

Akademie Alternativa



Umělecké terapie – Modul A. Muzikoterapie

Absolventská práce

Muzikoterapie a dětský autismus

**Autor: Ing. Barbora Bartecká
2014**

Děkuji Akademii Alternativa za velkou inspiraci pro práci s lidmi, za cenné zkušenosti a rady, ..., také mým spolužákům, kteří tvořili sehraný a přátelský tým a v neposlední řadě mému manželovi za trpělivost a podporu po celé 3 roky studia.

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem absolventskou práci vypracovala samostatně s použitím uvedené literatury. Souhlasím, aby práce byla zpřístupněna ke studijním a propagačním účelům.

V Kunčicích pod Ondřejníkem, dne 30.4.2014

Abstrakt:

Tato práce se zaměřuje na užití muzikoterapie pro klienty s poruchami autistického spektra. V teoretické části jsou základní informace o muzikoterapii, popis problematiky dětského autismu a další teoretická základna pro praktickou část. V praktické části je pak popsán průběh muzikoterapeutických sezení s klientem a jejich vyhodnocení.

V příloze A je uvedeno několik muzikoterapeutických cvičení, které je možno použít pro klienty s autismem, nebo pro klienty s poruchami přidruženými k autismu a také soubor 23 autorských písní (Příloha B).

Klíčová slova:

Muzikoterapie, dětský autismus, poruchy autistického spektra, muzikoterapeutická cvičení

Abstract:

The aim of this thesis is music therapy using for client from autism range. In theoretic part are written base informations about musictherapy, description of childer autism and next theoretical foundation for practical part. In the practical part is described musicotherapy sessions with the client and fine evaluation.

In attachment A is written few musictherapy sessions, which is possible to use for clients with autism or with deviations simmlar to autism and set 23 authorize songs (attachment B)

Keywords:

Music therapy, childhoodautism, autisticdisorder, music therapyexercises

Obsah

Úvod.....	6
Teoretická část:.....	7
1. MUZIKOTERAPIE.....	7
1.1 Základní koncepty muzikoterapie.....	8
1.2 Formy muzikoterapie:.....	9
1.3 Muzikoterapeutický proces.....	9
1.4 Muzikoterapeutický plán.....	10
2. AUTISMUS.....	11
2.1 Klinický obraz (symptomatologie).....	12
2.1.1 Negativní symptomy, představující nedostatek či chybění určitých standardních projevů zahrnují:.....	13
2.1.2 Výkyvy v chování, které je možné řadit do kategorie tzv. pozitivních symptomů.....	14
2.1.3 Přidružené poruchy, které se vyskytují u klientů s PAS.....	15
2.2 Prognóza.....	16
2.3 Základní poruchy autistického spektra.....	16
Praktická část:.....	18
3. PŘÍPADOVÁ STUDIE.....	18
3.1 Osobní anamnéza.....	18
3.2 Popisy terapeutických setkávání.....	19
3.3 Vyhodnocení podle muzikoterapeutického submodelu 2U.....	27
3.4 Závěr po čtrnácti setkáních.....	33
3.4 Vyhodnocení výzkumných otázek a návrhy pro MT praxi.....	34
Souhrn.....	35
Literatura:.....	36
Přílohy:.....	37

Úvod

Ve své práci se zaměřuji na možnost využití muzikoterapie pro klienty s autismem. Tématiku autismu jsem si vybrala z toho důvodu, protože kolem sebe pozoruji stále více dětí, u nichž se vyskytují poruchy autistického spektra. Muzikoterapie by mohla být jedna z variant, která nám k autistům může „otevřít“ cestu.

Výzkumné otázky:

- využití muzikoterapie jako podpůrný prostředek pro výukové aktivity klientů s PAS
- možnost využití muzikoterapeutických nástrojů pro rozvoj motorických schopností klientů s poruchami autistického spektra (PAS)
- využití muzikoterapie jako podpůrný prostředek pro socializaci klientů s PAS

Teoretická část je informační a vědomostní základnou pro část praktickou. Jsou zde objasněny základní pojmy a principy muzikoterapie, kdy vycházím z odborné literatury a informací, získaných při studiu na Akademii Alternativa. Problematika poruch autistického spektra je v teoretické části taktéž obsažena. I v tomto případě vycházím převážně z odborné literatury ale i jiných zdrojů.

V praktické části je popsán průběh muzikoterapie s klientem, který má diagnostikován atypický autismus. Je zde uvedeno několik cvičení, které byly použity a ověřeny v praxi. Výsledky muzikoterapeutických cvičení jsou postupně vyhodnocovány a jejich shrnutí je provedeno v závěru.

Teoretická část:

1. MUZIKOTERAPIE

Umění provází člověka již dlouhou dobu, projevuje se v něm spousta vlastností pro nás typických. Jedním z jeho druhů je hudební umění. Funkce a smysl hudby má v lidské kultuře hluboké kořeny a mnoho významů. Už v minulosti byla využívána k léčitelským účelům, byla spojena s náboženským i sociálním životem. Terapeutické účinky hudebních rituálů využívali šamani k navození stavů změněného vědomí, jež plnily roli psychosociální hygieny. Snaha o udržení sociálně vyváženého života v komunitě, která společně prováděla hudební, taneční a jiné aktivity je nepopíratelná. Bohaté poznatky z historie v dnešní době využívá i muzikoterapie, jež navazuje na terapeutické působení hudby. (volně podle Zeleiové, [1])

Muzikoterapie (dále jen MT) je jedním z oborů uměleckých (expresivních) terapií, mezi něž se také řadí arteterapie, dramaterapie či tanečně – pohybová terapie. Její uplatnění můžeme najít v různých oblastech: sociální oblast, lékařství, psychologie, speciální pedagogika, pedagogika atd. V rámci muzikoterapie existuje více přístupů a škol, jež vnímají různě smysl hudby a terapie. Definice muzikoterapie proto není jednotná. (více definic viz.Zeleiová, [1], str.27-48).

Mezinárodně akceptovaná je definice Světové federace muzikoterapie z roku 1996:

„Muzikoterapie je použití hudby a/nebo hudebních elementů (zvuku, rytmu, melodie, harmonie) kvalifikovaným muzikoterapeutem pro klienta nebo skupinu v procesu, jehož účelem je usnadnit a rozvinout komunikaci, vztahy, učení, pohyblivost, sebevyjádření, organizaci a jiné relevantní terapeutické záměry za účelem naplnění tělesných emociálních, mentálních, sociálních a kognitivních potřeb. Cílem muzikoterapie je rozvinout potenciál a/nebo obnovit funkce jedince tak, aby mohl dosáhnout lepší intrapersonální nebo interpersonální integrace a následně také vyšší kvality života prostřednictvím prevence, rehabilitace nebo léčby.“ (Kantor, Lipský, Weber a kol, [3], str. 27)

Z pohledu na muzikoterapii jako jednu z uměleckých terapií zde uvádím ještě jednu definici:

„Muzikoterapie, arteterapie, dramaterapie, taneční terapie a další umělecko-terapeutické přístupy v současné době nabízí rozdílné metody, techniky a prostředky, které však mohou naplňovat podobné nebo také společné cíle ve vzájemné spolupráci s lékařskými, psychologickými a speciálními výchovně-vzdělávacími prostředky a cíli.“ (Břicháčková, Vilímek, [4], str.9)

Základní druhy muzikoterapie podle přístupů jsou: antroposofická muzikoterapie, orlovská MT, ortopedagogická MT, polyestetická MT, rekreativní MT, tvůrčí MT, fokusující MT, funkcionální MT, paliativní MT, paradoxní MT, regulativní MT, behaviorální MT, improvizáční MT, analytická MT, asociativní MT, řízená imaginace a hudba, zvukový trans, aktualizáční MT, expresivní MT, integrativní MT, tvarová MT a další. (podrobněji viz Zeleiová[1], Kapitola 1.3)

1.1 Základní koncepty muzikoterapie

V současné době se nejvíce užívají tři základní koncepty muzikoterapie: pedagogický, medicínský a psychoterapeutický koncept.

