رویش روان شناسی، سال۱۲، شماره۱، شماره پیاپی ۸۲، فروردین ۱۴۰۲
Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ),12(1), 2023

پدیدارشناسی نقش انواع موسیقی برهیجان، شناخت و رفتار جوانان

Phenomenology of the role of different types of music on the feelings, cognition, behavior of young people

محمدرضا حسینی
کارشناسی ارشد، گروه مشاوره، دانشکدهٔ روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبایی، تهران، ایران.
جیران طاهری چمعالی (نویسنده مسئول)
کارشناسی ارشد، گروه مشاوره، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبایی، تهران، ایران.

Mohammadreza Hosseini
Master Student, Department Of Counseling, Faculty Of Education And Psychology, University Of Allameh Tabataba'ie, Tehran Iran.
Jeyran Taheri Chamali*
Master Student, Department Of Counseling, Faculty Of Psychology And Education, University Of Allameh Tabataba'ie, Tehran, Iran.
Jeyran.taheri92@gmail.com

چکیده

پژوهش حاضر باهدف بررسی پدیدارشناسانه نقش انواع موسیقی بر ابعاد روان‌شناختی جوانان صورت گرفت. روش تحقیق کیفی و از نوع پدیدارگرایی بود. جامعه مورد مطالعه، دانشجویان و در محدوده سنی ۱۸ تا ۳۵ سال در حال تحصیل دانشگاه علامه طباطبایی (ره) طی سال ۱۳۹۹-۱۴۰۰ بود. نمونه‌گیری به صورت هدفمند از میان افراد جامعه انتخاب شد. ابزار پژوهش مصاحبه نیمه ساختار یافته بود که در آن تاثیر موسیقی‌های عامه پسند بر ابعاد روان‌شناختی و عاطفی افراد مورد بررسی قرار گرفت. نمونه‌گیری‌ها تا رسیدن به اشباع ادامه یافت؛ که پس از ۱۳ مصاحبه داده‌های به‌دست‌آمده مورد تحلیل قرار گرفت. درمجموع ۳۹ مضمون فرعی استخراج گردید که درنهایت در قالب ۱۳ مضمون اصلی طبقه‌بندی شدند. نتایج نشان داد اثرات انواع موسیقی بر جوانان به سه حیطه شناختی، هیجانی و رفتاری تقسیم می‌شود که حیطه شناختی شامل: تجربه رهایی و عدم واقعگرایی، ایجاد انگیزه، ایجاد درک مشترک، ، ظاهر نگری و مفهوم نگری؛ حیطه هیجانی شامل: ایجاد حس آرامش، ایجاد انرژی و شادی، ایجاد علاقه اجتماعی، پارادوکس هیجانی، نا امیدی و غم مسری؛ و حیطه رفتاری شامل: ایجاد قابلیت در فرد، تخلیه هیجانی، ارتباط‌گیری با دیگران، تصویرسازی از هویت فردی و اعتیاد به موسیقی در جوانان است.

واژه‌های کلیدی: *موسیقی عامه پسند، پدیدارشناسی، احساسات، شناخت، رفتار*

Abstract

The aim of this study was to phenomenologically investigate the role of music on the psychological dimensions of youth. The research method was qualitative and phenomenological. The study population was students in the age range of 18 to 35 years studying at Allameh Tabatabai University during the year 1300-1400. Sampling was purposefully selected from the community. The research tool was a semi-structured interview in which the effect of popular music on the psychological and emotional dimensions of individuals was examined. Sampling was continued until saturation; After 13 interviews, the obtained data were analyzed. A total of 39 sub-themes were extracted which were finally classified into 13 main themes. Findings indicate that the effects of different types of music on young people are divided into three domains: cognitive, emotional, and behavioral. The emotional domain includes: creating a sense of calm, creating energy and happiness, creating social interest, emotional paradox, frustration, and contagious sadness; Behavioral domains include empowerment, emotional exhaustion, communication with others, the portrayal of individual identity, and music addiction in young people.

Keywords: *Popular music*, **f**eelings, cognition, behavior

نوع مقاله : کیفی | **دریافت : فروردین ۱۴۰۱** | **پذیرش: تیر ۱۴۰۱** | **ویرایش نهایی: فروردین ۱۴۰۲**

مقدمه

موسیقی تجربه‌ای عام و حسی است که همه در آن سهیم هستیم، اجزای ساختاری آن مثل ملودی، ریتم و هارمونی به حس ما متوسل شده و کارکردهای روانی را با خود درگیر می‌کنند. حال موسیقی عامه پسند هر نوع موسیقی فارغ از سبک‌های مختلف آن از جمله پاپ، سنتی، رپ، راک، جاز و ... است که از دید عامه جوانان جذاب است و بخش اعظمی از اوقات فراغتشان را با آن مشغول هستند این اشتغال

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-30]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.1.18.2]

به موسیقی افراد را به طور مستقیم و غیر مستقیم تحت تاثیر اثرات موسیقی قرار می‌دهد(عظیمی نیا،۱۳۹۰) . امروزه مردم در سراسر جهان، در خانه‌ها، ادارات، ماشین‌ها، رستوران‌ها، در حال شنیدن موسیقی هستند. از این رو موسیقی نقش بسیار مهمی در شخصیت و زندگی اجتماعی افراد دارد. در نهایت تأثیر موسیقی بر شخصیت فرد، تغییر شخصیت افراد جامعه را در بر دارد. این سیری تکاملی است که در دراز مدت اتفاق می‌افتد، گاهی نیز تأثیر موسیقی بر جمع و گروهی از انسان‌هاست؛ به طوری که نوع موسیقی به ناگاه بر گروهی از انسان ها به منظور ایجاد عکس العملی واحد، اقدامی یکپارچه و رسیدن به وفاق جمعی، اثری فوری می‌گذارد (کوتیرز و کامارینا[1]، ۲۰۱۵)که در این شرایط انواعی از موسیقی با عناوین حماسی، انقلابی، صنفی، سیاسی و سایر موسیقی‌های اجتماعی پدید می‌آیند (نفر و سماعی، ۱۳۹۶). همچنین موسیقی را می‌توان به مثابه یک روان درمانگر دانست که می‌تواند بر فرآیندهای جسمی و روانی بشر تاثیرات گوناگونی بر جای بگذارد (اسپریت[2]، ۲۰۱۶)

