

Rytmus v životě



Evropský den
**muziko
terapie**

15th
November
2014

europeanmusic
therapyday.com



 **AMBITUS** FOUNDATION
for classical music

Muzikoterapie ve zdravotnictví - současný výzkum a praxe
Klinika rehabilitačního lékařství, 1. LF UK a VFN v Praze

Konference 14. 11. 2014



Muzikoterapeutická asociace České republiky CZMTA
pořádá dne 14. 11. 2014 konferenci s mezinárodní účastí

MUZIKOTERAPIE VE ZDRAVOTNICTVÍ, SOUČASNÝ VÝZKUM A PRAXE

pod záštitou MUDr. Toma Philippa, Ph.D., MBA, náměstka MZ ČR,

na

Klinice rehabilitačního lékařství 1. LF UK a VFN v Praze, Albertov 7, Praha 2

Sborník



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ



Konference se koná v rámci Projektu TERA – Rozvoj spolupráce a výměny zkušeností mezi studenty, pracovníky Univerzity Palackého v Olomouci a institucemi veřejné správy a aplikační sféry v oblasti psychoterapie, arteterapie, dramaterapie, muzikoterapie a tanečně pohybové terapie, reg. č. CZ.1.07/2.4.00/31.0005. Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.

ISBN 978-80-260-7164-8

Obsah

- 4 **Program konference**
- 6 **Muzikoterapie očima neurologa** (*Prof. MUDr. Jan Pfeiffer, DrSc.*)
- 6 **Muzikoterapie očima geriatra** (*MUDr. Zdeněk Kalvach, CSc.*)
- 7 **Muzikoterapie jako podpůrná metoda komplexního rozvoje dítěte se zdravotními sociálními riziky v raném věku** (*MUDr. Marcela Litovová*)
- 8 ***Music Therapy in Cardiology: Underlying Brain Mechanisms & Therapeutic Functions*** (*prof. Dr. Dr. Dr. Dr. Wolfgang Mastnak*)
- 9 **Muzikoterapie v neurorehabilitaci – praxe a výzkum** (*Mgr. Markéta Gerlichová, Ph.D.*)
- 9 **Využití muzikoterapie v psychiatrii – Praktické zkušenosti využití muzikoterapie u osob s Alzheimerovou nemocí** (*Mgr. Jana Fojtíčková*)
- 10 **Výzkum zaměřený na trénink stability, motorických a kognitivních funkcí s využitím poznatků z muzikoterapie** (*MUDr. Markéta Janatová*)
- 11 **Rytmus v životě, rytmus v terapii – téma spojující muzikoterapii v Evropě v roce 2014** (*Mgr. Tono Gúth*)
- 12 **Využití prvků muzikoterapie v praxi fyzioterapeuta** (*Mgr. Silvie Táborská*)
- 12 **Využití prvků muzikoterapie v praxi ergoterapeuta** (*Mgr. et Mgr. Miroslava Uhlířová*)
- 13 **Muzikoterapie v praxi klinického logopeda** (*Mgr. et Bc. Petra Zdeňková*)
- 14 **Muzikoterapie očima klinického psychologa a psychoterapeuta** (*PhDr. Jana Procházková*)
- 15 **Muzikoterapie v prevenci i léčbě psychosomatických onemocnění** (*MUDr. Ivan Vondřich, Mgr. Markéta Gerlichová, Ph.D.*)
- 16 **Musica Humana – hudební nástroje a muzikoterapie** (*Josef Krček*)

