

**Jabok – Vyšší odborná škola sociálně pedagogická a teologická**  
**Evangelická teologická fakulta Univerzity Karlovy**

**Muzikoterapie a autismus**

(muzikoterapeutický program)

**Autor:** Lucie Sladká

**Předmět:** Cílená muzikoterapie II.

**Vedoucí práce a konzultant:** Jana Zajícová

**Místo a rok:** Praha, 2014

*Autismus je patrně nejznámější poruchou z diagnostického souboru, který nazýváme poruchy autistického spektra. Jedná se o prevazivní vývojovou poruchu. Do PAS také patří poruchy, které jsou spojovány především s narušením funkcí mozku. Některé jsou téměř disfunkční a jsou zjevně spojeny s mentální retardací. Zatím co jiné mají mírnější projevy. PAS mohou být diagnostikovány během pěti let, ale v řadě případů jsou rozpoznány již v osmnácti měsících.<sup>1</sup>*

Nervová soustava dětí s PAS nemá schopnost přiměřeně přijímat a zpracovávat informace ze smyslů. To se týká zraku, čichu, sluchu a dotyků. Proto tyto děti mohou vnímat bolestivě dotyk oblečení, zvonění telefonu, můžou je rozrušit některé vůně i chutě, ale také i nějaké barvy atd.<sup>2</sup>

Před dosažením třetího roku je již zřejmý opožděný vývoj řeči a neschopnost využívat řeč v sociálním kontaktu. Autistické děti mají omezené schopnosti při svých hrách. Vytvářejí si určité vzorce stereotypního chování, které jsou nápadným a charakteristickým projevem ke stanovení diagnózy. Pro okolí jsou to zjevné opakující se pohyby rukou, prstů nebo i celého těla, které nemají zdánlivě žádný zřejmý účel.<sup>3</sup>

Autisté nechápu, proč se lidé chovají určitými způsoby a samy se neumějí chovat tak, jak lidé za určitých situací očekávají. Součástí charakteristiky autistických obtíží je malé porozumění okolnímu prostředí. Autista obtížně vyjadřuje svá přání a potřeby, zpravidla dává najevo nesouhlas svým křikem. Charakteristické je také lpění na neměnnosti způsobů života a prostředí, které mu poskytuje určitý pocit bezpečí svou stálostí a opakováním. Autisté nejsou schopni dvou věcí: spolupracovat a přizpůsobit se.<sup>4</sup>

### **Muzikoterapeutická místnost**

Diagnóza autismus bývá navíc často spojována s dalšími přidruženými poruchami, např. ADHD, proto je vždy nutné prostředí, ve kterém má terapeutický proces probíhat, vhodně upravit tak, aby se zde dítě nemohlo poranit a aby se v něm cítilo sebejistě. Muzikoterapeutická místnost by měla sloužit za účelem relaxace. Místnost by měla na začátku

---

<sup>1</sup> STRUNECKÁ, Anna, Blanka URBÁNKOVÁ, Linda CECAVOVÁ a Anděla ŠÁRKOVÁ. Přemůžeme autizmus?. 1. vyd. Blansko: Miloš Palatka - ALMI, 2009. ISBN 978-809-0434-400.

<sup>2</sup> STRUNECKÁ, Anna, Blanka URBÁNKOVÁ, Linda CECAVOVÁ a Anděla ŠÁRKOVÁ. Přemůžeme autizmus?. 1. vyd. Blansko: Miloš Palatka - ALMI, 2009. ISBN 978-809-0434-400.

<sup>3</sup> STRUNECKÁ, Anna, Blanka URBÁNKOVÁ, Linda CECAVOVÁ a Anděla ŠÁRKOVÁ. Přemůžeme autizmus?. 1. vyd. Blansko: Miloš Palatka - ALMI, 2009, s 25. ISBN 978-809-0434-400.

