

Univerzita Karlova v Praze
Pedagogická fakulta

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

2019

Anna Skalická

Univerzita Karlova v Praze

Pedagogická fakulta

Katedra hudební výchovy

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Význam ukolébavek u dětí v předškolním věku

The importance of lullaby in pre-school children

Anna Skalická

Vedoucí práce: doc. PaedDr. Miloš Kodejška, CSc.

Studijní program: Specializace v pedagogice

Studijní obor: Učitelství pro mateřské školy

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma Význam ukolébavek u dětí v předškolním věku vypracovala pod vedením vedoucího práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále prohlašuji, že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

Praha, 16. dubna 2019

.....

podpis

PODĚKOVÁNÍ

Chtěla bych upřímně poděkovat svému vedoucímu práce, Doc. Miloši Kodejškovi, CSc. za jeho odborné vedení, jeho čas, cenné rady a připomínky, jeho velice vstřícný a obětavý přístup. Chtěla bych své upřímné poděkování vyjádřit též svému otci Petru Chaloupskému, který je pro mne velkou inspirací v hudební sféře. Chtěla bych poděkovat za jeho půvabné ukolébavky, věnované našim členům rodiny, že se staly součástí mé bakalářské práce, též za jeho cenné rady a pomoc při nahrávání ukolébavek. Velké poděkování patří rovněž všem matkám, učitelkám mateřských škol a pečujícím osobám o děti raného věku, které se zúčastnily mého výzkumu, za jejich čas, ochotu a obohacující přispění k tématu mé bakalářské práce. V neposlední řadě patří poděkování mé rodině, která mne s láskou podporovala po celou dobu studia.

ANOTACE

Bakalářské práce přibližuje význam ukolébavek u dětí v předškolním věku. V teoretické části se zabývá náhledem na vývoj dítěte v oblasti sluchového vnímání od prenatálního období až do nástupu dítěte do základní školy. Dále se zaměřuje na význam a působení ukolébavek v rozvoji osobnosti dítěte, v senzitivním období, charakteristikou ukolébavek a jejich žánrovým a historickým členěním od dávného starověku až po současnost. Praktická část bakalářské práce obsahuje kvalitativní a kvantitativní výzkum. V kvalitativním výzkumu byly uskutečněny rozhovory se třemi skupinami respondentů: matkami, učitelkami mateřských škol a pečujícími osobami o děti raného věku. Bylo především zjišťováno, zda respondentky zpívají dětem ukolébavky, jaké způsoby uspávání volí pro děti a jaký je jejich názor na zpěv ukolébavek v mateřských školách, předškolních zařízeních a zařízeních pro děti raného věku. Podobně kvantitativní výzkum prostřednictvím dotazníkového šetření u učitelek mateřských škol byl zaměřen především na zjištění zpěvu ukolébavek dětem v mateřských školách. Rovněž byla realizována i odborná analýza vybraných světových ukolébavek, které byly přeloženy, zharmonizovány a podrobeny třem oblastem rozboru: formálnímu, genetickému a sémantickému. Součástí bakalářské práce bude sborník vybraných světových i českých ukolébavek a zvuková příloha ukolébavek a relaxační hudby, které budou dostupné široké veřejnosti pro praktické využití. Cílem bakalářské práce je prohloubit význam působení ukolébavek u dětí v předškolním věku.

KLÍČOVÁ SLOVA

ukolébavka, dítě, učitel, zpěv, uspávání, vztah

ANNOTATION

The Bachelor thesis approaches the importance of lullabies in pre-school children. The theoretical part deals with the view of the development of the child in the area of hearing perception from the prenatal period until the arrival of a child in elementary school. Furthermore, it focuses on the importance and effect of lullabies in the development of the child's personality, in a sensitive period, the characteristics of lullabies and their genre and a historical division from ancient antiquity to the present. The practical part of the thesis contains qualitative and quantitative research. In the qualitative research, interviews were conducted with three groups of respondents: mothers, kindergarten teachers, and early childhood carers. Above all, it was ascertained whether the respondents were singing lullabies to children, which ways of sleeping they chose for children, and what their opinion is about singing lullabies in kindergartens, preschool and early childhood facilities. Similarly, quantitative research through a questionnaire survey in kindergarten teachers was focused primarily on finding lullabies singing to children in kindergartens. An expert analysis of selected world lullabies was carried out, which were translated, harmonized and subjected to three areas of analysis: formal, genetic and semantic. The study will include a collection of selected world and Czech lullabies as well as a sound supplement of lullabies and relaxation music that will be available to the general public for practical use. The aim of this Bachelor thesis is to deepen the importance of lullabies in pre-school children.

KEYWORDS

lullaby, child, teacher, singing, to sleep, relationship

Obsah

ÚVOD	11
I TEORETICKÁ ČÁST	13
1 Náhled na vývoj dítěte v oblasti sluchového vnímání a působení ukolébavek	13
1.1 Prenatální období	13
1.2 Novorozenecké a kojenecké období	15
1.3 Dítě v období mladšího a staršího batolete	17
1.4 Dítě v období od tří do šesti let	19
2 Ukolébavky a jejich význam pro osobnostní rozvoj dítěte	21
2.1 Charakteristika osobnostního rozvoje dítěte	21
2.2 Hudba jako poselství životních hodnot	23
2.3 Ukolébavky jako pojem a hudební forma	24
2.3.1 Původ slova ukolébavka	24
2.3.2 Ukolébavka jako bohatství lidové kultury	25
2.3.3 Charakteristika ukolébavek	26
2.3.4 Význam ukolébavek	28
2.4 Vliv na hudební rozvoj dítěte v senzitivních obdobích	31
2.5 Způsoby uspávání dětí	32
3 Rozdělení ukolébavek podle jejich historického vzniku a žánru	35
3.1 Ukolébavky dávného starověku	35
3.2 Ukolébavky v období středověku	36
3.3 Ukolébavky v období novověku	36
3.3.1 Lidové ukolébavky	37
3.3.2 Autorské ukolébavky	38
3.3.3 Ukolébavky populární a relaxační hudby	39
II PRAKTICKÁ ČÁST	41
4 Předmět a cíle výzkumu	41

5	Pracovní hypotézy	42
6	Výzkumné metody	43
7	Vlastní výzkum	45
7.1	Organizace výzkumu	45
7.2	Charakteristika výzkumného vzorku	46
7.3	Realizace výzkumného šetření	47
7.3.1	Výsledky rozhovorů	47
7.3.2	Výsledky dotazníku	55
7.3.3	Realizace metody analýzy vybraných světových ukolébavek	60
7.3.3.1	Severní Amerika	61
7.3.3.2	Latinská Amerika	61
7.3.3.3	Afrika	61
7.3.3.4	Asie	62
7.3.3.5	Austrálie a Nový Zéland	62
7.3.3.6	Západní Evropa	62
7.3.3.7	Střední Evropa	63
7.3.3.8	Východní Evropa	63
7.3.3.9	Jihovýchodní Evropa	63
7.3.3.10	Severní Evropa	64
7.3.3.11	Jižní Evropa	64
7.4	Shrnutí výsledků výzkumu a verifikace pracovních hypotéz	64
8	Metodické náměty do praxe	67
9	Diskuze	68
	ZÁVĚR	70
10	Seznam použité literatury	73
11	Přílohy	77
11.1	Rozhovory	77

11.1.1	Předlohy rozhovorů	77
11.1.2	Příklad zaznamenaných rozhovorů	77
11.2	Dotazníky	77
11.2.1	Předloha dotazníku	77
11.3	Sborník vybraných světových a našich českých ukolébavek.....	77
11.3.1	All The Pretty Little Horses / Dítě mé, neplač již	77
11.3.2	Dorme, dorme, meu menino / Spinkej, spinkej, ó mé dítě	77
11.3.3	Nenna, Nenna / Spi, mé dítě	77
11.3.4	The Bamboo Flute / Flétnu z bambusu	77
11.3.5	Maranoa lullaby / Máma už tu je.....	77
11.3.6	Fais Dodo / Spinkej, dítě	77
11.3.7	Der Mond ist aufgegangen / Měsíček s bledou tváří.....	77
11.3.8	Баюшки Баю / Spi, synáčku	77
11.3.9	Dandini dandini dastana / Spi, dítě	77
11.3.10	Kehto Laula / Houpi hou	77
11.3.11	Arroro / Spinkej, dítko	77
11.3.12	Spi, mé milé poupě	77
11.3.13	Hajej, můj andílku	77
11.3.14	Spi, synáčku, spi	77
11.3.15	Chtíc, aby spal	77
11.3.16	Spi, Janíčku, spi	77
11.3.17	Ej, padá, padá rosička	77
11.3.18	Spi, mé dítě, spi	77
11.3.19	Schlafe, mein Prinzchen / Spinkej můj princí	77
11.3.20	Guten Abend, gute Nacht / Dobrý večer, dobrou noc	78
11.3.21	Ukolébavka	78
11.4	Zvuková příloha vybraných ukolébavek a relaxační hudby	78

11.4.1	All The Pretty Little Horses	78
11.4.2	Dorme, dorme, meu menino.....	78
11.4.3	Nenna, Nenna	78
11.4.4	The Bamboo Flute	78
11.4.5	Maranoa lullaby.....	78
11.4.6	Fais Dodo	78
11.4.7	Der Mond ist aufgegangen	78
11.4.8	Баюшки Баю (Spi synáčku).....	78
11.4.9	Dandini dandini dastana	78
11.4.10	Kehto Laua	78
11.4.11	Aroro	78
11.4.12	Spi, mé milé poupě	78
11.4.13	Hajej, můj andílku	78
11.4.14	Spi, synáčku, spi	78
11.4.15	Chtíc, aby spal	78
11.4.16	Spi, Janíčku, spi.....	78
11.4.17	Ej, padá, padá rosička	78
11.4.18	Spi, mé dítě, spi	78
11.4.19	Schlafe, mein Prinzchen	78
11.4.20	Guten Abend, gute Nacht	78
11.4.21	Ukolébavka	78
11.4.22	Ukolébavka pro Pěťu.....	78
11.4.23	Ukolébavka pro Marušku	78
11.4.24	Ukolébavka pro Aničku.....	79
11.4.25	Ukolébavka pro Evu	79
11.4.26	Stříbrné paprsky luny.....	79

ÚVOD

Pro svou bakalářskou práci jsem zvolila téma: Význam ukolébavek u dětí v předškolním věku. Vybrala jsem si jej především proto, že mám velice blízko k hudbě. Přemýšlela jsem, jakým způsobem lze krásu hudby předávat dětem v předškolním věku. Ihned mi vyvstaly na mysl ukolébavky, které představují něžné pohlazení po duši, zprostředkovávají vztah mezi dítětem a pečujícím osobou, učitelkou/učitelem, která/kteřý dítěti zpívá. Zušlechťují a rozvíjejí osobnost dítěte, vedou k uklidnění a uvolnění, jak po psychické, tak i fyzické stránce. Zároveň slouží k předávání našeho kulturního bohatství z generace na generaci. Jejich význam a působnost není příliš zmapována v českých pramenech literatury. Spíše se o nich dozvídáme v materiálech ze zahraničí. Ze zkušeností při uspávání dětí v mateřské škole jsem při zpěvu ukolébavek pocítovala, jak děti zpěv ukolébavek uklidňuje, pozitivně je naladí, a jak po lásce a zpěvu touží. Proto jsem se rozhodla, že se ve své bakalářské práci budu hlouběji zabývat ukolébavkami a budu se snažit přiblížit jejich význam v životě dítěte.

Teoretickou část své práce zaměřuji na vývoj dítěte v oblasti sluchového vnímání a působení ukolébavek od prenatálního období až po vstup dítěte do základní školy, jak z hlediska vývojové, tak i hudební psychologie. Jak zmiňuje Jan Amos Komenský (1992, s. 41): *„Nejpřednější stráž lidského pokolení v kolíbce jest. Protože na začátku záleží všecko, k dobrému i zlému. Kam jak co jíti začne, tam tak jde: za hlavou tělo, za ojem vůz. A nejsnáze začítí na počátku, jinde těžko.“* Je důležité zasévat již v raném věku do dětských duší krásu a obohacující podněty skrze hudbu, skrze ukolébavky, pro jejich osobnost, aby se děti rozvíjely a vyrůstali z nich lidé, kteří budou žít v harmonii a budou předávat bohatství kultury dalším generacím. Ve své práci se v dalších kapitolách věnuji významu a působení ukolébavek na rozvoj osobnosti dítěte, jejich vlivem na hudební rozvoj dítěte v senzitivním období i na osobu, která dítěti zpívá. Zároveň popisují i charakteristiku ukolébavek, jejich žánrové a historické členění od dávného starověku až po současnost. Studium teoretických východisek pro mou bakalářskou práci bylo pro mne velice přínosné a obohacující, dozvěděla jsem se mnoho zajímavých poznatků, které chci ověřit ve svém výzkumném šetření.

V praktické části se zaměřuji především na zkoumání zpěvu ukolébavek v domácím prostředí, mateřských školách a zařízeních pro děti raného věku. Prostřednictvím kvalitativního výzkumu, metody rozhovoru, s matkami, učitelkami mateřských škol a pečujícími osobami o děti raného věku zjišťuji, zda dětem zpívají ukolébavky, jaké způsoby uspávání volí pro děti, jaké účinky a význam ukolébavky přinášejí a jaký je jejich názor na zpěv ukolébavek pro děti v předškolním věku. Stejně tak zjišťuji u učitelek mateřských škol prostřednictvím

dotazníkového šetření v kvantitativním výzkumu, zda dětem zpívají ukolébavky a jaký je jejich názor na zpěv ukolébavek v mateřských školách.

Ukolébavky mne velice oslovily a přivedly k zamyšlení se nad jejich působení v rozvoji osobnosti jedince. Jako předmět mé bakalářské práce jsem zvolila prohloubení významu a působení zpěvu ukolébavek, jak v domácím prostředí, tak i v mateřských školách, předškolních zařízeních a zařízeních pro děti raného věku. Mým cílem je především zjistit, zda se zpívají ukolébavky dětem v předškolním věku. Prostřednictvím své bakalářské práce bych chtěla rovněž zprostředkovat sborník ukolébavek a zvukovou nahrávku ukolébavek a relaxační hudby, které by byly dostupné široké veřejnosti pro případné praktické využití. Sborník ukolébavek a zvuková příloha bakalářské práce budou umístěny na webové stránce <http://chaloupsky.op.cz/anna.htm> současného skladatele duchovní hudby, mého otce Petra Chaloupského.

I TEORETICKÁ ČÁST

1 Náhled na vývoj dítěte v oblasti sluchového vnímání a působení ukolébavek

„Hudební vývoj považujeme za neoddělitelnou složku lidské osobnosti a za nezastupitelnou součást její harmonické kultivace“ (Sedlák a Váňová, 2013, s. 356). Jedná se o proces, kdy dochází k poměrně stálým změnám v psychických strukturách a funkcích jedince. Hudební vývoj člověka je závislý na jeho osobní vybavenosti a na přísunu kvalitních hudebních podnětů v prostředí, ve kterém se dítě pohybuje. Vývoj se netýká pouze rozvoje sluchového a motorického analyzátoru, či jen speciálních hudebních schopností, ale vnímáme jej ve spojitosti s dalšími vlastnostmi člověka i se změnami vývoje jeho psychiky v průběhu života. (Sedlák a Váňová, 2013).

Vícedimenzionální význam ukolébavky ve vývoji a výchově jedince můžeme vnímat z mnoha hledisek, podobně jako vnímáme samotnou výchovu. Výchovu v širším smyslu chápeme jako proces celoživotní, který začíná již při první aktivitě a vnímání smysly v prenatálním vývoji a končí utlumením těchto sensorů, tedy smrtí. Zajímavostí je, že sluch je prvním a zároveň jediným smyslem, který se aktivizuje v prenatálním období. Hudební výchova se stává jedinou z výchov, která se může rozvíjet už v tak raném období člověka (Hudáková a Savková, 2015). Naopak sluch je smyslem, který při umírání mizí jako poslední (Ted Harrison, 2003 in Hudáková a Savková, 2015).

Člověk se v průběhu života rozvíjí, mění se jeho potřeby, touží po přijetí, po vztazích s ostatními, po jejich blízkosti. Hudba přináší estetický, emocionální a duchovní prožitek, který formuje člověka a hraje zásadní roli v rozvoji jeho osobnosti. Gerlichová (2017) připodobňuje naše tělo k obrovskému rezonančnímu hudebnímu nástroji, kdy hudba doslova prostupuje celého člověka. Díky zobrazovacím technikám lze dobře měřit, jak který druh hudby ovlivňuje aktivitu našeho mozku, krevní tlak či tep, napětí ve svalech a kůži. V následujících kapitolách se budeme zabývat sluchovým vnímáním dítěte a významem ukolébavek v jednotlivých etapách jeho života. Jak zmiňuje Hermann Regner (In Jurkovič 2012, s. 13): „*Od kdy se může dítě těšit zpěvem? Odpověď je jednoduchá: devět měsíců před narozením.*“

1.1 Prenatální období

Prenatální období, tedy období od početí do narození dítěte, trvá devět kalendářních, resp. deset lunárních měsíců. Jedná se o zcela zásadní fázi života dítěte, neboť se vyvíjejí všechny jeho

orgánové systémy. Pro psychosomatický rozvoj plodu je velmi důležité spojení s matkou. Tuto funkci plní placenta. Jakékoliv změny ve vnitřním prostředí matky se projeví i v organismu plodu. Jedná se jak o metabolické, jako např. hormonální změny v krvi, která prochází placentou, tak o pohybové a tlakové změny, zvukové podněty, na které dítě reaguje (Vágnerová, 2012). Matka je s dítětem spojena, vše prožívá spolu s ním. Prenatální komunikace matky a dítěte je založena na citech. „*Děti jsou citově založené bytosti. Citlivě proto reagují i na emoce matky. Všechny citové prožitky matky se přenášejí na dítě*“ (Teusen a Goze-Hänel, 2015, s. 11). Pokud se matka cítí dobře a šťastně, vylučuje se hormon štěstí, který proniká k dítěti a pozitivně jej ovlivňuje. V opačném případě, pokud matka prožívá stres, strach, bolest, vylučuje se hormon kortizol, tzv. stresový hormon, který opět na dítě působí. Mezi matkou a plodem se v tomto období vytváří určitý komunikační systém, při němž jsou oba aktivní. Dítě reaguje specifickým způsobem na podněty matky a tím matce podává informace o svých pocitech a potřebách (Vágnerová, 2012).

Sluchový systém dítěte je plně funkční v pátém až šestém měsíci prenatálního života. Plod vnímá zvuky z vnitřního i vnějšího prostředí, na které reaguje různým způsobem, jako je např. uleknutí, které se projeví zrychlením srdečního tepu, či naopak zklidnění, při němž dochází ke zpomalení srdečního tepu. Akustické prostředí v děloze je tvořeno mnoha zvuky. Jedná se o zvuky, které jsou vytvářeny zažívacím a kardiovaskulárním systémem matky, dále pak hlasem, jako je řeč a zpěv, a zvuky vyvolanými pohyby matčina těla, včetně chůze. Tep srdce se mění v závislosti na změně emocionálního stavu matky, čímž je plod informován o jejích emocionálních prožitcích. Hudební rubato má stejnou podobu jako tep srdce, změny tempa ve skladbě výrazně evokují vzrušený emocionální stav (Franěk, 2005).

Z výzkumů (Hepper, 1991 in Franěk 2005) se ukázalo, že plod v období devátého měsíce opakovaně reaguje na prezentovanou hudbu, tudíž si ji pamatuje. Výsledky výzkumu hudební preference na základě zkušenosti z prenatálního období Lamontové (2001 in Franěk, 2005) potvrzují, že skladbu, kterou dítě slyšelo v posledních třech měsících před narozením, postnatálně rozpoznává a upřednostňuje před jinými skladbami. Jednalo se o skladbu zvolenou matkami podle vlastního výběru. Je zajímavé, že děti po narození před výzkumem vybranou skladbu již neslyšely. Prenatální zkušenost dítěte s určitými zvuky se tedy promítá do jeho života po narození. Jako příklad bychom uvedli preferenci hlasu určité osoby, písničky, skladby, úryvku, který matka dítěti v posledních třech měsících prenatálního života dítěti četla nebo zpívala. Prenatální hudební podněty mají velký význam pro vztah k hudbě a rozvoj emocionality dítěte v dalších etapách života.

Skrze zpěv matka vyjadřuje pokoj, radost, lásku, pocit bezpečí a jistoty pro dítě. Je tedy tak krásným a významným úkolem matek, aby svým dětem zpívaly. Přináší to nejen pozitivní účinky pro dítě, ale též pro osobu, která dítěti zpívá. Jurkovič (2012) zmiňuje, že skrze zpěv se matka se svým dítětem dorozumívá v posledním trimestru těhotenství, který vyvolává vibrace bránice. Jedná se o chvíle jeho prvních střetnutí s hudbou. Můžeme hovořit o prvotní prenatalní hudební zkušenosti, přičemž se začal používat termín prenatalní hudební výchova. Zejména zpěvem ukolébavek a poslechem vážné hudby dosáhneme stavu hudební relaxace, která je propojena rytmičností, pravidelností, zvukovou křehkostí a harmonickou vyvážeností. Sluch představuje nejdůležitější smysl pro učení v děloze, jako i pro brzké učení v dětském věku (Hudáková a Savková, 2015).

Dítě je darem, který máme opatrovat již v období jeho prenatalního života, neboť dítě si přináší do života zkušenosti, které v tomto období získalo.

1.2 Novorozenecké a kojenecké období

Za novorozenecké období považujeme přibližně jeden měsíc po narození, kdy se dítě začíná adaptovat na nové prostředí. Reaguje již pomocí reflexů a vrozených způsobů chování. Mezi matkou a dítětem se rozvíjí vazba, která je pokračováním biologické symbiózy a zkušeností, které dítě obdrželo v prenatalním období. Vývoj dítěte je závislý na chování, citlivosti a vnímavosti matky. Zajímavostí je, že matka je připravena na tento úkol, jak biologicky, tak psychicky. Je to uskutečňováno prostřednictvím hormonálních změn, zvětšením oblasti hypothalamu a emočních center v mozku, které navozují pocity uspokojení a odolnosti matky pro zvládnutí péče o dítě (Vágnerová, 2012).

Dítě si přináší zkušenosti sluchového vnímání z prenatalního období, proto dokáže diferencovat různé zvukové podněty. Již tři dny staré dítě dokáže identifikovat matčin hlas a reagovat na něj živěji. Dále také vnímá dotek, teplotu a změnu polohy, kdy pro novorozence je emočně nejvýznamnější kožní kontakt, který je většinou spojen s dalšími podněty (Vágnerová, 2012). V postnatalním období je pro rozvoj dítěte zcela důležitý fyzický kontakt, na který bychom neměli zapomínat. Při ukolébávkách děti chováme, houpeme, kolébáme, díváme se jim do očí a hladíme je. Jurkovič (2012) zmiňuje, že to nemusí být vždy jen písnička jako určitá hudební forma, ale i třeba jen mateřské broukání na dvou či třech tónech či konejšivé říkadlo. U dítěte to vše vzbuzuje pocit libosti a spokojenosti. To se však vztahuje nejen k novorozencům, ale i k dětem starším. Sluchový analyzátor dítěte začíná fungovat již několik dní po narození, zprostředkovává zvukovou a tónovou diferenciaci a zpracovává hudební

podněty (Sedlák a Váňová, 2013). Pavel Jurkovič (2012) uvádí, že každodenním hudebním projevem po narození dítěte by měla být ukolébavka, která představuje tradiční hudební formu pěstovanou a uplatňovanou snad všemi národy na světě. Existují ukolébavky zaměřené především na uměleckou tvorbu, s kterými se setkáváme např. při návštěvě kulturních akcí. Blízké jsou nám však lidové ukolébavky, které s sebou přinášejí krásu a bohatství naší lidové kultury. I když dítě textu nerozumí, vnímá matčin hlas a výraz. Podstatná je i barva matčina hlasu, která dítě ujišťuje, že se není čeho bát, že ho miluje, že je s ním teď a tady, že je vše v pořádku.

Za kojenecké období považujeme období trvající od jednoho měsíce do jednoho roku života. Dochází v něm k rozvoji mnoha kompetencí dítěte stimulovaných matkou, které jsou předpokladem k postupnému osamostatňování v pozdějším batolecím věku. Dítě je otevřené světu a potřebuje dostatek podnětů ke svému rozvoji. S tím souvisí i důležité uspokojení potřeby citové jistoty a bezpečí. Toto zmiňuje i Matějček (2015), že děti potřebují nejvíce lásku a pocit jistoty a bezpečí ke zdravému a správnému rozvoji jejich osobnosti. V kojeneckém věku se rozvíjí i senzomotorická oblast. Dítě potřebuje poznávat svět kolem sebe. Otáčí se za zvukem, snaží se dosáhnout na určitou věc, kterou vidí apod. Kojenecké období je také někdy označováno jako období křiku, skrze který se dítě projevuje hned po narození. Jedná se o vrozený reflex, který reaguje na změnu teploty prostředí a krevního oběhu (Sedlák a Váňová, 2013). Dítě se ocitá v novém prostředí, které je plné rozmanitých zvuků. Reaguje na jejich náhlé a kontrastní změny většinou úlekovou reakcí těla, následným znehybněním či mžiknutím oka. Když však dítě žije delší dobu v prostředí, které je bohaté na tyto zvukové podněty, rychle si na ně zvyká. U dítěte začínáme pozorovat první řečové projevy, které nazýváme broukáním (Kodejška, 2016). Jan Amos Komenský (1992, s. 90) říká: „*Muzika nejpřirozenější nám jest, jak se na svět dostáváme, hned písničku pád rajský připomínající zpíváme, a, á, é. Kvílení pravím a pláč nejprvnější naše muzika jest: již dítkám zbrániti nelze: aniž (by i bylo možné) sluší, protože k zdraví pomáhá.*“

Rychlý rozvoj sluchového vnímání a jeho kognitivního využívání probíhá v prvních šesti měsících po narození. Citlivost sluchu se rychle zvyšuje. Nejrychleji se rozvíjí v době, kdy dítě začíná ovládat držení a pohyby hlavy a může se tak za zvukem otáčet (Vágnerová, 2012). Kojenec mezi druhým a pátým měsícem reaguje dříve na mluvní hlas a zpěv matky než na zvuky hudebních nástrojů. Proto se již odedávna daří matkám zpěvem uklidnit plačící dítě. Zpěv matky umožňuje přirozenou diferenciaci tónových podnětů, kdy dítě do půl roku reaguje na větší intervaly, jako je kvinta, tercie, a ke konci prvního roku na celý tón a půltón. Hudební

vnímání je nejprve u dětí komplexní. Nejráději dítě vnímá hudební podněty, které jej podněcují a uspokojují. Melodické cítění a pěvecká reprodukce se u dítěte rozvíjí, jestliže má dostatek pěveckých podnětů. Účinný je zpěv matky a sourozenců. Po půl roce života dítěte byl upozorován úsměv dítěte na matčin zpěv jako jeho první sociální projev (Sedlák a Váňová, 2012). Damborská (1967) popisuje, že tím, co dítě pohání, jsou city. Když budeme laskavě přistupovat k dítěti, vnímavě a něžně uspokojovat jeho potřeby, naladíme pozitivně jak dítě, tak i sami sebe. Říká, že dítě musí být nejdříve milováno, aby se naučilo milovat.