Program konference

MUZIKOTERAPIE VE ZDRAVOTNICTVÍ, SOUČASNÝ VÝZKUM A PRAXE

- 9.⁰⁰ - 9.²⁰ **Slavnostní zahájení –**
MUDR. TOM PHILIPP, PH.D., MBA, náměstek MZČR
DOC. MUDR. OLGA ŠVESTKOVÁ, PH.D.
přednostka Kliniky rehabilitačního lékařství 1. LF UK a VFN v Praze
MUDR. YVONA ANGEROVÁ, PH.D., MBA
primářka Kliniky rehabilitačního lékařství 1. LF UK a VFN v Praze
zástupci Muzikoterapeutické asociace České republiky, CZMTA
zástupci Evropské konfederace muzikoterapie EMTC
- 9.²⁰ – 9.³⁵ PROF. MUDR. JAN PFEIFFER, DRSC. (emeritní přednostka Kliniky rehabilitačního lékařství – neurolog, rehabilitační lékař), KRL 1. LF UK a VFN v Praze
Muzikoterapie očima neurologa
- 9.³⁵ – 9.⁵⁰ ----- přestávka -----
- 9.⁵⁰ – 10.⁰⁵ MUDR. MARKÉTA JANATOVÁ (lékařka, hudebnice),
KRL 1. LF UK a VFN v Praze/BMI ČVUT
Výzkum zaměřený na trénink stability motorických a kognitivních funkcí s využitím poznatků z muzikoterapie
- 10.⁰⁵ – 10.²⁰ MUDR. MARCELA LITOVÁ (pediatr, muzikoterapeut),
Dětské centrum, Thomayerova nemocnice, Praha
Muzikoterapie očima pediatra
- 10.²⁰ – 10.³⁵ PROF. DR. DR. DR. DR. WOLFGANG MASTNAK (muzikoterapeut, neuropsycholog, matematik, hudebník, ...), München / New York / Shanghai
Music Therapy in Cardiology: Underlying Brain Mechanisms & Therapeutic Functions
(přednes v oxfordské angličtině, netlumočeno)
- 10.³⁵ – 10.⁵⁰ MGR. MARKÉTA GERLICOVÁ, PH.D. (speciální pedagog, muzikoterapeut, fyzioterapeut),
KRL 1. LF UK a VFN v Praze
Muzikoterapie v neurorehabilitaci – praxe a výzkum
- 10.⁵⁰ – 11.⁰⁵ MGR. JANA FOJTÍČKOVÁ (sociální pracovnice, muzikoterapeutka), Ledovec, o. s.,
nezisková organizace, Plzeň
Využití muzikoterapie v psychiatrii
Praktické zkušenosti využití muzikoterapie u osob s Alzheimerovou nemocí
- 11.⁰⁵ – 11.³⁰ MUDR. ZDENĚK KALVACH, CSc. (internista, geriatr),
Clinicum, a. s., Praha
Muzikoterapie očima geriatra
- 11.³⁰ – 12.⁰⁰ MGR. TONO GÚTH (muzikoterapeut, sociální pracovník),
Bratislava
Rytmus – v životě, rytmus v terapii – téma spojující muzikoterapii v Evropě v roce 2014
(Tvorba rytmického orchestru pod vedením slovenského perkusisty)
- 12.⁰⁰ – 13.⁰⁰ ----- přestávka na oběd -----
- 13.⁰⁰ – 13.¹⁵ MGR. SILVIE TÁBORSKÁ (fyzioterapeutka),
KRL 1. LF UK a VFN v Praze
Využití prvků muzikoterapie v praxi fyzioterapeuta
- 13.¹⁵ – 13.³⁰ MGR. MIROSLAVA UHLÍŘOVÁ (ergoterapeutka, hudebnice),
KRL 1. LF UK a VFN v Praze
Využití prvků muzikoterapie v praxi ergoterapeuta

- 13³⁰ – 13⁴⁵ MGR. ET BC. PETRA ZDEŇKOVÁ (klinická logopedka, muzikoterapeutka),
Rehabilitační ústav Kladruby
Muzikoterapie v praxi klinického logopeda
- 13⁴⁵ – 14⁰⁰ ----- přestávka -----
- 14⁰⁰ – 14¹⁵ PHDR. JANA PROCHÁZKOVÁ (klinická psycholožka, psychoterapeutka, muzikoterapeutka),
Nemocnice Na Homolce, Praha
Muzikoterapie očima klinického psychologa a psychoterapeuta
- 14¹⁵ – 14³⁰ MUDR. IVAN VONDŘICH (anesteziolog, akupunkturista), Pain, s. r. o., Praha
MGR. MARKÉTA GERLICOVÁ, PH.D. (muzikoterapeut, speciální pedagog, fyzioterapeut),
KRL 1. LF UK a VFN v Praze
Muzikoterapie v prevenci i léčbě psychosomatických onemocnění
- 14³⁰ – 15⁰⁰ JOSEF KRČEK (muzikoterapeut a hudebník)
Musica Humana – hudební nástroje a muzikoterapie (praktické ukázky)
- 15⁰⁰ – 15³⁰ diskuse, zakončení konference

Muzikoterapie očima neurologa

PROF. MUDR. JAN PFEIFFER, DRSC.
KRL 1. LF UK a VFN v Praze

Náš nervový systém je řízen dvěma základními programy. Jednak je to systém, ovládaný naší vůlí, který se od narození pozvolna rozvíjí. Dále je to systém vegetativní, který je důležitý, poněvadž řídí všechny životně důležité funkce, ale který vůlí ovládat nedovedeme. Je to například rytmus srdce, krevní tlak, zažívání, dýchání a další. Mezi nimi je však přece určitá spojitost, jež má zvláštní citové působení, které při určitém úsilí může, do jisté míry, tyto systémy ovlivňovat. Do této oblasti spadá například vliv „muzie“ – hudby, rytmických pohybů tance a zpěvu, zvláštní způsob dýchání a další. To jsou základní prostředky muzikoterapie.

Profesor MUDr. Jan Pfeiffer, zakladatel Kliniky rehabilitačního lékařství, patří k významným českým neurologům. Zasloužil se o moderní, aktivní rehabilitaci, a jak dobře vědí děti z Jedličkova ústavu, trpící tělesným postižením, jsou to právě lékařské ruce a citlivý přístup profesora Pfeiffera, co je po desetiletí soustavně léčí; i nyní pravidelně každý týden dochází za svými dětskými pacienty do Jedličkova ústavu.

Patří mezi odborníky, kteří nejsou uzavřeni ve svých vědeckých pracovnách a vysokoškolských učebnách, i když jeho vědecká a pedagogická praxe moderní rehabilitace není dodnes fundovaně ohodnocena. Obecně řečeno, považuje rehabilitaci postižené tkáně za účinnější než léčbu léky. Kdo hledá příčinu odklonu značné části pacientů od klasické medicíny a nárůstu popularity rehabilitačních a alternativních postupů, měl by okusit léčebnou rehabilitační metodu profesora Jana Pfeiffera; vrací nemocného člověka do života.

