



Daniela Colonna-Kasjan

Akademia Muzyczna im. Karola Lipińskiego we Wrocławiu

Specyfika kształcenia w zakresie muzykoterapii

Educational Benefits within the Field of Music Therapy

Działania muzykoterapeutyczne postrzegane są aktualnie w różny sposób, najczęściej zależny od zasobu wiedzy i doświadczeń dotyczących tego obszaru działań. W wielu ośrodkach zajęcia muzykoterapii traktowane są jako istotny element terapii kompleksowej, nadal jednak muzykoterapeuci mogą zetknąć się ze sceptycznym nastawieniem do swojej pracy. Nie neguje się wprawdzie wpływu samej materii muzycznej na odbiorców, czyli podmiot oddziaływania muzykoterapeutów, lecz metody i techniki muzykoterapii bywają pojmowane jako bardziej intuicyjne niż oparte na podstawach naukowych. Można przyjąć, że muzykoterapia jest przestrzenią dla aktywności interdyscyplinarnej, opartej na rzetelnej znajomości materii muzycznej, wiedzy na temat funkcjonowania ludzkiego organizmu i psychiki, mechanizmów rządzących emocjami i uczuciami.

Zgodnie z definicją sformułowaną przez Evena Ruud'a w muzykoterapii wykorzystuje się muzykę i jej elementy w procesie zaplanowanym dla ułatwienia i doskonalenia komunikacji, uczenia się, mobilizacji, ekspresji, koncentracji fizycznej, emocjonalnej, intelektualnej i poznawczej w celu rozwoju wewnętrznego potencjału oraz rozwoju lub odbudowy funkcji jednostki. Muzykoterapia ma być

pomocą w osiągnięciu coraz wyższego poziomu integracji intra- i interpersonalnej i wpływać na uzyskanie lepszej jakości życia¹.

Na humanistyczny wymiar muzykoterapii zwracał uwagę Tadeusz Natanson, który traktował muzykoterapię jako formę działań prowadzących do „rehumanizacji współczesnego życia, przez wielostronne wykorzystywanie wielorakich walorów substancji muzycznej w celu ochrony i przywracania ludzkiego zdrowia oraz w celu korzystnego wpływania na współkształtowanie zarówno środowiska, w którym człowiek żyje, jak i na panujące w nim stosunki”².

Aktualne koncepcje dotyczące kultury, sztuki, estetyki wynikają w pewnej mierze z wcześniejszych doświadczeń filozoficznych bądź też kreowane są w opozycji do nich. W dobie kultury ponowoczesnej można przeżywać trudności w poszukiwaniu tożsamości i spójności w postępowaniu, dążeniu i wyobrażeniach o szczęściu, co podkreśla Zygmunt Bauman³.

Autor ten posiłkuje się określeniem *płynna nowoczesność*, sygnalizując przejście od fazy stabilnej do fazy, której cechą charakterystyczną jest

samonapędowa i samointensyfikująca się, kompulsywna i obsesyjna „modernizacja”⁴.

Muzykoterapia wpisywać się może w nurt życia współczesnego człowieka jako forma, dzięki której można dążyć do uzyskania równowagi i harmonii w relacjach z samym sobą i z innymi ludźmi.

Programowanie i prowadzenie sesji muzykoterapeutycznych wymaga jednak, obok profesjonalnego przygotowania, także właściwego sposobu postępowania w stosunku do pacjenta czy podopiecznego - taktu, delikatności, konsekwencji, spostrzegawczości, refleksu,

¹ Przytaczam za: W. Szulc *Sztuka w służbie medycyny. Od antyku do postmodernizmu*, Poznań 2001, s. 70.

² T. Natanson, *Muzyczna profilaktyka w procesie nauczania-wychowania- wybrane refleksje*, [w:] *XIII ogólnopolskie spotkanie współpracowników Instytutu Muzykoterapii*, red. Z. Hora, M. Passella, „Zeszyt Naukowy Akademii Muzycznej we Wrocławiu” nr 45, Wrocław 1988, s. 123.

³ Z. Bauman, *Dwa szkice o moralności ponowoczesnej*, Warszawa 1994, s. 37.

⁴ Z. Bauman, *Kultura w płynnej nowoczesności*, Warszawa 2011, s. 26.

otwartości, akceptacji, dlatego też w toku kształcenia muzykoterapeutów istotną rolę pełni:

- kształtowanie i podnoszenie poziomu umiejętności, które wpływają na jakość nawiązywania i utrzymywania relacji międzyludzkich,
- formowanie wzorów zachowań nacechowanych empatią,
- kształtowanie wrażliwości na potrzeby drugiego człowieka,
- podejmowanie różnych rodzajów aktywności poznawczej,
- konstruowanie rzetelnej samooceny i refleksyjne podejście do własnych działań,
- doskonalenie umiejętności warsztatowych,
- permanentne poszerzanie wiedzy ogólnej i specjalistycznej.

