

Muzikoterapija u ranoj životnoj dobi

Horvat, Hana

Undergraduate thesis / Završni rad

2021

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://um.nsk.hr/um:nbn:hr:147:944190>

Rights / Prava: [In copyright](#)/[Zaštićeno autorskim pravom](#).

Download date / Datum preuzimanja: **2023-11-30**

Repository / Repozitorij:

[University of Zagreb Faculty of Teacher Education - Digital repository](#)



SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
UČITELJSKI FAKULTET
ODSJEK ZA ODGOJITELJSKI STUDIJ

Hana Horvat

MUZIKOTERAPIJA U RANOJ ŽIVOTNOJ DOBI

Završni rad

Čakovec, srpnja 2021.

SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
UČITELJSKI FAKULTET
ODSJEK ZA ODGOJITELJSKI STUDIJ

Hana Horvat

MUZIKOTERAPIJA U RANOJ ŽIVOTNOJ DOBI

Završni rad

Mentor rada: Branimir Magdalenić, viši predavač

Čakovec, srpnja 2021.

SADRŽAJ

UVOD	1
1. Počeci glazbe	2
2. Povezanost glazbe i govora	4
2.1 Melodija	4
2.2 Intenzitet	4
2.3 Ritam	4
3. Utjecaj glazbe na ljudski organizam	6
3. Upoznavanje djece s glazbom	8
3.1 Utjecaj glazbe na djecu	8
3.2 Negativan utjecaj glazbe	9
3.3 Carl Orff	10
4. Muzikoterapija	11
4.1 Oblici glazbenih terapija	11
4.1.1 Vibroakustična terapija	11
4.1.2 Kineska glazbena terapija	12
4.1.3. Silvija Nakkach	12
4.1.4 Terapija bubnjevima	13
4.1.5. Intoniranje	13
4.1.6 Euritmija	13
5. Mozart efekt	15
5.1 Mozart i poboljšanje kognitivnih sposobnosti	16
6. Glazba kao pomoć djeci	17
6.1 Zlostavljanje	17
6.2 Opekline	17
6.3 Rak u djece	17
6.4 Psihosocijalni razvoj	18
7. Glazba i djeca s posebnim potrebama	19
7.1 Poremećaj ponašanja (ADHD)	19
7.2 Djeca s motoričkim poremećajima	20
7.2.1 Cerebralna paraliza	20
7.2.2 Mišićna distrofija	21
7.3 Poremećaj govora	21

<i>7.4 Djeca s oštećenjem sluha</i>	21
<i>7.5 Autizam</i>	22
ZAKLJUČAK	23
LITERATURA	24

SAŽETAK

Kroz prošlost, pa sve do sadašnjosti i vjerojatno budućnosti, glazba je i bit će neizostavni dio ljudskog života. Ona neizravno utječe na ljudski organizam u raznim područjima, npr. psihološkom, kognitivnom, fizičkom, socijalnom. Stoga, nije ni čudo što je glazba dobila svoje mjesto u liječenju, poticanju razvoja sposobnosti, prevenciji nekih bolesti i slično. Njen utjecaj mogao bi se protumačiti kao „čaroban“, a primjena svestrana. Terapija glazbom, kod djece s posebnim potrebama, ima posebnu vrijednost. Ne samo što povoljno utječe na poboljšanje njihovih razvojnih oštećenja, nego i pomaže djeci da uživaju u životu. Osigurava im osjećaj prihvaćenosti i ravnopravnosti, što je velika posebnost korištenja glazbe u terapijske svrhe.

Ovaj rad pisan je s ciljem da se istraži kakav utjecaj ima glazba kao oblik terapije u ranoj životnoj dobi. Nadalje, željelo se proširiti znanje o utjecaju glazbe na organizam djece te načine primjene njenih prednosti kod djece. U prvom dijelu opisuje se važnost glazbe, njen utjecaj na organizam te utjecaj glazbe na djecu. Drugim dijelom rada objašnjava se pojam muzikoterapije te njena primjena u praksi u radu s djecom. Navedene su neke terapije te način kako muzikoterapija koristi kod djece s posebnim potrebama.

Ključne riječi: muzikoterapija, glazba, djeca

SUMMARY

Through the past, all the way to the present, and probably the future, music is and will be an indispensable part of human life. It indirectly affects the human body in various areas, for example, psychological, cognitive, physical, social. Therefore, it is no wonder that music has gained its place in healing, encouraging the development of abilities, prevention of some diseases, and similar. Its influence could be interpreted as „magical“, and its application versatile. Music therapy, in children with special needs, has a special value. Not only does it have a beneficial effect on improving their development impairment, but it also helps children enjoy life. It provides them with a sense of acceptance and equality, which is a great specialty of using music for therapeutic purposes. This paper is written to exploring the impact of music as a form of therapy at an early age. Furthermore, the aim was to expand knowledge about the impact of music on the body of children and ways to apply its benefits to children. The first part describes the importance of music, its impact on the body, and the impact of music on children. The second part of the paper explains the concept of music therapy and its application in practice in working with children. Some therapies and the way music therapy is used in children with special needs are listed.

Key words: music therapy, music, children

UVOD

Od samih početaka ljudske civilizacije, postoje dokazi kako je glazba imala vrlo značajnu ulogu i bila važan dio ljudskog života. Vrlo često se spominje u mitovima i legendama, a pronalasci prvih instrumenata potvrđuju njezinu važnost već od davnih vremena. Glazba je u čovjekovu životu prisutna od rođenja pa sve do njegove smrti i iako se često koristi u svrhu emocionalnog zadovoljstva, njezin utjecaj na organizam još je veći. Od motorike, tjelesne sposobnosti, govora, komunikacije i socijalizacije koje možemo svrstati u vanjske utjecaje pa do onih unutarnjih učinaka na dišni sustav, rad srca, mozga i brojnih unutarnjih organa.

Već kod novorođenčadi može se primijetiti kako razlikuju zvuk svoje majke od ostalih ljudi. Razvoj u ranoj životnoj dobi brz je i dinamičan te se dijete razvija u svim područjima, a glazba može odigrati vrlo važnu ulogu i biti vrlo prikladan oblik poticanja. Na primjer, pjevanjem dijete može ubrzati razvoj govora te utjecati na razvoj dišnog sustava dok se koncentracija i općenito proces spoznajnog razvoja mogu poboljšati sviranjem dječjih glazbenih instrumenata kao što je Orffov instrumentarij.

Proširivanjem spoznaje o utjecaju glazbe na ljudski organizam razvila se terapija glazbom. Muzikoterapija se koristi u više područja (emocionalno, duhovno, fizičko) kod liječenja ljudi bez obzira na njihove glazbene vještine. Postoji mnogo terapija, a u radu će se neke od njih opisati. Primjena muzikoterapije vrlo je korisna kod djece. Velika popularnost stekla je zbog mišljenja kako glazba može poboljšati darovitost djece, no njezin utjecaj mnogo je veći kod djece s posebnim potrebama.

1. Počeci glazbe

“Glazba je jedna od najstarijih civilizacijskih umjetničkih formi i temeljna forma ekspresije ljudske kulture” (Dobrota, 2012; str. 155). Postoje nagađanja kako je u počecima ljudskog roda glazba bila vrlo važna sastavnica ljudskog života. Tome u prilog piše Campbell (2005) u svojoj knjizi “*Mozart efekt*” o *Legendi o urskoj pjesmi*:

Zapadnjački mitovi i legende govore da je univerzalna abeceda postojala čak i prije Babilonske kule te da se sastojala od zvukova i ritmova. Pretpostavlja se da su tu ursku pjesmu činili nizovi od dva ili tri tona koje su svi na Zemlji razumjeli. (Campbell, 2005; Str. 132).