Pedagogický koncept v muzikoterapii:

Je to souhrnné označení, které se zaměřuje na procesy učení, komunikace a sociální integrace. Podporuje koncentraci, zlepšuje vnímání, paměť, řeč atd. Cílovou skupinou jsou obvykle lidé tělesně nebo mentálně postižení, děti nebo dospívající s poruchami vývoje, chování či poruchami řeči. Podpora se soustředí na rozvoj senzomotorických i samoobslužných dovedností, sociální integrace a osobnostní rozvoj.

Medicínský koncept muzikoterapie:

Tento koncept pracuje převážně s reprodukovanou hudbou, kterou klienti poslouchají, zdůrazňuje fyziologické reakce na hudbu. Hudba slouží jako audioanalgetikum, nebo jiným způsobem (pozitivně) ovlivňuje tělesný nebo psychosociální stav (např.: odvrácení pozornosti od bolesti)

Psychoterapeutický koncept muzikoterapie:

Takto orientovaná muzikoterapie pracuje většinou v oblasti komunikace. Směry a modely vycházejí z teoretických konceptů, které určují tři hlavní proudy v psychoterapii a to jsou: kognitivně-behaviorální, analyticko-dynamický a humanisticko-existenciální.

1.2 Formy muzikoterapie:

Rozdělení forem MT je ve své podstatě podobné v různých přístupech škol. Základní typy jsou:

Individuální muzikoterapie: kdy terapeut pracuje pouze s jedním klientem. Je vhodný pro klienty, kteří vyžadují individuální přístup, také pro klienty s vážným tělesným či kombinovaným postižením. Důvodem může být i osobnostní či sociální důvod, který brání efektivnosti práce ve skupině.

Párová muzikoterapie: práce se dvěma klienty současně. Využívá se často při rodinných terapiích. U párové terapie je nutné zachovat individuální přístup.

Skupinová muzikoterapie: práce se skupinou klientů, kde je možno využít efektu skupinové dynamiky. Setkávání může být otevřené novým klientům, či uzavřená setkání stálých klientů.

1.3 Muzikoterapeutický proces

„Aktéři muzikoterapeutického procesu jsou všechny osoby, které se ho účastní, především muzikoterapeut, klient, terapeutická skupina, ale může jím být i asistent terapeuta, či supervizor.“ (Kantor, Lipský, Weber, [3], str. 27)

Je to proces, který klade na terapeuta vysoké nároky, které vyžadují zodpovědný přístup, kreativitu a flexibilitu. Samozřejmostí je vysoká vědomostní úroveň, empatie, akceptace a autenticita. Niže uvádím ještě jednu citaci, která je důležitým bodem nejen pro muzikoterapii, ale pro terapii všeobecně.

„ Muzikoterapeutické působení by mělo být obohaceno o lidský rozměr, schopnost empatie, toleranci a porozumění. Terapeut by měl projevovat stejnou míru náklonnosti ke

všem klientům skupiny. Zachovávat nadhled v situacích, které vyžadují citovou stálost, sebeovládání a profesionalitu. Příjemné vztahy mezi klienty a terapeutem by neměly přejít v závislost na osobě terapeuta. Ale i naopak – chladný, autoritativní a nadřazený postoj muzikoterapeuta vůči klientům může mít negativní následky na průběh muzikoterapeutického procesu. Terapeut nesmí připustit ponižování klienta, omezení jeho práv a lidské důstojnosti, popř. aktivity ohrožující zdraví klientů. Důležitý je pozitivní přístup ke klientovi zachovávající respekt vůči cílům muzikoterapie.“ (Břicháčková, [5] str.75)

1.4 Muzikoterapeutický plán

je „systematické plánování muzikoterapeutického procesu zahrnující důležité informace a dokumenty. Terapeutický plán je veden po celou dobu, po kterou klient navštěvuje muzikoterapii.“ (Beníčková, [1] str. 26)

Zahrnuje:

dokumentaci– veškeré dostupné informace o klientovi včetně informací od ostatních odborníků a terapeutů, kteří s ním pracují. Dále vstupní, průběžnou a výstupní diagnostiku, případně další materiály získané během terapie.

indikace a kontraindikace

muzikoterapeutické cíle– krátkodobé v řádu několika setkání, střednědobé v řádu měsíců až let, dlouhodobé v řádu let. Současně zde mohou být i cíle dílčí, hlavní a doprovodné.

muzikoterapeutická strategie– volba postupů, přístupů, modelů, metod a technik.

seznam muzikoterapeutických cvičení

časový harmonogram– délka a frekvence setkání i to, zda se předpokládá dlouhodobá či krátkodobá práce.

prostředky– muzikoterapeutická místnost, hudební nástroje, CD přehrávač a CD, a další pomůcky, případně literatura.

(Beníčková, [1] str.26)

2. AUTISMUS

Autismus F.84.0(dětský autismus) je nejvýznamnější pervazivní (= všepronikající) porucha, která poškozuje závažným a komplexním způsobem psychický vývoj takto postižených dětí. Tato vývojová porucha narušuje zejména dvě oblasti lidského života – oblast emocí a prožívání, a dále oblast komunikace a mezilidských vztahů. „*V důsledku vrozeného postižení mozkových funkcí, které dítěti umožňují komunikaci, sociální interakci a symbolické myšlení (fantazii), dochází k tomu, že dítě nedokáže vyhodnocovat informace stejným způsobem jako děti stejné mentální úrovně.*“ (Thorová, [7] str.58)

Samotné slovo „autismus“ je odvozeno od řeckého „autos“, což znamená sám. Poprvé jej v roce 1911 použil švýcarský psychiatr E. Bleuler. Tehdy však toto označení sloužilo pouze k pojmenování jednoho ze symptomů pozorovaných u schizofrenních pacientů. Dnešní podobu pojmu autismu zavedl Leo Kanner, který se tímto názvem snažil vyjádřit svou domněnku, že „*děti trpící autismem jsou osamělé, pohroužené do vlastního vnitřního světa, nezajímající se o svět kolem sebe, nechopné lásky a přátelství.*“ (Thorová, [7], str. 34)

V psychologickém slovníku najdeme ještě tyto informace: „*Autismus dětský – dle MKN-10 jedna z pervazivních vývojových poruch; narušený vývoj se projevuje před věkem tří let, a to jako porucha sociální interakce, porucha komunikace, výskyt opakujícího se stereotypního chování; nejvýrazněji vystupuje do popředí chybění sociálně-emoční a verbální i neverbální komunikační vzájemnosti, nedostatečné užívání řeči; porucha je třikrát až čtyřikrát častější u chlapců než u dívek; stereotypní způsoby chování jsou rigidní, mají charakter nefunkčních rituálů, jejich narušení je těžce snášeno, přidruženy bývají různé fobie, poruchy příjmu jídla, záchvaty vzteku, agrese, sebezraňování; deficity pokračují během dospělosti, takže syndrom se může vyskytovat v každé věkové skupině; u postižených jsou zastoupeny všechny stupně IQ, s výraznou převahou případů s mentální retardací (...)*“ (Hartl, Hartlová, [8], s. 63)

Autismus se rozděluje do tří kategorií podle tzv. funkčnosti – adaptability. Tato funkčnost se soustřeďuje hlavně na schopnosti adaptace v sociálních oblastech, úroveň vyjadřování, schopnost porozumět, v míře problémového chování a schopností funkčně trávit volný čas. Posuzuje se také celková úroveň intelektu. Rozdělení volně podle [9]:

Nízkofunkční autismus

Většina těchto lidí spadá do pásma těžké mentální retardace, bývají velmi uzavření, mají malou schopnost navazovat sociální vztahy. Řeč je spíše v podobě echolálií, pokud se vůbec objeví. Věnují se jednoduchým činnostem, stereotypním, časté agresivní chování a sebezraňování.

