



# MUZYKOTERAPIA – CZYLI CO?

Agata Szczyrba

# CO ĆWICZYLIŚMY?

- Koordynacja ruchowo-przestrzenna
- Motoryka duża i mała
- Pamięć
- Koncentracja uwagi
- Spostrzegawczość i refleks
- Nawiązywanie kontaktu
- Umiejętność pracy w parach, w grupie
- Integrację społeczną
- Słownictwo



# DLA KOGO JEST TAKIE ĆWICZENIE?

- Maluchy - indywidualnie
  - wspomaganie rozwoju mowy, ruchu
  - poszerzanie słownictwa,
  - rozróżnianie emocji
- Dzieci
- Młodzież
  - ćwiczenie rozluźniające, przełamujące ograniczenia społeczne
- Osoby starsze

Prostota ćwiczenia daje wiele możliwości wprowadzania modyfikacji, w zależności od potrzeb pacjenta.



# KORZYŚCI DLA TERAPEUTY

- Wstępne rozpoznanie:
  - Cechy ogólne:  
motoryczne, funkcjonowanie interpersonalne,  
poznawcze, emocjonalne, werbalne
  
  - Cechy o profilu muzycznym:  
możliwości wokalne, rytmiczne, reakcje na muzykę,  
wyczucie akcentów metrycznych, preferencje  
muzyczne.

Wstępne rozpoznanie powinno być uzupełnione o wywiad rodzinny, opinie i orzeczenia specjalistów, lekarzy.



# IMPROWIZACJA PRAWDĘ CI POWIE

- Profile rozpoznawcze wg. C Robbinsa i P. Nordoffa. Jakość elementów rytmicznych oraz charakter i jakość gry pacjenta są analizowane pod kątem:
  - zmienność
  - autonomia
  - wyrazistość
  - wyróżnialność
  - integracja
  - napięcie
  - zgodność/stosowność/dopasowanie



# CO DALEJ?

- Wyznaczanie celów
  - **Motoryczne** (koordynacja, poprawa motoryki, aktywizacja)
  - **Spoleczne** (budowanie więzi, właściwych relacji, komunikacja)
  - **Psychologiczne** (pamięć, koncentracja, kreatywność, decyzyjność, planowanie)
  - **Emocjonalne** (pobudzenie ekspresji, obniżenie napięć, lęku, relaksacja, umiejętność rozpoznawania emocji)
- Planowanie terapii
- Realizacja terapii
- Ewaluacja rezultatów



# DROGI DO OSIĄGNIĘCIA CELU



# MUZYKOTERAPIA KREATYWNA

- Twórcy: P. Nordoff i C. Robbins
- Rozwój: lata 60 i 70 XXw, głównie USA, Wielka Brytania i Niemcy
- Model humanistyczny
- Koncepcja „Muzycznego dziecka”

Podążanie terapeuty za zachowaniem,  
nastrojem, poruszaniem się pacjenta  
i budowanie wzajemnej relacji  
podstawą do dalszej komunikacji,  
autoekspresji i realizacji  
potencjału.



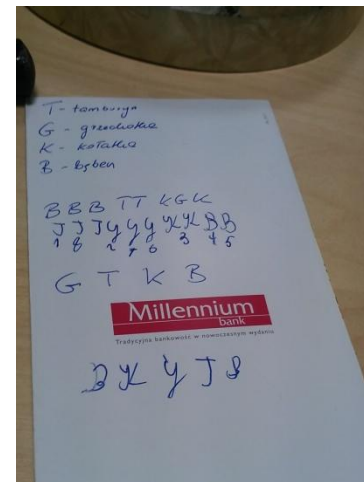


# ALA I SARA KNAPIK-SZWEDA CZYLI MUZKA (KATOWICE) W AKCJI



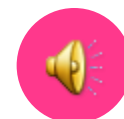
# MUZYKOTERAPIA BEHAWIORALNA

- Twórcy C. Madsen i V. Cotter
- Lata 60 XX wieku. USA.



Struktura muzyczna wymusza  
pojawienie się i powtarzania  
zachowania pożądanego i wygasza  
zachowania niepożądane.

Muzyka pełni funkcję wskazówki,  
porządkuje i nadaje strukturę.