<sup>4</sup> STRUNECKÁ, Anna, Blanka URBÁNKOVÁ, Linda CECAVOVÁ a Anděla ŠÁRKOVÁ. Přemůžeme autizmus?. 1. vyd. Blansko: Miloš Palatka - ALMI, 2009, s. 26. ISBN 978-809-0434-400.

každého muzikoterapeutického sezení vypadat vždy stejně, aby si ji dítě spojilo s danou činností a aby její změna nerozrušila.<sup>5</sup>

## **Nástroje vhodné pro muzikoterapii dítěte s autismem**

V individuální terapii je důležité pro začátek nabídnout klientovi dostatečný počet rytmických nástrojů, ale ne zahltit dítě mnoho nástroji. Vhodnější je nástroje postupem času přidávat. Je třeba pečlivě vybírat nástroje pro muzikoterapii, tak, aby se s nimi klient nemohl poranit nebo aby nevykluzovaly pro něj nepříjemné zvuky. Některým dětem vadí vysoký zvuk flétny, v jiných může hra na bonga vyvolat agresi.<sup>6</sup>

## **Typy terapií**

Pro dítě s autismem je nejvhodnější individuální muzikoterapie, při které dochází k navázání vztahu klient-terapeut. Pokud dítě trpí velmi těžkou formou autismu, mohou se na muzikoterapii podílet dva muzikoterapeuti. Někdy dochází po čase k zařazení dítěte do skupinové terapie, kde se učí sociálním vztahům, druhé z problematické triády poruch autistického spektra.<sup>7</sup>

Velmi vhodná se jeví také komunitní muzikoterapie, v níž zapojí i rodiče a sourozenci. Rodina je pro dítě s autismem velmi důležitá a je nutné, aby vědělo, jak s ní komunikovat. Rodiče pak doma mohou volně pokračovat tam, kde muzikoterapie skončila, aby dítě o své nově nabyté schopnosti nepřišlo. Tyto fáze mají rituální charakter muzikoterapie, tolik důležitý pro klienty s autismem.<sup>8</sup>

Každé sezení by měla otvírat neměnná kontaktní (uvítací) píseň. Tento úvodní rituál informuje dítě s autismem o tom, že začíná muzikoterapie a koncentruje jeho mysl pouze na tuto činnost.<sup>9</sup>

---

<sup>5</sup> KREJČÍ, Daniela. MUZIKOTERAPIE A AUTISMUS: Hudba v muzikoterapii jako prostředek ke komunikaci u dětí s autismem. Brno, 2010.

<sup>6</sup> KREJČÍ, Daniela. MUZIKOTERAPIE A AUTISMUS: Hudba v muzikoterapii jako prostředek ke komunikaci u dětí s autismem. Brno, 2010.

<sup>7</sup> KREJČÍ, Daniela. MUZIKOTERAPIE A AUTISMUS: Hudba v muzikoterapii jako prostředek ke komunikaci u dětí s autismem. Brno, 2010.

<sup>8</sup> KREJČÍ, Daniela. MUZIKOTERAPIE A AUTISMUS: Hudba v muzikoterapii jako prostředek ke komunikaci u dětí s autismem. Brno, 2010.

<sup>9</sup> KREJČÍ, Daniela. MUZIKOTERAPIE A AUTISMUS: Hudba v muzikoterapii jako prostředek ke komunikaci u dětí s autismem. Brno, 2010.

## **1. První fáze, navázání kontaktu**

V první fázi je hlavním cílem navázání kontaktu s postiženým dítětem. Prvotní aktivita vychází ze strany muzikoterapeuta a jeho úkolem je navázat vztah s dítětem. Někdy trvá i několik sezení, než dítě vezme terapeuta na vědomí a začne s ním spolupracovat. To vyžaduje velkou míru trpělivosti, kreativity a vynalézavosti ze strany muzikoterapeuta.<sup>10</sup>

Prvotní kontakt vychází z individuálních projevů dítěte. Může být navázán například tak, že terapeut napodobuje pohyby dítěte, reaguje na jeho křik pomocí hudební improvizace atd. Další variantou je, že muzikoterapeut začne tiše zpívat tzv. uvítací píseň, obvykle jednoduchého typu, kterou dítě oslovuje a zdraví. Taková píseň zůstává zachována po celou dobu muzikoterapeutického procesu a opakuje se vždy na začátku každého sezení.<sup>11</sup>

## **2. Druhá fáze**

Po několika dalších sezeních může převzít iniciativu samo dítě a z vlastní vůle cíleně zahájit komunikaci s muzikoterapeutem. V hudební improvizaci se pracuje se zrcadlením (nápodobou rytmu, melodie, důrazu), které dělá dětem s autismem problém. Tímto způsobem dochází k navázání vztahů na úrovni klient-terapeut a klient-hudba, stěžejních pro postup do třetí fáze muzikoterapie.<sup>12</sup>