Středněfunkční autismus

Zařazení rozumových schopností v pásmu lehké až středně těžké mentální retardace, špatně navazují sociální kontakt, chybí spontaneita, jsou spíše pasivní. Řeč může být logická, ale objevují se v ní zvláštnosti, echolálie, neologismy. Chování můžeme pozorovat stereotypní pohyby, ve hře jsou patrné vztahové prvky, funkční a konstrukční hry.

Vysocefunkční autismus

Rozumové schopnosti mohou dosahovat až nadprůměru, obvykle se ale pohybují v hraničním pásmu či pásmu normy. Tito lidé mívají zachovány základní sociální a komunikační funkce, ale obtížně chápou sociální normu. Řeč bývá vyvinuta dobře. Obvykle ulpívají na oblíbených tématech, odvíjejících se od jejich encyklopedických zájmů. Nejsou schopni spolupráce v kolektivech, týmech.

2.1 Klinický obraz (symptomatologie)

„Autismus postihuje většinu psychických funkcí, ale nejnápadnější je porucha sociálně – komunikačních kompetencí. Hlavní příznaky tohoto onemocnění zahrnují poruchu sociálního porozumění, mezilidských vztahů a komunikace, typické je nápadné, stereotypní chování. Vývoj autistických dětí je nejen opožděný, ale v mnoha oblastech i kvalitativně porušený a nerovnoměrný“ (Vágnerová, [4], s.319)

Triáda problémových oblastí společná pro poruchy autistického spektra:

- 1) Sociální interakce a sociální chování: Narušená schopnost přiměřeně užívat neverbální komunikaci v různých sociálních situacích (gesta, mimika, oční kontakt), neschopnost vytvářet vztahy, sdílení radosti a zájmu, nedostatečná empatie

- 2) Komunikace: Opožděný vývoj řeči nebo vůbec žádná řeč, echolalie, vlastní či stereotypní řeč
- 3) Představivost, zájmy a hra: Nápadné zaujetí pro nějakou činnost (nebo více činností), ulpívání na specifických či nefunkčních rituálech, odpor ke změnám, motorické manýrování.

2.1.1 Negativní symptomy, představující nedostatek či chybění určitých standardních projevů zahrnují:

Poruchy socializace:

Typické je trvalá neschopnost navazovat sociální vztahy, zejména emocionálního charakteru. Autistické děti často nerozlišují lidské bytosti od neživých objektů, oboje má pro ně stejný význam. Nereagují na běžné sociální signály, jako úsměv, oční kontakt, emoční projevy. Odmítají sociální kontakt, nedovedou navazovat citové vztahy. Nemívají zájem o lidi, nejsou schopny přijímat lásku a opětovat (tj. pozitivní citové projevy). Nerozlišují projevy pozitivního a negativního citu, obojí je jim lhostejné až nepříjemné. Nejsou schopné empatie, nechápou pocity jiných lidí, nejspíše si vůbec neuvědomují, že něco takového existuje.

Neschopnost socializace je komplikací pro běžný život, požadavky – nepochopení smyslu sociálních situací, rozdíly mezi blízkými a cizími lidmi, muži a ženami... Jejich jediným rozlišovacím mechanismem je pro ně rozdíl mezi obvyklým a novým.

Poruchy poznávání, tj. narušení orientace v prostředí:

Autistické děti mají potíže v orientaci ve světě, špatně chápou význam a rozdíly různých objektů, smyslové podněty zpracovávají jinak, než je obvyklé, preferují jiné smyslové kvality než jejich vrstevníci. Pro orientaci ve svém okolí preferují např. čichové informace. Sluchové vnímání mají velmi dobře rozvinuto, někdy až přecitlivělé, zrakové vnímání může být určitým způsobem modifikováno a to na základě odlišného centrálního zpracování vizuálních informací (určitý typ dysgnozie).

Odlišnost smyslové percepce (zpracování) se projevuje zvýšenou citlivostí i na běžné podněty, mohou vyvolávat z našeho pohledu až přehnané reakce. Autistické děti nejsou schopné domyslet důsledky svého jednání, neumí plánovat či odložit nějaké činnosti.

Nedovedou koncentrovat pozornost na složitější podněty, vnímají okolí jen v omezeném rozsahu. Je těžké je motivovat, protože sociální ocenění pro ne nemá žádnou hodnotu. Reagují pouze na materiální odměny.

Hůře se učí, nedovedou generalizovat svou zkušenost. Proto je i malá změna dezorientuje, nové podněty odmítají a reagují na ně úzkostí. Problémem bývá i nedostatečné soustředění a roztěkanost. Nejsou zvědavé a spontánní. Mentální retardace postihuje cca 75% autistických dětí, na druhé straně lze nalézt i jedince mimořádně nadané.

Poruchy rozvoje řeči, především v oblasti její komunikační funkce:

Autistické děti nekomunikují (nedovedou) standardním způsobem, význam nemají ani jejich mimické či pantomimické projevy. Řeč se buď nevytváří vůbec, nebo je velmi jednoduchá. Verbální projevy obsahují echolálie, nedodrží slovosled v psaném i mluveném projevu, některá slova mohou chybět atd. Autistické děti tomuto nepřisuzují důležitost, protože řeč nepoužívají ke komunikaci (nefunguje jako informace určená někomu jinému). Často o sobě mluví v druhé nebo třetí osobě, chybí používání zájmena „já“. Nechápu smysl slov nebo vět.

„Typický je pro autistické dítě narušený vývoj řeči. Dítě často není schopné používat řeč jako adekvátní prostředek komunikace.“ (Vágnerová, [4], s.320)

2.1.2 Výkyvy v chování, které je možné řadit do kategorie tzv. pozitivních symptomů.

Jsou to odchylky a nápadnosti v chování, které často působí jako další překážka přijatelné socializace. Zde patří např. Autostimulace, sebezraňující chování apod. Některé odchylky v chování lze posuzovat jako sekundární důsledek autistické poruchy.

Děti s PAS obvykle odmítají oční kontakt, ale dovedou citově reagovat. Tyto emoční projevy bývají výrazem negativní reakce na zátěž, z neschopnosti orientace v okolí, z nároků, z nezvládnutých situací, z pocitů úzkosti. Úzkost se může projevit ve formě afektu vzteku či agrese. Dítě své pocity vyjadřuje tak, jak dovede, a tímto způsobem je musíme také interpretovat – občas mohou mít i podobu sebepoškozování, toto můžeme chápat jako způsob vyjádření nesnesitelného napětí a úzkosti. Sebepoškozování funguje také jako obrana v silně stresující situaci, kterou dítě nedovede zvládnout lépe.

2.1.3 Přidružené poruchy, které se vyskytují u klientů s PAS

Volně podle [6]

Poruchy řeči

- poruchy receptivní složky řeči, kdy člověk není schopen dobře porozumět verbálnímu sdělení - receptivní dysfázie/afázie. Vzniká v důsledku postižení určitých oblastí v kůře levé mozkové hemisféry

- poruchy expresivní složky řeči: lze rozdělit na postižení obsahové stránky řeči a její formální podoby. Expresivní dysfázie/afázie vede k obsahovému narušení, kdy nemocný není schopen se adekvátně vyjádřit mluveným slovem. Její příčinou je rovněž postižení Brocova centra v levé mozkové hemisféře. Formální porucha mluvené řeči může být ve formě mutismu (nemluvnosti), kdy postižený jedinec mluvit umí, ale z určité psychické příčiny (obvykle dočasně) nedokáže komunikovat. Do této kategorie patří i dysartrie (porucha výslovnosti, artikulace), dále balbuties (kocktavost).

