Utjecaj glazbe i plesa na djecu s teškoćama u razvoju

Stamenić, Ida

Undergraduate thesis / Završni rad

2016

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Zagreb, Faculty of Teacher Education / Sveučilište u Zagrebu, Učiteljski fakultet**

Permanent link / Trajna poveznica: https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:147:249492

Rights / Prava: In copyright / Zaštićeno autorskim pravom.

Download date / Datum preuzimanja: **2024-03-29**

Repository / Repozitorij:

University of Zagreb Faculty of Teacher Education - Digital repository







SVEUČILIŠTE U ZAGREBU UČITELJSKI FAKULTET ODSJEK ZA ODGOJITELJSKI STUDIJ (Zagreb/Petrinja/Čakovec)

IDA STAMENIĆ

ZAVRŠNI RAD

UTJECAJ GLAZBE I PLESA NA DJECU S TEŠKOĆAMA U RAZVOJU

Čakovec, rujan 2016.

SVEUČILIŠTE U ZAGREBU UČITELJSKI FAKULTET ODSJEK ZA ODGOJITELJSKI STUDIJ (Zagreb/Petrinja/Čakovec)

PREDMET: GLAZBENA KULTURA

ZAVRŠNI RAD

Ime i prezime pristupnika: Ida Stamenić

TEMA ZAVRŠNOG RADA: Utjecaj glazbe i plesa na djecu s teškoćama u razvoju

MENTOR: Branimir Magdalenić, viši predavač

Čakovec, rujan, 2016.

SADRŽAJ

SAŽETAK .....
SUMMARY .....
1. UVOD 1
2. POJAM GLAZBE I PLESA 2
3. GLAZBA I GOVOR 4
4. UTJECAJ GLAZBE NA RAZVOJ DJECE OD NAJMLAĐE DOBI 6
5. TERAPIJA PLESOM I POKRETOM 8
5.1. Primjena terapije plesom i pokretom 10
5.2. Razvoj funkcionalnih sposobnosti putem terapije plesa i pokreta 11
5.3. Razvoj motoričkih sposobnosti putem terapije plesa i pokreta 11
5.4. Razvoj psihosocijalnih sposobnosti putem terapije plesa i pokreta 12
6. ŠTO JE GLAZBOTERAPIJA? 12
6.1. Glazbeni terapeut 14
7. PRIMJENA GLAZBOTERAPIJE KOD DJECE S TEŠKOĆAMA U RAZVOJU 14
7.1. Način uključivanja djece s teškoćama u razvoju u glazbenu aktivnost 15
7.2. Improvizacijski modeli glazboterapije 17
7.3. Orff metoda 20
7.4. Glazbena psihodrama 22
7.4.1. Glazbena zamjena uloga 22
7.4.2. Glazbeni dijalog 23
7.4.3. Glazba i podjela selfa 23
7.4.4. Glazbeno izražavanje 23
7.4.5. Glazbeno oblikovanje 23
7.4.6. Glazbene tehnike prodiranja i izbijanja 23
7.4.7. Glazbena prazna stolica i monodrama 24
7.4.8. Glazbena podjela 24
7.5. Eksperimentalna improvizacijska glazboterapija 24
7.6. Metaforička glazboterapija 25
7.7. Kreativna glazboterapija 25
7.8. Analitička glazboterapija 27
7.9. Paraverbalna glazboterapija 28
7.10. Integrativna improvizacijska glazboterapija 29

7.11. Razvojni terapijski odnos 29
7.12. Slobodna improvizacijska glazboterapija 30
8. ZAKLJUČAK 32
LITERATURA 33

SAŽETAK

Glazba u današnje vrijeme postaje sve više prepoznati i cijenjen medij u mnogim granama medicine, a posebno u području fizikalne medicine i rehabilitacije. Glazba je jedan od najboljih načina za smirenje i opuštanje djece, a glazbene aktivnosti djeci su vrlo prihvatljive. Glazbene aktivnosti kao i plesne razvijaju kod djece želju za igrom i kretanjem. Opće je poznato da djeca imaju potrebu za kretanjem i izmjenom statičkim i dinamičnih aktivnosti, a upravo to mogu postići putem glazbenih igara. Kroz glazbene igre razvija se motorika, govor, kreativnost, a također je dokazano kako glazba pozitivno djeluje na inteligenciju pojedinca. One su jednostavne te omogućuju kreativno izražavanje i osjećaj uspjeha. Upravo su iz tog razloga glazbene aktivnosti postale važan čimbenik u radu s djecom s teškoćama u razvoju. Terapija glazbom potiče kod djece uključenost cijelog tijela te tako pridonosi zdravlju i kvaliteti života djece. Također potiče i socijalizaciju, emocionali razvoj te predstavlja svrhovitu i ugodnu aktivnost.

Ples se uz glazbu javlja kao medij za razvoj različitih sposobnosti. Ples je aktivnost koja omogućuje ostvarivanje različith ciljeva stoga ga možemo smatrati terapijskim sredstvom. Mogućnost usklađivanja tijela i pokreta potiče sposobnost učenja te funkcionalne integracije tijela. Prilikom izvođenja plesnih pokreta kod djeteta se potiče razvoj funkcionalnih, motoričkih te psihosocijalnih sposobnosti. Važno je obratiti pozornost na odabir glazbe prilikom izvođenja plesnih pokreta, odnosno bitno je paziti da glazba bude bliska i poznata djeci te kratka kako bi ju djeca lakše zapamtila. Pokreti uz glazbu koje će djeca izvoditi će se kasnije povezati u razne ritmičke cjeline te razne oblike dječjih plesnih igara.

Ključne riječi: glazba, terapija glazbom, ples, terapija plesom, pokret

SUMMARY

Nowadays music is becoming more recognized and evaluated media in many medical specialties, especially in fields such as physical medicine and rehabilitation. Music is one of the best ways to calm and relax children and musical activities are very suitable for children. Both musical activities and dance activities in children have ability to develop will and desire to play and exercise. It is well known that children have a need for movement and changing the static and dynamic activities which can be achieved through music games. Musical games enable development of motor skills, speech and creativity. Furthermore, it has been proven that music has a positive effect on the intelligence of the individial. Musical games are simple and allow creative expression and a feeling of success. This is the main reason for music activities to become and important factor in working with children with disabilities. Music therapy encourages involvement of the entire body in children and thus contributes their health and quality of life in general. Moreover, it encourages socialization and emotional development and it represents a purposeful and pleasurable activity.

Dance with music emerges as a medium for the develompent of various skills. Dance is an activity that enables the achievement of different aims, therefore it is considered to be a therapeutic agent. Possibility of a body alignment and movement encourages learning ability and functional integration of the body. When performing dance moves with the child, functional, motor and psychosocial skills are being developed. It is important to pay attention to choice of music while performing dance moves, and it is important to make sure that the music is close and familiar to children. It also has to be short in order for children to remember it more easily. Movements with music which children will be performing will later on be connected into variety of rhytmic units and various forms of children's dance games.

Key words: music, music therapy, dance, dance therapy, movement

1. UVOD

Kvalitenu pedagošku praksu čini promicanje prava svakog djeteta, ali i obitelji kako bi mogli biti uključeni i raditi na ostvarenju zajedničkih ciljeva te da dosegnu puni potencijal. Upravo ovakav stav zagovara i potiče Konvencija o pravima djeteta. Konvencija o pravima djeteta je službeni dokument u kojem se naglašavaju prava svakog djeteta na obrazovanje, aktivno sudjelovanje te na nediskriminaciju. Ipak, djeca unatoč tome mogu biti različito tretirana te se na taj način krše njihova prava. Ono što mi kao osobe koje živimo u djetetovom okruženju možemo učiniti u cilju promoviranja različitosti i socijalne integracije jest povećati naše razumijevanje kulturalnih i društvenih odnosa. „Uspješan odgojno – obrazovni proces zahtijeva integraciju različitih školskih i obiteljskih sredina, kao i višestrukih identiteta pojedinaca." (Tankersley, D., Brajković, S., Handžar, S., Rimkiene, R., Sabaliauskiene, R., Trikić, Z., Vonta, T., 2012., str. 68).

Pojam „djeca s teškoćama u razvoju" odnosi se na onu djecu s teškoćama u funkcioniranju u svakodnevnom životu, a pritom mislimo na zadovoljavanje osnovnih potreba, zdravstvenu skrb te socijalizaciju. Termin „teškoća u razvoju" podrazumijeva razna prirođena ili stečena oštećenja koja mogu biti različite vrste ili različitog stupnja. Prema podacima koje je objavio UNESCO, 10% djece rađa se ili tijekom rane dječje dobi stječe neko oštećenje u razvoju. Upravo bi taj podatak trebao biti dovoljan poticaj za zajednicu da se uključi u rješavanje problema koji očekuju tu djecu. Uključivanje u rješavanje problema podrazumijeva dodatnu edukaciju kako odgajatelja i učitelja tako i društva koje je uključeno u odgoj ove djece.

Djeca s različitim odgojno – obrazovnim potrebama imaju pravo na inkluzivno obrazovanje. Inkluzivno obrazovanje možemo definirati kao proces u kojem možemo prepoznati različite potrebe svakog djeteta te našu reakciju na te potrebe. Inkluzivno obrazovanje podrazumijeva uključivanje djece s razvojnim teškoćama u većinski odgojno – obrazovni sustav.

Zdravstvena skrb garantira svakom djetetu koji ima neku od poteškoća u razvoju pomoć stručnjaka koji je specijaliziran za poteškoću s kojom se dijete susreće. Postoji nekoliko vrsta terapija:

1. Logopedska terapija koja se primijenjuje kod djece koja imaju poteškoće u govoru,
2. Rehabilitacijska terapija koja se najčešće primjenjuje kod djece s oštećenjem vida te lakše i umjerene mentalne retardacije,
3. Terapija kod poremećaja u ponašanju koja se primjenjuje kod djece s poremećajem pažnje i hiperaktivnosti, kod emocionalnih smetnji te kod djece koja imaju problema u socijalizaciji.

Terapija na koju bih se ja posebno osvrnula te kojoj sam posvetila svoj rad jest terapija glazbom i plesom, odnosno kako glazba općenito i ples utječu na djecu s teškoćama u razvoju.

2. POJAM GLAZBE I PLESA

Glazba je umjetnost čiji je medij zvuk kojeg organiziramo u vremenu i prostoru, većinom po nekom planu i namjerno. Glazba je umjetnost tona koja oplemenjuje čud čovjeka, budi osjećaj za red i ljepotu te time idealizira i karakterizira različite narode. Stvaranje, izvođenje i važnost ovise o kulturi i socijalnim aspektima. Degmenčić, Požgain i Filaković u članku Music as therapy govore da je „glazba oblik tjelesnog izričaja te ona stimulacijom osjeta navodi na pozitivan odgovor. Autori tvrde da glazba djeluje izravno na naš autonomni živčani sustav dovodeći tako do različitih autonomonih tjelesnih reakcija pa se prema tome smatra da za razumijevanje glazbe na tjelesnoj razini nije potrebna inteligencija.“

Građu glazbe čine zvukovi. „Zvuk je energija koju je moguće pretvoriti u oblike, obrasce, brojeve i matematičke omjere, kako i u glazbu, govor te izražavanje agonije i blaženstva.“(Don Campbell, 1997., str. 39) .Zvuk je pozadinska buka pri svemu što se kreće. Zvuk putuje u valovima, a mjeri se frekvencijama i jačinom. Frekvencijom smatramo visinu zvuka, a mjerna jedinica jest herc. Što je zvuk viši, brža je vibracija i obrnutno – što je zvuk niži, sporija je vibracija. Autor navodi da normalno uho čuje zvukove u rasponu od 16 do 20 000 herca, no prag sluha razlikuje se od kulture do kulture. Zvukovi od 750 do 3 000 herca nazivaju se zvukovi srednje frekvencije i oni stimuliraju srce, pluća i emocije, dok zvukovi od 125 do 750 herca nose ime niski zvukovi te oni utječu na tjelesne pokrete.