Muzikoterapie očima geriatra

MUDr. Zdeněk Kalvach, CSc.
Clinicum, a. s., Praha

Podstatná část geriatrických pacientů – především senioři pokročilého věku – lidé manifestující zdravotní problémy křehkosti (klinicky významného poklesu zdatnosti, odolnosti, adaptability), multikauzální geriatrické syndromy, dominovaný efekt dekompenzace multimorbidity zůstávají často medicínsky nepochopení, a to bez ohledu na svůj reziduální potenciál sociální, rehabilitační, na zlepšitelnost zdraví. Jsou kompromitováni geriatrickým despektem, odérem marnosti, stigmatizováni nálepkou sociálních případů. Místo pochopení na základě uceleného pochopení (comprehensive geriatric evaluation) a stanovení účelného postupu (geriatric evaluation and management) vycházejícího z nízkonákladových intervencí velkého funkčního významu pro zachování smysluplnosti života a sociálních rolí, jsou buď odmítnuti jako zdravotnický nepřislušní („nejde o věkovou diskriminaci, ale o identifikování casus socialis“), nebo podrobeni směsi různě náročných i nákladných výkonů, u nichž mnohdy převažují nežádoucí účinky nad prospěchem s nepřijatelným benefit/risk/cost ratio.

Jde o jistou formu degenerace zdravotní péče a výkonu zdravotnických profesí, která postihuje i rehabilitaci, pokud chybí zájem o ucelené pochopení pacienta, víra v jeho zlepšitelnost ve smyslu naplnění individuálně stanoveného reálně konkrétního cíle, na němž pacient spolupracuje (včetně omezených schopností lidí se syndromem demence) a provedení uceleného intervenčního záměru.

MUDr. Zdeněk Kalvach, CSc. -první místopředseda výboru České gerontologické a geriatrické společnosti ČLS JEP poskytuje specializovanou paliativní péči pacientům, vede léčbu bolesti a symptomů tak, aby pacienti netrpěli bolestí a dalšími obtížemi, které nevyléčitelná onemocnění provázejí. Komunikuje s praktickými a ošetřujícími lékaři. Každý měsíc píše na web umírání Marginálii.

Muzikoterapie jako podpůrná metoda komplexního rozvoje dítěte se zdravotním sociálním rizikem v raném věku

MUDr. Marcela Litová
Dětské centrum, Thomayerova nemocnice, Praha

Motto muzikoterapie v DC:

„Schopnost hudby integrovat a léčit je úžasná, hudba může být jednou z nejefektivnějších podpor při uzdravování se...“
(dle neurologa Olivera Sachse)

Děti, které do Dětského centra přijímáme na základě zdravotně-sociální indikace, jsou mnohdy v komplikované životní situaci, kdy jejich biologičtí rodiče se o ně přechodně nebo dlouhodobě nemohou, neumí nebo nechtějí starat... Máme v péči také děti s různým typem hybného, senzomotorického či psychického postižení, děti nedonošené, děti v minulosti týrané, a přibývá i stále vyšší procento těch, které prožily během perinatálního vývoje závislost matky na drogách nebo alkoholu...

Doprovázíme tyto děti na počátku jejich životní cesty, v jejich nejcitlivějším období.

Je to též doba, kdy mimo osvojování si dovedností mají získat primární důvěru. Proto, aby získaly tuto tolik potřebnou důvěru v okolní svět, potřebují individuální a empatický přístup. Osobnost dítěte má již v raném věku své charakteristické, nezaměnitelné rysy. Dítě je v této době nejcitlivější a vše, co prožívá, je významnou zkušeností. Všechny rané prožitky jsou uloženy v buněčné paměti jeho těla a podvědomí a dohromady spoluvytvářejí základ pro další rozvoj jeho osobnosti.

Muzikoterapie – léčivé využití hudby, zvuku, rytmu ve vztahu s muzikoterapeutem – v raném věku má svá specifika. Neznamená pouze léčení a napravování toho, co je v nepořádku, co je postižené, znamená také výchovu a podporu všestranného rozvoje osobnosti dítěte. Léčivé využití hudby nabízí dětem v raném věku pestré, emočně pozitivně nabitě podněty, které mohou podporovat jeho psychickou i tělesnou odolnost. Muzikoterapie tak může nejen napomáhat přirozenému rozvoji dítěte, ale může také současně ovlivňovat průběh řady psychických i fyzických onemocnění.

MUDr. Marcela Litová, od roku 1982 pracuje jako pediatr v Dětském centru s komplexní péčí a podpůrnou rodinnou terapií. Od roku 2005 je zde koordinátorem projektu Muzikoterapie u dětí se sociálně zdravotním rizikem v raném věku. Současně působí jako externí pedagog na PF UK na katedře speciální pedagogiky.

Music Therapy in Cardiology: Underlying Brain Mechanisms & Therapeutic Functions

Prof. Dr. Dr. Dr. Dr. Wolfgang Mastnak
München / New York / Shanghai

Clinical studies in cardiology have identified various musical benefits. Indications for music-related interventions concern techniques to reduce anxiety, stress, and pain in cardiac surgical patients, in individuals awaiting cardiac catheterization, and in coronary heart disease patients in general. Several applications of music-therapeutic interventions in cardiac rehabilitation refer to mood control, stress management, and socio-communicative benefits.

