

Což takhle dát si hudbu

aneb Muzikoterapie v praxi

2. díl



Ve druhém dílu série článků o muzikoterapii vás seznámím s možnostmi využití muzikoterapie u lidí s mentálním postižením.

▪ **Text: Mgr. Tomáš Vacek,**
Muzikoterapeut, psychoterapeut

Při definování mentálního postižení můžeme vycházet z popisu mentální retardace, kterou Světová zdravotnická organizace definuje jako „stav zastaveného nebo neúplného duševního vývoje, který je charakterizován zvláště porušením dovedností, projevujícím se během vývojového období, postihujícím všechny složky inteligence, to je poznávací, řečové, motorické a sociální schopnosti.“ (MKN-10). Z výše uvedené definice je zřejmé, že se jedná o medicínské vnímání mentálního postižení. Ten jej ve zkratce hodnotí jako „vývojovou poruchu, která negativně zasáhla rozvoj rozumových schopností, a tím i celkovou kvalitu úsudku...“ (Valenta, Michalík, Lečbych, 2012).

Donedávna přetrvával při péči o osoby s mentálním postižením ústavní přístup, kdy se nedbalo na individuální potřeby klientů. Tato skutečnost se však mění. Více dochází ke srovnávání potřeb osob s mentálním postižením s intaktní společností. Tato skutečnost je zřejmá v obecném principu při práci s touto cílovou skupinou. Hlavní úsilí směřuje k integraci osob s mentálním postižením do běžné populace, aby mohly využívat běžně dostupné služby. Soustředí se také na poskytování takové podpory, která je zapotřebí pro dosažení co

největší samostatnosti. Klade se důraz na to, co chce klient, podporuje se ve schopnostech rozhodovat se a řídit svůj život (Matoušek a kol., 2010). Stejně tendence samozřejmě nalezneme i v muzikoterapii.

U osob s mentálním postižením se nejčastěji využívá **skupinová muzikoterapie**. Méně častou je **individuální muzikoterapie**, která se spíše volí v případě, že klient není z nějakého důvodu schopný pracovat ve skupině (Valenta, Michalík, Lečbych, 2012) či v případě hlubokého mentálního postižení nebo dalšího kombinovaného postižení. Roli zde samozřejmě hrají i finance. Skupinová muzikoterapie je pro poskytovatele sociálních služeb výhodnější. S individuální muzikoterapií se můžeme setkat zejména v případě osob s hlubším mentálním postižením.

V posledních letech se objevuje zajímavý fenomén **komunitní muzikoterapie**. Nejedná se přímo o nástroj pro práci s komunitou, ale o volný teoretický koncept. Nemá přímo stanovenou metodickou základnu

(Wood, 2016). Důležitá je systémovost prováděných aktivit, spoluúčast všech zúčastněných stran, aktivita ke změně, orientovanost na zdroje člověka, vznik sociálních vazeb mezi lidmi a komunitami, sociální aktivismus, zaměření na sociálně-hudební procesy, komunitu, individualitu a rozdílnost (Stige, Pavlicevic, Ansdell, 2016).

V českém prostředí se setkáváme s komunitní muzikoterapií nejčastěji ve formě různorodých festivalů pořádaných domovy pro osoby se zdravotním postižením a dalšími poskytovateli sociálních služeb. Dále se jedná o charitativní koncerty známých interpretů v přirozeném prostředí klientů. Klienti domovů případně vyjíždějí na komerční hudební festivaly.

Použité metody a techniky muzikoterapie u klientů s lehkým mentálním postižením jsou poměrně shodné jako u ostatních cílových skupin. U osob s hlubokým mentálním postižením se muzikoterapie kombinuje s konceptem multisenzorické stimulace snoezelen (Valenta, Michalík, Lečbych, 2012).

Muzikoterapie u osob s mentálním postižením přináší samozřejmě svá specifika. Při práci se potýkáme s různorodými bariérami v komunikaci. První z nich mohou být vady řeči. Dále také neschopnost pojmenovávat prožívané skutečnosti. Vyjadřování je většinou na elementární úrovni. Klienti potřebují velkou podporu, aby dokázali dosáhnout změny, protože jejich vlastní zdroje sil z různých důvodů nestačí (Portner, 2008). Při práci je tedy nutné využívat různorodé techniky a metody, jež usnadňují terapeutický proces. Může se jednat o piktogramy, karty emocí, techniky z ostatních expresivních terapií atd.

Využití muzikoterapie při práci s lidmi s mentálním postižením představuje specifický způsob, jakým mohou tyto lidé řešit obtíže ve svém životě (Bunt, Hoskyns a Swami, 2002). Klient může skrze hudební zážitek zkoumat a prohlubovat své zkušenosti se sebou samým a světem kolem sebe (Steele in Bunt, Hoskyns a Swami, 2002).