Dokazi o zainteresiranosti čovjeka bavljenjem glazbom mogu se pronaći i u arheološkim nalazima“. Najstarije glazbalo, svirala od kosti stara 43 do 82 tisuće godina, iskopano je sredinom devedesetih godina dvadesetog stoljeća u Sloveniji” (Campbell, 2005, Str. 132). Arheolog Ivan Turk, pronašao je instrument izrađen od bedrene kosti špiljskog medvjeda (Slika 1.). Četiri rupe na instrumentu odgovaraju tonovima dijatonske ljestvice.

U Grčkoj mitologiji glazba se tumači kao plod božanske ljubavi Zeusa, vrhovnog boga i Mnemozine, božice pamćenja. Njihova djeca, devet muza, upravljaju pjesmom, poezijom i ostalim umjetnostima i znanostima (Campbell, 2005).

Kao što se može zaključiti, glazba je oduvijek bila dio čovjekova života. „Dokazi navode na zaključak da su ples, glasanje i pjesma prethodili govoru, što znači da je glazba izvorni jezik čovječanstva” (Campbell, 2005; Str. 132). Taj evolucijski dokaz može se lako uočiti kod novorođenčadi. Dolaskom na svijet, najprije će ispuštati razne zvukove, a tek kasnije razviti govor. U komunikaciji dojenčadi s odraslom osobom također možemo uvidjeti važnost glazbe. Dojenče percipira govor, ali ono za njega nema značenje. Istraživanje je pokazalo kako dojenče ne raspoznaje semantički sadržaj već pomno prati intonacijske obrasce (Campbell, 2005; prema Trehub, 2001).



Slika 1. Instrument nađen u Sloveniji

2. Povezanost glazbe i govora

Ljudski govor i vokalna glazba vrlo su bliske kategorije stoga ih je vrlo teško razlikovati (Dobrota, 2012). Prema Šmit (2001), osnovno obilježje čovjeka je govor. Time se čovjek bitno razlikuje od ostalih živih bića. Proučavajući dojenčad, uviđa se kako ona imaju urođene predispozicije za percipiranje glazbe, bez obzira je li riječ o glazbi ili govoru (Dobrota, 2012). “Vrednote govornog jezika su: intonacija, ritam, intenzitet, napetost, pauza, tempo, gesta i realni kontekst, značajke su globalne lingvističke ekspresije” (Šmit, 2001; str.12), a one se ujedno preklapaju s glazbenim sastavnicama.

2.1 Melodija

“Osnove glazbe čini ritmizirana melodija, tj. slijed tonova različite visine i trajanja” (Šmit, 2001, str. 20). Melodiju čine intervali - visinska razlika dva tona (Šmit, 2001). Ono što se u glazbi naziva melodijom u govoru je definirano kao intonacija. Intonacija u govoru označava određenu visinu na kojoj se izgovara svaki glas (Šmit, 2001) dok u melodiji označava visinu na kojoj se pjeva neki slog, riječ ili vokal. Različiti visinski razmaci među tonovima utječu na osjećaje. Tako, na primjer, manji visinski razmaci (sekunda, terca) stvaraju dojam smirenosti, nježnosti. Veći intervali (kvinta, kvarta) donose napetost, ali kvartom se često izražava radosti i smijeh. Zato nije neobično, što upravo dječje vesele pjesmice, započinju tim „veselim“ intervalom (Šmit, 2001).

2.2 Intenzitet

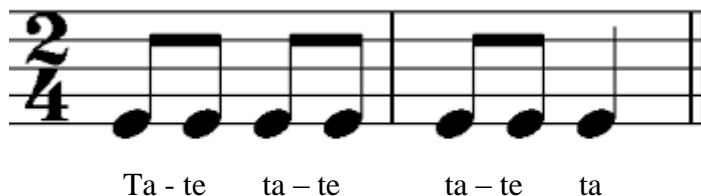
Intonacija je usko vezana uz intenzitet te se ta dva elementa osjećaju u cjelini i ne odvajaju se međusobno. Gledajući iz perspektive glazbe, naziv za intenzitet je dinamika (Šmit, 2001). Ona se definira kao glasnoća tonova, odnosno stupnjevanje jakosti tonova. Dva osnova stupnja su: glasno forte (f) te tiho piano (p). Između ta dva stupnja odvija se postupno ili naglo prelaženje s jednog stupnja jačine u drugi (Šmit, 2001).

2.3 Ritam

Glazbeni ritam je pravilna izmjena zvukova (Šmit, 2001). Djeca već od rođenja doživljavaju ritam kroz: uspavanke, igre prstima, prvim koracima, prvim riječima, uključivanjem u ritam života te stvaranje osobne ritmičke ekspresije (Šmit, 2001). Glazbeni ritam se temelji na periodičnom načelu (izmjena teške i lake dobe), za razliku od govornog, koji je nešto drugačiji oblik ritma, koji se temelji se na neperiodičkom ritmičkom načelu. Kod

govornog ritma postoji hijerarhija ritmičkih elemenata. Najjače hijerarhijski organizirani ritmički element je naglasak koji je ujedno univerzalno obilježje svakog govora (Šmit, 2001).

Analizirajući dječje stvaralaštvo, glazbeni pedagozi i psiholozi utvrdili su koliko su dječje ritmičke strukture gotovo biološki određene. U dječjem stvaralaštvu pojavljuju se binarni ritmovi s dva ili četiri elementa i oni nisu samo čista slučajnost. Naime, kod djece pravilno disanje nije razvijeno već je prisutan “kratki dah” koji je uvjetovao stvaranje binarnih struktura (Slika 2.). Stručnjaci ih nazivaju “arhiritmovi” jer slove kao praiskonski izričaj na cijelom planetu (npr. ta-te ta-te, ta-te ta). Ista osnova služi za stvaranje rečenica (Šmit, 2001).



Slika 2. Primjer binarne strukture

3. Utjecaj glazbe na ljudski organizam

Glazba, kao apstraktan poticaj, može izazvati osjećaj euforije i žudnje, slično opipljivim nagradama. Zadirući sve dublje u čari glazbe, javljaju se sumnje da glazba nije samo ono što se na prvi pogled čini. Naime, slušajući glazbu ne utječe se samo na raspoloženje, već i na cijeli organizam (Crnković, 2020). Naravno, ne možemo odvojiti osjećaje od glazbe jer i oni imaju važnu ulogu kod utjecaja glazbe na čovjeka.

Mozak analitički obrađuje zvučni podražaj te pruža razumijevanje i kontrolu nad osjećajima (Crnković, 2020). Glazba se općenito doživljava u predfrontalnom (frontalan-čeonu) i temporalnom (sljepoočnom) korteksu ljudskog mozga (Campbell, 2005). Slušajući glazbu nerijetko se izaziva osjećaj zadovoljstva čiji uzrok može biti povišena razina endorfina. Neka istraživanja potvrđuju kako endorfin može ublažiti bol i izazvati "pripadnu opijenost" te omogućuje stvaranje vlastite anestezije i pojačava imunološku funkciju (Campbell, 2005).