روانشناسان درباره ارتباط موسیقی و هیجان، اعتقاد دارند که هیجان‌ها می‌توانند تاثیرات متفاوتی بر نوع موسیقی که افراد برای شنیدن انتخاب می‌کنند بگذارند، از طرفی موسیقی می‌تواند باعث القاء نوع خاصی از هیجان در فرد شود (لین و همکاران[3]، ۲۰۱۳ ؛ لیو و پترینی[4]، ۲۰۱۵). از جمله هیجاناتی که فرد ضمن گوش سپردن به موسیقی تجربه می‌کند افزایش انگیزه، احساس آرامش، انرژی، شادمانی و یا احساس غم و عدم واقع‌گرایی است. طی پژوهشی به بررسی روش القای هیجان از طریق موسیقی پرداختند. نتایج این تحقیق نشان داد که موسیقی می‌تواند در آزمودنی‌ها هیجان شادی و غم ایجاد کند و بر عملکرد روانی – حرکتی تاثیر بگذارد. جاسلین و اسلوبودا[5] (۲۰۰۱)، جاسلین و لوکا[6] (۲۰۰۳) از تحقیقات خود به این نتیجه رسیدند که موسیقی نقش مهمی در عملکرد روحی و روانی از جمله تعادل هیجانی، مقابله کردن، و همچنین فراخواندن پاسخ‌های هیجانی قوی در شنوندگان دارد. ویسی (۱۴۰۰) نیز در پژوهش خود در مورد کاربرد موسیقی در میزان رشد عاطفی و روانی حرکتی کودکان پیش دبستانی به رابطه مستقیم موسیقی و هیجان و بهبود رشد عاطفی در افراد به پی برد. اگرچه بسیاری از مردم ممکن است موسیقی را به عنوان ابراز غم و اندوه ببینند، اما واکنش‌های احساسی مردم نسبت به موسیقی غمگین بسیار متفاوت است. در حقیقت، مشخص شده است که مردم از موسیقی غمگین احساسات مثبت و منفی و نوعی پارادوکس را تجربه می‌کنند (ارولا و پرتولا[7]، ۲۰۱۷، باربارورکس و همکاران[8]،۲۰۱۹، فرانزیکو و ماکینو[9]؛۲۰۲۱).در مقاله‌ای که اخیرا درمورد لذت بردن از موسیقی غمگین به چاپ رسید، هارون ووسکاسکی[10] (۲۰۲۰) نظریه جدیدی را برای اینکه موسیقی غمگین چگونه می‌تواند احساسات را در شنوندگان القا کند، ارائه می‌دهند. در این نظریه، نظریه شفقت دلپذیر[11]، آن‌ها احساسات مسری را از احساسات ضربتی[12] متمایز می‌کنند. وقتی شنونده از نظر احساسی، ماهیتی شبیه احساسی را دارد که در موسیقی ابراز می‌شود، شنونده احساسات مسری را تجربه می‌کند(لیندسی و وارنبرگ[13]،۲۰۲۰) به عبارت دیگر، اگر به یک قطعه موسیقی گوش دهید که نمایانگر اندوه است و همچنین هنگام گوش دادن به موسیقی احساس غم و اندوه داشته باشید احساسات غم انگیز مسری را از موسیقی دریافت می‌کنید (هارون ووسکاسکی[14]، ۲۰۲۰، سو و لای[15]، ۲۰۰۴؛ تیگ و همکاران[16]، ۲۰۰۶؛ ارکیلا و همکاران[17]، ۲۰۱۲ و کازی و نیلز[18]، ۲۰۱۴)

بـــازنگری نظریه‌های پیشین در ارتباط با تأثیرات روانشناختی تم‌های موسیقی نشان می‌دهد که آثـار موســیقایی، سه حیطه روانشناختی را تحت تاثیر قرار می‌دهند. نخست حیطه شناختی است که با افکار و باورها و پردازش اطلاعات و به طور کلی نظام شناختی

1 Gutierrez & Camarena
2 Spruit
3 Lin et al.
4 Liu & Petrini
5 Juslin & Sloboda.
6 Juslin & Laukka.
7 Eerola & Peltola
8 Barbaroux et al.
9 Franziska, Makiko
10 Huron,& Vuoskoski
11Pleasant compassion
12 Impulsive feelings
13 Lindsay & Warrenburg
14 Huron & Vuoskoski.
15 Hsu & Lai
16 Teague et al.
17 Erkkilä et al.
18 Cathy & Niels

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-30]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.1.18.2]

سر و کار دارد. دومین حیطه، حیطه عاطفی و هیجانی است که دامنه‌ی گسترده‌ای از حزن و شادی و ترس و اضطراب را فرا می‌گیرد . بـالاخره سـومین حیطه، حیطه‌ی بدنی است که به معنای دریافت و تجربه موسیقی از طریق بدن است (راگلیو و آترادو[1]؛۲۰۲۰). از زمانی که تحقیقات درباره‌ی موسیقی و پدیدارشناسی آن مطرح شد، بعد شناختی مورد توجه ویژه‌ای قرار گرفت. به نظر محققان پدیدارشناسی موسیقیایی افراد توسط توانایی‌های شناختی آنان مطرح می‌شود (مورو و فورنهم، ۲۰۰۹). تحقیق مهریان (۱۳۹۸) نیز که به بررسی نقش موسیقی بر بهزیسی روانشناختی دانش آموزان پرداخت بود حاکی از تاثیر مثبت و مستقیم موسیقی بر بعد شناختی افراد است. به علاوه پژوهش یعقوبی (۱۴۰۰) در زمینه نقش موسیقی بر یادگیری نشان داد که موسیقی به رشد مهارت‌های شناختی افراد کمک کرده و سبب تقویت مهارت‌های ادراکی، قدرت استدلال و کنترل خودمداری می‌شود. به علاوه نتایج تحقیقات از ارتباط بین موسیقی و رفتار خبر می‌دهند (نورث، هارگرویز و اونیل[2]، ۲۰۰۰)، تاکمن و هرتکزیو، (۲۰۰۲) به بررسی ارتباط بین موسیقی و رفتار اجتماعی پرداختند که یافته‌های آن‌ها حکایت از این داشت که افراد مخصوصا افراد جوان از موسیقی برای تاثیرگذاری و ایجاد یک تصویر بیرونی از خودشان برای دیگران استفاده می‌کنند و جاسلینگ و همکاران (۲۰۰۲) در پژوهش خود به این مهم دست یافتند که افراد از طریق سبک موسیقی مورد علاقه‌ی خود برای ارتباط‌گیری و رفتار با دیگران استفاده می‌کنند. به عنوان مثال وقتی بخواهند خود را به عنوان یک انسان مرموز و پیچیده نشان دهند به آهنگ‌های مبهم و اسرار آمیز گوش می‌دهند و وقتی بخواهند خود را شجاع و بی پروا نشان دهند ضمن استفاده از موسیقی با سرعت بالا رانندگی می‌کنند (کارا گئورگیس و همکاران[3]، ۲۰۲۱) .