Porucha pozornosti, případně porucha pozornosti s hyperaktivitou

- přidružená porucha vyskytující se často současně s autismem, která patří mezi neurovývojové poruchy. Základní typické vlastnosti pro poruchy pozornosti s hyperaktivitou:
- Deficit pozornosti – krátké intervaly zaměření na jednu věc, problém s opakovanými nebo nudnými (mnohdy nutnými) úkony, poruchy motoriky
- Impulzivnost – rychlé, neadekvátní reakce
- Hyperaktivita – neúčelné, nadbytečné pohyby

Obvykle se objevují s poruchami pozornosti také specifické poruchy učení – dyslexie (porucha čtení), dysgrafie (porucha psaní), dysortografie (porucha pravopisu), dyskalkulie (porucha matematických schopností).

Mentální retardace

často se vyskytující s autismem, (cca 75% autistů). Je to souhrnné označení vrozeného postižení rozumových schopností. Projevuje se neschopností porozumět svému okolí a

v požadované míře se mu přizpůsobit. Typickým příznakem je omezení potřeby zvědavosti (u autistů se může projevovat jinak, než třeba u DMO), horší orientace v prostředí.

Stupně mentální retardace podle MKN-10:

F70	lehká mentální retardace	IQ 50-70
F71	středně těžká mentální retardace	IQ 35-49
F72	těžká mentální retardace	IQ 20-34
F73	hluboká mentální retardace	IQ 0-19

2.2 Prognóza

Poruchy autistického spektra bývají diagnostikovány nejpozději do tří let, první příznaky se projevují již v raném dětství. Vývoj autistických dětí je odlišný již od počátku. Kritický (hraniční) věk je pět let. Pokud dítě okolo tohoto věku nemluví, nelze již obvykle očekávat nějaké podstatné zlepšení.

„V dospělosti zůstávají přibližně dvě třetiny takto postižených závislých na péči rodiny nebo instituce. I tehdy, když se jejich stav celkově zlepší, přetrvávají problémy v komunikaci, sociální odtažitost a podivné chování. Značnou zátěž představuje vysoká četnost kombinace s mentálním postižením.“ (Vágnerová, [4], s.327)

2.3 Základní poruchy autistického spektra

Dětský autismus je nejvýznamnější pervazivní vývojovou poruchou, kromě něj se vyskytují i jiné vývojové poruchy, např:

Atypický autismus: (F.84.1)

Tato diagnóza není přesně vymezena, dá se říct, že sem spadají jedinci s určitými autistickými prvky, rysy či sklony, u nichž buď nebyla naplněna autistická triáda – tedy chybí jedno nebo dvě ze základních tří kritérií pro diagnózu autismu, nebo tíže a frekvence symptomů nenaplnuje diagnostická kritéria autismu. První symptomy bývají zaznamenány až

po třetím roce života. Autistické chování se někdy přidružuje k těžké a hluboké mentální retardaci, zde můžeme pozorovat některé symptomy jednoznačně typické pro autismus.

Jiná dezintegrační porucha - Hellerův syndrom: (F84.3)

Tato porucha je označována jako dezintegrační porucha, takto postižené děti se normálně rozvíjí do dvou let a až později se začnou projevovat obtíže v oblasti motoriky a řeči. Postižena je i kontrola vyměšování, společně s ní dochází k úbytku schopností (raná demence).

Aspergerův syndrom: (F84.5)

Je to porucha charakteristická disharmonickým vývojem osobnosti s převažující poruchou v oblasti sociální interakce a komunikace, avšak není narušen vývoj řeči ani inteligence. Jejich zájmové zaměření je podobné autistickým dětem – mívají specifické stereotypní zájmy.

Rettův syndrom: (F84.2)

Je to geneticky podmíněné neurodegenerativní onemocnění, vyskytuje se velmi vzácně, postihuje pouze dívky. Projevuje se v období okolo 6 až 12 měsíce, kdy dochází ke zpomalení růstu hlavy a následnému ubývání dosud osvojených dovedností. Stav se postupně zhoršuje na úroveň těžké mentální retardace. Přidruženým onemocněním u Rettova syndromu bývá často epilepsie.

Praktická část:

V praktické části jsem původně chtěla uvést příklady z individuálních muzikoterapeutických setkávání se dvěma různými klienty, v průběhu setkání však došlo u jednoho z nich ke komplikacím v rodině i zdravotním problémům. Budu tedy o to důkladněji popisovat a vyhodnocovat setkávání s prvním klientem.

3. PŘÍPADOVÁ STUDIE

Klientem – uživatelem – pro setkávání byl chlapec Kamil, jehož jsem před terapeutickým setkáváním neznala. K práci s ním jsem se dostala přes jeho maminku, se kterou se setkáváme na různých veřejných akcích. Kamila jsem poprvé viděla v červenci roku 2013, bylo mu tehdy bez jednoho měsíce 5 let.

3.1 Osobní anamnéza

Vývoj do 1,5 roku úplně bezproblémový, přirozený, náchylnější k nemocem – 3x byly nasazeny antibiotika. V 1,5letech byl Kamil očkován kombinovanou vakcínou, na kterou jeho tělo okamžitě reagovalo horečkami a zvracením. Ihned po této události pozorovala rodina zastavení přirozeného vývoje, změnu v komunikaci – změnu řeči. Nereagoval na své oblíbené hračky, stáhnul se „do sebe“, uzavřel se. Motorický vývoj se značně zpomalil, jemná i hrubá motorika byla narušena, delší dobu byl ve fázi lezení, chůze přišla později.

Byl mu diagnostikován atypický autismus, porucha pozornosti s hyperaktivitou (ADHD), odhaduje se lehká až středně těžká mentální retardace, dysfázie. Neužívá medikaci na zklidnění hyperaktivity, není agresivní ke svému okolí. Nemá žádný specifický rituál, kromě pobíhání při uklidňování se. V afektivních stavech někdy dochází k sebepoškozování – úderu hlavou o podlahu, skříně apod.

Cca po 4.roku věku se jeho stav začíná mírně zlepšovat, učí se nová slova, hraje si, zapojuje logiku. Ve školce pozoruje ostatní děti, přizpůsobuje se ostatním, odkoukává, lépe soustředí pozornost.

3.2 Popisy terapeutických setkávání

Nyní rozepisuji stručně průběhy našich setkávání. Cvičení, která byla použita a případně další možná cvičení uvádím v příloze absolventské práce.

1. Setkání: 16.7.2013, (v domácím prostředí)

Seznamovací návštěva:

V rámci této návštěvy byly zjištěny bližší informace o anamnéze. Nebylo možné přehlédnout silnou fixaci na otce v jeho přítomnosti – pokud odešel, Kamil jej vyhledával a byl rozrušený, nesoustředěný na okolí. Vyhodnotila jsem, že práce v přítomnosti otce není možná. Se svou mladší sestrou vychází dobře, neuvědomuje si však následky svého chování a občas jí fyzicky ublíží. Dokázal se pozorně zabrat do svých her, nevyžaduje násilně pozornost okolí.

Na mou osobu reagoval přátelsky, ale v přítomnosti otce se na mne téměř vůbec nesoustředil. Po položení tašky s nástroji a vytažení kalimby jeho pozornost na chvíli přešla k ní. Ukázala jsem, jak na ni může hrát, nástroj si vzal a zkoušel hrát také, zkoumal tvar. Na kalimbu nedokázal hrát prsty, měl je u sebe a pohyb vycházel spíše z loktu. Zvuk kalimby se mu líbil. Po chvilce ale nástroj položil a věnoval se otcí nebo svým hračkám.