## WIZUALIZACJA KIEROWANA MUZYKĄ

- Dla chcących poprawić samoświadomość, poprawić samopoczucie.

## MUZYKOTERAPIA ANALITYCZNA

- Muzyczne przedstawienie problemu pozwala na ekspresję emocji z nim związanych i konfrontację z nimi.

## MUZYKOTERAPIA IMPROWIZACYJNA

- Uświadamianie emocji i ćwiczenie komunikacji



## NEUROMUZYKOTERAPIA

- Muzyka jako bodziec wpływający na neurofizjologiczne procesy mózgowe (czuciowo-ruchowe i poznawcze)

## TERAPIA WIBROAKUSTYCZNA

- Redukcja bólu, obniżenie napięcia mięśniowego, relaksacja,

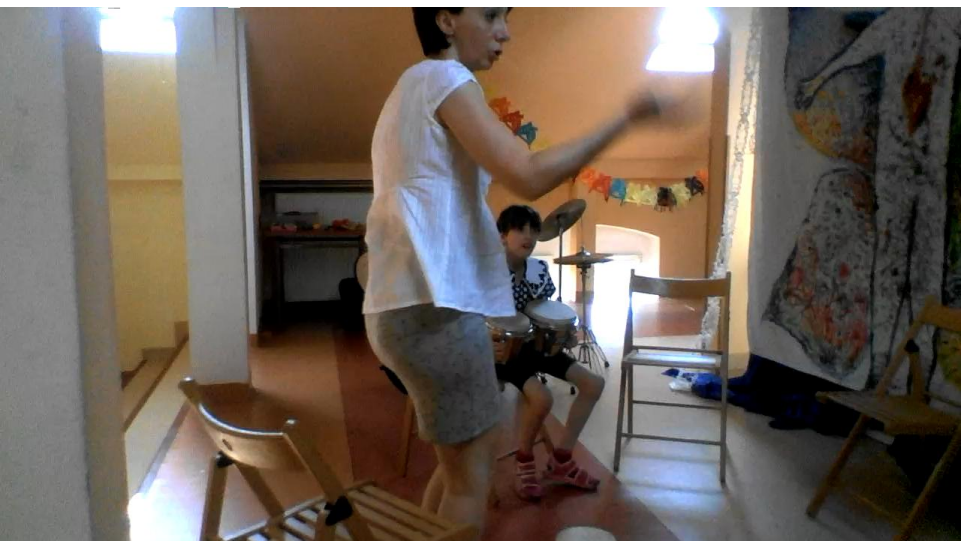


# MOBILNA RELAKSACJA MUZYCZNA

- Twórca M. Kierył, Polska
- 40-60min. wg pięciu etapów:
  - Odreagowanie
  - Zrytmizowanie
  - Uwrażliwienie
  - Relaksacja
  - Aktywizacja



# KILKA PRZYKŁADÓW





# MUZYKOTERAPIA AKTYWNA I RECEPTYWNA

CZYLI

- IMPROWIZACJA
- WYKONYWANIE/ODTWARZANIE
- KOMPONOWANIE
- SŁUCHANIE



**T. NATANSON :**

**„METODA POSTĘPOWANIA,  
WIELOSTRONNIE WYKORZYSTUJĄCA  
WIELORAKI WPŁYW MUZYKI NA  
PSYCHOSOMATYCZNY USTRÓJ  
CZŁOWIEKA”**

**E. LECOURT:**

**„FORMA PSYCHOTERAPII,  
REHABILITACJI, KTÓRA  
WYKORZYSTUJE DŹWIĘK ORAZ  
MUZYKĘ JAKO ŚRODEK WYRAZU,  
KOMUNIKACJI, STRUKTURYZACJI  
ORAZ ANALIZY RELACJI”**

# WORLD FEDERATION OF MUSIC THERAPY:

Muzykoterapia to profesjonalne stosowanie muzyki i jej elementów jako interwencji w środowisku medycznym, edukacyjnym i codziennym, z klientem indywidualnym, grupami, rodzinami i społecznościami w celu poprawy fizycznego, społecznego, emocjonalnego i duchowego zdrowia.

DZIĘKUJĘ ZA UWAGĘ 😊



Może coś  
zaimprovizujemy...?