باتوجه به آن که در کشور ما موسیقی در سال‌های اخیر با انقلابی شگرف همراه شده است و سبک‌های مختلف موسیقی به سرعت در بین جوانان گسترش یافته، شناخت تاثیرات روانشناختی(عاطفی، شناختی و رفتاری) آن بر مخاطبان بیش از پیش ضرورت یافته است، زیرا همه افراد و به خصوص قشر نوجوان و جوان با شنیدن انواع موسیقی اعم از شاد، غمگین، حماسی، برانگیزاننده، تحریک کننده، نا امیدکننده و غیره، تغییرات روانشناختی بسیاری را تجربه می‌کنند و به تبع آن واکنش‌های رفتاری متفاوتی بروز می‌دهند که این رفتارها می‌تواند خطرآفرین و یا در جهت سلامت جامعه باشد. با توجه به اینکه پژوهش‌های پیشین به طور جامع و مانع به پدیدارشناسی تاثیر انواع موسیقی بر احساس، شناخت و رفتار افراد نپرداختند بر آن شدیم تا به کمک برقراری ارتباط با مخاطبان جوان برای نخستین بار به طور مستقیم به پدیدارشناسی انواع موسیقی بر هیجان، شناخت و رفتار افراد بپردازیم. از کاربردهای مستقیم یافته‌های پژوهش حاضر می‌توان به بررسی تاثیر موسیقی در بروز جرائم رانندگی، استفاده از آن در مراکز بازپروری جهت اصلاح رفتاری و از کاربردهای غیرمستقیم آن می‌توان به القای انگیزه و افزایش امید به زندگی در مخاطب اشاره کرد. نهایتا سوال اصلی ما در این پژوهش این است که انواع موسیقی چه تاثیرات پایدار روان‌شناختی و عاطفی برای شنوندگان آن باقی خواهد گذاشت و به تبع آن چه مولفه‌های رفتاری از افراد سر خواهد زد؟

روش

این پژوهش به شیوه کیفی و با استفاده از رویکرد پدیدارشناسی توصیفی[4] انجام شده است. جامعه هدف در این پژوهش شامل دانشجویان در محدوده سنی ۱۸ تا ۳۵ سال در حال تحصیل دانشگاه علامه طباطبایی (ره) می‌باشد. مطالعه با روش نمونه‌گیری هدفمند شروع شد. تعداد ۱۳ نمونه از بین دانشجویان انتخاب گردید؛ نمونه‌گیری تا اشباع[5] داده‌ها یعنی زمانی که داده جدیدی از سخنان مشارکت-کنندگان استخراج نگردید، ادامه پیدا کرد. روش جمع‌آوری داده‌ها در پژوهش حاضر مصاحبه نیمه ساختاریافته بود.

ابزار سنجش

پژوهش حاضر، یک مطالعه کیفی از نوع پدیدارشناسی بوده و از اطلاعات جمع‌آوری‌شده توصیف‌های تحلیلی، ادراکی و طبقه‌بندی‌شده حاصل شده است. روش کار به این صورت بود که پیش از آغاز هر مصاحبه تلاش شد رضایت مصاحبه‌شوندگان جهت مصاحبه جلب شود، ابتدا اطلاعات لازم در موردپژوهش، محرمانه ماندن مباحث مطرح‌شده، اهداف مصاحبه و نیز حفاظت از فایل صوتی توضیحاتی به افراد

1 Raglio, Attardo
2 North et al.
3 Karageorghis et al.
4 Descriptive phenomenology
5 Saturation

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-30]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.1.18.2]

داده شد و بیان گردید که اطلاعات فقط در راستای اهداف مطالعه است و بدون ذکر مشخصات هویتی استفاده خواهد شد. در مرحله بعد با توجه به شرایط شرکت‌کنندگان در پژوهش زمان مناسب برای مصاحبه‌ها تعیین شد، مدت‌زمان مصاحبه با هر فرد بین بیست تا چهل دقیقه بود. برای تجزیه‌وتحلیل داده‌ها، در مرحله‌ی اول پژوهشگر پس از مصاحبه با مشارکت‌کنندگان تحقیق، ابتدا به بیانات ضبط‌شده‌ی مصاحبه‌شوندگان گوش داد، اظهاراتشان را کلمه به کلمه روی کاغذ نوشت و مطالب از روی فایل‌های صوتی پیاده شد. در مرحله‌ی دوم، پژوهشگر چندین بار به بازخوانی مجدد متون پرداخت و بر عبارات و جملاتی که مستقیم با پدیده‌ی موردبررسی در ارتباط بودند، تمرکز کرد. پس از مطالعه‌ی همه‌ی توصیف‌های مصاحبه‌شوندگان، زیر اطلاعات بامعنی و بیانات مرتبط با پدیده‌ی موردبحث خط کشید و به این طریق، جملات مهم را مشخص کرد. در مرحله‌ی بعد که مرحله‌ی تدوین معانی و استخراج مفاهیم بود، پس از بررسی دست‌نوشته‌ها برای یافتن موضوعات و معانی واحدها، درک ماهیت تجارب مشارکت‌کنندگان، جستجوی تجارب اساسی، جستجو برای تعیین اظهارات مهم و معنی‌دار یا پیشنهاد برای شرح این موضوعات و رابطه بین موضوعات و پیشنهادها با مفاهیم، سعی شد از هر عبارت، یک مفهوم استخراج شود که بیانگر معنی و قسمت اساسی تفکر فرد باشد. پس از کسب این مفاهیم تدوین‌شده، سعی شد مرتبط بودن معنی تدوین‌شده با جملات اصلی و اولیه موردبررسی قرار گیرد و از صحت ارتباط بین آن‌ها اطمینان حاصل شود. پس از استخراج کدها، پژوهشگر، مفاهیم تدوین‌شده را به‌دقت مطالعه کرد و بر اساس تشابه مفاهیم، آن‌ها را دسته‌بندی نمود. بدین روش، دسته‌های موضوعی از مفاهیم تدوین‌شده تشکیل شد. در مرحله‌ی بعد که مرحله‌ی تدوین توصیف تحلیلی احساسات مشارکت‌کنندگان و دیدگاه‌های مربوط به موضوعات بود، نتایج برای توصیف جامع از پدیده‌ی تحت مطالعه به هم پیوند داده شد و دسته‌های کلی‌تری را به وجود آورد. سپس به ارائه‌ی توصیف جامعی از پدیده‌ی موردمطالعه پرداخت، و در مرحله‌ی پایانی، اعتباربخشی با ارجاع به هر نمونه صورت گرفت. معیارهای گوبا و لینکلن (۱۹۹۴) برای بهبود قابل اعتماد بودن یافته‌ها در نظر گرفته شد: قابلیت انتقال (مطالعه چند موردی)، قابلیت اطمینان (تنوع شرکت کنندگان)، و انطباق (بررسی با همتایان و سرپرستان) بنابراین پژوهشگر آنچه را ثبت نمود، به‌دقت مورد تجزیه‌وتحلیل قرارداد، با این هدف که دیدگاه آزمودنی ها نسبت به موسیقی را از نظر آنان توصیف نماید و نشان دهد که این موسیقی برای آنان چه معنا و مفهومی داشته‌اند. این پژوهش طی سال ۱۴۰۰-۱۳۹۹ انجام شد و از ملاک های ورود به این پژوهش: ۱) عدم ابتلا به اختلالات روانپزشکی، ۲) عدم سوء مصرف مواد مخدر، ۳) افراد در بازه سنی نوجوانی و جوانی (۳۵-۱۸ سال) باشند، ۴) روزانه به طور میانگین ۵ دقیقه تجربه گوش سپردن به موسیقی داشته باشند. از ملاک های خروج نیز می‌توان عدم تمایل مصاحبه شونده به شرکت در مصاحبه را، نام برد. می توان طول مدت مصاحبه از ۱۵ الی ۲۰ دقیقه متفاوت بود اما در مجموع ۲۶۰ دقیقه صرف مصاحبه با ۱۲ مشارکت کننده شد.