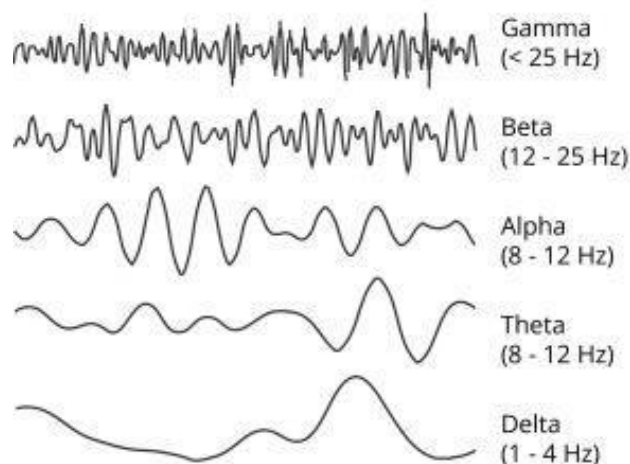
Često se može čuti tvrdnja da je glazba lijek. Iako čest izraz, ne bi bilo loše zapitati se odakle se pojavila takva tvrdnja. Odgovor se krije u slušnom živcu koji je kroz moždano deblo povezan sa svim mišićima tijela. Time zvuk izravno utječe na mišićni tonus, ravnotežu i gipkost (Campbell, 2005). Nadalje, Campbell (2005) opisuje kako je unutarnje uho povezano putem živaca *vagus* s grlom, srcem, plućima, želucem, jetrom, mjehurom, bubrezima te s debelim i tankim crijevom. Imajući uvid u takvu sliku povezanosti uha s gotovo cijelim organizmom može se zaključiti kako glazba ima puno veći utjecaj od samog osjećaja zadovoljstva. "Time se dokazuje kako auditivne vibracije iz bubnjića zajedno s parasimpatičkim živcima reguliraju, kontroliraju i „oblikuju“ sve najvažnije organe u tijelu" (Campbell, 2005; str. 60). Zanimljivo je i da je najbolji instrument za iscjeljivanje upravo ljudski glas. I najmanji ispušteni zvuk masira mišićna tkiva trupa te izaziva unutarnje vibriranje koje se proteže cijelim tijelom (Campbell, 2005).

Ljudsko srce je osobito osjetljivo na glazbu. Ono reagira na frekvenciju glazbe, tempo i glasnoću te se u pravilu ubrzava ili usporava u skladu s ritmom zvuka (Campbell, 2005). Kako ritam utječe na srce, paralelno utječe i na disanje, što sve zajedno utječe na ublažavanje tjelesne napetosti i stres te smiruje um (Campbell, 2005). Istraživanja iz područja imunologije navode na zaključak da je moguće kako nedovoljna količina kisika u krvi uzrokuje slabljenje imuniteta (Campbell, 2005). Pomoć u tome, Campbell (2005) vidi u određenim vrstama

glazbe, pjevanju, intoniranju te drugim oblicima vokalizacija pomoću kojih se dovodi više kisika u stanice.

Dokazano je kako se na moždane valove može utjecati pomoću glazbe. Moždani valovi koji se usredotočuju na svakodnevne aktivnosti, ali i doživljavanje snažnih negativnih emocija su *beta valovi* koji vibriraju u rasponu od 14 do 20 herca. *Alfa valovi* koji vibriraju u rasponu od 8 do 13 herca odgovaraju na povišeno stanje svijesti te smirenost. Za trenutke vrhunske kreativnosti, meditacije i spavanja karakteristični su *theta valovi* u rasponu od 4 do 7 herca. Duboki san, duboka meditacija i nesvjesno stanje stvaraju *delta valovi* od 0.5 do 3 herca. Zaključno, što su moždani valovi sporiji, to dovodi do veće razine opuštenosti, zadovoljstva, mira. (Slika 3.). Na primjer, Mozart ili barokna glazba mogu pomoći mentalno se sabrati u emocionalnim trenucima ili rastresenom stanju. S druge strane, kada je potrebna improvizacija, poželjno je slušati nešto romantično, *jazz* ili *new age* glazbu pomoću kojih se svijest s lijeve polutke preusmjerava u desnu te pomaže kod opuštanju (Campbell, 2005).

Aktivno slušanje glazbe može doprinijeti pozitivnim promjenama u raspoloženju, poboljšanju cirkulacije, usporavanju ili pozitivnom reguliranju dišnog sustava te time i pojačavanjem imunološkog sustava. Također, može poboljšati memoriju i koncentraciju, pomoći kod stvaranja samopouzdanja i razvijanja socijalnih vještina u smislu da glazba pomaže kreirati raspoloženje prikladno za povezivanje s ljudima. Pomaže kod regulacije moždanih valova, resetiranju i regulaciji neurološkog sustava, povisuje razinu empatije, motivira i opušta te povisuje razine dopamina, prolaktina i serotonina (Campbell, 2005).



Slika 3. Moždani valovi

3. Upoznavanje djece s glazbom

Djeca već od rođenja reagiraju na zvuk što je uvjetovano razvijenim slušnim sustavom (Campbell, 2005). “S tri mjeseca novorođenče može locirati zvuk, dok sa šest mjeseci započinje motorička reakcija na glazbu, što znači da dijete može imitirati zvukove i kretati se u tonskom prostoru” (Campbell, 2005; str. 46). U jednom istraživanju, gdje je promatrano 32 djece u dobi od 4 mjeseca izloženo kratkim europskim, narodnim pjesmama, uočeno je kako su djeca različito reagirala na konsonante i disonantne inačice istih melodija. Slušajući skladne melodije, djeca su se manje migoljila i bila su tiša. Tijekom slušanja disonantnih inačica mnoga djeca su počinjala plakati ili se okretala od zvučnika (Campbell, 2005).

Campbell (2005) spominje i vrlo zanimljivo izvješće Erin Hannon i Sandre Trehub. Naime, šestomjesečne bebe mogu prepoznati sve ritmičke varijacije, no s vremenom, točnije s dvanaest mjeseci, njihov se opseg smanjuje, ali i izoštrava. Još jedan dokaz kako djeca imaju jako dobar sluh navodi Sacks (2012): „Mlado uho može čuti deset oktava zvuka, pokrivajući raspon od približno trideset do dvanaest tisuća vibracija po sekundi“ (Sacks, 2012; str. 129).

3.1 Utjecaj glazbe na djecu

Pokazalo se kako glazba utječe na cjelokupan razvoj djeteta: tjelesno, intelektualno i emocionalno (Manasteriotti, 1981). Osim fizičkog i psihičkog razvoja, Komensky, Rousseau, Pestalozzi, Frobel, Krupska, pedagozi su koju su smatrali glazbu značajnim sredstvom odgoja i to stoga što glazba može odgojno djelovati na čovjeka na svim stupnjevima njegova razvoja (Manasteriotti, 1981).

Kako zapravo glazba može pomoći djetetu u fizičkom razvoju? Postoje razne igre uz glazbu koje razvijaju osnovne pokrete, hodanje i trčanje. Pritom se jača njihova muskulatura, pridonosi pravilnom držanju tijela, a sami pokreti postaju pravilniji i skladniji (Manasteriotti, 1981). Na primjer, igre s pjevanjem u krugu, koje su ujedno i najbrojnije. Poznatiji primjer pjesmice “*Mi smo djeca vesela*“ gdje se djeca drže u krugu i plešu uz pjevanje, a glavnu radnju izvodi izabrano dijete u sredini. Još jedan dobar primjer gdje djeca razvijaju tjelesne sposobnosti je igra “*Boc, boc iglicama*“ u kojoj dijete u sredini, kada utihne pjesma, treba uhvatiti neko drugo dijete koje će preuzeti njegovu ulogu (Manasteriotti, 1978).