Ukolébavky, písně tvořené pro nejmenší děti a jim zpívané, jsou známé téměř ve všech zkoumaných kulturách. Z výzkumů vyplývá, že příslušníci různých kultur z jiného kulturního okruhu dobře poznávají, zdali jde o ukolébavku, i když je zpívaná beze slov. Je tedy pravděpodobnost existence konstantních hudebních znaků ukolébavek, podobně jako „maminkovština“, způsob mluvení matky na dítě. V porovnání s řečí je zpěvavější, pomalejší a zřetelněji vyslovovaná. Melodie ukolébavek je jednoduchá, opakuje se (Koukolík, 2008). Je jemná, uklidňující, zpívaná tichým hlasem a srdcem, která dítě naplňuje pocitem štěstí, protože mu zpívá osoba, která ho miluje.

1.3 Dítě v období mladšího a staršího batolete

Batolecí období trvá od jednoho roku do tří let. Je charakteristické tím, že dochází k postupnému osamostatňování dítěte, uvědomění si jeho vlastní osobnosti, možností a výraznému rozvoji řeči dítěte. Jazyk představuje základní nástroj sociální adaptace. V tomto období dochází i k proměně vztahu dítěte s matkou. Proniká do sociálního světa, a tak se odpoutává z těsné vázanosti na matku. Promítá se zde i vztah se sourozenci, který je významným zdrojem sociální zkušenosti pro dítě (Vágnerová, 2012). Dítě přijímá rozmanité podněty z okolí, které jej ovlivňují. Společný zpěv a tělesný pohyb, jako je např. houpání, v rytmu písně vytváří intimní atmosféru mezi rodiči a dětmi, vede k hlubšímu zapamatování a vybavení tonálního obrysu písně. Když se začlení pohyb do hudební činnosti, urychluje se rozvoj celkové hudebnosti, a tedy i tonálního cítění. Děti do dvou let mají rozvinutou mechanickou paměť a snadno si zapamatovávají množství jednoduchých písní a melodizovaných říkadel (Kodejška a Váňová, 1989). Jak zmiňuje Komenský (1992), že dítě jak začíná slovům rozumět, hned se raduje a kochá v harmonii a rytmech. Též říká, že matky, chůvy, které kolíbají dítě roční nebo dvouleté, mohou zpívat ukolébavku: *Spi, mé milé poupě*, (viz příloha 11.3.12).

V období mladšího batolete se dítě zapojuje do hudebního projevu způsobem zdůrazňujícím rytmus přes pohyby celého těla, jako např. dupáním, tleskáním, pokyvováním hlavou, pochodem apod. (Hudáková a Savková 2015, s. 30). Dítě má radost, že si začíná pamatovat jednoduché písně a říkadla a touží je častokrát opakovat. Rádo opakuje slabiky a slova tak, jak je slyší. V tomto období je nejcitlivější témbrový sluch, který umožňuje zachycovat a vyjadřovat barevné odlišnosti jednotlivých vokálů. Je důležitý pro ovládnutí rodného jazyka (Kodejška, 2016).

Ve starším batolecím období již mnohé děti dovedou čistě a rytmicky správně zpívat jednoduché písně. Zároveň nacházejí i zalíbení v různých pěveckých hrách (Kodejška, 2016). U dětí pozorujeme, asi v polovině třetího roku, spontánní zpěv, který vyjadřuje jejich city, emoce a nálady, kdy se objevují již i první operace s hudebními představami. Často je to podníceno hračkou či jiným oblíbeným předmětem, kterému dítě zpívá svou vlastní melodii (Sedlák a Váňová, 2013). Tou melodií může být právě ukolébavka, kterou zpívá dítě své panence, když ji např. ukládá do postýlky. Promítá se zde zkušenost dítěte se zpěvem ukolébavek z rodiny, případně z mateřské školy.

Franěk (2005) zmiňuje, že během prvních tří let se vyvíjejí nejdůležitější lidské dovednosti, jako např. chůze, udržení vzpřímené polohy, řeč, vytváření mentálních představ apod. V tomto období je charakteristická nejvyšší míra plasticity mozku pro vývoj rozsáhlých systémů neuronových sítí. Známí hudební pedagogové, jako je Zoltán Kodály, Carl Orff, Shinichi Suzuki, šířili povědomí o hudební výchově v předškolním věku, dokonce již ve věku dvou až tří let. Dítě je v předškolním věku připraveno pro hudební činnost svým hlasovým orgánem, vokálním traktem, který dítě užívá ještě dříve, než začne mluvit, zároveň i sluchovými dovednostmi a percepčními schopnostmi. Dítě v tomto období není ještě schopno dokonale koordinovat své pohyby, což se projevuje v omezení při hře na hudební nástroje. Franěk (2005) dále uvádí, že bez hudební výchovy i vhodných podnětů z okolí se mohou hudební vlohy postupně zmenšovat a ztrácet svůj potenciál. Během prvních let života se budují a dotvářejí funkce mozku. Hudební výchova a hudební podněty z okolí představují významné nástroje k tomu, aby se vyvíjela specifická nervová spojení v mozkové kůře a budovaly se vnitřní představy pro vnímání a vytváření hudby. Dítě se učí nápodobou. Mocný vliv na mladší batole má dobré rodinné prostředí, dítě imituje chování dospělých, jejich řeč, zpěv, hru na hudební nástroje i jiné umělecké i mimoumělecké projevy (Kodejška, 2002).

1.4 Dítě v období od tří do šesti let

Jedná se o období, kdy dítě navštěvuje mateřskou školu. Dověšením šesti let dozrává nejen fyzicky, ale i sociálně, a tak bylo připraveno pro nástup do školy. Vágnerová (2012) uvádí, že charakteristickými rysy tohoto období je stabilizace vlastní pozice ve světě a diferenciaci vztahu ke světu. Vztah s matkou představuje i v této době zdroj jistoty a bezpečí, kdy matka zůstává v roli pečující a ochraňující osoby. V průběhu tohoto období se dítě postupně stále více odpoutává z těsné vázanosti na matku. Dítě přichází do instituce, kde roli matky, otce doplňuje učitelka, učitel. Velice osobní charakter má vztah předškolního dítěte právě k učiteli/učitelce. Touží ho/ji přijímat jako osobně významnou bytost, na kterou se vždy může obrátit. Dítě potřebuje mít jistotu, že má někdo o něho zájem, že ho přijímá takové, jaké je, že ho má rád.

Když se zaměříme na otázku ohledně hudební výchovy, její vliv se uplatňuje nejvýrazněji v předškolním věku. Mozková kůra totiž disponuje nejvyšším stupněm plasticity a flexibility, kdy strukturní a funkční spojení v mozkové kůře se nejlépe vytvářejí v raném dětství, do 7 let. Podle výzkumů však může hudba i v pozdějším věku, jako školní věk, dospívání, vést ke zlepšení prostorově-časového chápání. Silný hudební prožitek je spojen se sluchovým vnímáním, ale je doprovázený i vizuálními představami, taktilními či kinestetickými vjemy (Franěk, 2005). V tomto období se zkvalitňují všechny druhy vnímání. Vyrůstá dvojnásobně kvalita rozlišovacích sluchových schopností pro intenzitu, délku a výšku (frekvenci) tónů, zvuků. Zaznamenáváme kvalitativní posun i v oblastech vjemů zrakových, hmatových a čichových (Kodejška, 2002). Zároveň je důležité zmínit i souvislost hudebního prožitku i s množstvím pozitivních emocí, jako je cítění radosti, štěstí až euforie a na druhé straně pak silné cítění harmonie a klidu. Co se týče vlivu hudby na osobnostní vývoj, zařadíme zde léčivý a hojící prožitek, získání nového pohledu na sebe a jiné, pocit posílnění či pocit společenství s jinými (Franěk, 2005).

Význam a funkce ukolébavek v předškolním věku se prolíná ve společném faktoru, v osobě učitelky/učitele v mateřské škole. Její/jeho osobnost ovlivňuje a motivuje děti do další činnosti, proto plní funkci motivační, výchovnou, kooperativní a socializační. Význam učitelčina/učitelova zpěvu spočívá v připomenutí dětem vlastní matku/otce, tedy osoby, ke které mají silný emocionální vztah. Proto zprostředkovává zpěv ukolébavek v uvedeném případě emocionální a sociální funkci. Po vstupu dítěte do mateřské školy se prostor ke zpívání ukolébavek mění. Dochází již k záměrné, vědomé a řízené hudební výchově. Ukolébavky též hrají významnou úlohu v hudební výchově v mateřské škole, tento žánr písní však není v popředí. Jejich význam ale přetrvává. Nejen pro upevnění pouta mezi dítětem a osobou, která

mu zpívá, ale i pro tzv. rolové hry, kdy dítě doma či v mateřské škole napodobuje roli matky a panence či jiné hračky zpívá na dobrou noc ukolébavku. Zpěv ukolébavek v mateřské škole napomáhá zachování poznání tohoto žánru, kdy věříme, že ústní tradicí se bude zachovávat i nadále (Hudáková a Savková, 2015).

V tomto období dochází k intenzivnímu rozvoji pěveckých dovedností. Vzhledem k psychofyziologickému vývoji dětí předškolního věku lze tvrdit, že se jedná o jednu z nejdůležitějších etap hudebního vývoje (Sedlák a Váňová, 2013). Je tedy potřeba zajistit hudebně podnětné prostředí pro dítě, jak v rodině, tak i v mateřské škole, které by mu umožňovalo se plně rozvíjet a utvářet si pozitivní vztah k hudbě. Sedlák (1974) hovoří o tom, že do života mateřské školy má zpěv vnést radost a optimismus. Úkolem předškolního vzdělávání je doplňovat a podporovat rodinnou výchovu, navázat na ni a zajistit dítěti prostředí s dostatkem plnohodnotných podnětů k jeho rozvoji a učení. Podstatné je rozvíjet osobnost dítěte po stránce fyzické i psychické, napomáhat mu v objevování a chápání světa a motivovat je k dalšímu poznávání a učení. Též podporovat dítě k vytváření krásných a kvalitních vztahů, vést ho k samostatnosti a učit ho žít ve společnosti (RVP, 2018).

2 Ukolébavky a jejich význam pro osobnostní rozvoj dítěte

2.1 Charakteristika osobnostního rozvoje dítěte

„*Velmi důležitým činitelem výchovy dítěte je jeho život v rodině*“ (Kodejška, 2016). To je skutečnost, která poukazuje na to, že rodina má velký vliv na psychický i somatický vývoj dítěte. Dítě se rodí do prostředí, na němž je závislé, a kterému důvěřuje. Rodina má vytvářet láskyplný domov, zajišťující jistotu, bezpečí a rozvoj osobnosti dítěte. Zdeněk Helus (2004) hovoří o tom, že ochrana a opora ze strany rodiny, blízkých osob musí provázet otevřené prožívání dítěte, které tak svému okolí bezvýhradně důvěřuje. Je důležité nezapomínat na to, aby se dítěti dostávalo hlubokých a přesvědčivých zážitků, jako jsou prožitky dobra, krásy, pravdy, řádu a setkávání člověka s člověkem.

Zdeněk Helus (2004) též zmiňuje, že dítě ustavičně něco chce, o něco usiluje, vyvíjí se, někam se celým svým životem ubírá. Směřuje k dospívání a dospělosti, k sebepojetí a autentickému sebevyjádření, ke svébytné nezávislosti. Dětství představuje bohatství možností růstu a rozvoje. Myslíme tím kvality osobnosti, jako je být šťasten, vnímat lásku a sympatii druhých. A zároveň se snažit odpovídat vlastními projevy laskavosti a porozumění. Je důležité se vymanit ze zúženého nahlížení věcí a prozkoumávat širší a hlubší souvislosti. Zároveň je potřeba usilovat o to, aby člověk byl ušlechtilým způsobem sám sebou, přijímal výzvy otevřené budoucnosti a snažil se o dosažení vytyčených cílů. Člověk má na sebe brát odpovědnost, i přesto, že se dostává do konfrontace s různými obtížemi. Osobnostní pojetí dítěte však klade nároky na učitelovu/učitelčinu profesionální zdatnost, ale i na jeho/její osobnost. Záleží právě na učiteli/učitelce, na jeho/její osobnosti, jak on sám/sama se rozvíjí. To vše působí na osobnost dítěte. Rodiče a učitelé mají právě za úkol rozvíjet děti všestranně, podpírat je, dodávat jim odvalu, směřovat je ke zdravému sebevědomí, samostatnosti a rozvoji jejich schopností a talentu.

Emocionální funkci rodiny Matějček (2015) vymezuje jako poskytování citového zázemí, pocitu jistoty a bezpečí a jistoty svým členům. Jedinečnost rodiny vychází z možnosti ovlivňovat dítě v těch nejranějších a nejcitlivějších životních etapách. Rodina představuje nejpřirozenější prostředí, ve kterém by mělo docházet k uspokojování základních psychických potřeb dítěte. Sedlák (1974) zmiňuje, že hudební projevy dětí jsou již od narození spojeny s ostatními funkcemi psychiky a že tvoří součást psychického vývoje dítěte. Popisuje, že nedostatek matčina kontaktu způsobuje vážné nedostatky v citovém životě dítěte a brání ve vzniku pěveckého projevu, který se nejprve realizuje formou nápodoby. Nedostatečná

smyslová stimulace působí negativně na rozvoj fonemického a hudebního sluchu. Opožďuje se citlivost k tónovým podnětům i možnosti tónové diferenciaci, důležité pro zpěv. Matka představuje vzor pro dítě i v oblasti osvojování artikulačních vzorců. Dítě se pokouší o nápodobu řeči a první pokusy o zpěv. Ty se projevují pobrukováním dítěte při uspávání a konejšením matčinou ukolébavkou, kdy zachycuje některé tóny melodie a snaží se je imitovat. Sedlák (1974) dále uvádí, že matčin zpěv je témbrově, barevně, příbuzný s hlasem dítěte. Díky němu je možné vytvořit emocionální situaci, ovzduší naplněné láskou. Stává se nejúčinnější motivací k prvním pěveckým pokusům dítěte, je tedy základem jeho hudebního vývoje.

Zpěv je přirozenou součástí lidského chování. Přináší nám radost, zvyšuje dechovou kapacitu a vzájemně nás spojuje. Rodiče, kteří svým dětem zpívají, rozvíjejí u nich sluchovou vnímavost a celkovou hudebnost. Gerlichová (2014) zmiňuje, že děti, které nejsou takto rozvíjeny, mívají horší předpoklady pro rozvoj sluchové analýzy a syntézy, i pro tvorbu hlasu. Uvádí, že ze zkušeností z rodičovských center matky a otcové říkají, že svým dětem nezpívají, neboť si s sebou z mládí přinášejí traumata, kdy jim někdo řekl, aby raději nezpíval nebo něco podobného. Toto tvrzení může člověka ovlivnit na celý život. Objevuje se zde tedy otázka, jak jako učitelé přistupujeme k dětem, zda si uvědomujeme, jak velkou zodpovědnost máme vůči nim. Je důležité, abychom děti podporovali, snažili se svým příkladem je pozitivně motivovat, aby si utvářeli hluboký, vzácný a kvalitní vztah k hudbě. Je potřeba zvolit přístup, který nebude děti odrazovat, ale naopak poukazovat adekvátním způsobem na to, v čem se dítě může zlepšit a vstřícně a s láskou mu v tom pomoci.

V 80. letech byl uskutečněn výzkum (Kodejška, 2016) rodinného prostředí. Byl zaměřen na dva problémové okruhy: kontakty rodičů s hudbou a struktura jejich zájmů, vliv na rozvoj hudebních činností dětí v předškolním věku. Především v minulosti se citový, intimní vztah mezi dítětem a matkou projevoval zpěvem písní, zejména ukolébavek. Podle průzkumu však uvedlo jen malé procento respondentů, že dětem ukolébavky či jiné dětské písně zpívají. Rodiče se domnívali, že dětem postačí reprodukováná hudba. Tou však nemůžeme nahradit vzácnou situaci přítomnosti rodiče, který svému dítěti zpívá, drží ho za ruku a je s ním. Aby dítě bylo zdravé, jak na těle, tak na duši, je nezbytné, aby bylo milováno. Jednoduchý způsob vyjádření této lásky nalezneme v ukolébavkách (Cass-Beggs, 1993). Zpěv byl vždy součástí lidské kultury. Díky zpěvu můžeme vyjádřit své pocity, nálady, může nám usnadnit práci a soustředění. Melodie a rytmy podporují i učení se jazyka a zapamatování si věcí. Zpěv má též důležitý společenský aspekt, kdy lidé, kteří spolu zpívají, cítí pocit sounáležitosti a sebevědomí. Právě zpěv ukolébavek představuje vzácný a silně citově založený moment mezi rodiči, učiteli

a dětmi. Kekkonen (2013) uvádí, že, když rodiče, prarodiče, učitelé či jiné osoby blízké dětem zpívají před spaním, zprostředkovávají dětem pocity pokoje a bezpečí. A později, když se stanou dospělými, děti pokračují tento rituál s jejich vlastními dětmi. V tomto ohledu zůstávají zachovány důležité lidové tradice.

2.2 Hudba jako poselství životních hodnot

„Kde je láska k lidem, tam je i láska k umění“ (Hippokratés). V umění jde o tvorbu „krásného“, „krásna“, a poté o působení na ostatní. Ve výchově nejde o vytváření krásného, dobrého, rozumného, ale o vedení dítěte ke krásnému, dobrému a rozumnému (Palouš, 1991). K tomuto krásnu můžeme děti vést skrze hudbu. Hudba představuje neoddelitelnou součást naší lidské společnosti. Jurkovič (2012) zmiňuje, že hudba ve všech svých podobách vyjadřuje unikátní projev naší kreativity. Přirozeně náleží k psychofyzickému chování malých dětí, je jejich životním projevem, který prožívají celou svou osobností, celým svým tělem. Hudba umí povznést a potěšit, ale i pomoci prožít smutné chvíle. Může nás aktivovat, ale i zklidnit. Záleží na jejím tempu, dynamice, harmonii, melodii, barvě tónů, ale i na interpretovi.

Jurkovič (2012) zmiňuje, že hudební výchova v mateřské škole, ale i v rodině, by měla prostřednictvím všech vlastností přispívat k rozvoji zdravé harmonické bytosti. Z antického období si přinášíme ideál všestranného harmonického rozvoje jedince, kdy krása a dobrota vytvářejí nerozlučitelnou dvojici. Hudba přináší do rodiny, do společenství ve třídě či kdekoliv jinde, klidnou a příjemnou atmosféru. Rozvíjí naši představivost a paměť. Díky hudbě, procvičování našeho sluchu, vnímáme pozorněji i hlas bližního. Lidství by bez hudby ztratilo jeden svůj významný rozměr. Jurkovič (2012) dále hovoří o tom, že dítě, které je obklopené krásným procítěným zpěvem a řečí, se zaujetím a vzrušením, přijímá poselství slov i hudby rychleji. Když si zvykne na matčin hlas, vnímá matku, i když ji nevidí. Bude-li si matka při práci zpívat i ve vedlejší místnosti, dítě vnímá přítomnost matky s jistotou, že je v bezpečí, že se mu nic zlého nemůže stát. Zpěv je přirozeným projevem naší osobnosti, skrze zpěv matky i učitelky/učitele v mateřské škole dítě přijímá poselství hudby, ale i řeči. Právě jedním z největších darů, který můžeme dítěti dát, je dar hudby. Jako malé dítě je prostřednictvím ukolébavek uklidňováno a potěšeno, a když dítě roste, je okouzleno jejich rytmem, verši a melodií (Beall a Nipp, 1986). Podle Z. Kodályho (Peters, 2000 in Lipský a Kantor, 2009) si každý člověk může hudbu zvnitřnit a tak ji bytostně prožít. Hudba totiž přináší estetický i motivační prvek, který je tolik potřebný pro jakékoliv učení. Gerlichová (2014) zmiňuje, že hudba představuje i možnost prevence přetíženosti technickým světem a materiálními

starostmi. Ovlivňuje naše emoce a vede ke komunikaci, empatii, může být i prevencí školních neúspěchů či málo vyvinutého sluchového vnímání.

Poukazujeme tedy na to, že hudba je nezbytná pro rozvoj osobnosti jedince. Primárním místem výchovy a přístupu k dítěti je rodina, domov, ve kterém dítě vyrůstá. Hogenová (2013, s. 107, s. 109) říká, že: „*Domov je naprostá jednoduchost, stejná jako je dobro samo. Bytí se nám otevírá právě doma.*“ Tím dobrem spatřujeme lásku, porozumění, trpělivost a snahu děti milovat, naplňovat jejich potřeby a touhy, vychovávat je a rozvíjet, aby se z nich staly osobnosti, které obstojí v životě a budou jednat srdcem. To je úkolem i učitelů, kteří mají doplňovat rodinnou výchovu.

2.3 Ukolébavky jako pojem a hudební forma

2.3.1 Původ slova ukolébavka

„Dřevo bylo, list mělo, nosí duši i tělo. Stará lidová hádanka charakterizuje kolébkou jako metaforu nekonečnosti tělesného i duševního života. Obraz matky skloněné nad kolébkou je obrazem intimity rodinného prostředí. Člověk v něm tkví neviditelnými kořeny a teprve z jeho hloubky se může rozezvučet. Jako strom proměněný v housle nebo v kolébkou. Tak i lidová ukolébavka není jen písní zvláštní lyrické náplně, určenou k uspávání dítěte, ale je básnickým symbolem, z něhož vane citové bohatství statisíců docela obyčejných domovů, jejich étos i nezničitelné pouto soudržnosti“ (Krček, 1991, s. 3).

Slovo ukolébavka (kolébavka) je odvozeno od kolébání, kolébavého pohybu. Sloveso „bél'at“ = kolébat, máme doloženo z východomoravských nářečí. Podobné sloveso „kombél'at“ znamená houpat, kolébat a je doloženo též z východomoravských a valašských nářečí (Ústav pro jazyk český AV ČR, 2019). Známe z různých pohádek a vyprávění i od našich prarodičů, že děti spávaly v kolébkách. Když je rodiče uspávali, uklidňovali, aby neplakali, pohupovali s nimi v náručí či v kolébce a zpívali jim. Přičemž rytmus zpěvu se přizpůsoboval pohybu rukou, anebo houpání kolébkou. Dítě kolébavý pohyb uklidňoval, cítilo, že je v jeho blízkosti osoba, která ho miluje a která chce být s ním, když usíná. Zpívá mu něžně, procítěně, tiše a jemně, aby dítě s úsměvem na rtech odpočívalo a usnulo. V Polsku a na Slovensku se setkáváme s pojmem kolysanka (kolébavka) a uspávanka. Hovoříme o uklidňující písni, která je nejčastěji zpívána malým dětem předtím, než jdou spát, se záměrem urychlit proces uspávání (Hudáková a Savková, 2015). Zajímavostí je, že např. v Japonsku místo ukolébavek matky své děti uvazovaly do šátků na záda a při práci jim zpívaly. Dítě houpavý pocit uklidňoval a zároveň i vědomí, že cítí matčinu přítomnost.

