

Mariusz Grabowski

Muzykoterapia i biblioterapia jako formy technik terapeutycznych

Edukacja Elementarna w Teorii i Praktyce : kwartalnik dla nauczycieli nr 2,
17-19

2007

Artykuł został opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej bazhum.muzhp.pl, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.



Mariusz Grabowski
Centrum Rehabilitacyjno-Opiekuńcze w Łodzi

MUZYKOTERAPIA I BIBLIOTERAPIA JAKO FORMY TECHNIK TERAPEUTYCZNYCH

Od zarania dziejów pedagogika jako nauka interesowała się najmniejszą jednostką, jaką jest dziecko. W swoich założeniach określała, w jaki sposób edukować młodego człowieka.

Na przestrzeni wieków spotykamy się z wieloma teoriami, zakładającymi jak wspomagać prawidłowo rozwój biopsychospołeczny jednostki.

Największe postępy w tym kierunku poczyniono dopiero w XX wieku. Dzięki wybitnym psychologom i pedagogom otrzymano odpowiedzi na pytania dotyczące stymulacji rozwoju fizycznego i psychicznego dziecka. Poza tym na bazie ich doświadczeń stworzono specjalne programy edukacyjne, które pozwalają częściowo dzieciom niepełnosprawnym prawidłowo funkcjonować wśród zdrowych rówieśników. Oligofrenopedagogika jako dziedzina pedagogiki specjalnej zajmuje się jednostkami upośledzonymi umysłowo. Jej zadaniem jest ustalenie takich form i metod rewalidacji, które jednostce upośledzonej umysłowo zapewniłyby optymalny wszechstronny rozwój i maksymalne przystosowanie do warunków społecznych.

Według DSM IV niedorozwój umysłowy jest to istotnie niższy od przeciętnego ogólny poziom funkcjonowania intelektualnego współwystępujący wraz z zaburzeniami w zachowaniu przystosowawczym powstały w okresie rozwojowym.

Upośledzenie umysłowe, jak twierdzą badacze, nie stanowi określonej jednostki chorobowej, ale jest zespołem skutków rozmaitych w swej etiologii stanów chorobowych i uszkodzeń Ośrodkowego Układu Nerwowego.

Z początkiem burzliwych reform w państwie polskim zaczęto zastanawiać się także nad sposobem polepszenia jakości edukacji i integracji dzieci upośledzonych z ich rówieśnikami. Nieliczni pedagodzy w oparciu o swoje wieloletnie doświadczenia podjęli się próby stworzenia nowych programów dostosowanych do wieku i funkcjonowania intelektualnego jednostek o obniżonej sprawności umysłowej.

Po wielu konsultacjach i poprawkach powstały programy, które pozwalają zaspokoić specjalne potrzeby edukacyjne dzieciom niepełnosprawnym. Nowe koncepcje edukacyjne w swoich treściach odnoszą się do elementów pochodzących z różnych technik terapeutycznych. Przykładem tego może być muzykoterapia i biblioterapia.

Muzykoterapia jako nowa dyscyplina stanowi połączenie teorii z działaniem praktycznym. Wykorzystuje się ją przeważnie w nauczaniu integracyjnym. Jest pewną formą postępowania, która w sposób systematyczny i metodyczny wpływa na sferę psychosomatyczną dziecka. Muzykoterapia jako jedna z metod psychoterapii jest środkiem oddziaływującym na sferę osobowości dziecka.

Swoimi właściwościami pomagają odreagować, zrelaksować się, uwrażliwić, zmienić zachowanie oraz dokonać korekcji zaburzonych funkcji, np: w wadach wymowy. Celem tej nowatorskiej dyscypliny jest wprowadzenie dziecka w określony nastrój, wyzwolenie w nim pożądaných uczuć, rozładowanie nadmiaru nagromadzonego stresu, a także



pobudzenie rozwoju umysłowego. Pomaga również w aktywizowaniu procesów poznawczych. Muzyka jest tą formą, która dzięki swoim właściwościom ułatwia wypowiedanie się dzieciom nieśmiałym.

Reakcje na muzykę zależą od następujących czynników: wrodzonej wrażliwości, nabytych umiejętności, sytuacji poprzedzającej słuchanie muzyki.

W terapii dzieci upośledzonych umysłowo można wykorzystać takie rodzaje muzyki jak: nagrania magnetofonowe, improwizowanie, wyklaskiwanie rytmu, muzykę koncertową. Wspaniałą ekspresją muzyczną mogą być dźwięki powstające na skutek klaskania, pocierania dłońmi o uda, tupanie i cmokanie.

Z tak uzyskanych dźwięków można układać całe akompaniamenty. Ćwiczeniem, które pozwala posługiwać się takimi efektami jest echo rytmiczne. Od najprostszych ćwiczeń związanych z rytmiką można przejść do gry na instrumentach. Jedną z form uprawiania muzyki dla osób niepełnosprawnych mogą być zajęcia muzyczne związane z instrumentami orffowskimi.

Narzędzia te skonstruował niemiecki kompozytor Carl Orff. Instrumenty przez niego wykonane przeznaczone były do realizacji programu dla osób o obniżonej sprawności umysłowej. Konstrukcja tych narzędzi jest odpowiednio dostosowana do percepcji i manualnej sprawności dziecka niepełnosprawnego.