Intelektualne sposobnosti djece mogu se razvijati pomoću glazbe kroz usvajanje različitih pjesama. U želji da shvate što im glazba “priča”, djeci je potrebna koncentracija, pažljivo slušanje, a time se razvija njihova pažnja i pamćenje. U glazbenim igrama mogu

preuzimati razne uloge, pa prikazuju likove iz životinjskog svijeta i okoline (Manasteriotti, 1981).

Kao što je navedeno u prvom poglavlju (Počeci glazbe), pjevanje, a time i ritam, prethodili su govoru. Oni su čovjeku emocionalno bliži od samog govora. Stoga je veliki doprinos glazbe u razvoju govora kod djece. Pjevanjem, djeca aktiviraju govor, ubrzavaju razvoj svog glasa te obogaćuju svoj rječnik riječima koje još ne upotrebljavaju u govoru (Manasteriotti, 1981). Ritam, također ima važnu ulogu u razvoju govora. Razvijajući osjećaj za ritam doprinosi se razvijanju samokontrole i obuzdavanju motoričnosti, a ta mogućnost samokontrole kod djece je vrlo važna. Često može pomoći kod ublaživanja ili čak otklanjanja govornih smetnji (Blanka Šmit, 2001). Neki nedostaci u govoru koji se mogu ispraviti pjevanjem su, npr. nejasan i nepravilan izgovor glasova te zamjenjivanje jednog glasa drugim (Manasteriotti, 1981). Neizostavno je spomenuti i razvoj pluća te prsnog koša prilikom pjevanja djece, što pridonosi pravilnijem disanju. Tijekom pjevanja disanje postaje dublje i ravnomjernije što pridonosi razvoju jasnog i pravilnog govora kod djece (Manasteriotti, 1981).

3.2 Negativan utjecaj glazbe

Iako se spominju mnogi pozitivni učinci glazbe te se može učiniti da ona donosi samo dobro, potrebno je obratiti pozornost i na negativne utjecaje glazbe. U današnje vrijeme glazba nas neprekidno okružuje bilo iz televizije, radio prijarnika ili nekih drugih uređaja. Takva vrsta glazbe, u većini slučajeva, nije pogodna za djetetov razvoj. Štoviše, pretjerana glasnoća, previše zvukova i prenaglašenih ritmova, mogu štetiti razvoju djeteta (Manasteriotti, 1981). Dječji sluh otupljuje i zaostaje u razvoju što može dovesti i do oštećenja na živčanom sustavu (Manasteriotti, 1981). Umjesto da glazba smiruje dijete ili ga potiče na aktivnost, u njemu se može pobuditi nemir i razdražljivost. Jedno od rješenja kako bi roditelji izbjegli negativni utjecaj glazbe predlaže Manasteriotti (1981), a to je da djeca kod kuće slušaju pjesme pisane za djecu, a ne za odrasle.

3.3 Carl Orff

Govoreći o glazbi u ranoj dobi, potrebno je spomenuti Carla Orffa, njemačkog skladatelja, koji je osmislio instrumente za uvođenje djece u svijet glazbe. „Njegov pristup, poznat kao Orff Schulwerk metoda, sjedinjavao je ritmičan govor nalik *rapu*, geste, pokrete te pjevačke improvizacije i sviranje jedinstvenih udaraljki“ (Campbell, 2005; str. 181). Njegova metoda provodi se tako da se djeca kreću, plješću i/ili sviraju instrumente, pritom izgovarajući dječje pjesmice ili priče. „Način proizvodnje zvuka na pojedinom instrumentu pogoduje razvoju motorike i koordinacije ruke, podlaktice, zapešća, šake i prstiju“ (Blanka Šmit, 2001; str. 56). Razvojem motorike ruke, ujedno se priprema djecu i za početno pisanje (Blanka Šmit, 2001). Instrumenti koji se koriste zovu se „Orffov instrumentarij“ (Slika 4.) i dijele se na udaraljke s neodređenom visinom tona (zvečke, drveni štapići, bubnjevi, tamburin i sl.) te na instrumente s određenom visinom tona (ksilofon, metalofon, zvončići i sl.).



Slika 4. Orffov instrumentarij

4. Muzikoterapija

Nerijetko se kroz prošlost glazba koristila kao sredstvo iscjeljenja duha i tijela. Zato nije ni čudno što i dan danas, velika većina ljudi poseže za glazbom u trenutku kada osjećaju, npr. ljutnju, neraspoloženje, veselje. Ustvari, time oni intuitivno znaju da ih glazba može učiniti opuštenijima i neobjašnjivo sretnijima ili nešto suprotnom (Crnković, 2020). Većina ljudi nije svjesna potpunog utjecaja koji glazba ostavlja na njihov organizam. Kod većine ljudi glazba predstavlja užitak slušanja, no osim toga, ona ima moć da nas stimulira, a katkada može biti i invazivna. Utvrđeno je da glazba djeluje mentalno i tjelesno. (Campbell, 2005).

Što je zapravo muzikoterapija? Raščlani li se riječ muzikoterapija na dvije riječi dobiva se pola odgovora. “Muzika“ označava prisutnost glazbe, a “terapija“ označava neku vrstu pomoći osobi na kojoj se primjenjuje. „Općenita definicija pojma i značenja muzikoterapije u praksi bila bi da je muzikoterapija (glazbena terapija, glazboterapija ili meloterapija) način liječenja glazbom kod kojeg se glazbeno zvukovlje koristi kako bi se postiglo bolje fizičko, duhovno, društveno ili emocionalno stanje čovjeka, bez ciljanog razvijanja osobnih glazbenih vještina pjevanja ili sviranja” (Crnković, 2020; str. 11).

„Muzikoterapija svojim pristupom, bilo individualnim ili grupnim, pridonosi osjećaju zajedništva, prihvaćenosti u društvu i grupi, uvažavanju drugih osoba, potiče na stvaranje, kreativnost i izražavanje. Primjenjiva je kod gotovo svih tipova bolesnika i zajednica, neovisno o dobnoj skupini“ (Crnković, 2020; str. 11) Postoje razne podjele muzikoterapije. Jedna od njih je podjela na: aktivnu (pojedinaac aktivno sudjeluje pjevanjem, sviranjem i pokretom) i receptivnu (pasivno sudjelovanje pojedinca slušanjem) koje se primjenjuju individualno ili grupno (Crnković, 2020).

4.1 Oblici glazbenih terapija

Svaka kultura ima svoju glazbu, svoj način skladanja, svoje kriterije skladnog i uhu ugodnog. Pojavom muzikoterapije u raznim zemljama svijeta, kombiniraju se postojeće kulture s novim saznanjima te time nastaju različiti oblici glazbenih terapija.

4.1.1 Vibroakustična terapija

Osamdesetih godina dvadesetog stoljeća u Norveškoj, pedagog Olav Skille počeo je koristiti glazbu u terapiji djece s teškim tjelesnim i mentalnim invaliditetom (Campbell, 2005). Njegova ideja je bila “glazbena kupka”, okruženje u kojem su djeca uranjala u zvuk.

Njegov zaključak bio je da djeca, koja slušaju određena dijela *new age*, ambijentalne, klasične i popularne glazbe, mogu ublažiti napetost mišića te tako pomoći da se djeca opuste (Campbell, 2005). Drugi naziv za “glazbenu kupku” je vibroakustična terapija. Istraživači su ustanovili da vibroakustična terapija povećava raspon pokreta kralježnice, ruku, kukova i nogu. Ovaj oblik terapije dokazuje kako glazba može utjecati na mišiće i kosti (Campbell, 2005).

