

## MUZIKOTERAPIE

Muzikoterapie je součástí léčebné pedagogiky. Metoda se používá jako terapeutický prostředek za využití hudby nebo zvuků, melodie a rytmu. Muzikoterapie je vhodnou terapeutickou metodou u jedinců, u nichž byl diagnostikován autismus, mutismus, psychóza, neuróza, psychosomatické onemocnění, neurologické postižení, nevidomost...

Je prokázáno, že hudba **ovlivňuje srdeční rytmus, krevní tlak, dýchání, svalové napětí, motoriku a termoregulaci**. Používá se ke **zmírnění bolesti, úzkosti a strachu**.

V naší organizaci praktikujeme Celostní muzikoterapie Lubomíra Holzera (CMLH), pod vedením vyškolených muzikoterapeutů. Pojem „celostní terapie“ znamená takový léčebný přístup ke klientovi, který vnímá člověka jako celek na všech jeho úrovních – úrovni těla, mysli i ducha.

Se zení se účastní žáci se všemi stupni mentálního postižení, s kombinací postižení, s poruchami autistického spektra, děti ubytované na internátě školy i děti žijící v dětském domově.

Muzikoterapie využívá a kombinuje různé hudební prvky: melodii, harmonii, rytmus, tempo, dynamiku a metrum. To všechno na člověka působí a my se tak zaměřujeme na celkové zlepšení kvality života žáků naší instituce.

Podstatné pro nás je, že cílem muzikoterapie není rozvoj hudebních dovedností a znalostí o hudbě, ani vytvoření hudebně dokonalého estetického přednesu, výsledku. Rozvoj hudebních dovedností v muzikoterapii je vedlejším výsledkem naší činnosti. Hudba zde vystupuje jako prostředek, ne cíl.

### Muzikofiletika

Muzikofiletiku můžeme stručně charakterizovat jako tvořivé, zážitkové a reflektivní pojetí hudby a uměleckých hudebních činností ve vzdělávání, které směřují k poznávání sebe, druhých a světa v kontextu umění a kultury, a jehož základem je využití kvalit zvuku, hudby a vztahu člověka k nim.

Muzikofiletika je multidisciplinární obor, který využívá poznatky z mnoha dalších oborů a může se s nimi v určitých oblastech prolínat, zejména s hudební výchovou a muzikoterapií, ale také čerpá z poznatků osobnostní a sociální výchovy, hudební psychologie, hudební teorie.

Základními prostředky v muzikofiletice jsou: hra na tělo, hlas a zpěv a dále hra na nejrůznější hudební nástroje. Těmito prostředky je možno přímo tvořit živou hudbu, muzicírovat. Dalším prostředkem je potom hudba reprodukováná, která skýtá jiné možnosti, např. zapojení tance, relaxace, malování na hudbu atd.

Základními metodami jsou : hudební improvizace (tvoření vlastních melodií, rytmů, nejrůznějších kombinací a variací hlasem nebo instrumentálně), hudební interpretace (zpěv písní nebo hudební ztvárnění vybraných skladeb), kompozice (skládání vlastních písní nebo skladeb) a poslech hudby (k vybrané aktivitě nebo relaxaci).



