

# Muzikoterapie pro lidi s koktavostí

---

## projevy koktavosti

- Dýchání
- Fonace
- Artikulace

## definice koktavosti

- Nejzjevnější příznaky jsou nedobrovolné a nekontrolovatelné dysfluence při řeči.
- Jsou provázeny nadměrnou námahou při artikulaci a psychickou tenzí vycházející z problémů při realizaci komunikačního záměru.
- Signifikantní, charakteristické a integrální aspekty syndromu koktavosti jsou **afektivní a kognitivní komponenty** společně s **behaviorálními složkami**.
- Koktavost je vada plynulosti a tempa řeči spastického typu.

## výchovné přístupy

- Okamžitě zahájit odbornou péčí.
- Klidně reagovat na dysfluence, netrestat, nekritizovat, neposilovat pocit výjimečnosti, nec
- Zklidnit rodinné klima, zpomalit tempo denního režimu, omezit televizi, vyloučit všechny zdroje neklidu, omezit kontakt s osobami s koktavostí.
- Klidné spolupovídání ...
- Neopravovat dysfluentní celky.
- Minimalizovat výskyt dysfluencí.

## terapie

- Práce s rodinou, postoje k dysfluenci, prevence....
- Rozvoj řeči a jazyka. Optimalizace vývoje řeči a jazyka.
- Dechová a hlasová cvičení, uvolňovací artikulační cvičení, cvičení plynulosti mluvy, cvičení čtením, asociační cvičení, řečnická cvičení.

## prebloková korekce

- (1) zastavte se, a to úplně
- (2) pokuste se uvolnit napětí v oblasti mluvidel
- (3) zatímco relaxujete, rozpomeňte se, co obvykle děláte abnormálně při blokadě
- (4) vybavte si, čemu jste se naučili a co vám pomáhá odstraňovat a upravovat abnormality, kterých se při hlásce dopouštíte
- (5) v mysl si zopakujte jaký správný pocit v ústech by jste měli mít
- (6) když se váš dech vrátí do normálu, řekněte slovo s opravou
- (7) artikulujte hlásku, slovo klouzavě rezonovaným protahovaným způsobem

## Příznaky koktavosti

Příznaky koktavosti lze shrnout do několika základních skupin:

- vícenásobné opakování ( ma-ma-ma-ma-máma)
- prodlužování (m-m-m-m-máma)
- hlasové napětí
- zrychlené tempo řeči
- narušené dýchání (nepravidelné, povrchní a přerušované)
- zvýšený výskyt vsuvek v řeči (typu mmm, ehm, eee)
- pauzy v řeči (i v místech, kde v mluveném projevu nejsou očekávány)
- blokády (neschopnost vyslovení některých hlásek – nejčastěji P, B, T, K, G)
- přeformování vět za účelem vyhnutí se obtížným slovům

"Řeč koktavých je doprovázena velkým svalovým úsilím. Pro koktavého je mluvení velmi citově náročnou situací. Koktavost se neprojevuje při šeptání, zpěvu a někdy ani tehdy, mluví-li si koktavý sám pro sebe o samotě."

## **Muzikoterapie pro lidi trpící kóktavostí**

Muzikoterapie je léčebná metoda, která používá hudbu, a jiné zvuky či vibrace jako terapeutický prostředek, který vede ke zlepšení zdraví, pocitů, prožívání či situace klienta.

Muzikoterapie se v základním dělení rozděluje podle počtu klientů, a to na individuální, párová a skupinová.

Dále se dělí na fáze, muziko-terapeutického procesu, ten je rozdělen do tří základních fází. první fází se myslí – seznámení s klientem, jeho dokumentací, kazuistikou a anamnézou atp., dále do této fáze patří příprava muziko-terapeutické místnosti, pomůcek, čo rozhovor s rodiči nebo zástupcem klienta a klientem samotným, tuto fázi nazýváme **Preterapie**.

Druhou fází, kterou je už samotný muziko-terapeutický proces nazýváme **Terapie či terapeutické setkání**.

Třetím a posledním fází je **postterapie** – tím je myšleno zhodnocení každého setkání. Důležité je po určitém času podle výsledků klienta doplňovat nebo měnit plán muziko-terapeutického procesu.

### **Muziko-terapeutický proces u lidí s kóktavostí.**

#### **Lidé s kóktavostí:**

U lidí s kóktavostí i jinými vadami řeči se nejvíce pozornosti věnuje: dýchání, artikulaci a fonaci. zásady: člověk se nechává mluvit, neskáče se mu do řeči, nedopovídají se za něj věty, posiluje se sebevědomí. Důležitá je i práce s rodinou

4 základní muzikoterapeutické techniky pro lidi s kóktavostí jsou: dechová cvičení, interpretace, relaxace se zaměřením na dýchání, improvizace.

Muziko-terapeutickými okruhy jsou pak, dýchání, rytmizace spojená se zpěvem, zpěv zaměřený na první dobu, uvolnění a relaxace,

- Primárním cílem muziko-terapeutické intervence je žádoucí změna ve sledovaných oblastech klientů s kóktavostí. Dechová a hlasová cvičení, uvolňovací artikulární cvičení, cvičení plynulosti mluvy, cvičení čtením, asociační cvičení, řečnická cvičení.

## **Program**

### **1) aktivita rozhybaní – zaměřené na dýchání**

Cílem – rozdýchat klienty, aby byli připraveni na další aktivitu, problémem u lidí s koktavostí a dalšími jazykovými vadami je jedním z hlavních problémů, právě dýchání, a tato cvičení jsou právě na toto zaměřená.

Věk: není určen, omezen je pouze tím, aby klient pochopil, co má dělat.

Forma: Individuální, Skupinová

Postup: Klient se uvolní a provádí cviky s doprovodným vysvětlováním. Leží, stojí se v kruhu a prodýchá se Břicho/prsa, lukostřelec. atp

### **2) Zpěv Písničky**

Cílem:

věk: není, určen

Forma: Individuální, skupinová

Postup: sedí se v kruhu, nejprve se pustí písnička a rozdá se text, aby si ho všichni mohli osvojit, poté se zpívá nejprve v doprovodu originálu poté i bez doprovodu. Jde o to, aby procvičili svaly mluvidel, důležitý výběr písničky na první zaměřenou na první dobu

### **3) rytmizace písničky**

Cílem:

forma: Skupinová, individuální

Věk: není určen

postup: klientům se rozdají nástroje (dřívka a bubínky) a na předešlou písničku rytmizuje a zpívá.

### **4) improvizace s prvotním doprovodem písň**

Cílem

Forma: skupinová, Individuální

Věk: Není určen

Postup: Klientům se znovu rozdají nástrojem, tentokrát si klienti mohou vybrat jakékoliv. Improvizace začíná tichem, poté se pustí písnička a do ní se improvizuje.

### **5) relaxace**

Cílem: odpočinek klientů. U této skupiny opět zaměřené na dýchání.

Věk: Není určen

Forma: skupinová, individuální

Postup: klienti si udělají pohodlí, lehnou si, a soustředí se pouze na dýchání

### **6) reflexe**

Cílem: je nějak zhodnotit ten daní program, skupinu atp, pracovník na to potom staví dál.

Věk: není určen

forma: skupinová, individuální, párová

postup: rozdají se papíry a psací potřeby. Klienti si udělají pohodlí, sednou si, kam chtějí a pustí se jim nějaký hudební doprovod.