یافته‌ها

در جدول (۱) اطلاعات جمعیت شناختی مصاحبه شوندگان ارائه شده است:

جدول ۱) اطلاعات جمعیت شناختی مشارکت کنندگان

ردیف	جنسیت	سن	تحصیلات	گوش دادن به موسیقی در طول روز (دقیقه)	وضعیت تاهل	تعداد فرزندان	شغل
۱	دختر	۱۸	دیپلم	۶۰	مجرد	۰	بیکار
۲	دختر	۲۳	لیسانس	۱۵	متاهل	۰	شاغل
۳	دختر	۲۴	دیپلم	۲۰	مجرد	۰	بیکار
۴	دختر	۱۹	دیپلم	۴۰	مجرد	۰	بیکار
۵	دختر	۲۵	لیسانس	۱۰	متاهل	۱	بیکار
۶	دختر	۳۰	لیسانس	۳۰	متاهل	۱	شاغل
۷	پسر	۱۸	دیپلم	۴۵	مجرد	۰	بیکار
۸	پسر	۲۷	لیسانس	۱۲۰	مجرد	۰	بیکار
۹	پسر	۱۹	دیپلم	۳۰	مجرد	۰	بیکار

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-30]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.1.18.2]

۱۰	پسر	۳۵	دکتری	۶۰	متاهل	۱	شاغل
۱۱	پسر	۲۹	لیسانس	۱۵	مجرد	۰	شاغل
۱۲	پسر	۲۴	دیپلم	۳۰	مجرد	۰	بیکار

با توجه به جدول (۱)، یافته های ذیل بدست آمد: تعداد فراوانی مشارکت کنندگان دختر و پسر هرکدام ۶ (با درصد فراوانی ۵۰، میانگین فراوانی ۰/۵ برای هر گروه و میانگین سنی ۲۳/۱ برای دختران و ۲۵/۳ برای پسران) می‌باشد که ۶۶/۶ درصد مجرد و ۳۳/۴ درصد متأهل؛ ۲۵ درصد دارای ۱ فرزند، ۷۵ درصد فاقد فرزند؛ و در مورد تحصیلات پاسخ‌دهندگان به پرسش نامه ۵۰ درصد دارای مدرک تحصیلی دیپلم، ۴۱/۶ درصد دارای مدرک لیسانس و ۸/۴ درصد دارای مدرک دکتری بودند که ۶۶/۶ درصد آن‌ها بیکار و ۳۳/۴ درصد آنان شاغل می باشند؛ در ارتباط با میزان زمان گوش سپردن به موسیقی در طول روز ۷۵ درصد در بازه زمانی ۵۰-۱۰ دقیقه، ۱۶/۶ درصد در بازه زمانی ۹۰-۵۰ و ۸/۴ در بازه زمانی ۱۲۰-۹۰ قرار داشتند.

در ادامه و در جدول شماره (۲) یافته‌های حاصل از تحلیل تاثیر موسیقی‌های عامه پسند بر ابعاد روان شناختی عاطفی و رفتاری در قالب مضامین فرعی و اصلی ارائه شده است:

جدول۲) مضامین اصلی و فرعی تاثیر موسیقی بر ابعاد شناختی، هیجانی و رفتاری

مضامین فرعی	مضامین اصلی
گرایش به موسیقی در زمان‌های تنهایی گرایش به موسیقی برای تجربه حس رهایی فاصله گرفتن از دنیا	میل به رهایی و عدم واقع گرایی
ترغیب به انجام کاری شدن بر انگیختگی هیجانی و به وجد آمدن ترغیب کننده گرایش به اخلاقیات	ایجاد انگیزه
احساس درک و تایید شدن موزیک پیرو یک ایدئولوژی گوش دادن موسیقی متناسب با حالات روحی روانی لحظه‌ای	ایجاد درک مشترک
احساس تسکین و آرامش نقش آرامش دهنده	ایجاد حس آرامش
احساس شادی و سرخوشی شروع روز با موسیقی ایجاد حرکات موزون جنبه تفریحی و تفننی اجتناب از موسیقی‌های غمگین	ایجاد انرژی و شادی
تاکید بر ارزش‌های انسانی انتقادات اجتماعی و سیاسی انتقال احساس دریافتی از آهنگ به اطرافیان	ایجاد علاقه اجتماعی
ایجاد احساس ژرف نگری و تفکر القای حس قدرت ایجاد تصورات و تخیلات	ایجاد قابلیت در فرد
ایجاد هیجانات و احساسات زودگذر و موقتی بیدار کننده عواطف و احساسات القای احساس خشم و عصبانیت تخلیه احساسات منفی از طریق رانندگی و گوش سپردن به موسیقی	تخلیه هیجانی
تاکید بر ابزارهای موسیقی اهمیت آوای موسیقی	ظاهر نگری
القای حس نا امیدی انتقال غم و اندوه	نا امیدی و غم

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-30]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.1.18.2]

بخش جدایی ناپذیر از زندگی افراط در شنیدن موسیقی	اعتیاد به موسیقی
تجدید خاطرات	توجه به گذشته
اهمیت محتوای آهنگ	مفهوم نگری

یافته‌ها حاکی از آن است که اثرات انواع موسیقی بر جوانان به سه حیطه شناختی، هیجانی و رفتاری تقسیم می‌شود که حیطه شناختی شامل: تجربه رهایی و عدم واقعگرایی، ایجاد انگیزه، ایجاد درک مشترک، ، ظاهر نگری و مفهوم نگری؛ حیطه هیجانی شامل: ایجاد حس آرامش، ایجاد انرژی و شادی، ایجاد علاقه اجتماعی، پارادوکس هیجانی، نا امیدی و غم مسری؛ و حیطه رفتاری شامل: ایجاد قابلیت در فرد، تخلیه هیجانی، ارتباط‌گیری با دیگران، تصویرسازی از هویت فردی و اعتیاد به موسیقی در جوانان است. که در ادامه به شرح آن می پردازیم:

میل به رهایی و عدم واقع‌گرایی

افراد دلایل زیادی برای گوش سپردن به موسیقی دارند که فرار از واقعیت زندگی یا به نوعی فرار از مشکلات یکی از آن‌هاست. مشکلاتی که در زمینه ارتباطی و تعاملات میان افراد یا سایر جنبه‌های زندگی روی می‌دهد از جمله دلایلی است که به سبب آن افراد به صورت خودآگاه یا ناخودآگاه به دوری از اجتماع و فاصله گرفتن از دنیا روی می‌آورند، در چنین شرایطی جبران احساس تنهایی و دریافت همدلی، افزایش سطح هیجانات مثبت برای متعادل سازی هیجانات منفی تجربه شده، از جمله دلایلی است که افراد را به سمت موسیقی سوق می‌دهد. همانطور که مشارکت کننده شماره ۱ در این زمینه اظهار داشت: « دنیای امروز دنیای تنهاییه و موسیقی همراه منه تو این تنهایی».