Instrumenty te dzielimy na: hałaśliwe (tamburino, grzechotka), mocne (bębny, talerze), delikatne (dzwoneczki), melodyjne (ksylofony), neutralne (pudełka akustyczne). Zajęcia o takim charakterze powinny być wykonywane w następujących etapach: odreagowanie, zrytmizowanie, uwrażliwienie, relaksacja, aktywizacja.

Zachowania dzieci podczas ćwiczeń stanowią niezbędną wskazówkę dla prowadzącego zajęcia. Poza tym reakcje uczestników w pewnym stopniu pomagają prowadzącemu wybrać ćwiczenia oraz zmuszają go do odstąpienia od pewnych elementów. Drugą techniką terapeutyczną, która pozwala w szerszym stopniu zaspokoić specjalne potrzeby edukacyjne jednostce upośledzonej umysłowo jest **biblioterapia**.

Pojęcie to sięga korzeniami czasów starożytnych. Pochodzi ono od dwóch greckich wyrazów: *biblion*-książka i *therapea*-leczenie. W Polsce jest to dziedzina nadal mało znana. Biblioterapia inaczej określana jako terapia czytelnicza. Jest techniką, która odgrywa dużą rolę w procesie terapeutycznym.

Jest to forma, która poprzez książki i materiały niedrukowane oddziałuje na sferę psychomotoryczną dziecka. Wszystkie programy przeznaczone do tego rodzaju terapii powinny uwzględniać: potrzeby uczestnika, cele programowe ukierunkowane na stymulację intelektualną, odpowiedni materiał terapeutyczny oraz formy pracy dostosowane do cech psychofizycznych. Poza tym w poprawnie skonstruowanym planie terapeutycznym powinna być zawarta określona liczba osób. Wybrana grupa nie powinna przekraczać więcej niż 8–12 osób.

Biblioterapia jako technika terapeutyczna jest ważnym elementem w rehabilitacji dzieci z niedorozwojem umysłowym. Dziedzina ta prowadzi głównie do poprawy rozwoju i wzbogacenia osobowości dziecka niepełnosprawnego. Poza tym wspomaga jego komunikację, pobudza je do rozmowy, odpręża i uspokaja, a także jest środkiem odwracającym uwagę od czynników wywołujących stres.



Wielu autorów proponuje różne formy przeprowadzenia zajęć. Na podstawie niektórych, nauczyciel nie uzyska odpowiedzi na to, jakie są niezaspokojone potrzeby dziecka.

Najprostszą formą, która może odpowiedzieć terapeutcie na pytania zawarte w planie jest pogadanka spontaniczna. Ma ona na celu rozwiązać istniejące problemy u wybranych jednostek. Poza tym w sytuacji, kiedy dzieci nie będą brały udziału w czytaniu książek, formę taką można wtedy zastąpić tzw. opowiadaniem biblioterapeuty. Natomiast zastępczym środkiem w przypadku braku zainteresowania dzieci filmem mogą okazać się najprostsze przeżycia.

W literaturze spotykamy wiele metod i technik wskazanych do terapii dziecka o obniżonej sprawności umysłowej.

Opracowane koncepcje terapeutyczne nadal są modyfikowane i udoskonalane przez naukowców. Nie każda wybrana strategia przez nauczyciela lub terapeutę musi prowadzić do całkowitej stymulacji w zaburzonych sferach dziecka. Wybrane przez autora techniki poprawiają w dużym stopniu funkcjonowanie psychospołeczne dzieci niepełnosprawnych.

Przedstawione koncepcje terapeutyczne prowadzą do:

- polepszenia percepcji słuchowo-wzrokowej,
- aktywizacji oddechowej i psychicznej,
- wzmocnienia sprawności manualnej,
- rozwoju i wzbogacenia osobowości dziecka,
- zmiany nieprawidłowych zachowań,
- rozwiązywania problemów,
- rozbudzenia zainteresowań,
- integracji grupy,
- poprawy nastroju,
- przyrostu wiedzy.

Mariusz Grabowski

Bibliografia:

Kasperek J., *Biblioterapia*, www.edukator.org.pl/2003c/biblio/biblio.html

Kiryłło M., *Biblioterapia i Bajkoterapia jako metoda w pedagogice specjalnej*, www.eodn.elk.edu.pl/publikacje/107.pdf

Kiryłło M., *Mobilna Rekreacja Muzyczna*, Warszawa 1995.

Majka-Rogowska G., *Biblioterapia jako nowa metoda w kształceniu i wychowaniu dzieci niepełnosprawnych*, www.literka.pl/modules.php?name=News&file=article&sid=13181

Nowatorskie i alternatywne metody w praktyce pedagogiki specjalnej. Przewodnik metodyczny, pod red. Wł. Dykcika, B. Szychowiaka, Poznań 2002.

Tomasik E., *Czytelnictwo i Biblioterapia w pedagogice specjalnej*, Warszawa 1994.

Wyczesany J., *Pedagogika upośledzonych umysłowo*, Kraków 2005.