Využití muzikoterapie při práci s lidmi s mentálním postižením představuje specifický způsob, jakým mohou tyto lidé řešit obtíže ve svém životě.

Jak už bylo řečeno výše, verbální komunikace může být pro některé osoby s mentálním postižením problematická. Hudební médium nabízí neverbální možnost terapeutického kontaktu. Vytváří také emocionální a symbolické prostředí pro práci s pocity a myšlenkami klienta, se kterými se tak může bezpečně pracovat (Bunt, Hoskyns a Swami, 2002). Hudba v rámci muzikoterapie slouží také k dalším účelům, jako jsou rehabilitace, fyzioterapie, ergoterapie, logopedie, rehabilitace a udržení kognitivních funkcí (Gerlichová, 2014).

V rámci muzikoterapie, nejen s lidmi s mentálním postižením, dochází k hledání svobodného bytí a autentického žití člověka. Muzikoterapie směřuje k nalézání pravé podstaty našeho existování, které by mělo být shodné s naším osobním přesvědčením. Terapie by měla probíhat v prostředí autentických, otevřených a opravdových vztahů. Dochází tak k odkrývání možností naší existence a pochopení naší minulosti (Čálek, 2004).

Muzikoterapie představuje jednu z možností terapeutické práce s lidmi s mentálním postižením. Přináší jim možnost vyjádřit se bezpečným způsobem, který

je pro ně navíc zábavný. Vytváří bezpečné prostředí pro jejich rozvoj nejen v oblasti tělesné, ale i duševní.

Zdroje:

- BRUSCIA, Kenneth E., *Defining Music Therapy*, Barcelona, 2013. ProQuest Ebook Central, <https://ebookcentral.proquest.com/lib/natl-ebooks/detail.action?docID=3117673>.
- BUNT, Leslie, Sarah HOSKYNs a Sangeeta SWAMI. *The Handbook of Music Therapy* [online]. London, New York: Routledge, 2002 [cit. 2020-10-08]. ISBN 9781317798590. Dostupné z: <https://ebookcentral.proquest.com/lib/knav/detail.action?docID=1501555>.
- ČÁLEK, Oldřich. *Skupinová daseinsanalýza: [možnost být sebou]*. Praha: Triton, 2004. ISBN 80-7254-539-6.
- F70-F79 – *Mentální retardace*. MKN-10 [online]. Praha: Ústav zdravotnických informací a statistik ČR, 2020 [cit. 2020-09-28]. Dostupné z: <https://mkn10.uzis.cz/prohlizec/F70-F79>
- GERLICOVÁ, Markéta. *Muzikoterapie v praxi: příběhy muzikoterapeutických cest*. Praha: Grada, 2014. ISBN 978-80-247-4581-7.
- VALENTA, Milan, Jan MICHALÍK a Martin LEČBYCH. *Mentální postižení: v pedagogickém, psychologickém a sociálně-právním kontextu*. Praha: Grada, 2012. *Psyché (Grada)*. ISBN 978-80-247-3829-1.
- MATOUŠEK, Oldřich, Pavla KODYMOVÁ a Jana KOLÁČKOVÁ. *Sociální práce v praxi: specifika různých cílových skupin a práce s nimi*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2010. 351 s. ISBN 978-80-7367-818-0.
- STIGE, Brynjulf, Marcedés PAVLICEVIC, & Gary ANSDELL. *Where Music Helps: Community Music Therapy in Action and Reflection*, Routledge, Abingdon. 2016. Available from: ProQuest Ebook Central. [23 December 2018].
- PÖRTNER, Marlis. *Psychoterapie pro lidi s mentálním postižením na základě přístupu zaměřeného na člověka. Kvalita v praxi* [online]. Praha: QUIP - společnost pro změnu, 2008 [cit. 2020-10-04]. Dostupné z: <https://www.kvalitavpraxi.cz/res/archive/004/000534.pdf?seek=1204208494>
- WOOD, Stuart. *A Matrix for Community Music Therapy Practice*, Barcelona Publishers, 2016. ProQuest Ebook Central, <https://ebookcentral.proquest.com/lib/natl-ebooks/detail.action?docID=4544688>.

INZERCE



Nálevové čaje Biogena pro hromadné stravování

- široká nabídka příchutí • pečlivě vybrané kombinace ovoce a bylin
- snadná a rychlá příprava

Více informací na bezplatné zákaznické lince 800 627 653 nebo na www.agfoods.eu.

ag foods
experience & innovation