

Seznam příloh

Příloha č. 1: Individuální muzikoterapie – záznamový arch

Pozorování

Datum a jméno terapeuta	
Koho pozoruji?	
Čeho si budu především všímat?	
Kolikáté je to pozorování?	
Co předcházelo tomuto setkání?	
Byl navázán oční kontakt?	Ano Ne
Jaké je chování a nálada dítěte?	
Jaké je téma?	
Jaké emoce projevuje dítě skrze tělo a improvizaci?	
Jaká je intenzita jeho hry?	
Co si myslím, že dítě potřebuje? Čemu bychom se měli věnovat?	
Co se ve mně odehrává a co si o tom myslím?	
V jakém prostředí muzikoterapie probíhá?	
Je prostředí podnětné?	
Jak klient reaguje na toto prostředí?	

Jaké prostředky byly při muzikoterapii použity? (nástroje, metodika apod.)	
Jaké byly vyhovující a jaké ne? Proč?	
Jak na použité prostředky reagovalo dítě?	
V jaké míře se dokáže dítě koncentrovat?	
Co by mělo dítě slyšet, vidět, cítit?	
Co chce slyšet, vidět, cítit?	

Posudek

Jaký byl průběh intervence? (průběh, komplikace, zvláštní a neobvyklé projevy, netypické chování klienta, apod.)	
Jak se dítě při terapii projevovalo? Co se mu líbilo, co naopak ne?	
Obsahovalo sezení nějaké rituály? Jaké?	
Co se proměnilo? V čem nastala změna? Dělo se něco nového?	
Je proměna žádoucí/nežádoucí?	

Proč?	
Co proměnu způsobilo?	
Jaké cíle byly na počátku stanoveny?	
Jaké cíle byly splněny a jaké naopak ne?	
Jaké metody, cvičení či techniky byly použity?	
Považuji sezení za úspěšné?	Ano Ne Částečně Proč?

Příloha č. 2: Rozhovor

Muzikoterapeut č.1

- speciální mateřská škola
- 29 let, speciální pedagog, 4 roky praxe, muzikoterapie 1,5 roku praxe
- věnuje se hudbě a rád ji využívá při práci s handicapovanými dětmi

1. Co pro Vás znamená muzikoterapie?

„Muzikoterapie pro mě znamená hlavně uvolnění pro děti. Podle mě se dokáže prostřednictvím hudby velmi dobře uvolnit, relaxovat. Dítě, které je velmi apatické mohu tou hudbou povzbudit a ono pak z ní dokáže získat energii. Podle mě se hudba dá využít v edukaci, v relaxaci nebo při jakékoliv aktivitě s daným dítětem.“

2. Jak muzikoterapii vnímáte ve spojitosti se speciální pedagogikou?

„No, asi bych porovnála klasickou hudební výchovou na běžné škole s muzikoterapií ve speciální škole. Ta hudební výchova většinou obsahuje to, že se dítě učí zpívat, hrát na nástroje, získává celkově hudební vzdělání a vytváří si k tomu nějaký vztah, kdežto ve speciální škole se užívají z každého prvku určité části. Nevnímáme jí jen tak, že posloucháme nebo zpíváme nějaký text, ale snažíme se těm dětem přiblížit hudbu třeba skrze vibrace. Přikládáme různé nástroje k dětem na tělo, aby je cítili a vnímali jejich energii. Dáváme také pozor na to, že pro někoho může být relaxační hudba unavující, pro někoho to může být naopak příjemné a povzbuzující. Pracujeme s dětmi hodně individuálně, tak aby to vyhovovalo jejich potřebám. Ve speciální pedagogice se muzikoterapií sice věnuje velká pozornost, ale já si myslím, že by se muzikoterapie měla zařazovat o dvě stě procent více, než je tomu doposud.“

3. V čem spatřujete přínos muzikoterapie ve vaší mateřské škole?

„Pro děti s kombinovaným postižením, které do MŠ přijímáme, je muzikoterapie ještě více potřebná. Pokud tady chybí nějaký smysl, tak se ho pokoušíme nahradit nebo se ho snažíme doplnit nějakou jinou formou. Například pokud má někdo ztrátu sluchu, tak se mu snažíme tu hudbu přiblížit nějak jinak, třeba přes cítění již zmíněných vibrací, které prochází tělem.“