Podstawę technik muzykoterapeutycznych stanowi muzyka, zatem od muzykoterapeuty oczekiwać należy wysokiego poziomu kompetencji muzycznych zdobywanych w toku kolejnych lat edukacji.

Formalna edukacja muzyczna w Polsce prowadzona jest w dwóch nurtach – ekstensywnie w szkołach ogólnokształcących i intensywnie w profesjonalnym szkolnictwie muzycznym⁵.

W podstawowych i średnich szkołach ogólnokształcących przedmiot „muzyka” bywa traktowany w różny sposób, zajęcia z obszaru sztuki muzycznej prowadzone są dość często przez nauczycieli nie będących muzykami. Stosunkowo niewielu uczniów ma możliwość zdobywania głębokich doświadczeń muzycznych w toku edukacji szkolnej, aczkolwiek istnieją wyjątki i nauczyciele, którzy pasję muzyczną przekazują swoim podopiecznym. Rzutuje to niewątpliwie na poziom wiedzy muzycznej społeczeństwa i wpływa na kształtowanie gustów estetycznych, co pośrednio wpływa także na jakość postrzegania muzykoterapii w różnych środowiskach społecznych. W opinii Agnieszki Weiner przeciętnego Polaka charakteryzuje

dramatycznie niski poziom umiejętności muzycznych⁶,

przy czym w szkolnictwie ogólnokształcącym należałoby jednak dążyć do tworzenia warunków sprzyjających wychowaniu przez sztukę.

⁵ A. Weiner, *Kompetencje muzyczne dzieci w młodszym wieku szkolnym. Determinanty, zależności, perspektywy rozwoju*, Lublin 2010, s. 9.

⁶ Ibidem, s. 9.

Specjalistyczne szkolnictwo muzyczne, zwłaszcza prowadzone w szkołach muzycznych II stopnia, służy w znacznej mierze kształceniu zawodowemu. Od kandydata do szkoły muzycznej wymaga się posiadania predyspozycji muzycznych, które weryfikowane są podczas procesu rekrutacji. W szkołach muzycznych przeprowadza się także badania psychologiczne, których celem jest diagnoza predyspozycji psychicznych kandydata. W toku realizacji tej ścieżki edukacyjnej zdolności są równie ważne jak gotowość do ekspozycji publicznej, do natychmiastowego koncertowania uwagi, do podejmowania aktywności twórczej, odporność na stres, wytrzymałość. Podjęcie edukacji muzycznej przez dziecko wymaga często zaangażowania całej rodziny w organizację zajęć, dojazdów, zakupu instrumentów, ćwiczenia na instrumencie etc. etc. Można przyjąć, że absolwenci szkół muzycznych mają za sobą trening organizacji czasu, związany z koniecznością wypełnienia wszystkich obowiązków, w tym ćwiczenia na instrumencie.

Kształcenie muzyczne wpływa korzystnie na poziom osiągnięć uczniów w zakresie wiedzy ogólnej, podnosi poziom ich uspołecznienia i dojrzałości w organizowaniu swojej pracy, a także poprawia zdolność utrzymania samodyscypliny, co wykazała Zofia Burowska⁷.

Uczniowie szkół muzycznych uczą się organizacji czasu, mobilizacji do działania, przełamywania własnych oporów czy niechęci do pracy w danym momencie. Działania te podejmowane są niezależnie od poziomu predyspozycji muzycznych. W szkolnictwie muzycznym wymaga się także prezentacji własnych osiągnięć w formie popisów, koncertów. Gotowość do występów przed publicznością jest warunkiem uczęszczania do takiego typu szkoły. Uczniowie zobligowani są do opanowania umiejętności współpracy z innymi – poprzez uczestnictwo w zespołach kameralnych, orkiestrach i chórach⁸.

Edukacja w dziedzinie sztuki muzycznej związana jest z koniecznością integrowania teorii z praktyką. Wiedza z zakresu teorii

⁷ Za: W. Sacher, *Sluchanie muzyki a kształtowanie emocjonalności dzieci*, Katowice 2004, s. 75.

⁸ Por. D. Colonna-Kasjan, *Rola muzyki w wychowaniu dzieci w młodszym wieku szkolnym*, [w:] *Roczniki Ludowego Towarzystwa Naukowo-Kulturalnego*, red. J. Hampel, Warszawa 2014, s. 15.

muzyki, historii, literatury, analizy dzieła muzycznego i form muzycznych umożliwia przygotowanie muzyka do wykonania utworów zgodnie z przyjętymi kanonami. Praktyka wykonawcza i ćwiczenie poszczególnych umiejętności stanowią jednak kluczowe zadania w trakcie budowania struktury kompetencji muzycznych.

Uczestnictwo w procesie uczenia się muzyki i zdobywania doświadczeń w toku aktywności muzycznej stymuluje rozwój wrażliwości emocjonalnej, działa korzystnie na poziom umiejętności społecznych, w tym na umiejętność pracy zespołowej, umożliwia relaksację, wywiera wpływ na koncentrację uwagi, wspomaga zdobywanie umiejętności w zakresie operacji myślowych, przyczynia się do podnoszenia poziomu koordynacji wzrokowo-słuchowo-motorycznej, rozwija wyobraźnię, mobilizuje do krytycznego myślenia i twórczego działania^{9, 10}. Muzyka i związana z nią aktywność może wywierać wpływ na kształtowanie elementów osobowości i postaw moralnych¹¹.

Predyspozycje muzyczne rozwijane są przede wszystkim dzięki systematycznej i konsekwentnej pracy. Perfekcję zapewnia dostateczna ilość ćwiczeń, których celem jest doskonalenie techniki, trening pamięci, podnoszenie poziomu umiejętności interpretacyjnych.

Każde doświadczenie wpływa na kształtowanie osobowości, rzutuje na nastawienie do sztuki muzycznej jako wytworu kultury, do samego siebie, jako wykonawcy, do innych osób, zwłaszcza tych, które pełnią role odbiorców.

Perspektywy zawodowe muzyków determinowane są nie tylko poziomem umiejętności profesjonalnych, ale zapotrzebowaniem społecznym i sposobami finansowania instytucji służących kulturze muzycznej, w których znaleźć mogą zatrudnienie instrumentalści, wokaliści, teoretycy muzyki, dyrygenci i kompozytorzy oraz inni specjaliści.

⁹ 3.B. Sicherl Kafol, O. Denac, J. Žnidaršič, K. Zalar, *Analysis of Music Education Objectives in Learning Domains*, „Procedia - Social and Behavioral Sciences” 2015, 186, s. 95-96.

¹⁰ W. Szulc, *Arteterapia Narodziny idei, ewolucja teorii, rozwój praktyki*, Warszawa, 2011, s. 116.

¹¹ R. Piotrowska-Dumont, *Wychowanie przez muzykę*, Kraków 2012, s. 12.

Przygotowaniu i doskonaleniu zawodowemu muzyków służą przede wszystkim uczelnie muzyczne, których misje związane są z kształceniem muzycznym, uczeniem warsztatu muzycznego, prowadzeniem działalności dydaktycznej, artystycznej, naukowej, rozwijaniem twórczości. Niemniej istotne wydaje się kształtowanie postaw studentów i mobilizowanie ich do podejmowania aktywności twórczej i naukowej.

W Polsce wzrasta wprawdzie liczba placówek, w których kształcą się muzykoterapeutów, warto jednak zwrócić uwagę na standardy kształcenia, efekty uczenia się, podkreślić rolę wartości uniwersalnych w procesie kształtowania i rozwoju osobowości adeptów sztuki muzycznej, którzy mają nauczyć się, w jaki sposób można wykorzystywać muzykę w muzykoterapii i służyć innym pomocą. Z analizy dokumentów wybranych uczelni muzycznych wynika, że ich posłannictwo związane jest w dużej mierze z kształtowaniem postaw otwartości wobec sztuki, wiedzy i relacji interpersonalnych

W Akademii Muzycznej w Krakowie jako misję traktuje się:

kształcenie muzyków - humanistów w szerokim kontekście kultury muzycznej i sztuki, w myśl dewizy: *per academiā ad astra*, poprzez (...)

- uwrażliwianie na piękno, w którym spotykają się tradycja i nowoczesność, *datum* i *novum*, przeszłość i teraźniejszość;
- otwieranie na różne formy kulturalnej działalności, także: *kulturotwórczej*¹².

W Akademii Muzycznej im. K. Lipińskiego we Wrocławiu misję stanowić ma:

odkrywanie i przekazywanie prawdy (...) w poszanowaniu zasad wolności nauczania, wolności twórczości artystycznej i badań naukowych; dbałość o wszechstronny rozwój studentów, doktorantów, uczestników innych form kształcenia poprzez kształtowanie twórczych, krytycznych, ambitnych i tolerancyjnych osobowości adeptów sztuki muzycznej oraz wytyczanie kierunków rozwoju dyscyplin artystycznych, edukacji artystycznej i wiedzy o sztuce¹³.

Misją Akademii Muzycznej im. K. Szymanowskiego w Katowicach ma być:

¹² Strategia. Akademia Muzyczna w Krakowie, <https://www.amuz.krakow.pl/strategia/> [dostęp: 20.11.2019].

¹³ Akademia Muzyczna im. Karola Lipińskiego we Wrocławiu Misja i strategia rozwoju, <http://amuz.wroc.pl/misja-i-strategia-rozwoju-16> [dostęp: 20.11.2019].

nieskrępowana twórczość artystyczna wraz z badaniami naukowymi, działalność dydaktyczna oraz społeczna rola Uczelni.”(...) działania w stronę całego społeczeństwa, (...) programy zdolne zachęcić do zwrócenia uwagi na wartości płynące z muzyki jako sztuki uniwersalnej¹⁴.

Wszystkie założenia wdrażane w procesie kształcenia muzyków służą także muzykoterapeutom. Zasadniczą różnicę stanowi jednak podejście do muzyki, wykonawstwa, twórczości.

Artysta – muzyk promuje sztukę muzyczną poprzez swoje działania, przy czym w zależności od specjalizacji, zajmuje się praktyką wykonawczą lub teorią muzyki.

Od wykonawcy zależy interpretacja dzieła, co wpływa na odbiór nie tylko muzyki, ale na nastawienie do artysty, jako do osoby, która pełni kluczową rolę dla odbiorcy. Na odbiór muzyki przez słuchacza składa się bowiem wiele czynników związanych z samą muzyką i poszczególnymi elementami dzieła muzycznego oraz tych, które są związane z wykonawstwem - w tym m.in. temperament i cechy osobowości artysty, sposób podejścia do wykonania, dyspozycja w momencie koncertu, rodzaj i jakość instrumentu, akustyka sali.

Publiczność, wybierając koncerty, kieruje się własnymi preferencjami co do wykonawców i repertuaru, dlatego też na niektóre koncerty trudno dostać bilety, gdy wykonawcy potrafili zaskarbić sobie przychylność słuchaczy, którzy tłumnie odwiedzają instytucje muzyczne w trakcie ich występów. W języku potocznym stosunkowo często używa się określenia *idę na ...* i tu pojawia nazwisko artysty. Można zatem przyjąć, że opinia o artyście i jego twórczości stanowi miarę popularności i przyciąga publiczność.

Zdarza się, że zarówno twórcy jak i odbiorcy mają trudności z odnalezieniem swego miejsca w kulturze i problemy ze zrozumieniem dzieła. W czasach współczesnych, w dobie nieustannie zachodzących transformacji społecznych i kulturowych, trudno określić jednoznacznie kanony estetyczne. Jak podaje Z. Bauman

¹⁴ Misja i strategia rozwoju Akademii Muzycznej im Karola Szymanowskiego w Katowicach, <http://www.am.katowice.pl/download/Misja%20i%20strategia%20rozwoju%20Akademii%20Muzycznej%20im.%20Karola%20Szymanowskiego%20w%20Katowicach.pdf> [dostęp: 20.11.2019].

kultura składa się dziś z ofert, nie nakazów (...) posługuje się dziś roztrzaskaniem pokus i rozstawianiem przynęt, kuszeniem i uwodzeniem, a nie normatywną regulacją¹⁵.

Odbiorca ma wolność wyboru sposobu korzystania z dóbr kultury, chociaż nie stanowi ona uporządkowanej, klarownej struktury, charakteryzuje się płynnością i nieustannym dynamizmem. Artysta jednak jest żywo zainteresowany nie tylko promocją dzieła muzycznego, ale także promocją własnej osoby, kreowaniem właściwego wizerunku medialnego i reklamą, co wiąże się z reguły z gratyfikacją finansową.

Inaczej kształtują się relacje i hierarchia wartości w przebiegu muzykoterapii. Muzykoterapeuta wykorzystuje swoją wiedzę i umiejętności w działaniach na rzecz pacjentów, podopiecznych, wychowanków, klientów. Kompetencje muzyczne muzykoterapeuty powinny być na takim poziomie, by przygotowanie koncepcji zajęć, ich organizowanie i prowadzenie nie stanowiło trudności. Istotną jest wiedza z zakresu historii i literatury muzycznej, analizy i form muzycznych, etnomuzykologii, umiejętność gry na instrumentach oraz śpiewu, gotowość do podejmowania aktywności muzycznej we wszelkich formach, improwizowania i współimprowizowania z pacjentami.

Muzyka w muzykoterapii pełni rolę medium komunikacji, służy strukturyzacji oraz analizie relacji¹⁶, działa aktywizująco lub trankwilizująco, wpływa na nastrój i emocje, stymuluje wyobraźnię, ma znaczenie symboliczne a jej rolą jest m.in. wspomaganie rozwoju personalnego, co podkreślają Daphne Rickson i Katrina McFerran¹⁷. Zgodnie ze zdaniem Wity Szulc, doświadczanie muzyki traktować należy jako zachowanie kompleksowe, w którym zawiera się percepcja, umiejętności poznawcze, motoryka, umiejętność komunikacji społecznej, zaangażowanie emocjonalne i fizyczne, jak również aktywność symboliczna. Muzyka

wzmacnia nas, stanowi psychologiczną i kulturową platformę, na której możemy bazować, podejmując decyzje dotyczące naszego życia¹⁸.

¹⁵ Z. Bauman, *Kultura w płynnej...*, op. cit., s. 27.

¹⁶ E. Lecourt, *Muzykoterapia, czyli jak wykorzystać siłę dźwięków*, Chorzów 2008, s. 6.

¹⁷ D. Rickson, K. McFerran, *Music Therapy in Special Education. Where are we now?*, "Kairaranga" 2017, Volume 8, Issue 1, s. 40.

¹⁸ W. Szulc, *Arteterapia. Narodziny idei, ewolucja teorii, rozwój praktyki*, Warszawa 2011, s. 116.

Pamiętać należy, że wiodącym zadaniem muzykoterapeuty nie jest autopromocja, ale promowanie aktywności muzycznej w działaniach prozdrowotnych i profilaktycznych.

Programowanie i realizowanie sesji muzykoterapeutycznych wymaga umiejętności i wiedzy interdyscyplinarnej, znajomości podstaw wiedzy biomedycznej dotyczącej budowy i funkcjonowania ludzkiego organizmu oraz jego psychiki, wiedzy z zakresu pedagogiki, pedagogiki specjalnej, psychologii klinicznej oraz psychoterapii, niezbędnej dla rozumienia mechanizmów rządzących zachowaniem oraz problemów związanych z występującymi zaburzeniami, wiedzy dotyczącej działań rehabilitacyjnych i psychoprofilaktycznych.

W większości ośrodków, w których prowadzone są studia muzykoterapii, w planach zajęć ujęte są treści związane z wykorzystaniem sztuki w procesach terapeutycznych – w choreoterapii, dramoterapii, arteterapii, kulturoterapii.

W programach kształcenia muzykoterapeutów przewiduje się także realizowanie szeregu przedmiotów specjalistycznych – ćwiczeń z zakresu muzykoterapii dzieci i dorosłych w ośrodkach klinicznych i placówkach specjalistycznych. Zajęcia muzykoterapii organizowane są w placówkach służby zdrowia, ośrodkach pomocy, w grupach integracyjnych, w placówkach oświatowo-wychowawczych, sanatoriach, w ośrodkach specjalnych, w ramach resocjalizacji, a także w profilaktyce – w szkołach rodzenia, w centrach odnowy biologicznej itp.

Rozwój kompetencji zawodowych muzykoterapeuty determinowany jest nie tylko poziomem wiedzy teoretycznej i umiejętności praktycznych, ale także specyficznymi cechami osobowości, których kształtowanie i doskonalenie powinno być traktowane jako istotny element procesu edukacyjnego. Jak podkreśla W. Szulc

w edukacji muzykoterapeuty ważne jest (...) rozwijanie elastyczności, zdolności do ogarniania różnych przejawów twórczości pacjenta, uważne słuchanie, „bycie” z pacjentem, towarzyszenie mu w sposób zarówno empatyczny, jak i pełen wrażliwości¹⁹.

Od muzykoterapeuty wymagać można wysokiego poziomu kompetencji społecznych, wspomnianej już wrażliwości na potrzeby

¹⁹ W. Szulc, *Muzykoterapia jako przedmiot badań i edukacji*, Lublin 2005, s. 102.

drugiego człowieka, empatii, umiejętności tworzenia bezpiecznej atmosfery i klimatu zaufania dla uczestników zajęć terapeutycznych, otwartości i spostrzegawczości. W zawodzie ważną rolę pełni umiejętność nawiązywania kontaktu i utrzymywania relacji terapeutycznych na poziomie profesjonalnym. Wprawdzie muzykoterapeuci nie składają formalnie „przysięgi Hipokratesa” (Przysiężenie Lekarskiego), jednak w swoim postępowaniu powinni kierować się zasadami etyki i dobrem pacjenta.

Cele i sposoby realizacji zajęć muzykoterapii związane są z aktualnymi potrzebami jej uczestników. Cele stricte terapeutyczne realizowane są w pracy z osobami zdiagnozowanymi, cele rozumiane w kategoriach profilaktycznych realizować można w szerszym wymiarze, dobierając stosowne metody i techniki pracy. Muzykoterapeuci czerpią z doświadczeń pedagogiki muzycznej, wykorzystując elementy systemów wychowania muzycznego Carla Orffa, Emila Jaquesa-Dalcroze’a i Zoltana Kodaly’ego, twórców programów, których celem było wychowanie dla muzyki i przez muzykę²⁰.

Sesje muzykoterapeutyczne prowadzone są w oparciu o aktywność muzyczną, dzięki której można rozwijać i wzmacniać zachowania pożądane społecznie, dążyć do stanu równowagi emocjonalnej, ćwiczyć umiejętności wpływające na jakość kontaktów interpersonalnych, opracowywać strategie postępowania w sytuacjach trudnych.

Uczestnicy zajęć muzykoterapeutycznych mają stosunkowo często okazję do zdobywania inspirujących doświadczeń przydatnych w życiu codziennym, co jest korzystne w planowaniu strategii dalszego postępowania, ustalaniu celów i ich hierarchii.

Zgodnie z podejściem Cheryl Dileo techniki muzykoterapeutyczne można w ogóle rozpatrywać w kategorii zdobywanych doświadczeń muzycznych. Autorka ta wymienia m.in. techniki receptywne (*receptive*), rekreatywne (*recreative*), improwizacyjne (*improvisatory*), aktywne (*activity*), kombinowane (*combined*)²¹. Wszystkie służą osiągnięciu założonych celów terapeutycznych.

²⁰ Przytaczam za: K. Lewandowska, *Muzykoterapia dziecięca*, Gdańsk 1996, s. 48.

²¹ Ch. Dileo-Maranto, *Music Therapy Clinical Practise. A Global Perspective and Classification System*, [w:] *Music Therapy International perspectives*, Edit. Ch. Dileo-Maranto, Pensylwania 1993, s. 688-689.

Jak podaje Lori Gooding (powołując się na badania przeprowadzone przez M. Silvermana i M. Reitman, D. Rickson, W. Watkins), stosowanie technik muzykoterapeutycznych w grupach dzieci wywiera korzystny wpływ na rozwój umiejętności społecznych uczestników zajęć, w tym na rozwój odpowiedzialności za zachowanie wobec innych osób, na inicjowanie i utrzymywanie właściwych relacji interpersonalnych, na sposób i poziom koncentrowania uwagi kierowanej w stronę innych osób w środowisku rówieśniczym²².

Muzykoterapia może być stosowana w formie receptywnej, której podstawą jest recepcja, percepcja i apercpcja materiału muzycznego lub w formie aktywnej.

W muzykoterapii receptywnej stosowane są głównie techniki projekcyjne kierowane, w których muzykoterapeuta formułuje temat wyobrażeń w sposób metaforyczny a sam proces wyobrażeniowy związany jest z określonymi zadaniami. Muzykoterapia aktywna w swoim założeniu obejmuje wszelkie formy aktywności muzycznej. Polega na odtwarzaniu lub improwizowaniu muzyki za pomocą instrumentu, głosu lub ruchu²³.

W muzykoterapii receptywnej kluczową rolę pełni kwestia doboru materiału muzycznego, zgodnego z przyjętymi przez muzykoterapeutę kryteriami zależnymi od potrzeb grupy lub pacjenta indywidualnego, rodzaju zajęć, zakładanych celów.

Wprawdzie nie istnieją uniwersalne *recepty muzyczne*, jednak znajomość literatury muzycznej oraz zasad programowania muzyki do terapii i umiejętność przewidywania reakcji pacjentów na prezentowaną muzykę, umożliwiają efektywne wykorzystanie fragmentów muzycznych i dalszą pracę nad skojarzonym materiałem. Percepcja muzyki zależy od poziomu doświadczenia i wiedzy, ale jak podkreśla Ewa Klimas-Kuchtowa opiera się także na

specyficznych, percepcyjnych zdolnościach muzycznych, takich jak słuch wysokościowy, słuch analityczny, pamięć tonalna i rytmiczna, poczucie rytmu, barwy, czasu

²² Przytaczam za: L. Gooding, *The effect of a Music Therapy Social Skills Training Program on Improving Social Competence in Children and Adolescents with Social Skills Deficits*, "Journal of Music Therapy" 2011, 48 (4), s. 443-444.

²³ Por. H. Cesarz, *O muzyce i muzykoterapii*, „Muzykoterapia Polska” 2003, nr 1(5) s. 10-11.

trwania i innych. Nie można pominąć możliwych do rozwijania umiejętności i nie chodzi tutaj o zdolności wykonawcze czy improwizatorskie, lecz o audiację, czyli o myślenie muzyczne²⁴.

Nie można zatem zakładać, że pacjent będzie percypować dzieło muzyczne w taki sam sposób jak muzykoterapeuta, którego udziałem było wiele doświadczeń muzycznych. Skojarzenia do muzyki także nie muszą być jednoznacznie określone, a pacjent nie ma obowiązku podążać tropami twórców. Wyobrażenia do muzyki nie podlegają ocenom, można jednak zorientować się na ich podstawie jaki jest stan pacjenta.

Konstruowanie zajęć muzykoterapii aktywnej obliuguje muzykoterapeutę do wykazania się umiejętnościami wykonawczymi, umiejętnościami z zakresu improwizacji, kreatywnością w działaniu i twórczym podejściem do muzyki, dlatego też bardzo istotne w przygotowaniu do zawodu jest uzyskanie swobody i biegłości gry na instrumencie, znajomość repertuaru przydatnego w muzykoterapii, gotowość do podejmowania współimprowizacji.

Stosowanie różnorodnych technik pracy mobilizuje terapeutę do nieustannego pogłębiania wiedzy, doskonalenia umiejętności, do aktywności poznawczej i poszukiwania skutecznych działań terapeutycznych.

Muzyka jest wspólnym mianownikiem działań muzykoterapeutycznych, artystycznych i edukacyjnych, różni je jednak sposób podejścia do podmiotu tych działań, ich kontekst społeczny i kwestia oceny efektywności.

Formy aktywności muzycznej i ekspresji twórczej podczas zajęć muzykoterapeutycznych nie podlegają ocenie, istotniejszy od efektu artystycznego jest proces, który zachodzi w czasie zajęć. Celem terapii jest m. in. przygotowanie pacjenta do funkcjonowania bez pomocy terapeuty, trening umiejętności społecznych, niwelowanie napięć, obniżanie poziomu lęku i stresu.

Przygotowanie do pełnienia roli muzykoterapeuty powinno obejmować nie tylko wyposażenie absolwenta we wszechstronną wiedzę,

²⁴ E. Klimas-Kuchtowa, *Różne spojrzenia na muzykę, wymagania wobec muzykoterapii i muzykoterapeuty*, [w:] *Arteterapia w medycynie i edukacji*, red. W. Karolak, B. Kaczorowska, Łódź 2008, s. 94.

w tym wiedzę o człowieku, jego funkcjonowaniu, prawidłowościach i patologii w odniesieniu do somy i psyche, ale także umiejętność poszukiwania, analizowania i wykorzystywania w terapii materiałów źródłowych i gotowość do rozwoju twórczego. Podstawę w działaniach muzykoterapeutycznych stanowią wprawdzie predyspozycje i kompetencje muzyczne muzykoterapeuty, ale kluczową rolę w kontaktach interpersonalnych pełnią jednak cechy osobowości, poziom kompetencji społecznych i kultury osobistej, dlatego tak ważne jest kształtowanie postaw studentów muzykoterapii i trening umiejętności praktycznych.

Muzykoterapia stanowi dziedzinę interdyscyplinarną, łączącą elementy sztuki muzycznej, terapii, wiedzy o człowieku i uwarunkowaniach kulturowych. Praktyka muzykoterapeutyczna wymaga empatii, dyrektywności, asertywności i odporności psychicznej, refleksu, dystansu do samego siebie, umiejętności oceniania własnych poczynań, a nade wszystko prawdziwego zamiłowania do muzyki, które często przejmują uczestnicy zajęć muzykoterapeutycznych. Zawód muzykoterapeuty, wykonywany z pasją, przynosi często wiele satysfakcji, a sam muzykoterapeuta może czerpać radość płynącą z kontaktu z innymi ludźmi.

Radość, afirmacja życia i muzyka stały się tematem piosenki improwizowanej przez jednego z małych pacjentów uczestniczących w muzykoterapii. Siedmioletni chłopiec, początkowo nieufny i wycofany, przekonał się, że może się otworzyć na innych i liczyć na życzliwość, powoli poznawał możliwości instrumentów, a w końcowej fazie zajęć zaczął improwizować melodię i śpiewać najpierw cichutko, potem nieco głośniej:

Lubię ludzi, ludzie lubią mnie,
Lubię muzykę, muzyka lubi mnie,
Lubię życie!

Oby muzyka w muzykoterapii skłaniała zawsze do tak budujących refleksji.

Bibliografia

- Bauman Z., *Kultura w płynnej nowoczesności*, Warszawa 2011.
- Bauman Z., *Dwa szkice o moralności ponowoczesnej*, Warszawa 1994.
- Cesarz H., *O muzyce i muzykoterapii*, „Muzykoterapia Polska” 2003 nr 1(5), s. 7-14.
- Colonna-Kasjan D., *Praktyka w edukacji studentów muzykoterapii. Zajęcia w klasach integracyjnych jako forma przygotowania do zawodu*, [w:] *Muzykoterapia – stałość i zmiana*, red. P.Cylulko, J. Gładyszewska-Cylulko, Wrocław 2014.
- Colonna-Kasjan D., *Rola muzyki w wychowaniu dzieci w młodszym wieku szkolnym*, [w:] *Roczniki Ludowego Towarzystwa Naukowo – Kulturalnego*, red. J. Hampel, Warszawa 2014.
- Dileo-Maranto Ch., *Music Therapy Clinical Practise. A Global Perspective and Classification System*, [w:] *Music Therapy International perspectives*, Edit. Ch. Dileo-Maranto, Pensylwania 1993.
- Dobrzyńska E., Cesarz H., Rymaszewska J., Kiejna A., *Muzykoterapia*, „Psychiatria w praktyce ogólnolekarskiej” 2006, t. 6, nr 2.
- Gooding L., *The effect of a Music Therapy Social Skills Training Program on Improving Social Competence in Children and Adolescents with Social Skills Deficits*, „Journal of Music Therapy” 2011, 48 (4).
- Klimas-Kuchtowa E., *Różne spojrzenia na muzykę, wymagania wobec muzykoterapii i muzykoterapeuty*, [w:] *Arteterapia w medycynie i edukacji*, red. W. Karolak, B. Kaczorowska, Łódź 2008.
- Lecourt E., *Muzykoterapia, czyli jak wykorzystać siłę dźwięków*, Chorzów 2008.
- Lewandowska K., *Muzykoterapia dziecięca*, Gdańsk 1996.
- Natanson T., *Muzyczna profilaktyka w procesie nauczania-wychowania- wybrane refleksje*, [w:] *XIII ogólnopolskie spotkanie współpracowników Instytutu Muzykoterapii*, red. Z. Hora, M. Passella, Wrocław 1988.
- Piotrowska-Dumont R., *Wychowanie przez muzykę*, Kraków 2012.
- Rickson D., McFerran K., *Music Therapy in Special Education.. Where are we now?*, „Kairaranga” 2007, Volume 8.
- Sacher W., *Słuchanie muzyki a kształtowanie emocjonalności dzieci*, Katowice 2004.
- Sicherl Kafol B., Denac O., Žnidaršič J., Zalar K., *Analysis of Music Education Objectives in Learning Domains*, „Procedia - Social and Behavioral Sciences” 2015, 186.
- Szulc W., *Arteterapia Narodziny idei, ewolucja teorii, rozwój praktyki*, Warszawa, 2011.
- Szulc W., *Muzykoterapia jako przedmiot badań i edukacji*, Lublin 2005.

Szulc W., *Sztuka w służbie medycyny. Od antyku do postmodernizmu*, Poznań 2001.

Weiner A., *Kompetencje muzyczne dzieci w młodszym wieku szkolnym. Determinanty, zależności, perspektywy rozwoju*, Lublin 2010.

Źródła internetowe

Akademia Muzyczna im. Karola Lipińskiego we Wrocławiu Misja i strategia rozwoju, <http://amuz.wroc.pl/misja-i-strategia-rozwoju-16> [dostęp: 20.11.2019].

Misja i strategia rozwoju Akademii Muzycznej im. Karola Szymanowskiego w Katowicach, <http://www.am.katowice.pl/download/Misja%20i%20strategia%20rozwoju%20Akademii%20Muzycznej%20im.%20Karola%20Szymanowskiego%20w%20Katowicach.pdf> [dostęp: 20.11.2019].

Strategia Akademii Muzycznej w Krakowie, <https://www.amuz.krakow.pl/strategia/> [dostęp: 20.11.2019].

Streszczenie

W artykule przedstawiono zagadnienia związane z kształceniem muzykoterapeutów. Istotną rolę w edukacji muzykoterapeutów pełni poziom kompetencji muzycznych, ale niemniej ważny jest poziom kompetencji społecznych, poziom wiedzy ogólnej, poziom doświadczeń związanych z obcowaniem z wytworami kultury. Wiedza i umiejętności muzykoterapeuty determinują jakość nawiązywanych relacji terapeutycznych i wywierają wpływ na efekty prowadzonych sesji muzykoterapeutycznych.

Wszechstronne wykształcenie, uzupełnione praktyką kliniczną, umożliwia podjęcie pracy w zawodzie i wykorzystanie muzyki w działaniach ukierunkowanych na niesienie pomocy drugiemu człowiekowi.

Słowa kluczowe: proces kształcenia, muzykoterapia, umiejętności muzyczne, kompetencje społeczne

Abstract

The article presents matters related to education with the field of music therapy. When it comes to the educational functions, music therapy plays an important role when it comes to developing not only musical competence but also social competence, the level of general knowledge and level of experience related to communig with cultural knowledge and awareness. The knowledge and skills of a music therapist determine the quality of therapeutic bonds as well as the effectiveness of music therapy sessions.

A versatile education that is supplemented by clinical practices grants better oppurtunities for finding a profession that will utilize those skills into helping others.

Key words: educational process, music therapy, musical skills, social competences