4.1.2 Kineska glazbena terapija

Kao što je već spomenuto na početku poglavlja, svaka zemlja ovisi o svojoj kulturi glazbe čime se mijenja i njihov način korištenja glazbene terapije. Tako se u medicini Dalekog istoka razvili sustavi iscjeljivanja pomoću pentatonske ljestvice (Campbell, 2005). Kao što joj i samo ime govori, pentatonska ljestvica sastoji se od pet tonova, točnije sadrži sve tonove prirodne ljestvice osim četvrtog i sedmog tona. Time ona glasi : C, D, E, G, A. Dakle, u zemljama Dalekog istoka, pentatonska ljestvica povezivala se s godišnjim dobima, tjelesnim organima i funkcijama, pa čak i s hranom i okusima (Campbell, 2005).

Kineski glazbeni terapeut, Wang Xu-Dong surađivao je sa šangajskim skladateljem Ping-Tao Tseng u istraživanju djelovanja ritma na ljudsku fiziologiju (Campbell, 2005). Oni vjeruju kako treba slijediti prirodu te dopustiti da zvuk iscijeli bolesti. Campbell (2005) navodi u svojoj knjizi mišljenje kolege dr. Mong Chin-Shana da: “glazba nudi veliko obećanje neinvazivnog liječenja te da je mnogo bolja od lijekova koje bi, prema njegovu mišljenju, valjalo koristiti samo kao posljednju mogućnost” (Campbell, 2005; str. 137). Također, Mong Chin-Shan smatra da je glazba iznenađujuće djelotvorna u liječenju neuroza i bolesti s emocionalnim uzrokom.

4.1.3. Silvija Nakkach

Silvija Nakkach je glazbenica koja se bavi zvukom u svijesti, pojačavanju osjetljivosti u tijelu i umu kako bi se potaknuo osobni rast i praksu potpunog ispunjenje (Vox Mundi Project, 1998-2016). Godine 1998. osnovala je “*Vox Mundi and the Mystery School of the Voice*” projekt očuvanja svetih glazbenih tradicija, kombinirajući obrazovanje, izvedbu i duhovnu službu s centrima diljem SAD-a, Brazila, Argentine, Indije i Japana. Kao međunarodno priznati stručnjak u međukulturalnog glazbeno-terapijskog treninga, Silvija je prva kročila u integraciju pjevanja i korištenja glasa sa somatskom i glazbenom

psihoterapijom, pridonoseći opsežnom nizu izvornih vokalnih tehnika koje su i postale početna točka orijentacije na polju iscjeljivanja glazbom (Vox Mundi Project, 1998-2016).

Primjer njezina utjecaja u Brazilu navodi Campbell (2005) u svojoj knjizi „*Mozart efekt*“. Jedan od njezinih učenika vodio je program molitve i autohtonog pjevanja za djecu koja su živjela na ulicama sirotinjskih četvrti Ria. Učinak njezinog projekta odrazio se na smanjivanje gladi te djece, kao i na rješavanje njihovog stambenog zbrinjavanja, odnosno udomljavanja te drugih poteškoća suvremenog urbanog života.

4.1.4 Terapija bubnjevima

Zanimljivo je kako od svih glazbala koje se koriste u svrhu iscjeljivanja, bubanj postiže neke od najjačih učinaka (Campbell, 2005). Jedna od njihovih posebnosti je i to što povezuje tradicionalno i suvremeno kao i pojedinca i zajednicu. „John K. Galm, profesor etnomuzikologije na Sveučilištu Colorada, u školama širom zemlje demonstrira kako tradicionalni *djembe* bubanj iz zapadne Afrike koristi za jačanje osjećaja zajedništva putem usklađivanja rada srca i disanja“ (Campbell, 2005; str. 144).

4.1.5. Intoniranje

Intoniranje je prastara metoda iscjeljivanja koja je nije isključivo vezana uz vjeru. Prema Campbell (2005; str. 97) „Intoniranje je ispuštanje produženih samoglasničkih zvukova, a služi uravnoteženju moždanih valova, poboljšava disanje, produbljuje dah, usporava rad srca i donosi osjećaj općeg zadovoljstva“ (Campbell, 2005; str. 97). Svi ju mogu koristiti, a postoje i mnogo primjera o njezinoj praktičnosti. Neki od primjera iz knjige Campbella (2005), „*Mozart efekt*“ su: intoniranje prije ispita koji izazivaju strah pomaže opuštanju, uklanjanje simptoma tinitusa ili migrenskih glavobolja, intoniranje može ublažiti psihološki stres, smanjiti napetosti, čak se pokazalo djelotvorno za ublažavanje nesаницe i drugih poremećaja spavanja.

4.1.6 Euritmija

Pokret i ples zajedno pojačavaju efekt iscjeljujućeg djelovanja glazbe. Rudolf Steiner, sudjelovao je u osmišljavanju oblika liječenja poznatog kao euritmija. „Euritmija je profinjen oblik obreda koji sjedinjuje pokret, glazbu i poetiku.“ (Campbell, 2005; str. 149). Polagani, skladni pokreti euritmije pridonose općem zdravlju, a primjenjuju se u liječenju astme, mucanja te bolesti dišnog sustava. Euritmija se izvodi uz klavirsku pratnju obučenog voditelja

koji vježbače uči kretati se u krugu i izvoditi pokrete koji simboliziraju glazbene intervale i boje tonova (Campbell, 2005).

5. Mozart efekt

Vjerojatno najpoznatiji oblik muzikoterapije je Mozart efekt. Veliku pozornost javnosti zadobio je početkom devedesetih godina dvadesetog stoljeća. Istraživanjem, provedeno u ono vrijeme na Sveučilištu u Kaliforniji, uočeno je određeno djelovanje Mozartove glazbe na studente i djecu u području učenja i pamćenja. “Dr. Frances H. Rauscher i njezini kolege proveli su istraživanje u sklopu kojega je trideset i šest studenata psihologije na testu prostorne inteligencije (dio Stanford-Binetovog testa inteligencije) postiglo osam do devet bodova više nakon desetominutnog slušanja Mozartove Sonate za dva klavira u D-duru (K. 488)” (Campbell, 2005; str. 24). “Jako je učinak trajao samo deset do petnaest minuta, Frances Rauscher i njezin tim zaključili su da je povezanost glazbe i prostornog rasuđivanja toliko jaka da čak i slušanje glazbe može činiti razliku“(Campbell, 2005; str. 24).

Sam naziv „Mozart efekt“, ne podrazumijeva djelovanje samo Mozartove glazbe. Mozartova glazba, kao i glazba njegovih suvremenika, pokazala je pozitivno djelovanje glazbe u području kreativnosti, učenja, pa čak i zdravlja. Zašto se ipak ističe baš Mozartova glazba? Odgovor je u ritmovima, melodijama i visokim frekvencijama pomoću kojih se stimuliraju i pobuđuju kreativna i motivacijska područja mozga. Još jedna bitna stavka je to što sve te sastavnice zvuče čisto i jednostavno (Campbell, 2005). Upravo tu jednostavnost Campbell (2005) smatra putem koji glazba prodire duboko u ljude i pomaže im spoznati i razviti sebe.