Při mluvení či zpívání jeho výslovnost nebyla dobře čitelná, rád zpívá – ke zpěvu se přidával se svými vlastními slovy. Intonace byla v mezích, melodii si pamatuje dobře, slyší a napodobuje výšky tónů. Celková doba strávená s Kamilem a jeho rodinou cca 1,5hod.

2. Setkání: 25.7. 2013

Setkání v domácím prostředí, bez přítomnosti otce.

Z nástrojové tašky ze začátku Kamila zaujala kalimba, kterou si pamatoval z minula. Zkoušel chvíli hrát, nebo si ji nosil sebou jako hračku. Pohyb ruky při hře vycházel stále více z loktu, než ze samotných prstů. Při kontaktu se mnou a nástroji neudržel dlouho pozornost, jen pár minut, nebo desítek sekund (s přestávkami) a odbíhal ke svým hračkám. Při terapii byla přítomna mladší sestra, která na nástroje reagovala ihned a zkoušela opakovat, co jsem předvedla. Bubínek, který jsem vzala sebou, Kamil převážně pozoroval a zkoumal, o hru se příliš nezajímal. Bubnovali jsme společně s maminkou a Kamilovou mladší sestrou, přidali

jsme i zpěv písničky, ke kterému se po chvíli K. přidal. Chodil kolem nás a bubínku, občas se za zpěvu přidal, ale jen na pár úderů a hned zase poodešel. Navázal se mnou fyzický kontakt – bral mě za ruku, taktéž se mi díval několikrát do očí, nebo si prohlížel moje prsty a držel mou dlaň. Ke konci sezení si sám vzal kalimbu, kterou jsem mu nabídla a v sedě zkoušel sám hrát. Krátce se při hře dokázal soustředit, nástroj držel oběma rukama najednou, pevně a snažil se hrát jednotlivými prsty, pomalu.

Sezení trvalo cca 30min, po této návštěvě jsem začala zvažovat využití neutrální místnosti pro terapeutická sezení

3. Setkání: 8.8.2013

Setkání v domácím prostředí bez přítomnosti otce.

V plánu jsem měla použít opět kalimbu, která se osvědčila při minulých návštěvách a také vyzkoušet tleskání. Sebou jsem vzala zvonkohru Koshi. Kalimbou jsme začali, Kamil ji ihned poznal, sám si ji ode mne převzal. Vydržel hrát delší dobu než na minulém setkání, snažil se hrát jemněji i prsty. Vyzkoušela jsem krátké cvičení „Každý chvíli“, kdy jsme přešli ke střídavému hraní. Při přebírání kalimby jsem zjistila, že má problém s dáváním věcí – je mírně agresivní, menší afektivní stavy, ale zvládli jsme výměnu několikrát po sobě bez větších problémů. Při sezení byla přítomna mladší sestra, která už mne znala z minulé návštěvy. Měla však problém s tím, že se veškerá pozornost soustředí na Kamila a snažila se být také středem zájmu. Dožadovala se pozornosti a začala působit malinko rušivě, Kamila odlákala od nástrojů. Ten byl napjatější a po chvíli si lehl na zem a po odchodu maminky z místnosti upadl do afektu. Podařilo se mi zaujmout jej v jeho stavu zvukem Koshi zvonkohry, pořád ležel na podlaze. Reagoval na pohyb Koshi nad tělem natahováním končetin ke zvonkohře, tak jsme vyzkoušeli cvičení „Brouk“. Pravá/levá zatím nezvládal, komunikovali jsme tedy jen zjednodušeně a ukazováním. Přidala se k nám i mladší sestra a cvičení takto pokračovalo s oběma sourozenci najednou několik minut. Po krátké pauze na svačinku jsme si cvičení ještě jednou zopakovali s Kamilem i sestrou, poté ještě pár výměn kalimby a rozloučení, které proběhlo bez problémů.

Tleskání jsme nevyzkoušeli kvůli nutné změně programu. Domluvili jsme se, že příští setkání zkusíme i bez přítomnosti mladší sestry.

4. Setkání: 22.8.2013

Poslední setkání v domácím prostředí, bez přítomnosti otce a sestry.

Na úvod jsem opět použila kalimbu, kterou jsme si chvíli vyměňovali, ale velmi brzy ztratil zájem a nechtěl ve cvičení pokračovat. Při přebírání kalimby jsem upozorovala změnu v chování: při odebrání nástroje z Kamilových rukou nereagoval křikem a pláčem, ale urážením se. Začal pochodovat po bytě, uklidňoval se, nebyl dobře naladěný. Zkusila jsem použít zvonkohru Koshi, která ho na chvíli vyvedla z nezájmu. Chtěl si nechat pustit notebook s videi (s písničkami), si sám u nich trochu zpíval, ale s námi nespolupracoval, na pokyny nereagoval. Jeho pozornost byla zaměřena jinam, i když bez přítomnosti sestry byl mnohem soustředěnější. Sezení jsme po pár neúspěšných pokusech zapojit Kamila do spolupráce ukončili.

Protože si Kamil zvykl na mou osobu, domluvili jsme se, že další setkání budeme provádět mimo domácí prostředí, aby došlo k co největší eliminaci známých podnětů ke ztrátě pozornosti.

5. Setkání: 19.9.2013

Místnost: hudebna ZŠ,

První sezení v nové místnosti jsem neplánovala s žádnými speciálními úkoly, vzala jsem sebou tašku s nástroji, aby Kamil věděl, že jde o naše společné setkávání. V místnosti jsme strávili asi 25min, neměl strach z nového prostoru, pohyboval se po něm a prohlížel si obrázky i vybavení. Po položení tašky doprostřed místnosti si Kamil k tašce sedl a bral si nástroje sám. S nástroji různě pochodoval po místnosti. Poprvé si z nástrojů vybral i flétničku, na kterou párkrát fouknul. V místnosti byl klavír, ten jsme využili ke společnému zpívání písniček, také na něj zkoušel hrát i sám. Problém nastal, když si všiml regálu s knihami, které ho zaujaly tak, že ztratil zájem o nástroje a začal si prohlížet a přerovnávat knihy. Bylo jasné, že napříště se tento nedostatek musí ošetřit.

6. Setkání: 26.9.2013

Místnost: učebna, přírodověda

Na toto setkání jsem poprvé přinesla kantelu, položila jsem ji vedle tašky. V místnosti je akvárium s rybičkami a želvami, chvíli jsme si prohlíželi rybičky a poté si Kamil společně se mnou sednul k tašce. Než začal vytahovat nástroje, rychle jsem vzala zabalenou kantelu a pomalu ji odbalovala z látky. Zaujal jej nový nástroj, na můj pokyn si sedl na mně a společně jsme hráli, také hladili kantelu po strunách. Poté jsem vyzkoušela nabídnout mu Koshi, převzal si ji jemně. Zlehka houpal zvonkohrou do stran a poslouchal, jak hraje, pak ji vrátil do tašky a chvíli pochozoval po místnosti. Až se trochu uvolnil, nabídla jsem mu opět kantelu, sedl si ke mně a ještě jsme společně pár minut hráli. Kamil se pomalu pak opět zvedl a šel pochodoval po místnosti, přitom si ji prohlížel. Chodila jsem vedle něj, aby cítil mou přítomnost. V mezičase jsem vytáhla flétničku z tašky a nabídla mu ji ke hře. Několikrát na pokyn fouknul do flétny. Společně s maminkou jsme pak zpívali, opřel si lokty o její nohy a já jsem stála za ním, zpívala jsem mu do zad a hýbala do rytmu jeho boky – to se Kamilovi líbilo, byl spokojený, pobrukoval si. Uklidila jsem nástroje a rozloučili jsme se. Setkání trvalo cca 50min, po celou dobu Kamil držel výborně pozornost až na pár chvil, kdy potřeboval čas a prostor pro sebe.