Music induced cardiac processes can be elucidated by neural and neuroendocrine modules linking auditory processing areas and neurocardiac centres. Both cortical and subcortical mechanisms modulate musical influences on heart activities. The awareness and aesthetic experience of music depends on the neurocognitive constructions of music and specific acculturation.

Vzdělání: vzdělání a studium hudební pedagogiky, muzikoterapie, psychoterapie, mototerapie, psychologie, filozofie, matematika, zpěv, klavír.

Zkušenosti: terapeutická praxe a univerzitní výzkum, výzkum v univerzitních nemocnicích, terapeutických a pečovatelských institucích, akademiích věd atd. v Mnichově (DE), Londýně (UK), Štrasburku (FR), New Yorku (US), Istanbulu (TR), Šanghaji (CN) atd.

Mgr. Markéta Gerlichová, Ph.D.
KRL 1. LF UK a VFN v Praze

Obor neurorehabilitace vychází z principu plasticity mozku. Tuto vlastnost můžeme využít právě při muzikoterapii osob po získaném poškození mozku. Příspěvek představí aktuální trendy výzkumů zabývajících se vlivem hudby při reorganizaci mozkové tkáně po jejím poškození. Příspěvek se též zmíní o výsledcích některých výzkumů. Praktická aplikace muzikoterapeutických technik významným způsobem pomáhá při rozvoji pohybu, komunikace i kognitivních funkcí. Muzikoterapeutické techniky zaměřené na rytmus a zpěv přispívají k rozvoji řeči i paměti, trénink sluchové percepce cvičí pozornost a pohybová cvičení s dynamickou hudbou kultivují lokomoci. Součástí příspěvku bude i videoukázka z praxe.

Mgr. Markéta Gerlichová, Ph.D., muzikoterapeut, fyzioterapeut, speciální pedagog. Od roku 1996 doposud pracuje s pacienty po poškození mozku na Klinice rehabilitačního lékařství VFN a 1. LF UK. Na tomto pracovišti působí dále jako odborná asistentka 1. LF UK, kde vyučuje studenty medicíny, fyzioterapie, ergoterapie, přednáší v předatestačních kurzech lékařů. Cílené muzikoterapeutické práci se kromě klinické praxe věnuje i v rámci soukromé praxe v oblasti psychosomatiky, rodinné terapie, kognitivního i pohybového tréninku, cvičení dechu a hlasu, problematiky osob se speciálními potřebami i osobnostního rozvoje. Spolupodílela se na řadě projektů (Hlasohled, Rodičovské centrum Nová trojka, Plasticita mozku, Konference expresivních terapií...). Vede vícestupňové akreditované kurzy muzikoterapie a pracuje též jako muzikoterapeutický supervizor jednotlivců i skupin. V roce 2009 a 2013 byla zvolena za ČR delegátem do Evropské konfederace muzikoterapeutů (EMTC). Pracuje v Radě CZMTA (Muzikoterapeutické asociace ČR). V posledních letech aktivně navštívila muzikoterapeutické praxe v Belgii, Turecku a Litvě a přednášela v Kanadě, Estonsku, Litvě, Polsku, Turecku a Rakousku.

Využití muzikoterapie v psychiatrii Praktické zkušenosti využití muzikoterapie u osob s Alzheimerovou nemocí

Mgr. Jana Fojtíčková
Ledovec, o. s., nezisková organizace, Plzeň

Příspěvek na konferenci je věnovaný využití muzikoterapie v psychiatrii. Hlavním cílem mého příspěvku bude sonda do reálné situace muzikoterapie v českých psychiatrických nemocnicích a na psychiatrických klinikách. Zkontaktovala jsem všechna zmíněná zařízení, která mají na webových stránkách, že provozují muzikoterapii a zeptala se na pár otázek, s jejichž odpověďmi vás seznámím. Předcházet tomu bude obecný úvod o postavení muzikoterapie v psychiatrii, o cílech muzikoterapie, návaznosti muzikoterapie na různé psychoterapeutické směry, specifikách a přednostech muzikoterapie právě pro psychiatrii.

V závěru předvedu na videu krátkou praktickou ukázkou muzikoterapie s klientem z Domova sv. Aloise.

Mgr. Jana Fojtíčková

Vystudovala matematickou statistiku na MFFUK, speciální pedagogiku v rámci CŽVZ na pedagogické fakultě UK, waldorfskou a léčebnou pedagogiku na Svobodné Pedagogické Akademii v Zeistu, Edukační muzikoterapii v rámci CŽVZ na pedagogické fakultě UK, výcvik SUR.

Speciální pedagog u dětí s kombinovaným postižením, houseparent v Camphillu v UK, manažer sociální služby Stacionář pro lidi s mentálním postižením, sociální pracovník, muzikoterapeut (psychiatrická nemocnice Dobřany, Ledovec o.s., Domov sv. Aloise).

Výzkum zaměřený na trénink stability, motorických a kognitivních funkcí s využitím poznatků z muzikoterapie

MUDr. Markéta Janatová

¹ Centrum podpory aplikačních výstupů a spin-off firem děkanátu 1. LF UK se sídlem v Kladně

² Klinika rehabilitačního lékařství 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy a Všeobecné fakultní nemocnice v Praze

Auditivní podněty jsou důležitou složkou perceptivních vjemů. Tóny, rytmy a hudební motivy jsou využívány v širokém spektru odvětví, prvky muzikoterapie nacházejí uplatnění v prevenci a terapii poruch kognitivních i motorických funkcí. Pozitivní efekt je vnímán nejen subjektivně, ale byl prokázán objektivními metodami v řadě klinických studií.