۲- افزایش انگیزه

موسیقی نقش مهمی در انسان به خصوص برای نسل جوان بازی می‌کند و این قدرت را دارد تا زندگی افراد را تغییر دهد. گوش سپردن به موسیقی ارتباط مثبتی با افزایش سطح هیجانات دارد که به تبع شناخت و رفتار افراد را دستخوش تغییر می‌کند. گاهی به دنبال برانگیختگی هیجانی حاصل از شنیدن موسیقی افراد به انجام کار بخصوصی ترغیب می‌شوند یا به لحاظ روحی دگرگونی ویژه‌ای را تجربه می‌کنند و اخلاقیات و امور معنوی برایشان پر رنگ می‌شود. همانطور که مشارکت کننده شماره ۳ در این زمینه اظهار داشت:« موسیقی‌های هستند که منو به سمت کارای درست و اخلاقی هل میدن».

۳- ایجاد درک مشترک

موسیقی اغلب به خوبی احساسات و افکار افراد را منعکس می‌کند و فرد با شنیدن این کلمات از زبان شخص دیگری احساس درک شدن و تایید پذیری می‌کند، که این موضوع در مورد همسویی یک موزیک با ایدئولوژی‌های افراد صدق کرده و عموما آن ایدوئولوژی‌ها را قوت می‌بخشد. افراد در شرایط مختلف متناسب با حالات روحی مختلف خویش به سبک‌های گوناگونی از موسیقی گوش می‌سپارند که ارتباط مستقیمی با سطح هیجانات، شناخت و رفتار به عنوان برآیندی از کل، دارد، به عنوان مثال مشارکت کننده شماره ۸ افزود: « در راستای هر مداحی یه باورها و عقایدی هست که من بخاطر اون عقاید مداحی رو گوش میدم و لذت بخشه».

۴- ایجاد حس آرامش

موسیقی با ایجاد احساس تسکین و آرامش نقش آرامش دهنده‌ی فوری و قوی‌ای را در زندگی روزمره افراد ایفا می‌کند به گونه‌ای که افراد در زمان غم و اندوه، پس از شنیدن موسیقی همخوان و همسو با حالات روحی خویش تخلیه هیجانی شده و تسکین و رهایی از نگرانی‌ها را تجربه می‌کنند و در نهایت به لحاظ روحی انرژی خود را باز میابند، به گونه‌ای که مشارکت کننده شماره ۹ در این زمینه اظهار داشت: « یکسری آهنگا چنان آرامشی میده که حس رهایی پیدا می‌کنم و دیگه نگران چیزی نیستم»

۵- ایجاد انرژی و شادی

موسیقی ابزاری رایج جهت افزایش احساس شادی و سرخوشی است که از کارکردهای آن تحرک، انجام حرکات موزون و تفریح می‌باشد. برای برخی افراد گوش دادن به موسیقی یک عادت و برای برخی دیگر تنها جنبه‌ی گذران زمان داشته و در اولویت خاصی قرار ندارد، گروه دوم تمایلی موسیقی غمگین ندارند و به ویژه هنگام تجربه‌ی خلق و خوی پایین، برقراری تعاملات اجتماعی را به گوش سپردن به موسیقی ترجیح می‌دهند. همانطور که مشارکت کننده شماره ۱۰ در زمینه اجتناب از موسیقی غمگین اظهار داشت: « من دلم بگیره

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-30]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.1.18.2]

آهنگ گوش نمیدم، بخصوص آهنگ،های غمگین و میرم پیش دوستام» و مشارکت کننده شماره ۲ در مورد شروع روز با موسیقی افزود: « وقتی بیدار میشم و موسیقی میذارم انگار دنیا برام رنگ آمیزی میشه».

۶- ایجاد علاقه اجتماعیو ارتباط گیری با دیگران

گاهی افراد از موسیقی جهت ابراز عواطف و انتقال افکار خود به دیگران استفاده می‌کنند یا انتقادات اجتماعی و سیاسی خود را در قالب اشعار ابراز می‌دارند که جامعه و عموم مردم را مخاطب قرار می‌دهد و به عنوان دعوتی از مردم برای پیوستن به ایدئولوژی خاصی عمل می‌کند. اکثر افراد معتقدند موزیک‌هایی که بر ارزش‌های انسانی تاکید می‌کند و اخلاق و تعاملات میان فردی را مورد توجه قرار می‌دهد از ارزش ویژه‌ای برخوردار هستند. به عنوان مثال مشارکت کننده شماره ۶ در این زمینه اظهار داشت: « موزیک‌هایی که به اخلاقیات و تعاملات آدم‌ها اشاره میکنه ارزشمندتره». در زمینه انتقادات اجتماعی نیز مشارکت کننده شماره ۹ اظهار داشت: «با یه سری آهنگا میرم تو فکر آدمای دور و برم و اونایی که از لحاظ اقتصادی در وضعیت پایینی هستند».

۷- ایجاد قابلیت در فرد و تصویر سازی از هویت فردی

از دیگر کارکردهای موسیقی ایجاد احساس ژرف نگری و تفکر عمیق، القای احساس قدرت و ایجاد تصورات و تخیلات است که در پی گرایش به درون نگری و معنایابی در مسائل ایجاد می‌شود. افراد با گوش سپردن به سبک‌های خاصی از موسیقی تسریع در عملکرد و ذهن آگاهی بیشتری را تجربه می‌کنند که بر انجام فعالیت های روزمره یا سایر فعالیت‌های مهم که نیاز به خلاقیت و سرعت عمل دارتد تاثیر مستقیم دارد. همانطور که مشارکت کننده شماره ۳ در زمینه القای احساس قدرت و خلاقیت اظهار داشت: «من وقتی برای حل مسائل ریاضی آهنگ‌های راک گوش میدم احساس میکنم میتونم سریعتر مسائل رو حل کنم» و دیگری اظهار داشت: «وقتی آهنگ گوش میدم کاملا میرم تو فکر و دقیق تر خودمو بررسی میکنم و این باعث میشه به مرور به محتوای مسائل بیشتر پی ببرم».

