

## Hudba nás ladí, liečí, ale aj spája



**Workshop o muzikoterapii v Sibírke sa uskutočnil pod vedením Jiřího Kantařa (na obrázku), vysokoškolského učiteľa špeciálnej pedagogiky na univerzite v Olomouci, ktorý je jedným z najlepších odborníkov na danú oblasť v muzikoterapii v Česku, ale aj inde v Európe.**

Rastislav Ollé, sociálny terapeut, ktorý sa venuje terapii ľudí so zdravotným postihnutím, odbor sociálnej práce vyštudoval na vysokej škole a späťatku sa venoval klientom s ľahkým a stredne ľahkým zdravotným postihnutím. V snahe zlepšiť celkový zdravotný aj psychický stav klientov, sa pred troma rokmi začal venovať muzikoterapii, ktorá sa stala jeho špecializáciou. Bolo to v čase, keď prišiel pracovať do DSS Sibírka. Najprv absolvoval muzikoterapeutický výcvik, garantovaný českou Asociáciou muzikoterapie. Výcvik sa konal počas 10 víkendových stretnutí v Bratislave, na ktorých sa zúčastňovali viacerí odborníci

**z oblasti muzikoterapie zo Slovenska i z Česka.**

„To, čo som sa naučil, som prenesol do DSS pre deti a dospelých v Sibírke“, povedal na vysvetlenie a dodal: „Toto zariadenie, ktoré je v pôsobnosti Bratislavského samosprávneho kraja, sídli na Sibírskej 69 v Bratislave. Klienti Sibírky však majú kombinované, mentálne, aj ľahké fyzické postihnutie. Je to náročné preto, že nie vždy je zreteľne vidieť výsledok našej práce s klientmi. Klienti s viacnásobným ľahkým postihnutím nie vždy dokážu vyjadriť, či je pre nich napríklad aj muzikoterapia „fajn“. Dá sa povedať, že u nich je to o pocitoch, emóciách. Niekoľko klientov dáva najavo svoje pocity iba očným kontaktom alebo minimálnymi po-

hybmi. Niekoľko má takmer celý deň „zopäté“ ruky a keď ich „rozopne“, dáva tak najavo, že to, čo počul, zažil, bolo pre neho príjemné alebo sa mu to páčilo. Dobré pocity a potešenie niekoľko klientov dávajú najavo len zvukmi, podobnými detskému džavotaniu“, priblížil R. Ollé. Muzikoterapia je len jedna z viacerých špecializácií pre odborníkov na sociálnu terapiu. Býva to často canisterapia či arteterapia. „Tej špecializácii však treba ešte viac, pretože práca s klientmi s viacnásobným postihnutím je naozaj špecifická“. V Sibírke pracujú s klientmi aj výborné arteterapeuтиčky, ktoré s nimi pracujú, napríklad aj tak, že ich učia spracovať hlinu do určitého tvaru, či trhať hlinu na potrebnú veľkosť, ale aj vytvárať obrázky maľované štetcami. „Niekoľko je pre klienta náročné držať v ruke štetc, či valkať hlinu. A už len pobyt v miestnosti spolu s inými ľuďmi a klientmi, ktorí niečo tvoria a cítia v tvorivú atmosféru môže byť veľmi príjemný. Na klientovi vtedy badať, že mu je dobre a že je spokojný“, podotkol R. Ollé a dodal: Je „Či je to canisterapia či arteterapia alebo muzikoerapia, pre klienta je to dobré vtedy, ak cíti, že jeho terapeut robí pre neho všetko srdcom, s láskou. To klient cíti a vtedy mu takáto terapia naozaj pomáha“. Ak to tak nie je, klient vycíti nezáujem o neho a potom nemusí chcieť spolupracovať vobeč, pretože vníma, že jeho terapeut sa pri terapii nemá dobre. Snažíme sa aj rodičom našich klientov predstaviť metódy, techniky a nástroje, akými s klientmi pracujeme. „Rodičia chcú niekoľko iné, ale vysvetľujeme im a oboznamujeme ich s aktivitami, ktoré robíme a ktoré sú pre ich deti - našich klientov vhodné a na ktoré dobre reagujú. Niekoľko je vhodné byť ku klientom asertívny, sprísniť hlas, aby sme u nich dosiahli pozitívne výsledky“, zdôraznil R. Ollé. Sám má najradšej bubnovačku na afrických bubenoch djembe a zvončeky „Koshi“, ktoré vydávajú jemné harmonické tóny.

Klienti majú radi aj zvláštny hudobný nástroj, ktorý sa skladá z 9 malých kovových trubiek. Ak nimi trochu zatočíte, krásne zaznejú. Aj rodičov upozorňujeme, ako na nástroj „Koshi“ ich syn či dcéra, reaguje priaznivo. Trvá však aj niekoľko mesiacov, kým sa u klienta dostaví určitý pokrok. Ak klient nereaguje na jeden nástroj, konzultujeme navzájom ako ďalej s ním v terapii pokračovať a podľa toho mu zmeníme a prispôsobíme terapiu.