## **3. Třetí fáze**

V této fázi dle aktuálních možností dítěte s autismem doplnit do muzikoterapie vedle hudební improvizace i zpěv. Tato technika napomáhá rozvoji artikulace a podporuje správnou práci s dechem. Jednoduché texty, které souvisejí s životem dítěte s autismem a komentují jej, se mohou stát můstkem na cestě od komunikace pomocí hudby k verbálnímu vyjadřování a tím k lepšímu začlenění do společnosti.<sup>13</sup>

## **4. Čtvrtá fáze**

Další fázi může představovat zapojení dítěte s autismem do malé skupinové terapie (3-8 klientů). Zde se objevuje za pomoci hudby nový typ vztahu klient – klient, jenž napomáhá

---

<sup>10</sup> KREJČÍ, Daniela. MUZIKOTERAPIE A AUTISMUS: Hudba v muzikoterapii jako prostředek ke komunikaci u dětí s autismem. Brno, 2010.

<sup>11</sup> KREJČÍ, Daniela. MUZIKOTERAPIE A AUTISMUS: Hudba v muzikoterapii jako prostředek ke komunikaci u dětí s autismem. Brno, 2010.

<sup>12</sup> KREJČÍ, Daniela. MUZIKOTERAPIE A AUTISMUS: Hudba v muzikoterapii jako prostředek ke komunikaci u dětí s autismem. Brno, 2010.

<sup>13</sup> KREJČÍ, Daniela. MUZIKOTERAPIE A AUTISMUS: Hudba v muzikoterapii jako prostředek ke komunikaci u dětí s autismem. Brno, 2010.

rozvoji nejen komunikačních schopností, ale i sociální interakce mezi lidmi. Děti s postižením se postupně učí vyjadřovat a dle individuálních schopností dále verbalizovat své pocity a komunikační záměry a totéž identifikovat u ostatních ve skupině. Technika zpěvu ve skupinové terapii pak posiluje povědomí o ostatních členech skupiny.<sup>14</sup>

## Typy technik

Interpretace - **strukturu** k rozvoji dovedností k chování v určitých rolích, paměť, rozšiřování slovní zásoby

Improvizace

## Program

1. Navázání kontaktu klient – terapeut: studenti se rozdělí do dvojic a jeden z dvojice bude terapeut a druhý klient. Terapeuti mají za úkol navázat kontakt s klientem pomocí hudebních nástrojů. Ti co budou klienty, mají za úkol se vžít do role autistů.
  - reflexe – terapeuti: jak se vám navazoval kontakt s vaším klientem, klienti – jak se vám vžívalo do role autistů, jak jste se cítili při navazování kontaktu
2. Zrcadlení – studenti zůstanou ve dvojicích a vyberou si, kdo z nich bude autistický klient a kdo jeho terapeut. Úkolem této dvojice je, aby muzikoterapeut napodoboval melodii, rytmus, který dítě vydává.
  - reflexe – jaké pro ně bylo zrcadlit někoho jiného a jestli by si nechtěli vyměnit role a jaké to bylo pro ty, co udávali první tóny.
3. Písničky s pohybem - cíl: koordinace zpěvu s pohybem
  - „Hlava, ramena, kolena, palce“ – Hráči se v rytmu a v souladu s textem chytají za jmenované části těla oběma rukama. Zpíváme opakovaně
4. Improvizace – studenti si sednou po kruhu a všichni zaujmou roli klienta, každý ze studentů si vybere nástroj, na který bude chtít hrát. Téma je: „Vyjádřete, jak se momentálně cítíte v tomto kolektivu.“ Po improvizaci, studenti budou mít za úkol namalovat, jak se cítili v kolektivu a jak vnímali ostatní.
  - reflexe toho co namalovali

---

<sup>14</sup> KREJČÍ, Daniela. MUZIKOTERAPIE A AUTISMUS: Hudba v muzikoterapii jako prostředek ke komunikaci u dětí s autismem. Brno, 2010.

## **Seznam literatury:**

1. STRUNECKÁ, Anna, Blanka URBÁNKOVÁ, Linda CECAVOVÁ a Anděla ŠÁRKOVÁ.  
Přemůžeme autismus?. 1. vyd. Blansko: Miloš Palatka - ALMI, 2009. ISBN 978-809-0434-400.

Další zdroje:

2. KREJČÍ, Daniela. MUZIKOTERAPIE A AUTISMUS: Hudba v muzikoterapii jako prostředek ke komunikaci u dětí s autismem. Brno, 2010.