Glazbu možemo izraziti u melodiji i harmoniji. „Melodija je glavna crta i vodeća oznaka pjesme. Motiv koji dominira cijelom kompozicijom i koji se vraća u svojim prericajima. Melodija je nit vodilja koja se uvijek nanovo otkriva, koju slušatelj primjećuje u uvijek istim i uvijek novim varijacijama.“(Marin Srakić prema F. Berra., str. 7). Autor smatra da je melodija glazbena misao koja nastaje u ritmu i pokretu te se ona konstantno obnavlja i razvija djelujući tako pozitivno na slušatelja. „Glazba je ujedno i harmonija (suglasje). To znači u isto vrijeme više zvukova. Ne jedan za drugim, nego istodobno. Dakle, obogaćenje melodije, njezin oslonac i potpora. Ne bi bilo harmonije da nema istodobnosti.“ (Marin Srakić prema F. Berra, str. 8). „Kombiniranjem melodije, harmonije i ritma na slušača se može djelovati na bezbroj načina: mijenjajući raspoloženje, izazivajući osjećaj ravnoteže, sreće, ugode ili pak nemira, nelagode i tuge.“ (Škrbina, 2013., str. 148 prema Rojko, 1982.).

„Djeca su, kako u prošlosti tako i danas, od najranije dobi okružena raznim zvukovima, počevši od okoline u kojoj odrastaju, pojava u prirodi, sve do uspavanke koju im majke pjevaju prije spavanja. Glazba je tako potpuno prirodna pojava koja uvelike pridonosi svestranom razvitku djeteta već u najranijoj dobi, koje se ujedno smatra i najoptimalnijim razdobljem za razvijanje glazbenih sposobnosti.“ (Milinović, 2015.).

Ples je ritmično pokretanje tijela prema ritmu glazbe pojedinačno, u parovima ili u skupinama. „Ples je niz ritmičkih, sukcesivnih pokreta jednog ili više dijelova tijela na mjestu, u sjedćem položaju ili u pokretu uz akustičnu pratnju.“ (Škrbina, 2013, str. 179). Ples je prisutan u čovjekovu životu još od pamtivijeka, a to potvrđuju i crteži čovjeka kako pleše u spiljama. Uz to su poznati naravno i ples kao pozdrav suncu ili ples u čast mjesecu. U davna vremena ljudi su plesom častili razna božanstva i prirodne pojave, a plesali su i prilikom rođenja i smrti. Ples je način izražavanja veselja dobrog ulova ili završene žetve.

Želja za pokretom prirođena je svakom ljudskom biću. Šumanović, Filipović, Sentkiralji u članku Plesne strukture djece mlađe školske dobi objašnjavaju kako je „plesna umjetnost praizvor svih umjetnosti koja ima svoj izraz u ljudskoj osobnosti. Ona je vezana za sve ljudske tradicije, a nastala je u narodu. Autori navode kako je pokret postao neiscrpno sredstvo čovjekova fizičkoga izražavanja koji svojom formom i kompozicijom omogućuje beskonačan broj različitih plesnih izričaja.„

„Dijete koracima izražava vrijednost nota po trajanju, a pokretima ruku izražava naglašene i nenaglašene dijelove takta. Važno je obratiti pozornost na povezivanje i usavršavanje pokreta i ciljano odabrane glazbe, čime se potiče dječje kreativno plesno izražavanje.“ (Škrbina, 2013., str. 185). Ples kao osnovni oblik programskog sadržaja u tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi razvija različite karakteristike kod djece, kao što su morfološke, motoričke i funkcionalne. Ples prilikom izvođenja pobuđuje kod djece ritmičnost, dinamičnost, ljepotu i izražajnost pokreta te pravilno i lijepo držanje tijela. Osim toga, ples kod djece potiče razvoj koordinacije, brzine, snage, preciznosti i gibljivosti. Također djeluje na pravilan rad kardiovaskularnog i respiratornog sustava, a uz to i na aerobnu i anaerobnu izdržljivost. „Poseban cilj plesnih struktura kod djece mlađe školske dobi jest razvijanje estetske kulture pokreta povezivanjem raznolikih struktura gibanja s elementima glazbenoga izražavanja. Na taj se način djecu uvodi u različite forme plesa kao specifičnog oblika čovjekova motoričkoga izražavanja.“ (Šumanović, Filipović, Sentkiralji, str. 40). Osnovu plesnih struktura čine oblici kretanja poput hodanja, skokova, pokreta u slobodnom imitiranju te jednostavna gibanja u svim dijelovima tijela.

Možemo zaključiti kako je ples za djecu zapravo najprirodnije sredstvo iz razloga što se djeca tijekom plesa mogu slobodno i nesputano kretati, a upravo im takvo kretanje pruža zadovoljstvo i radost. Tijekom izvođenja plesnih pokreta djeca mogu razvijati kreativnost, dok ponavljanje tih pokreta potiče razvoj vještina i njihov sklad. „To je najprimjerenija aktivnost za dijete predškolske dobi, jer ima pozitivan utjecaj na njegov cjelokupni razvoj.“ (Marić, Nurkić prema Laban, 1993., str. 16).

3. GLAZBA I GOVOR

Govor je osnovno obilježje čovjeka. Govor je prirođen i potreban. „Da bi objasnili fenomen govora, Jacobson, Chomsky, Piaget i Guberina tražili su odgovore proučavajući dječji govor. Analizom dječjeg govora željeli su spoznati izvor ljudskog govora, nejgovu suštinu i prirodu. Da bi razumjeli prirodu rađanja riječi kod djeteta, proučavali su sistem i primjene učenja stranih jezika, svladavanje govora kod slušno oštećene djece i djece s poteškoćama u razvoju.“ (Šmit, 2001., str. 12). Govorni jezik ima svoje vrednote, a to su:

1. Intonacija koja označava određenu visinu glasa. Možemo reći da je intonacija poveznica svake riječi s zvukom.
2. Intenzitet koji zajedno s intonacijom čini cjelinu.
3. Pauza koja ima ulogu u shvaćanju rečenične cjeline izražene riječima
4. Mimika i gesta koje nisu jednostavna imitacija bilo kakvog pokreta.

„Vrednote govornog jezika pune su tonova, intenziteta, pokreta; one raskidaju okvire riječi i granice između glazbe i govora. Riječi postaju glazba i pokret kao što su to postale vrednote govornog jezika ujedinjene na višem kvalitativnom stupnju. Na tom stupnju nestaju granice u jezičnom izrazu između zvuka i pokreta izgovorene riječi, između zvuka i pokreta vrednota govornog jezika i između zvuka i pokreta u glazbi.“ (Šmit, 2001., str. 14).

Znamo da je zvuk rezultat pokreta pa isto tako znamo da bez pokreta nebi bilo zvuka. Vrednote govornog jezika međusobno su povezane s ljudskim tijelom pa tako ono može tvoriti govorne glasove. Autorica se poziva na Hansa von Bulowa koji smatra da su ritam i pjevanje bili prvi oblici te da su mnogo stariji i od samog govora. Prvi zvučni doživljaj za dijete su upravo ritam i pjevan glas te su oni potrebni kako bi se govor kod djeteta pravilno razvio. „Od samog rođenja djeca doživljavaju i upijaju ritam na različite načine:

1. Slušajući uspavanke
2. Igrajući se prstima
3. Prvim koracima
4. Prvim riječima
5. Uključivanjem u ritam života
6. Stvaranjem svoje osobne ritmičke ekspresije:

a) Igrama ritmova (pokretne igre)
b) Brojalicama (vezane uz pokret).“ (Šmit, 2001., str. 17).

Upravo su ovi načini potrebni kako bi dijele razvilo svoj govor jer putem njih ono uči u svojoj okolini opažanjem i imitiranjem te će tako kasnije oblikovati vlastiti ritmički izraz raznoraznim igrama i brojalicama.

„Glazba je, poput govora, sustav komunikacije, no vođena je vlastitim pravilima, sintaksom i principima koji se razlikuju od ostalih komunikacijskih sustava. Pojedinac govor koristi da bi se obratio drugima i prenio značenje, on razumije riječi ili rečenice,

a ne pojedine glasovne obrasce. Glazba je, s druge strane, upravo organizirani zvuk upravljan pravilima skladnosti (harmonije) i kontapunkta (povezivanje više glasova ili melodija u suzvuk) te je zvuk samodovoljan i neovisan.“ (Škrbina, 2013., str. 149).

4. UTJECAJ GLAZBE NA RAZVOJ DJECE OD NAJMLAĐE DOBI

Glazbeni razvoj fetusa može započeti već od 16. tjedna prenatalne dobi u području kretanja, slušanja, orijentacije u prostoru i dodiru. Glazba može stimulirati fetus te tako djeca mogu prepoznati zvuk nakon rođenja. „Sa šest mjeseci starosti djeca su u stanju slušati melodije i prepoznavati one koje su im poznate.“ (Škrbina, 2013., str. 151 prema Trehub i sur., 1985.).

„Proučavajući glazbene sposobnosti predškolske djece, znanstvenici su uočili da već od najranije dobi djeca pokazuju zanimanje za glazbu. Primjetili su da dijete u dobi od četiri do šest mjeseci na glazbeni podražaj prekida aktivnost koju je do tada obavljalo (pa i sisanje), okreće se prema izvoru zvuka i pokazuje znakove zadovoljstva.“ (Šmit, 2001., str. 48 prema Henri Moog, ekstenzivna studija, 1976., Njemačka).

Ovo istraživanje pokazalo je da glazba potiče ugodu u emotivnom iskustvu, a ne samo u tjelesnom. Prve glazbene reakcije djece odnose se na ton, a iz te sklonosti kasnije se razvija govor i pjevanje. Sklonost prema glazbenim sadržajima djeca zadržavaju tijekom čitave predškolske dobi. Nakon određenog vremena javljaju se prvi pokreti uz slušanje glazbe kao odgovor na melodijske i ritmične elemente.

Oko četvrte i pete godine znanstvenici su zapazili da djeca stvaraju imaginativne pjesme. „To su originalne dječje tvorevine ili kombinacije novih pjesama složene od već poznatnih ijelova. Pritom tekst igra opet dominantnu ulogu. To je ujedno i optimalno vrijeme za prve glazbene igre.“ (Šmit, 2001., str. 48).

U petoj i šestoj godini kod djece se može primjetiti napredak u mogućnosti održavanja ritma. Djeca su sposobna melodijski točno otpjevati pjesmu, a pritom su rjeđe ritmičke greške. Osim toga, proučavajući tu djecu, znanstvenici su došli do zaključka da djeca u šestoj godini života mogu imitirati i pamtiti kraće ritmičke oblike.