V terapii má zařazení hudebních prvků přínos nejen pro zvýšení motivace, ale mimo jiné i jako rytmizující prvek. Toho lze využít u širokého spektra pacientů, například u pacientů s extrapyramidovým syndromem. Zařazení prvků muzikoterapie zvyšuje motivaci i komplexnost zadaných úkolů.

Na 1. LF UK ve spolupráci s FBMI ČVUT a Klinikou rehabilitačního lékařství 1. LF UK a VFN v Praze je vyvíjen systém pro terapii s využitím audiovizuální zpětné vazby.

Při vývoji mobilní aplikace pro trénink stability, kdy pacient změnami polohy těžiště na stabilometrické plošině ovládá terapeutickou scénu, byl proveden průzkum mezi terapeuty a pacienty. Při hodnocení systému bylo pozitivně hodnoceno jednoduché grafické zpracování, ale opakovaně byla zaznamenána nespokojenost s absencí zvukových signálů jako doplňku vizuální zpětné vazby. Proto byla následně přidána po konzultaci s odborníkem z oboru muzikoterapie také auditivní zpětná vazba. Při opětovném testování se zlepšila motivace a orientace při plnění úkolů zejména u pacientů s poruchou vizu, ale také u ostatních pacientů i zdravých probandů.

Efekt terapie s využitím vyvíjených aplikací je objektivně hodnocen s využitím diagnostických přístrojů (dynamická posturografie, dynamická plantografie) a standardizovaných testů (Berg Balance Scale, Timed, Up and Go test a další). Aktuálně probíhají studie, hodnotící efekt terapie u pacientů po poškození mozku ve zdravotnických zařízeních i v domácím prostředí.

MUDr. Markéta Janatová vystudovala všeobecné lékařství na 1. LF UK. V současné době pokračuje v postgraduálním studiu na téma „Rehabilitace, analýza a terapie pohybových vzorců u pacientů po poškození mozku“ pod vedením Doc. MUDr. Olgy Švestkové, Ph.D.

V Centru podpory aplikačních výstupů a spin-off firem děkanátu 1. LF UK ve spolupráci s FBMI ČVUT a s Klinikou rehabilitačního lékařství VFN v Praze a 1. LF UK se podílí na zavádění nových technických prostředků v oblasti medicíny formou vývoje, testování a klinických studií. Její publikační a odborná činnost je zaměřena zejména na diagnostiku a terapii pacientů po poškození mozku s využitím stabilometrické plošiny a audiovizuální zpětné vazby.

Ve volném čase se aktivně věnuje hudbě, působí v hudebním souboru zaměřeném na lidové písně a vlastní tvorbu jako houslistka a zpěvačka.

Mgr. Tono Gúth
Bratislava

Rythmus rozvíja hudobné cítenie a zároveň podporuje komunikáciu, tvorivosť, sebvýjadrenie, sociálne cítenie...

Rythmus spája ľudí, je to univerzálna reč, ktorou môžu komunikovať ľudia z rôznych častí Európy, ale aj sveta. A to nielen zdraví.

Rythmus je srdce hudby, atď... je o tom veľa popísaného, ale už menej ľudí pozná praktický návod pre rozvoj rytmu a rytmiky.

Dá sa k tomu dostať intuitívnou cestou a vedomou cestou.

Vedomá cesta trvá dlhšie, ale človek môže potom lepšie riadiť, meniť, komunikovať rôzne rytmy.

Väčšina ľudí ma šťastie, že má hlas – nohy – ruky (základné hudobné nástroje).

Významnú úlohu zohráva vnímanie tiaže, napnutia a uvoľnenia svalov.

A samozrejme rytmické opakovanie pohybov, keďže svalová pamäť potrebuje čas.

Zakladateľ OZ Zvuky cez ruky, Etnobubnovej školy Rytmika a kapely La3no Cubano.

Študoval sociálnu prácu na Univerzite Komenského v Bratislave.

Perkusiam sa venuje od roku 1998. Intenzívne začal perkusie študovať na ročnom dobrovoľníckom pobyte Paríži u afrického učiteľa Mukombu zo Zairu.

Ďalšie hodiny perkusii z rôznych častí sveta absolvoval u týchto učiteľov: Insuk Lee; Paco Vega; Hearn Gadbois; Eddy Portella; Mamady Keita; Djakali Kone; Martin Verdonk, YouTube.com

Po skončení štúdia sociálnej práce absolvoval ďalšie vzdelávanie so zameraním na hudobnú pedagogiku, muzikoterapiu, skupinovú prácu a kolektívny manažment u týchto učiteľov:

Honza Kožnar; Vlado Labath;

Ida Kelarova; Joseph Moreno;

Jaroslava Zeleiova; Elena Amtmanová, SK;

Zdenek Šimanovsky, Matej Lipský,

Manuela Widmer, /Orffova škola Salzburg/ Karin Schumacher, /Berlín/; Ursel Burek, DE;

Cornelia Cubasch-König a Peter Cubasch, AT.