4. *Jak a kdy jste se poprvé setkal s muzikoterapií?*

„Tak hlavně na vysoké škole, kde jsme měli přímo předmět muzikoterapie. Také jsem měla své vlastní centrum, kde byly děti bez handicapu. Tam jsem pracovala s hudbou každý den. Hodně jsme využívali hudební pohybový projev a dost jsme také pracovali s hudebními nástroji. Děti se učili zacházet s neznámými hudebními nástroji, dělali jsme různé hudební experimenty, a také jsme hodně improvizovali. Musím přiznat, že ráda zpívám, takže se hudbě věnuji v podstatě celý život a jsem s ní už od mala spojená. Nyní se muzikoterapii věnuji naplno individuálním studiím a prací s dětmi se speciálními potřebami v naší MŠ. Snažím se využívat také poznatků ze zahraničí. Ráda hudbu využívám při nejrůznějších aktivitách, tedy všude tam, kde je jí zapotřebí.“

5. *Vedete nějakou záznamovou dokumentaci z muzikoterapeutické intervence?*

„Ano, na začátku jsme si s muzikoterapeutem č.2 stanovily cíle, udělali jsme výstup na půl roku a zvolili jsme si strategie a pomůcky pro individuální i skupinovou výuku u každého dítěte. Vedeme si zápisy z uskutečněných muzikoterapií – co jsme s dítětem (dětmi) dělali a proč, co jej nejvíce zaujalo plus nějaké speciální poznámky ohledně toho, co pro nás bylo zvláštní nebo nové apod. – takové základní body. Vedeme si takovou muzikoterapeutickou třídnici pro naše interní účely. Na konci roku pak děláme zhodnocení, kam se to dítě posunulo, co se zlepšilo atd.“

6. *Jaké hudební nástroje preferujete pro muzikoterapii?*

„Určitě nejčastěji používám velký buben, ten je perfektní. Pak různé zvonečky, rolničky, zvonkohry, chrastítka, bubínky apod. Také využívám hodně kytaru, která dost často upoutává dětskou pozornost. Myslím, že děti vnímají kytaru velmi pozitivně. Doufám, že až budeme mít k dispozici nové prostory pro školku, budeme mít také možnost nových a lepších hudebních nástrojů, které jsou nezbytnou součástí terapie. Také bych chtěl říct, že se snažím využívat i různé světelné efekty, které podporují zrakové vnímání dětí a doplňují tak naše hudební sezení.“

7. *Jaký význam pro muzikoterapii u Vás sehrává reprodukováná hudba?*

„Tak já to používám, ale je to tedy individuální. Podle mě ty děti, které mají hlasitější projev, tak tím, že jim něco pustím, tak se pak dokážou zklidnit a lépe je tím upoutám.“

Hudbu pouštím z počítače nebo z telefonu, který spojíme s reproduktorem. Potom máme také velký reproduktor, který má v sobě zabudované světelné efekty. To je perfektní přístroj, ke kterému se dá přes kabel nebo i přes bluetooth připojit počítač i ten telefon. Velmi ráda to využívám. Některé děti jsou tím naprosto fascinované. Světla mohou být přizpůsobeny k relaxaci nebo klidně i k nějakým rychlejším a aktivnějším činnostem. Takže to je úplně super.“

8. *Můžete uvést nějakou zajímavou kazuistiku nebo zkušenost z muzikoterapeutické praxe?*

„Podle mě je naprosto neuvěřitelné jak ta terapie pomáhá dítěti zklidnit jeho dech. Při individuálním sezení najednou například klient č. 2, č. 4 i klient č. 6 přestane chrčít i slintat a dýchá čistě a plynule. Jakmile začnu hrát nebo zpívat, tak cítím, jak se to dítě postupně uvolňuje. Tím, že muzikoterapie probíhá pravidelně, tak se děti dostávají jednodušeji do pohody a začnou se vcítovat do hudby, napojují se na rytmus a sladují s ním i ten dech. Snažím se, aby jim nic nenarušovalo tyto pocity a dokázali se na mě jednodušeji napojit. Snažím se být klidná a vyrovnaná a ten pocit jim předat.“