Glavni cilj Mozartovog efekta nije kakvim ga većina ljudi smatra. Cilj mu nije poboljšanje kognitivnih sposobnosti ili zdravlja, nego naučiti kako pravilno slušati. (Campbell, 2005). Kao što spominje autor knjige *Mozart efekt*, Campbell (2005), pravilno slušanje je i tajna izazivanja Mozart efekta. Na primjer, usporedimo li sposobnost slušanja gradskih ljudi i ljudi koji žive u prirodi (izolirani od gradske buke) vjerojatno će se uvidjeti razlika kako ljudi koji žive u prirodi zamjećuju više zvukova. Oni slušaju pravilnije, mogu čuti udaljeniji zvuk, odvojiti ga od ostalih i prepoznati. U gradskim sredinama nerijetko je prisutna stalna buka, šumovi, zvukovi koji su toliko napadni da ih ljudi s vremenom “izbrišu” iz njihova sluha. Hoće li gradski ljudi (ne nužno samo gradski ljudi već i oni koji ne posvećuju pažnju zvukovima okoline) zamijetiti dubinu glazbe koju nam ona sama šalje ili će možda to tek trebati naučiti? Odgovor je, štoviše, vrlo osoban, ali postavlja pitanje vrijedno promišljanja.

5.1 Mozart i poboljšanje kognitivnih sposobnosti

Pitanjem, mogu li se čak i kratkoj izloženosti klasičnoj glazbi stimulirati ili poboljšati matematičke, verbalne i vidno-prostorne sposobnosti kod djece, označilo je početak Mozart efekta. U želji ispitivanja te hipoteze, početkom 90-ih godina prošlog stoljeća, Frances Rauscher i njezini suradnici sa Sveučilišta u Kaliforniji u Irvinu, osmislili su niz ispitivanja kako bi utvrdili mogu li se izmijeniti nemuzikalne kognitivne sposobnosti slušanjem glazbe. Istraživanje ih je dovelo do spoznaje kako slušanje Mozarta, u usporedbi sa slušanjem glazbe „za opuštanje“ ili tišine, zaista može privremeno poboljšati apstraktno prostorno razmišljanje. Taj efekt nazvali su „Mozartov efekt“ te je pobudio znanstvenu kontroverzu, ali i novinarsku pozornost. Pretjerane tvrdnje nadišle su sve ono što su izvijestili prvim istraživanjem. Valjanost takvog Mozartovog efekta osporili su Schellenberg i drugi, ali ostala je nepobitna činjenica da rano učenje glazbe itekako ostavlja trag na mladom mozgu (Sacks, 2012). Fujioka i suradnici su koristeći magnetoencefalografiju za praćenje slušnih evociranih potencijala u mozgu, snimili iznenađujuće promjene u lijevoj polutki kod djece koja su vježbala sviranje violine samo godinu dana u usporedbi s onima koja uopće nisu svirala. Stoga, iako mala doza Mozarta neće od djeteta učiniti boljeg matematičara, gotovo nema sumnje kako stalna izloženost glazbi, a pogotovo aktivno participiranje u njoj, može stimulirati razvitak mnogih drugih područja u mozgu (Sacks, 2012).

6. Glazba kao pomoć djeci

Osim već spomenutih dobrobiti glazbe na organizam, u nastavku će se opisati neki problemi u kojima glazba može značajno utjecati na život djece.

6.1 Zlostavljanje

Dobro je poznato kako je zlostavljanje teška tema. Teško se o tome priča u odrasloj dobi, a posebno u djetinjstvu. Najvažniji put ka oslobođenju je progovoriti o tome, što je ujedno i najteži zadatak jer neprestano postoji straha žrtve prema zlostavljaču. Uloga glazbe u ovom problemu je pomoć osobi da se ohrabri, iskaže svoje osjećaje i probleme (Campbell, 2005). "U radu s djecom, koja imaju slabiju sposobnost samoizražavanja, terapeuti nastoje poboljšati njihovu sposobnost slušanja i procesuiranja verbalnih informacija te podići njihov prag reakcije na zvukove i vizualnu stimulaciju" (Campbell, 2005; str. 125). Time se želi na sve moguće načine pomoći žrtvi da prevlada svoje strahove.

6.2 Opekline

Zanimljivo je kako glazba može pridonijeti bržem oporavku raznim vrstama problema. U knjizi Mozart efekt, Campbell (2005) govori o iskustvu Christen-Berry s opeklinama kod djece u Dječjoj bolnici u Birminghamu. Pjesmice poput "The Eensy Weensy Spider" pomažu u bržem poboljšanju pokreta prstiju ili šake, hodanje i drugih oblika grube ili fine motorike. (Campbell, 2005). Npr, pjesma "If You're Happy and You Know It" pokazala im se osobito korisna s pacijentima jer omogućuje da uz riječi pjesme djeca pomiču prste ili stisnu šaku.

6.3 Rak u djece

Rak je bolest koja ne zaobilazi niti najmlađe. „U Irskom centru za rak pri Sveučilišnoj bolnici Clevelanda, glazbena terapeutkinja Deforia Lane je 1996. godine objavila podatke o poboljšanju imunološke funkcije u djece nakon samo pola sata glazbene terapije.” (Campbell, 2005; str. 234). Devetnaest je ispitanika nakon glazbene seanse pokazalo znatno povećanje količine salivarnog imunoglobulina A (IgA) dok je sedamnaest ispitanika iz kontrolne skupine zabilježilo slabo, neznatno smanjenje (Campbell, 2005).

6.4 Psihosocijalni razvoj

„Hendikepirana djeca često zaostaju za drugom djecom, povlače se i slabo razvijaju društvene vještine“ (Campbell, 2005; str. 261). Kako glazba može utjecati na socijalizaciju pokazalo je istraživanje dvanaestero hendikepirane djece u dobi od tri do pet godina. Djeca su sudjelovala u glazbenom programu u kojem je osim njih sudjelovalo i petnaest četverogodišnjaka iz vrtića, a sastajali su se osam mjeseci jednom tjedno. Društvene interakcije su s početnih 69 % do kraja istraživanja porasle na 93 % što je dovelo do zaključka kako igra uz glazbu potiče djecu da se opuste i otvore jedni prema drugima (Campbell, 2005).

7. Glazba i djeca s posebnim potrebama

Primjena glazbe u terapiji s djecom s posebnim potrebama sve je raširenija jer se događaju razni pozitivni pomaci. Djeca nauče kontrolirati svoje emocije, postaju koncentriranija, razvijaju svoju motoriku, razvijaju socijalne vještine i komunikaciju. U nastavku će se pobliže opisati neki razvojni poremećaji.