7. Setkání: 3.10.2013

Místnost: učebna přírodovědy, setkání bez maminky

Na toto setkání jsem se domluvila s maminkou, že vyzkoušíme, jak bude Kamil spolupracovat bez její přítomnosti. Ve dveřích školy se rozloučili. Loučení neproběhlo dobře a Kamil se dostal do afektivních stavů, přitom hledal maminku, běhal po chodbě a plakal. Všude jsem byla s ním, aby nedošlo ke zranění, mluvila jsem na něj, přenesla jej do učebny, ale nechtěl tam být. Ve spěchu se mi podařilo vytáhnout z tašky kalimbu a utíkat za ním na chodbu. Seděl na podlaze před vchodem a plakal, masírovala jsem mu záda a zpívala mu u toho, občas brnkla na kalimbu. Cca po 10-ti kritických minutách se trochu uklidnil a začal mě brát za ruce, hrát přes ně na kalimbu. Vystoupali jsme pomalu po schodech k učebně, sedli jsme si na poslední schod – ještě se mu do učebny nechtělo. Malovala jsem imaginárně na zeď a u toho zpívala, Kamil se přidal a opakoval pohyby po mně. Přikládali jsme kalimbu na zeď a společně hráli, přidali jsme i tleskání a pokračovali ve zpívání. Toto jej uklidnilo, tak jsem ho

vyzvala, abychom šli do učebny. Po příchodu do místnosti jsme si sedli k tašce s nástroji a vytáhla jsem jako první kantelu. Kamil se na vyzvání posadil hned na mne a začal hrát. Vydrželi jsme cca 15min v kuse, kdy jsme hráli každý samostatně (střídání rukou) nebo hrál on skrz mé ruce. Při tomto jsem využila možnost měnit tempo, a když hrál prostřednictvím mých rukou, řekla jsem rychleji či pomaleji a změnila jsem tempo. Cítila jsem přitom, jak se jeho ruce přizpůsobují mým. Taktéž jsme vyzkoušeli hrát jen pravou nebo levou rukou, vždy s upozorněním. Ukončila jsem hru, uklidili jsme kantelu a chystali se jít ven. Kamil mi na mou prosbu přinesl svou bundu a společně jsme ji oblékli (vč. čepice a dalších doplňků). Kamil už směrem ke vchodovým dveřím vyhlížel maminku, ujistila jsem ho, že jej už čeká venku, společně jsme vyšli ven a maminka si jej převzala. Sezení trvalo cca 30min. Po kritickém úvodu už Kamil držel celou dobu výborně pozornost, nepotřeboval ani pochodovat po místnosti.

8. Setkání: 10.10.2013

Místnost: učebna přírodovědy

Pokusila jsem se opakovat sezení bez maminky, jako minule, ale loučení neproběhlo dobře, Kamil byl opět cca 10min afektivní, tak se k nám připojila maminka, uklidnil se a poté jsme šli do místnosti. Přivítali jsme zdejší zvířátka, rybičky, želvu a přešli jsme k tašce s nástroji. Vytáhla jsem z obalu kantelu, Kamil rychle reagoval, sedl si ke mně a hráli jsme společně. Hrál prostřednictvím mých rukou, tak jsem využila situace a určovala tempo hry (rychleji/pomaleji). Vydržel hrát v kuse víc jak 10min, poté se postavil a šel k mamince, jeho pozornost se obrátila jinam. Byl opět trochu rozladěný. Pomalu jsem naše sezení ukončila, uklidili jsme nástroje a rozloučili se.

Po této zkušenosti jsem se rozhodla, že všechna další setkání budou probíhat za přítomnosti maminky a pokud to půjde, nebude se aktivně zapojovat – jen v případě, že ji k tomu vyzvu.

9. Setkání 31.11.2013

Místnost: učebna přírodovědy, hudebna

Začali jsme v místnosti přírodovědy, ale Kamil byl ze začátku dost rozladěný – ne afektivní stavy. Stále se něčeho dožadoval, netušili jsme však, co chtěl. Neprojevoval zájem ani o své dva oblíbené nástroje – kantelu, kalimbu, nevšímal si a nereagoval ani na maminku, chodil po

místnosti a zkoumal vybavení. Pochodovala jsem s ním a zastavili jsme se u krabic, které ho zaujaly. Vyzkoušela jsem na ně trochu klepat, zvuk ho zaujal a opakoval, zkoušeli jsme sladit rytmus bouchání, mezitím občas i tlesknul dlaněmi. Pak šel ke dveřím a mířil přes chodbu k hudebně – dal nám najevo, že by chtěl jít do této místnosti. Otevřeli jsme tedy hudebnu a šli dovnitř. Tam ho zaujaly bubínky, jeden si podal ze skříňky a zkoušel na něj bubnovat. Využila jsem jeho zájmu a barevnosti bubínků a postupně jsme podle barev sundávali bubínky a společně hráli. Po skončení hry jsme je opět podle barev uklidili. Hned vedle stál klavír, Kamil šel ke klavíru, sedla jsem si tedy na židličku, vzala jsem jej na klín a hrál prostřednictvím mých rukou, zkoušel i sám. Zpívali jsme s klavírem pár lidových písní. Od klavíru pak odběhnul k polštářům, které si rozložil na zem a odpočíval. Po chvíli ho zaujaly opět knihy v regálu, a když je začal přerovnávat, zastavila jsem jej a naznačila, že teď si s knihami hrát nebudeme. Zkusila jsem mu odvést pozornost jinam. Kamil se otočil a vrátil se k polštářům bez známek agrese či podráždění. Sezení jsme ukončili cca po 1 hodině, Kamil byl už klidný, nechal si ode mě obléct bundu, čepici, nazout boty a u obouvání jsme si ještě stihli i zazpívat.

Na tomto sezení byl více komunikativní a zvědavý.

10. setkání: 28.11.2013

Místnost: učebna přírodovědy

Kamil byl v tento den dobře naladěný, ihned po příchodu jsme začali hrát na kantelu, pozorovala jsem, jak po mně zkouší opakovat hrát na struny jednotlivými prsty, pomalu. Hráli jsme cca 20min. Úplně se zklidnil, seděli jsme na zemi, položil se na mně a hrála jsem mu pár minut kantelou do zad. Po ukončení se přemístil k tašce s nástroji, vytahoval je postupně a zkoušel hrát na některé dohromady (v každé ruce jiný nástroj – chřestidlo a tamburina např.). Nástroje z tašky rychle vytahoval a měl velmi pevný a přesný úchop. Když našel v tašce zvonkohru Koshi, rozezněl si ji nad nohou (jako ve cvičení Brouk). Vytáhl si také pytlíček s shaker vajíčky, postupně vyndával vajíčka ven, oběma rukama štěrkal. Využila jsem jeho zájmu a vajíčka jsme si vzájemně přehazovali, bouchali s nimi o sebe, do židle, kutáleli s nimi, překládali je zpět do pytlíčku apod. V tu chvíli nám do místnosti vstoupila paní uklízečka, která trochu narušila naše sezení. Kamil se už nedokázal tak soustředit, ale po

chvilce se uklidnil. Navedla jsem ho tedy k tašce s prosbou o pomoc s uklízením nástrojů – to jsme provedli bez větších problémů, nijak se nebránil, pomáhal.

Celkově při tomto sezení byl Kamil velmi klidný, neměl žádné afektivní stavy, nepotřeboval se uklidňovat pochodováním po místnosti a zapojoval se do činností a her bez vzdoru či vztekání se.

