

# Ewa Bogdanowicz

---

## Kształcenie studentów w zakresie terapii muzycznej : z doświadczeń własnych

---

Wartości w muzyce 2, 181-186

---

2009

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](http://bazhum.muzhp.pl), gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

Ewa Bogdanowicz

Uniwersytet Śląski  
Katowice

## **Kształcenie studentów w zakresie terapii muzycznej – z doświadczeń własnych**

W ostatnich latach obserwujemy znaczny rozwój dziedzin związanych z terapią poprzez sztukę, w tym również muzykoterapii. Jako metoda terapeutyczna wykorzystująca muzykę, ale także rytm, ruch i taniec ma szerokie zastosowanie m.in. w psychiatrii, rehabilitacji, leczeniu sanatoryjnym czy szpitalnym. Duże znaczenie ma również w rewalidacji i wychowaniu dzieci opóźnionych w rozwoju, autystycznych, z zaburzeniami zachowania, nerwicowych, jękających się, z uszkodzeniami narządów ruchu, niewidomych.

Dzieje się tak dlatego, że muzyka „stanowi najprzystępniejszą ze wszystkich sztuk pięknych, wyróżniając się wśród nich silnym i bezpośrednim oddziaływaniem na niemal całą osobowość dziecka”<sup>1</sup>. Ma także „wyjątkową zdolność wzbudzania emocji, zaspokaja potrzebę ekspresji emocji i zabawy, pobudza potrzeby estetyczne i poznawcze. Dociera do głębi naszej duszy, do podświadomości, działa na procesy fizjologiczne — na funkcje wegetatywne i motoryczne”<sup>2</sup>. Muzyka może wywoływać radość, aktywizować, relaksować, dostarczać doznań emocjonalnych i estetycznych. Spełnia także różne funkcje społeczne, służąc wychowaniu, rozrywce, kontemplacji, ma moc bardzo szerokiego działania, które nie jest ograniczone wyłącznie do sfery czysto estetycznej. W związku z tym coraz częściej muzyka nabiera znaczenia terapeutycznego, służąc odreagowaniu, relaksacji, uwrażliwianiu, integracji. Jest uzupełnieniem różnych form leczenia.

---

<sup>1</sup> P. Cylińska: *Muzykoterapia jako metoda wspomagająca rehabilitacji niepełnosprawnych dzieci*. W: *Rytmika w kształceniu muzyków, aktorów, tancerzy i w rehabilitacji*. Red. B. Ostrowska. Łódź 2002, s. 290.

<sup>2</sup> G. Rączka: *Zajęcia muzyczno-ruchowe*. W: *Rozwój daje radość. Terapia dzieci upośledzonych umysłowo w stopniu głębokim*. Red. J. Kielin. Gdańsk 2000, s. 166.

O korzyściach i ogromnym wpływie wszelkich działań terapeutycznych poprzez muzykę, taniec i ruch oraz przydatności muzykoterapii aktywnej w pracy z dziećmi i młodzieżą wspomina wielu autorów zajmujących się na co dzień m.in. pracą z dziećmi niepełnosprawnymi. To „we wczesnych okresach życia można w sposób zabawowy z pomocą muzyki animować przyszłe prozdrowotne zachowania”<sup>3</sup>. Można również dawać szansę pozytywnego stymulowania często zahamowanej i ograniczonej u dzieci ekspresji, nie tylko czysto ruchowej, ale i emocjonalnej, a także komunikacji niewerbalnej. Poprzez pojawienie się muzyki, jako czynnika wpływającego na psychomotorykę, wspomagamy rozwój dziecka, mobilizując np. do wykonania takich ćwiczeń czy zadań, które często bez niej nie byłyby możliwe do wykonania.