Ukolébavku, v anglickém jazyce „lullaby“ můžeme rozdělit na dvě části: „lull“ a „aby“. Lulling znamená utiřit, uspávat, tiše prozpěvovat. Podobnost tohoto slova spatřujeme ve více jazycích, jako např. v německém jazyce: „lullen“ a sanskrtském (indickém jazyce): „lolati“ ve významu houpat, pohybovat, kolébat a zároveň v holandském a švédském, jako je: „lollen“ a „lulla“, které znamenají broukání, uspávání matkou. Druhá část slova „aby“ zřejmě pochází z anglického slova „good bye“ nebo „bye bye“, což znamená, že matka se loučí se svým dítětem před tím, než usne (Castro, 2013). Zajímavostí je, že ve starobiblické tradici se setkáváme s pojmem: „*Lilith! Abi!*“ Pryč s *Lilith*, odejdi *Lilith!* *Lilith* znamená jméno ženského démona židovského folklóru (Hoy, 2012). V této souvislosti si uvědomujeme fonologickou podobnost se slovem lullaby (viz kapitola 3.1). Nejranější označení pro ukolébavku (lullaby) používané v Anglii, kde byla uznávanou literární formou již po dobu nejméně šesti století, avšak s lidovou tradicí existující mnohem dříve, se setkáváme s termínem „lulla“ v koledách jako ukolébavkách či s „lollai“, který byl zaznamenán v anglo-irské písni z r. 1315 (Cass-Beggs, 1993). Znamená to v našem překladu: „spinkej, hajej.“ Kdybychom to srovnali s našimi termíny v ukolébavkách, mohli bychom též přeložit jako: „hajej, nynej, dadej, spinkej“ apod. V německém jazyce se s ukolébavkou setkáváme jako „Wiegenlied“ či „Mutterlied“, v překladu to znamená: „kolébavá píseň“ a „matčina píseň“, stejně tak i ve francouzském jazyce „berceuse“ můžeme přeložit jako kolébavá, uspávací píseň. Zajímavé je, že v japonštině se slovo: „komori-uta“ (ukolébavka) skládá ze tří slov (znaků): dítě, ochrana/chůva a píseň (Castro, 2013). Ve všech jazycích ukolébavka představuje jemnou, klidnou, houpavou, kolébavou píseň, která je zpívána matkou či jinou blízkou osobou dítěti, skrze niž vyjadřuje lásku a pocit bezpečí pro dítě. Ukolébavky mohou potěšit každého, je to dáno svými krásnými a přitom jednoduchými, dojemnými a procítěnými melodiemi. Jsou určené pro zpěv nejen matek, ale i otců, sourozenců, prarodičů, pečovatelů, učitelů apod. Jak uvádí Cass-Beggs (1993), že láska je bezmezná a ukolébavky patří ke všem, kteří milují děti.

2.3.2 Ukolébavka jako bohatství lidové kultury

„Ukolébavka je jeden z nejkrásnějších lyrických žánrů české lidové písně“ (Krček, 1991, s. 4). Ukolébavka, jakož i jiné lidové písně, patří ke vzácnému pokladu naší lidové kultury. Byly předávány ústní lidovou tradicí z rodiny do rodiny. Když matka drží své dítě v náručí, kolébá ho, hladí, zpívá mu ukolébavky, vzniká pouto mezi ní a dítětem, ale i vztah k hudbě, ke svému domovu, ke svému národu. Skrze ukolébavky můžeme předávat dětem bohatství naší lidové kultury, kterou si neseme ve svém srdci až dodnes. Hudáková a Savková (2015) hovoří o tom, že dítě prostřednictvím ukolébavek naslouchá svému mateřskému jazyku, a tím se ho i učí.

Obeznamení se s ukolébavkou jako žánrem v základech vzdělání, tedy ve škole, může být někdy počátkem bádání, zájmu a poznání, kdy naším záměrem je, aby ukolébavka nezanikla.

Matky každé rasy, národa zpívaly ukolébavky, které samy vytvářely tak, aby odpovídaly na potřeby jejich dítěte. Jako všechny lidové písně byly předávány ústní tradicí z rodiny do rodiny a zároveň se šířily do dalších zemí, přičemž byly měněny a rozvíjeny. Původně byly určeny jednomu posluchači, dítěti, ale postupně byly zpívány, příp. hrány více percipientům. Cass-Beggs (1993) zmiňuje, že v dřívějších dobách se vědělo, že děti potřebují jemné zvuky a rytmické pohyby, které jim pomohou usnout a dávají jim pocit bezpečí. S vývojem společnosti západní Evropy a Severní Ameriky, ukolébavky začaly upadat do nepochopení, byly brány jako staromódní. V současné době se tento trend obrátil, přijímáme skutečnost, že dítě potřebuje hudbu, rytmické zvuky a harmonický pohyb, a vracíme se zpět ke kolébkám a ukolébavkám našich prarodičů.

Je pro nás výzvou, abychom i v mateřské škole dětem zpívali ukolébavky před spaním, popřípadě je i zahrnuli do vzdělávacího programu, jako seznámení se s pokladem naší lidové kultury a tradice. Ukolébavky, lidové písně mají svou vzácnou hodnotu a historii, liší se jazykem, melodií apod. Dítě tak rozšiřuje obzory svého poznání.

Velký sběratel lidové poesie, národních moravských a slezských písní František Bartoš, o ukolébavkách napsal: „*Kolébavkám děťátko v kolébce ovšem nerozumělo, ale mimo svou konejšivou, uspávací moc měly ten dobrý účinek, že starším bratříčkům a sestřičkám, jimž nemluvně kolébati bylo, srdečnou lásku vzbuzovaly k novému členu rodiny*“ (Bartoš, 1951, s. 17). Ukolébavky tedy představují prostředek komunikace, jak mezi rodiči a dětmi, tak jejich sourozenci, ale i jinými osobami, kteří dětem zpívají. Vytváří se zde citový, láskyplný a něžný vzájemný vztah, který je velmi důležitý pro rozvoj osobnosti dítěte.

2.3.3 Charakteristika ukolébavek

Ukolébavky řadíme do písňového žánru tradičního hudebního folkloru, tedy lyrického žánru lidových písní. Jedná se o skupinu písní se společnými znaky, které jsou vytvořené životní realitou, potřebou a zkušeností (Hudáková a Savková, 2015). Co se týká autorských ukolébavek (umělých) vyznačují se obvykle též základními charakteristickými rysy jako lidové ukolébavky. Zpěv dětem představuje druh hudební komunikace, který je z hlediska vývoje dítěte velmi podstatný a vykazuje specifické hudební rysy. Ukolébavka je posluchači velmi snadno odlišitelná od ostatních druhů hudby. Je zajímavé, že ukolébavky různých kultur se vyznačují velmi podobnými hudebně strukturními rysy. Z výzkumů, kde byly srovnány

ukolébavky z Afriky, Asie, Evropy a Severní Ameriky se potvrdilo, že posluchači odliší ukolébavku neznámé hudební kultury od jiných forem hudby. Co se týče řečové složky ukolébavek, není pro rozpoznání této hudební formy podstatná. Posluchači snadno určili ukolébavky, i když je slyšeli pouze v instrumentální podobě (Franěk, 2005). To potvrzuje i studie Harvardovy univerzity z roku 2018, která uskutečnila výzkum, zda lidé odliší různé žánry hudby bez ohledu znalosti kultury dané země, včetně ukolébavek. Závěry výzkumu dosvědčují, že lidé po celém světě mohou identifikovat ukolébavky, taneční písně aj., bez ohledu na jejich kulturní původ písní, po vyslechnutí 14-sekundového klipu. Můžeme tedy říci, že hudba se stává univerzálním jazykem lidstva (Reuell, 2018).

Při interpretaci a percepci ukolébavek jsou velmi podstatné hudební výrazové prostředky. Charakteristickým rysem ukolébavky je jednoduchá, jemná, uklidňující a opakující se melodie, která se zpívá či hraje při uspávání dítěte. Bývá v rozsahu od c1 do c2, což představuje přirozený rozsah našeho hlasu. Důležitým hudebním výrazovým prostředkem je i dynamika (síla hlasu), která by měla být adekvátní k situaci uspávání a uklidnění dítěte. Kantor (2009, s. 152) říká: *„Lidský hlas dokáže autenticky zachytit i nejjemnější odstíny našich pocitů a emocí. Hlas každého člověka má jedinečnou barvu, proto bývá přirovnáván k našemu podpisu.“* Co se týká harmonie ukolébavek, tak v našich středoevropských ukolébavkách převažuje spíše durová tónina, střídání tóniky a dominanty a konsonantní intervaly. Avšak směrem na východ se více setkáváme s mollovou tóninou a někdy i pro středoevropského posluchače s disonantními harmonickými postupy, resp. nezvyklým sledem tónů v melodii exotické cikánské stupnice (např. u turecké, egyptské a řecké ukolébavky – tóny a1, gis1, f1, cikánská stupnice od tónu e1, viz příloha 11.3.9, 11.3.3). U čínské a japonské ukolébavky se pak jedná o pentatoniku (stupnici o pěti tónech – např.: c, d, e, g, a), viz příloha 11.3.4. Pro ukolébavky je typické legato, pomalé tempo, pravidelný rytmus a obvykle spíše nižší hlasová poloha, která konejší. Kantor (2009) zmiňuje, že právě rytmus ukolébavky s vázanými tóny v pomalém tempu mění vysoké napětí na nízké. Jedná se o relaxační rytmus, který na fyziologické úrovni evokuje houpavé stereotypní pohyby. Tichá a Raková (2007) uvádí, že ukolébavky svým rytmem, ale i houpáním dítěte, tedy pravidelnou pulzací, navozují zklidnění a posilují vzájemnou vazbu dospělého s dítětem. Taktéž Gerlichová (2014) potvrzuje, že skladby, které jsou hrány v tempu andante („krokem) navozují pocit klidu a uvolnění. Vyvolávají pocit uvolnění svalového i psychického. Jsou důležité především city, skrze něž ukolébavka působí na dítě.

Jazyk ukolébavek je obvykle zvukomalebný, barvitý, libozvučný, obohacený zdobnělinami, který vyjadřuje lásku a vztah k dítěti. Často v ukolébavkách oslovujeme dítě,

buď jeho jménem či jiným ekvivalentem, jako např. andílku, maličký, miláčku, poupě, děťátko, princí aj. Hudáková a Savková (2015) uvádí, že nejen v ukolébavkách, ale všeobecně v textech lidových písní se vyskytují citoslovce, vyjadřující, jak široké, tak i úzké spektrum citů zaměřené konkrétně na proces uspávání, např. „halí“, „belí“ apod. Dále v ukolébavkách objevujeme jemná, libozvučná slovesa, která vyjadřující náklonnost a lásku k dítěti, např. spinkej, hajej, dadej, nynej. Podobně i v cizích jazycích jsou tato slova pro ukolébavky charakteristická, jako např. „lulla“, „hushaby“ v anglickém jazyce, v řeckém „nenia“, ve španělském „nana“, v italském „ninne-nanne“ a ve francouzském „dodo“ apod. (Cass-Beggs, 1993).

Ukolébavky představují písně obohacené myšlenkami, vírou, důvěrou a city národa či rasy, odkud pochází. Též ilustrují mnoho různých postojů k dítěti, např. slib, že bude odměněno, když půjde spát či slib, že bude potrestáno, když bude vzbuzené. Všechny sdělují naději, že matky po celém světě své děti milují, opatrují, že děti budou v pořádku, statečné, šťastné a v bezpečí. Charakteristickou obsahovou stránkou našich českých ukolébavek je právě vztah mezi matkou a dítětem, která ho kolébá, hladí, ujišťuje, že jej miluje, že je v bezpečí a že je s ním. Příkladem je naše známá česká ukolébavka: *Hajej, můj andílku*, (viz příloha 11.3.13). V našich ukolébavkách se objevuje i křesťanská tematika, např. v ukolébavce: *Spi, synáčku, spi* či *Spi, mé milé poupě*, (viz příloha 11.3.14, 11.3.12), od Jana Amose Komenského aj., kdy matka svěruje dítě do Božích rukou. Známe ji i z koled, jako je např.: *Chtíc, aby spal*, (viz příloha 11.3.15). Cass-Beggs (1993) zmiňuje, že ve zpěvu ukolébavek různých národů se objevuje i vlastní příběh rodin, matek, které museli odejít ze svých domovů. Skrze zpěv ukolébavek i cizím dětem, o které se měli starat, snili o svém domově a dětech, a tak nacházeli osvobození od smutku a bolesti srdce. Některé ukolébavky směřují i k tématu přírody či vypráví nějaký příběh. Za příběhové ukolébavky bychom mohli pokládat sefardské písně. V roce 1492 byla vyhnána židovská komunita, zvaná Sefardim, ze Španělska, odkud především pochází. Rozptýlila se po světě, např. do severní části Afriky, na Balkánský poloostrov, do Severní a Jižní Ameriky, Izraele a na Blízký východ (Díaz-Maz, 1992). Sefardské ukolébavky jsou v jazyce *ladino*, což představuje spojení španělského a hebrejského jazyka. Vyprávějí příběhy o bájných hrdinkách a historických postavách. Překvapivě zahrnují i kruté příběhy.

2.3.4 Význam ukolébavek

Ukolébavky jsou dědictvím a pokladem každé kultury. Předávaly se a předávají ústní tradicí, která má historickou hodnotu jakou uchování kulturního bohatství. Dítě se tak seznamuje s tradicí, zvyky a kulturou dané země. Ukolébavky zprostředkovávají vztah a komunikaci mezi dítětem a matkou, učitelem/učitelkou či jinou blízkou osobou. Přinášejí pocit radosti,

pozitivního naladění, hlubšího porozumění, zklidnění a relaxace pro obě strany. Hudáková a Savková (2015) uvádí, že za první období potřeby ukolébavky v životě člověka považujeme období, kdy byly ukolébavky jedinci zpívané (prenatální a postnatální období po mladší školní věk). Za druhé období potřeby ukolébavky považujeme moment, kdy člověk touží zpívat dítěti ve svém blízkém okolí a dospělý se tak stává zprostředkovatelem ukolébavek. Popisují, že nejdokonalejším hudebním nástrojem, který je schopen vyjádřit všechny nálady a pocity je lidský hlas. Tuto myšlenku potvrzuje i Linka (1997), který říká, že na podkorové úrovni je hudební vnímání a myšlení úzce spojeno s limbickým systémem, který řídí naše emoce. V důsledku toho je hudba náladotvorná, tedy dokáže ovlivňovat naše chování.

Hlavním cílem zpěvu ukolébavek by mělo být již od prenatálního období navození harmonické atmosféry, která vytváří láskyplné, chápavé, emocionálně stabilní prostředí, které rozvíjí osobnost dítěte jak po stránce fyzické, duševní i hudební. Hudáková a Savková (2015) zmiňuje, že je krásné, když poprvé po slově hned nastupuje do života hudba, anebo i slovo v hudbě spolu s citem. Už jen pro tento důvod je význam ukolébavky v životě člověka nezastupitelný. Ukolébavky se stávají i vhodným prostředkem na rozvoj tonálního cítění, jak v durové tónině (např. *Spi, synáčku, spi*, viz příloha 11.3.14), tak i v mollové tónině (*Ej, padá, padá rosička*, viz příloha 11.3.17). Je důležité poznamenat, že díky zpěvu ukolébavek se rozvíjí celková hudebnost, jak dítěte, tak i osoby, která mu zpívá. Přináší jim to pocit štěstí a uspokojení, odpočinku a naplnění jejich psychických potřeb.

Nejtypičtější úlohou ukolébavky je uspávání dítěte. Svou melodickou i popř. jazykovou stránkou je tomu uzpůsobena. Ukolébavka je charakteristická svou jednoduchou, uklidňující melodií, jejím pomalým tempem a rytmem, který většinou doprovází kolébavý či jiný pohyb. Gerlichová (2017) uvádí, že rytmus houpání naše tělo uklidňuje, harmonizuje, neboť je nám velmi blízký. Pochází z doby, kdy jsme ještě byli v mateřském lůně. Dále popisuje, že mozkové vlny se tímto pohybem ladí do hladiny alfa, což indikuje zklidněný stav. Ten je spojen s větší produkcí endorfinů, tzv. hormonů štěstí. Hovoří o tom, že ukolébavky působí relaxačně nejen na děti, ale i na dospělé, pro něž je taktéž doporučuje. Ukolébavky tedy mají terapeutickou a relaxační funkci, kdy si člověk může lehnout a pobrukovat jemu milou píseň, ukolébavku. Gerlichová (2017) zmiňuje, že si člověk i houpavou melodií může jen představovat. Jeho tělo se zklidní, uvolní a ukolébá ke spánku.

Samozřejmě nemůžeme zapomenout na to, že významnou funkcí ukolébavek je i komunikace, kterou ukolébavky zprostředkovávají mezi dítětem a matkou/otcem, učitelem/učitelkou či jinou zpívající osobou. Ukolébavky umožňují vyjádřit naše pocity a

myšlenky, upevňují vzájemný vztah, navozují představy a ujišťují dítě, že má o něho někdo zájem, že je s ním, že ho má rád. Velmi podstatný je i dotek, pohyb spojený se zpěvem ukolébavky. Dítěti to dodává onu jistotu lásky a přízně osoby, která mu zpívá, což je zásadním aspektem pro emocionální rozvoj dítěte. Prostřednictvím ukolébavek se vzájemně dítě i osoba, která mu zpívá, sblíží. Její myšlenky se mohou navracet do dětství, kdy jí samotné rodiče či prarodiče zpívali ukolébavky a tuto vzácnost, tento poklad předává dál. Hudáková a Savková (2015) hovoří i o rituální funkci ukolébavek. Souvisí to s kulturním bohatstvím ve formě koled, které všichni dobře známe. Jako příklad bych uvedla koledu od Adama Michny z Otradovic: *Chťic, aby spal*, (viz příloha 11.3.15). Ukolébavka představuje i rituál uspávání dětí v domácím prostředí či v mateřské škole. Zároveň i jí může být rolová hra, která je též důležitá v rozvoji dítěte, kdy si dítě hraje na roli matky a uspává svou hračku v roli dítěte. Šimanovský a Tichá (2012) zmiňují, že děti si často rády krátké hudební útvary či nějaká říkadla opakují. Opakování je principem užívaným již po tisíce let. Přináší nám uvolnění, pocit zklidnění, mysl nám směřuje k intuici, představivosti, emocím a empatii. Princip opakování je právě charakteristickým rysem ukolébavek, které zajišťují pocit klidu, pokoje, lásky, stability, jistoty a bezpečí.

Hudba se vyznačuje esteticko-uměleckou funkcí. Ukolébavky přinášejí estetický prožitek, krásu, zklidnění, pocit radosti a štěstí. Svou jímavou melodií a blízkostí dokážou člověka i uspat, pozitivně naladit a rozvíjet po stránce duševní a hudební. Existují též i tzv. autorské ukolébavky, které se staly známým uměleckým dílem v klasické hudbě. Jako příklad bychom uvedli ukolébavky našich známých českých skladatelů: Smetanovy ukolébavky *Hajej, můj andílku*, (viz příloha 11.3.13), *Letěla bělouňka holubička* z opery *Hubička* a Dvořákova ukolébavka: *Spi, mé dítě, spi*, (viz příloha 11.3.18), a mnoho dalších. Ukolébavky mají svůj význam nejen v předškolním věku, ale i v následujících obdobích života. Hudáková a Savková (2015) poukazuje na to, že zpěv ukolébavek i v mladším školním věku plní uměleckou a esteticko-výchovnou funkci, rozvíjejí hudební schopnosti dětí a poznatky z lidových ukolébavek o tradici jednotlivých krajů, zemí, jazyka, hudebních nástrojů apod. Umělé autorské ukolébavky zase slouží k hlubšímu seznámení se s autory, hudebním a historickým obdobím, v němž žili, jako jsou např. známí hudební skladatelé, jak naši čeští: Antonín Dvořák, Bedřich Smetana či světoví: Wolfgang Amadeus Mozart, Johannes Brahms, Fryderik Chopin aj.

I když pro dospívající mládež ukolébavky nemají vlastní prvotní význam, v rodinném prostředí, kde jsou mladší sourozenci, ukolébavky pak svou roli určitě hrají. Starší sourozenci se o mladší starají, hrají si s nimi a zpívají. Přinášejí si svou vlastní zkušenost a vzpomínku

na to, když jim samotným rodiče zpívali. V rámci vzdělávání se tedy žáci staršího školního věku setkávají s hudebním bohatstvím ukolébavek, jak ve formě známých uměleckých děl, tak i ve formě lidové kulturní tradice. Zároveň se s nimi dostávají do styku i prostřednictvím návštěv divadel, např. oper či koncertů vážné i populární hudby či poslechem relaxační hudby. V dospělosti se člověk s ukolébavkami setkává, jak ve vzdělávání, návštěvou kulturních akcí, tak i vzpomínkou z dětství, kdy mu ukolébavky zpívali rodiče, prarodiče, učitelé či jiné blízké osoby. V jeho osobním rodinném životě se poklad ukolébavek promítá dále, neboť dospělý člověk se stává i rodičem, který svým vlastním dětem ukolébavky zpívá. A tak se přenáší tento klenot ústní tradicí dále, z generace na generaci.

2.4 Vliv na hudební rozvoj dítěte v senzitivních obdobích

„Dítka nejdražší Boží dar a klénot nejpilnějšího opatrování hodný jsou, předrahy klénot jsou Bohu a bytí mají rodičům svým“ (Komenský, 1992, s. 43). Děti jsou velmi citlivé a vnímavé bytosti, které touží po blízkém vztahu s jedinečnou osobou, tedy matkou, příp. jinou pečující osobou. Sedlák a Váňová (2012) popisují kritické, neboli senzitivní období, které probíhá v nejranějším období života dítěte a je zcela zásadní fází jeho osobnostního vývoje. V této době jeho organismus je mnohem citlivější na specifické vnější podněty. Objevuje se zde schopnost dítěte vytvořit si vazbu na jednu osobu, což představuje základ jeho sociálních vztahů. Tato citlivost je daná stabilními mechanismy nervového systému, jež doprovázejí různé reakce. Jedná se o období mezi druhým až sedmým měsícem života dítěte, kdy je plasticita mozku zvláště výrazná. V tomto období dochází k ranému, rychle probíhajícímu učení, kdy do osobnosti dítěte jsou vtisknuty různé vnější podněty, jako je i vzor dospělého a především jeho citová vazba na matku. To vše ovlivňuje jeho život a umožňujeme mu vypořádání se s různými životními situacemi, které ho čekají. Pro tuto fázi života se právě používá název imprinting stádium, tedy vpečetovací období či attachment, neboli sociální připoutání. Jedná se o náhlé vytvoření ireverzibilního, nezvratitelného pouta k jediné osobě, kterou je nejčastěji matka. Pokud dojde k jeho narušení nedostatkem podnětů, jak smyslových, tak sociálních, projeví se to nepříznivě v celém dalším vývoji dítěte (Sedlák a Váňová, 2013).

Kodejška (2016) zmiňuje, že se do vědomí dítěte dostávají vlastnosti, které se navenek projeví až v pozdějším věku. Proto je nezbytně důležité, aby dítě vyrůstalo v láskyplné rodinné atmosféře. Dále hovoří o tom, že skrze zpěv ukolébavek matky vnášely do vědomí svých dětí harmonii a pokoj, utvářel se tak vzájemný citový vztah. Neboť ukolébavky přinášejí lásku, pocit štěstí, uklidnění, pocit bezpečí a blízkosti milované osoby. To potvrzují i Sedlák a Váňová (2013), kteří uvádějí, že přísun citových a smyslových podnětů nezbytných pro sociální vazbu

s dítětem se dá realizovat právě skrze zpěv matky. Jurkovič (2012) říká, že skrze zvuk, který je blízký řeči, skrze zpěv, se mezi matkou a dítětem vytváří něžné pouto. Je důležité, aby při zpěvu ukolébavek nebyla opomíjena i stránka něhy a doteku. Pro vytvoření citové vazby mezi matkou a dítětem a jejím rozvojem je velmi důležité prenatální období. Vágnerová (2012) popisuje, že chování matky stimuluje a ovlivňuje aktivitu určitých oblastí mozku. Pokud by smyslové a sociální podněty chyběly, projevilo by se to v oblasti psychiky i na neurofyziologické úrovni. Zátěž, která by vyplývala z rané deprivace, by mohla mít trvalejší následky. V průběhu senzitivní vývojové fáze by vedlo k odlišnému biologickému naprogramování mozku a v závažných případech i k jeho poškození a trvalým změnám chování dítěte.

Je tedy nesmírně důležité, aby dítě vyrůstalo v laskavém prostředí, kde ho budou rodiče milovat a poskytovat mu dostatečně podnětné prostředí. Helus (2004) hovoří o citlivém reagování matek na potřeby dítěte, jak fyziologické, tak především i psychické. Berou dítě do náruče, mluví na něho, konejší ho, věnují mu pozornost apod. Vytváří se tak stabilní citová vazba, která představuje jistotu pro dítě do jeho života. Vágnerová (2012) dále zmiňuje, že matka je vnímána jako součást vlastní bytosti. Již v průběhu těhotenství si matka k dítěti utváří vztah. Jestliže se i otec o dítě v tomto období zajímá, stává se též osobně významnou osobností a dítě se připoutává i k němu. Jistý a láskyplný vztah pro dítě představuje tu nejlepší variantu.

2.5 Způsoby uspávání dětí

V historii lidstva se každá matka či pečující osoba musela zabývat otázkou, jak nejlépe a nejúčinněji uspat své dítě. Nabízí se nám vícero způsobů uspávání dětí. Primárním však je přítomnost rodiče, popř. učitele/učitelky či jiné blízké osoby u dítěte, když usíná. Protože jeho osoba se nedá nahradit reprodukovanou hudbou, audio či video záznamem. Děti touží po kontaktu, po něžném, srdečném vztahu, po doteku, po autentickém hlasu osoby, kterou milují. Může to být různá forma kontaktu a uspávání dítěte, ať je to přečtení pohádky, vyprávění nějakého příběhu, hraní na hudební nástroj nebo právě zpěv ukolébavek či jiných písní. Franěk (2005) zmiňuje, že zpěv rodičů dítěti představuje jednu z nejpodstatnějších forem hudebního projevu a rovněž mezilidské komunikace. Jestliže rodiče dětem pouštějí reprodukovanou hudbu namísto zpěvu, seznamují je sice s podněty, kterou jsou důležité pro prohlubování jejich hudební zkušenosti či pro celkový zájem o hudbu, ale ochuzují je o to, co může přinést bezprostřední hudební komunikace a interakce s dítětem. Prostřednictvím tohoto způsobu komunikace se prohlubují vztahy mezi dětmi a dospělými. Dítě se se zároveň učí, že hudba je přirozenou formou emocionálního výrazu i vzájemné komunikace.