Između šeste i devete godine života, smatra se da kod djece dolazi do naglog razvoja melodijskih i ritmičkih oblika glazbenih sposobnosti.

Piaget i Pflederer smatrali su da bi nakon devete godine života pristup glazbi trebalo intelektualizirati jer bi razumijevanje glazbe bilo jako teško bez saznanja što su pojmovi poput takt, trajanje, tempo i melodijsko kretanje. Uzimajući u obzir takav način učenja glazbenih pojmova, trebalo bi uzeti u obzir organiziranje homogene grupe djece koja će usvajati program primjeren njihovoj dobi i mogućnostima.

„Tijekom života, dijete doživljava glazbu kroz nekoliko oblika, od pasivnog slušanja uspavanki kao novorođenče, do aktivnog sudjelovanja u pjesmama koje uključuju svjesnost o tijelu, kada je dojenče." (Divljaković i sur.,). U istraživanju koje je provedeno na majkama čije su nerođene bebe slušale zvukove violine, nakon rođenja skupina djece koja je slušala glazbu bila vidno naprednija u motoričkim aktivnostima u odnosu na djecu koja nisu slušala glazbu. Osim toga, djeca koja su imala glazbenu stimulaciju, a bila su prerano rođena ili nisu imala dovoljnu tjelesnu težinu pri porođaju dobila su na tjelesnoj težini te su kraće ostajala u bolnici u odnosu na djecu koja nisu imala glazbenu stimulaciju.

Također je važno istaknuti da će ukoliko postoje glazbene aktivnosti između majke i djeteta od rođenja biti kvalitetnije razvijena komunikacija te će doći do ubrzanja govora kod djeteta. Možemo zaključiti kako glazba može doprinijeti djetetovim mogućnostima u postizanju adekvatnog rasta i razvoja. Glazba osim navedenog pomaže i maloj djeci koja još nisu u mogućnosti komunicirati s odraslima na način da se koristi snimljena glazba kod djece koja su rođena prijevremeno rođena te tako smanjuje stresne reakcije na određene podražaje, ubrzava dobivanje težine te smanjuje učestalost medicinskih komplikacija. „Glazba postaje sve više prepoznat i cijenjen medij u mnogim granama medicine, a posebno u području fizikalne medicine i rehabilitacije."

Djeca s motoričkim poremećajima imaju probleme poput smanjenja opsega pokreta, lošu ravnotežu, narušenu koordinaciju, smanjenju mišićnu snagu, promjene u mišićnom tonusu te bolove pri kretanju zbog ograničenja pokreta." (Divljaković i sur., 2014., str. 6). Glazba kod ove djece predstavlja medij jer potiče uključenost cijelog tijela i doprinosti kvaliteti života djece. Osim toga, valja spomenuti kako glazbu

možemo uključiti u jezično – govornu terapiju, povećanje dječje samostalnosti u svakodnevnom životu, ali i u poticanje socijalnog i emocionalnog razvoja.

Autori u članku navode kako „glazba nudi motivaciju za rutine vježbanja te predstavlja svrhovitu i ugodnu aktivnost za specifične motoričke obrasce tijekom sviranja instrumenta pa tako na primjer sviranje klavijature može poboljšati vještine fine motorike, dok sviranje bubnjeva podrazumijeva uključenje obje ruke i koordinaciju.“ Također u članku stoji istraživanje prema Hendonu i Bohonu koje je kao rezultat pokazalo da su djeca bila sretnija tijekom slušanja glazbe nego tijekom igre. Iz toga možemo zaključiti kako glazba ima pozitivne fizičke i psihološke utjecaje te uključuje promjenu kognitinvih stanja, raspoloženja i naravno emocija.

„Glazbeni razvoj djeteta moguće je promatrati s nekog stajališta. U okviru perceptivnog razvoja središnje mjesto zauzima opažanje visine tona, ritma, melodije, tonaliteta i harmonije. Kognitivni razvoj koji je u povezanosti s perceptivnim razvojem, proučava formiranje glazbenih pojmova. Afektivni razvoj odnosi se na sposobnosti estetskog procjenjivanja, preferencija i glazbenog ukusa. Četvrto stajalište odnosi se na razvoj vokalnog reagiranja, dok je proučavanje motoričkih komponenti glazbenog razvoja posebno zanimljivo za određivanje djetetove spremnosti za pohađanje određenih glazbenih programa.“ (Škrbina, 2013., str. 152 prema Dobrota i Tomaš, 2009.).

5. TERAPIJA PLESOM I POKRETOM

Ples je, kako sam navela već prije, ritmično pokretanje tijela prema ritmu glazbe pojedinačno, u parovima ili u skupinama. Svaki pojedinac koristi ples kao individualan način izražavanja vlastitim tijelom. „Američko udruženje plesnih terapeuta – ADTA – terapiju plesom definira kao primjenu pokreta i plesa u kreativnom procesu s ciljem poticanja emotivne, kognitivne, socijalne i tjelesne integracije pojedinca.“ (Škrbina, 2013., str. 190). U osnovi svake terapije plesom i pokretom smatraju se igre maštanja. Iz tog razloga metafore i slike imaju veliku ulogu u tom procesu. Sposobnost djeteta da može kreirati simbole, aktivirati maštu i igru riječima, slikama i pokretima može uvelike pomoći da razvije komuniakciju između sebe i okoline. Postoje različite tehnike kojima terapuet promatra dijete tijekom terapije plesa i pokreta. Terapeut te

tehnike prilagođava pojedincu te tako stvara empatiju i povjerenje kod djeteta što dovodi do razumijevanja i komunikacije kod djeteta. Iz svega toga proizlazi da je „temeljni cilj u terapiji plesom, odnosno pokretom proces osvješćivanja, reintegracije i unapređivanja triju elemenata u pojedincu: predodžbe o sebi, vještine neverbalne komunikacije te raspona i kvalitete emocionalnih doživljaja.“ (Škrbina, 2013., str. 190).

Uz terapiju plesom i pokretom valja spomenuti i simbolizaciju tijela koju autorica Škrbina opisuje kao vrstu plesa putem koje se estetskim oblikovanjem i simboličkim pokretima prenose poruke, čime se teži integraciji misli, osjećaja i akcije. Pojedinac tijekom procesa ne mora poznavati plesne pokrete jer on tijekom tog procesa uči izražavati osobni stav te stječe mogućnost prenijeti ono što misli i osjeća na sebi svojstven način. S vremenom će taj proces prerasti u osvještavanje tijela te u sinkronizaciju pokreta s osjećajima. Postoje četiri temeljne faze učenja kroz koji sudionici prolaze tijekom terapije plesom i pokretom, a to su:

1. Faza – zagrijavanje,
2. Faza – osvješćivanje vlastite tjelesnosti,
3. Faza – komunikacija u grupi
4. Faza – plesovi.

Ukoliko pojedinci aktivno sudjeluju u terapiji plesom i pokretom moguće su pozitivne promjene koje možemo vidjeti na slici 1.

Pozitivne promjene kroz pokret i ples
1. Bolji kontakt s tijelom
2. Bolji kontakt s emocijama
3. Integracija i protočnost u izražavanju emocija-mišljenja-ponašanja
4. Unapređivanje sposobnosti određivanja optimalne granice
5. Osvještavanje stvarnih unutrašnjih potreba te odbacivanje potreba koje su nametnute izvana
6. Omogućavanje kvalitetnijeg kontakta s okolinom (veća svijest o tome što pojedincu treba, koliko mu treba te što mu smeta)
7. Bolje upoznavanje sebe i svojih suprotnosti i integracija tih suprotnosti na tjelesnoj, kognitivnoj i emotivnoj razini

Slika 1. Pozitivne promjene kod pojedinaca kroz pokret i ples prema Kurjan Manestar, 2011.

Terapija plesom i pokretom se može prilagođavati ovisno o potrebama, sposobnostima i željama pojedinca. Postoji preduvjet da bi se mogla provesti terapija plesom i pokretom, a to su poštivanje metodičkih načela, postavljanje specifičnog cilja, prilagodba plesne građe prosječnim dobnim, psihičkim i fizičkim značajkama pojedinca i za kraj poticanje individualizacije. Tijekom procesa terapije plesa i pokreta pojedincima se umanjuje osjećaj pritiska ili obaveze prema terapiji pa tako svaki pojedinac ima slobodu pri odabiru glazbe, tehnike plesa i dinamike terapije.

5.1. Primjena terapije plesom i pokretom

Kroz brojna istraživanja koja su provedena u cilju utvrđivanja pozitivnog djelovanja plesa na zdravlje, uočeno je poboljšanje komunikacije kod djece te psihomotorno, kognitivno i socijalno – afektivno funkcioniranje među djecom. Ples djeluje različito na svako dijete, pa tako kod djece koja imaju motoričke smetnje ples predstavlja sredstvo izražavanja i opuštanja što dovodi do smanjenja straha, izolacije te povećanja samopouzdanja. „Jay (1991.) smatra da aktivnost plesanja poboljšava imaginaciju i kreativnost predškolske djece s motoričkim poteškoćana.“ (Škrbina, 2013., str. 192).Kod djece koja imaju hiperkinetički poremećaj ples služi kao sredstvo organiziranja, usmjeravanja i kontroliranja motoričke aktivnosti. Djeca koja imaju poteškoće iz autističnog spektra ples služi kao način za uspostavu komunikacije s okolinom. Djeca koja boluju od sljepoće u procesu terapije plesom i pokretom razvijaju samopouzdanje te prepoznavanje zvukova i ritma.

„Terapija plesom daje mogućnost za izražavanje emocija tijelom, omogućuje integraciju unutarnjih i vanjskih doživljaja, pogoduje fleksibilnim odgovorima na emocionalna i fizička pitanja iz okoline, poboljšava funkcionalne i dinamičke elemente neuromuskularne spretnosti (koordinacija, ravnoteža, prostorna orijentacija), pomaže smislenom organiziranju i kreativnom uključivanju.“ (Škrbina, 2013., str. 193 prema West, 1984., Payne, 1992.).

5.2. Razvoj funkcionalnih sposobnosti putem terapije plesa i pokreta

„Funkcionalne sposobnosti su sposobnosti koje obuhvaćaju stabilnost i regulaciju sustava za transport energije; sustava koji pored srčano – žilnog i dišnog, obuhvaća i brojne unutarnje organe i organske sustave o čijem ispravnom funkcioniranju ovisi ukupna izmjena tvari u organizmu pojedinca.“ (Škrbina, 2013, str. 188). S obzirom da je tjelesna aktivnost jedna od važnijih čimbenika koja utječe na rast i razvoj, tako je i ples važan čimbenik u postizanju maksimalne optimalizacije funkcionalnih sposobnosti pojedinca. Ples se primjenjuje u treninzima kardiovaskularne izdržljivosti kako bi se spriječile srčano – krvne bolesti, zatim u treninzima respiracijske izdržljivosti te kod regulacije tjelesne težine. Ples ima veliku ulogu kod prevencije pretilosti iz razloga što održava energetski balans u organizmu te tako spriječava pojavu viška kilograma.