9. *Jak vypadá individuální a skupinová muzikoterapie? Jakou má strukturu?*

Individuální: „Tak určitě si nejprve připravím místnost, aby tam nebyly žádné prvky, které by mohly to dítě vyrušovat. Nejlépe, když je ta místnost úplně prázdná. Dále si připravím hudební nástroje a všechny pomůcky, které k tomu potřebuji. Vždy mám takový postup od klidného k aktivnímu – u dětí klidných; od aktivního postupně ke klidnému – u dětí aktivních, kdy dojdeme do fáze relaxace. Vždy tato individuální muzikoterapie zahrnuje zpívání, říkám také různé básničky nebo zpívám brumendem a hodně hrajeme na různé hudební nástroje. Dále hrajeme na tělo nebo také používám ke hře na tělo různých nástrojů, např. uklidňující nástroj „děšť“. U více postižených dětí používám tento nebo jiný nástroj tak, že se jím dotýkám různých částí těla dětí od hlavy až k patě a zase zpět. Děti tak vnímají vibrace skrze tělo, nejvíce jim ho přikládám na nohy. Také si děti beru do náruče a zklidňuji je tak, že začnu dýchat zhluboka a klidně. Na závěr pak nechávám dítěti vždy chvíli ticha, jedná se asi o dvě minuty, aby to v něm všechno mohlo doznít a aby si to více vše mohlo uvědomit. Plynule tak ukončíme terapeutickou jednotku, která trvá většinou kolem patnácti minut.

Skupinová: „Máme tzv. band (každý čtvrtek), kde si většinou připravím nějaké písně, které se vážou na například na týdenní téma. Používáme i data projektor pro vizuální vnímání. Chodí to tak, že děti sedí ve speciálních židlích a každé dítě má k dispozici asistenta, kterým s ním pracuje a pomáhá mu. Zpíváme, máme při tom takovou malou „pohybovku“ do rytmu a hrajeme na tělo. Postupně se dostáváme k hudebním nástrojům. Většinou jim nedávám vybrat hudební nástroj, ale již ho mám připravený. Vždy se snažím vybírat podle toho, aby s ním to dítě mohlo dobře pracovat a aby neustále zkoušelo nové a nové nástroje. Také se snažím, aby ty hudební nástroje byly jakousi odměnou za předtím odvedenou práci. Aby to nebylo takové bezcílné hraní. Nakonec si dítě bereme do náručí a společně zpíváme a dýcháme tak, aby to dítě cítilo všemi možnými smysly. Hodně využíváme velký terapeutický buben. Dále máme také ještě „muzikál“, kde momentálně nacvičujeme muzikál Malý princ. Máme tam různé písničky na toto téma a cvičíme různé scény dle knihy. Skupinová terapie trvá většinou půl hodiny.“

10. Chcete něco říci závěrem?

„Chtěla bych říct, že muzikoterapie je velmi potřebná, hlavně u dětí se speciálními potřebami. Také bych chtěla zmínit, že jsem byla na školení muzikoterapeutů a mám pocit, že se dělí na takové dvě skupiny. První skupinou jsou muzikoterapeuti, kteří se zabývají uvolněním a relaxací až do opravdové hloubky přes různé čakry, aury a dostávají člověka až do jakéhosi transu. Druhou skupinou, mě bližší jsou pak ti muzikoterapeuti, kteří se přímo zaměřují na tu základní úroveň pomoci, na práci s postiženými dětmi, zaměřují se na hru na hudební nástroje, zpívání lidových písní, říkání obyčejných básniček a hru na tělo. Prostě to co je těm dětem blízké. Hlavní je ten základ, který je postačující pro práci s těmito dětmi. Muzikoterapie by měla ty děti potěšit, pomoci jim a povzbudit je do další práce.“

Muzikoterapeut č. 2

- speciální mateřská škola
- 24 let, bakalářské studium na Pedagogické fakultě UK, obor Speciální pedagogika