Jurkovič (2012) poukazuje taktéž na důležitost a autenticitu matčina hlasu, jejího podání písně, což ničím jiným nelze nahradit, ani profesionální zpěvačkou z velmi kvalitní audio nahrávky. I matka, která dle názoru okolí, nezpívá nejlépe, je stejně pro své dítě tou nejlepší zpěvačkou. Audio nahrávka může sloužit k naučení se jisté ukolébavky. Ukolébavkou se může stát jakákoliv klidná píseň, jež se dítěti zjevně líbí a vyvolává v něm pocit spokojenosti. Hudáková a Savková (2015) uvádějí, že někdy matky či jiné osoby zpívají dětem improvizované písně, kdy v okamžiku uspávání zpívají své vymyšlené písně, melodie či ukolébavky. Taktéž potvrzují, že hudební vzdělání přispívá k prohloubení hudebnosti dospělé osoby i dítěte, ale není to podmínkou. Podstatný je vztah k hudbě, k tvořivosti, postoj zvědavosti a chuti dítěti zazpívat, i když to nebude zcela „čistým hlasem“. Ukolébavka představuje vztah, komunikaci, pouto mezi matkou, pečující osobou, učitelem a dítětem, což přináší pozitivní naladění, krásu, estetický prožitek a relaxaci pro obě strany. Šimanovský (2011) hovoří o ukolébavkách, že se zpívají tiše, pomalu, že jsou k usínání. Není důležité tolik myslet na to, zda zpíváme intonačně správně, ale s jakým citem. Nemáme zpívat tóny a slova, ale radost, smutek, něhu, to, co prožíváme. Je potřeba naslouchat svému srdci, jen ono sdělí, zda zpíváme dobře. Skrze zpěv písní a ukolébavek se tak otevřou tajné dveře, které vedou k porozumění v celé rodině.

Nejvíce používaným způsobem uspávání dětí je čtení nebo vyprávění pohádek. Je to velmi důležité pro rozvoj čtenářské pregramotnosti, ale nemělo by čtení zůstat pouze na dobu před spaním. Vágnerová (2012) říká, že pohádky jsou odpovídající způsobu uvažování, myšlení a prožívání předškolních dětí. Pohádkový děj se řídí jasně určenými pravidly, kdy dobro vítězí nad zlem. Tento svět se jeví dítěti jako bezpečný, snadno se v něm může orientovat a spolehnout se na něj. Pohádky pomáhají dětem v chápání fungování skutečného světa a vztahů mezi lidmi. Mezi další způsoby uspávání dětí bychom mohli zařadit i poslech písní, relaxační hudby a pohádek z audio či video záznamu. Děti tím získávají taktéž nové obohacující podněty. Avšak nesmíme zapomínat, že přítomnost dospělé osoby při uspávání dítěte je nenahraditelná. Neboť dítě může vzít za ruku, pohladit ho, lehnout si k němu, dívat se mu do očí, vyjadřovat mu tak svou přítomností lásku a zájem o něj.

Jurkovič (2012) hovoří o tom, že pro děti v mateřské škole je nejvíce motivující a povzbudivá osobnost učitele/učitelky, který/á má hudbu rád/a, hraje na hudební nástroj, zpívá, zpestřuje tím dětem i jiné činnosti. A tak inspiruje děti k napodobení. Jestliže učitelka/učitel zpívá přirozeně, je pro děti tou/tím nejlepší/m zpěvačkou/zpěvákem na světě. Je důležité, aby bylo zjevné, že má kladný vztah k hudbě, že ji má rád/a a že věří tomu, co zpívá. Gerlichová

(2014, s. 119) podotýká: „*Děti, které mají to štěstí, že potkají nadšené učitele, kteří jim umí zprostředkovat radost a nadšení pro zpěv, hru na hudební nástroj a hudbu vůbec, si více důvěřují a nebojí se být sami sebou a neohroženě tvořit. Samozřejmě, že je nejlepší, když hudebnost přichází do života člověka s citem a jemností co nejdříve, tedy v jeho vlastní rodině.*“

3 Rozdělení ukolébavek podle jejich historického vzniku a žánru

Podle doby vzniku a žánru bychom mohli ukolébavky rozdělit přibližně do tří období: ukolébavky dávného starověku, středověku a novověku, do něhož zahrnujeme i současnost.

3.1 Ukolébavky dávného starověku

„Za jeden z předpokladů existence hudby je považována schopnost zpěvu u člověka a jeho předchůdců“ (Čuláková, 2014). Dá se předpokládat, že každá matka v historii řešila problém uspaní svého potomka. Proto vznik ukolébavek můžeme datovat do doby vzniku hudby samotné. Mezi první nalezené a archeologicky doložené nálezy hudebních nástrojů patří kostěné píšťaly a upravené zvířecí rohy, které patří do doby středního paleolitu (asi 150 000 let př. n. l.) (Ghosh, 2009).

Za nejstarší dochovanou ukolébavku by se dala považovat sumerská píseň *Usa šanu usa šanu*, neboli *Ukolébavka pro syna sumerského krále Šulgi*. Sumerskou říši datujeme přibližně v období přelomu 4. a 3. tisíciletí př. n. l. až 2. tisíciletí př. n. l. Ukolébavku složila manželka krále Šulgi, vládcetřetí dynastie Ur, v době, když jeden z jejich synů onemocněl. V ukolébavce královna zpívá, že její syn vyrostе jako strom, že bude zdravý. Slibuje mu, že dostane jídlo, které mu udělá dobře apod. Ke konci písně mu přeje, aby mohl mít rodinu, jídlo, štěstí a dobrou vůli bohů. Z dochovaných pramenů zjišťujeme, že mezi nejstarší ukolébavky patří i ukolébavka, pocházející ze starověkého Říma, období 8. století př. n. l. až 5. století n. l., s názvem: *Lalla, lalla, lalla*, kdy původní termín, byl složen ze slov „lu“ a „la“. Zajímavostí je, že sumerská ukolébavka začíná stejnými samohláskovými zvuky jako římská ukolébavka, akorát jí počáteční písmeno „l“ chybí. Sumerská i římská ukolébavka evokuje ke spánku a slibu světlé budoucnosti pro dítě, v čemž vidíme podobnost s vývojem ukolébavek až po současnost. Sumerská ukolébavka se však liší v tom, že je text a melodie určena pouze jednomu konkrétnímu dítěti, tedy synu krále Šulgi (Adams, 2010).

V nejstarších dokumentech Hudáková a Savková (2015) uvádějí, že se ukolébavka objevuje z roku 1072 v knize *Diwan l-Ligat al-Turk*, jejíž autor je turecký spisovatel Mahmud al-Kashgar. Zmiňuje se o starých tureckých ukolébavkách jako o „balubalu“. Též i pracuje s termínem „*Lilith-Abi*“, což znamená v hebrejštině „táhni *Lilith*“.

Ze sumerské a mezopotámské mytologie, i ze starobiblické tradice byla *Lilith* považována za démona, o kterém se tvrdilo, že dokáže ukrást duše dětí během noci. Židé chtěli uchránit své děti před *Lilith*, a tak zavěsili na rodný dům čtyři amulety s nápisem, který jej měl odehnat: „*Lilith! Abi!*“ Pryč s *Lilith*, odejdi *Lilith!* V dnešní době si uvědomujeme fonologickou

podobnost mezi historickým termínem „*lil abi*“ versus „*lullaby*“ (Hoy, 2012). Ukolébavky nás provázejí celou naší historií až do současnosti.

3.2 Ukolébavky v období středověku

Období středověku je ohraničeno pádem Západořímské říše v r. 476 až pádem Konstantinopole v r. 1453 a událostí objevení Ameriky v r. 1492. Ve středověku citové vazby mezi rodiči a dětmi nebyly téměř žádné, v té době byla vysoká úmrtnost dětí a o děti z vyšší společenských vrstev se staraly kojné a chůvy, a tím byl rovněž ovlivněn citový vztah mezi matkou a dítětem (Opravilová a Uhlířová, 2017). Musíme brát v úvahu tehdejší způsob myšlení a života lidí. Panoval zde patriarchální model společnosti, kdy otec byl hlavou rodiny a žena a děti mu byly podřízeny. Zkoumání textů středověkých ukolébavek odhaluje proces pokračování písemného bohatství kultury dané země. Tvoří speciální oddíl středověké literatury, resp. nejčastěji ve formě koled v tomto období. Mezi nejstarší středověké ukolébavky bychom mohli zařadit anglo-írskou ukolébavku: *Lollai lollai* ze 14. století, nalezenou v almanachu *BL MS Harley 913* (Wenzel, 1986). Autor napsal v rukopisu dvě verze ukolébavky, jednu v angličtině a druhou v latině. Avšak později v 15. století se stala více známou anglická verze ukolébavky. Zajímavostí je, že v díle františkánského kněze Johna z Grimestone z r. 1372, který je významnou postavou ve vývoji anglických koled, nacházíme tři ukolébavky, z nichž jedna není psána jako koleda. Tento text je paralelní s textem v almanachu *BL MS Harley 913* (Wenzel, 1986). Hanawalt (1986) popisuje, že některé další ukolébavky, které byly zpívány dětem ve středověku, se dochovaly. Obsah jejich textů však nebyl vždy tak laskavý, nezpívalo se o dobrých věcech a budoucnosti, ujišťující dítě o lásce, bezpečí a jistotě. Děti se z nich dozvídaly spíše o starostech, o boji o přežití, s čímž rolnické, chudé rodiny v tehdejší době zápasily. Příkladem těchto ukolébavek je anglická ukolébavka: „*Child, thou art nart a pilgrim byt and uncouth gest*“.

3.3 Ukolébavky v období novověku

Renesance je charakteristická návratem k antické kultuře, k výchovnému ideálu, všestrannému rozvoji dítěte, a zároveň rozvojem přírodních věd. Člověk začíná být vnímán jako individuální bytost a stává se respektovaným členem rodiny. Dítě je vnímáno jako pokračovatel rodiny a rozšiřovatel rodinného majetku. S rozvojem křesťanství je lidský život vnímán jako hodnota a dítě je svěřováno rodičům jako dar, o který se musí pečovat (Opravilová a Uhlířová, 2017). Jan Amos Komenský na tuto myšlenku navazuje, říká, že dítě je darem Božím a že: „*Nad zlato dražší klénot jest dítě, ale nad sklo křehčejší*“ (Komenský, 1992, s. 76). Vnímá již důležitost

dětství a celkového rozvoje dítěte. Tuto myšlenku později zastával i myslitel Jean Jacques Rousseau. Komenský (1992) zmiňuje, že k rozvoji dítěte je důležitá hudba, zpěv a že matky, chůvy či jiné pečující osoby mohou dítěti zpívat např. ukolébavku: *Spi, mé milé poupě*, (viz příloha 11.3.12).

Již ve středověku se objevovaly ukolébavky s náboženskou tematikou, kdy matka Boží Panna Maria přímo uspává svého syna, malého Ježíška. Obecně náleží k vánočnímu dědictví koled. Unikátní je v tomto ohledu česká píseň *Chťic, aby spal*, (viz příloha 11.3.15) od Adama Václava Michny z Otradovic (1600-1676). Tato ukolébavka je takovým pohlazením po duši, jak svou jímavou melodií, tak svým textem. Dítě, Ježíšek, je zde nazýván lilií, fialkou, růží, útěchou, loutnou, slavičkem, harfou apod. Vyjadřuje neskonalou něžnost a lásku matky ke svému dítěti. Její autor ji zařadil pod názvem *Vánoční radost* do sbírky *Česká mariánská muzika* z roku 1647 (Michna, 1989). Mezi další nejstarší takto dochované a specifikované písně patří ukolébavka „*Když Panna plačícího*“ z roku 1658, která má základ v latinské písni „*Dum Virgo vagientem*“ a v německé písni „*Lasst uns das Kindlein wiegen*“ (Bridel, 2012).

K historickým známým ukolébavkám řadíme i např. severoamerickou píseň: „*Rock-a-bye-baby*“. Existuje více teorií o jejím původu. Jedna z teorií tvrdí, že byla napsaná anglickými přistěhovalci, když viděli indiánské ženy, jak houpou své děti v kolébkách z březové kůry, kteří přišli do Ameriky. Další teorie zmiňuje, že byla vytvořena v 18. století rodinou, která žila na stromě, jejíž děti spaly ve vydlabaných větvích stromu. Navzdory tomu, že přistěhovalci připravili původní obyvatele, indiány, o jejich zemi a půdu, některé kmeny severní Ameriky si zachovali mnoho ze své hudby a tance (Hudáková a Savková, 2015). Dalším důkazem je i zachovaná indiánská ukolébavka „*Ho ho Watanay*“, která je velice známá po celém světě, a dokonce se stala jednou z nejčastěji zpívaných ukolébavek u respondentů v mém vlastním výzkumu. Je známá její upravená verze, jejíž text složil český folkový písničkář Pavel Lohonka (Chaloupková, 2003).

Ukolébavky rozlišujeme na lidové, jejichž tvůrcem je lid, a poté na autorské (umělé), u nichž je autor známý. Jedná se o skladatele klasické vážné hudby, ale i populární a relaxační hudby.

3.3.1 Lidové ukolébavky

Ukolébavky patří bezpochyby k národnímu bohatství každé kultury země. Jako jiné lidové písně byly předávány ústní lidovou tradicí. Naši významní sběratelé lidové slovesnosti, jako je např. Karel Jaromír Erben, František Bartoš, František Sušil, František Volf a Karel Plicka se

zasloužili o zaznamenání a uchování tohoto pokladu naší literatury. Karel Jaromír Erben (1937, s. 7) říká: „*Praví se, že píseň národní jest kvítko na luzích vlasteneckých vyrostlé, ježto příroda sama vychovala.*“ A dále hovoří: „*Má-li píseň býti národní, musí v ní vanouti národní duch.*“ Ve sbírkách našich významných osobností nalézáme mnoho lidových písní a říkadel pro děti. Mezi ně řadíme taktéž ukolébavky, zvané též kolíbavky, které se vyvíjely a zlidověly. Patří mezi ně např.: *Spi, synáčku, spi*, (viz příloha 11.3.14), nebo známá Smetanova ukolébavka: *Hajej, můj andílku*, (viz příloha 11.3.13), jejichž texty jsou zaznamenány ve sbírce Karla Jaromíra Erbena, stejně tak i např. ukolébavka: *Spi, Janíčku, spi*, (viz příloha 11.3.16), ve sborníku moravských národních písní od Františka Sušila.

3.3.2 Autorské ukolébavky

V období od 15. století se v našich dějinách objevili významní hudební skladatelé, v jejichž tvorbě nacházíme překrásná díla ukolébavek. Jak jsem již zmínila v úvodu této kapitoly, mezi známé skladatele 17. století řadíme raně barokního skladatele Adama Václava Michnu z Otradovic a jeho ukolébavku, (koledu): *Chtíc, aby spal*, (viz příloha 11.3.15). Mezi významné skladatele duchovní hudby patří i Jakub Jan Ryba, který se proslavil především svým dílem: *Česká mše vánoční*, „*Hej mistře*“ z r. 1796. Taktéž složil půvabné ukolébavky: *Spi, má zlatá boubelatá*, dále *Rozmilý slavičku*. Dále jsou známy jeho ukolébavky, složené ke slavnosti narození Páně: *Milí, synáčkové, S pastýři budu muzikovat* a především *Spi, spi, neviňátko* (Hoyerová, 2013).

Z 18. století se proslavila i krásná ukolébavka: *Schlafe, mein Prinzchen*, (viz příloha 11.3.19), která byla mylně přisuzována světoznámému skladateli Wolfgangu Amadeu Mozartovi. Za další autory ukolébavky jsou považováni hudební skladatelé Bernhard Flies či Johann Friedrich Anton Fleischmann. Text ukolébavky pochází ze hry Esther z r. 1796 německého básníka a dramatika Friedricha Wilhelma Gottera (Braun, 2010). Dalším významným hudebním skladatelem tohoto století je Fryderik Chopin, který složil skladbu s názvem: *Berceuse, op. 57* (v překladu ukolébavka). Mezi známé německé ukolébavky slavných skladatelů patří: *Wiegenlied am Lager eines kranken Kindes* od Roberta Schumanna a *Guten Abend, Gute Nacht*, (viz příloha 11.3.20), od Johannese Brahmsa. Klenoty ukolébavek našich proslulých a významných českých hudebních skladatelů 19. století jistě spatřujeme v písních z opery Hubička od Bedřicha Smetany: *Hajej, můj andílku*, (viz příloha 11.3.13), a *Letěla bělounká holubička*, a v půvabné ukolébavce Antonína Dvořáka: *Spi, mé dítě, spi*, (viz příloha 11.3.18). Antonín Dvořák její melodický materiál později použil pro Juliinu ukolébavku v opeře Jakobín (Antonín Dvořák, ©2005-2019). Jazzová píseň amerického

skladatele Georga Gershwina, který žil na přelomu 19. a 20. století, s názvem: *Summertime* je ukolébavkou, z opery *Porgy a Bess* z roku 1935 (McKin, 2014), která se proslavila po celém světě. Též populární anglická skupina Beatles nahrála ukolébavku: *Good night*, kterou složil John Lennon, v r. 1968. Ukolébavky se tak stávají esteticko-uměleckou tvorbou, jsou součástí slavných děl hudebních skladatelů po celém světě. Mnoho skladatelů komponuje ukolébavky v takové formě, kde se nevyskytuje zpěvná linka. Některé ukolébavky jsou ryze instrumentální, nelze je zazpívat, neboť melodie přesahuje často rozsah běžného hlasu. Jedním z příkladů takovýchto ukolébavek je: *Ukolébavka pro hlas a klavír* od Josefa Suka z r. 1891.

Ráda bych ještě zmínila významnou osobnost skladatele a pedagoga Pavla Jurkoviče, který složil mnoho půvabných ukolébavek, které otextoval a zhudebnil. In Memoriam bylo vydáno jeho CD s názvem: *Ukolébavky*, které obsahuje dvacet dva písní a tři improvizované skladby jako zpestření. 10. května jsem se zúčastnila v Divadle Viola křtu CD vydané Supraphonem a.s. ve spolupráci se Společností Pavla Jurkoviče, v podání zpěvačky Hany Blažikové a Tomáše Krále. Ukolébavky byly věnovány dvaceti dvěma rodinám, které jim skladatel složil „na míru“, i s ohledem na hudební nástroje, které jsou charakteristické pro dané členy rodiny. Jednalo se především o renesanční a barokní hudební nástroje, jako např. harfa, barokní housle, viola da gamba, violoncello, cembalo, barokní kytara, mbira aj. Cílem jeho ukolébavek je, aby se rodina sešla a zpívala dětem. Ráda bych uvedla např. ukolébavku: *Pro Mauglího* či ukolébavku: *Pro medvídka Ťupínka*, kterou nazpívaly dvě dívky předškolního věku.

3.3.3 Ukolébavky populární a relaxační hudby

Proslulým hudebním skladatelem moderní hudby 20. století je Bohuslav Martinů, jehož styl hudby se značně vyvíjel až k jeho vlastnímu kompozičnímu stylu. Složil tři ukolébavky, v kterých se vyskytují ostřejší modulace a prudké melodické rozpětí klavíru a stoupání vokálního partu. Příkladem jsou ukolébavky: *Ty sladce spíš* a *Hýčkán a laskán*. Zajímavé dílo je i *Ukolébavka* na text negerské poesie pro zpěv a klavír (Bátor, 2017). Dále náš známý hudební skladatel Vítězslav Novák, který byl velice ovlivněn uměleckým směrem impresionismem, složil dvanáct ukolébavek na slova lidové moravské poesie, dále čtyři ukolébavky pro vyšší hlas a klavír, jejichž texty složila jeho manželka Marie Nováková a dále i např. ukolébavku: *Ninna Nanna*, na indiánskou melodii pro klavír v r. 1907 (Sýkora, 2016).

Mezi současné skladatele populární hudby řadíme jistě Jaroslava Uhlíře působícího spolu se Zdeňkem Svěrákem. Mezi oblíbené melodie patří i *Mravenčí ukolébavka*. Dalším skladatelem populární hudby je např. kanadský hudebník Leonard Cohen, který se proslavil

svou písní: *Halelujah* a složil taktéž ukolébavku: *Lullaby*. Zajímavostí je, že v roce 2017 byla vydána nová publikace s názvem *Ukolébavky*, které nazpívali naši známí současní zpěváci populární hudby, jako je Tomáš Klus, Ewa Farna, Lucie, Petra a Michaela Páchovy. Kniha je určena pro děti, ale i pro dospělé, všem, kteří mají rádi usínání a spaní, jak je řečeno na první stránce knihy (Král, 2017). Obsahuje i CD s nahrávkami, ale bez notové přílohy. Autorem textů ukolébavek je spisovatel a textař Robin Král. Zhudebnil je současný skladatel a hudebník Jan Lstibůrek. Každá ukolébavka je doprovázena ilustrací Jaroslava Róna. Všechny ukolébavky jsou zpívány jednohlasně s doprovodem rozmanitých hudebních nástrojů, až na jednu s názvem: *Zvony*, které nazpíval Tomáš Klus spolu s Ewou Farnou. Známe taktéž mnoho autorů relaxační hudby, jako je např. muzikoterapeut Zdeněk Šimanovský, který vydal několik CD, ale i publikaci s názvem: *Uspávanky*, v roce 1998. Zde zařadil dvacet čtyři našich známých českých, moravských a slovenských lidových ukolébavek. Zdeněk Šimanovský položil otázku žákům ze základní školy, k čemu si myslí, že je ukolébavka. Mnoho odpovědí je v této knize obsaženo. Oslovila mne např. odpověď čtrnáctileté žákyně: „*Ukolébavka je jako když se ráno probudím ze sna do krásného dne. Je jako lehký vánek, něžné pohlazení, jako krásná velká vlna na moři, tajemné bludiště, ze kterého se nikdy nedostanu ven, a je mi příjemně. Ukolébavka je jako naděje na záchránění, ... šum lesa.*“

Ráda bych na závěr zmínila ještě významného současného skladatele duchovní hudby, ředitele kůru a varhaníka v kostele sv. Jiljí v Praze, mého otce Petra Chaloupského (Chaloupsky, ©2011). Věnuje se především komponování duchovní hudby, ale ve spojitosti s relaxační hudbou a ukolébavkami, složil mnoho meditací a čtyři půvabné a jímavé ukolébavky, složené pro sólový zpěv a nástroje, jako jsou housle, příčná flétna apod. Jsou věnovány mé matce, mému bratrovi, mé sestře a i mne, jako nejmladšímu dítěti. Ukolébavky jsou se svolením autora součástí zvukové přílohy mé bakalářské práce.

II PRAKTICKÁ ČÁST

4 Předmět a cíle výzkumu

Předmětem mé bakalářské práce je prohloubit význam zpěvu ukolébavek dětem, jak v domácím prostředí, tak především v mateřských školách, předškolních zařízeních a zařízeních pro děti raného věku. Zároveň mým umělecko-prezentačním cílem je zprostředkovat učitelům mateřských škol, rodičům, pečujícím osobám o děti raného věku a široké veřejnosti prostřednictvím bakalářské práce sborník vybraných světových i českých ukolébavek a zvukovou přílohu vybraných ukolébavek a relaxační hudby.

Zvolila jsem šest cílů výzkumu, kterými se budu zabývat ve své bakalářské práci.

Cíl výzkumu č. 1: Zjistit názor respondentů na význam působení ukolébavky.

Cíl výzkumu č. 2: Zjistit, zda rodiče, učitelé MŠ a pečující osoby o děti raného věku dětem před spaním zpívají ukolébavky.

Cíl výzkumu č. 3: Zjistit, jaké způsoby uspávání tyto tři skupiny respondentů volí pro děti.

Cíl výzkumu č. 4: Zjistit, zda rodiče respondentů jim zpívali ukolébavky před spaním.

Cíl výzkumu č. 5: Zjistit, zda respondenti považují dotek, pohlazení za důležitou součást vztahu mezi dítětem a pečující osobou, učitelem.

Cíl výzkumu č. 6: Zjistit názor respondentů na otázku, zda by se v každé mateřské škole, předškolním zařízení či v zařízení pro děti raného věku měly zpívat ukolébavky.

5 Pracovní hypotézy

V rámci splnění stanovených cílů výzkumu byly formulovány pracovní hypotézy:

Hypotéza vztahující se k cíli výzkumu č. 1:

H1: Ukolébavka má pozitivní, uklidňující účinky na dítě.

Hypotéza vztahující se k cíli výzkumu č. 2:

H2: Rodiče a pečující osoby o děti raného věku dětem před spaním zpívají ukolébavky, avšak v mateřských školách se ukolébavky před spaním dětem nezpívají.

Hypotéza vztahující se k cíli výzkumu č. 3:

H3: Respondenti volí více způsobů uspávání.

Hypotéza vztahující se k cíli výzkumu č. 4:

H4: Pokud rodiče respondentů zpívali ukolébavky, respondenti dětem rovněž zpívají.

Hypotéza vztahující se k cíli výzkumu č. 5:

H5: Dotek, pohlázení je podle respondentů důležitou součástí vztahu mezi dítětem a pečující osobou, učitelem.

Hypotéza vztahující se k cíli výzkumu č. 6:

H6: Respondenti odpoví pozitivně, že by se v mateřské škole a zařízení pro děti raného věku měly zpívat ukolébavky.