5.3. Razvoj motoričkih sposobnosti putem terapije plesa i pokreta

„Plesnim aktivnostima, zahvaljujući njihovim ritmičnim karakteristikama, estetskim vrijednostima i pokretima cijelog tijela uz glazbu doprinosi se razvoju brojnih motoričkih sposobnosti poput koordinacije, ravnoteže, brzine, frekvencije pokreta, izdržljivosti i nešto manje, eksplozivne snage i fleksibilnosti.“ (Škrbina, 2013., str. 188 prema Ladešić i Mrgan, 2007). Ples je jedna od najpoželjnijih aktivnosti za rad s djecom iz razloga što ples ima utjecaj na razvoj osjećaja za ritam i pokret, osjećaja za ljepotu izvođenja pokreta te sposobnost vizualizacije vlastitog položaja u skupini. Sadržaj se tijekom procesa terapije plesom i pokretom treba prilagoditi dobi i interesu djeteta kako bi se postigao optimalan razvoj te kako bi se stvorilo ugodno okruženje. S obzirom da su osnova plesnih struktura prirodni oblici kretanja, one kontinuirano razvijaju osjećaj za ritam te motoričke i ostale sposobnosti organizma. Usporedno s utjecajem plesa na razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti razvijaju se zapažanje, percipiranje, mišljenje, mašta i pamćenje i upravo to dokazuje da je motorički razvoj u korelaciji s intelektualnim razvojem djeteta. Ukoliko će kod djeteta biti slabo razvijene motoričke i funkcionalne sposobnosti kao rezultat pojavit će se sporost, nespretnost i nesigurnost.

5.4. Razvoj psihosocijalnih sposobnosti putem terapije plesa i pokreta

Ples predpostavlja produbljenu i pojačanu psihičku reakciju. On postaje više od fizičkog kretanja u prostoru zahvaljujući osjećajima koji ga pokreću. Tijekom plesa se kod pojedinca izmjenjuju različita raspoloženja i osjećaji. Tijekom procesa terapije plesa i pokreta smanjuje se anksioznost kod djece te depresivno ponašanje dok s druge strane ples i pokreti pozitivno utječu na intelektualne sposobnosti, društvene vrijednosti te zdravlje. Uz to valja spomenuti kako ples pozitivno utječe i na razvoj emocionalnog života. Ukoliko se plesne aktivnosti pravilno organiziraju kao rezultat može se pojaviti smanjenje društveno neprihvatljivog ponašanja. Ples ima veliku ulogu u razvoju moralnih kvaliteta te formiranja snažne volje i karaktera. Osim toga, uloga plesa je poticati razvoj samopozdanosti, upornosti, odlučnosti, preciznosti, osjećaju dužnosti te poštenju. „Djetetovo prilagođavanje partneru u nekoju plesnoj aktivnosti ili manjoj skupini unutar plesne aktivnosti sastoji se od usmjeravanja pažnje na drugoga ili druge; prihvaćanja njegovih individualnih načina pokretanja; stjecanju sposobnosti primanja i davanja; preuzimanja vodstva; prihvaćanja tuđeg vodstva; pružanja pomoći drugima; postizanja ravnoteže između osobne inicijative i osjećaja suradnje s drugima; usklađivanja osobne težnje za afirmacijom s osobnom težnjom drugog.“ (Škrbina, 2013., str. 190). Upravo iz toga možemo vidjeti kolika je uloga plesa i pokreta u socijalizaciji djeteta te razvoju komunikacije među djecom.

6. ŠTO JE GLAZBOTERAPIJA?

„Glazba i medicina povezane su od davnina, još iz vremena magijske medicine plesom, udaraljkama i pjevanjem, a ta povezanost traje sve do današnje suvremene, znanstveno utemeljene medicine.“ (Škrbina, 2013., str 152). Divljaković, Lang Morović, Kraljević, Matijević i Maček Trifunović prema Svjetskoj udruzi za terapiju glazbom: „Terapija glazbom je profesionalno korštenje glazbe i njezinih elementa u svrhu intervencije u medicinskom, edukacijskom i svakodnevnom okruženju s pojedincima, grupama, obitelji ili zajednicama koje pokušavaju optimizirati njihovu kvalitetu života i poboljšati njihovo fizičko, socijalno, komunikacijsko, emocionalno, intelektualno i duhovno zdravlje i dobrobit.“ Prve pokušaje glazboterapije primjenila

je američka medicina još u 19. stoljeću. Edwin Atlee je 1804. godine po uzoru na filozofa Jeana – Jacquesa Rousseaua i liječnika Benjamina Rusha napisao Uvodni rad o utjecaju glazbe u liječenju bolesti. Ovim radom želio je dokazati kako glazba utječe snažno kako na tijelo tako i na um. Skoro 100 godina kasnije, točnije 1899. godine, američki je liječnik po imenu James L. Corning objavio prvo istraživanje koje je bilo nadzirano a obuhvaćalo je primjenu glazbe u liječenju pacijenta. Istraživanje je nosilo ime „Primjena glazbenih vibracija prije i tijekom spavanja“ i bilo je od velike važnosti jer je u njemu bilo zabilježeno kako glazba Richarda Wagnera i drugih skladatelja pozitivno utječe na pacijente te ublažava morbidne misli i emocije koje su se pojavljivale kod pacijenata u vrijeme buđenja.

Američka medicinska udruga je 1914. godine prvi puta spomenula glazbenu terapiju na način da je objavila u svojem glasniku pismo doktora Kanea koji je pisao o svojem radu s pacijentima. Naime, Kane je koristio gramofon u cilju smirivanja i odvraćanja pozornosti pacijenata tijekom kirurških zahvata. Ubrzo nakon toga, 1918. godine, sveučilište Columbije je uvelo predavanja iz „muzikoterapije“, a predavanje je držala Margaret Anderton. Margaret je bila britanska glazbenica koja je tijekom Prvog svjetskog rata radila s ranjenim vojnicima.

„Suvremena glazbena terapija razvila se potkraj četrdesetih godina dvadesetoga stoljeća proizašavši iz glazbe kojom se liječila borbena traumatska neuroza vojnika nakon Drugoga svjetskoga rata.“ (Don Campbell, 1997., str. 122). Glazba je tada u medicini imala veliki utjecaj. Bolnice, klinike pa čak i staračke domovi su u razdoblju nakon rata organizirali nastupe mjesnih glazbenika.

Terapija glazbom je efikasan način liječenja kod osoba koje pate od psihosocijalnih, afektivnih, kognitivnih ili komunikacijskih problema. Terapija glazbom pokazala se vrijednom kod osoba koji su bili rezistentni na druge pristupe u liječenju. „Bolesnici ne moraju imati posebne glazbene sposobnosti da bi im glazba koristila, svi glazbeni stilovi kroz glazboterapiju mogu dovesti do pozitivnih promjena u bolesnikovu životu, premda bolesnikove preferencije, okolnosti i potreba za liječenjem kao i postavljeni cilj određuju vrstu glazbe koju će glazboterapeut koristiti u terapijskom procesu.“ (Degmenčić, Požgain, Filaković, 2005., str. 300).

„Glazboterapija se može sagledavati sa znanstvenog i terapeutskog stajališta. Sa znanstvenog stajališta glazboterapija je grana znanosti koja se bavi istraživanjem

kompleksa zvukova srodnih čovjeku, bez obzira predstavlja li zvuk ono što zovemo glazbom ili ne, te otkriva njihove dijagnostičke parametre i terapeutsku primjenu. S terapeutskog stajališta glazboterapija je disciplina koja koristi zvuk, glazbu i pokret da postigne povratne efekte i otvori komunikacijske kanale kako bi se započeo i osvario proces osposobljavanja pacijenata za što bolje funkcioniranje.“ (Škrbina, 2013. str. 152).

6.1. Glazbeni terapeut

„Dobar glazbeni terapeut često se zajedno s klijentom predaje glazbi, odnosno čini isti iskorak i prati novi ritam, pokrete i disanje te na taj način stvara umirujući kontinuum. Predavanje glazbi može dovesti do dubokoga kontakta terapeuta i klijenta.“ (Campbell, 1997., str. 123). Zadaća glazbenog terapeuta jest pratiti tempo pacijenta imajući na umu cilj da tog istog pacijenta navede na uravnoteženiji ritam. Terapeuti glazbom rade kao zdravstveni stručnjaci te tako ostvaraju suradnju s liječnicima različitih specijalizacija, medicinskim sestrama i stručnim osobljem poput fizioterapeuta, logopeda i psihologa. Pristup glazbenih terapeuta usmjeren jest prema poboljšanju općeg zdravlja te održavanju kvalitete življenja. S obzirom da je svatko kao osoba različita, glazbeni terapeut pristupa svakoj osobi individualno te upotrebljava različite skladbe u terapiji te tako promatra reakcije.

7. PRIMJENA GLAZBOTERAPIJE KOD DJECE S TEŠKOĆAMA U RAZVOJU

Još se od davnih vremena vjerovalo kako glazba ima utjecaj na čovjeka te ga tako može liječiti. U staroj Kini smatralo se da se uz glazbu mogu regulirati odnosi među ljudima te odnosi između ljudi i prirode. U staroj Grčkoj smatralo se da glazba ima važnu ulogu u odgoju te će mladi koji se bave glazbom postati kvalitetnije i uspješnije osobe. Srednjovjekovni glazbeni teoretičari smatrali su da će pjesme o junačkim djelima pomoći starijim ljudima, radnicima i pripadnicima niskih staleža da lakše podnesu svakodnevnu patnju. Vođeni tim vjerovanjima, ljudi su u novije doba provodili znanstvena istraživanja kako bi dokazaili tu hipotezu. Zaključak tih

istraživanja bio je da glazba doista potiče određene fiziološke promjene kod ljudi te može pomoći kod socijalnih, emocionalnih, fizioloških i kognitivnih problema. I djeci s teškoćama u razvoju se u današnje vrijeme želi pomoći glazboterapijom. U toj svrsi, glazba bi trebala djelovati opuštajuće te bi trebala poticati koordinaciju, motoričke sposobnosti, samopouzdanje i samopoštovanje, govor i komunikacijske vještine.

„Djecu s posebnim potrebama najčešće se uvodi u glazbene aktivnosti iz terapeutskih razloga, dakle smatra se da glazba može pomoći u svladavanju poteškoća koje se izražene kod pojedinog djeteta.“ (Svalina, 2010., str. 153, Zbornik radova znanstvenog skupa s međunarodnim djelovanjem). Neko određeno terapeutsko djelovanje glazba ima, ali koliko ona doista može pomoći djetetu u cilju poboljšanja fizičkog i psihičkog zdravlja teško je odrediti. Glazboterapija je u početku bila namijenjena samo odraslima, no kasnije se počela koristiti i u radu s djecom, a prvenstveno u radu s djecom s teškoćama u razvoju. Pri odabiru glazbe, glazboterapeuti odabiru najčešće neku od već postojećih svjetski poznatih i priznatih. Svrha glazboterapije nije naučiti djecu o glazbi, već ostvariti određenu komunikaciju kako bi se lakše otkrilo koje poteškoće dijete ima te na koji način bi mogli pomoći djetetu u jačanju njegovog fizičkog, mentalnog, socijalnog i emocionalnog zdravlja. Postoji mnogo poteškoća koje dijete može imati, ali u svim se slučajevima uz pomoć glazboterapije nastoji umanjiti te teškoće na način koji djetetu najbolje odgovara.