Obszerna wiedza na temat znaczenia muzykoterapii oraz potrzeby współczesnej edukacji przedszkolnej i wczesnoszkolnej, powstawanie integracyjnych placówek oświatowych zmuszają wiele uczelni do podejmowania działań w zakresie przygotowania studentów kierunków „muzycznych” do pracy nie tylko nauczyciela, ale również terapeuty. Do niedawna głównymi ośrodkami kształcącymi muzykoterapeutów były akademie muzyczne we Wrocławiu oraz w Łodzi. Obecnie na kierunkach edukacji artystycznej w zakresie sztuki muzycznej, na uniwersytetach oraz akademiach również pojawiły się specjalizacje i specjalności z zakresu terapii muzycznej.

W niniejszym artykule przedstawię kształcenie studentów w zakresie terapii muzycznej na kierunku edukacja artystyczna w zakresie sztuki muzycznej Uniwersytetu Śląskiego w Katowicach, Wydziału Artystycznego w Cieszynie.

Od roku 2005 studenci naszego kierunku mogli się dokształcać w ramach specjalizacji terapia muzyczna w działaniach pedagogicznych. Obecnie została uruchomiona nowa specjalność: pedagogika muzyczna z elementami terapii muzycznej. Celem jej jest przygotowanie studentów do pracy pedagoga, muzyka, terapeuty poprzez zdobycie przez nich wszechstronnej wiedzy z zakresu terapeutycznego zastosowania muzyki, ruchu i tańca jako ważnych form terapii, rehabilitacji i profilaktyki, a także zapoznanie z możliwościami stosowania elementów muzykoterapii i choreoterapii w edukacji muzycznej.

Główną grupą, do której adresowane są zajęcia z muzykoterapii, są dzieci i młodzież, dlatego też zakres celów i zadań w ramach specjalności obejmuje problematykę związaną przede wszystkim z pracą z dzieckiem w wieku przedszkolnym, wczesnoszkolnym, w integracyjnych placówkach oświatowych oraz ośrodkach rehabilitacyjno-edukacyjno-wychowawczych. Zajęcia uwzględniają praktyczne zastosowanie różnego rodzaju form aktywności muzycznej i ruchowej m.in. u dzieci z zaburzeniami zachowania, z zaburzeniami rozwoju, niepełnosprawnych intelektualnie i fizycznie.

---

<sup>3</sup> M. Kierył: *Standardy muzykoterapii aktywnej w szpitalu pediatrycznym*. W: *Rytmika w kształceniu muzyków, aktorów, tancerzy i w rehabilitacji...*, s. 300.

W muzykoterapii dzieci ma zastosowanie: „sztuka muzyczna o możliwie najwyższych walorach artystycznych i estetycznych (np. podczas percepcji)”<sup>4</sup> oraz „działania twórcze w sferze muzycznej, niejednokrotnie na elementarnym poziomie ich umiejętności (np. podczas reprodukcji i produkcji)”<sup>5</sup>. Elementy muzyki łączy się ze śpiewem, tańcem, słowem czy kolorem. Te aspekty uwarunkowały zaistnienie takich przedmiotów, jak: muzykoterapia w edukacji muzycznej, techniki muzykoterapii z metodyką, warsztaty Jaques-Dalcroze’a i Orffa czy animacja ruchu i tańca (z elementami choreoterapii), a także przedmiotów z zakresu pedagogiki specjalnej i oligofrenopedagogiki.

Jedną z głównych form prowadzenia zajęć jest ich warsztatowy i ćwiczeniowy charakter. Uwzględnia on nabywanie przez studentów umiejętności samodzielnego prowadzenia terapii muzyczno-ruchowej dzieci opartej m.in. na doświadczeniach, metodach, technikach, które rozwinęły się przez ostatnie lata (np. Mobilna Rekreacja Muzyczna według Macieja Kieryła), ale przede wszystkim na systemach wywodzących się z ruchu Nowe Wychowanie: Emila Jaques-Dalcroze’a i Carla Orffa. Te dwie metody już w połowie XX wieku były istotnymi elementami powstałej wówczas spójnej koncepcji dostępu dziecka do muzyki. Stosowane od dawna „mimo różnic nie wykluczają się [...], a obecnie są twórczo traktowane”<sup>6</sup>. Założenia obu metod (oparcie wychowania muzycznego na rytmie i dźwięku, wykorzystanie związków rytmiczno-ruchowych, udział dzieci i osób, które nie muszą być szczególnie uzdolnione muzycznie) dają możliwość terapeutycznego ich zastosowania.