7.1 Poremećaj ponašanja (ADHD)

„Procjenjuje se da poremećaj pozornosti (AAD) i poremećaj pozornosti s hiperaktivnošću (ADHA) u SAD pogađa 10 do 15% mladih osoba muških spola, a karakterizira ih nemir, nesposobnost usredotočenja, nagle promjene raspoloženja i teškoće u odnosima s vršnjacima“ (Campbell, 2005; str. 224). Kao i drugdje u svijetu, AAD i ADHD pogađaju svake godine sve više djece. Djeca s dijagnozom ADHD-a su nemirna, impulzivna i imaju manjak pozornosti. Općenito imaju smetnje na području percepcije, pozornosti, motorike, kognitivnom funkcioniranju i socijalno-emotivnim odnosima (Sabo, 2019). Ona predstavljaju veliki problem svojoj okolini, tim više što okolina ne zna kako pristupiti tom problemu na najbolji način. Glazba bi u tome mogla pomoći. Kod ADHD-a važno je znati kako glazbeni elementi djeluju na živčani sustav. Poznato je da konsonantni akordi djeluju na nevoljni-vegetativni živčani sustav umirujuće, usporavaju puls i snižavaju krvni tlak, dok disonantni akordi djeluju obratno (Sabo, 2019; prema Breitenfeld i Majsec Vrbanić, 2010). Također, važno je znati da glazba koja je ritamski naglašena (poput koračnica ili melodija s brzim slijedom tonova) uzbuđuje vegetativni sustav, dok tiha i monotona uspavljuje i smiruje (Sabo, 2019). “U istraživanju provedenom na devetnaestero djece s ADD-om ili ADHD-om, stare između sedam i sedamnaest godina, istraživači su nekim ispitanicima tri puta tjedno u sklopu *neurofeedback* seansi puštali Mozartova djela, dok drugi ispitanici nisu slušali glazbu.“ (Campbell, 2005; str. 224). Neurofeedback je terapija kojom se prate električne aktivnosti mozga (EEG). Taj sistem bilježi način na koji moždani valovi funkcioniraju kod određene osobe. (Psihijatrijska bolnica Sveti Ivan Zagreb, 2021). Istraživanjem je ustanovljeno da su se theta moždani valovi djece koja su slušala Mozarta točno sveli na temeljni ritam glazbe. Osim tog, djeca su bila usredotočenija te se poboljšalo njihovo kontroliranje raspoloženja. Impulzivnost je oslabjela i pokazalo se poboljšanje u društvenim vještinama. Nadalje, kod 70% djece čije se stanje poboljšalo, poboljšanje se zadržali i narednih šest mjeseci nakon završetka istraživanja i to bez glazbene terapije (Campbell, 2005).

7.2 Djeca s motoričkim poremećajima

Oštećenja lokomotornog aparata ili središnjeg i perifernog živčanog sustava mogu biti uzrok motoričkih poremećaja, a iskazuje se u ispodprosječnom tjelesnom funkcioniranju. Kategoriju oštećenja lokomotornog aparata čine bolesti i povrede koje direktno zahvaćaju sastavne dijelove lokomotornog aparata (kosti, zglobovi, mišići), a u skupinu oštećenja središnjeg i perifernog živčanog sustava ulaze cerebralnu paralizu i progresivnu mišićnu distrofiju (Sabo, 2019.)

7.2.1 Cerebralna paraliza

“Cerebralna paraliza (Paralysis cerebralis infantium, lat.) stanje je (a ne bolest) nastalo uslijed oštećenja mozga.” (Knežić, 2015). Pripada grupi bolesti koje polagano napreduju, a pretežno zahvaćaju motoričke centre u mozgu. Nekoliko istraživanja pokazalo je kako glazba blagotvorno djeluje na oboljele od cerebralne paralize. “U istraživanju u kojemu je sudjelovalo dvadesetero djece usporenog razvoja, uključujući šesnaestero djece kojima je bila dijagnosticirana cerebralna paraliza, glazba namijenjena poboljšanju učenja povoljno je utjecala na govor i prehrambene navike” (Campbell, 2005, str 235). Osamnaestero djece, prosječne dobi od dvije godine, na početku programa nije ni hodalo ni govorilo zbog slabe motoričke koordinacije ili usporenog razvoja. Osim baroknih skladbi Vivaldija, Bacha i drugih skladatelja, djeca su slušala i suvremenu te popularnu glazbu s ujednačenima tempom do šezdeset otkucaja u minuti (slično radu srca). 75% djece na taj je program reagiralo pozitivno. Pozitivni učinak odrazio se u dužem razdoblju pozornosti, ublažavanju preosjetljivosti i povučivosti, boljom koordinacijom tijekom hranjenja, ujednačenom disanju i zadržavanju položaja (Campbell, 2005). U terapijama glazbom kod osoba s cerebralnom paralizom poželjno je upotrebljavati ritamska glazbala koja potiču rad mišića. Sabo (2019; prema Schneider, 1970) navodi kako je tjelesno poticajna glazba ona koja ima izražen i sinkopiran ritam, isprekidanu melodiju i brz ritam, te ona koja se izvodi na udaraljka ili limenim instrumentima. Nasuprot poticajnoj glazbi je umirujuća glazba s razvijenom melodijom, umjerenim tempom, mirnim modulacijama koja se najviše izvodi na gudačkim ili drvenim puhačkim glazbalima. Osobito povoljan učinak glazba ima i na moždana oštećenja. Glazbene funkcije raspoređene su po cijelom mozgu zbog čega se preporučuje glasnije slušanje glazbe, pjevnih melodija, umjerenog tempa (Sabo, 2019).

7.2.2 Mišićna distrofija

Mišićna distrofija je nasljedna, progresivna bolest poprečno-prugastih mišića, koja rezultira degeneracijom mišićnih stanica i dovodi do mišićne slabosti (Sabo, 2019). Kod ove bolesti osnovno je održavati mišićnu snagu na optimalnoj razini. Vrlo je važan učinak glazboterapije za djecu s mišićnom distrofijom jer glazba ima utjecaj na duševno stanje. Dijete uz pomoć glazbe nalazi sredstvo da se poveže s ljudima, sudjeluje u grupi, sviranjem i/ili pjevanjem. Povezivanjem djeteta s grupom pruža prilike za emocionalno izražavanje što je osobama koje su slabo pokretne ili nepokretne vrlo važno. Kod individualnih terapija glazbom, naglasak je na provođenju vježbi disanja, intoniranja i poticanje pokreta mišića ritmom. Intoniranjem se povećava vitalni kapacitet jer je potrebno intenzivnije disanje, a pjevanjem se mobilizira čitav organizam. Ritmički pokreti izvode se na donjim i gornjim ekstremitetima, u raznim položajima, s ciljem unapređivanja sposobnosti stajanja i hodanja. Sviranje različitih glazbenih instrumenata uvelike doprinosi jačanju i boljoj pokretljivosti zglobova. Osim jačanju mišića, puhačkim instrumentima, kao što su frula, usna harmonika i melodika, može se unaprijediti kontrola disanja.

7.3 Poremećaj govora

„Kod djece najčešći poremećaj govora je mucanje“ (Sacks, 2012; str. 205). Zanimljivo je kako pomoću glazbe, točnije pjevanjem neki mogu uvijek tečno i slobodno pjevati, kao da njihovo mucanje ne postoji. Stoga, pjevanjem mogu usvajati govor, jer upravo pjevanjem mogu lakše prevladati ili zaobići svoje mucanje. Autistična djeca mogu imati poteškoće u govoru, ali i u prepoznavanju izgovorene riječi. Slično kao i kod mucanja, autisti mogu razumjeti ili otpjevati govor ako se on uglazbi (Sacks, 2012).

Za djecu koja ne mogu doživjeti vizualni svijet, normalno je da stvore bogat svijet mirisa ili zvukova. Mnoge od njih glazba privuče i motivira da joj posvete život. Stoga, slijepa djeca često ranije progovore i razviju verbalno pamćenje (Sacks, 2012).

7.4 Djeca s oštećenjem sluha

Glazba može pomoći onima koji je mogu čuti, ali što je s onima koji ne mogu? Zapravo, glazbu svi mogu čuti, samo je osobe s oštećenim sluhom “čuju” na nešto drugačiji način. Već je prije spomenuto da glazbu čine valovi, vibracije koje osobe s oštećenim sluhom ili potpuno gluhe osobe mogu “čuti”, točnije osjetiti. Odsjek za komunikacijske znanosti i poremećaje pri Sveučilištu Oklahome ima multisenzorni zvučni laboratorij koji gluhoj djeci i djeci s oštećenim sluhom nudi nova iskustva. Laboratorij “Ovalni prozor”, kojeg je uredio

Norman Lederman, sastoji se od poda osjetljivog na zvuk i prostora da primi petnaestero djece. Audiosustav pojačava zvuk, transponirajući ga čak za dvije oktave kako bi se pojačao učinak i pretvara ga u vibracije koje se mogu osjetiti u tijelu. Osim vibracija djeca imaju priliku i vidjeti glazbu u mnoštvu vizualnih, taktilnih i auditivnih oblika (Campbell, 2005). Istraživači su ustanovili kako je zvučni laboratorija vrlo koristan u poboljšanju sposobnosti slušnog razabiranja, kontrole glasa i razvoja govora (Campbell, 2005).