6 Výzkumné metody

Rozhodla jsem se, že zvolím dvě výzkumné metody k dosažení cílů a ověření mých pracovních hypotéz ve svém výzkumu, týkajícího se významu a působení ukolébavek u dětí v předškolním věku, názoru a zkušeností respondentů na tuto tematiku. Jedná se o metodu kvalitativního výzkumu, tedy rozhovoru individuálního a strukturovaného, který jsem realizovala s rodiči, resp. s matkami dětí v předškolním věku, učiteli mateřských škol a pečujícími osobami o děti raného věku. Rozhovor pro rodiče (matky) dětí v předškolním věku je tvořen 28 otázkami. Rozhovor pro učitele mateřských škol a pro pečující osoby o děti raného věku je tvořen 27 otázkami. V příloze č. 11.1.1 jsou uvedena plná znění rozhovorů pro všechny tři skupiny respondentů a v příloze č. 11.1.2 je předložen vybraný rozhovor z každé skupiny. Metoda rozhovoru je založena na získávání informací tazatele přímo od dotazovaného. Bylo pro mne velice přínosné a obohacující setkání s každým respondentem, které probíhalo na bázi důvěry a příjemné atmosféry. Každý rozhovor byl zcela unikátní, neboť měl svá specifika, která mne velice oslovila a obohatila v mé budoucí pedagogické profesi. Dále jsem vybrala pro svůj výzkum i kvantitativní výzkumnou metodu, metodu dotazníku pro učitele mateřských škol. Metoda dotazníku slouží spíše k analyzování většího množství dat, resp. odpovědí od více respondentů, avšak s méně podrobnými informacemi. Dotazníkového šetření se zúčastnilo celkem 70 respondentů. Dotazník tvoří celkem 9 otázek. Taktéž uvádím v příloze č. 11.2.1 plné znění dotazníku. Využila jsem obě formy předání dotazníku respondentům, jak osobní, tak i elektronickou formou.

K objasnění výzkumných cílů č. 1, 2, 3 a k nim se vztahujících hypotéz jsem využila obě výzkumné metody, rozhovoru i dotazníku. Cíle výzkumu č. 4, 5 a k nim se vztahující hypotézy byly ověřovány prostřednictvím kvalitativní metody rozhovoru. Prostřednictvím obou metod, rozhovoru i dotazníku, byly poslední výzkumný cíl č. 6 a k němu se vztahující hypotéza taktéž ověřovány.

Jako poslední výzkumnou metodu jsem zvolila odbornou analýzu vybraných světových ukolébavek, které jsem podrobila formálnímu, genetickému a sémantickému rozboru. Z příslušných pramenů jsem vybrala charakteristické ukolébavky pro dané regionální území. Převzala jsem pouze melodii s textem původního jazyka dané země. Vytvořené notové zpracování je obohaceno o osnovu s akordickými značkami. Harmonizace je má vlastní. Byla tvořena tak, aby ji bylo možné použít, jak při hře na kytaru, tak i při doprovodu na klávesové nástroje. Melodie byla většinou transponována do jiné tóniny tak, aby svou výškou odpovídala běžnému rozsahu hlasu a byla zároveň dobře hratelná i na kytaru. Do notového zpracování byly

doplněny i značky pro dechovou oporu a v případě potřeby upraveny taktové čáry. Pod osnovou je řádek s textem původního jazyka a zároveň je zde doplněn druhý text v českém jazyce, v mém vlastním volném překladu, který umožňuje pohodlný zpěv. Pro zpěvnost překladu však nebylo vždy možné dodržet původní význam textu dané ukolébavky (např. v turecké verzi). Mou velkou snahou bylo, abych prostřednictvím vytvoření těchto zpěvných verzí světových ukolébavek předala veřejnosti alespoň malý zlomek krásy a rozmanitosti světových ukolébavek. Zároveň je tak i připravila pro případné praktické využití v domácím prostředí, v mateřské škole a zařízeních pro děti raného věku.

7 Vlastní výzkum

7.1 Organizace výzkumu

V této práci bylo užito kvalitativního i kvantitativního výzkumu. V kvalitativním výzkumu byla zvolena metoda rozhovoru individuálního a strukturovaného. Rozhovory byly uskutečněny s třemi skupinami respondentů: s pěti matkami dětí v předškolním věku, s pěti učiteli z různých mateřských škol, jak ze státního, tak ze soukromého sektoru, a s šesti pečujícími osobami o děti raného věku. Pět respondentů ze skupiny pečujících osob bylo z institucionálních zařízení pro děti raného věku a šestý respondent byl z jiného typu péče o děti raného věku, tj. z pěstounské péče. Kvalitativní výzkum byl realizován v období od konce srpna až do začátku října 2018 v Praze. Respondenti byli seznámeni s informacemi ohledně rozhovoru, s ohledem na anonymitu jejich osobních údajů, odpovědí, s jejich nahráváním, a s jakým účelem je výzkum realizován. Rozhovory byly nahrávány jen pro mou vlastní potřebu zpracování prostřednictvím hlasového záznamu na mobilu či počítači.

Rozhovory s matkami byly po společné domluvě většinou realizovány u matek doma i za přítomnosti jejich dětí nebo v prostředí zahrady či dětského hřiště. Rozhovory s učiteli mateřských škol jsem uskutečnila buď přímo v mateřské škole, ve které působí, nebo po domluvě s nimi na jimi určeném jiném místě, jako např. kavárna či venkovní prostředí. Záměrně byly vybírány různé instituce pro děti raného věku, kde by mohly být realizovány rozhovory s třetí skupinou respondentů, tedy s pečujícími osobami o děti raného věku. Jednalo se o instituce sídlící v Praze: *Zařízení pro děti raného věku, Dětský domov, Soukromá mateřská škola a jesle, Dětská skupina a Mikrojesle*. Moje kamarádka, která byla i zároveň respondentkou ze skupiny matek při rozhovoru, mi dala kontakt na svou tetu, která je rehabilitační a sociální pracovnící a stála u zrodu systému *Pěstounské péče pro přechodnou dobu* u nás v České republice. Byl s ní též zrealizován rozhovor, který byl pro mne velice obohacující.

V kvantitativním výzkumu byla zvolena metoda dotazníku, které se zúčastnilo sedmdesát respondentů, učitelů z mateřských škol, jak ze státního, tak i ze soukromého sektoru. Kvantitativní výzkum byl realizován v období od září 2018 do ledna 2019. Respondenti byli též seznámeni s informacemi ohledně metody dotazníku s ohledem na anonymitu osobních údajů, odpovědí, a s jakým účelem je výzkum uskutečňován. Byly zvoleny obě formy předání dotazníku respondentům, jak osobní, tak především elektronickou formou. Zpočátku byli požádáni učitelé mateřských škol, které znám, zdali by mi mohli vyplnit dotazník pro můj

výzkum v rámci bakalářské práce. Poté byli osloveni i učitelé mateřských škol o vyplnění dotazníku na sociální skupině určené pro učitele mateřských škol.

Součástí výzkumné části je i metoda odborné analýzy. Z regionálních území jako je Severní a Jižní Amerika, Afrika, Austrálie a Nový Zéland, Asie a Evropa (severní, jižní, střední, východní a jihovýchodní) byly vybrány charakteristické ukolébavky pro dané oblasti, jejichž celkový počet je jedenáct písní, (viz příloha 11.3.1 – 11.3.11). Jednalo se o dlouhodobější proces výběru, zpracování a nahrání těchto ukolébavek. Pro zpracování, úpravu a notovou sazbu byl využit program *NoteWorthy Composer*. Součástí bakalářské práce je i zvuková příloha, jejíž součástí jsou vybrané světové zanalyzované ukolébavky, vybrané české a moravské ukolébavky, též tři ukolébavky známých evropských skladatelů, (viz příloha 11.3.18 – 11.3.20), a moje vlastní ukolébavka, kterou jsem složila. Byly nahrány volně dostupným programem *Audacity*. Součástí zvukové přílohy budou zahrnuty i čtyři ukolébavky se svolením autora, mého otce Petra Chaloupského, současného skladatele duchovní hudby, dále mnou složená skladba relaxační hudby. K jejich nahrání sloužil digitální synthesizer *Kawai K11*.

7.2 Charakteristika výzkumného vzorku

V této kapitole budou stručně charakterizováni respondenti, s nimiž byly realizovány výzkumné metody: rozhovoru a dotazníku. V kvalitativním výzkumu se jedná se o tři skupiny respondentek: matky, učitelky mateřských škol a pečující osoby o děti raného věku. Požádala jsem o spolupráci matky, které mají jedno či více dětí v předškolním věku. Všechny jsou mé kamarádky, s nimiž se velice dobře znám. Záměrně jsem vybírala matky, které mají v současné době děti pouze předškolního věku, aby výzkum byl cíleně směřován na význam působení ukolébavek u dětí v tomto věkovém rozmezí. Průměrný věk respondentek byl 30 let.

Dále jsem uskutečnila rozhovory s učitelkami mateřských škol, s nimiž jsem taktéž v kontaktu. Vybírala jsem učitelky z různých mateřských škol, jak ze státního, tak ze soukromého sektoru. Tři učitelky pracují v současné době ve státní mateřské škole, z nichž jedna je státní speciálně-logopedická, a dvě v soukromé mateřské škole (*MŠ Montessori a církevní mateřská škola*). Věkový průměr respondentek byl 41 let.

Následně jsem realizovala rozhovory s pečujícími osobami o děti raného věku. Respondenty z této skupiny jsem osobně neznala. Hledala jsem na internetu různé instituce pro děti raného věku a po telefonické domluvě jsem se s nimi domluvila na osobním setkání a realizaci rozhovoru. Jednalo se o rozhovor s dětskou lékařkou ze *Zařízení pro děti raného věku*, s pečovatelkou z *Dětského domova*, se zdravotní sestrou z *Mikrojeslí*, se zdravotní sestrou

z *Dětské skupiny* a s ředitelkou ze *Soukromé mateřské školy a jeslí*. Zároveň na doporučení mé kamarádky jsem zrealizovala rozhovor s její tetou, rehabilitační a sociální pracovnící, která stála u zrodu systému *Pěstounské péče pro přechodnou dobu* od r. 2008 u nás v České republice. Věkový průměr respondentek byl 53 let. Dotazníkového šetření se zúčastnilo 70 učitelek z mateřských škol z Prahy i z jiných částí České Republiky. Nejprve jsem požádala o vyplnění dotazníku učitelky mateřských škol, s kterými se znám, poté učitelky, s kterými jsou v kontaktu mé spolužačky a následně i učitele mateřských škol o vyplnění dotazníku na sociální skupině určené pro učitele mateřských škol. Dotazník byl určen pro učitele mateřských škol, kteří v současné době v mateřské škole pracují.

7.3 Realizace výzkumného šetření

7.3.1 Výsledky rozhovorů

Cílem výzkumu prostřednictvím metody rozhovoru bylo zjistit, zda rodiče, učitelé mateřských škol a pečující osoby o děti raného věku zpívají dětem ukolébavky, jaký je jejich názor na význam působení ukolébavek, jaké způsoby uspávání volí pro děti. Dále bylo cílem zjistit, zda se promítá vztah zpěvu rodičů respondentů do jejich zkušenosti se zpěvem ukolébavek dětem, zda považují dotek, pohlazení za významného činitele vztahu mezi dítětem a pečující osobou a zároveň, jaký je jejich názor na zpěv ukolébavek v mateřské škole a zařízení pro děti raného věku. Rozhovory s respondenty byly uskutečněny v Praze. Znění rozhovorů je uvedeno v příloze 11.1.1.

Při vyhodnocení rozhovorů jsem se rozhodla u všech třech skupin respondentů otázky rozdělit do osmi oblastí, které budu analyzovat, srovnávat a vyhodnocovat. Nejprve se zaměřím na rodiče. Jedná se o pět matek, které mají děti v předškolním věku. První oblast k vyhodnocení se týká zpěvu ukolébavek. Všechny matky odpověděly, že téměř vždy dětem před spaním zpívají ukolébavky a jejich manželé též. Nejčastější ukolébavky, které zpívají, jsou: *Ho ho Watanay* a *Mravenčí ukolébavka*, dále např. *Černé oči, jděte spát*, *Spi, synáčku, spi*, *Už se končí den, už je čas spánku* aj. Taktéž respondenty odpovídaly, že dětem před spaním zpívají i lidové písně. Zaujalo mne, že některé respondenty zpívají písně a ukolébavky světové, jako např. francouzská ukolébavka: *Fais dodo*, ruské a židovské ukolébavky, dále písně: *Wish you were here*, *Brahmsova ukolébavka*, písně z Taizé a jiné křesťanské písně. Matky odpovídaly, že ukolébavky a písně, které zpívají, znají z paměti, většinou je mají spojené s dětstvím a s hezkými vzpomínkami. Respondenty se shodovaly, že zpívají jednu i více

ukolébavek, že je to různé, stejně tak i délka zpěvu a usnutí dětí. Děti zpěv ukolébavek a písní uklidní, ale většinou usnou až po skončení zpěvu.

Druhá oblast se zabývá ohledně využití hudebního nástroje při uspávání dětí. Dvě respondentky odpověděly, že jejich manželé hrají před spaním dětem na kytaru, při které zpívají. Velice mne mile zaujalo, že jedna matka zmínila situaci: „*Před spaním na kytaru hraje manžel a starší syn má svou papírovou kytaru, na kterou přitom hraje.*“ Ostatní respondentky zmínily, že na hudební nástroj před spaním dětem nehrají, ale zpívají. Přes den dětem hrají např. na flétnu, na klavír, na housle apod. Třetí oblast se týkala věku dětí. Tři respondentky mají dvě děti, z nichž dvě mají čtyřleté a dvouleté děti, jedna dvouletá a miminko pár týdnů staré. Zbylé dvě respondentky mají jedno dítě: čtyřleté, pětileté. Čtvrtá oblast se týká rodičů matek, kdy v dětství u většiny respondentek zpívala buď jejich matka, nebo babička ukolébavky, které zpívají i svým dětem. Co se týkalo hraní na hudební nástroj, respondentky odpovídaly, že před spaním jim rodiče nehrali na hudební nástroj. Jedna respondentka zmínila, že při společné modlitbě občas hrával její otec na kytaru. Zároveň všechny matky zmínily, že jejich rodiče jim četli pohádky před spaním a někdy i vyprávěli. Když matky odpovídaly na otázku, zda zpívají prarodiče jejich dětem ukolébavky při uspávání, odpovídaly, že zpívají a někdy, že i čtou pohádku. Jedna respondentka zmínila, že její rodiče i jejího manžela bydlí mimo Prahu, tudíž jejich děti neuspávají.

Pátá oblast se věnuje významu zpěvu ukolébavek. Respondentky souhlasily, že je velmi důležité dětem zpívat ukolébavky i jiné písně. Hlavní důvod pro ně představuje předávání kulturního bohatství, rozvíjení vztahu k hudbě, rozvoji hudebnosti, uklidňující účinek apod. Některé matky zmiňovaly, že ne vždy při zpěvu děti usnou, že je to uklidní, ale usnou až později. Na otázku, zda respondentky zpívaly i v těhotenství, většina z nich odpověděla, že ano. Jedna respondentka poznamenala, že spíš chodila na koncerty vážné hudby, než že by zpívala. Jiná respondentka odpověděla: „*Ano, zpívala jsem. Hrála jsem i na flétnu různé písničky. Zpívala jsem v těhotenství a také jsem četla dítěti pohádky.*“ Některé matky podotkly, že během zpěvu ukolébavek, se k nim někdy děti přidávají a zpívají s nimi. Většinou ale jen poslouchají. Zaujala mne odpověď jedné respondentky, která poznamenala: „*Mladší syn je takový muzikální, zpívá hodně. Asi jeho nejoblíbenější ukolébavka je Mravenčí ukolébavka. Má v ní oblíbené pasáže, např. jak se zpívá: „...nospinká sám, s maminkou je tam“, tak přidává „s tatínkem, s bratříčkem“, takže ji dále rozvíjí.*“ Každá respondentka má i svou oblíbenou ukolébavku: *Ho ho Watanay*, jednu židovskou ukolébavku, *Černé oči, jděte spát, Už se končí den* a *Kuličky*. Jedna respondentka zmínila francouzskou ukolébavku: *Fais dodo*. Právě tuto

ukolébavku *Fais dodo*, (viz příloha 11.3.6), mám zahrnutou ve vybraných světových ukolébavkách, které podrobím odborné analýze.

Šestá oblast se zaměřuje na význam kontaktu s dítětem prostřednictvím doteku, pohlázení apod. Všechny respondentky jednoznačně potvrdily, že je fyzický kontakt s dítětem velice důležitý, nezbytný, který děti potřebují. Je důležitý vzhledem k vztahu mezi dítětem a matkou, pečující osobou. Dokonce jedna matka zmínila, že při zpěvu *Mravenčí ukolébavky*, kde je pasáž: „*tykadlama ho hladí*“, tak děti chtějí vždy pohladit. Sedmá oblast se zabývá způsoby uspávání dítěte. Většina respondentek zmínila, že mají před spaním určitý rituál, který se opakuje. Většinou se skládá z umytí, z modlitby s dětmi, čtení knih a zpívání ukolébavek či jiných písní. Respondentky zmiňovaly, že každý den před spaním s dětmi čtou, z nichž jedna zmínila, že jen někdy čte dceři, ale téměř vždy jí zpívá ukolébavky. Většina z nich dětem někdy vypráví klasické pohádky a někdy i své vymyšlené příběhy. Matky se shodly na tom, že dětem před spaním nepouštějí pohádky z audio záznamu. Jedna zmínila, že se o to někdy snažila, ale dcera spíš chce, aby ji ona sama četla nebo vyprávěla.

Osmá oblast se týká názoru respondentek na otázku, zda si myslí, že je lepší dětem jen přečíst pohádku, nebo i zazpívat, zahrát nějakou uklidňující píseň. Respondentky se shodly na tom, že upřednostňují přečtení pohádky a na to navazující zpěv ukolébavek i jiných písní. Dále jsem se jich ptala, zda v mateřské škole či v předškolním zařízení, které jejich děti navštěvují, učitelé dětem před spaním zpívají. Děti tří matek nenavštěvují mateřskou školu či předškolní zařízení. U zbývajících dvou matek děti instituce navštěvují, ale matky si nebyly jisté, zda učitelé dětem před spaním zpívají. Říkaly, že spíše dětem v mateřské škole čtou pohádku. Ale všechny respondentky se shodly na odpovědi, že jsou rozhodně pro, aby se dětem v mateřských školách a předškolních zařízeních zpívaly ukolébavky i jiné písně před spaním.

Dále jsem realizovala rozhovory s pěti učitelkami mateřských škol. První oblast zkoumání se zaměřuje na zpěv ukolébavek. Tři učitelky odpověděly, že v mateřské škole dětem před spaním ukolébavky či jiné písně nezpívají, ani nikdo z kolegů. Jedna učitelka zmínila, že s dětmi zpívají ukolébavky jen např. při rolové hře, kdy děti zpívají ukolébavky panenkám, aby usnuly. Velice mne zaujalo, že jedna z oněch tří respondentek poznamenala, že si vymýšlela pro každé své dítě písničku, melodii i slova, která měla funkci ukolébavky. Vymyslela si ji již v době těhotenství a svému dítěti jej zpívala až do asi 1, 5 roku. Dvě učitelky, jedna ze státní mateřské školy a druhá z církevní mateřské školy, odpověděly, že zpívají jen občas, z nichž jedna zmínila, že její kolegyně zpívá dětem před spaním pravidelně. Druhá učitelka podotkla, která v současné době již pracuje ve státní mateřské škole: „*Ale podle mne je hezké, když se*

dětem zpívají ukolébavky. Když třeba ty, jak jsi zpívala u nás v soukromé školce, když jsi u nás začínala, tak bylo moc hezké, že jsi dětem zpívala. Děti se na to vždy těšily. Takže jsem se potom zapojovala někdy také. A musím říct, že děti jsou u toho klidnější, než u pohádky. Protože zpěv je vyjádřen tou krásnou melodií, je to úplně něco jiného.“ Všechny respondentky zmiňovaly, že dětem spíše čtou před spaním. A pokud zpívaly, tak zpívaly např.: *Spi, děťátko, spi, Hajej, můj andílku* či *Černé oči, jděte spát*. Jedna učitelka zmínila, že zpívala především ukolébavky, které slyšela ode mne, když jsme spolu pracovaly (např. *Černé oči, jděte spát*, kterou má velice oblíbenou). Respondentky se shodovaly na tom, že zpívají písně, které znají z paměti. Některá zmínila např. i ze sboru, ze skautského oddílu nebo své vymyšlené písně. Dvě učitelky zmínily, že dětem před spaním zpívají tak dvě, tři ukolébavky. Jedna respondentka zmínila, že svým vlastním dětem zpívala pouze jednu, svou vymyšlenou píseň. Jiná respondentka podotkla, že když zpívá dětem před spaním ukolébavky, nejprve děti namotivuje krátký příběhem k ukolébavce. Např. k ukolébavce: *Černé oči, jděte spát*, tak vypráví o „okaté holčičce“. Respondentky se shodovaly na tom, že doba usnutí u dětí je velice individuální. Zaujala mne odpověď jedné učitelky, která zmínila, že dětem pouští hudbu z audio záznamu: „*Děti mají rády velmi Vltavu. Vyžadovaly ji pak, začala jsem ji pouštět po částech a vyprávěla jsem, co se tam zrovna odehrává. Po odpočinku jsme udělali takovou reflexi, samy mi vyprávěly, co tam slyšely a jaké rozpoznávaly hudební nástroje.*“

Druhá oblast se týká hry na hudební nástroj dětem při uspávání dětí. Tři učitelky zmínily, že dětem někdy hrají před spaním na klavír, většinou své improvizované skladby, melodie. Pouze jedna z respondentek zmínila, že při hře na klavír dětem před spaním zpívá. Jedna respondentka podotkla, že dětem hraje její kolegyně na flétnu před spaním. Svým dětem občas hrála na Orffův hudební nástroj, který vydává uklidňující zvuky. Také pouštěla někdy relaxační hudbu, např. *Bílý šum* či něco podobného. Zaujalo mne, že zmínila, že v těhotenství používala i „*Angelsounds*“. Význam slova vysvětluje následovně: „*Je možnost, že když máte miminko v bříšku, tak posloucháte jeho srdíčko pro uklidnění, že je v pořádku. V tomto těhotenství to bylo pro mě výrazně uklidňující. Tento systém „Angelsounds“ funguje i tak, že maminka si nahraje své srdíčko a může jej pouštět miminku před spaním. Takže miminko se zklidní, protože slyší srdíčko maminky, které slyšelo, když bylo v bříšku.*“

Třetí oblast se zaměřuje na věk a počet dětí. Většina učitelek uspává děti čtyř až pěti-leté, některé i zároveň mladší v rozmezí od dvou do pěti let. Jedna učitelka zmínila, že uspává pouze 6 a 7-leté děti s odkladem školní docházky. Také dvě učitelky zmínily věk svých dětí: 4 a 6 let a druhá: 10; 7,5; 5 a 3 měsíce. U tří respondentek se pohybuje počet dětí okolo dvaceti, nejmenší

počet byl uveden okolo 10 až 14 dětí. Čtvrtá oblast se týká rodičů respondentek, jejichž rodiče jim v dětství nezpívali ani nehráli na hudební nástroj před spaním. Jedna respondentka zmínila, že jí někdy matka zpívala. S jinou se před spaním modlívala babička a poté zpívala ukolébavky. Tyto dvě respondentky zmínily, že občas zpívají stejné ukolébavky, které slyšely v dětství od matky nebo babičky. Zároveň všechny respondentky se shodly na tom, že jejich rodiče jim četly pohádky před spaním a někdy i vyprávěly. Jiná učitelka zmínila, že jí rodiče především vyprávěly veršované pohádky, které si pamatuje dodnes a taktéž je dětem i svému synovi vypráví. Když respondentky odpovídaly na otázku, zda zpívají prarodiče jejich dětem ukolébavky při uspávání, většina odpovídala, že jim pouze čtou. Pouze dvě z dotazovaných zmínily, že samy dětem někdy zpívají.

Pátá oblast se věnuje významu zpěvu ukolébavek. Všechny respondentky se shodly, že je velice důležité dětem zpívat, jedná se jak o rozvoj hudebnosti, utváření vztahu k hudbě, uklidnění dětí, tak i o předání kulturního bohatství, vytváření si vztahu k lidové tvořivosti, tradicím, folkloru apod. Jedna respondentka zmínila: „*Zpěvem se vytváří vztah k mamince, k paní učitelce.*“ Zároveň jiná učitelka podotkla, že se skrze zpěv se rozvíjí cit pro rytmus, který je důležitý i pro rozvoj např. grafomotoriky. Všechny respondentky se shodly na tom, že ukolébavky slouží k uklidnění dětí. Jedna učitelka zmínila, že by jim letos v novém školním roce měly nastoupit do třídy dvouleté děti a že zpěv ukolébavek vyzkouší. Ohledně toho, že by děti při zpěvu opakovaly slova či by zpívaly s učitelkami, respondentky zmiňovaly, že děti spíše poslouchají zpěv. Tři respondentky mají i svou oblíbenou ukolébavku, jako např. *Hajej, můj andílku, Spi, děťátko, spi* a *Černé oči, jděte spát*. Jedna respondentka podotkla: „*Mám oblíbené verše od Jana Skácela, jeho „Uspávanky“.* Např. je krásná „*Uspávanka se starými domy*“, jak zní, dají se připodobnit k ukolébavkám.