Podstawowe zagadnienia obu metod, szczególnie zaś rytmiki E. Jaques-Dalcroze’a, studenci poznają na zajęciach muzyczno-ruchowych (do niedawna ekspresja muzyczno-ruchowa oraz rytmika i ekspresja ruchowa), na I roku studiów. W ramach tego przedmiotu uzyskują bardzo często pierwsze informacje praktyczne, jak i metodyczne dotyczące kształcenia w zakresie muzyki, ruchu i tańca dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym. Wiedza ta sukcesywnie jest poszerzana i uzupełniana na zajęciach w zakresie specjalności.

Szczególłą uwagę chciałabym zwrócić na metodę Jaques-Dalcroze’a, która jest „dziedziną pedagogiczno-artystyczną, bardzo nowoczesną, podlegającą ciągłemu rozwojowi, wszechstronnie uaktywniającą człowieka, jego sfery: intelektualną, psychiczną i fizyczną”<sup>7</sup>. Ze względu na te i inne walory „zajmuje istotne miejsce [...] w profilaktyce, terapii i rehabilitacji”<sup>8</sup>. Na tej bazie rozwija się rytmikoterapia, która „jest częścią muzykoterapii [...]. W ramach tego członu główny nacisk

<sup>4</sup> P. Cyliulko: *Muzykoterapia jako metoda...*, s. 291.

<sup>5</sup> Ibidem.

<sup>6</sup> R. Ławrowska: *Rytm, muzyka, taniec w edukacji. Podręcznik dla studentów i nauczycieli pedagogiki przedszkolnej i wczesnoszkolnej*. Kraków 2005, s. 7.

<sup>7</sup> B. Ostrowska: *Muzyka w metodzie Emila Jaques-Dalcroze’a*. W: *Rytmika w kształceniu muzyków, aktorów, tancerzy i w rehabilitacji...*, s. 7.

<sup>8</sup> Ibidem.

położony jest na kształcenie umiejętności tworzenia zadań muzyczno-ruchowych według celów rehabilitacji i profilaktyki konkretnych schorzeń. [...] Muzyka pobudza do ruchu i kieruje nim, nadaje mu głęboki sens, czym głównie powiększa siłę oddziaływania terapeutycznego zadań muzyczno-ruchowych”<sup>9</sup>.

Nie sposób również pominąć tańca i jego różnorodnych form jako środka oddziaływania terapeutycznego integrującego w równym stopniu sferę psychiczną i fizyczną człowieka. Z wybranymi technikami i metodami związanymi z ruchem i tańcem, wykorzystywanymi w terapii dzieci niepełnosprawnych, studenci zostają zapoznani w ramach przedmiotów: elementy choreoterapii oraz animacja ruchu i tańca. Program przedmiotów obejmuje problematykę wykorzystania choreoterapii w kontekście edukacji muzycznej, poszerzoną o takie zagadnienia jak: podstawy i założenia systemu analizy ruchu według Rudolfa Labana, ruch symboliczny, elementy plastyki ożywionej E. Jaques-Dalcroze’a, taniec integracyjny, improwizacja. Szczególna uwaga zwrócona jest na ćwiczenia kształtujące umiejętność pracy z ciałem z uwzględnieniem świadomości ciała i przestrzeni, rytmiki i dynamiki ruchu ciała, plastyki i ekspresji ruchu oraz wyczuwania zależności pomiędzy czasem i przestrzenią w ruchu.

