

trans Utilizarea muzicii în procesul de reabilitare a copiilor cu cerințe educative speciale

Maria-Monika Szabo, psiholog
CSEI NR . 1 Oradea

Domenii posibile de utilizare a terapiei prin muzică:

- Sindromul autistic-tulburări din spectrul autist
- Hiperactivitate și/ sau cu deficit de atenție
- Anxietate/tulburări emoționale
- Dificultăți de învățare
- Pareze, tulburarea coordonării motorii
- Tulburări de comportament
- Tulburări psihiatrice

Definiție:

Terapia prin muzică este un cadru terapeutic în care comunicarea dintre client și terapeut se realizează cu ajutorul sunetelor. (L.Bunt, 2002)

Avantajele utilizării muzicii în procesul de reabilitare-vindecare:

Cadrul muzical terapeutic permite:

- -pătrunderea sunetelor în lumea interioară a clientului (auzirea și ascultarea fiind procese inconștiente)
- -alternarea atenției involuntare înspre exterior și înspre conținuturile interne -muzica reglând echilibrul în orientarea atenției spre exterior respectiv spre interior
- -muzica permite exprimarea emoțiilor, modificarea nivelului de conștientizare a propriului corp, de conștientizare a mediului și cel al conștiinței de sine
- -stimulează capacitatea de a reacționa la mediu
- -trezește interesul spontan pentru interacțiune
- -stimulează dorința de inițiere a unui act -prin modificarea nivelului de activism

Metode de lucru:

- **Individuale** sau **de grup**
- **pasive**: imagerie ghidată
sau **active**: prin:- improvizație muzicală cu ajutorul instrumentelor și a vocii
-dans
- Alternarea **metodelor directe** cu **cele indirecte**:
Utilizarea lor depinde de:
-dificultățile pe care le are copilul
-de faza terapiei /de obiectivele terapeutice avute în vedere
- Terapeutul poate sugera activități clientului sau îl poate lăsa pe acesta să aleagă o activitate
- Terapeutul poate îndruma producția muzicală într-o anumită direcție sau poate doar să oglindească producția muzicală a clientului
- Terapeutul poate conduce clientul sau se poate lăsa ghidat de către acesta.

Procedee: (Oldfield, 1995)

- Ascultarea, conținerea, susținerea
- Acompanierea/însoțirea clientului prin:
- Reflectare-ogindire a ceea ce produce copilul
- Identificare- oferirea unui feedback asupra a ceea ce se întâmplă “aici și acum”
- Contact muzical- crearea unui dialog muzical între terapeut și client
- Ghidare, conducere, modelare, provocare
- Disociere și interpretare- reprezentare muzicală a unor procese interne, a unor conflicte.

Obiective generale:

- Stimularea motivației pentru a participa activ (în special la copiii cu autism sau cu pareze)
- Stabilirea cadrului terapeutic, al alianței terapeutice
- Dezvoltarea noilor canale de comunicare
- Exprimarea emoțiilor
- Stimularea conștiinței de sine, a conștientizării mediului (în special la copiii cu autism)
- Stimularea proceselor autoreglatorii, a proceselor de atenție (în special pentru copiii cu hiperactivitate, cu deficit de atenție, cu pareze)
- Creșterea încrederii în sine, întărirea eului (prin separarea conținuturilor anxioase de partea puternică, curajoasă a copilului- în special la copiii cu tulburări emoționale, cu dificultăți de învățare, copii cu probleme de comportament, de adaptare)
- Exersarea comunicării utilizând noi stiluri de coping
- Evaluarea progresului

Strategii utilizate în cadrul terapiei prin muzică:***Crearea cadrului terapeutic:***

- Oferirea unei structuri clare a timpului terapeutic- prin utilizarea la fiecare ședință terapeutică a melodiei de bun venit respectiv a melodiei de rămas bun (în special pentru copiii cu autism)
- Stabilirea clară a limitelor (în special pentru copiii cu hiperactivitate sau cu tulburări de comportament)

Stabilirea contactului- crearea alianței terapeutice- a rezonanței empatice prin:

- Susținerea muzicală-(utilizând ritmuri previzibile, regulate, materne, sau chiar legănarea pentru cei mai mici)
- Acceptarea rezistenței copilului, a lipsei de cooperare a acestuia
- Stimularea motivației de participare activă prin utilizarea jucăriei preferate, a melodiei preferate, utilizarea oricărei manifestări ai copilului în interesul atingerii obiectivelor terapeutice, familiarizarea treptată cu instrumentele muzicale
- Ogindirea mișcărilor utilizând instrumentele, prin dans
- Reflectarea manifestărilor, a vocalizelor, identificarea
- Captarea atenției cu ajutorul muzicii și a instrumentelor muzicale

- Reducerea la minim a utilizării limbajului verbal atunci când copilul nu are formate abilități de vorbire
- Utilizarea metodelor indirecte
- Utilizarea semnalelor vizuale, auditive, kinestezice pentru a iniția/a întrerupe o acțiune, pentru a răspunde la o comandă simplă

Crearea de noi canale de comunicare:

- Introducerea graduală a sugestiilor directe, a unor jocuri cu reguli, a unor ritmuri simple, a unor semnale, a unor reguli de comunicare – alternând metodele directe cu cele indirecte
- Utilizarea resurselor copilului, inclusiv a rezistenței sale
- Crearea unui dialog muzical, prin răspunsuri muzicale
- Jocuri de stimulare a contactului vizual
- Împrăștierea instrumentelor muzicale prin cameră- jocuri cu instrumentul ales de copil
- Dansul-pornindu-se de la reflectarea mișcărilor
- Introducerea unor semnale pentru inițierea/întreruperea unei activități

Exprimarea emoțiilor

- Ascultarea, susținerea, însoțirea, conținerea, identificarea, improvizația muzicală
- Alternarea reflectării cu modelarea procesului improvizativ
- Ghidare prin provocare, modelare- oferirea de sugestii muzicale pentru utilizarea unui nou ritm, a unei idei noi, unei intensități noi pentru a fi în contact cu emoțiile, cu sine

Exersarea comunicării-prin activități de grup/sau cu participarea părinților

- Improvizarea unui dialog muzical între copii
- Stimularea capacității de imitare
- Așteptarea rândului
- Ascultarea celuilalt
- Exprimarea emoțiilor
- Stimularea proceselor autoreglatorii
- Stimularea cooperării între copii:
 - Cântat la instrumentul ținut de partener
 - Imitarea unui ritm produs de partener
 - Răspuns la un semnal dat
 - Jocuri muzicale
 - Crearea unei povești muzicale
 - Jocuri pentru stimularea atenției vizuale și auditive
 - Jocuri pentru stimularea integrării senzoriale

Progrese așteptate și dezvoltări obținute în alte arii:

La copiii cu autism:

- Reducerea nivelului de anxietate în situații noi
- Creșterea capacității de autoliniștire
- Creșterea sentimentului de control
- Recunoașterea unor situații, persoane, activități, cântece, etc.
- Ameliorare în domeniul orientării spațiale
- Ameliorarea controlului motor, formarea de noi scheme de acțiune
- Răspuns la dialog muzical, realizarea contactului vizual, formarea abilității de a exprima bucuria sau neplăcerea și prin alte căi de comunicare decât cele prin care se manifesta anterior
- Formarea capacității de a-și aștepta rândul, de a-i asculta pe ceilalți, de a interacționa, de a coopera într/un joc simplu
- Formarea capacității de imitare a unor gesturi, a unui ritm simplu
- Formarea abilității de a se opri la un semnal auditiv/chiar vizual
- Formarea abilității de a răspunde la comenzi simple
- Emiterea de vocalize, onomatopee
- Dezvoltarea memoriei auditive
- Creșterea conștientizării de sine, de alții și a mediului

La copiii cu tulburări emoționale, dificultăți de învățare, tulburări de comportament, hiperactivitate, deficit de atenție, etc.

- Creșterea încrederii în sine
- Creșterea capacității de relaxare
- Reducerea anxietății generale/sociale
- Dozarea eficientă a nivelului de anxietate pentru atingerea optimumului motivațional necesar rezolvării unei sarcini la un randament crescut
- Înțelegerea/ conștientizarea propriilor emoții, realizarea unor insighturi
- Formarea unor noi abilități de coping/de ajustare la diverse situații sociale
- Îmbunătățirea proceselor autoreglatorii
- Îmbunătățirea memoriei de lucru
- Îmbunătățirea abilității de selectare a informației relevante
- Ameliorarea capacităților lingvistice

La copiii cu tulburări paretice:

- Creșterea încrederii în sine
- Creșterea capacității de relaxare
- Stimularea motivației pentru a mișca membrul paretic, a motivației de participare activă
- Stimularea capacității de autoreglare a mișcărilor
- Creșterea sentimentului de control

Bibliografie:

Alvin, J., Warwick, A. (1991)- Music Therapy For The Autistic Child. N.Y. Oxford University Press.

Bunt, L., Hoskyns, S. (2002)- The Handbook Of Music Therapy. NY. Brunner- Routledge.

Igram, J. (2008) –Teatrul minții- conștiința din spatele cortinei. București. Curtea Veche.
(Theatre of the mind: Raising the Curtain on Consciousness)

Oldfield, A. (1995)- Communicating Through Music: The Balance Between Following and Initiating in: T. Wigram : The Art And Science of Music Therapy: A Handbook 1995, Harwood Academic Publishers, UK.

Szabo, M. (2009) – Muzica, un coterapeut ericksonian în recuperarea preșcolarelor cu cerințe educative speciale – Conferința Internațională a ARHTE, ed. a III-a, 8-10 mai 2009, Cluj Napoca

Monika Szabo lucrează ca psiholog la Centrul de Educație Incluzivă nr. 1, Oradea din 1996. Ea utilizează muzica în procesul de rehabilitare al copiilor cu cerințe educative speciale din 2002, lucrând cu copii cu deficiență mintală severă, cu copii cu tulburări emoționale, cu dificultăți de învățare, cu copii cu sindromul ADHD sau cu sindrom din spectrul autistic. Monica a beneficiat de un training inițial în terapia prin muzică în 2002 din partea Music as Therapy. Din 2008 ea este coordonatorul programului de terapie prin muzică în instituția la care lucrează. Monica a prezentat munca sa terapeutică cu ajutorul muzicii la nivel național și internațional și a publicat articole în revista Împreună – revistă care cuprinde articole pentru specialiști care utilizează arta în munca lor pentru persoanele cu dizabilități. Monica are formare în psihoterapia ericksoniană și în terapia sistemică a familiei – formări care completează practica sa în terapia prin muzică.