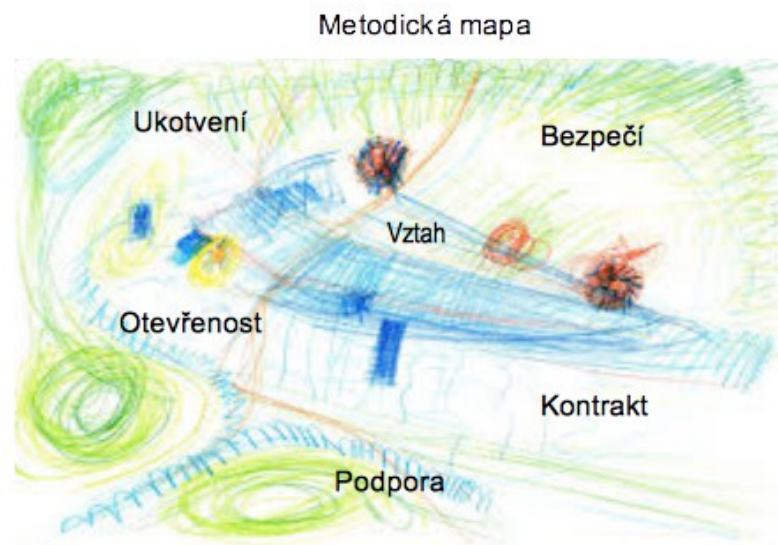


METODICKÁ MAPA (zahrnující základní principy, ke kterým se hlásíme)

Muzikoterapie je obor, který zahrnuje širokou škálu terapeutických konceptů a přístupů. Osobně ve svém konceptu vycházím z celostního pojetí terapeutické práce (celostním přístupem se v muzikoterapii i dalších oborech inspirované celá řada konceptů, které mohou z hlediska teoretických východisek i praxe vypadat velmi odlišně. Mnou praktikovaný koncept filozoficky a teoreticky vychází především ze systemického, narativního a neexpertního přístupu). Pracuji s vlastní metodou „prožitkové vlny“, která pracuje s přímočarým vlivem hudby na naše prožívání. Svůj muzikoterapeutický koncept zkusím přiblížit pomocí jednoduché metodické mapy, která poukazuje na základní principy, ke kterým se v terapeutické praxi hlásíme:

Celostní přístup v muzikoterapeutické praxi má integrující charakter. Integrující proto, že terapeutický proces využívá rozmanité prvky a postupy i jiných terapeutických metod. V terapeutickém procesu se snažíme o komplexní a zároveň jednotné působení na člověka. Z hlediska celostního pojetí není tedy muzikoterapie monoterapií, ale naopak cíleně používá relaxační i abreakční techniky, pohybové aktivity, prvky arteterapie, působení vizuálních podnětů apod.



VZTAH – vnímáme jako jádro jakékoliv pomáhající práce. Usilujeme o neexpertní přístup – Snažíme se, aby muzikoterapii mohl využívat při práci s klienty širší okruh lidí bez ohledu na pracovní role (lidé, kteří jsou s klienty v bližším osobním kontaktu). Tím že se snažíme se i v ústavním prostředí uspokojit potřebu blízkosti, bezpečí, dotyku a emoční podpory, klademe důraz na individuální podporu, schopnost a ochotu se emočně vztahovat. Náš koncept zároveň pracuje i se skutečností, že vedle terapeutického vztahu může být i sama hudba nositelem terapeutického působení.

BEZPEČÍ – je první nutný krok pro navázání a rozvíjení vztahu, tento princip posiluje partnerskou rovinu, etické hranice pomáhajícího vztahu. Úspěch terapie je ovlivněn možností svobodné volby a mírou bezpečí v tomto smyslu. Nabízíme klientovi setkání, společný prožitek, bez tlaku na výkon a správnou reakci. Klient má právo odmítnout, nezapojit se.

Tento princip se týká i pomáhajícího - Muzikoterapii může dobře dělat jen ten, kdo je osobně motivovaný, ochotný průběžně svoji práci reflektovat a dalšímu seberozvoji.

Bezpečí je také o prostoru, kde se terapie odehrává - Vytvořili jsme originální koncept muzikoterapeutického ateliéru, kdy interiér pojmáme jako volný měkký prostor, bez prvků které by poutaly klientovu pozornost a rušili vzájemný kontakt. Pomocí kvalitního, měkkého, na dotek příjemného koberce, stěn a podhledu vytvořených z látek v neutrálních barvách je vytvořen kompaktní prostor navozující pocit bezpečí, měkkosti. Součástí ateliéru je dále kvalitní audiotechnika, reflektory umožňující pomocí rozptýleného světla měnit atmosféru místnosti a světelnou intenzitu, široký instrumentář hudebních nástrojů, relaxační a rehabilitační pomůcky, plocha na arteterapeutické techniky. Veškeré toto vybavení je v ateliéru umístěno tak, aby se stalo součástí vnitřního prostoru pouze ve chvíli, kdy se stává terapeutickým prostředkem.