Na workshop muzikoterapie prišlo 29. mája do Sibírky 16 účastníkov z rôznych zariadení z celého Slovenska, niektorí do Bratislavu cestovali aj zo stovky kilometrov vzdialých domovov sociálnych služieb. Čakala ich nielen odborná prednáška, ale najmä praktický nácvik práce s tým-ktorým hudobným nástrojom. Sami na sebe si vyskúšali, ktoré nástroje budú vedieť a môcť využiť pri terapii klientov, ktorých majú na starosti. Kým sa všetci zhromaždili vo veľkej, ale útulnej spoločenskej miestnosti, prišiel z Českej republiky na workshop do Sibírky aj Jiří Kantor, ktorý workshopy viedie. J. Kantor je vysokoškolský učiteľ špeciálnej pedagogiky na univerzite v Olomouci. Je jedným z najlepších odborníkov na danú oblasť v muzikoterapii nielen v Česku, ale aj inde v Európe. Chodí na rozličné vzdelávacie podujatia, podobné tomuto workshopu, publikuje odborné články, prezentuje na rôznych konferenciách.

Oslovili sme aj Máriu Luknišovú, pracovníčku Domova sociálnych služieb „Svetlo“ v Olichove pri Zlatých Moravciach. Prišla do Sibírky na workshop ako jedna zo 17 odborníkov, ktorí boli prizvaní do projektu, aby zvýšili svoje profesné zručnosti. Pôvodne pracovala ako

zdravotná sestra, získala však ďalšiu kvalifikáciu v odbore sociálna práca a teraz je vychovávateľkou a terapeutkou. „Muzikoterapia ma veľmi očarila. S hudbou sa mi otvorili dvere do iného sveta“, prezradila M. Luknišová a pokračovala: „V Olichove, kde pracujem, žije 177 klientov s mentálnym postihnutím, ale aj duševnými poruchami. Máme však aj 30 nepočujúcich klientov a z nich dva majú okrem sluchového, aj zrakové postihnutie. Je zložité spojiť ich dokopy, ale dá sa to. Máme aj veľkú záhradu, kde naši klienti radi pomáhajú. Najradšej majú muzikoterapiu. Radi si spievajú. Chodievajú aj do kaplnky, počúvajú tam gitarové skladby a hodiny strávené pri speve a hudbe vždy prilákajú aj opatrovateľky a všetci potom spievajú spolu. Keď naši klienti počúvajú hudbu, sú spokojní a pridávajú sa k nim aj ostatní, aj naši pracovníci. Chcela by som, aby sme si raz založili spevokol a potom by sme mohli chodiť vystupovať na podujatia do okolitých obcí. Najmä starší klienti si pri hre na gitare spomínajú na ľudové piesne, ktoré si spievali v mladosti a od nich sa tie-to piesne učia aj mladší klienti. Napríklad, máme mladú Rómku, ktorá je ťažko postihnutá, ale dokáže pekne spievať i tancovať“. Hudba našich ľudí lieči, ale ich aj spája s ostatnými, aj s tými čo majú viac šťastia a žijú v zdraví.

Všetky hudobné nástroje, ktoré kúpili na muzikoterapiu do Sibírky, sú z prostriedkov grantu. Bubny a zvončeky Koshi sú africké. Medzi nimi je aj nástroj, ktorý sa volá „rotujúce zvukové vlny“, ktorý je zo zahraničia a na Slovensku je málo známy. Pre klientov Sibírky tento nástroj odporučil práve špeciálny pedagóg J. Kantor, ktorý má s týmto nástrojom pri muzikoterapii tiež veľmi dobré skúsenosti. Zvonček Koshi, africký bubon, aj rotujúce zvukové vlny do DSS Sibírka kúpili za peniaze cez projekt, ktorý podporila Nadácia pre deti Slovenska v grantovej výzve Hodina deťom. Zaujímavý bol napríklad, aj „slnečný bubon“, na ktorý dobre reagujú aj ľudia postihnutí autizmom, podobne ako bubon – oceán (ocean drum), vnútri ktorého sú drobné guľôčky. Pri manipulácii s týmto bubnom sa guľôčky dajú do pohybu a spolu vytvoria šum, ktorý sa podobá šumeniu mora. Všetky tieto nástroje klienti Sibírky používajú veľmi radi.

**Text a snímky: Margita Škrabálková**

**Na obrázku č. 2 na titulnej strane sú účastníci celoslovenského workshopu o muzikoterapii v Domove sociálnych služieb pre deti a dospelých s kombinovaným postihnutím v Sibírke, v Bratislave.**



Na obrázku sú účastníci workshopu v DSS Sibírka o muzikoterapii, ktorí prišli z rôznych kútov celého Slovenska.