7.1. Način uključivanja djece s teškoćama u razvoju u glazbenu aktivnost

Tijekom provođenja glazboterapije dijete može slušati glazbu, reproducirati, stvarati ili improvizirati. Glazbena terapija obuhvaća glazbenu terapiju kod djece s teškoćama u razvoju, poticanje kreativnog izražavanja djece koja imaju problema s komunikacijom, poticanje na učenje, poticanje samostalnosti, poboljšavanje motoričke usklađenosti, pozitivan utjecaj na memorijske sposobnosti, razvijanje svijesti o sebi, drugima i životnom okruženju, produljenje koncentracije te utjecaj na glazbeni ukus pojedinca.

Ciljevi provođenja glazbene terapije u radu s djecom su razvoj svijesti o sebi i svom tijelu, razvoj neovisnosti, kreativnosti i imaginacije, razvoj emocionalnog izražavanja i prilagođavanja, razvoj usredotočenja pažnje, poticanje na interakciju s

vršnjacima i ostalima, poticanje komunikacijskih vještina te smanjenje ponašanja koje nije društveno prihvatljivo.

Tijekom provođenja glazbene terapije aktivnosti se mogu se grupno ili individualno. Grupna glazboterapija primjenjuje se kada se u aktivnost istodobno nastoji uključiti veći broj djece. Karakteristike grupne glazboterapije su:

- „U grupni je rad uključeno od četvero do osmero djece;
- Osim glazboterapeuta, uz djecu je obično još jedna osoba koja nije uvijek profesionalni glazboterapeut;
- Glazboterapeut najčešće svira na glasoviru ili na gitari;
- Djeca sviraju na instrumentima koje mogu držati u rukama, npr. Štapići, zvečke ili tamburini;
- Ako djeca sviraju na većim instrumentima (ksilofonima ili kongama), onda ne sviraju na njima svi istodobno nego se u tome izmjenjuju;
- Djeca često imaju svoje solo nastupe i tada slobodno improviziraju na glazebenom instrumentu;
- Svaka se glazboterapijska sesija obično sastoji od ovih triju dijelova: uvodne pozdravne pjesme, središnjih aktivnosti (pjevanje pjesama, sviranje na instrumentima, kretanje prema ritmu melodije) i završne pjesme za doviđenja (Goodbye song).“ (Svalina, 2010., str. 155, Zbornik radova znanstvenog skupa s međunarodnim djelovanjem).

S druge strane, individualni način rada organizira se onda kada jedno određeno dijete ne može funkcionirati u grupi pa ometa rad te grupe ili pokazuje agresivnost. Ono što se smatra prednost u individualnom načinu rada jest to što se mnogo više pažnje može posvetiti potrebama jednog djeteta. Kod ovog načina rada bitno je da je glazboterapeut fleksibilan te da nema strogo određene faze po kojima će provoditi aktivnost.

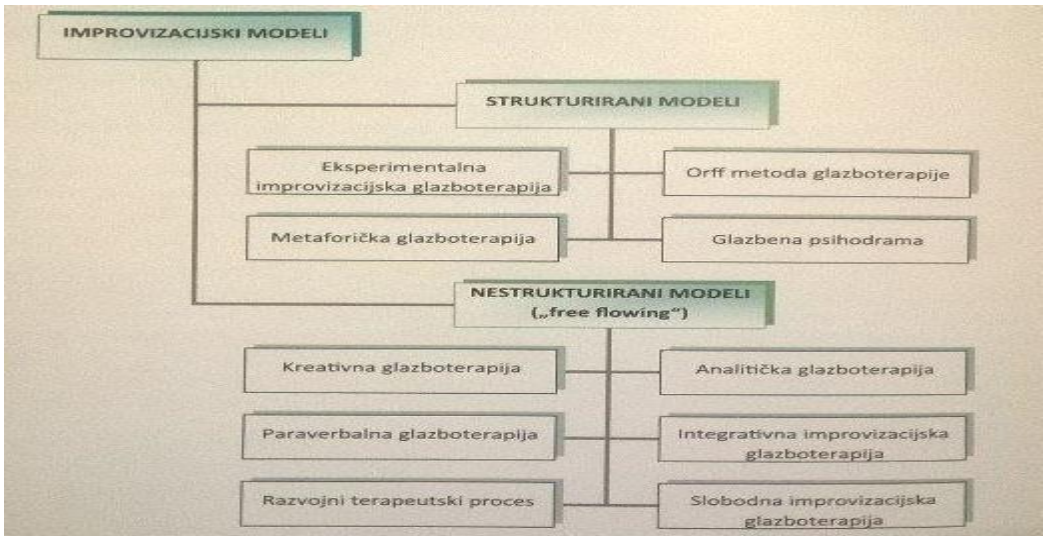
Osim individualnog i grupnog načina rada postoje i takozvane aktivne i receptivne metode u glazboterapiji. Kod receptivnih metoda djeca dolaze u susret s glazbom tako što glazbu slušaju, dok se s druge strane aktivne metode odnose na aktivno sudjelovanje djeteta u glazbenim aktivnostima uz pomoć glasa ili nekog instrumenta. „Receptivni pristup koristi se za opuštanje, u situacijama kad djeca imaju problema s izražavanjem emocija ili nakon bolnih operativnih zahvata. Nakon ili za vrijeme

slušanja glazbe djeca imaju mogućnost na neki način reagirati na ono što su čuli.“ (Svalina, 2010., str. 155, Zbornik radova znanstvenog skupa s međunarodnim djelovanjem). Glazba koju djeca odaberu za slušanje može biti sa snimke ili može biti izvođena uživo. Djeca se uz glazbu mogu opustiti, kretati se uz nju i izvoditi plesne pokrete. Osim toga, djeca prilikom slušanja glazbe mogu govoriti i prisjećati se nekog svojeg doživljaja ili može iznositi svoj doživljaj glazbe koju je odslušalo. Glazbu koje će dijete slušati bira glazboterapeut na način da djetetu pristupa individualno i da kreće od one glazbe koja je tom djetetu bliska bez obzira na vrstu glazbe.

„Kod aktivnog pristupa djeca sviraju, improviziraju, stvaraju nove pjesme, pjevaju. Taj je pristup dobar za djecu kod koje je verbalna komunikacija otežana, kao što je primjerice slučaj kod autistične djece ili kad se želi utjecati na razvoj koncentracije, socijalnih vještina, psihomotorike (djeca s cerebralnom paralizom), a primjenjiv je i u radu sa zdravom djecom.“ (Svalina, 2010. str. 156, Zbornik radova znanstvenog skupa s međunarodnim djelovanjem). Kod aktivnog pristupa prati se odnos između terapeuta i djeteta tijekom glazbenih aktivnosti te se tako aktivni pristup koristi za dijagnosticiranje stupnja emotivnih smetnji kod određenog djeteta. Možemo reći da aktivan pristup pomaže pri donošenju zaključka ima li dijete manje ili veće emotivne smetnje, odnosno je li dijete manje ili više autistično.

7.2. Improvizacijski modeli glazboterapije

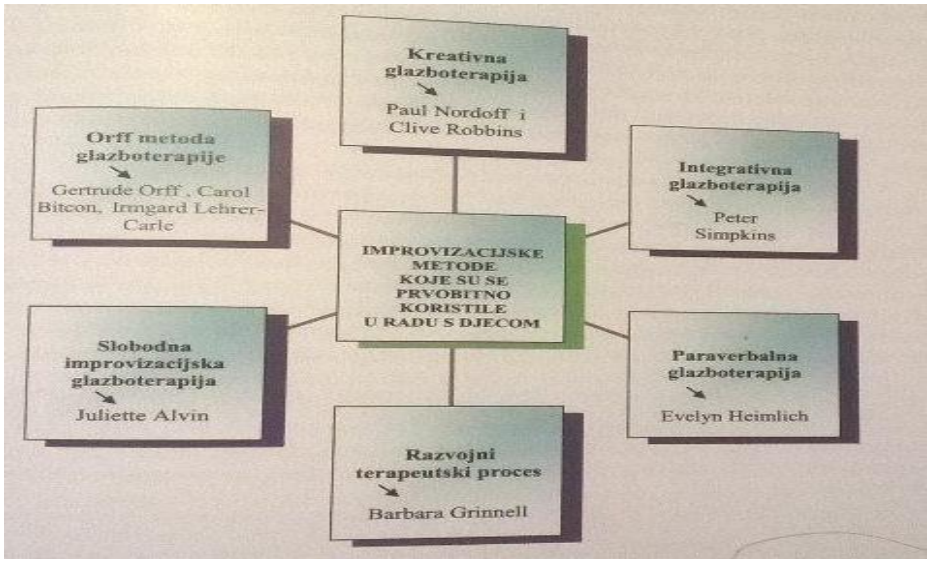
Improvizacijski modeli glazboterapije temelje se na aktivnom pristupu i glazbenoj improvizaciji. Kennet E. Bruscia je improvizacijski model glazboterapije uvrstio u dvije osnovne skupine kao što možemo vidjeti na slici 2.



Slika 2. Improvizacijski modeli prema Kennet E. Bruscia

Kao što možemo vidjeti, Bruscia je improvizacijske modele podijelio na strukturirane modele i na nestrukturirane modele („free flowing"). U strukturirane modele ubraja se eksperimentalna improvizacijska glazboterapija, metaforička glazboterapija, glazbena psihodrama i Orff metoda glazboterapije. Kod strukturiranih modela glazboterapeut određuje tijek budućeg susreta te određuje način i postupak na koji će provoditi glazbene aktivnosti. Sve vrste modela koje pripadaju strukturiranim modelima provode se u grupama.

U nestrukturirane modele ubraja se kreativna glazboterapija, analitička glazboterapija, paraverbalna glazboterapija, integrativna improvizacijska glazboterapija, razvojni terapeutski proces te slobodna improvizacijska glazboterapija. U ovoj skupini metode nisu strogo strukturirane te je malo toga unaprijed određeno, a provode se najčešće individualno. Najpoznatija metoda u ovoj skupini jest kreativna ili Nordoff – Robbins metoda glazboterapije.



Slika 3. Improvizacijske metode koje su se prvobitno koristile u radu s djecom i njihovi utemeljitelji

Neke od metoda koje možemo vidjeti na slici bile su osmišljene za rad s djecom, dok su kreativna ili Nordoff – Robbins metoda, integrativna i Orff metoda glazboterapije bile osmišljene konkrento za svu djecu s teškoćama u razvoju. S druge strane slobodna improvizacijska glazboterapija koristila se u radu s djecom koja su imala autizam, a paraverbalnu glazboterapiju i razvojni terapeutski proces glazboterapeuti si koristili s djecom koja su imala komunikacijskih problema ili neke emocionalne poremećaje.