۸-تخلیه هیجانی

موسیقی ابزاری رایج برای تنظیم هیجانات است به گونه‌ای که افراد با تخلیه احساسات منفی و ایجاد هیجانات مثبت به نقطه‌ی تعادل باز می‌گردند و از فروپاشی روانی جلوگیری می‌کنند. نوای موسیقی و تن‌های مختلف آن نتایج متفاوتی بر سطح هیجانی و شناختی افراد دارد به گونه‌ای که گاهی سبب القای خشم و عصبانیت و گاهی بیدار کننده عواطف و احساسات مثبت است، یافته‌های حاصل از مصاحبه نشان می‌دهد موسیقی اکثر مواقع تاثیرات موقت و کوتاه مدتی بر افراد دارد به گونه‌ای که مشارکت کننده شماره ۲ در این زمینه اظهار داشت: « وقتی آهنگ غمگین گوش میدم همونجا احساس غم میکنم اما تا آهنگ تموم شد این حسمم تموم میشه» و مشارکت کننده دیگری در زمینه بیداری عواطف و احساسات اظهار داشت: «یکبار آهنگی از مادر می‌شنیدم به یکباره دلم برای مادرم شدیدا تنگ شد»، و مشارکت کننده دیگری که افزود: «برای تخلیه هیجانی موزیک گوش میدم، چه موقع رانندگی، چه تو خونه در قالب رقص یا آواز».

۹- ظاهرنگری

نوای طبیعت، موسیقی بی‌کلام و موزیک‌هایی به زبان غیرمادری عموما به دلیل عدم تداعی خاطره‌ای خاص برای افراد و ظاهر موسیقیایی رها، برای مخاطب احساس مثبت بیشتری را به همراه می‌آورند. به طوری که مشارکت کننده شماره ۸ در این زمینه اظهار داشت: «آهنگ‌های شاد به زبان عربی با اینکه نمیدونم چی میگن شادم میکنن»، گاهی افراد بیشتر از نوای موسیقی جذب نوع خاصی از آلات موسیقی می‌شوند که انتخاب سبک موسیقی آن‌ها را جهت می‌دهد، به عنوان مثال مشارکت کننده شماره ۳ در این مورد اظهار داشت: « برای گوش دادن موسیقی بیشتر به دستگاه‌ها و آلات موسیقی توجه میکنم».

۱۰- ناامیدی و غم

موسیقی غمگین می‌تواند احساس غم و اندوه را عمیق کرده و به آن وسعت بخشد، در چنین حالتی افراد ناخودآگاه در گرداب عظیمی از غم و اندوه و ناامیدی خود را گرفتار می‌بینند که به بروز احساس غم و اندوه دامن میزند، همان گونه که مشارکت کننده شماره ۱ در این زمینه گفت: « یکسری آهنگا به آدم غم رو القا می‌کنه و احساس افسردگی میاره». و مشارکت کننده دیگری در این زمینه گفت: «بعضی آهنگایی که گوش میدم ناخواسته ناامیدم می‌کنن».

۱۱- اعتیاد به موسیقی

برای برخی افراد موسیقی بخش جدایی ناپذیری از زندگی و یکی از عادات روزانه است به گونه‌ای که همه لحظه‌های تلخ و شیرین زندگی‌شان با گوش سپردن به موسیقی می‌گذرد. همانطور که مشارکت کننده شماره ۳ در این زمینه گفت: « همه‌ی لحظه‌های تلخ و شیرینم با موزیک میگذره و همانطور که آدم نیاز به غذا و آب داره موسیقی هم برای روح نیازه»، در این میان افرادی هستند که به طور

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-30]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.1.18.2]

افراطی به موسیقی می‌پردازند و اگر بنا به دلایلی نتوانند این عادت روزانه را به جا آورند احساس کسالت، خشم و کلافگی می‌کنند، به عنوان مثال مشارکت کننده شماره ۹ در این زمینه اظهار داشت: « هر شرایط و زمانی باشه باید بشنوم، موقع خواب، مهمانی، سر کلاس، حتی در حمام هم موسیقی گوش میدم».

۱۲- توجه به گذشته

اکثر افراد وقتی قسمتی از یک موسیقی را گوش می‌دهند ناگهان به برهه‌ای از تاریخ که برای اولین بار آن موسیقی را شنیدند بر می‌گردند و خاطرات گذشته برایشان زنده می‌شود و سطح هیجانات، شناخت‌ها و رفتارشان دستخوش تغییر می‌شود، به گونه‌ای که مشارکت کننده شماره ۶ در این زمینه اظهار داشت: «وقتی آهنگی رو که با دوستام یا خانواده گوش کردم دوباره میشنوم یاد اون روز می افتم و خاطرات برام زنده میشه».

۱۳-اهمیت محتوای آهنگ

درکنار گروهی از افراد که فارغ از معنای اشعار و محتوای ترانه به سبب گرایش به نوع خاصی از آلات موسیقی جذب ترانه می‌شدند گروه دیگری از افراد به معنای اشعار اهمیت بالایی داده و انتخاب سبک موسیقی خود را منوط به این پارامتر می‌دانند و هنگام شنیدن موسیقی سعی در درک کلمات و مفاهیم دارند. به عنوان مثال مشارکت کننده شماره ۷ اظهار داشت: «معنای شعر برام مهمه و متن شعر هست که منو جذب میکنه».