- momentálně studium prvního ročníku navazujícího magisterského studia na Filozofické fakultě UK, obor Sociální práce
- studium zaměřené na muzikoterapii především v rámci studia VŠ, dále pak samostudium
- zúčastnila jsem se také některých kurzů zaměřených na muzikoterapii pořádaných Muzikoterapeutickou asociací ČR

1. Co pro Vás znamená muzikoterapie?

„Muzikoterapie je pro mě především pracovní nástroj, skrz který pracuji, působím a spolupracuji s dětmi v mateřské škole. Také je to jeden z expresivních přístupů v práci s klienty, který mi je velmi blízký.“

2. Jak muzikoterapii vnímáte ve spojitosti se speciální pedagogikou?

„Jelikož jsem speciální pedagog, muzikoterapii vnímám jako další článek, další možnost, jak na klienta působit. O pozitivních vlivech hudby již mnohé víme, a jelikož osoby, na které je speciální pedagogika zaměřená, mají často omezené možnosti vnímání a vyjadřování se, muzikoterapie představuje veliký potenciál jak tento handicap snížit.“

3. V čem spatřujete přínos muzikoterapie ve vaší mateřské škole?

„Mateřskou školu navštěvují především děti s kombinovaným postižením. To znamená, že jejich schopnosti vyjadřování se, jsou velmi omezeny. Muzikoterapie pak přináší paletu možností, jak se skrz práci a hudbu vyjádřit. Taktéž je možné se skrz muzikoterapii k dítěti dostat blíže, více ho poznat. Muzikoterapie představuje i nedílnou součást každodenních aktivit a edukačních celků.“

4. Jak a kdy jste se poprvé setkal s muzikoterapií?

„V rámci studia Speciální pedagogiky na vysoké škole jsme si vybírali jeden z expresivních přístupů ke klientovi, jako studijní předmět. Jelikož mi hudba byla velmi blízká od raného dětství, muzikoterapie mě nejspíš ihned zaujala. Moje první praxe, kde jako muzikoterapeut působím, je právě naše mateřská škola.“

5. *Vedete nějakou záznamovou dokumentaci z muzikoterapeutické intervence?*

„Ano, vedu. Záznamy se liší podle toho, jestli se jedná o terapii skupinovou, nebo individuální. Každé dítě má vytvořený muzikoterapeutický plán na míru, který tvoří základní koncept, podle kterých pak vypadá navazující intervence. O jednotlivých intervencích pak vedu záznamy – co se dělo, jak dítě reagovalo, jaké nástroje jsme použili atd. (Nicméně bych si přála, aby byly záznamy více propracované, bohužel to v rámci provozu školy není momentálně možné.)“

6. *Jaké hudební nástroje preferujete pro muzikoterapii?*

„Ráda využívám především bicí nástroje, mojí „srdcovkou“ je velký terapeutický buben. Též nám ráda tibetské mísy, zvonkohry, xylofon. Nesmím zapomenout na hlas – ten mám navíc vždy s sebou.“

7. *Jaký význam pro muzikoterapii u Vás sehrává reprodukováná hudba?*

„Reprodukovanou hudbu využíváme nejčastěji při relaxaci dětí, někdy také jako kulisu. Když víme o nějaké skladbě, kterou má dítě rádo (například se při poslechu vždy zklidní, nebo rád kouká na videoklip), nebojíme se ji použít. Zajímavou alternativou motivace a odměny je i právě využití oblíbené písně (tj. že za každý splněný úkol si dítě může poslechnout oblíbenou skladbu).“

8. *Můžete uvést nějakou zajímavou kazuistiku nebo zkušenost z muzikoterapeutické praxe?*

„Momentálně mě žádná konkrétní nenapadá. Vždy mám ale radost a vím, že vše, co děláme má smysl, když začne dítě reagovat, zaposlouchá se, začne ho dění kolem zajímat. Moc ráda při práci využívám techniku muzikoterapeutické relaxační pohádky. Jednou se stalo, že při jedné pohádce o jaře usnuly rovnou dvě děti. To jsem si říkala, že ani nemohly být více zrelaxovány.“

9. *Jak vypadá individuální a skupinová muzikoterapie? Jakou má strukturu?*

„Rozdíl mezi individuální a skupinovou muzikoterapií je patrný na první pohled. Individuální muzikoterapie se točí okolo konkrétního dítěte a je šitá přímo „na míru“.