Na zakończenie chciałabym wspomnieć o sposobie realizowania postawionych przed studentami zadań. Wiedza, która zostaje przekazana studentom, poparta jest kilkunastoletnim doświadczeniem w pracy z dziećmi i osobami niepełnosprawnymi w Domu Pomocy Społecznej w Cieszynie oraz na Warsztatach Terapii Zajęciowej w Cieszynie, a przede wszystkim prowadzeniem zajęć z rytmiki z dziećmi w wieku przedszkolnym, m.in. wykazującymi symptomy nadpobudliwości psychoruchowej. Zajęcia prowadzone są zgodnie z założeniem Jaques-Dalcroze’a: odczuwam — wykonuję — pojmuję. Uwaga zostaje zwrócona na kształcenie praktyczne poprzedzające studia teoretyczne, którego celem jest „uzmysłowienie uczniom bezpośrednich związków między poruszeniami ciała i ducha, między wrażeniami, uczuciami i emocjami muzycznymi”<sup>10</sup> oraz rozwijanie szeroko rozumianej wrażliwości, ponieważ ma ona „bezpośredni związek ze zdolnością odczuwania”<sup>11</sup>.

Jednym z głównych celów, jak już wspomniałam wcześniej, jest kształtowanie sylwetki nie tylko nauczyciela, ale i terapeuty. Dlatego też studenci uczą się przez osobiste doświadczenie prowadzące do zintegrowania ciała i umysłu. „Osiągnięcie takiej postawy i wrażliwości jest możliwe wówczas, gdy młody człowiek pozna samego siebie, swoje możliwości psychiczne i fizyczne. Gdy poprzez świat własnych przeżyć i doświadczeń uświadomi sobie swoją wartość i pozna radość płynącą z wypowiedzania się”<sup>12</sup>.

<sup>9</sup> Ibidem, s. 8.

<sup>10</sup> E. Jaques-Dalcroze: *Pisma wybrane*. Red. B. Ostrowska. Warszawa 1992, s. 112.

<sup>11</sup> Ibidem, s. 28.

<sup>12</sup> R. Ławrowska: *Rytm...*, s. 6.

**W trakcie zajęć muzykoterapeutycznych możemy korzystać z bogactwa form aktywności muzycznej i ruchowej, co daje możliwość różnorodnego oddziaływania terapeutycznego.** Dzięki muzykoterapii można „wydatnie potęgować lub nawet osłabiać efekty prowadzonych przez siebie działań”<sup>13</sup>. Muzyka w trakcie zajęć często pełni funkcję pośrednika ułatwiającego porozumienie się z dzieckiem niepełnosprawnym wtedy, gdy komunikacja słowna jest utrudniona lub niemożliwa.

Ważne jest, aby dzieci mogły się rozwijać pod względem emocjonalnym i poznawczym, a wszelkie działania terapeutyczne powinny być dostosowane do możliwości i potrzeb dziecka. Jedną z nich, bardzo ważną, jest dążenie dziecka do działania, do zaspokajania naturalnej potrzeby aktywności. „Bez względu na warunki swobodnego i nieskrępowanego udziału dziecka w spotkaniach muzykoterapeutycznych jest pełne uznanie jego praw, potrzeb, możliwości, ograniczeń, trudności i oczekiwań. Wymagania [...] nie mogą przekraczać możliwości któregokolwiek z uczestników zajęć”<sup>14</sup>.

„Efektywność kształcenia dzieci w zakresie edukacji muzycznej zależy od kompetencji nauczyciela, nabywanych podczas studiów, a także od jego pasji zawodowej”<sup>15</sup>. Te same czynniki są równie ważne w pracy terapeuty i uzyskiwaniu efektów podczas zajęć muzykoterapeutycznych.