Šestá oblast se týká významu kontaktu s dítětem prostřednictvím doteku, pohlazení apod. Všechny respondentky potvrdily, že je fyzický kontakt s dítětem velice důležitý, především pro vztah dítěte s učitelkou, matkou, pečující osobou. Sedmá oblast se věnuje způsobům uspávání, které volí učitelky mateřských škol. Některé zmínily např. přikrytí, pohlazení, podání plyšové hračky, přehrávání relaxační hudby apod. Jedna učitelka zmínila, že přítomnost rodiče, učitele u dítěte, kdy ho podržíte za ruku, jste u něho, je zázračná. Všechny respondentky se shodly, že čtou dětem před spaním pohádku, většinou jsou to různé pohádky, jak klasické, tak příběhy na pokračování (např. *Z Deníku kocoura Modroočka*). Zaujalo mne, že jedna učitelka zmínila, že dětem čte před spaním i z dětské encyklopedie např. o bouřce, o vodě apod. Jiná respondentka podotkla, že když je v pohádce nějaká říkanka či píseň, vymyslí svou melodii a

zazpívá ji dětem. Většina respondentek potvrdila, že někdy přehrává dětem písničky, relaxační hudbu či pohádky. Jedna učitelka však poznamenala, že písničky a pohádky dětem z audio záznamu nepouští, že to spíše děti více rozptýlí. Většina dotazovaných taktéž dětem ráda vypráví pohádky, většinou se jedná o klasické pohádky. Některá z respondentek upřednostňuje spíše čtení než vyprávění. Když ovšem vypráví, vytváří si vlastní příběhy a pohádky. Jedna učitelka zmínila, že si vymýšlí příběhy k ukolébavce, kterou dětem někdy zazpívá, aby je na ní namotivovala. Po spaní či další den děti např. kreslí, co v příběhu slyšely.

Osmá oblast se zabývá názorem respondentek na otázku, zda si myslí, že je lepší dětem jen přečíst pohádku, nebo i zazpívat, zahrát nějakou uklidňující píseň. Respondentky se shodly na tom, že je vše správně, např. přečtení pohádky i zpěv ukolébavek. Dále jsem se jich ptala na jejich názor, zda si myslí, že by se v každé mateřské škole či v zařízení pro děti raného věku měly zpívat ukolébavky. Respondentky odpovídaly, že je to velmi důležité, že skrze ukolébavky a celkově zpěv vedeme děti k utváření vztahu k hudbě, k jejich rozvoji. Zmiňují, že je to právě na učitelkách v mateřských školách i předškolních zařízeních, aby děti seznámily s hudbou. Oslovily mne odpovědi respondentek, které zmiňovaly, že by se měly zpívat, protože se obecně vytrácí lidová tradice apod. a že mají zájem je začít zpívat. Jedna respondentka podotýká: *„Myslím si, že pro děti je to úplně jiná forma uspávání, protože se právě většinou setkají jen s četbou. Kterýkoli člověk si umí vzít do ruky knihu a číst. To je nejčastější forma uspávání. Ale ukolébavka je jiná. Do budoucna bych se snažila více zpívat dětem ukolébavky.“*

Uskutečnila jsem rozhovory i s pečujícími osobami o děti raného věku z různých typů zařízení pro děti raného věku a pěstounské péče pro přechodnou dobu. První oblast zkoumání se zabývá zpěvem ukolébavek dětem před spaním. Až na jednu, se všechny respondentky shodly na tom, že zpívají dětem před spaním ukolébavky i některé lidové písničky. Jedna z pečujících osob odpověděla, že zpívala jen svým dětem doma, ale že by dětem v soukromé mateřské škole a jeslích mohla začít. Většina respondentek zmínila, že zpívají každý den před spaním, dokonce jedna respondentka podotkla, že zpívají dětem několikrát denně jednoduché ukolébavky, melodie až „mantry“ (opakující se melodie beze slov). Tato respondentka, rehabilitační a sociální pracovníce, která stála u zrodu *Pěstounské péče pro přechodnou dobu* u nás, poznamenala: *„Z klasických ukolébavek nejvíce jsme zpívali „Halí, belí“. Někdy jsme záměrně používali ukolébavky, které jsou součástí zvukových hraček. Na začátku jsme je dětem pořizovali a mnoho pěstounů to také dělá. Pro dítě to může být důležitý způsob, jak si přenést zkušenost do nové rodiny a jak zůstat v klidu, i když nastane změna prostředí. Já, manžel i naše děti používali nejčastěji melodii „Halí, belí“ a všichni jsme*

upravovali její slova na míru dítěti, aby to sloužilo ke zklidnění a uklidnění dítěte. Uspávání dítěte s abstinenčním syndromem je velmi náročné.“ Všechny respondentky se shodovaly, že vybírají ukolébavky a písně, které znají z dětství, dále některé zmínily ze zpěvníku, ze skautského oddílu, ze sboru apod. Rozsah počtu ukolébavek a jiných písní, které zpívají, je velmi různorodý. Překvapilo mne, že dvě respondentky zmínily, že zpívají dětem i třeba dvacet až třicet ukolébavek. Všechny respondentky potvrdily, že doba uspávání dítěte je individuální. Jedna respondentka zmínila, že je to různé, že záleží na předchozí zátěži dítěte, jak prenatální, tak i případně postnatální. Někdy stačí pár minut, někdy mnohem více. Podotýká: „*Součástí ukolébavek je i práce na zklidnění dítěte hlazením, celkově dotykovou terapií.*“

Druhá oblast se věnuje hře na hudební nástroj dětem před spaním. Většina respondentek odpověděla, že před spaním dětem na hudební nástroj nehraje. Jedna zmínila, že někdy hraje dětem na ozvučná dřívka, bubínek či hru na tělo s ukazováním, u čehož zpívá. Jiná zmínila, že její dcery si někdy vzaly dítě do šátku, sedly si ke klavíru a hrály do té doby, než miminko usnulo. Třetí oblast se zaměřuje na věk a počet dětí. Věk dětí se pohybuje od 1 roku až do 9 let, nejčastěji však od 1 roku do 4, 6 let. Respondentky zmiňovaly, že počet dětí je velice proměnlivý, na každém oddělení je to jiné. Pohybuje se v rozmezí od 4 dětí až po 16, 20 dětí. Co se týče věku dítěte u respondentky, která je pěstounka pro přechodnou dobu, tak se starala o novorozence až po jednoleté děti. Zmiňuje: „*Postupně se u nás vystříдалo osmnáct miminek. Průměrně u nás miminko bylo půl roku, ale některé tři týdny, některé i rok. Záleželo na tom, jak rychle se podařilo vyřešit jeho situaci.*“ Pěstounská péče od r. 2013 nastavena tak, že by dítě nemělo pobývat v rodině déle než jeden rok.

Čtvrtá oblast se zabývá rodiči respondentek. Respondentky zmínily, že jim rodiče zpívali ukolébavky, nejčastěji matka, babička nebo teta. Jen jedna z nich podotkla, že jí otec hrál před spaním na klavír. Všechny respondentky zmínily, že zpívají i stejné ukolébavky, které znají z dětství. Zaujala mne odpověď jedné respondentky, která zmínila, že její rodiče často improvizovali a domýšleli text ukolébavek. Stejně tak improvizuje, skládá ona i její manžel. Všechny respondentky se shodly na tom, že jim rodiče četly pohádky před spaním a někdy i vyprávěli. Když respondentky odpovídaly na otázku, zda zpívají prarodiče jejich dětem ukolébavky při uspávání, všechny odpověděly, že jim zpívají.

Pátá oblast se věnuje významu zpěvu ukolébavek. Všechny respondentky se shodly, že zpěv před spaním je uklidňující, navozující příjemné pocity, jedná se o předání kulturního bohatství z generace na generaci. Dále respondentky zmiňovaly, že se jedná o komunikaci mezi dítětem a pečující osobou, že zpěv posiluje individualitu, vědomí dítěte, jeho důležitost, respekt

k němu samému. Jedna respondentka poznamenala: „*Zejména zklidnění u novorozenců do usnutí právě za pomoci monotónního hlasu, ukolébávání, klidu samotné pečující osoby považují za klíčové. Zároveň to pomáhá zklidnit i pečující osobu, protože děti jsou v tomto věku emočně zcela propojeny s pečující osobou a reagují na to, když pečující osoba není v klidu. Muzika je něco tak báječného, klíčového, způsob neverbální komunikace, umožňuje říci mnoho věcí, aniž bychom potřebovali slova.*“ Většina respondentek zmínila, že si všimla, že děti často opakují slova a zpívají s nimi. Jedna respondentka zmínila, že dokonce děti dozpívávaly ukolébavky, když přerušila zpěv, a jednalo se i o děti v kojeneckém věku. Všechny respondentky mají i svou oblíbenou ukolébavku, jako např. *Spi, Jeničku, spi, Hajej, můj andílku, Hou, hou krávy jdou, nesou mlíčko pod horou, Ukolébavka pro Kubu a Lenku, Den se končí, už je čas k spánku* aj.

Šestá oblast se zaměřuje na význam kontaktu s dítětem prostřednictvím doteku, pohlázení apod. Všechny respondentky potvrdily, že je fyzický kontakt s dítětem velice důležitý, že se tím vyjadřuje vztah k dítěti, že jej máme rádi, že nám na něm záleží. Jedna respondentka poznamenala: „*Dotek je klíčový, je to velmi důležitá cesta, jak dítěti říct, že mi na něm záleží a že není na život samo.*“ Sedmá oblast se věnuje způsobům uspávání, které volí pečující osoby pro děti. Respondentky se shodovaly ve zpěvu, čtení a vyprávění pohádek, hlazení, objetí apod. Velice mne zaujala odpověď jedné respondentky, která zmínila: *Myslím si, že již archetypálně „je na hlavičce místo odměny.“ Když nás někdo pohladí po hlavě, cítíme, že nám někdo říká: „Jsi v pořádku, mám Tě rád.“ Je zde ocenění, pochvala. Hlazením po hlavě nám spouští pocit, že jsme dobře přijati druhou osobou. U tohoto dítěte, pokud se začalo dostávat do abstinenčních příznaků, na jeho hlavičce byly patrné změny, jak se svaly pod lebkou, o kterých běžný člověk ani neví, že tam jsou, dostávaly do velkých spasmů. Takže se dítěti změnila fyziognomie celého obličejce a čela, proto jsem přišla na to, že u dítěte je velmi důležité hlazení po hlavičce.*“ Všechny respondentky potvrdily, že dětem čtou pohádky, ale spíš upřednostňují vyprávění před čtením. Vypráví, jak klasické pohádky, tak i své vymyšlené příběhy. Jedna respondentka zmínila, že klasické nevyprávěli, ale především své příběhy, své vymyšlené pohádky. Většina respondentek zmínila, že dětem někdy pouští relaxační hudbu či pohádky, ale není to tak často.

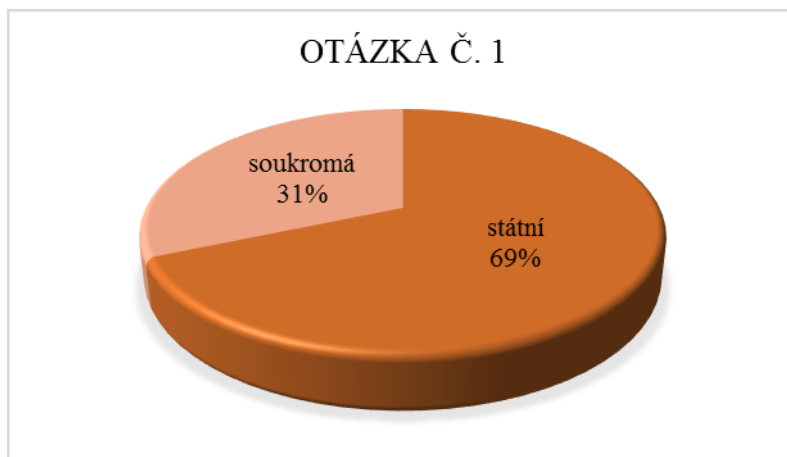
Osmá oblast se týká názoru respondentek na otázku, zda si myslí, že je lepší dětem jen přečíst pohádku, nebo i zazpívat, zahrát nějakou uklidňující píseň. Respondentky se shodly na tom, že je vše správně, zapojují zpěv ukolébavek i vyprávění, čtení pohádky. Dále jsem se jich ptala na jejich názor, zda si myslí, že by se v každém zařízení pro děti raného věku měly zpívat ukolébavky. Respondentky odpovídaly, že je to nezbytné, že děti zpěv ukolébavek

uklidňuje, utváří se citový vztah mezi dítětem a pečující osobou, rozvíjí se jeho osobnost, předává se kulturní bohatství, jedná se i o přípravu na řeč. Jedna respondentka podotkla: „Především si myslím, že by neměla být žádná zařízení pro děti raného věku. Nedokáží si představit, jak bych mohla vše poskytovat několika dětem najednou to, co každé dítě potřebuje a požaduje. Ale když už je to nutné, tak samozřejmě cokoliv pro děti personál udělá, je velmi dobré a důležité. Pohybují se v oblasti ohrožených dětí, nejen malinkých, ale i větších. Když dětem personál zpívá, věnuje se hudbě a dětem tak pomáhá se naučit zklidňovat.“

7.3.2 Výsledky dotazníku

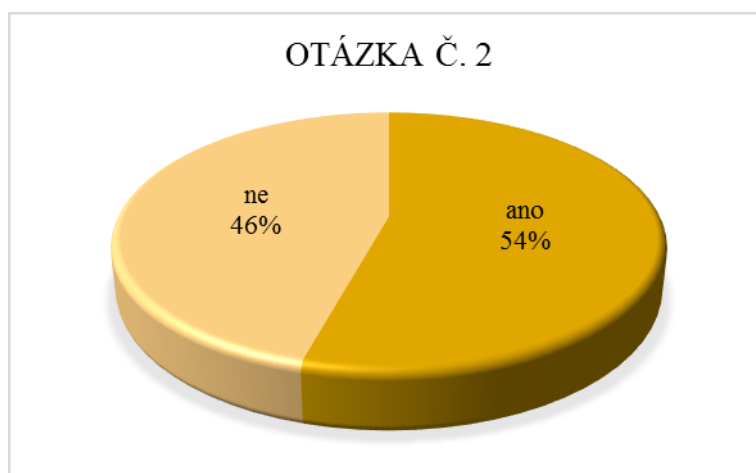
Cílem dotazníkového šetření bylo zjistit, zda učitelé mateřských škol zpívají dětem ukolébavky, jaké způsoby uspávání volí pro děti a jaký je jejich názor na zpěv ukolébavek v mateřských školách, předškolních zařízeních a zařízeních pro děti raného věku. Zvolila jsem obě formy předání dotazníku respondentům, jak osobní, tak především elektronickou formu. Dotazníkového šetření se zúčastnilo celkem 70 učitelek mateřských škol, jak ze státního, tak ze soukromého sektoru, které pracují v mateřských školách Praze i v jiných částech České republiky. Znění dotazníku je uvedeno v příloze č. 11.2.1.

Otázka č. 1: *Pracujete ve státní nebo soukromé mateřské škole?*



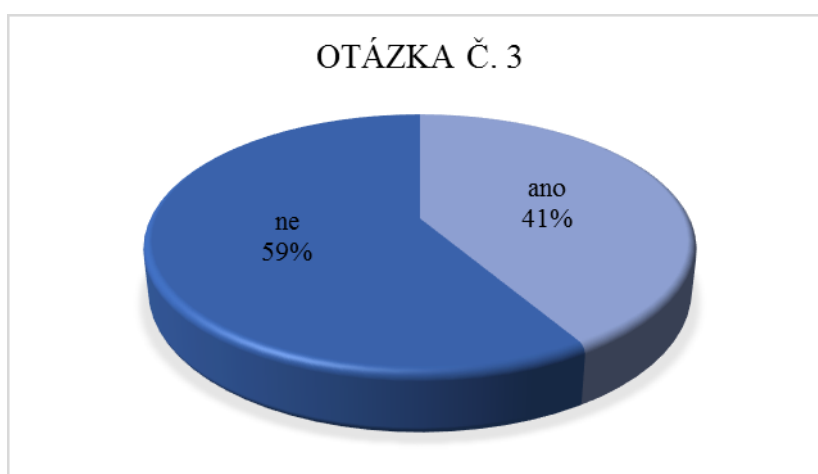
Ve státní mateřské škole pracuje téměř většina respondentek (69 %). V soukromé mateřské škole pracuje dvacet dva respondentek, (tedy 31 %).

Otázka č. 2: Zpíváte dětem před spaním ukolébavky? Popř. jaké to jsou?



Učitelky mateřských škol odpovídaly na otázku, zda zpívají dětem před spaním ukolébavky. Přes polovinu respondentek (54 %) uvedlo, že dětem před spaním zpívají, z nichž (8 %) podotklo, že zpívají jen občas ukolébavky. Nejčastěji respondentky zmiňovaly, že zpívají *Mravenčí ukolébavku, dále Černé oči, jděte spát, Halí, belí, Hajej, můj andílku, Ukolébavka pro Kubu a Lenku, Spi, děťátko, spi, Ho ho Watanay* aj. Třicet dva respondentek (46 %) odpovědělo, že dětem ukolébavky před spaním v mateřské škole vůbec nezpívají. Zmínily, že především čtou pohádku. Zajímavé je, že ve srovnání zpěvu ukolébavek v soukromém sektoru vyšly výsledky stejně, tzn. přesně polovina učitelek (11 respondentek) v soukromých mateřských školách zpívá ukolébavky a druhá polovina nezpívá. Ve státním sektoru přes polovinu respondentek, tedy 56 % (27 respondentek) zpívá ukolébavky dětem před spaním a 44 % (21 respondentek) dětem před spaním ukolébavky vůbec nezpívá.

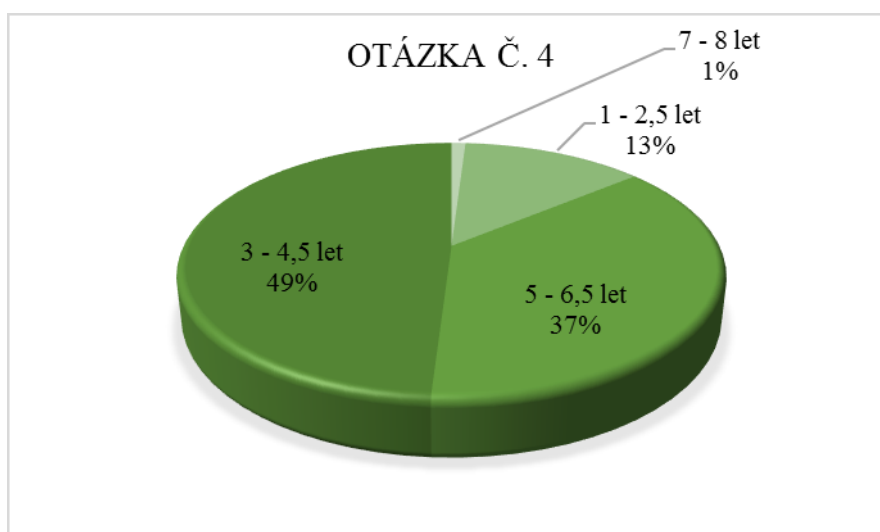
Otázka č. 3: Zpíváte dětem před spaním jiné písně? Popř. jaké to jsou?



Více než polovina respondentek (59 %) odpověděla, že jiné písně dětem před spaním nezpívá. Zatímco 29 učitelek mateřských škol (41 %) uvedlo, že je dětem před spaním zpívá. Nejčastěji

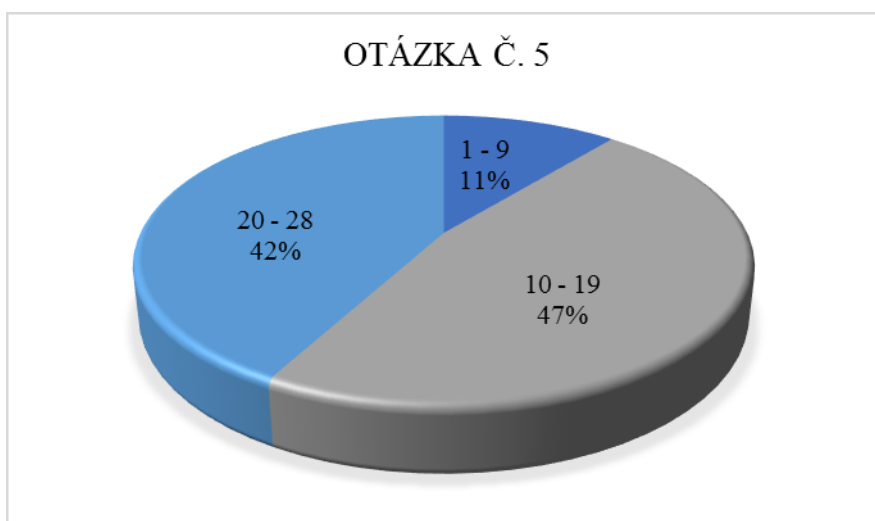
respondentky uvedly, že dětem zpívají lidové písně a dále písně, které se s dětmi učily během tematického bloku, aby je dětem připomněly. Taktéž jsem realizovala srovnání v počtu respondentek ze státního a soukromého sektoru. Učitelky ve státních mateřských školách, které zpívají dětem před spaním jiné písně, je méně (46 %), než těch, které je nezpívají (54 %). V soukromém sektoru taktéž převažuje počet respondentek, které jiné písně dětem před spaním nezpívají (68 %), oproti těm, které dětem lidové písně či ty, které děti učily, zpívají (7 respondentek, tedy 32 %).

Otázka č. 4: *Jak staré děti uspíváte?*



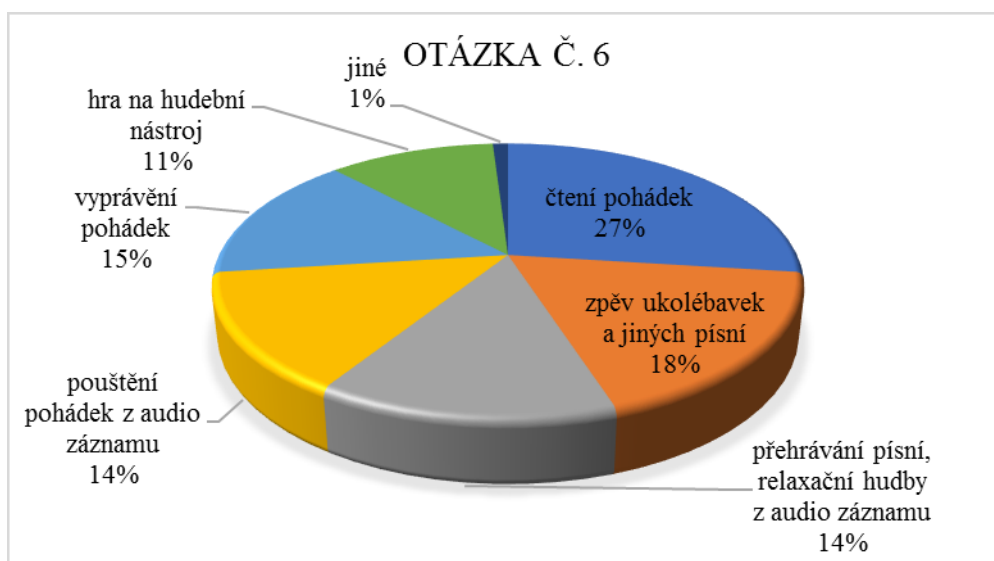
K vyhodnocení věku dětí, které učitelky mateřských škol uspívají, jsem stanovila čtyři věková rozmezí: 1 – 2,5 let; 3 – 4,5 let; 5 – 6,5 let a 7 – 8 let. Tato věková rozmezí jsem statisticky vyhodnotila z odpovědí respondentek v dotazníkovém šetření. Učitelky mateřských škol uspívají nejvíce děti ve věku 3 – 4,5 let (49 %). Dále mnoho dětí (37 %) uspívají respondentky ve věku 5 – 6,5 let. Pouze 13 % dětí ve věku 1 – 2,5 let a 1 % dětí ve věku 7 – 8 let uspívají dotazované učitelky mateřských škol.

Otázka č. 5: Kolik dětí uspáváte?



K vyhodnocení počtu dětí, které respondentky uspávají, jsem opět stanovila rozmezí počtu dětí: 1 – 9; 10 – 19; 20 – 28. K těmto rozmezím jsem statisticky dospěla vyhodnocením odpovědí respondentek. Nejvíce dětí je uspáváno v počtu 10 – 19 (47 %), dále mnoho dětí je uspáváno v počtu 20 – 28 dětí (42 %). Pouze 11 % dětí uspávají respondentky v počtu 1 – 9 dětí.

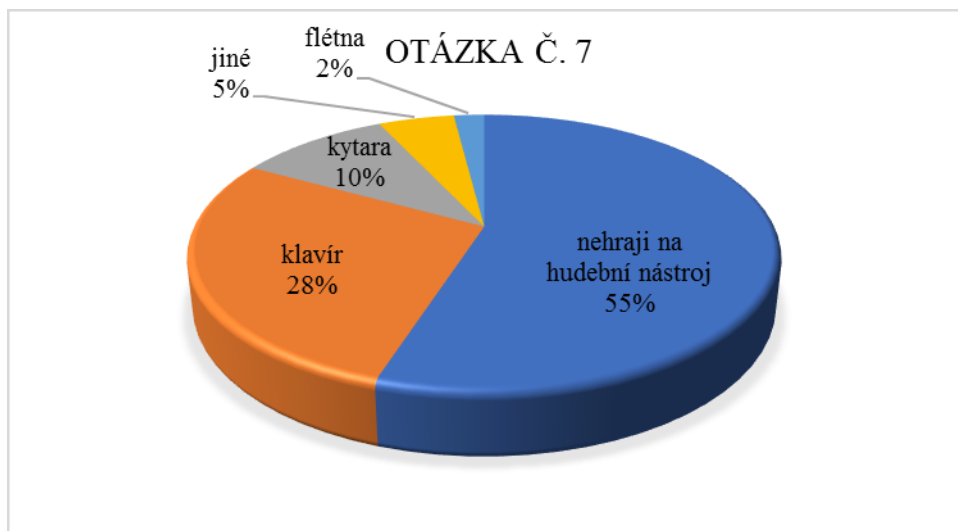
Otázka č. 6: Jaké způsoby uspávání volíte pro děti?



Učitelky mateřských škol volí více způsobů uspávání pro děti. Nejčastějším způsobem uspávání dětí je četba pohádky (27 %), po něm následuje zpěv ukolébavek či jiných písní (18 %). Třetím nejčastějším způsobem uspávání dětí je vyprávění pohádek (15 %). Přehrávání písní či relaxační hudby a pouštění pohádek z audio záznamu mají stejné procentuální zastoupení (14 %). Respondentky volí též uspávání prostřednictvím hry na hudební nástroj (11 %). Některé respondentky vybírají i jiný způsob uspávání dětí (1 %), jako např. zpěv písně v předčítané

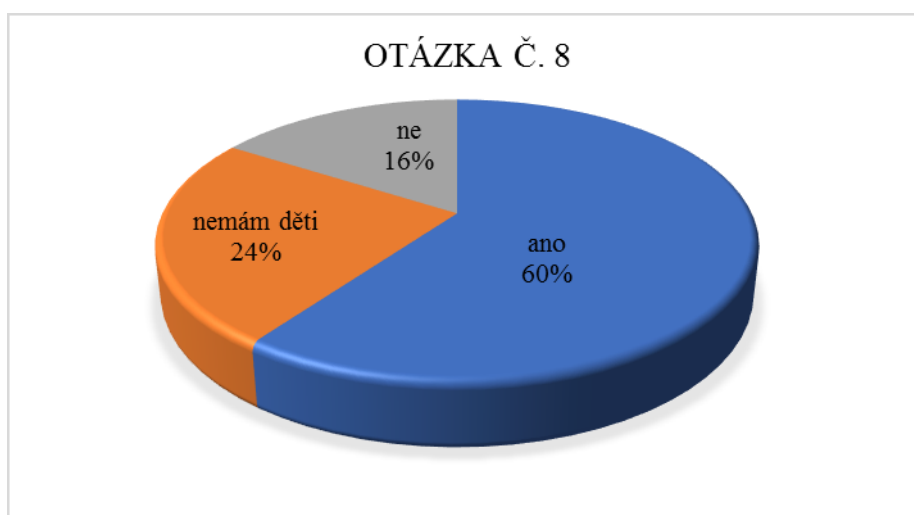
pohádce, vymýšlení si příběhu s dětmi, uspávání „plyšáčkem Josífkem“, využívání canisterapeutického psa a poslech zvířat blízko maringotky, v které děti spí.

Otázka č. 7: *Hrajete dětem před spaním na hudební nástroj?*



Přes polovinu respondentek (55 %) uvedlo, že dětem před spaním nehrají na hudební nástroj. Nejčastějším hudebním nástrojem, který používají respondentky k uspávání dětí je klavír (28 %), následně kytara (10 %). Některé respondentky používají i jiné nástroje k uspávání dětí (5 %), jako např. zvonkohra, housle, Koshi zvonky a kalimba. Respondentky taktéž hrají dětem na flétnu před spaním (2 %).

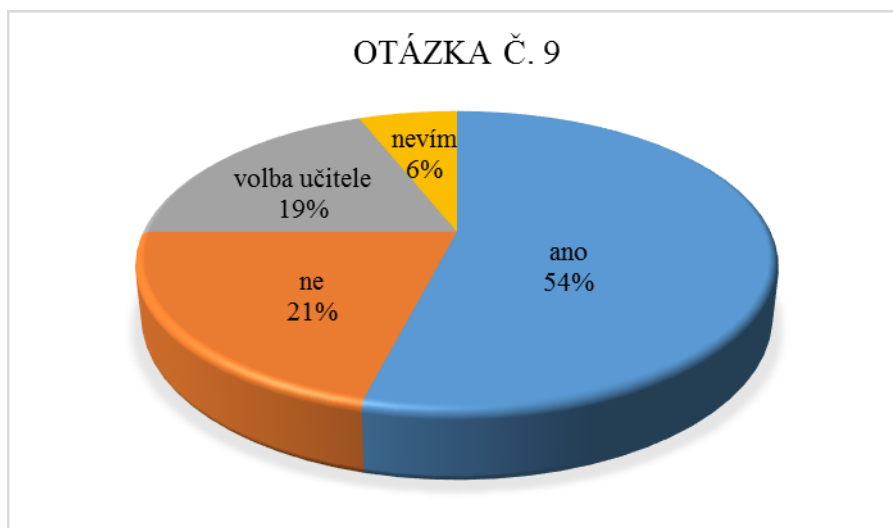
Otázka č. 8: *Zpíváte/Zpívali jste svým dětem doma před spaním ukolébavky?*



Nejvíce respondentek (60 %) uvedlo, že svým dětem zpívají/zpívaly ukolébavky před spaním. Sedmnáct učitelek mateřských škol (24 %) zmínilo, že děti nemají. Některé z nich však

podotkly, že pokud je budou mít, tak jim plánují zpívat ukolébavky před spaním. Nejméně respondentek (16 %) odpovědělo, že svým dětem nezpívají/nezpívaly ukolébavky.

Otázka č. 9: *Myslíte si, že by se v každé mateřské škole či jiném předškolním zařízení měly zpívat ukolébavky a proč?*



Přes polovinu učitelek mateřských škol (54 %) uvedlo, že by se měly zpívat ukolébavky v každé mateřské škole, předškolním zařízení a zařízení pro děti raného věku. Nejčastěji zmiňovaly, že ukolébavky slouží k uklidnění dětí, navození příjemné atmosféry, pocitu bezpečí, k utváření vztahu k hudbě, též k utváření vzájemného vztahu mezi dítětem a učitelem. Respondentky také podotkly, že zpěvem ukolébavek předáváme dětem naše kulturní bohatství a podporujeme rozvoj hudebnosti a rozvoj řeči u dětí. Některé respondentky nesouhlasily (21 %), že by se ukolébavky měly zpívat a zmínily, že upřednostňují jiný způsob uspávání, jako např. četbu pohádky. Dále respondentky (19 %) odpovídaly, že se jedná o volbu učitele a že je na něm, jaký způsob mu nejvíce vyhovuje. Čtyři respondentky (6%) uvedly, že neví, zda by se měly ukolébavky zpívat, že s tím zatím nemají zkušenost.

7.3.3 Realizace metody analýzy vybraných světových ukolébavek

Vybrané světové ukolébavky jsem podrobila formálnímu, genetickému a sémantickému rozboru z jednotlivých regionálních území. Přepsala jsem je do notové podoby a převzala jsem pouze melodii s textem původního jazyka dané země. Harmonizace je má vlastní, byla tvořena tak, aby byla použitelná, jak při hře na klávesový nástroj, tak při hře na kytaru. Melodii jsem většinou transponovala do jiné tóniny, aby odpovídala běžnému rozsahu hlasu a zároveň byla dobře hratelná na kytaře. Ukolébavky jsem přeložila mým vlastním volným překladem. Odborná analýza vybraných světových ukolébavek směřuje k mému umělecko-prezentačnímu

cíli, kdy prostřednictvím své bakalářské práce bych chtěla zprostředkovat sborník ukolébavek a relaxační hudby veřejnosti, jehož součástí jsou právě vybrané světové ukolébavky.

7.3.3.1 Severní Amerika

Mezi charakteristické písně v Severní Americe patří písně tamějších indiánských kmenů. Z této oblasti jsem vybrala ukolébavku: *All The Pretty Little Horses* (Cass-Beggs, 1993, s. 20), viz příloha č. 11.3.1. Ukolébavka je psána v durové tónině, transponovala jsem ji z G dur do F dur. Jedná se o rytmickou, monofonní píseň v sudém taktu. Co se týká dalších hudebních výrazových prostředků, objevují se zde portamenta, hudební intervaly, jako je tercie a kvarta.

Ukolébavka pochází ze Spojených států amerických, z Virginie od Apalačského indiánského kmene. Koncept indiánských písní je doprovázen primitivními dechovými hudebními nástroji a poskytuje rytmické pozadí prostřednictvím chrastítek, tyčinek, bubínků apod. Tuto verzi ukolébavky shromáždil Moe Asch (Cass-Beggs, 1993). Píseň vypráví o vztahu matky a dítěte, kdy matka své dítě uspává a slibuje mu po probuzení, že si bude hrát s černými, hnědými koňmi, s grošáky a jinými koňmi. Obsah ukolébavky se promítá do prostředí, ve kterém dítě vyrůstá.

7.3.3.2 Latinská Amerika

Z Latinské Ameriky jsem vybrala ukolébavku s názvem: *Dorme, dorme, meu menino* (Cass-Beggs, 1993, s. 94), viz příloha č. 11.3.2. Ukolébavka je psána v durové tónině, zachovala jsem její původní tóninu v G dur. Jedná se o monofonní píseň v sudém taktu. Nalezneme zde portamenta, ligatury a zmenšené i zvětšené intervaly (např. velkou sekundu apod.).

Ukolébavka pochází z Brazílie. Ukolébavky Latinské Ameriky se často vyznačují živostí a bohatým rytmem. Pozornost je upřena především na matku a dítě, raději než na budoucnost. Tato ukolébavka však svou jímavou melodií sděluje smysl strádání a těžkostí, s kterými se matky potýkají, a snaží se o to, aby jejich děti byly šťastné a v bezpečí (Cass-Beggs, 1993). Vypráví o vztahu mezi matkou a dítětem, kdy matka dítě uspává a ujišťuje ho, že přijde, že je v bezpečí.

7.3.3.3 Afrika

Africké ukolébavky jsou charakteristické svou rytmičností a energičností, mají často komplikovaný rytmus (Cass-Beggs, 1993). Vybrala jsem egyptskou ukolébavku: *Nenna, Nenna* (Cass-Beggs, 1993, s. 125), příloha č. 11.3.3. Egyptská hudba byla ovlivněna řeckou, tureckou a arabskou kulturou, pro kterou je charakteristický sled tónů exotické cikánské stupnice.

Ukolébavka je psána s předznamenáním Bb dur, transponovala jsem ji o půl tón níže do předznamenání A dur. Jedná se o monofonní píseň v sudém taktu.

Ukolébavka pochází z Egypta, tuto píseň shromáždila a upravila Baheega Sidky Rasheed, která ji často slýchávala v dětství a chtěla tuto ukolébavku zachovat. Jedná se o velmi „zdobnou, ornamentální“ melodii. Opět vyjadřuje lásku matky k dítěti.

7.3.3.4 Asie

Z asijských ukolébavek jsem vybrala ukolébavku: *The Bamboo Flute* (Cass-Beggs, 1993, s. 108), příloha č. 11.3.4. Asijské ukolébavky se vyznačují pentatonikou, což představuje stupnici o pěti tónech. Ukolébavka je psána v D dur, transponovala jsem ji do C dur. Jedná se o monofonní píseň v sudém taktu.

Ukolébavka pochází z Číny. Zajímavostí je, že dle starobylé zvyklosti jsou na první narozeniny dítěte položeny dárky na stůl před dítě. Čehokoliv se jako první dotkne, to je považováno za výběr jeho budoucí profese. Tyto dárky obsahují např. pero pro spisovatele, flétnu pro muzikanta apod. Děti byly i často uspávány hrou na flétnu. Ukolébavka byla upravena Evelyn Modoi. (Cass-Beggs, 1993). Píseň tedy vypráví o matce, která dítěti vyrobila flétnu z bambusu a dítě ji dostává do rukou a pokouší se na ni hrát.

7.3.3.5 Austrálie a Nový Zéland

Tvrdí se, že původní australští obyvatelé přišli do Austrálie z Asie, kdy Malajsie a Nová Guinea tvořily pevninský most. Jako příklad uvádím aboriginskou australskou ukolébavku: *Maranoa lullaby* (MuseScore, ©2019), příloha č. 11.3.5. Ukolébavka je psána v durové tónině, transponovala jsem ji z Es dur do C dur. Jedná se o monofonní pentatonickou píseň v třídobém metru.

Ukolébavka pochází z regionu Maranoa, který se nachází v jihozápadní části Queenslandu v Austrálii. Ukolébavka zpívá o vztahu matky a dítěte, kterého miluje, kterého nikdy neopustí.

7.3.3.6 Západní Evropa

Ze západní Evropy jsem vybrala ukolébavku: *Fais Dodo* (Kekkonen 2013, s. 20), příloha č. 11.3.6. Ukolébavka je psána v durové tónině, transponovala jsem ji z G dur do D dur. Jedná se o monofonní píseň v tříčtvrt'ovém taktu. Objevují se zde opakující se motivy melodie i melodie, která sestupuje z vyšší oktávy do nižší oktávy.

Ukolébavka pochází z Francie. Je velmi známá a oblíbená, jak ve Francii, tak i ve francouzsky mluvící provincii Kanady, v Quebecu (Cass-Beggs, 1993). Zajímavostí je, že píseň vypráví o sourozenci, který zpívá svému mladšímu bratrovi, jménem Nicolas, aby usnul. Ujistňuje ho, že matka peče koláče a otec připravuje čokoládové dobroty.

7.3.3.7 Střední Evropa

Jako příklad ukolébavky ze střední Evropy uvádím německou ukolébavku: *Der Mond ist aufgegangen* (Kekkonen, 2013, s. 118), příloha č. 11.3.7. Ukolébavka je psána v durové tónině, transponovala jsem ji z F dur do D dur. Píseň je monofonní v sudém taktu. Objevují se zde opakující se motivy melodie.

Německá hudba, jak lidová, tak autorská, velice ovlivnila evropskou hudbu. Mnoho melodií německých a rakouských skladeb a písní je nám známých, neboť pocházejí z děl slavných skladatelů, jako jsou Wolfgang Amadeus Mozart, Ludvig van Beethoven, Franz Schubert, Johannes Brahms aj. (Cass-Beggs, 1993). Melodii ukolébavky složil Abraham Peter Schulz a text Matthias Claudius v 18. století (Kekkonen, 2013). Píseň vypráví o měsíci a hvězdách, které září na nebi a noc se zahaluje krajinu. Je zajímavé, že se v ukolébavce zpívá jen o noční krajině a ne o dítěti, kterému zpívá jeho matka.

7.3.3.8 Východní Evropa

Z východní Evropy jsem vybrala ukolébavku: *Баюшки Баю*, tedy *Spi, synáčku*, (Cass-Beggs 1993, s. 121), příloha č. 11.3.8. Ukolébavka je psána v mollové tónině, transponovala jsem ji z a moll do e moll. Píseň je monofonní v sudém taktu. Objevují se zde opakující se melodie písně.

Tato ukolébavka je součástí jedné kozácké písně. Předpokládá se, že ruský básník Michail Jurjevič Lermontov se jí inspiroval a napsal báseň o vojákově, který bojuje za svou vlast. Jeho manželka na něho ustavičně myslí a zpívá svému dítěti, kterého kolébá (Cass-Beggs, 1993). Píseň vypráví o vztahu matky a dítěte, která ho kolébá a zpívá mu o měsíci, který září na nebi.

7.3.3.9 Jihovýchodní Evropa

Z této oblasti jsem vybrala ukolébavku: *Dandini dandini dastana* (Kekkonen 2013, s. 22), příloha č. 11.3.9. Pro řeckou, tureckou a arabskou kulturu je charakteristický sled tónů exotické cikánské stupnice. Ukolébavka je psána s předznamenáním D dur, transponovala jsem ji do a moll. Jedná se o monofonní píseň v sudém taktu.

Ukolébavka pochází z Turecka. Obsah ukolébavky jsem upravila, vypráví o matce, která zpívá svému dítěti, aby ho Bůh ochraňoval po celou noc.

7.3.3.10 Severní Evropa

Ze Severní Evropy jsem zvolila skandinávskou ukolébavku: *Kehto Laula* (Cass-Beggs, 1993, s. 54), příloha č. 11.3.10. Ukolébavka je psána v durové tónině, zachovala jsem její původní tóninu v G dur. Jedná se o monofonní píseň v sudém taktu. Nalezneme zde portamenta, hudební intervaly jako je kvinta a tercie.

Ukolébavka pochází z Finska, tuto ukolébavku pojmenovali mladí manželé Adolf Stark a jeho žena Karelia, kteří emigrovali do Ameriky z jejich rodného města Enso ve Finsku. Jako malý chlapec Adolf Stark hrával na housle a finskou harfu, známou jako *Kantele*. Oba manželé se zabývali lidovými písněmi jejich země (Cass-Beggs, 1993). Ve skandinávských ukolébavkách se zpívá o jistotě a lásce k dítěti. Ukolébavky jsou bezstarostné, přinášejí potěšení a uspokojení pro dítě. Ukolébavka vypráví o matce, která zpívá svému dítěti a kolébá jej do rytmu ukolébavky.

7.3.3.11 Jižní Evropa

Z jižní Evropy jako příklad uvádím španělskou ukolébavku: *Arroro* (Kekkonen, 2013, s. 76), příloha č. 11.3.11. Ukolébavka je psána v durové tónině, transponovala jsem ji z E dur do A dur. Jedná se o monofonní píseň v třídobém metru. Nalezneme zde repetici a často se zde objevuje tzv. koruna.

Pochází z Kanárských ostrovů. Od roku 2003 je tato píseň s jiným textem považována za národní hymnu těchto ostrovů (Kennonon, 2013). Píseň vypráví o dítěti, kterému matka zpívá, že je darem z nebe a že mu pěje sbor cherubínů píseň.

7.4 Shrnutí výsledků výzkumu a verifikace pracovních hypotéz

Ve svém výzkumu jsem si stanovila šest cílů a k nim odpovídajících hypotéz. Ráda bych shrnula a zhodnotila, zda se mé hypotézy ve výzkumném šetření potvrdily či nikoliv.

První pracovní hypotéza H1: *Ukolébavka má pozitivní, uklidňující účinky na dítě*, se zcela potvrdila v kvalitativním výzkumu (100 %) a částečně i v kvantitativním výzkumu (54 %). Výsledky z kvantitativního výzkumu jsem pro tuto hypotézu shromáždila z odpovědí, které jsem získala od respondentek z hypotézy č. 6. Z kvalitativního výzkumu, z rozhovorů s matkami, učitelkami mateřských škol a pečujícími osobami o děti raného věku je patrné, že všechny respondentky se shodly na tom, že ukolébavky přináší dětem zklidnění, uvolnění, jak

po fyzické, tak i po psychické stránce. Zmiňovaly, že jsou důležité především pro utváření vztahu mezi dítětem a osobou, která mu zpívá. Dále poznamenaly, že ukolébavky slouží k vytváření vztahu k hudbě, k rozvoji hudebnosti dítěte a k předávání kulturního bohatství z generace na generaci. V kvantitativním výzkumu přes polovinu respondentek uvedlo, že ukolébavky slouží k uklidnění dětí, navození příjemné atmosféry, pocitu bezpečí, k utváření vztahu k hudbě a vzájemného vztahu mezi dítětem a učitelem. Respondentky z dotazníkového šetření se rovněž shodly s odpověďmi respondentek z rozhovorů, že zpěvem ukolébavek předáváme dětem naše kulturní bohatství a podporujeme rozvoj hudebnosti a rozvoj řeči u dětí.

Druhá pracovní hypotéza H2: *Rodiče a pečující osoby o děti raného věku dětem před spaním zpívají ukolébavky, avšak v mateřských školách se ukolébavky před spaním dětem nezpívají*, se v kvalitativním výzkumu potvrdila částečně (81 %) a v kvantitativním výzkumu se nepotvrdila. V kvalitativním výzkumu, se matky shodovaly, že dětem před spaním ukolébavky zpívají, často i jejich manželé. Zpívají ukolébavky i lidové písně, které znají z dětství, ze skautského oddílu apod. V rozhovorech s pečujícími osobami o děti raného věku se hypotéza taktéž potvrdila, že pečující osoby o děti raného věku dětem před spaním ukolébavky zpívají. Jedna respondentka však zmínila, že zpívala jen svým vlastním dětem, ale mohla by dětem v soukromé mateřské škole a jeslích začít zpívat. Z rozhovorů s učitelkami je patrné, že většina učitelek v mateřských školách dětem před spaním nezpívá ukolébavky. Dvě respondentky zmínily, že zpívají, ale výjimečně. Velice mne však potěšilo, že učitelky podotkly, že by mohly ukolébavky začít zpívat. Mým cílem bylo rovněž přivést respondenty k zamyšlení se nad významem zpěvu ukolébavek dětem. Překvapivé bylo, že téměř všechny respondentky, které nezpívají, mi v rozhovorech zmínily, že mají zájem začít zpívat ukolébavky dětem před spaním, případně častěji. Předpokládala jsem, že učitelky v mateřských školách dětem před spaním ukolébavky vůbec nezpívají. V kvantitativním výzkumu se mi však tato hypotéza nepotvrdila, neboť z výsledků dotazníkového šetření vyplývá, že 54 % respondentek zpívá ukolébavky dětem před spaním a 46 % ukolébavky nezpívá.

Třetí pracovní hypotéza H3: *Respondenti volí více způsobů uspávání*, se v kvalitativním výzkumu zcela potvrdila (100 %) a rovněž v kvantitativním výzkumu (99 %). Co se týká kvalitativního výzkumu, všechny tři skupiny respondentek se shodly, že volí více způsobů uspávání pro děti. Jedná se jak o zpěv ukolébavek a písní, čtení a vyprávění pohádek, příběhů, pohlazení dětí, držení za ruku, pouštění relaxační hudby, hra na hudební nástroj apod. Převažovalo především čtení pohádek a příběhů u všech respondentek. Až na jednu, všechny respondentky v kvantitativním výzkumu uvedly, že volí více způsobů uspávání. Nejvíce

převažuje četba pohádky, dále zpěv ukolébavek a jiných písní, následně vyprávění pohádek, přehrávání písní či relaxační hudby, pouštění pohádek z audio záznamu a hra na hudební nástroj.

Čtvrtá pracovní hypotéza H4: *Pokud rodiče respondentů zpívali ukolébavky, respondenti dětem rovněž zpívají*, se potvrdila jen částečně pouze v kvalitativním výzkumu (69 %). Předpokládala jsem návaznost z generace na generaci ohledně předání zkušenosti se zpěvem ukolébavek. Z kvalitativního výzkumu se dozvídáme, že většině matek zpívala jejich matka před spaním ukolébavky, až na jednu, které zpívala její babička. V případě učitelek mateřských škol, jim jejich matky nezpívaly, pouze jedna z nich zmínila, že jí matka zpívala a druhé zpívala babička. V rozhovorech s pečujícími osobami je patrné, že všem respondentkám zpívala jejich matka.

Pátá pracovní hypotéza H5: *Dotek, pohlazení je podle respondentů důležitou součástí vztahu mezi dítětem a pečující osobou, učitelem*, se zcela potvrdila v kvalitativním výzkumu (100 %). Všechny respondentky, jak matky, učitelky mateřských škol, tak i pečující osoby o děti raného věku, se shodly na tom, že fyzický kontakt s dítětem je velice důležitý, jak pro vztah dítěte s matkou, pečující osobou, učitelem, tak i pro celkový rozvoj jeho osobnosti.

Šestá pracovní hypotéza H6: *Respondenti odpoví pozitivně, že by se v mateřské škole, předškolním zařízení a zařízení pro děti raného věku měly zpívat ukolébavky*, se v kvalitativním výzkumu zcela potvrdila (100 %) i částečně v kvantitativním výzkumu (54 %). Respondentky ze všech tří skupin v kvalitativním výzkumu se shodly na tom, že je velice důležité dětem před spaním zpívat ukolébavky, popř. i další písně. Neboť se tak předává kulturní bohatství dětem, utváří se vztah dítěte k hudbě a k osobě, která mu zpívá. Děti se prostřednictvím zpěvu ukolébavek uklidní a zároveň se rozvíjejí v oblasti hudebnosti. Z kvantitativního výzkumu zjišťujeme, že přes polovinu respondentek (54 %) uvedlo, že ukolébavky slouží k uklidnění dětí, navození příjemné atmosféry, pocitu bezpečí, k utváření vztahu k hudbě i k utváření vzájemného vztahu mezi dítětem a učitelem. Respondentky též podotkly, že zpěvem ukolébavek předáváme dětem naše kulturní bohatství a podporujeme rozvoj hudebnosti a rozvoj řeči u dětí.

8 Metodické náměty do praxe

Prostřednictvím své bakalářské práce bych chtěla zprostředkovat rodičům, učitelům mateřských škol, pečujícím osobám o děti raného věku i široké veřejnosti sborník vybraných světových i českých ukolébavek. Dále bych chtěla dát k dispozici i zvukovou nahrávku vybraných světových, českých a moravských ukolébavek, tří ukolébavek světových skladatelů, jako je Antonín Dvořák, Johannes Brahms a ukolébavka: *Schlafe, mein Prinzchen* přisuzována skladateli Bernhardu Fliesovi. Součástí zvukové nahrávky bude i mnou složená ukolébavka, jak melodie, tak slova, a relaxační hudba, která bude obsahovat čtyři instrumentální ukolébavky zkomponované mým otcem Petrem Chaloupským s jeho autorským svolením, a mou skladbu s názvem: *Stříbrné paprsky luny*. Sborník ukolébavek a zvuková příloha bakalářské práce budou umístěny na webové stránce <http://chaloupsky.op.cz/anna.htm> současného skladatele duchovní hudby, mého otce Petra Chaloupského (Chaloupsky, ©2011). Všechny ukolébavky jsem přeložila a upravila tak, aby byly zpěvné a hrátelné, jak při hře na klávesový nástroj, tak i na kytaru. Ráda bych touto cestou připravila ukolébavky a relaxační hudbu pro možnost praktického využití veřejností.

Chtěla bych též doporučit publikace, v kterých jsem se setkala s krásnými ukolébavkami, jako jsou např. knihy: *Zpíváme a hrajeme si s nejmenšími: od narození do 8 let* (Tichá a Raková, 2007) a *Zpíváme a nasloucháme hudbě s nejmenšími* (Raková, Štíplová a Tichá, 2009).

9 Diskuze

V bakalářské práci vyvstalo mnoho otázek a témat k zamyšlení, které vyplývají především z mého výzkumného šetření.

V kvalitativním výzkumu jsem se setkala při rozhovoru se zkušeností jedné respondentky, která zmínila, že se bojí dětem zpívat, jak v mateřské škole, tak i svým dětem doma kvůli negativní zkušenosti z mládí, ze základní školy. Zajímavé je, že u jiné respondentky se s touto problematikou taktéž setkáváme. Zmiňuje, že mnoho lidí má pocit, že neumí zpívat, a proto dětem raději nezpívá. Tím se zabývali již osobnosti, jako jsou Jurkovič (2012), Franěk (2005) i Šimanovský (2011), které zmiňuji v teoretické části. Kladli důraz na zpěv rodičů i učitelů dětem, neboť přítomnost rodiče či jiné pečující osoby, učitele nelze nahradit reprodukovanou hudbou. Nezáleží na tom, zda je to mistrně a bez chyby zazpívané, ale zda je do toho vložena láska a upřímnost k dítěti. Chtěla bych tak povzbudit všechny, aby se nebáli dětem zpívat, neboť to vede k uvolnění a prohloubení vztahu mezi dítětem a osobou, která dítěti zpívá.

Z výsledků výzkumu je jednoznačně patrné, že ukolébavky přinášejí uklidnění, pocit bezpečí pro dítě, zároveň slouží k předávání kulturního bohatství dětem. Jejich význam se prolíná v teoretické části mé bakalářské práce a potvrzuje se v mém výzkumném šetření. Velice mne překvapily výsledky z dotazníkového šetření, kde přes polovinu respondentek uvedlo, že dětem v mateřské škole zpívá ukolébavky. Musíme však brát v úvahu počet respondentek, kterých bylo 70. Jedná se tedy jen o malý výzkum, kdy nemůžeme zobecňovat závěry, co se týká zpěvu ukolébavek. Velmi mne však potěšilo, že mnoho respondentek, jak z kvalitativního, tak i z kvantitativního výzkumu projevílo zájem o zpěv ukolébavek.

Rovněž spatřujeme propojení mezi teoretickými východisky a odpověďmi respondentek, co se týče pozitivního a důležitého působení ukolébavek z fyziologického hlediska. Dvě respondentky v rozhovorech zmínily, že ukolébavky slouží k harmonizaci a rozvoji mozku. Dále jedna z nich zmiňuje, že hormon kortizol, který vzniká při stresu, je toxický pro mozek dítěte. Právě ukolébavky představují způsob, jak se tomuto stavu vyvarovat, a jak uklidnit dítě a navodit mu pocit lásky a bezpečí. Ohledně prenatálního období se rovněž z rozhovorů dozvídáme, že zpěv ukolébavek je důležitý i v této fázi života dítěte. Když dětem opět zpíváme ukolébavky po narození, zjišťujeme, že si dítě ukolébavky pamatuje již z doby jeho prenatálního života.

Ukolébavky se odrážejí i v rolové hře dítěte. To zmiňuje Hudáková a Savková (2011), které uvádím v teoretické části. Respondentky podotkly, že děti zpívají ukolébavky i při rolových hrách, kdy se vžijí do role matky a zpívají své hračce (dítěti) ukolébavky. Podle mého názoru je tato skutečnost velice krásná a cenná, neboť v ní spatřujeme zájem a utkvění ukolébavek v paměti dětí a vytváření si k nim pozitivní vztah. Tento vztah se může prohlubovat a směřovat ke zpěvu ukolébavek v jejich budoucnosti, kdy jako rodiče a prarodiče budou svým dětem zpívat ukolébavky.

ZÁVĚR

Cílem mé bakalářské práce bylo prohloubit význam zpěvu ukolébavek dětem, jak v domácím prostředí, tak především v mateřských školách, předškolních zařízeních a zařízeních pro děti raného věku.

V teoretické části jsem se zabývala náhledem na vývoj dítěte v oblasti sluchového vnímání a působení ukolébavek v jednotlivých etapách jeho života. Věnovala jsem se charakteristice, významu ukolébavek a jejich působení na rozvoj osobnosti dítěte i osoby, která dítěti zpívá, vlivem ukolébavek, hudby na hudební rozvoj dítěte v senzitivním období a způsoby uspávání dětí. Dále jsem se zabývala regionálním a žánrovým členěním ukolébavek, jejich historií od starověku až do současnosti.

V praktické části jsem si stanovila výzkumné cíle a k nim vztahující se hypotézy, které jsem ověřovala prostřednictvím výzkumných metod rozhovoru a dotazníku. Zjišťovala jsem názor respondentů na význam působení ukolébavky, zda respondenti zpívají ukolébavky dětem před spaním a jaké jiné způsoby uspávání volí pro děti. Též jsem zjišťovala návaznost z generace na generaci ohledně předání zkušenosti se zpěvem ukolébavek, zda rodiče respondentů jim zpívali ukolébavky před spaním. Mým cílem bylo též zjistit, zda respondenti považují dotek, pohlázení za důležitou součást vztahu mezi dítětem a pečující osobou (učitelem). Velice významným cílem bylo i zjištění názoru respondentů, zda by se v každé mateřské škole, předškolním zařízení či v zařízení pro děti raného věku měly zpívat ukolébavky. Na základě zjištěných informací z výzkumných metod jsem shrnula výsledky mého výzkumného šetření.

Uvědomuji si, že výzkum prostřednictvím rozhovorů s matkami dětí v předškolním věku, 5 učitelkami mateřských škol a 6 pečujícími osobami o děti raného věku i dotazníkového šetření, kterého se zúčastnilo 70 učitelek mateřských škol, není dostatečným vzorkem pro vyvození obecných závěrů. Přestože mé výzkumné šetření bylo realizováno pouze v tomto rozsahu, bylo pro mne velice přínosné a mohla jsem tak o zpěvu ukolébavek v rodinách, v mateřských školách a zařízeních pro děti raného věku něco zjistit.

Matky, učitelky mateřských škol a pečující osoby o děti raného věku v kvalitativním výzkumu se zcela shodly na tom, že ukolébavka má jednoznačně pozitivní, uklidňující účinky na dítě. Uvádějí, že ukolébavka působí pozitivně nejen na dítě, ale i na osobu, která mu zpívá. Též zmínily, že jsou důležité pro utváření vztahu mezi dítětem a pečující osobou, učitelem. Jejich význam spočívá i k utváření vztahu k hudbě, rozvoji hudebnosti dítěte a především i

k předávání našeho kulturního bohatství dětem. To potvrdila i nadpoloviční většina respondentek z dotazníkového šetření, které považují ukolébavky za významné činitele v uklidnění dětí, navození pocitu bezpečí, příjemné atmosféry, utváření vzájemného vztahu mezi dítětem a učitelem, vztahu k hudbě, rozvoji řeči a hudebnosti dítěte a též k předávání kulturního bohatství.

Rodiče a pečující osoby o děti raného věku dětem zpívají před spaním ukolébavky. To se potvrdilo v kvalitativním výzkumu. Předpokládala jsem, že učitelky mateřských škol dětem před spaním nezpívají, avšak z výzkumu vyplývá, že i učitelky mateřských škol dětem zpívají před spaním ukolébavky. Jedná se o nadpoloviční většinu respondentek z dotazníkového šetření a menší polovinu respondentek z rozhovorů. Pozitivní zprávou je, že respondentky především z rozhovorů, ale i některé z dotazníkového šetření projeví zájem, že by ukolébavky mohly dětem začít zpívat. Což směřuje k naplnění mého cíle, aby byl prohlouben význam zpěvu ukolébavek u dětí v předškolním věku, a respondenti byli přivedeni k zamyšlení se nad touto tematikou. Respondentky z kvalitativního i kvantitativního výzkumu volí více způsobů uspávání, především se jedná o četbu pohádky, zpěv ukolébavek a písní, dále vyprávění pohádek, přehrávání písní a relaxační hudby z audio záznamu apod. Předpokládala jsem návaznost předávání zpěvu ukolébavek z generace na generaci, což se potvrdilo částečně. U většiny respondentek zpívali jejich rodiče před spaním ukolébavky a respondentky rovněž dětem zpívají. Též bylo zjištěno, že všechny respondentky z kvalitativního výzkumu považují dotek, pohlazení za významnou součást vztahu mezi dítětem a pečující osobou a jeho důležitosti v rozvoji jeho osobnosti.

Matky, učitelky mateřských škol a pečující osoby o děti raného věku se zcela shodly na tom, že je velice důležité dětem zpívat ukolébavky, popř. i jiné písně dětem před spaním, jak mateřské škole, tak i v jiném předškolním zařízení a zařízení pro děti raného věku. To potvrdila i nadpoloviční většina respondentek z dotazníkového šetření. Zmínily, že prostřednictvím ukolébavek se děti uklidní, vytváří se příjemná atmosféra, navozuje se pocit bezpečí pro dítě, utváří se vzájemný vztah mezi dítětem a pečující osobou, učitelem. Zároveň se dítě rozvíjí v oblasti hudebnosti, rozvíjí se jeho řeč a utváří si vztah k hudbě. Významným přínosem ukolébavek je rovněž předávání kulturního bohatství dětem, na což respondentky taktéž kladly důraz.

Ve svém výzkumu jsem zjistila, že význam ukolébavek spočívá v utváření vztahu mezi dítětem a pečující osobou, mezi dítětem a učitelem, že ukolébavky přinášejí zklidnění, navození příjemné atmosféry, pocit bezpečí a lásky a relaxaci, jak pro děti, tak i pro osoby, které dětem

zpívají. Těž se děti rozvíjejí v oblasti hudebnosti, rozvíjí se jejich řeč a utváří se vztah k hudbě. Ukolébavky zároveň představují dědictví a poklad každé kultury, který můžeme prostřednictvím zpěvu ukolébavek dětem předávat. To vše potvrzuje teoretická východiska, z kterých jsem vycházela ve své bakalářské práci a která se naplnila v mém výzkumném šetření.

Pozitivním přínosem mého výzkumu je, že mnoho respondentek uvedlo, že do své práce s dětmi, jejich uspávání, zahrnou zpěv ukolébavek. Je důležité, aby každá osoba, jak matka, učitel či jiná pečující osoba o děti se cítila s dětmi dobře. Je na každém, jaké způsoby uspávání pro děti zvolí, ale je důležité, aby „sebe, své srdce“ vložil do práce s dětmi. Má bakalářská práce slouží k zamyšlení se a povzbuzení, že je zde způsob, jakým můžeme děti rozvíjet, jakým zprostředkováváme dětem lásku, pocit bezpečí, vzájemný vztah, který je tak důležitý mezi dítětem a pečující osobou, učitelem.

Mým umělecko-prezentačním cílem je zprostředkovat učitelům mateřských škol, rodičům, pečujícím osobám o děti raného věku a široké veřejnosti prostřednictvím bakalářské práce sborník vybraných světových i českých ukolébavek a zvukovou přílohu vybraných ukolébavek a relaxační hudby. Věřím, že sborník ukolébavek i zvuková příloha přispějí ke zpěvu ukolébavek a k hlubokému a krásnému prožitku v rodinách, mateřských školách i zařízeních pro děti raného věku. Ukolébavky nás provázejí po celý život, již v prenatálním životě se s nimi setkáváme až do našeho stáří, kdy jako prarodiče můžeme svým dětem zpívat ukolébavky. Jak řekl Albert Einstein: „*Konec světa bude, až lidé přestanou zpívat*“ (Gerlichová, 2014, s. 61).

10 Seznam použité literatury

TIŠTĚNÉ ZDROJE

Knihy

BARTOŠ, František. *Naše děti*. 4. vydání. Praha: Nakladatelství Vyšehrad, 1951.

BEALL, Pamela Conn a Susan Hagen NIPP. *Wee Sing: Nursery Rhymes and Lullabies*. Los Angeles: Price/Stern/Sloan Publishers, 1986. ISBN 0-8431-1438-X.

BRIDEL, Bedřich, KOSEK, Pavel, Tomáš SLAVICKÝ a Marie ŠKARPOVÁ, ed. *Jesličky: staré nové písničky*. Brno: Host, 2012. ISBN 978-80-7294-918-2.

CASS-BEGGS, Barbara a Michael CASS-BEGGS. *Folk Lullabies of the World*. New York: Oak Publications A Division of Embassy Music Corporation, 1993. ISBN 0-7119-3470-3.

DAMBORSKÁ, Marie. *Vývoj a výchova kojence v ústavním prostředí: příručka pro pracovníky dětských zdravotně výchovných zařízení*. Praha: Státní zdravotnické nakladatelství, 1967.

ERBEN, Karel Jaromír. *Prostonárodní české písně a říkadla*. Praha: Evropský literární kruh, 1937.

FRANĚK, Marek. *Hudební psychologie*. Praha: Karolinum, 2005. ISBN 80-246-0965-7.

GERLICOVÁ, Markéta. *Hudba léčí: muzikoterapie pro každého*. Praha: [Markéta Gerlichová], 2017. ISBN 978-80-270-2843-6.

GERLICOVÁ, Markéta. *Muzikoterapie v praxi: příběhy muzikoterapeutických cest*. Praha: Grada, 2014. ISBN 978-80-247-4581-7.

HELUS, Zdeněk. *Dítě v osobnostním pojetí: obrat k dítěti jako výzva a úkol pro učitele i rodiče*. Praha: Portál, 2004. Pedagogická praxe. ISBN 80-7178-888-0.

HOGENOVÁ, Anna. *Fenomén domova*. Praha: Univerzita Karlova. Pedagogická fakulta, 2003. ISBN 978-80-7290-705-2.

HUDÁKOVÁ, Jana a Veronika SAVKOVÁ. *Uspávanka – folklórný žáner (aj do školy)*. Prešov: Filozofická fakulta Prešovskej univerzity, 2015. ISBN 978-80-555-1463-5.

JURKOVIČ, Pavel. *Od výkřiku k písničce*. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-7367-750-3.

KANTOR, Jiří, Matěj LIPSKÝ a Jana WEBER. *Základy muzikoterapie*. Praha: Grada, 2009. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-2846-9.

KEKKONEN, Reijo. *Lullabies of the world*. Stuttgart: Carus-Verlag, 2013. ISBN 978-3-89948-194-5.

KODEJŠKA, Miloš. *Integrativní hudební výchova dítěte předškolního věku*. Praha: Univerzita Karlova v Praze - Pedagogická fakulta, 2002. ISBN 80-7290-080-3.

KODEJŠKA, Miloš a Hana VÁŇOVÁ. *Hudební výchova dětí předškolního věku*. Praha: SPN, 1989. ISBN 80-7066-035-X.

KOMENSKÝ, Jan Amos. *Informatorium školy mateřské*. Praha: Kalich, 1992. ISBN 80-7017-492-7.

KOUKOLÍK, František. *Před úsvitem, po ránu: eseje o dětech a rodičích*. Praha: Karolinum, 2008. ISBN 978-80-246-1496-0.

KRÁL, Robin. *Ukolébavky*. Ilustroval Jaroslav RÓNA. Praha: Euromedia, 2017. Pikola (Euromedia). ISBN 978-80-7549-533-4.

KRÁLOVÁ, Eva, Miloš KODEJŠKA, Mária STRENÁČIKOVÁ a Maciej KOŁODZIEJSKI. *Hudební klima a dítě: Hudobná klíma a dieťa*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta, 2016. ISBN 978-80-7290-885-1.

KRČEK, Jaroslav. *Nad kolébkou: české a moravské lidové ukolébavky*. Ilustroval Jarmila MAREŠOVÁ. Praha: Portál, 1991. ISBN 7178-025-1.

LINKA, Arne. *Kapitoly z muzikoterapie*. Rosice u Brna: Gloria, 1997. ISBN 80-901834-4-1.

MATĚJČEK, Zdeněk. *Co děti nejvíc potřebují*. Vyd. 7. Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80-262-0853-2.

MICHNA Z OTRADOVIC, Adam Václav, SEHNAL, Jiří a Libor ŠTUKAVEC, ed. *Česká mariánská muzika: Cantilena sacrae bohemicae ad honorem Beatae Mariae Virginie*. Praha: Supraphon, 1989. ISBN 80-7058-114-X.

NÁRODNÍ ÚSTAV PRO VZDĚLÁVÁNÍ. *Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání*. Praha: Národní ústav pro vzdělávání, 2018.

OPRAVILOVÁ, Eva a Jana UHLÍŘOVÁ. *Příběhy české mateřské školy: vývoj a proměny předškolní výchovy*. Praha: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 2017-. ISBN 978-80-7290-945-2.

PALOUŠ, Radim. *Čas výchovy*. Praha: SPN, 1991. ISBN 80-04-25415-2.

RAKOVÁ, Milena, Ljuba ŠTÍPLOVÁ a Alena TICHÁ. *Zpíváme a nasloucháme hudbě s nejmenšími*. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-543-1.

SEDLÁK, František. *Hudební vývoj dítěte: analytická studie*. 1. vyd. Praha: Supraphon, 1974. Comenium musicum, sv. 12.

SEDLÁK, František a Hana VÁŇOVÁ. *Hudební psychologie pro učitele*. Praha: Karolinum, 2013. ISBN 978-80-246-2060-2.

SMITH, Joseph H., KERRIGAN William, TUCKER Nicolas et al. *Opening Texts: Psychoanalysis and the Culture of the Child*. Washington: Forum on Psychiatry and the Humanities of the Washington School of Psychiatry, 1985. ISBN 0-8018-2680-2.

ŠIMANOVSKÝ, Zdeněk. *Uspávanky*. Praha: OGME, 1998. ISBN 80-901129-6-X.

ŠIMANOVSKÝ, Zdeněk a Alena TICHÁ. *Hrajeme si s písničkou: zpěvník s návody na hry pro děti*. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0097-0.

TEUSEN, Gertrud a Iris GOZE-HÄNEL. *Prenatální komunikace*. Vydání druhé. Přeložila Jana PIŠTOROVÁ. Praha: Portál, 2015. Průvodce výchovou v rodině. ISBN 978-80-262-0970-6.

TICHÁ, Alena a Milena RAKOVÁ. *Zpíváme a hrajeme si s nejmenšími: od narození do 8 let*. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-100-6.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Vyd. 2., dopl. a přeprac. Praha: Karolinum, 2012. ISBN 978-80-246-2153-1.

Články

DÍAZ-MAZ, Palome. *Sephardim: The Jews from Spain*. Chicago: University of Chicago Press, 1992.

HOY, Emme. *How do shifting depictions of Lilith, 'The First Eve', trace the contexts and hegemonic values of their times?* Teaching History. 2012, 46(3).

WENZEL, Siegfried. *Preachers, Poets, and the Early English Lyric*. Princeton: Princeton University Press, 1986.

HANAWALT, Barbara A. *The Ties that Bound: Peasant Families in Medieval England*. New York: Oxford University Press, 1986

ELEKTRONICKÉ ZDROJE

ADAMS, Gillian. *All kinds of writing: The First Children's Literature? The Case for Sumer* [online]. 2010 [cit. 2019-02-14]. Dostupné z: http://www.syriacstudies.com/AFSS/Syriac_Articles_in_English/Entries/2010/6/13_The_First_Childrens_Literature_The_Case_for_Sumer_Gillian_Adams.html

BRAUN, Jessica. *Wiegenlieder: "Schlafe, mein Prinzchen, schlaf ein"* [online]. 15. Mai 2010 [cit. 2019-02-15]. Dostupné z: <https://www.zeit.de/kultur/musik/2010-05/wiegenlieder-folge-25>

BÁTOR, Milan. *Martinův písničky na mnoha stránkách aneb pokus o kompletaci písňového odkazu skladatele. Časopis Harmonie* [online]. 17. březen 2017 [cit. 2019-02-16]. Dostupné z: <https://www.casopisharmonie.cz/recenze/wallingerove-martinu.html>

CASTRO, Lauren Renée. *The powerful truth behind lullabies: When the cradle falls: The subversion, secrets, and sentimentality of lullabies* [online]. San Luis Obispo, 2013 [cit. 2019-

04-07]. Dostupné z:

<https://digitalcommons.calpoly.edu/cgi/viewcontent.cgi?referer=https://www.google.com/&httpsredir=1&article=1049&context=musp>. Senior Project. Department of Music, Cal Poly San Luis Obispo. Vedoucí práce Dr. Kenneth S. Habib.

ČULÁKOVÁ, Kateřina. *Hudba, kterou neuslyšíte* [online]. 24. červenec 2014 [cit. 2018-04-01]. Dostupné z: <http://www.archeologienadosah.cz/clanky/hudba-kerou-neuslysíte>

GHOSH, Pallab. *Oldest musical instrument found* [online]. 25 June 2009 [cit. 2018-04-01]. Dostupné z: <http://news.bbc.co.uk/2/hi/8117915.stm>

MCKIN, Neil. *Six of the best: versions of 'Summertime'* [online]. 26 September 2014 [cit. 2019-02-16]. Dostupné z: <http://www.classical-music.com/article/six-best-versions-gershwins-summertime>

REUELL, Peter. *Songs in the key of humanity* [online]. 26 January 2018 [cit. 2019-02-16]. Dostupné z: https://news.harvard.edu/gazette/story/2018/01/music-may-transcend-cultural-boundaries-to-become-universally-human/?utm_source=twitter&utm_medium=social&utm_campaign=hu-twitter-general

ÚSTAV PRO JAZYK ČESKÝ. *AV ČR: Akademie věd České Republiky* [online]. AV ČR, ©2019 [cit. 2019-02-13]. Dostupné z: <http://www.ujc.cas.cz/jazykova-poradna/dotazy/0201.html>

CHALOUPKOVÁ, Helena, 2003. Lohonka Žalman, Pavel. In: *Český hudební slovník osob a institucí* [online]. [Brno]: Centrum hudební lexikografie. Ústav hudební vědy Filozofické fakulty Masarykovy univerzity [cit. 2019-03-08]. Dostupné z: http://www.ceskyhudebnislovník.cz/slovník/index.php?option=com_mdictionary&task=record.record_detail&id=1000407

SÝKORA, Pavel, 2016. Novák, Vítězslav. In: *Český hudební slovník osob a institucí* [online]. [Brno]: Centrum hudební lexikografie. Ústav hudební vědy Filozofické fakulty Masarykovy univerzity [cit. 2019-02-16]. Dostupné z: http://www.ceskyhudebnislovník.cz/slovník/index.php?option=com_mdictionary&task=record.record_detail&id=2207

HOYEROVÁ, Ivana. *Jakub Jan Ryba skladatel*. In: *Společnost Jakuba Jana Ryby* [online]. Společnost JJR, 2013 [cit. 2019-02-15]. Dostupné z: <http://www.jakubjanryba.cz/index.php/jakubjanryba/ryba-skladatel-a-jeho-dilo>

Musescore: Maranoa Lullaby [online]. [cit. 2019-02-07]. Dostupné z: <https://musescore.com/user/24296/scores/942981>

Antonín Dvořák [online]. 2005 [cit. 2019-02-13]. Dostupné z: <http://www.antonin-dvorak.cz/dve-pisne-na-lidove-texty>

11 Přílohy

11.1 Rozhovory

11.1.1 Předlohy rozhovorů

11.1.2 Příklad zaznamenaných rozhovorů

11.2 Dotazníky

11.2.1 Předloha dotazníku

11.3 Sborník vybraných světových a našich českých ukolébavek

11.3.1 All The Pretty Little Horses / Dítě mé, neplač již

11.3.2 Dorme, dorme, meu menino / Spinkej, spinkej, ó mé dítě

11.3.3 Nenna, Nenna / Spi, mé dítě

11.3.4 The Bamboo Flute / Flétnu z bambusu

11.3.5 Maranoa lullaby / Máma už tu je

11.3.6 Fais Dodo / Spinkej, dítě

11.3.7 Der Mond ist aufgegangen / Měsíček s bledou tváří

11.3.8 Баюшки Баю / Spi, synáčku

11.3.9 Dandini dandini dastana / Spi, dítě

11.3.10 Kehto Laua / Houpi hou

11.3.11 Arroro / Spinkej, dítě

11.3.12 Spi, mé milé poupě

11.3.13 Hajej, můj andílku

11.3.14 Spi, synáčku, spi

11.3.15 Chtíc, aby spal

11.3.16 Spi, Janičku, spi

11.3.17 Ej, padá, padá rosička

11.3.18 Spi, mé dítě, spi

11.3.19 Schlafe, mein Prinzchen / Spinkej můj princí

11.3.20 Guten Abend, gute Nacht / Dobrý večer, dobrou noc

11.3.21 Ukolébavka

11.4 Zvuková příloha vybraných ukolébavek a relaxační hudby

11.4.1 All The Pretty Little Horses/Dítě mé, neplač již

11.4.2 Dorme, dorme, meu menino/Spinkej, spinkej, ó mé dítě

11.4.3 Nenna, Nenna/Spi, mé dítě

11.4.4 The Bamboo Flute/Flétnu z bambusu

11.4.5 Maranoa lullaby/Máma už tu je

11.4.6 Fais Dodo/Spinkej, dítě

11.4.7 Der Mond ist aufgegangen/Měsíček s bledou tváří

11.4.8 Баюшки Баю/Spi, synáčku

11.4.9 Dandini dandini dastana/Spi, dítě

11.4.10 Kehto Laula/Houpi hou

11.4.11 Arroro/Spinkej, dítko

11.4.12 Spi, mé milé poupě

11.4.13 Hajej, můj andílku

11.4.14 Spi, synáčku, spi

11.4.15 Chtíc, aby spal

11.4.16 Spi, Janíčku, spi

11.4.17 Ej, padá, padá rosička

11.4.18 Spi, mé dítě, spi

11.4.19 Schlafe, mein Prinzchen/Spinkej, můj princí

11.4.20 Guten Abend, gute Nacht/Dobrý večer, dobrou noc

11.4.21 Ukolébavka

11.4.22 Ukolébavka pro Pět'u

11.4.23 Ukolébavka pro Marušku

11.4.24 Ukolébavka pro Aničku

11.4.25 Ukolébavka pro Evu

11.4.26 Stříbrné paprsky luny