Podoba, atmosféra ateliéru a zážitky spojené s terapií vytváří z tohoto prostoru výjimečné místo, které má pro klienty důležitý význam. Specifickou součástí ateliérů pro individuální muzikoterapii je vibrační plocha umožňující vnímat zvuk a hudbu multisenzoriálně (což nabízí zajímavé možnosti např. při práci s klienty s pohybovým handicapem).

KONTRAKT - terapeutický vztah je vymezený kontraktem a etickými pravidly. Považujeme za důležité pojmenovávat, co jak kdy proč budeme s klientem dělat. V terapii je důležité se ptát po zakázce klienta a tuto zakázku respektovat. Do kontraktování se snažíme vtahovat celou vztahovou síť kolem klienta a k zakázce klienta se průběžně společně vracíme. Využíváme možnosti muzikoterapie reagovat na zdravotní stav klienta, rozvíjet jeho schopnosti a kvalitu života prostřednictvím konkrétně pojmenovaných cílů. Důraz na sociální situaci klienta. Kvalita vztahů má dle naší zkušenosti zásadní vliv na míru jeho životní spokojenosti.

PODPORA - slabinou ústavní péče u nás je často tendence přepečovávat klienty v oblasti biologických potřeb, tendence posilovat závislost klientů na nás a omezovat různorodost bohatost života ve snaze omezit možná rizika. Snažíme se tedy upřednostňovat podporu před péčí. Naše podpora není omezena procesem muzikoterapie, snažíme se angažovat v zájmu klienta.

Vytvořili jsme systém supervize, který umožňuje bezpečně reflektovat to, co s klienty v muzikoterapii děláme. Zároveň podporujeme lidi v týmu k získávání dalších znalostí i dovedností.

OTEVŘENOST - náš přístup je otevřený model. Využíváme různé formy muzikoterapeutické práce, pracujeme formou muzikoterapie individuální i skupinové. Při muzikoterapeutickém setkání využíváme aktivně instrumentální a hlasové techniky a bez zábran využíváme i hudbu reprodukovanou. Samotný prostor muzikoterapie není v našem pojetí monoterapií.

Hledáme to, co je pro klienta užitečné - relaxační metody, abreakční techniky, prvky dalších expresivně terapeutických metod. V posledních letech, především při práci s lidmi s těžkým postižením je nedílnou součástí muzikoterapeutického procesu práce s dotykem. Dotyk patří společně s hudbou mezi nejbazálnější způsoby terapeutické podpory. Komunikace dotykem, provází člověka celý život a do poslední chvíle je pro něho velmi důležitým kontaktem s okolním světem. Práce s dotekem je podobně jako práce s rytmem a hlasem... hudbou, zřejmě nejstarším a nejjednodušším způsobem léčby. Tyto bazální způsoby podpory velmi přímočaře působí na naši citovou, mentální i vzpomínkovou strukturu. Zejména u dětí s vážnějšími poruchami a kombinovaným postižením pomáhá dotek k sebeuvědomování a k sebezpřijetí (a to nejen u klienta, ale například i u rodičů). Po metodické stránce jsme z tohoto důvodu do naší koncepce integrovali principy bazální stimulace.

Jako příklad naší snahy o integraci metod a celostní přístup chci zmínit náš koncept muzikoterapie ve vodě. Ve spolupráci s holandským lékařem Dr. Donkerem, který je odborníkem v oblasti hydroterapie, jsme v Tloskově vytvořili projekt spojující rehabilitační prvky, vliv vody o teplotě lidského těla, působení speciálně sestavené hudby a barevného světla.

UKOTVENÍ – vytvořili jsme koncept, který umožňuje pracovat s potřebami klientů v určité přirozené struktuře. Tento postup jsem před mnoha lety pojmenoval termínem **prožitková vlna**. Mimo to, že prožitková vlna přirozeně reaguje na potřeby našich klientů, má ještě jeden význam – snižuje nejistotu pomáhajícího. Je to funkční ověřený koncept, o který je možné se bezpečně opřít. A to dokonce i tehdy, když nemáme hudební průpravu a rozvinuté terapeutické kompetence. Prožitková vlna může být jen očistným rituálem... ale zároveň práce s prožitkovou vlnou umožňuje, aby se na jejím pozadí realizovaly změny na hlubších a intimnějších rovinách (což sebou nese nutnou potřebu odpovídajícího terapeutického vzdělání a kompetencí).