11. Setkání: 5.12.2013

Místnost: hudebna

Hned v úvodu sezení jsme opět začali s kantelou, posadili jsme se na zem a hráli. Postupně jsme přešli k tašce s nástroji, Kamil sám vytahoval postupně nástroje a zkoumal jejich možnosti. Když vytáhl zvonkohru Koshi, nabídla jsem mu, ať se položí na zem. Lehl si kousek ode mě a dělali jsme chvíli cvičení Brouk. Po tomto cvičení si sedl opět k tašce a vytáhl si pytlík s shaker vajíčky, dále dřívka a vzájemně jsme si je „oklepávali“. Na chvíli se pak postavil a pobíhal sám po místnosti. Přeběhl k bubnům, tak jsem opět využila barevnosti a sundávali jsme je ze skříňky postupně podle barev a na každý chvilku bubnovali, nechal se i rytmicky vést. Bubínky jsme pak přerovnali a třídili k sobě podle barev. Po této aktivitě si Kamil šel odpočinout na polštáře, kde jsem k němu přinesla kantelu. Na chvíli si tam ještě zahrál. Když se pak zvedl, přešel k tašce s nástroji, překontroloval stav a šel dále ke klavíru, kde chvilku hrál. Zkoušel mačkat klávesy jednotlivými prsty. Sezení jsme cca po 1hodině ukončili společným uklízením nástrojů do tašky a bubínků podle barev zpět na poličky. Podařilo se nám to na dvakrát s menším vzdorem, ale Kamil se mnou úklid dokončil.

Ten den jsem si všimla, že měl velmi rychlé reakce na nástroje a také se mu zlepšila jemná motorika při hře.

12. Setkání: 13.2.2014

Místnost: učebna přírodovědy

Setkání jsme zahájili hrou na kantelu, kdy jsme společně s K. seděli na zemi a hráli v kuse bez přestávkami min.10min. Pak se přesunul k tašce s nástroji a vytahoval postupně šterkadla. Našel i flétnu, tak jsem mu ukázala, jak může hrát prsty. Vybídla jsem ho ke hře, flétnu si přiložil, fouknul a zkoušel opakovat i pohyby prstů. Flétna ho ten den zaujala více, vytahoval ji a vracel zpět z obalu, tak jsem toho využila a tento úkon jsme zopakovali několikrát i

s verbalizací. Také párkrát zahrál jemně prsty na kalimbu a přešel k pytlíku s shaker vajíčky, který si nosil na zádech a zpíval si u toho (od koled po dětské či lidové písně). Vajíčka jsme si předávali z ruky do ruky a také z pytlíku ven a opět dovnitř. Na dně tašky objevil malé činelky, které ho za celou dobu poprvé nějak více zaujaly. Ukázala jsem mu, jak je nasadit na prsty, sám si je vzal, nasadil a hrál oběma rukama (na každé ruce jeden činel). Nasadila jsem si na prsty také činely a společně jsme zpívali a do rytmu zvonili. Chvilí hrál sám, chvíli i se mnou, pochodovali jsme u toho kolem lavic. Zpívání s činely vydrželo min.5min. Sezení jsme ukončili cca po 35minutách, Kamil mi bez větších problémů pomohl uklidit věci do tašky.

Na toto setkání jsem byla zvědavá i z důvodu toho, že jsme se téměř 2 měsíce neviděli. Kamil na mne však reagoval pozitivně a ten den byl i dobře naladěný.

13. Setkání: 6.3.2014

Místnost: učebna přírodovědy

Hned po příchodu do místnosti a položení tašky šel Kamil k tašce a velice rychle (a hbitě) vytahoval nástroje ven. Každý prozkoumal, položil vedle sebe, až došel k pytlíku s shaker vajíčky. Opět je vytahoval z pytlíku a dával kolem sebe, šterkal jimi vzájemně o sebe, oběma rukama. Využila jsem zájmu a vytáhla hromový buben, jehož válcového tvaru jsem využila k ukládání vajíček dovnitř. Vkládal na mé pobídnutí vajíčka dovnitř a počítali jsme je. Opět pak vytahoval ven a celé jsme to několikrát opakovali. Střídavě si u toho zpíval a recitoval říkanky. Poprvé jsem přinesla i velký papír, položila jsem ho do místnosti na zem a vybídla ho ke kreslení křídami. Maloval obloučky různými barvami, u toho byl veselý a recitoval. Kreslila jsem s ním, kousek vedle něj a snažila jsem se mu narušit jeho „systém“ kreslení. Povedlo se to cca po 10ti minutách, kdy zareagoval na mou kresbu jemným napodobením a přeškrtnutím jedné mé části. Velmi zajímavým momentem bylo, když si křídý začal přikládat k uchu a předváděl fiktivní telefonní rozhovory, ve kterém zazněly informace o osobách z rodiny (babička, sestra). Takto si vydržel „telefonovat“ přibližně 5 minut. Křídý jsme pak s maminkou uklidili a Kamila jsem ještě vybídla ke hře na kantelu. Lehli jsme si na zem, Kamil rychle zareagoval, chvíli hrál a poprvé si u kantely i zpíval a recitoval. Ukončili jsme setkání cca po 40min, společně jsme uklidili nástroje bez jakýchkoliv problémů.

Celá hodina byla velmi pozitivní, Kamil byl vstřícný, komunikativní, kontaktní, celou dobu vydržel pozornost u aktivit, nepotřeboval chodit po místnosti a moc pěkně se i loučil.

14. Setkání: 20.3.2014

Místo: hřiště před školou

Ten den bylo po dlouhé době hezké počasí a napadlo mne, jak bude Kamil reagovat, když budeme mít sezení venku. Počítala jsem s tím, že pozornost bude o mnoho horší, ale přesto jsem to zkusila. Vedle laviček jsem postavila tašku s nástroji. Kamil si na chvíli k tašce sedl a vytahoval nástroje ven. Rozbalil si také kanelu, vedle ní si položil kalimbu a každou rukou hrál pár sekund na jeden z nástrojů (což se dosud nestalo). Pak si vytáhl oblíbený pytel s vajíčky a opět jsme je ukládali do válce, nosil je v pytlíku i na zádech. Chrastidla přikládal ke kantele a zkoušel ji jimi rozeznít. Po nějaké době se předpoklad naplnil a Kamila začaly rozptylovat nejen zvuky z okolí, ale i venkovní prostředí. Odběhl od tašky k pískovišti, kde jsem se ho ještě snažila přimět ke spolupráci, ale byl už „ve svém světě“. Nechala jsem ho venku vyhrát si a pak jsme společně uklidili nástroje, tentokrát to šlo hůře než v předešlých případech.

Přesto, že jsme byli mimo chráněné neutrální prostředí dokázal K. držet ze začátku pozornost a reagovat na pokyny a úkoly.