Organizuje rôzne rytmické, hudobné a muzikoterapeutické projekty, workshopy, kurzy, koncerty na Slovensku a v zahraničí.

Hrá v rôznych hudobných projektoch ako napr. La3no Cubano, Transglobal Refugee crew, Drumstas.

Využití prvků muzikoterapie v praxi fyzioterapeuta

Mgr. Silvie Táborská
KRL 1. LF UK a VFN v Praze

Terapeutické účinky hudby lze bezesporu uplatnit ve fyzioterapeutické praxi. Navzdory významným efektům fyzioterapeutických postupů, fyzický potenciál pacientů nemusí být vždy zcela využit. Hudba může např. zmírnit dyskomfort a obtíže spojené s prováděním požadovaných pohybových terapeutických aktivit (snížit bolest, zlepšit rozsah pohybu, koordinaci pohybu, rovnováhu). Muzikoterapie a fyzioterapie začíná nacházet společné terapeutické cíle zejména v péči o pacienty s neurologickými obtížemi. Pokračující usilí o dosažení maximálních léčebných efektů pro pacienta může jistě využít současné poznatky z muzikoterapie, které lze s výhodou aplikovat i ve fyzioterapii.

Mgr. Silvie Táborská

V roce 2006 ukončila magisterské studium Fyzioterapie na Fakultě tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy v Praze. Od té doby pracuje na Klinice rehabilitačního lékařství 1. lékařské fakulty a VFN v Praze, kde se také podílí na výuce budoucích fyzioterapeutů a ergoterapeutů. Do oblastí jejího zájmu ve fyzioterapii patří mimo jiné styčné plochy s oborem muzikoterapie v souvislosti s výzkumy na úrovni Evidence Based Medicine.

Využití prvků muzikoterapie v praxi ergoterapeuta

Mgr. Miroslava Uhlířová
KRL 1. LF UK a VFN v Praze

Ergoterapie se snaží podpořit člověka v zapojení do činností, které každý z nás v běžném dni chce nebo potřebuje vykonávat. Hudba je něco, co provází od útlého věku život každého člověka, patří k přirozeným lidským aktivitám. Ergoterapeut v terapii využívá takovéto přirozené aktivity včetně hudby a prvků muzikoterapie. Může to být vhodný prostředek pro aktivizaci pacienta, pro zvýšení jeho motivace a pro zlepšení řady funkcí – od motorických až k psychickým.

V roce 2009 ukončila bakalářské studium ergoterapie na 1. lékařské fakultě Univerzity Karlovy v Praze a poté pracovala v léčebně dlouhodobě nemocných s geriatrickými pacienty. Rozhodla se dále studovat a v roce 2012 dokončila navazující magisterské studium Antropologie a genetiky člověka na Přírodovědecké fakultě a v letošním roce ještě navazující magisterské studium Řízení sociálních a zdravotnických organizací na Fakultě humanitních studií. Jako ergoterapeut působila od začátku vzniku občanského sdružení ErgoAktiv, který pomáhá pacientům po cévních mozkových příhodách a po poškození mozku. Se stejnými pacienty pracuje od roku 2012 i na Klinice rehabilitačního lékařství 1. lékařské fakulty a VFN v Praze, kde se také podílí na výuce budoucích ergoterapeutů. Od malička ji rodiče vedli k hudbě: zpívá, hraje na klarinet a saxofon, je členem především komorních hudebních útvarů a jazzového big bandu.

Mgr. et Bc. Petra Zdeňková
Rehabilitační ústav Kladruby

„Hudba je zřejmě nejstarší, nejsložitější a po všech stránkách nejfantastičtější evoluční dědictví, které máme.“

František Koukolík

Muzikoterapie je novým a stále se rozvíjejícím vědeckým oborem. Vliv hudby na lidský organismus je doložen již mnoha zahraničními výzkumy. Nejen v západních zemích muzikoterapie zaujímá své důležité místo v mnoha oborech, zejména v psychoterapii, nebo jako podpůrná terapie na poli lékařském v rámci evidence-based medicine.

Potenciál muzikoterapie spočívá v jejích širokospektrálních možnostech působení. Je využitelná v oblasti fyzických, emocionálních, kognitivních a sociálních potřeb jednotlivců v každém věku.

Neurorehabilitační muzikoterapie se velmi osvědčuje v rámci komprehenzivní rehabilitace. Odborně indikovaná a aplikovaná muzikoterapie napomáhá kromě jiného i v léčbě dlouhotrvajících chorob, cévních mozkových příhod, ale i kraniocerebrálních traumat ad. Výborně se uplatňuje i jako podpůrná terapie v praxi klinické logopedie. Je využitelná jak při práci s dětmi, tak i dospělými osobami s narušenou komunikační schopností. Přínos muzikoterapie spočívá v její schopnosti být motivačním, stimulačním, relaxačním, neuropsychologickým a psychoterapeutickým prostředkem v průběhu celé logopedické intervence.

Muzikoterapie stimuluje osobnostní, komunikační a sociální oblast, dopomáhá k sebevyjádření, projevení myšlenek, zvyšuje pocit sebehodnoty, sebeúcty, vytváří bezpečný prostor pro sociální akceptaci, podporuje pacienty k sebevědomé komunikaci a rozvíjí vzájemné pochopení.

