

o sobě, ale můžeme samozřejmě ke konkrétnímu hudebnímu nástroji připojit i jinou konkrétní vonnou esenci, opakovaně, aby se propojil čichový a sluchový vjem. Např. kalimba a vůně bergamotu apod. Čichové vnímání výrazně podporuje ukládání paměťových stop, zlepšení procesu učení, koordinaci pohybu a odbourávání projevů zvýšené orality.

2. Trénink pozornosti a kognitivních schopností

A) Upoutávání pozornosti dítěte zvukem. U některých dětí s PAS je úspěchem i jen chvilkové zaujetí kovovým zvukem. Ze všech hudebních nástrojů pozornost nejvíce přitahuje kovový, zvukově barevný hudební nástroj. Jde např. o gong, triangel, strunné nástroje apod.

B) Učíme se rozlišit aktivitu od pasivity. Například hýbat se, když zní nástroj a zastavit se, když hudba utichne. Podobný postup je u výtvarných aktivit – když zní hudba, kreslíme na papír, když zastaví, nemalujeme.

C) Vyjadřujeme aktivitu dle jasně daného zadání. (Jde již o pokročilejší úroveň tréninku pozornosti), např. pustíme dobře vybranou hudební skladbu a dáme dítěti za úkol kreslit čáru jen v případě, když uslyší dechový nástroj nebo smyčcový, bicí apod. V dalších úrovních můžeme podobně pracovat i s hudebními intervaly, se sledováním melodie, jejím malováním atd. Pozornost trénujeme po malých krocích a pravidelně opakujeme.

D) Učení se pojmům pomocí rytmických, melodických či pohybových struktur. Jasně vedenou instrukci propojíme s vybranou melodií, která se vždy při této instrukci bude opakovat, např. „sundej si bundu“. Dítě se naučí, co tato melodie znamená, jakou konkrétní instrukci zastupuje. Další možností je propojit rytmus a pohyb, například začínáme vsedě na zemi a při postupném zvedání se do stoje na tři doby, skandujeme rytmicky NA-HO-RU a zpátky ZAS-DO-LŮ. Uděláme tři kroky dopředu a řekneme DO-PŘEDU a při krocích dozadu rytmičujeme DO-ZA-DU. Můžeme jít pomalým krokem a říkáme PO-MA-LU nebo naopak zrychlit a říkáme ZRY-CHLÍ-ME, pro zastavení říkáme ZA-STAV-SE apod.

3. Rozvoj a podpora komunikace

Jak již bylo uvedeno v předchozích kapitolách, člověk s PAS rozumí lépe zpívanému než řečenému bez hudebních prvků.

A) Navazování kontaktu zpívanou řečí. Zpíváme uvítání i loučíme se zpěvem, vyjadřujeme konkrétní instrukce zazpíváním apod. Pro bezpečný rámec sezení je dobré vždy začínat stejnou písní (hudebním rituálem), podobně i při loučení se.

B) Zrcadlení (nebo navazování) zvukem komunikační prvky v chování dítěte. Zrcadlíme zvuky, nonverbální komunikační prvky, nebo pomocí hudebního nástroje či hlasu improvizujeme na konkrétní komunikační projev dítěte. A to tak, aby dítě pochopilo souvislosti mezi jeho jemnou reakcí a naší jemnou hrou na hudební nástroj.

C) Hudební improvizace, „povídání si“ hudebními nástroji. Nabídneme dítěti hudební nástroj, aby bylo schopné reagovat buď na naši otázku, kdy hrajeme melodii, která stoupá, zpívanou či hranou na hudební nástroj, nebo jinak reagovat při komunikaci. Například používáme xylofon a výraznou mimiku. Samozřejmě odpovídáme tak, že hlas, či melodie nástroje klesá.

D) Kotvení řeči v rytmu. Výborně u dětí fungují rytmická říkadla, kdy je buď skandujeme a rytmičujeme, nebo můžeme propojit s tleskáním, dupáním, pochodováním v rytmu.