Aktywny udział w zajęciach nauczyciela i zarazem terapeuty, jego otwartość, empatia, tolerancja, wyrozumiałość, łatwość komunikowania, twórcza ekspresja oraz spontaniczność w działaniu — jak twierdzi Piotr Cylulko — są ważnymi czynnikami mającymi wpływ na powodzenie naszych zajęć. „Powinniśmy włączyć się we wszystkie proponowane ćwiczenia ruchowe, próbując wywołać uśmiech i radość dziecka. Możemy być marnymi aktorami lub statystami, ale nigdy biernymi obserwatorami”<sup>16</sup>. Nasze wymagania powinny być poprzedzone własnymi doświadczeniami ruchowo-muzycznymi, które bardzo często zależne są od subiektywnych przeżyć inspirowanych wpływem muzyki na nasze emocje oraz uczucia.

Takie podejście może być kluczem do zrozumienia nie tylko istoty terapii poprzez muzykę i ruch, ale przede wszystkim pracy z dziećmi i osobami niepełnosprawnymi, zaspokajania ich estetycznych, społecznych i emocjonalnych potrzeb, wykorzystania ich możliwości, umiejętności i umożliwienia im działania oraz rozwoju. Wiarygodność pedagoga-terapeuty wzrasta, jeżeli nasze wymagania poparte są własnymi doświadczeniami. Inną ważną rolę pedagoga-terapeuty „winno być przygotowanie uczniów (podopiecznych) do kontaktu z realnym światem. Muszą wiedzieć, czego się będzie od nich oczekiwać, czego

<sup>13</sup> P. Cylulko: *Muzykoterapia jako metoda...*, s. 293.

<sup>14</sup> Ibidem, s. 292.

<sup>15</sup> E. Szatan: *Przygotowanie nauczycieli do edukacji muzycznej dziecka*. W: *Wybrane problemy wczesnej edukacji artystycznej*. Red. E. Szatan. Gdańsk 2007, s. 15.

<sup>16</sup> M. Piszczek: *Terapia zabawą. Terapia przez sztukę*. Warszawa 1997, s. 56.

wymagać, co potrafią zrobić”<sup>17</sup>. Ważne jest także dbanie o ich rozwój osobisty, rozwijanie umiejętności życiowych, uczenie się, jak uczyć i jak myśleć. Bez rozwijania tych wszystkich cech, umiejętności i predyspozycji pełne kształcenie w zakresie wykorzystania terapii muzyką i ruchem nie byłoby możliwe.

---

<sup>17</sup> B. B e r n a c k a: *Rytmika Emila Jaques-Dalcroze’a kluczem do umysłu dziecka*. W: *Rytmika w kształceniu muzyków, aktorów, tancerzy i w rehabilitacji...*, s. 148.

Ewa Bogdanowicz

**The education of students within the area of music therapy —  
from one’s own experiences**

S u m m a r y

The author of the article presents her own educational conception of educating the students of the Institute of Music within the area of music and pedagogic therapy. In the contents of teaching she included a theoretical knowledge of selected issues of music therapy and therapeutic methods. In her educational conception the theoretical knowledge was translated into practical actions within the scope of the theoretical use of music, movement and dance as important forms of therapy, rehabilitation and prevention. The students are familiarized with the new techniques of using the elements of music therapy and choreo therapy when working with a healthy and sick child, as well as an adult.

Ewa Bogdanowicz

**L’éducation des étudiants dans le domaine de la thérapie musicale —  
à l’exemple d’expériences personnelles**

R é s u m é

L’auteur présente dans le texte sa propre conception d’éducation des étudiants de l’Institut de Musique concernant la thérapie musicale et pédagogique. En examinant le contenu didactique, elle prend en considération le savoir théorique sur des problèmes choisis de la musicothérapie et des méthodes thérapeutiques. Dans la propre proposition didactique de l’auteur le savoir théorique trouve son application pratique dans l’usage de la musique, du mouvement et de la danse comme des formes importantes de la thérapie, de la réhabilitation et de la prophylaxie. Les étudiants découvrent de nouvelles techniques d’employer des éléments de la musicothérapie et de la danse-thérapie dans le travail avec des enfants en santé et malades, ainsi qu’avec des adultes.