V Rehabilitačním ústavu Kladruby je neurorehabilitační muzikoterapie uplatňována jak v rámci logopedické terapie, tak i při individuálních či skupinových muzikoterapeutických setkáních. Nejčastěji jsou indikováni pacienti s afázií, dysartrií, poruchami fluence řeči, apraxií, kognitivně-komunikačními poruchami ad. Terapeutické cíle se týkají zejména psychologické a sociální oblasti, rozvoje receptivních a expresivních řečových schopností, ale také motorických dovedností.

Vhodně aplikovaná muzikoterapie navozuje pozitivní změny v životě osob se zdravotním postižením a pomáhá ke zvýšení kvality jejich života.

Mgr. et Bc. Petra Zdeňková pracuje jako klinický logoped a muzikoterapeut v Rehabilitačním ústavu Kladruby. Vystudovala obor sociální práce na PedF ZČU v Plzni a zároveň obor speciální pedagogika na PedF UK v Praze, dále absolvovala postgraduální studium klinické logopedie zakončené atestací. Je také certifikovaným terapeutem hlasové rehabilitace a reedukace (pod vedením MUDr. Martina Kučery a kol.).

Při VŠ studiu se kromě jiného v průběhu let soukromě vzdělávala v hipoterapii a také muzikoterapii, v jejímž studiu pokračuje dodnes a aplikuje ji v praxi. Absolvovala mnoho kurzů a seminářů předních lektorů z ČR, ale i zahraničí. Nejvyšší možné vzdělání v muzikoterapii v ČR absolvovala v rámci studia muzikoterapie na PedF UK v Praze a (zejména) v rámci certifikovaného vzdělávacího programu Muzikoterapie v edukační praxi při Katedře sociálních studií a speciální pedagogiky FP TUL v Liberci.

Cestou muzikoterapie kráčí zejména díky PhDr. Janě Procházkové a Mgr. Markétě Gerlichové, Ph.D., které považuje za své odborné vzory a jimž patří její velký dík.

Muzikoterapie očima klinického psychologa a psychoterapeuta

PhDr. Jana Procházková
Nemocnice Na Homolce, Praha

Muzikoterapie v klinické psychologii a psychoterapii má u nás tradičně své místo. Ačkoliv v těchto oborech není metodou první volby, efektivita jejího uplatnění v jednotlivých oblastech klinické psychologie je již nesporná. Kontraindikace použití muzikoterapie jsou zde minimální, zato možnosti její aplikace jsou široké. Specifika systematického využívání jejích jednotlivých technik i muzikoterapie jako svébytného oboru v klinické psychologii jsou dosud stále neukotvena. Nad otázkami, proč tomu tak je, se autorka zamýšlí ve svém příspěvku.

PhDr. Jana Procházková je klinický psycholog – s praxí v oboru přes 40 let. Znalosti a dovednosti v muzikoterapii získávala od 70. let zprvu v kruhu našich odborníků, postupně i ve spolupráci s odborníky především v Holandsku, ale i v Anglii a Portugalsku. Muzikoterapii využívá v rámci své psychoterapeutické praxe, také MT vyučovala na několika vysokých školách i v rámci speciálně zaměřených kurzů.

Muzikoterapie v prevenci i léčbě psychosomatických onemocnění

MUDr. Ivan Vondřich
Pain, s. r. o., Praha

Mgr. Markéta Gerlichová, Ph.D.
KRL 1. LF UK a VFN v Praze

V příspěvku považujeme člověka za organismus, jenž je ovlivňován čtyřmi složkami psychosomatiky: stavem těla (somaticky), stavem psychiky, sociálními vztahy a spirituálním vztahováním se ke jsoucnu – a vzájemným působením těchto složek. Spirituálnímu pohledu se nebudeme více věnovat, neboť je předmětem filozoficko-teologického pojetí. V muzikoterapii se můžeme zaměřit na libovolnou z těchto oblastí, a současně tak nepřímo ovlivnit i všechny ostatní. Pro lepší porozumění mimo jiné uvedeme konkrétní kasuistiky, popř. videoukázku.

Existuje mnoho psychosomatických onemocnění, nejčastěji bývají uváděny vertebrogenní problémy, kardiovaskulární a gastrointestinální nemoci, obtíže související s imunitou a mnohé další. Společným rysem těchto chorob je narušení rovnováhy nejméně jedné ze čtyř zmíněných složek.

Na somatické úrovni lze například rozvíjet a podpořit kvalitu pohybu pomocí dechových a pěveckých cvičení. Ty slouží jako prevence vertebrogenních potíží, neboť jimi dochází k aktivizaci bránice a posturálních svalů a k vyššímu zásobení kyslíkem. Použití hudebních nástrojů s větší rezonancí (kantele, violoncello, ...), jejichž zvuk přechází hlouběji do těla, může dokonce tišit bolest. Vnímání těla hrou na hudební nástroje vede k větší míře poznání sebe samých a integrity soma a psyché.

Na psychické úrovni pak muzikoterapie cíleně usiluje o uvědomění si daného problému, který dosud přetrvával v nevědomí. Pokud se podaří řešený problém pojmenovat, lze různými muzikoterapeutickými

kými metodami řešit konkrétní obtíže. V této oblasti je též vysoká škála cvičení zaměřených na emoce a jejich zpracovávání.

