκών Βιβλιοθηκών <http://www.kallipos.gr>

## Παραρτήματα

### Παράρτημα Ι

#### Ερωτηματολόγιο προς γονείς-Ιστορικό

Ημερομηνία: \_\_\_\_\_

Όνοματεπώνυμο παιδιού: \_\_\_\_\_

1. Πόσων ετών είναι το παιδί;
2. Πότε ξεκίνησε να έχει πρόβλημα με την καρδιά του/της;
3. Ποιο ήταν αυτό το πρόβλημα;
4. Πώς τον/την επηρέασε στην καθημερινότητα;
5. Πώς ήταν το μέγεθός του/της μέχρι στιγμής;
6. Πώς ήταν ως μικρό παιδάκι;
7. Συνέβη κάτι σημαδιακό;
8. Ποιο ήταν το αγαπημένο του/της παιχνίδι;
9. Με τι του/της αρέσει να ασχολείται;
10. Παίζει κάποιο μουσικό όργανο;
11. Υπάρχει κάποιο είδος μουσικής που του/της αρέσει ιδιαίτερα;
12. Υπάρχει κάποιος καλλιτέχνης που του/της αρέσει ιδιαίτερα;
13. Υπάρχουν κάποια τραγούδια που του/της αρέσουν ιδιαίτερα;

## Παράρτημα II

### Προεγχειρητικές συνεντεύξεις με γονείς

Ημερομηνία: \_\_\_\_\_

Όνοματεπώνυμο παιδιού: \_\_\_\_\_

1. Η μουσικοθεραπεία βοηθάει το παιδί σας να είναι λιγότερο φοβισμένο; Εάν ναι, μπορείτε να μου πείτε περισσότερα για αυτό;

2. Πόσο άγχος πιστεύετε ότι βιώνει το παιδί σας;

Καθόλου      Λίγο      Αρκετό      Πολύ      Πάρα πολύ

3. Πιστεύετε ότι η μουσικοθεραπεία βοηθάει το παιδί σας να αισθάνεται πιο ήρεμο; Εάν ναι, μπορείτε να μου πείτε περισσότερα για αυτό;

4α. Πιστεύετε ότι η μουσικοθεραπεία συμβάλλει στο να μη σκέφτεται το παιδί σας την εγχείρηση;

4β. Πόσο πιστεύετε ότι συμβάλλει;

Καθόλου      Λίγο      Αρκετά      Πολύ      Πάρα πολύ

5α. Πιστεύετε ότι η μουσικοθεραπεία βοηθάει ώστε να γίνει πιο εύκολη για το παιδί σας η προεγχειρητική περίοδος; Εάν ναι, μπορείτε να μου πείτε περισσότερα για αυτό;

5β. Πόσο πιστεύετε ότι βοηθάει;

Καθόλου      Λίγο      Αρκετά      Πολύ      Πάρα πολύ

6. Η συμμετοχή του παιδιού σας στις συνεδρίες της μουσικοθεραπείας σας κάνει να αισθάνεστε λιγότερο φοβισμένος/η; Εάν ναι, μπορείτε να μου πείτε περισσότερα για αυτό;

7. Πόσο βοηθάει η συμμετοχή του παιδιού σας στις συνεδρίες της μουσικοθεραπείας στη μείωση του δικού σας άγχους;

Καθόλου      Λίγο      Αρκετά      Πολύ      Πάρα πολύ

8. Πόση ανακούφιση νιώθετε που το παιδί σας λαμβάνει στήριξη μέσω των συνεδριών της μουσικοθεραπείας;

Καθόλου      Λίγη      Αρκετή      Πολλή      Πάρα πολλή

9. Πόσο ικανοποιημένος/η είστε από τη συμμετοχή του παιδιού σας στις συνεδρίες της μουσικοθεραπείας πριν από την εγχείρηση;

Καθόλου      Λίγο      Αρκετά      Πολύ      Πάρα πολύ

10. Τι σημαίνει για εσάς το ότι το παιδί σας λαμβάνει μέρος σε συνεδρίες μουσικοθεραπείας;



### Παράρτημα III

#### Μετεγχειρητικές συνεντεύξεις με γονείς (3<sup>η</sup> συνεδρία)

Ημερομηνία: \_\_\_\_\_

Όνοματεπώνυμο παιδιού: \_\_\_\_\_

1. Η μουσικοθεραπεία βοηθάει το παιδί σας να είναι λιγότερο φοβισμένο; Εάν ναι, μπορείτε να μου πείτε περισσότερα για αυτό;

2. Πόσο άγχος πιστεύετε ότι βιώνει το παιδί σας;

Καθόλου      Λίγο      Αρκετό      Πολύ      Πάρα πολύ

3. Πιστεύετε ότι η μουσικοθεραπεία βοηθάει το παιδί σας να αισθάνεται πιο ήρεμο; Εάν ναι, μπορείτε να μου πείτε περισσότερα για αυτό;

4α. Πιστεύετε ότι η μουσικοθεραπεία βοηθάει ώστε να γίνει πιο εύκολη για το παιδί σας η μετεγχειρητική περίοδος; Εάν ναι, μπορείτε να μου πείτε περισσότερα για αυτό;

4β. Πόσο πιστεύετε ότι βοηθάει;

Καθόλου      Λίγο      Αρκετά      Πολύ      Πάρα πολύ

5. Η συμμετοχή του παιδιού σας στις συνεδρίες της μουσικοθεραπείας σας κάνει να αισθάνεστε λιγότερο φοβισμένος/η; Εάν ναι, μπορείτε να μου πείτε περισσότερα για αυτό;

6. Πόσο βοηθάει η συμμετοχή του παιδιού σας στις συνεδρίες της μουσικοθεραπείας στη μείωση του δικού σας άγχους;

Καθόλου      Λίγο      Αρκετά      Πολύ      Πάρα πολύ

7. Πόση ανακούφιση νιώθετε που το παιδί σας λαμβάνει στήριξη μέσω των συνεδριών της μουσικοθεραπείας;

Καθόλου      Λίγη      Αρκετή      Πολλή      Πάρα πολλή

8. Πόσο ικανοποιημένος/η είστε από τη συμμετοχή του παιδιού σας στις συνεδρίες της μουσικοθεραπείας μετά από την εγχείρηση;

Καθόλου      Λίγο      Αρκετά      Πολύ      Πάρα πολύ

9. Τι σημαίνει για εσάς το ότι το παιδί σας λαμβάνει μέρος σε συνεδρίες μουσικοθεραπείας;

## Παράρτημα IV

### Μετεγχειρητικές συνεντεύξεις με γονείς ( τελευταία συνεδρία)

Ημερομηνία: \_\_\_\_\_

Όνοματεπώνυμο παιδιού: \_\_\_\_\_

1. Η μουσικοθεραπεία βοήθησε το παιδί σας να είναι λιγότερο φοβισμένο; Εάν ναι, μπορείτε να μου πείτε περισσότερα για αυτό;

2. Πόσο άγχος πιστεύετε ότι βίωσε το παιδί σας;

Καθόλου      Λίγο      Αρκετό      Πολύ      Πάρα πολύ

3. Πιστεύετε ότι η μουσικοθεραπεία βοήθησε το παιδί σας να αισθανθεί πιο ήρεμο; Εάν ναι, μπορείτε να μου πείτε περισσότερα για αυτό;

4α. Πιστεύετε ότι η μουσικοθεραπεία βοήθησε στην ανακούφιση του πόνου του παιδιού σας; Εάν ναι, μπορείτε να μου πείτε περισσότερα για αυτό;

4β. Πόσο πιστεύετε ότι βοήθησε;

Καθόλου      Λίγο      Αρκετά      Πολύ      Πάρα πολύ

5α. Πιστεύετε ότι η μουσικοθεραπεία βοήθησε ώστε να γίνει πιο εύκολη για το παιδί σας η μετεγχειρητική περίοδος; Εάν ναι, μπορείτε να μου πείτε περισσότερα για αυτό;

5β. Πόσο πιστεύετε ότι βοήθησε;

Καθόλου      Λίγο      Αρκετά      Πολύ      Πάρα πολύ

6. Η συμμετοχή του παιδιού σας στις συνεδρίες της μουσικοθεραπείας σας έκανε να αισθανθείτε λιγότερο φοβισμένος/η; Εάν ναι, μπορείτε να μου πείτε περισσότερα για αυτό;

7. Πόσο βοήθησε η συμμετοχή του παιδιού σας στις συνεδρίες της μουσικοθεραπείας στη μείωση του δικού σας άγχους;

Καθόλου      Λίγο      Αρκετά      Πολύ      Πάρα πολύ

8. Πόση ανακούφιση νιώσατε που το παιδί σας έλαβε στήριξη μέσω των συνεδριών της μουσικοθεραπείας;

Καθόλου      Λίγη      Αρκετή      Πολλή      Πάρα πολλή

9. Πόσο ικανοποιημένος/η είστε από τη συμμετοχή του παιδιού σας στις συνεδρίες της μουσικοθεραπείας μετά από την εγχείρηση;

Καθόλου      Λίγο      Αρκετά      Πολύ      Πάρα πολύ

10. Τι σημαίνει για εσάς το ότι το παιδί σας έλαβε μέρος σε συνεδρίες μουσικοθεραπείας;