

Techniky

A decorative horizontal bar consisting of a series of vertical rectangular segments in various colors including black, blue, light blue, teal, yellow, and dark blue, arranged in a slightly wavy pattern.

interpretace



Metody muzikoterapie

- **Improvizace**
 - **Interpretace**
 - **Kompozice**
 - **Poslechu**
-
- Tyto metody existují v mnoha **variacích**.
 - Praktikují se v rámci určité **procedury**.
 - Uvnitř každého procedurálního kroku může terapeut využít mnoho různých **technik**.
 - Terapeut může také vyvinout systematický přístup, který závisí na určitých technikách a procedurách, pak mluvíme o **modelu**.
(Např. analytická MT, Orffova MT apod.)



Interpretace

Nejedná se o pouhou reprodukci skladeb, ale o kreativní způsob práce se známými písněmi i skladbami.

Cíle hudební interpretace:

- **rozvíjet senzomotorické dovednosti**
- **posilovat adaptivní chování**
- **zlepšit pozornost a schopnost orientace**
- **rozvíjet paměť**
- **podporovat schopnost empatie a identifikace s druhými**
- **rozvíjet schopnost sdílet myšlenky a pocity**
- **získat zkušenost s různými interpersonálními situacemi, zlepšit interakční a skupinové dovednosti**



Interpretace

Spontánnost klienta je oproti improvizaci omezena, ale to přináší určité výhody.

Metoda se uplatňuje tam, kde klienti potřebují **strukturu** k rozvoji dovedností k chování v určitých rolích.

Jsou to především klienti:

- s autismem
- ADHD
- úzkostní klienti
- při potřebě naučit se přizpůsobit a uchovat si svou identitu
- při potřebě posílit sebekontrolu a disciplínu



Vokální interpretace

Vokální reprodukce jakéhokoliv strukturovaného hudebního materiálu nebo písně

- spojuje
- poskytuje anonymitu projevu
- možnost odreagování
- je prostředkem sdílení tradice, postojů, způsobů myšlení a prožívání
- má spirituální a sociokulturní dimenzi

Je určena především

- **lidem s narušeným řečovým systémem** – artiklace, rytmus řeči, dechová kontrola
- **lidem s mentálním postižením** – paměť, rozšiřování slovní zásoby
- **lidem potřebujícím strukturovat čas** – prostřednictvím písně
- **seniorům** – k posílení vlastní identity, ke změně nálady
- **lidem potřebujícím najít v písni emocionální zázemí a podporu**



Instrumentální interpretace

- Interpretace předkomponovaného materiálu prostřednictvím nástroje/nástrojů.
- Hra na nástroj splňuje řadu cílů z oblasti
 - motoriky
 - sebeuvědomění
 - sociální dovednosti (při hře ve skupině)
- Určena především:
 - **klientům s tělesným postižením**
 - **při těžké mentální retardaci**
- Nácvik probíhá většinou formou
 - imitace po krátkých úsecích
 - výukou podle nějakého druhu notace - obrázky, figury, barvy, grafy



Hudební produkce

- **Terapeuticky působí**
vystoupení před publikem
všechny přípravy s tím spojené.
- **Publikum**
mohou tvořit pacienti v nemocnici, personál v léčebném zařízení,
členové terapeutické skupiny apod.
- **Vystoupení pomáhají budovat**
 - sebedůvěru, sebevědomí
 - disciplínu
 - zodpovědnost za sebe, případně skupinu
 - vlastní aktivitu
 - příležitost k ocenění ze strany blízkého okolí i společnosti
- **Určena především pro sociální rehabilitaci**
 - handicapovaných dětí a mládeže
 - psychiatrických klientů
 - pacientů v nemocnicích
 - seniorů



Praktická doporučení k produkci

- **Předem nacvičit organizaci vystoupení**
 - příchod, odchod, poděkování publiku
- Každý člen skupiny by měl předem vědět, jak bude produkce probíhat
- Nezapomenout na **moderování**
 - krátce skupinu uvést, představit písně
- Domluvit si **společné signály** pro dorozumívání během produkce
 - začátky, konce písní atd
 - signály mohou být verbální, hudební nebo gesty



Konkrétní techniky

1. Identifikace s písní

- **cíl: zpracování emocí, podpora skupiny**
- Každý člen skupiny si vybere píseň, se kterou se může emocionálně identifikovat a kterou si skupina zazpívá. Na zpěv písní navazuje rozhovor. Muzikoterapeut se ptá, proč si jednotliví klienti vybrali dané písně a jakou mají náladu.

2. Hravé zpívání

- **cíl: spontánní vyjádření pocitů, rytmus, spolupráce**
- Známost písničku zpíváme různými způsoby:
- pomalu – rychle – sekaně – co nejfalešněji – operně – radostně – smutně – rozzlobeně - s obavou

3. Štafetový zpěv

- **cíl: rytmus, spolupráce, soustředění, artikulace**
- Luskáním udržujeme rytmus a po kruhu zpíváme každý jeden verš známé písně. Můžeme po kruhu měnit směr, podle toho, na jakého souseda se zpěvák otočí. Ve štafetě se můžeme střídat též po dvojicích, nebo střídat zpěv sólo a unisono.

Konkrétní techniky

4. Na playback

- **cíl: empatie, spolupráce**
- Skupina se rozdělí do dvojic, které se domluví na písni. Tu pak jeden z nich nehlasně zpívá na mikrofon a druhý sedí před ním na zemi, sleduje pohyby jeho úst a synchronizuje s ním svůj zpěv. Hra vynikne, pokud se synchronizují hráči odlišného typu.

5. Zpěv podle grafické partitury

- **cíl: hudební tvořivost, souhra**
- Grafická partitura je postupný sled různých tvarů, nakreslený na tabuli či papíru. Vedoucí ukazuje na partituře její části a hráči přitom zpívají a vydávají zvuky podle toho, jaké pocity v nich pohled na různé části partitury vyvolal. Vedoucí se může i vracet k některým částem. Partituru je možno interpretovat zpěvem, hrou na nástroje i kombinovaně.

6. Na babičku

- **cíl: komunikace, cit pro sociální funkci zpěvu**
- Jednoho člena skupiny se zavázanýma očima přivedeme k jinému v kruhu, ke komu se posadí a požádá: Babičko, zazpívej mi! Oslovený hráče „vnoučka“ pohladí, (houpe) a zpívá. Když skončí, musí „vnouček“ uhodnout jméno babičky. Když uhodne, babička ho vystřídá, pokud ne, jde k jiné babičce a vše se opakuje.



Konkrétní techniky

7. Písničky s pohybem

- **cíl: koordinace zpěvu s pohybem**
- Například píseň „Na tý louce zelený“ či „Hlava, ramena, kolena, palce“ (Šimanovský str. 162). Radu písní s pohybem lze vymyslet či najít v knize Zdeňka Petržely „Zpíváme si“.

8. Signály rukou

- Průběh melodie, rytmu a dynamiky klienti reflektují pohybem, držením a tvarem rukou

9. Dirigování

- Klient či protagonista vede skupinu v průběhu živého provedení hudby použitím gest podle partitury nebo jiného notačního systému
- **Dirigent improvizace**

cíl: posílení komunikace, sebedůvěry a soudržnosti skupiny

Člen skupiny coby dirigent rozdělí hudební nástroje, dá slovní pokyny a diriguje skupinu – určuje tempo hry, zesílení, zeslabení, sólová hraní, zakončuje skladbu.