4. Rozvoj a podpora emoční regulace

A) Navozování emočního porozumění. Nejprve se snažíme navazovat kontakt s dítětem a pozorně reagujeme i na jeho velmi jemné projevy emocí. Je třeba, abychom jeho emoce doprovázeli hudebním projevem vždy stejným či podobným u každé konkrétní emoce, což dítě učí své prožívání a chování rozeznat, pochopit, a integrovat. Když se chová klidně, můžeme hrát mírnou melodii např. na klavír, když se chová divoce, hodí se nespoutaně bubnovat. Na projevy radosti můžeme hrát radostnou melodii či zpívat veselou píseň. Při smutku zazpívat smutnou písničku. Pokud je dítě pasivní, nejprve zkusíme počkat až na jeho impuls, snažíme se zrcadlit jeho nereagování. A pokud převezme aktivní roli, můžeme navazovat hudebním projevem se stejnou emocí, jakou právě dítě přineslo a zpívanou pochvalou. Dítě si potřebuje své emoce uvědomit a naučit se v nich postupně vyznat a regulovat je.

B) Zpěv emočně nabitých písní. Osvědčuje se pomoci vybrat dítěti (většinou s rodiči) píseň na smutek, radost, hněv, harmonii,

těšení se, lásku (aby dítě pochopilo, co cítím, když mám někoho rád).

C) Expresí emocí. Další možností je naučit dítě chápat a následně zvládat své emoce tím, že dítě podpoříme a dáme mu možnost dostat ze sebe hněv vykřičením se, vybuchováním, vydupáním. Je však dobré domluvit se na jasném začátku a konci jeho projevu, např. úderem na gong a dodržovat daná pravidla. Smutek můžeme vyzpívat nebo vyplakat, radost můžeme prožít tancem a tak podobně. Cílem zde je, aby si dítě uvědomilo a pochopilo, který prožitek a hudební projev k sobě patří.

D) Rytmické kotvení emocí. Při zaplavování se emocemi pomáhá tzv. rytmické kotvení – dupeme v rytmu či skandujeme: „vše je o.k.“, „zvládneme to“ nebo „nádech, výdech“ atd.

Příkladem velmi pěkného komplexního rozvoje u chlapce s PAS je možné vidět na YouTube videu (18). V rané fázi zde můžeme pozorovat typické afektivní reakce, ale postupem času je znatelný vývoj, jak v uvědomění si svých emocí, tak jejich ovládnutí, ale především významný rozvoj komunikace až k verbální úrovni. Jedná se zde o muzikoterapeutický přístup Kreativní muzikoterapie (neboli Nordoff-Robinsonova muzikoterapie). Podstatou tohoto muzikoterapeutického modelu je rozvíjení tvořivosti dítěte, skrz prožitky a opakované procesy, bez ohledu na stupeň a typ postižení.

Závěr a perspektivy

Muzikoterapie u dětí s poruchou autistického spektra je slibným terapeutickým přístupem, jehož efekt je viditelný jak ve výsledcích mezinárodních výzkumů (dle systematických Cochrane review), tak v praxích muzikoterapeutů a sdílení pokroků celých rodin. Hudba a zvuk jsou významné prostředky k posílení neuroplasticity a propojenosti mozkových drah, přičemž je důležitá systematická a repetitivnost muzikoterapeutického cvičení.

Terapeutickou účinnost pro děti s PAS má řada muzikoterapeutických přístupů, například Neurologická muzikoterapie, Kreativní či Orffova MT, ať už formou individuální, rodinné či skupinové terapie. V tomto příspěvku byly představeny teorie senzomotorické integrace, ze kterých vychází specificky český přístup Senzomotorická integrační terapie. Její hudební modifikace je známá řadě muzikoterapeutů v praxi.

Je třeba vzdělávat další muzikoterapeuty v této problematice, ale také školit jiné