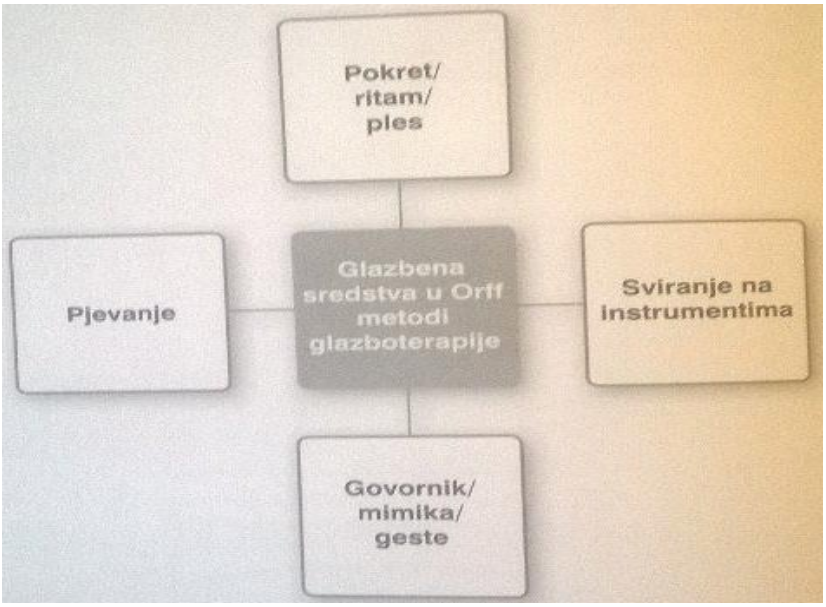
„Solomon (1986.) improvizaciju opisuje kao spontano otkriće glazbe tijekom izvođenja bez unaprijed stvorene forme ili konteksta. Grupna glazbena improvizacija omogućava raznolikost ciljeva kao što su ohrabrivanje kreativnog samoizražavanja, smanjenje stresa, ublažavanje duhovne rastrojenosti. Improvizacija osigurava izražavanje emocija bez riječi i daje pojedincu značajnost i intimno iskustvo samospoznaje.“ (Škrbina, 2013., str. 155). Postoje mnoga istraživanja koja su dokazala kako aktivno improviziranje glazbom ima pozitivne učinke na pojedinca te može umanjiti tjeskobu, depresiju i usamljenost, dok s druge strane može pozitivno djelovati na ljudske misli i osjećaje. Aktivno improviziranje glazbom također proširuje mentalne sposobnosti te oslobađaju pojedinca od svakodnevnog stresa pridonoseći tako da se osoba psihički i emocionalno bolje osjeća. Također, kod aktivnog improviziranja glazbom, povećava se slušna osjetljivost te je ona pomoćno sredstvo kod govornih poteškoća.

U idućim poglavljima kratko ću opisati najprije strukturirane, a zatim i nestrukturirane modele.

7.3. Orff metoda

„U Orff glazboterapiju uključuju se djeca s različitim razvojnim poteškoćama. To mogu biti djeca s mentalnom retardacijom, oštećenim vidom ili sluhom, s poteškoćama u govoru, autistična djeca, a mogu se uključiti čak i djeca s cerebralnom paralizom. Posebnu skupinu predstavljaju djeca do godine starosti kod koje je primijećeno postojanje određenih razvojnih poremećaja. U aktivnosti koje se provode s malom djecom često se uključuju i njihovi roditelji kako bi se postigla što bolja interakcija.“ (Svalina, 2010., str. 159 prema Voigt, 2003, 6, Zbornik radova znanstvenog skupa s međunarodnim djelovanjem).

Ova metoda glazboterapije nastala je na inicijativu njemačkog skladatelja Carla Orffa. Njegova koncepcija polazila je mišljenja da se dječje glazbene aktivnosti nebi trebale prvoditi u atmosferi koja je natjecateljska, već bi djeca trebala sudjelovati u glazbenim aktivnostima radi svojeg zadovljstva prilikom izvođenja. Orffova metoda glazboterapije značajna je po tome što se prilikom korištenja ove metode glazboterapije koriste vještine i sposobnosti djece bez obzira imaju li djeca poteškoće u razvoju ili ne. Ono što je specifično za ovu metodu glazboterapije jest interaktivno i multisenzorno djelovanje što možemo i vidjeti na slici 4. Multisenzorno djelovanje je rezultat korištenja u različitim kombinacijama svih sredstava, pa se tako na primjer pokret često kombinira s nekim drugim glazbenim sredstvom.



Slika 4. Glazbena sredstva korištena u Orff – glazboterapiji

„Glazbeni instrumenti koji se koriste u Orff – glazboterpaiji nazivaju se Orffov instrumentarij. Primjenom Orffovih instrumenata ciljano se pospješuju opuštanje i koncentracija, razvoj osjetilne percepcije (taktilne, optičke, akustičke, prostorne) te koordinacija. Djecu koja nisu raspoložena ili nisu u stanju svirati na nekom instrumentu aktivira se tako da im se ponude različiti instrumenti te im se omogućuje slobodno manipuliranje, odnosno igra instrumentima, što također predstavlja način aktivnog sudjelovanja.“ (Škrbina, 2013., prema Voigt 1999., str. 158).Tijekom izvođenja glazbe djeca mogu izvoditi pratnju na udaraljkama ili na melodijskim instrumentima poput metalofoni, ksilofoni ili blok – flaute. Ti su instrumenti poznati pod nazivom Orffov instrumentarij. Ukoliko djeca nisu raspoložena ili nisu u stanju svirati na nekom od instrumenata, može ih se poticati tako da se samo igraju s instrumentima. Tijekom provođenja Orff metode glazboterapije najčešće se koristi grupni oblik rada, dok se individualni koristi samo u slučajevima kada je dijete agresivno ili mu ne odgovara rad u grupi.

Cilj koji se kroz Orff glazboterapiju nastoji postići jest specifični i ovisi o potrebama djeteta i njegovim obilježjima. Specifični se ciljevi mogu odrediti nakon što se utvrdi s kakvim se poteškoćama nosi određeno dijete. Osim specifičnog cilja, valja spomenuti i opći cilj Orff glazboterapije, a to je razvoj dječje razigranosti, spontanosti te kreativnosti.

Svaki početak Orff glazboterapije započinje uvodnim predstavljanjem i pozdravljanjem. Cilj toga jest potaknuti djecu na međusobnu interakciju. Nakon što glazboterapeut osjeti da su djeca spremna za sudjelovanje u aktivnosti nudi im glazbenu ideju na temelju koje se tada provodi glazbena improvizacija. „Nakon sudjelovanja u improvizaciji, s djecom se razgovara o postignutim unapređenjima ili se ponavljanjem već provođenih aktivnosti pokušava još više razviti sama vještina pjevanja, sviranja i improviziranja. Za kraj susreta terapeut predstavlaj još jednu završnu ili oproštajnu aktivnost u koju se opet i djeca aktivno uključuju.“ (Svalina, 2010., str. 159 prema Bruscia, 1988, Zbornik radova znanstvenog skupa s međunarodnim djelovanjem).

7.4. Glazbena psihodrama

„Glazbena psihodrama je pristup koji je razvio Moreno, a koji koristi glazbene improvizacije kao sredstvo za olakšavanje grupnog zagrijavanja i povećanje osobnog angažiranja u psihodrami.“ (Škrbina, 2013., str. 159). Možemo reći da je glazbena psihodrama integracija glazbene improvizacije i ostalih tehnika glazboterapije s tradicijskom psihodramom. Ciljevi glazbene psihodrame su pružanje mogućnosti da se pojedinac osposobi i razvije spontanost i kreativnost koje su često oslabljene kod pojedinaca koji pate od emocionalnih problema. Postoje određene tehnike koje se koriste tijekom ove metode glazboterapije. U sljedećem poglavlju opisat ću tehnike glazbene psihodrame po Morenu.

7.4.1. Glazbena zamjena uloga

Ova tehnika jest temeljna tehnika u psihodrami jer u njoj protagonist uzima ulogu druge osobe, dok druga osoba preuzima ulogu protagonista. Naime, protagonist jest osoba koja na sceni igra neki problem ili situaciju iz života isprobavajući mogućnosti za koje u stvarnom životu ili nema ili nije imao mogućnosti. Ova razmjena uloga je korisna iz razloga što obje strane mogu vidjeti kako ih onaj drugi doživljava. Glazbena zamjena uloga postaje prikladna kada interakcija protagonist – pomagač postaje previše rječita te se odmakne od uključenih osjećaja. Ukoliko dođe do toga, slijedi postupak u kojem se traži od obiju strana da svaki izabere glazbeni instrument kojim će se izraziti. Tada se nastavlja dijalog kroz glazbenu ekspresiju.

7.4.2. Glazbeni dijalog

Kada u nekoj situaciji dijalog između protagonista i pomagača postane površan, voditelj može tražiti od protagonista da izabere instrument kojim će se moći izraziti te će iz toga nastati jednosmjerna glazbena ekspresija ili dvosmjeran glazbeni dijalog. Glazbena ekspresija ohrabrit će protagonista da izrazi svoje osjećaje da opušteniji način, dok je glazbeni dijalog koristan za protagoniste koji su privremeno nekompetentni verbalizirati situaciju.

7.4.3. Glazba i podjela selfa

Glazba može biti najbolje sredstvo za dramatizaciju unutražnjih polariteta, dinamičnosti razdjeljenih selfa. Iako je donošenje odluka svakodnevica svakog pojedinca, često pojedinci ostanu zaglavljeni u konfliktnim situacijama te dulje vrijeme ne mogu donijeti odluku. U takvim situacijama glazbena psihodrama ohrabruje protagonista da se približi konačnom donošenju odluke.

7.4.4. Glazbeno izražavanje

Prilikom izražavanja protagonist može biti potaknut da uvidi neke obrasce ponašanja. Ukoliko je protagonist bio neuspješan u suočavanju s drugim sudionicima u seansi, pomagač može izabrati glazbeni instrument te tako bez riječi improvizirati glazbeni iskaz koji reflektira bojažljivost protagonista. Ono što je vrlo pozitivno u glazbenom izražavanju jest to da ono bez riječi oslikava esencijalno ponašanje protagonista. Cilj glazbenog izražavanja jest pokušati glazbeno izraziti ponašanje djeteta na način da privučemo njegovu pažnju te otvorimo nove mogućnosti za utemeljenje djetetove samosvjesnoti i komunikacije.

7.4.5. Glazbeno oblikovanje

Tijekom glazbenog oblikovanja pomagači idu iznad ponašanja protagonista na način da kroz demonstraciju predlažu nove načine interakcija i ponašanja. Ova vrsta glazboterapije omogućava pomagačima prikaz novih ponašanja te pristupa kroz improvizacijski iskaz. Uz to, glazbeno oblikovanje eliminira bilo kakav pritisak da protagonista da sluša verbaliziranje problema koji mogu biti osjetljivi za njega.

7.4.6. Glazbene tehnike prodiranja i izbijanja

Glazbene tehnike prodiranja i izbijanja su snažni pristupi koji mogu biti efektivni u pravim trenucima za vrijeme terapije. Tehnika prodiranja funkcionira na način da uključi situacije u kojima se protagonist osjeća isključenim iz one grupe kojoj želi pripadati, dok je tehnika izbijanja funkcionira suprotno od tehnike prodiranja.

7.4.7. Glazbena prazna stolica i monodrama

Tehnika prazna stolica koristi se u situaciji kada je protagonist u interakciji sa zamišljenim pomagačem iz razloga što nema pomagača koji se osjećaju spremno za zamjenu uloga. Protagonist tada može komunicirati izravno sa pomagačem na praznoj stolici. S druge strane, monodrama je tehnika koja se koristi kada protagonist mora sudjelovati u osjetljivom odnosu, na primjer s osobom koja je preminula.