Vždy beru v potaz konkrétní situaci a momentální nastavení dítěte – proto si individuální terapie moc nepřipravuji dopředu, většinou to nemá cenu. Vycházím z hlavního cíle popsaného v muzikoterapeutickém plánu a každou intervencí se snažím být v jeho splnění blíž a blíž. Začínáme iniciačním zvukem, pak navazuje vlastní intervence a ukončení.“

„Skupinová terapie je již předpřipravená (i tak ale klademe důraz na individuální potřeby dětí) a záleží na společném cíli. Jinak bude hodina vypadat na muzikále, jinak na bandu, jinak na skupinové muzikoterapii v rámci vyučování.“

10. Chcete něco říci závěrem?

„Myslím, že vše již bylo řečeno.“

Muzikoterapeut č. 3

- speciální základní škola
- 28 let, studium třetího ročníku bakalářského studia na Filozofické fakultě UK, obor Pedagogika
- různé akreditované kurzy například na práci osobního asistenta
- akreditovaný workshop zaměřený na muzikoterapii přes diecézní charitu Brno, dále pak samostudium knih a odborných časopisů

1. Co pro Vás znamená muzikoterapie?

„Tak nejprve tedy obecně hudba. Pro mě je hudba všeobecně naprosto neoddělitelná součást života. miluju hudbu už vlastně od malička. Od malička zpívám, hraji na kytaru, na klavír a na jiné další nástroje jako samouk. Je to například flétna, ukulele a housle. Hudbu mám neustále kolem sebe. Pořád něco poslouchám, počínaje klasikou přes folk, country, pop, jazz apod. Když se teda zpátky zaměřím k té muzikoterapii, tak tedy hodně vnímám, že ta hudba člověka ovlivňuje, že mu může něco přinést, může ho zklidnit nebo naopak nabudit. Třeba u mě to tak funguje, že když se potřebuju dostat do nějaké aktivity nebo se zklidnit, tak mi ta hudba vždy pomůže. I tom vlastně vidím smysl té muzikoterapie i třeba u nás ve škole, že tou hudbou s těmi dětmi můžeme snadněji pracovat, můžeme jim přinést hezké pocity a můžeme je vnitřně zklidnit.“

Tohle pro mě tedy asi nejsilnější aspekt té muzikoterapie. A druhý aspekt, který vnímám je, že se prostřednictvím hudby dá s dětmi komunikovat. Když to dítě samo nemluví, tak přes tu hudbu je vlastně schopný se naučit komunikovat, interagovat s druhými. Taková oblast východně laděného typu, tedy používání tibetských mís, alikvotní tóny apod., kdy se jedná hodně o frekvenci. Ta frekvence pak člověka léčí, tak to už mi vlastně vůbec blízký není. Samozřejmě to nepopírám, že to funguje, ale já s tím vlastně nechci pracovat. Přijde mi to hodně na takové hraně, kdy to v některé fázi může být i nebezpečné, zvláště u dětí, které mají nějaké zdravotní problémy.“

2. *Jak muzikoterapii vnímáte ve spojitosti se speciální pedagogikou?*

„Je to prostě nástroj, jeden z mnoha nástrojů, který může tomu dítěti pomoci. V normální pedagogice tyhle nástroje děti tolik nepotřebují, ale v té speciální pedagogice je to prostě mnohem potřebnější. A navíc si všímám, že ty naše děti ve škole jsou mnohem víc na tu hudbu naladěné, mají k ní vztah a milují ji. Možná že je to tím, že jsou zbaveny takových těch předsudků, nároků na to co musejí nebo nemusejí umět. Že to prostě není taková ta hudební výchova v tom školním slova smyslu, kdy se děti musejí naučit zpívat písničku, naučit slova, rytmus – toho je to zbavený a ty děti jsou potom šťastnější.“

3. *V čem spatřujete přínos muzikoterapie v mateřské škole?*

„Tak my třeba teď děláme muzikál (společný projekt speciální mateřské a základní školy) Malého prince – kterého vedu, tak v tom třeba vidím strašně užitečný to, že děláme jednu věc, která je nějakým způsobem propojena a ty děti se mnohem snadněji učí vnímat svět okolo sebe. Že to není jenom o tom, tak teď se naučím jednu věc, ale je to vnímáno komplexně, že vnímají i tu sociální stránku apod.“

4. *Jak a kdy jste se poprvé setkal s muzikoterapií?*

„K muzikoterapii jako takové jsem se dostala nejspíš již třeba v rámci základní umělecké školy, ale ještě jsem tehdy nevěděla, že něco z toho jsou prvky muzikoterapie. Dál určitě na kurzech, kde jsem byla. Různé aktivity na principu muzikoterapie, ale ne úplně cíleně. Tedy vlastně s plnou muzikoterapií jsem se setkala až tady v naší škole.“

5. *Vedete nějakou záznamovou dokumentaci z muzikoterapeutické intervence?*

„Ano, píšu si záznamy. U nás v základní škole (první a druhá třída společně) nemáme muzikoterapii jako takovou, ale spíše tam jde o podporu toho učení. Hodně s nimi děláme prakticky. Tedy, když se o něčem učíme, tak je v tom hudbou podporujeme. U některých dětí to už směřuje od muzikoterapie k hudební výchově. To znamená, že s některými už se snažíme, aby se učily intonovat nebo když hrajeme na klavír, tak aby zkoušely cíleně hrát nějakou melodii. Snažíme se o to, aby děti již uměly držet rytmus, aby hrály nějakým způsobem na pokyn atd. Co se týče dokumentace, tak si zapisuju, co jsme ten den dělali, případně jaké nástroje jsme použili, které si děti samovolně vybraly. Také si píšu poznámky, co fungovalo, co nefungovalo a co se bude dít příště. Takže si to pokaždé nějakým způsobem plánuju. Také máme plány cca na čtvrt roku, čeho bychom chtěli u dětí dosáhnout a jakým způsobem. Na závěr toho čtvrt roku pak děláme nějaké to celkové hodnocení. Na základě toho vyhodnocení jsme například koupili mikrofon s reprobednou, který má u dětí obrovský úspěch. Jak jsme zjistili, mnohým dětem pomáhá ten mikrofon se rozmluvit a vůbec zlepšuje celkovou komunikaci, protože se děti slyší a je to pro ně zajímavé a inspirující“

6. *Jaké hudební nástroje preferujete pro muzikoterapii?*

„Tak hlavně takovou tu základní sadu a tase jak u koho. Nejčastěji používáme bubínek, rolničky, chraštítko, činelky nebo tamburínky. A určitě kytaru a klavír. Ještě docela používáme boomwhackers, což jsou barevné trubky naladěné na určitý tón a hraje se s nimi například o tělo. Tak to používáme teď nově asi čtvrt roku a mají velký úspěch jak u dětí tak u nás.“

7. *Jaký význam pro muzikoterapii u Vás sehrává reprodukováná hudba?*

„Ano, používáme ji pro relaxaci. Většinou je to instrumentální hudba. Já pak také hodně využívám různé karaoke videa z youtube.com, kde jsou skvěle zpracované české lidové písně a ty naše děti to hrozně baví, i díky tomu, že je to animované. Rádi zpívají spolu s tím videem a rádi do toho hrají na nástroje a tancují. Takže ano, reprodukovánou hudbu celkem hodně používáme. Hodně mi to usnadňuje práci v tom,

že potom mohu s dětmi hrát na nástroje, můžu s nimi tancovat, že mám prostě volné ruce.“

8. *Můžete uvést nějakou zajímavou kazuistiku nebo zkušenost z muzikoterapeutické praxe?*

„Tak například jeden klient, který má receptivní dysfázii, to znamená, že nerozumí moc tomu co slyší a stejně tak ani neumí říct věty ani slova. Do té doby než nastoupil do speciální základní školy u nás, tedy teď do podzimu, komunikoval v podstatě jen tím, že znakoval. Nemluvil. Měl tedy nějaké logopedické cvičení, učil se třeba zvuky zvířat apod., ale my jsme se rozhodli, že se budeme snažit přes tu muzikoterapii podporovat jeho rozvoj v té komunikaci. Začali jsme tedy cíleně využívat prvky muzikoterapie k rozvoji jeho řeči. Takže mě přijde skvělé, že to co on dříve vůbec nezvládal je teď jiné. Teď začíná být schopen alespoň nějak komunikovat. Je schopen pomalu ale jistě opakovat slabiky díky například zpěvu a opakování známých písniček. Také mu hodně pomohl ten mikrofon. To že se vlastně slyší je pro něj naprosto fascinující a neustále zkouší, jak ten jeho hlas vlastně zní. Poslední dobou se stává neuvěřitelné i to, že začíná zpívat písničky na slabiku „la“. Dokonce máme odezvu i od rodičů, že se doma snaží mluvit. Takže to je opravdu super!“

9. *Jak vypadá individuální a skupinová muzikoterapie? Jakou má strukturu?*

„*Individuální muzikoterapie* je přibližně na patnáct minut. Většinou začnu tak, že se nějakým způsobem na sebe naladíme, něco si zazpíváme, zaimprovizujeme si na hudební nástroje, vybijeme se z různých emocí apod. V druhé části se s nimi snažím nějak systematicky pracovat. Hodně také pracuji s piktogramy. Mám například piktogramy hudebních nástrojů, dále pro oblast zpívání, poslechu hudby, i takové dynamické věci jako nahlas, potichu, rychle, pomalu apod. Učí se tedy porozumět tomu co já říkám, a zároveň na to adekvátně reagovat. U některých dětí to mám vyloženě zacílené na zpívání, buď se učí písničky nebo zpíváme písňe podle nálady, a nebo je to zaměřené na práci s rytmikou – já zpívám a oni mě do rytmu doprovázejí apod. Někdy také děláme jen čistě relaxaci například ve Snoezelenu a posloucháme klidné písňe. Snažím se, aby ta individuální muzikoterapie byla vždy v jiné místnosti než u nás ve třídě.“

„*Skupinová muzikoterapie* má zase dvě podoby. Buď je to čistě relaxační, to míváme tak, že děti připravíme, pustíme reprodukovanou hudbu a postupně ty děti zklidňujeme. Používáme šátky, pytle na kterých mohou ležet, také používáme stroboskop – velká bedna, ze které září světlo a odráží se to například na stropě a různě se to točí. Druhá varianta je aktivní muzikoterapie, kde začínáme vždy společnou písničkou. Poté pracujeme s hudebními nástroji – piktogramy, rytmika, melodie apod. nebo pracujeme čistě s písničkami a zpíváme klidně i 45 minut, protože to děti hrozně baví. První půlku zpíváme s kytarou a druhou s karaoke videem. Nakonec většinou dáváme zklidňující písničku.“

„Pak máme ještě *Muzikál*. – To jsou všechny děti i z mateřské i ze základní školy dohromady. Muzikál je většinou v pondělí a je to celoroční práce. Celý rok se dělá jedno téma. Většinou je to tak, že se snažíme nějaký způsobem skládat vlastní písničky. Letos jsem se rozhodla, že ten muzikál udělám více příběhový. Minulý rok to totiž bylo spíše na bázi besídky – každý se naučil jednu svou píseň, kterou následně interpretoval a bylo hotovo. Přišlo mi, že tam byl strašně nevyužit potenciál těch dětí a nepůsobilo to ani hezky. Nedalo se to ani nijak obměnit a bylo to stereotypní jak pro děti, tak pro dospělé. Tedy nyní pracujeme na muzikálu *Malý princ*. Rozhodla jsem se, že zkusím, jestli se dokážou více ponořit do toho příběhu, jestli to má nějaký smysl takhle pracovat, jestli se dokážou sžít s tou rolí a s tím příběhem a tématem jako takovým. Takže i ty písničky jsou příběhové a nejsou jen zaměřené na jednotlivé postavy. Zatím si myslím, že to funguje. Muzikál je vlastně specifický v tom, že se zde prolíná muzikoterapie s dramaterapií. Probíhá to tak, že si to vždy zahájíme zvonečkem, zazpíváme si úvodní písničku, která se nese celým tím muzikálem, ten motiv, a tím se to zahájí. Potom řeknu nějaký úvod, nějakou část příběhu, o čem jsme se bavili minule a na co navazujeme. Potom hrajeme divadlo, které je doprovázeno reprodukovánými zvuky. Pustíme určitou hudbu a do té hudby například „létáme“ – Malý Princ létal s letadlem. Vždy je tedy nějaká píseň nebo zvuk spojena s určitou neměnnou aktivitou. A když se zpívá a hraje na kytaru ta úvodní píseň atd., tak mým cílem je, aby to bylo o tom, že děti ty písničky znají, kdo může mluvit a zpívat, tak se je naučí a kdo nemůže tak se učí alespoň hrát ten rytmus na nějaký bicí nebo štěrchací

nástroj. Ten princip spočívá jenom v tom, že se snažíme vzájemně poslouchat a vnímat. Nakonec to končí rituální písní „Už je to uděláno“.

10. Chcete něco říci závěrem?

„To nejdůležitější co bych řekla je, že si myslím, že ty děti hudba dělá šťastnými. Strašně rády hrají na nástroje a zpívají a strašně rády poslouchají hudbu. To mě přijde vlastně úplně nejdůležitější, že to rozvíjí jejich komunikaci a sociální interakci, dále také schopnost chápat věci v kontextu, chápat smysl věcí, vnímat abstraktní věci apod. V momentě kdy jsou děti šťastné a dělají to, co po nich chceme a přesto jsou stále šťastné, to je neskutečně rozvíjí a já jsem za to moc ráda.“

Příloha č. 3: Písně

Pro zachování anonymity mateřské školy byla z písni vymazána citlivá data. Záznam těchto písni je mým osobním zápisem z pozorování během výuky. Jsou to tedy rituální písňe Oběd, Svačina, Ranní kruh, Už je to uděláno a píseň Planety.

Oběd

Moderato

Voice

Do brou chuť na-ši mi-lí - - - - - Něk-te-ří spát tu
4 bu-de o - běd za ma - lin-kou chví - li.

Voice

bu-dou je-ště s ná-mi a pro ty os - ta-tní při-jdou tá-to-vé a má-my.

Voice

8 Do-brou chuť - - - - - A - má - lko (obměna jmen všech dětí)

Voice

11 Na - čer - pej - te hod - ně sil. En - joy your meal!

Svačina

Voice

Sva - či - na, sva - či - na, sva - či - na za - či - ná.

Ranní kruh

Voice

D

My jsme - - - - - vy-ni-ká-me hra-vos-tí a pí-li.

5

Voice

A D D

My o ži-vo-tě ho-dně ví-me a teď se vá - m před-sta-ví-me. A-hoj

11

Voice

A D

- - - - - Sár - ko. *obměna jmen + všichni* My řá-dí-me a my zpí-vá-me a

15

Voice

A

ma - lu - je - me, My kou-ká-me i kde co le - tí,
tan - cu - je - me.

18

Voice

D

my jsme - - - - - dě - ti.

Už je to uděláno

Piano

C C G C

Už je to u-dě lá-no, už je to ho-to-vo. U-če-ní je ho-to - vo

Planety

Piano

1. D A D D A D

Pla - ne - ty všu - de ko - lem jsou. A - le já chci jen na tu svou.
 Dos - pě - lí čas - to ne - vi - dí, to co

6 2. D A D D A/C# Bm

dě - ti snad - no u - vi - dí. Pří - tel, o - prav - du dob - rý pří - tel,

11 A G A D D

chy - bí mi dob - rý pří - tel, co vi - dí svět ja - ko já. Pří - tel,

16 A/C# Bm A G A

o - prav - du dob - rý pří - tel, chy - bí mi dob - rý pří - tel, co vi - dí svět ja - ko

21 D G F#7 Bm

já. Já po - tře - bu - ju chví - li spát, a - le

26 E7

ne - mám ča - s. Mu - sím po - čí - tat.