7.5 Autizam

Autizam je složen neurološki poremećaj koji ometa osobe u onome što vide, čuju ili osjećaju te ih to dovodi do problema u društvenim odnosima (Sabo, 2019). Autisti vide, čuju i dodiruju, ali imaju problema u povezivanju svega u jednu cjelinu, zbog čega se povlače u vlastiti svijet u kojem osjećaju sigurnost. Sabo (2019; prema Burić Sarapa i Katušić, 2012) navodi brojna istraživanja o utjecaju terapija glazbom na djecu s poremećajem autizma. Istraživanja sugeriraju da se glazboterapijom mogu razviti komunikacijske i socijalne vještine, pa i napredak u inteligenciji. Uporabom Orffovog instrumentarija, dijete koje improvizira glazbalima, može razviti kontrolu nad emocijama tako da s vremenom smanji razinu agresivnosti. „Ciljevi glazboterapije, kad se govori o poremećajima u ponašanju su: pružanje prilike za osjećaj uspjeha i zadovoljstva, razvijanje svijesti o sebi i životnom okruženju, poticanje samostalnosti, poticanje kreativnosti, motiviranje za učenje i u drugim područjima osim glazbe“ (Sabo, 2019; str. 35).

ZAKLJUČAK

Muzikoterapija u ranoj životnoj dobi vrlo je široka tema koja govori o mnogim pozitivnim učincima glazbe na djetetov razvoj. Jednako pozitivno djeluje na zdravu djecu, u smislu poticanja kognitivnih sposobnosti, kao i na djecu s poremećajima u razvoju, gdje se utjecaj glazbe može vidjeti na svim područjima razvoja. Korištenje glazbe u radu s djecom dovodi do poboljšanja općeg dječjeg razvoja. Naime, glazba djeluje na fizički i psihički razvoj djeteta. Raznim igrama uz glazbu djeca mogu razvijati tjelesne sposobnosti, svoj govor, dišni sustav, kognitivne sposobnosti pa čak i socijalizaciju.

Zbog proučavanja utjecaja glazbe i shvaćanja njenog djelovanja na ljudski organizam, javila se muzikoterapija. Terapija koja se koristi kako bi se postiglo bolje fizičko, duhovno, društveno ili emocionalno stanje osobe. Ovisno o potrebama osobe na kojoj se primjenjuje razvili su se različiti oblici muzikoterapije, a neki od njih su: vibroakustična terapija, kineska glazbena terapija, terapija Silvije Nakkach, terapija bubnjevima, intoniranje, euritmija... Unatoč mnogim istraživanjima utjecaja glazbe, javlja se kritiziranje zbog nemogućnosti ponavljanja istraživanja u eksperimentalnim uvjetima. No, treba imati razumijevanja da je svaki čovjek poseban. Na njega djeluje njegovo psihološko stanje, okolina i trenutno vrijeme. Svi se ti čimbenici međusobno isprepliću zbog čega je nemoguće stvoriti jednake uvjete više puta. Svaka je osoba individua za sebe i funkcionira na svoj način. Zato je važno da terapija glazbom bude prilagođena svakom pojedincu.

Smatram da je muzikoterapija podcijenjen oblik terapije, što zbog nemogućnosti provjere rezultata, a što zbog neznanja populacije. Doživljava se kao nešto "ne znanstveno", iako postoje mnoga istraživanja za razna područja djelovanja glazbe. Također, što se tiče primjene muzikoterapije u Hrvatskoj, smatram da je ona poprilično zanemarena. Kao što je navedeno u radu, muzikoterapija posebno pogoduje u radu s djecom s poremećajem u razvojem. Zašto se ne bi više provodile terapije koje pružaju emocionalno zadovoljstvo, nego terapije u bolnicama koje izazivaju strah i nelagodu kod djece? Vrijedno je promicati glazbu, bilo to samo radi zadovoljstva, jer njene "skrivenne moći" djeluju dublje nego što nam se isprva čini.

LITERATURA

- Blanka Šmit, M. (2001). *Glazbom do govora*. Zagreb: Naklada Haid
- Burić Sarapa, K., Katušić, A. (2012) Primjena muzikoterapije kod djece sporemećajem iz autističnog spektra. *Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja*, 48(2), str. 124-132.
- Campbell, D. (2005). *Mozart efekt. Primjena moći glazbe za iscjeljivanje tijela, jačanje uma, oslobađanje kreativnog duha*. Čakovec: Dvostruka Duga d.o.o.
- Crnković, D. i sur. (2020). *Muzikoterapija. Umjetnost glazbe kroz umijeće liječenja* Zagreb: Naklada Slap
- Dobrota, S. (2012). Glazba između pedagogije, kulture i jezika. *Pedagogijska istraživanja*, 9 (1/2), 155-162. Preuzeto s <https://hrcak.srce.hr/113458> Citirano 25.03.2021.
- Knežić, M. (2015). Zdravstvena njega osoba s cerebralnom paralizom Health care of people with cerebral paralysis. *Sestrinski glasnik*, 20 (3), 250-253. <https://doi.org/10.11608/sgnj.2015.20.049> Citirano 25.03.2021
- Krčelić, I. (2018). *Glazboterapija u radu s djecom s posebnim potrebama (Završni rad)*. Preuzeto s <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:147:296484>
- Lučić Andrijanić, K. (2018) *Je li bitno najstariji?* (<https://www.profil-klett.hr/je-li-bitno-bitni-najstariji>). Pristupljeno:10.6.2021.
- Manasteriotti, V. (1978). *Zbornik pjesama i igara za djecu*. Zagreb: Školska knjiga.
- Manasteriotti, V. (1981). *Prvi susreti djeteta s muzikom. Priručnik za roditelje i sestre odgajateljice u dječjim jaslama*. Zagreb: Školska knjiga.
- Psihijatrijska bolnica Sveti Ivan Zagreb, *Neurofeedback*, (<https://www.pbsvi.hr/o-nama/neurofeedback/>) Pristupljeno: 15.5.2021.
- Sabo, A. (2019). *Važnost glazbe kod djece s posebnim potrebama (Diplomski rad)*. Preuzeto s <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:147:512938>
- Sacks, O. (2012). *Muzikofilija. Priče o glazbi i mozgu*. Zagreb: Algoritam
- Vox Mundi School of Sound & The Voice, (1998-2016) (<http://voxmundiproject.com/silvia-nakkach/>). Pristupljeno 4.4.2021
- Zulić, A. (2017) *Kako moždani valovi utiču na naš život?* (<https://lolamagazin.com/2017/12/04/kako-mozdani-valovi-uticu-na-nas-zivot/>). Pristupljeno: 10.6.2021.

Izjava o izvornosti završnog rada

Izjavljujem da je moj završni rad izvorni rezultat mojeg rada te da se u izradi istog nisam koristila drugim izvorima osim onih koji su u njemu navedeno.

(Vlastoručni potpis studenta)