7.4.8. Glazbena podjela

Jedan od najvažnijih dijelova bilo koje terapije jest grupna podjela na završetku psihoramskog iskaza. Prilikom grupne podjele svaki član grupe sudjeluje na način na koji su sposobni poistovjetiti se s doživljajem protagonista. U ovom periodu sudjelovanja, članovi se ni u kojem slučaju ne savjetuju ili kritiziraju. Alternativa tehnici verbalne podjele jest glazbena podjela. Prilikom glazbene podjele, članovi grupe koji se osjećaju poistovjećeno s protagonistom svoje doživljaje mogu iskaziti na način da improviziraju finalni glazbeni iskaz.

7.5. Eksperimentalna improvizacijska glazboterapija

„Eksperimentalna improvizacijska glazboterapija je model grupne terapije koji uključuje glazbu i ples. Model je izvorno razvijen kao metoda poučavanja plesne improvizacije za osobe s teškoćama, a kasnije je prilagođen kao glazboterapijska metoda za širu primjenu.“ (Škrbina, 2013. prema Bruscia, 1987., str. 162). Ova vrsta glazboterapije može se koristiti u radu s odraslima, djecom s teškoćama u razvoju ili bez njih i u terapijske ili obrazovne svrhe. Ciljevi eksperimentalne improvizacijske glazboterapije su poticanje samoizražavanja i kreativnosti, razvoj grupnih vještina te poboljšanje fizičkih, socijalnih, emocionalnih te kognitivnih sposobnosti.

Svaka seansa započinje na način da terapeut daje fokusnu točku grupi na osnovu koje će se razviti prva tema improvizacije. Nakon što je zadana fokusna točka, grupa eksperimentira tako da pronalazi razne mogućnosti na zadanu temu. Kada improvizacija počne, grupa obično otkriva koja je jačina i dinamika glazbe. Nakon što eksperiment završi, može se započeti grupna rasprava o tome što su članovi grupe iskusili tijekom završene improvizacije. Također, može se analizirati sličnost odnosno različitost pristupu glazbi svakog pojedinca.

7.6. Metaforička glazboterapija

„Katsh i Merle – Fishman (1984.) razvili su svoj model glazboterapije koji su nazvali metaforička glazboterapija; primjenjiva je u radu s odraslim osobama u zajednici. Model kombinira glazbu i psihoterapiju te je izvorno zamišljen kao oblik individualne terapije. Ciljevi ove vrste glazboterapije uključuju svjesnost, kontakt, spontanost i intimnost u odnosu sebe s drugima.“ (Škrbina, 2013., str. 163).

Terapijska seansa metaforičke glazboterapije podijeljena je u pet sekcija. U prvoj sekciji koja se naziva zagrijavanje, pacijent i terapeut razvijaju svoj odnos na način da raspravljaju o ciljevima terapije. Cilj prve sekcije jest pomoći pacijentu da identificira svoj problem pomoću metoda vođene fantazije, opuštenog slušanja te slobodne improvizacije. Nakon što je problem identificiran, terapeut i pacijent istražuju kroz glazbeni eksperiment. U tim eksperimentima pacijent prikazuje problem kroz metaforičku glazbenu improvizaciju. Kada je eksperiment završen, slijedi rasprava o pacijentovim doživljajima tijekom rada. Cilj ove rasprave jest da pacijent učvrsti razumijevanje problema koje je stekao kroz eksperiment. Nakon što je eksperiment završen, terapeut završava seksciju putem grupne rasprave ili improvizacije.

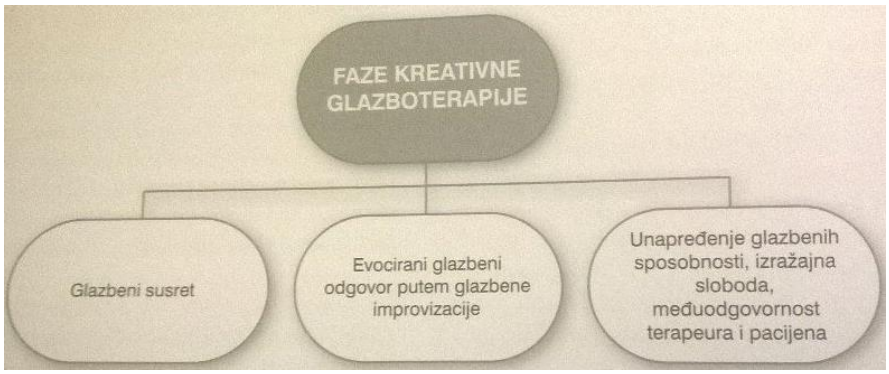
7.7. Kreativna glazboterapija

Kreativna glazboterapija još poznata i pod imenom Nordoff – Robbins metoda, pripada nestrukturiranom modelu, a razvila se 50 – ih i 60 – ih godina prošloga stoljeća na temelju timskog rada Paula Nordoffa koji je bio američki skladatelj i pianist te Clivea Robbinsa koji je bio učitelj djeci s teškoćama u razvoju. Njihov pristup je vezan uz humanističku psihologiju unatoč tome što nije nastao direktno pod njenim utjecajem. „Clive Robbins bio je vrlo kritičan prema bihevioristićkim teorijama koje su 60 – ih i 70 – ih godina prevladavale u glazboterapiji i pedagoškim istraživanjima te je zaključio da humanistička psihologija najviše odgovara tom novom pristupu.“ (Svalina, 2010., str. 160 prema Howat, 2006., 5, Zbornik radova znanstvenog skupa s međunarodnim djelovanjem). Jedan od predstavnika humanističke psihologije bio je Abraham Maslow čija nam je teorija o ljudskim potrebama vrlo poznata. Prema njegovoj teoriji, postoje dvije skupine potreba, a to su fiziološke potrebe, potreba za

sigurnošću, potreba za pripadanjem i ljubavlju te potreba za samopoštovanjem i druga skupina potreba koja se sastoji od metapotrebe odnosno potrebe za samoaktualizacijom. Upravo su Maslowljevu teoriju o potrebama vrlo korisnom smatrali Nordoff i Robbins. Također, autori ove vrste glazboterapije su svoju metodu bazirali i na waldorfskoj pedagogiji koja se temeljni na antropozofskom duhovnom pogledu na svijet, odnosno promatra čovjeka kao biće tijela koje se neprestano razvija.

Iako je kreativna glazboterapija isprva bila kreirana za djecu s teškoćama u razvoju, kasnije je ipak modificirana te se može koristiti i u radu s odraslim osobama. Kreativna glazboterapija može se provoditi individualno ili grupno. Grupni je rad značajan u procesu socijalizacije pa se stoga u tom načinu rada djecu potiče da zajedno pjevaju pjesme, sviraju na udaraljkama ili drugim instrumentima. Osim toga, potiče se djecu da sudjeluju u stvaranju ili improviziranju glazbe, izvode pokrete uz glazbu ili sudjeluju u glazbenim dramama.

Iako je grupni rad bitan u kreativnoj glazboterapiji, veći je naglasak ipak na individualnom pristupu rada. Individualan pristup doprinosi tome da glazboterapeut može više računa voditi o konkretnim potrebama pojedinog djeteta. Ova vrsta terapije dijeli se na tri faze što možemo uočiti na slici 5. Faze u ovoj vrsti terapije odvijaju se spontano na način da prate pacijentove reakcije. Upravo je iz tog razloga terapija u cijelosti nekada posvećena prvoj fazi, dok nekada pacijente prolaze kroz sve faze i to po nekoliko puta.



Slika 5. Faze kreativne glazboterapije (Bruscia, 1988.)

U prvoj fazi dolazi do glazbenog susreta s djetetom. Glazboterapeut promatra djetetovu reakciju na glazbu te kroz nju nastoji uspostaviti kontakt s djetetom te izgraditi povjerljiv odnos. Prva faza je preduvjet za provođenje bilo koje tehnike ili postupka. U drugoj je fazi zadatak glazboterapeuta da potiče djecu da se uključe u

glazbenu improvizaciju različitim tehnikama. „Glavne tehnike su: prezentacija ili demonstracija instrumenata, improvizacija glazbom koja potiče ili poziva na vokalni ili instrumentalni odgoovr, pomoć pacijentu da izrazi ili oblikuje svoje glazbene ideje ili impulse.“ (Škrbina, 2013., str. 165). Možemo reći da je cilj ove faze pomoći djetetu u razvijanju glazbenog vokabulara uz koji će se moći lakše izražavati. Treća, posljednja faza obuhvaća djetetov razvoj glazbenih sposobnosti i slobode u izražavanju te unapređenje dijaloga s glazboterapeutom. Upravo se glazbenom improvizacijom gradi odnos između djeteta i glazboterapeuta pa se stoga ona i najviše primijenjuje u ovom pristupu. „Razvijanje glazbenih vještina i psosobnosti može uključiti uspostavljanje osnovnih udaraca, formiranje obrazaca ritma ili melodijskih ritmova. Sloboda izražavanja razvijena je iskorištavanjem glazbenih opcija i izbora svojstvenih svakoj glazbenoj vještini.“ (Škrbina, 2013., prema Bruscia, 1988., str. 165). Postupak koji se primijenjuje tijekom svake sesije jest bilježenje audio ili videozapisom kako bi se kasnije sesija mogla detaljno analizirati.

„Kroz kreativnu glazboterapiju nastoji se razviti komunikacija, samoizražavanje, humani odnosi, izgrađivati snažnije osobnosti, poboljšati osobna sloboda i kreativnost te ukloniti patološke obrasce ponašanja.“ (Svalina, 2010., str. 160 prema Bruscia, 1988, Zbornik radova znanstvenog skupa s međunarodnim djelovanjem).

7.8. Analitička glazboterapija

Ovu vrstu glazboterapije razvila je Priestley koja je ovaj pristup osmislila kao analitičko – simboličku primjenu glazbe improvizirane od strane terapeuta i pojedinca. U ovoj terapiji, glazba se koristi kao alat kojim se istražuje unutarnji život pojedinca te se tako osigurava veća procjena i samospoznaja kao i uvid u osobni rast i razvoj. Analitička glazboterapija također je osmišljena pod utjecajem Freuda i Kleina. Odnos između terapeuta i pojedinca je sastavni dio procesa. Glazba u ovoj terapiji služi kako bi pojedincu olakašala istraživanje temeljnih odnosa, situacija i životnih obrazaca. Analitičkom glazboterapijom nastoji se identificirati temeljne teškoće koje ima pojedinac te se tada putem glazbe osmišljaju seanse kako bi se ojačao njegov ego, razvoj identiteta te poboljšala interakcija sa okolinom.

„Cilj je uspostaviti sklad uma, tijela i duha, kao i poticati kreativnost pojedinca. Prilikom svakog glazbenog susreta terapeut zajedno s pojeidncem identificira specifičan problem, te se definiraju teme i ciljevi terapije. U sklopu ove metode može se koristiti improviziranje glazbe, slušanje glazbe ili raspravljanje o glazbi.“ (Škrbina, 2013., str. 165).

Analitička seansa odvija se kroz četiri faze, a to su identifikacija problema, definiranje improvizacijskih ciljeva, naziv glazbene improvizacije i diskusiju o improvizacijskom iskustvu tijekom terapije. Da bi mogao identificirati problem i potrebe pojedinca, terapeut treba započeti verbalnu diskusiju s njim kroz glazbenu improvizaciju. Autorica ove terapije je razvila posebne tehnike koje služe za pristup nesvjesnom materijalu, istraživanje svjesnih problema te jačanje ega. Ovisno o namjeni improvizacije, terapeut može sjediti iza pojedinčevih leđa ili improvizirati uz njega. Tijekom improvizacije, terapeut treba održavati glazbeni kontakt s pojedinčevim osjećajima te vlastitim reakcijama na njih. Izvedena improvizacija se često snima kako bi se kasnije mogla napraviti analiza tijeka terapije. Posljednja faza je opis improvizacije u kojoj terapeut započinje diskusiju na način da od grupe traži verbalizaciju svojih reakcija na improvizacijsko iskustvo.

