

بررسی تاثیر موسیقی بر عملکرد تمرکز و توجه دانشجویان دانشگاه علوم

پزشکی آزاد تهران

مهدی کیهانی^۱، مریم شریعت پناهی^۲^۱ دانشجوی پزشکی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد پزشکی تهران^۲ استادیار، مدیر گروه روانپزشکی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد پزشکی تهران

چکیده

سابقه و هدف: اثرات مثبت موسیقی در عملکردهای مغز انسان مطرح شده است. در این مطالعه، اثر کوتاه مدت گوش دادن به یک قطعه موسیقی کلاسیک بر عملکرد توجه و تمرکز بررسی شد.

روش بررسی: در این کارآزمایی بالینی شاهددار تصادفی شده، ۴۰ نفر از دانشجویان رشته پزشکی به طور تصادفی به دو گروه موسیقی و شاهد تقسیم شدند. در گروه موسیقی ۱۵ دقیقه موسیقی برای آزمودنی پخش و در گروه شاهد ۱۵ دقیقه استراحت به آزمودنی داده شد. در هر دو گروه آزمون حافظه وکسلر و آزمون شمارش معکوس اعداد انجام شد.

یافته‌ها: میانگین نمره آزمون وکسلر در گروه موسیقی ۱۱۳/۹۷ و در گروه شاهد ۱۰۷/۲۲ بود ($P < ۰/۰۱$). در آزمون شمارش معکوس اعداد از ۱۰۰ در گروه موسیقی میانگین زمان انجام آزمون ۴۱/۵۰ ثانیه و در گروه شاهد ۵۱ ثانیه بود که تفاوت آماری معنی داری نداشتند. گروه موسیقی میانگین خطای ۰/۴۵ داشت و کمتر از گروه شاهد با میانگین خطای ۱/۲۰ بود ($P < ۰/۰۵$).

نتیجه گیری: این مطالعه نشان داد که گوش دادن به موسیقی می‌تواند باعث بهبود عملکرد توجه و حافظه شود.

واژگان کلیدی: موسیقی، توجه، تمرکز، آزمون توجه، دانشجویان پزشکی.

مقدمه

علمی پیچیده که امروزه با تمام پیشرفتهای تنها اندکی به ماهیت آن نزدیک شده‌ایم. به طور ساده می‌توان توجه را چنین تعریف کرد. توجه انتخاب، یافتن و فوکوس روی یک محرک داخلی یا خارجی می‌باشد (۱).

در این مطالعه بررسی تاثیر موسیقی مورد توجه ما بود. موسیقی هنری است که حوزه عملکردش ترکیب آواها و صداهای سازی جهت ایجاد زیبایی فرم و یا بیان احساسی می‌باشد. این هنر جهانی کاربردهای متفاوتی از مراسم تشریفاتی، نیایشی گرفته تا تنظیم حرکت در مارش‌های نظامی، ارتباط و یا سرگرمی دارد (۲). امروز موسیقی و تاثیرات نوروفیزیولوژیک آن مورد توجه بسیاری از محققان در سراسر دنیا می‌باشد. در حوزه روانشناسی، موسیقی را همچون زبان‌های رایج دنیا نوعی زبان دانسته‌اند، که مناطق خاص خود را در مغز دارد و هم‌چون زبان، درک آن نیازمند آموزش است (۳). بنابر این موسیقی عملکردی ارتباطی چون زبان

مغز مرکز دریافت حس‌های محیطی مرکزی برای تحلیل و تصمیم‌گیری است ولی حجم اطلاعاتی که در هر لحظه به مغز می‌رسد چنان بالاست که در عمل اگر قرار بر پردازش تمام آن داده‌ها می‌بود عملکرد مغز مختل می‌شد، در اینجا قدرت و توانایی خاص تمرکز (concentration) لازم می‌آید. همگان تمرکز را می‌شناسند، با این حال آنچه از ماهیتش می‌دانیم بسی اندک است. منظور از تمرکز وضعیتی است که در آن شخص عملکرد توجه (attention) خود را روی موضوع خاصی به کار می‌برد. از طرفی توجه مفهومی گسترده و چند لایه‌ای را مد نظر دارد. کارکردی در ظاهر واضح و ساده و در کاوش

آدرس نویسنده مسئول: تهران، خیابان تابان غربی، پلاک ۴، واحد ۱، دکتر مهدی کیهانی

(email: mahdi.kayhani@gmail.com)

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۸۶/۱۱/۲۸

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۸۷/۳/۲۵