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی پدیدارشناسی نقش موسیقی بر احساسات، شناخت و رفتار جوانان صورت گرفت. یافته‌ها حاکی از آن است که اثرات انواع موسیقی بر جوانان به سه حیطه شناختی، هیجانی و رفتاری تقسیم می‌شود که حیطه شناختی شامل: تجربه رهایی و عدم واقعگرایی، ایجاد انگیزه، ایجاد درک مشترک، ، ظاهر نگری و مفهوم نگری؛ حیطه هیجانی شامل: ایجاد حس آرامش، ایجاد انرژی و شادی، ایجاد علاقه اجتماعی، پارادوکس هیجانی، نا امیدی و غم مسری؛ و حیطه رفتاری شامل: ایجاد قابلیت در فرد، تخلیه هیجانی، ارتباط‌گیری با دیگران، تصویرسازی از هویت فردی و اعتیاد به موسیقی در جوانان است. در حیطه شناختی یافته‌ها حاکی از آن است که افراد پس از گوش سپردن به موسیقی در برخی مواقع نوعی عدم واقع‌گرایی نسبت به امور را تجربه می‌کنند که در پی آن به دنبال تجربه حس رهایی از مشکل و به نوعی فرار از واقعیت هستند، در آن سو، مصاحبه شوندگان در پی گوش سپردن به موسیقی افزایش انگیزه و بهزیستی روانشناختی را گزارش دادند، که سبب پرداختن به امور و دریافت انرژی لازم برای حل و فصل کردن مسائل می‌شود، در این میان افراد با پرورش درک مشترک و مفهوم‌نگری، رشد شناختی و دغدغه مندی اجتماعی را گزارش دادند که در نهایت به رشد علاقه اجتماعی افراد منجر می‌شود. یافته‌های این بخش، نظیر افزایش انگیزه، بهزیستی روانشناختی و مفهوم نگری با تحقیق مهریان (۱۳۹۸) که به بررسی نقش موسیقی بر بهزیسی روانشناختی دانش آموزان پرداخت بود همسو می‌باشد، یافته‌های پژوهش مهریان (۱۳۹۸) حاکی از تاثیر مثبت و مستقیم موسیقی بر بهزیستی روانشناختی، انگیزه و نوعی مفهوم نگری در دانش آموزان بود. به علاوه تمیز بین ظاهرنگری و مفهوم‌نگری، قدرت درک و استدلال با پژوهش یعقوبی (۱۴۰۰) در زمینه نقش موسیقی بر یادگیری تا حدود زیادی هم‌راستا می‌باشد، این پژوهش نشان داد که موسیقی به رشد مهارت‌های شناختی افراد کمک کرده و سبب تقویت مهارت‌های ادراکی، قدرت استدلال و کنترل خودمداری می‌شود. در حیطه هیجانی نیز در پی گوش سپردن به موسیقی افراد نوعی حس آرامش، انرژی و شادی، نوع دوستی و گاهی غم را گزارش دادند، یافته‌ها حاکی از آن بود که افراد متناسب با حالات روحی خود در لحظه سبک موسیقی خاصی را انتخاب می‌کنند، مثلا زمانی که احساس غم دارند موسیقی غمگین انتخاب می‌کنند. اما در این میان افراد گزارش دادند که گاهی از این انتخاب احساس رضایت ندارند یعنی در رابطه با انتخاب موسیقی غمگین در زمان ناراحتی نوعی پارادوکس را تجربه می‌کنند، که این یافته با نتایج تحقیق ارولا و پرتولا[1]، (۲۰۱۷) هم راستا می‌باشد. به علاوه طی مصاحبه افراد گزارش دادند که موسیقی خاصیت مسری دارد یعنی اگر فرد به لحاظ هیجانی در حالت غمگین باشد و موزیک شاد گوش بدهد ناخودآگاه به آرامی متحول شده و هیجانات مثبت تری را تجربه

1 Eerola & Peltola

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-30]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.1.18.2]

می‌کند. یافته‌های این بخش نیز با پژوهش‌های سو و لای[1]، (۲۰۰۴)؛ تیگ و همکاران[2]، (۲۰۰۶)؛ ارکیلا و همکاران[3]، (۲۰۱۲) و کازی و نیلز[4]، (۲۰۱۴) و هارون ووسکاسکی، (۲۰۲۰) هم سو می‌باشد. مطابق با یافته‌های پژوهش حاضر، گوش دادن مداوم به موسیقی می‌تواند هیجانات مختلف از جمله شادی، غم و خشم را به صورت بنیادی فعال کند و فعالیت‌های روزمره از جمله نوع رانندگی را تحت تاثیر قرار دهد، دستاوردی که با پژوهش کارا گئورگیس و همکاران (۲۰۲۱) همسو می‌باشد، یافته‌های این پژوهش حاکی از آن است که متن و تناژ صوت موسیقی بر شدت هیجان و نوع رانندگی اثرگذار است به گونه‌ای که موسیقی بی‌کلام و ملایم برانگیختگی هیجانی کمتر و رانندگی کم خطر خطری را به دنبال دارد.در نهایت همانطور که به آن اشاره شد، در بعد رفتاری، گاهی افراد از موسیقی جهت ابراز عواطف و انتقال افکار خود به دیگران استفاده می‌کنند که نوعی ارتباط‌گیری با دیگران، تصویرسازی از هویت فردی و نحوه‌ی شناساندن خود به دیگران و دنیای پیرامون است، یافته‌های این بخش با پژوهش جاسلینگ و همکاران (۲۰۰۲) و نورث و هارگریوز، (۲۰۰۰) در مورد نحوه‌ی استفاده افراد از سبک موسیقی مورد علاقه‌ی خود برای ارتباط‌گیری و رفتار با دیگران همسو می‌باشد. به عنوان مثال وقتی بخواهند خود را به عنوان یک انسان مرموز و پیچیده نشان دهند به آهنگ‌های مبهم و اسرار آمیز گوش می‌دهند. به علاوه تخلیه هیجانی در قالب رانندگی و گوش سپردن به موسیقی به طور همزمان با پژوهش کارا گئورگیس و همکاران (۲۰۲۱) درمورد ارتباط تناژ موسیقی و بروز رفتارهای پر خطر حین رانندگی، که پیش تر به آن اشاره شد هم راستا می‌باشد.

محدودیت‌های پژوهش: با توجه به اینکه بخش اصلی پژوهش حاضر با روش کیفی انجام شده است، محدودیت‌های روش کیفی ازجمله غیرممکن بودن حذف سوگیری مشاهده گر، عدم کنترل اعتبار نتیجه گیری محقق و عدم قابلیت تعمیم پذیری بر آن وارد است.

پیشنهاد های پژوهش: در پایان با توجه به اینکه بخش بسیاری از اوقات جوانان را موسیقی پر کرده است الزامی به نظر می رسد گام های عملی جهت آگاه سازی جوانان از تاثیرات موسیقی بر خلق و خوی آن ها صورت پذیرد و در این راستا ایجاد تغببرات اساسی در محتوای موسیقی های عامه پسند الزلمی به نظر می رسد.

منابع

آزاده فر، م و نوری، م. (۱۳۸۹). تحلیل نحوۀ برخورد و ارزش گذاری موسیقی راک از دیدگاه مخاطبان: مطالعۀ موردی شنوندگان ایران و ترکیه. *فصلنامه جامعه شناسی هنر و ادبیات*. ۲، (۷)، ۶۰-۴۴.

امامی سیگارودی، ع.، دهقان نیری، ن. (۱۳۹۱). روش شناسی تحقیق کیفی: پدیدار شناسی. *پرستاری و مامایی جامع نگر*، ۲۲، (۶۸)، ۶۳-۵۶.

ردایی، و. (۱۳۹۶). *بررسی کیفی نقش مؤلفه‌های وجودی مرگ آگاهی و مسئولیت در انطباق مؤثر مراقبت کنندگان بیماران مبتلا به سرطان*. پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد دانشگاه علامه طباطبائی تهران، ۱۳، (۵)، ۳۸-۲۲.

شوکر، ر. (۱۳۸۴). *شناخت موسیقی مردم‌پسند*. ترجمه محسن الهامیان. تهران: مرکز چاپ و انتشارات مؤسسه عالی آموزش و پرورشی مدیریت و برنامه‌ریزی.

مهریان، ج. (۱۳۹۸). تأثیر آموزش موسیقی بر بهزیستی روان شناختی دانش آموزان. *نشریه مدیریت و چشم انداز آموزش*. ۱، (۲)، ۱۳-۱.

ویسی، ف. (۱۴۰۰). بررسی کاربرد موسیقی در میزان رشد عاطفی و روانی حرکتی کودکان پیش دبستانی، *چهارمین همایش بین المللی روانشناسی، علوم تربیتی و مطالعات اجتماعی*، همدان، ۲۰، (۱۳)، ۲۳۲-۱۲۱.

یعقوبی، ر. (۱۴۰۰). مروری بر نقش آموزش موسیقی در یادگیری دانش آموزان، *دومین همایش ملی مدرسه آینده*، اردبیل. ۷، (۱۵)، ۳۴-۲۰

نفر، م.، سماعی، م. (۱۳۹۶). بررسی محتوای موسیقایی رادیو آوا به روش تحلیل محتوای کیفی. *فصلنامه رسانه‌های دیداری و شنیداری*، ۱۱، (۳)، ۱۲۱-۱۴۹.

غازی، م .، شکاری، ج. (۱۳۹۴). تاثیر روانشناختی موسیقی در روح و روان انسان به مثابه یک روان درمانگر، *دومین کنفرانس ملی و اولین کنفرانس بین المللی پژوهش های نوین در علوم انسانی*، تهران، ۵، (۳)، ۷۸-۵۶.

Barbaroux, M., Dittinger, E., & Besson, M. (2019). Music training with Demos program positively influences cognitive Functions in children from low socio-economic backgrounds. *PLoS ONE. 14*(5), 216-874.

Cathy, M., & Niels, H. (2014). Music therapy's effects on levels of depression, anxiety, and social isolation in Mexican farmworkers living in the United States: A randomized controlled trial. *The Arts in Psychotherapy, 1*(41), 120-126.

1 Hsu & Lai
2 Teague et al.
3 Erkkilä et al.
4 Cathy & Niels

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-30]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.1.18.2]

Debra ,S., Susan, M ., Yan, T., Russell, E., & Larry, D. (2015). Music Therapy Is Associated with Family Perception of More Spiritual Support and Decreased Breathing Problems in Cancer Patients Receiving Hospice Care. *Journal of Pain and Symptom Management, 2*(50), 225-231.

Eerola, T., Peltola, H. R. (2016*). M*emorable experiences with sad music—reasons, reactions and mechanisms of three types of experiences*. PLoS One*, *11*(6), 157-444.

Erkkilä, J., Punkanen, M., Fachner, J., Ala-Ruona, E., Pöntiö, I., Tervaniemi, M., Vanhala, M. & Gold, C. (2011). Individual music therapy for depression: randomised controlled trial. *The British Journal of Psychiatry, 19* (2), 132-139.

Gohari Fakhrabad. M.(2018). The position of music therapy in the medical texts of Muslims with reviewing an ancient treatise. *Jiitm, 24* (2),124-185, (In Persian).

Goltz, F., Sadakata. M. (2021). *Do you listen to music while studying? A portrait of how people use music to optimize their cognitive performance,* Acta Psychologica, Volume 220.

Huron, D., Vuoskoski, J. K. (2020). On the enjoyment of sad music: Pleasurable compassion theory and the role of trait empathy. *Frontiers in Psychology*, *11*(18), 10-60.

Hsu, W. C., & Lai, H. L. (2004). Effects of music on major depression in psychiatricinpatients. *Archives of Psychiatric Nursing, 182*(51), 193–199.

Juslin, P. N., (2000). Cue utilization in communication of emotion in music performance: Relating performance to perception. *Journal of Experimental Psychology*: Human Perception. *21*(45), 630-412.

Lindsay A. Warrenburg (2020). *People Experience Different Emotions from Melancholic and Grieving Music*. First Published December 16.

Lin, L. C., Chiang, C. T., Lee, M. W., Mok, H. K., Yang, Y. H., Wu, H. C., Tsai, C. L., & Yang, R. C. (2013). Parasympathetic activation is involved in reducing epileptiform discharges when listening to mozart music. *Clinical Neurophysiology*, *124*(8), 1528-1535.

Levinson, J. (2014). Suffering art gladly: *The paradox of negative emotion in art*. Springer, 31(20), 289-354.

Liu, L., & Petrini, M. (2015). Effects of music therapy on pain, anxiety, and vital signs in patients after thoracic surgery. *Complementary Therapies in Medicine, 23*(27), 714–718.

Raglio, A., Attardo. L. (2020). *Chapter 44 - Music therapy in dementia: The effects of music therapy and other musical interventions on behavior, emotion, and cognition, Editor*(s): Colin R. Martin, Victor R. Preedy, Diagnosis and Management in Dementia, Academic Press,Pages 695-711.

Musil, J. J., Iversen, J. R., Siefen, M. (2014). Measuring individual differences in musical beat alignment perception. *Personality and Individual Differences, 20*(34), 341-425.

Gutiérrez, E. O. F., & Camarena, V. A. T. (2015). Music Therapy in Generalized Anxiety Disorder. *The Arts in Psychotherapy, 44*(12), *19-24.*

Nozaradan, S., Peretz, I., Mouraux, A. (2012). Selective neuronal entrainment to the beat and meter embedded in a musical rhythm. *Journal of Neuroscience,32*(49), 1757-1758.

Spruit, A., Schalkwijk, F., Van Vugt, E., & Stams, G. J. (2016). The relation between self-conscious emotions and delinquency: A meta-analysis. *Aggression and violent behavior, 28*(18), 12-20.

North, A. C., Hargreaves, D. J., & O Neill, S. A.. 2000. The importancof music toadolescents . *British Journal of Educational Psychology, 70*(51), 255 -272.

Karageorghis, C. I., Kuan, G., Payre, W., Mouchlianitis, E., Howard, L. W., Reed, N., Parkes, A. M. (2021). Psychological and psychophysiological effects of music intensity and lyrics on simulated urban driving. *Frontiers in Psychology, 3*(12), 37.

Teague, A. K., Hahna, N. D., & McKinney, C. H. (2006). Group music therapy with women who have experienced intimate partner violence. *Music Therapy Perspectives, 24*(34), 80–86.

Warrenburg, L. A. (2020). Comparing musical and psychological emotion theories. *Psychomusicology: Music, Mind, and Brain, 30*(1), 1–19.

Zheng, M., Lin, H., Chen, F. (2020). An fNIRS Study on the Effect of Music Style on Cognitive Activities *The British Journal of Psychiatry*, *112*(2), 142-119.

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-30]

[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.1.18.2]