7.9. Paraverbalna glazboterapija

Paraverbalnu terapiju osmislila je Heimlich, a ono što je karakteristično za tu metodu jest uporaba verbalnih i neverbalnih komunikacijskih kanala pri čemu se mogu koristiti različiti ekspresivni mediji poput glazbe, pokreta, psihodrame, pantomime i slično. „Glavna svrha ove metode je zadovoljiti ekspresivne, komunikacijske i terapijske potrebe pacijenata. Ovaj terapijski pristup koristi se s pojedincima koji ne reagiraju na verbalne terapijske metode, a kod kojih su prisutni emocionalni ili komunikacijski problemi.“ (Škrbina, 2013., str. 166). Ova metoda se također može upotrebljavati u odnosu dijete – majka. Paraverbalna glazboterapija se sastoji od četiri postupaka, a to su promatranje, upravljanje aktivnošću, promjene i susret. Tijekom promatranja terapeut promatra osobne odgovore pojedinca na podražaj pa se stoga pojedinac promatra prije, tijekom te nakon intervencije. Terapeut tijekom ove terapije nastoji uključiit pojedinca u neki oblik paraverbalnog izraza ili komunikacije koji će mu donijeti zadovoljstvo te tako ispuniti emocionalne ili komunikacijske potrebe.

7.10. Integrativna improvizacijska glazboterapija

Integraivan pristup baziran je na kognitivno – bihevioralnim tehnikama koje uključuju tehnike disanja, vježbe opuštanja, meditaciju i slično, a razvio ga je se Simpkins kroz svoj dugogodišnji rad s djecom s različitim dijagnozama. Integrativna improvizacijska glazboterapija potiče sudionike da istražuju svoj odnos prema glazbi kroz improvizaciju. „Svrha ove vrste glazboterapije je integriranje različitih aspekata pacijenata uključujući: razna osjetila, tijelo sa psihom, ego, id i superego, nesvjesno sa svjesnim, neverbalno iskustvo s verbalnim, odnos sebe s drugima iz okoline.“ (Škrbina, 2013., str. 167). Ovaj pristup se može koristiti individualno i grupno, iako se individualan način predlaže u situacijama kada je kod pojedinaca izražena agresija ili intovertiranost. Tijekom ovog pristupa, pojedincu se nudi izbor instrumenata kao i poticaj za vokalizaciju, pjevanje ili verbalizaciju. Kao cilj integrativne improvizacijske glazboterapije navela bih usmjeravanje pažnje, aktivno sudjelovanje, direktan rad te integracija svega navedenog. U integrativnoj improvizacijskoj glazboterapiji bitno je omogućavanje spontanosti kod pojedinca bez terapeutovog nametanja i upravo to se smatra osnovnim obilježjem ove terapije.

7.11. Razvojni terapijski odnos

Razvojni terapijski odnos kontruirala je Grinnell te ova vrsta pristupa kombinira glazbenu terapiju, terapiju igrom i verbalnu psihoterapiju prema razvojnim fazama. Ova vrsta terapije primjenjuje se na djecu koja imaju emocionalne ili psihičke poremećaje. Glavni cilj ovog pristupa odnosi se na razvijanje interpersonalnih odnosa putem verbalnih i neverbalnih načina, ali pod uvjetom da budu u skladu s emocionalnim konfliktima pojedinca kao i s njegovim simptomima i razvojnom preprekama. Razvojni terapijski odnos se u većini slučajeva primjenjuje individualno. Terapeut za vrijeme provođenja terapije improvizira na klaviru dok dijete sluša ili svira bubanj ili neku drugu vrstu udaraljki. Postoje tri razvojne faze tijekom provođenja ove terapije. Prva faza je ona u kojoj terapeut pokušava uspostaviti odnos s djetetom putem glazbene improvizacije. Terapija započinje na način da terapeut improvizira na klaviru te ta improvizacija neverbalno reflektira na djetetovo raspoloženje. Nakon što terapeut

uspostaviti kontakt s djetetom, nastavlja dalje komunicirati s njim putem improvizacijske pjesme kako bi potaknuo dijete na glazbeni odgovor. Drugu fazu karakterizira pomaganje terapeuta djetetu da pronađe način na koji će moći simbolički izraziti svoje osjećaje. Dijete svoje osjećaje može izraziti kroz kombinirano korištenje improvizacijske pjesme, projektivnim glazbenim pričama ili igrom s lutkom. Posljednja, treća faza je ona u kojoj terapeut pokušava izgraditi odnos s djetetom koji će mu omogućiti verbalno izražavanje svojih unutarnjih konflikata i problema koji su se mogli pojaviti tijekom prethodnih faza. Terapeut može pokušati izgraditi odnos s djetetom putem crtanja, aktivnosti s lutkama, dramskih aktivnosti i slično.

7.12. Slobodna improvizacijska glazboterapija

Slobodna improvizacija koristi se kao dio pristupa terapije glazbom korištenjem različitih glazbenih aktivnosti. Terapeut tijekom slobodne improvizacijske glazboterapije ne nameće pravila, strukture ili teme što djetetu omogućuje da na opušten i sebi svojstven način uptrebljava instrumente kojima će proizvoditi određene zvukove. Upravo zato kažemo da su improvizacije slobodne. „Glavni ciljevi ovog pristupa su samooslobađanje, uspostavljanje različitih vrsta odnosa s okolinom, razvojni rast, odnosno podupiranje razvoja fizičkih, intelektualnih i socijalno – emocionalnih sposobnosti. Model se može koristiti individualno u formi obiteljske grupe ili grupno, što ovisi o specifičnim razvojnim potrebama svakog pojedinca.“ (Škrbina, 2013., str. 168).

Slobodna improvizacijska glazboterapija provodi se u skladu s tri razvojna stupnja, a to su: djetetov odnos prema objektima, djetetov odnos prema terapeutu i djetetov odnos prema drugima. Terapeut odabire najprikladniju terapiju u skladu s djetotovim potrebama i reakcijama, a može odabrati tehniku koja je aktivna, odnosno kada dijete samo proizvodi glazbu ili tehniku koja je receptivna, odnosno kada dijete sluša glazbu. Prilikom prve faze, koriste se aktivne tehnike kako bi pomogle djetetu da odabere način na koji će koristiti instrument, a sve s ciljem senzomotorne svjesnosti, percepcije i integracije, dok receptivne tehnike služe samo kako bi se dijete lakše uvelo u odnos s terapeutom i glazbom. Tijekom druge faze, aktivne tehnike se koriste kako bi dijete moglo projicirati svoje osjećaje na instrument te razvio dodatni stupanj povjerenja u terapeuta, dok s druge strane receptivne tehnike služe za osvještavanje

djetetovih glazbenih problema i osjećaja. Za vrijeme provođenja treće faze, dijete može iz individualne terapije prijeći u obiteljsku ili grupnu terapiju. Glazbene aktivnosti koje su se razvile u prethodnim fazama mogu poslužiti kao model za razvijanje i poboljšanje odnosa s drugima iz svoje okoline.

8. ZAKLJUČAK

Kao zaključak mog završnog rada navela bih kako smatram da glazba zaista djeluje odgojno na cjelokupini razvoj, uravnoteženost te osobnost djeteta. Glazba kao i ples obogaćuju djetetov emocionalni život, potiču njegovu maštu, osjetila, govor, pamćenje, razvijaju osjećaj samopouzdanja, stvaraju smisao za estetiku pokreta te komunikaciju putem plesnog pokreta. Jednostavno rečeno, glazba i ples utječu na oblikovanje djetetove osobnosti te je upravo zbog toga izuzetno bitno poticati djecu i sa teškoćama u razvoju i bez na aktivnu suradnju u stvaralačkom procesu pomoću glazbe, glazbenih aktivnosti i plesa.

Smatram da bi odgajatelji u vrtićkim grupama trebali pjevati i puštati klasičnu glazbu što je više moguće kako bi se djeca od najranije dobi upoznala s njom. Osim toga, odgajatelji trebali djeci omogućiti svakodnevno korištenje instrumenata jer smatram da će djeca pozitivno reagirati na glazbu koju će sama izvoditi te će se u takvom okruženju osjećati opuštenije te će se to pozitivno odraziti na njihov cjelokupan rast i razvoj.

LITERATURA

Knjiga:

1. Campbell, Don (1997). Mozart efekt: Primjena moći glazbe na iscjeljenje tijela, jačanje uma i oslobođenje kreativnog duha. Dvostruka duga
2. Svalina, Vesna (2010). Međunarodna kolonija mladnih Ernestinovo: 2003 – 2008.: Zbornik radova znanstvenog skupa s međunarodnim sudjelovanjem. Hrvatska akademija znanosti i umjetnosti
3. Škrbina, Dijana (2013). Art terapija i kreativnost: multidimenzionalni pristup u odgoju, obrazovanju, dijagnostici i terapiji
4. Šmit, Blanka (2001). Glazbom do govora. Naklada Haid
5. Tankersley, Dawn, Handžar, Gena – Sanja, Vonta, Tatjana, Brajković, Sanja (2011). Teorija u praksi: Priručnik za profesionalni razvoj učitelja. Centar za obrazovne inicijateive Step By Step

Rad u časopisu:

1. Milinović, Maja (2015). Glazbene igre s pjevanjem. Artos: Časopis za znanost, umjetnost i kulturu. Broj 3

Članak:

1. Degmenčić, Dunja, Požgain, Ivan, Filaković, Pavo (2005). Music as therapy. International review of the aesthetics and sociology of music, Vol. 36 No. 2
2. Divljaković, Kristina, Lang Morović, Maja, Kraljević, Marija, Matijević, Valentina, Maček Trifunović, Zvjezdana (2014). Terapija glazbom i ritmičke slušne stimulacije u radu s hospitaliziranom djecom. Physical and Rehabilitation Medicine, Vol. 26 No. 1-2
3. Marić, Mirna, Nurkić Danijela (2014). Uloga odgajatelja u poticanju dječje ekspresivnosti pokreta. Child, kindergarten, family, Vol. 20 No. 75
4. Srakić, Marin (2007). Glazba kao odgojni faktor. Annals of the Institute for Scientific and Art Research Work in Osijek, No. 22
5. Šumanović, Mara, Filipović, Vera, Sentkiralji, Gordana (2005). Plesne strukture djece mlađe školske dobi. Life and school : journal for the theory and practice of education = Leben und schule, Vol. LI No. 14

Mrežna stranica:

1. http://www.maminosunce.hr/djeca-s-poteskocama-u-razvoju/ (preuzeto: 3. 8. 2016.)
2. http://www.klinfo.hr/djeca-2/skolarci/utjecaj-glazbe-na-razvoj-emocije-i-socijalne-vjestine-kod-djece/ (preuzeto: 3. 8. 2016.)
3. https://prezi.com/fbeqemnbmejb/primjena-glazboterapije-u-radu-s-predskolskom-djecom/ (preuzeto: 3. 8. 2016.)