V sociální rovině pracujeme na interpersonálních vztazích ve skupinách a dvojicích. Muzikoterapie zde probíhá nejčastěji skrze neverbální složky komunikace a s využitím hudebních nástrojů.

Jako u většiny nemocí, i u psychosomatických onemocnění je lépe problémům předcházet, tedy vyrovnávat disharmonie a disbalance dříve, než se projeví jako onemocnění. Muzikoterapie je svébytný terapeutický obor reprezentující jeden z možných způsobů jejich prevence a léčby.

MUDr. Ivan Vondřich, absolvent Fakulty všeobecného lékařství University Karlovy v Praze s I.a II. atestací z oboru ARO. Absolvoval nadstavbový kurz léčby bolesti ukončený zkouškou v Institutu pro další doškolování lékařů, dále Čtyřletý výcvik v Rodinné terapii psychosomatických poruch v Liberci a zkoušku z oboru psychosomatické medicíny v Institutu pro další doškolování lékařů. 14 let pracoval na ARO FN Bulovka Praha, z toho 3 roky na lůžkovém oddělení, poté 2 roky v zahraničí. Od roku 1993 se specializuje na alternativní způsoby léčby bolesti v PAIN s.r.o. Od této doby na plný úvazek praktikování akupunktury a homeopatie.

Mgr. Markéta Gerlichová, Ph.D., muzikoterapeut, fyzioterapeut, speciální pedagog. Od roku 1996 doposud pracuje s pacienty po poškození mozku na Klinice rehabilitačního lékařství VFN a 1. LF UK. Na tomto pracovišti působí dále jako odborná asistentka 1. LF UK, kde vyučuje studenty medicíny, fyzioterapie, ergoterapie, přednáší v předatestačních kurzech lékařů. Cílené muzikoterapeutické práci se kromě klinické praxe věnuje i v rámci soukromé praxe v oblasti psychosomatiky, rodinné terapie, kognitivního i pohybového tréninku, cvičení dechu a hlasu, problematiky osob se speciálními potřebami i osobnostního rozvoje. Spolupodílela se na řadě projektů (Hlasohled, Rodičovské centrum Nová trojka, Plasticita mozku, Konference expresivních terapií...). Vede vícestupňové akreditované kurzy muzikoterapie a pracuje též jako muzikoterapeutický supervizor jednotlivců i skupin. V roce 2009 a 2013 byla zvolena za ČR delegátem do Evropské konfederace muzikoterapeutů (EMTC). Pracuje v Radě CZMTA (Muzikoterapeutické asociace ČR). V posledních letech aktivně navštívila muzikoterapeutické praxe v Belgii, Turecku a Litvě a přednášela v Kanadě, Estonsku, Litvě, Polsku, Turecku a Rakousku.

Josef Krček
hudebník a muzikoterapeut

V celé historii lidstva se lidé zabývali hudbou a jejím léčivým vlivem na člověka. Musica instrumentalis – značí hudební nástroje, včetně lidského hlasu. Musica humana – harmonie těla a duše člověka. Musica mundana – hudba sfér a světa.

V příspěvku uvidíme a uslyšíme nejrůznější hudební nástroje. Nebudou chybět nástroje dechové, strunné i rytmické. Z historických budeme moci spatřit např. krumhorney, kornamusy, gemshorny, šalmaje, portativ, přenosné harmonium, cimbálek, zpěv.

Budějovický rodák Josef Krček absolvoval Státní konzervatoř v Plzni – obor klarinet. Již během studia hrál v orchestru Divadla J. K. Tyla v Plzni. Po základní vojenské službě u Ústřední hudby Československé lidové armády a byl členem Československého souboru písní a tanců v Praze. V sedmdesátých a osmdesátých letech působil jako učitel hudby v lidových školách umění v Praze a jako vedoucí oddělení vážné hudby ve vydavatelství Supraphon. Zároveň spolupracoval s folklórními soubory, zvláště se souborem Škody Plzeň, dnes Mladina. V těch letech také začal pravidelně spolupracovat s Českým rozhlasem v Praze a v Plzni. Od roku 1969 hrál v souboru Chorea Bohemica a od roku 1975 hraje v souboru Musica Bohemica.

V devadesátých letech minulého století učil ve škole Jana Amose Komenského v Praze muzikoterapii a na Waldorfské škole v Příbrami hudební výchovu. Zde založil vokálně instrumentální soubor dobových nástrojů Chairé, ve kterém působí dodnes. V devadesátých letech jako místopředseda Anthroposofické společnosti v ČR vyvíjel bohatou přednáškovou činnost. V roce 1998 založil soukromou muzikoterapeutickou školu Musica Humana. Josef Krček se zabývá starší českou a evropskou hudbou a lidovými písněmi. Je autorem 40 skladeb pro dechové orchestry, hudby pro rozhlasové pohádky, hry a seriály, například Staré pověsti české. Podílel se na několika CD (Vánoční koledy, Nejstarší sbírky českých lidových písní, a na mnohých dalších). V roce 2008 vydalo nakladatelství Fabula knihu Josefa Krčka Musica Humana – úvod do muzikoterapie a v nakladatelství Albatros vyšla kniha Josefa Krčka a Jindřicha Čapka Špalíček.

Poznámky: