

Muzyka i terapia

15



Ewa Kucharska

Dyplomowana arteterapeutka oraz studentka 2 roku studiów magisterskich na kierunku Muzykoterapia

Słowo „muzykoterapia” może nasuwać różne skojarzenia – od plemiennych rytuałów, poprzez starożytne rozprawy o wpływie muzyki i jej wyższości nad innymi sztukami, ekstatyczne uniesienia artystów, misy tybetańskie i kamertony aż po formę konkretnego oddziaływania terapeutycznego poprzez uporządkowany proces poświadczony przez badania naukowe.

Czym zatem jest muzykoterapia?

Literatura z zakresu tego tematu wyróżnia kilka sposobów patrzenia na muzykoterapię: „jako określenie aktywności terapeutycznej z zastosowaniem muzyki, nazwę dziedziny wiedzy, naukę dotyczącą tego rodzaju procesu terapeutycznego, a także profesję związaną z jedną z form interwencji terapeutycznych” [1]. Niezależnie od tego, z której perspektywy będziemy patrzeć na przedmiot muzykoterapii, w każdym możemy dostrzec jego głęboki związek z nauką.

Najczęściej przytaczaną definicją, z którą możemy się spotkać eksplorując ten temat, jest definicja Światowej Federacji Muzykoterapii, według której „muzykoterapia jest wykorzystaniem muzyki i/lub jej elementów (dźwięk, rytm, melodia, harmonia) przez muzykoterapeutę i pacjenta, klienta lub grupę w procesie zaprojektowanym dla ułatwienia komunikacji, uczenia się, mobilizacji, ekspresji, koncentracji fizycznej, emocjonalnej, intelektualnej i poznawczej w celu rozwoju wewnętrznego potencjału oraz rozwoju lub odbudowy funkcji jednostki, aby mogła ona osiągnąć lepszą integrację intra- i interpersonalną, a w konsekwencji lepszą jakość życia” [2]. Równie często możemy się spotkać z definicją Kennetha Brusci, dla którego „muzykoterapia to usystematyzowany proces

interwencji, w ramach którego terapeuta wspomaga klienta w osiąganiu zdrowia, używając doświadczeń muzycznych oraz relacji, które wykształcają się dzięki nim jako dynamicznych sił umożliwiających zmiany” [3].

Z powyższych przesłanek płynie wniosek, że muzykoterapia jest dziedziną stojącą twardo na dwóch nogach – nauce i praktyce, którą potwierdzają i porządkują ciągle prowadzone badania naukowe podejmowane w coraz szerszych obszarach (np. neuromuzykoterapii). Obecnie tę formę terapeutycznego wsparcia z powodzeniem stosuje się w pracy z osobami z niepełnosprawnością intelektualną, fizyczną i sprzężoną, z autyzmem, zespołem Downa, zaburzeniami słuchu i wzroku, demencją, chorobą Parkinsona, na oddziałach onkologicznych, neonatologicznych, w szpitalach psychiatrycznych i wielu innych.

Bibliografia

- [1] Ludwika Konieczna, *Wprowadzenie do muzykoterapii*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2013, s. 11.
- [2] T. Natanson, *Muzyczna profilaktyka w procesie nauczania-wychowania. Wybrane refleksje teoretyczne*, [w:] *Zeszyty Naukowe Akademii Muzycznej im. K. Lipińskiego we Wrocławiu* 1988, nr 45, s. 123.
- [3] Ludwika Konieczna, *Wprowadzenie do muzykoterapii*, dz.cyt., s.16.