3.3 Vyhodnocení podle muzikoterapeutického submodelu 2U

Tabulka 1. – Vyhodnocení podle submodelu 2U (submodel popsán blíže v [2])

Dat.:	Úkol	Úspěch	Částečný úspěch	Akceptovatelný neúspěch	Neúspěch
16.7. 2013	Seznámení	Na mou osobu reagoval přátelsky			
	Zjištění anamnézy	Zjištěno			
	Zjistit reakce na nástroje		Nástroj ho zaujal, jeho pozornost se však soustředila na jiné věci		
Pozn.	Pozorování chování a reakcí	Nevyžaduje násilně pozornost okolí Silná fixace na otce			
25.7. 2013	Mapování reakcí nástroje		Nástroje ho zaujaly, nevěnoval jim však příliš pozornosti		

Dat.:	Úkol	Úspěch	Částečný úspěch	Akceptovatelný neúspěch	Neúspěch
	Zapojení do aktivity	Reagoval pozitivně na kalimbu		Přesto, že si při sezení odbíhal k hračkám, občas jeho pozornost směřovala ke mně	
Pozn.	Pozorování chování a reakcí	K. byl zvědavý, Podařilo se navázat fyzický kontakt			
8.8. 2013	Zapojení do aktivity	Nečekaně se podařilo cvičení Brouk	Zapojoval se, byl však rozptýlen sestrou i domácím prostředím		
	Hra na kalimbu	Zvládli jsme cvičení Každý chvilku			
	Tleskání a zpívání				Nepodařilo se kvůli afektivnímu stavu
Pozn.	Pozorování chování a reakcí	Zjištění problému s dáváním		Mladší sestra působila rušivě, ale zapojovala se do činností	
22.8. 2013	Zapojení do aktivity	Tašku s nástroji přebíral, nástroje zkoumal tvarově, zvukově		Do činností se krátce zapojil, ale pak přestal spolupracovat	
	Hra na kalimbu	Na odebrání kalimby nereagoval křikem	Cvičení Každý chvilku jsme dělali velmi krátce, ztratil pozornost		
	Koshi				Nepodařilo se zaujmout pozornost
Pozn.	Pozorování chování a reakcí	Domluva na setkávání v prostředí mimo domov			Nechtěl příliš spolupracovat, na pokyny nereagoval Odbíhal k tomu, co si sám vyžadoval v domácnosti
19.9. 2013	Seznámení se s novým prostorem	Neměl strach z nového prostoru, žádný afektivní stav			Regál s knihami odvedl pozornost, nedokázal se už dále pak soustředit a zapojit do aktivity
	Reakce na nástroje v novém prostoru	Tašku s nástroji bral jako známý podnět, s nástroji pochodoval po místnosti a prohlížel si vybavení			
		Klavír v místnosti byl podnětem ke hře a zpívání			

Dat.:	Úkol	Úspěch	Částečný úspěch	Akceptovatelný neúspěch	Neúspěch
Pozn.	Pozorování chování a reakcí	Byl klidný, zvědavý			Zaujetí knihami narušilo sezení
26.9. 2013	Kantela	U kantely dokázal udržet pozornost delší dobu, zaujala jej			
	Reakce na nástroje	Zvonkohra koshi byla nejen předmětem, ale i zvukovým podnětem			
	Flétna	Na vybídnutí mi foukl do flétny, sám ji nedržel dlouho			
	Zpívání	U zpívání se uvolnil, nechal mě dotýkat se jej, houpat boky v rytmu			
Pozn.	Pozorování chování a reakcí	Setkání bylo delší, přesto držel dobře pozornost. Byl velmi klidný, uvolněný			
3.10. 2013	Setkání bez přítomnosti rodiče	Dokázal se i přes těžký začátek uklidnit a pak velmi dobře spolupracoval, reagoval na pokyny			Rozloučení neproběhlo dobře, cca 10min afektivní stav
	Kantela	Hra trvala 15min v kuse, nepotřeboval odbíhat			
		Podářilo se hrát střídavé tempo, také jen pravou/levou, oběma.. a zároveň to verbalizovat			
Pozn.	Pozorování chování a reakcí	Přes počáteční problémy se dokázal pak celou dobu soustředit, nepotřeboval odbíhat a uklidňovat se			
10.10 .2013	Setkání bez přítomnosti rodiče				Chtěla jsem navázat na předešlé setkání, nepodařilo se to

Dat.:	Úkol	Úspěch	Částečný úspěch	Akceptovatelný neúspěch	Neúspěch
	Kantela	Velmi rychle reagoval na hru, využila jsem zájmu a hráli jsme střídavé tempo, pravou/levou rukou, verbalizovali cvičení			
Pozn.	Pozorování chování a reakcí	I po afektivním stavu reagoval pozitivně na kantelu a měl velký zájem hrát		Přes počáteční afektivní stav z loučení se K. dokázal zapojit na chvíli do činnosti. Pozornost ale po chvíli přešla k mamince	
31.11 .2013	Hra na kantelu a kalimbu				Nereagoval na své dva oblíbené nástroje, byl náladově rozladěný
	Klavír a písně	Hra a zpěv s klavírem ho velmi baví, zpívá rád			
	Bubny	Projevil zájem o bubny, využila jsem barevnosti ke kombinaci k naučné aktivitě			
Pozn.	Pozorování chování a reakcí	Ikdyž byl na začátku rozladěný, dal najevo aktivitu, kterou by chtěl dělat			
		Dokázal přerušit hru s knihami bez vzdoru (na mou prosbu)			
		Byl velmi komunikativní a zvědavý			
28.11 .2013	Kantela	Velmi rychle reagoval, snažil se opakovat po mně hru jednotlivými prsty, pomalu			
	Taška s perkusemi	Poprvé zkusil mít v každé ruce jiný perkusní nástroj			
		Shak. vajíčka používal oběma rukama, využila jsem jeho zájmu pro aktivity s nimi			

Dat.:	Úkol	Úspěch	Částečný úspěch	Akceptovatelný neúspěch	Neúspěch
Pozn.	Pozorování chování a reakcí	Na mou prosbu o pomoc s uklidem nástrojů reagoval kladně, pomohl bez vzdorů			
		Byl velmi klidný, měl velmi přesné pohyby vůči nástrojům, úchopy			
		Nepotřeboval se uklidňovat chůzí po místnosti, vydržel s pozorností téměř celé setkání, zapojoval se do činností a her bez odporu			
5.12. 2013	Hra na kantelu	Bez problémů, nástroj ihned poznal, zapojil se			
	Taška s perkusemi	Vytahoval a prohlížel si postupně nástroje, s Koshi jsme udělali krátce cvičení Brouk			
		Shaker vajíčka a dřívka zaujaly, pustil mne i do prostoru své hry			
		Barevnost bubnů jsme využili k naučné i rytmické aktivitě			
	Klavír	Klavír ho většinou zajímá, tentokrát byl s hrou pomalejší, jemnější, snažil se mačkat klávesy jednotlivými prsty			
Pozn.	Pozorování chování a reakcí	Byl velmi aktivní, přitom pozorný, reakce na nástroje byly rychlé, ale jemné			
13.2. 2014	Kantela	Bez problému se zapojil do hry, vydržel hrát delší dobu			

Dat.:	Úkol	Úspěch	Částečný úspěch	Akceptovatelný neúspěch	Neúspěch
	Taška s perkusemi	Sám přešel k tašce a zkoumal její obsah, jednotlivé nástroje, velmi jemně prsty hrál na kalimbu			
		Prstové činily ho tento den poprvé více zaujaly, doplnili jsme je zpěvem i pohybem			
	Flétna	Zaujala ho ten den, zkusil opakovat po mně pohyby prstů, využila jsem zájmu k naučné aktivitě			
	Shaker vajíčka	Ke hrám s vajíčky si zpíval, udělali jsme si z toho herní aktivitu			
Pozn.	Pozorování chování a reakcí	Přes to, že jsme se téměř 2 měsíce neviděli, reagoval na mne velmi pozitivně, byl i dobře naladěný			
		Jeho pohyby byly sladěné, motoricky přesnější, celkově se lépe soustředil			
6.3. 2014	Taška s perkusemi	Na položení tašky reagoval pozitivně, vytahoval nástroje a zkoumal jejich možnosti			
	Shaker vajíčka	Opět jej zaujaly, udělali jsme z toho herní aktivitu			
	Kantela	Ihned reagoval, zaujala ho hra, zklidnil se u toho. U hry si poprvé zpíval a recitoval			
Pozn.	Pozorování chování a reakcí	Celá hodina byla pozitivní, K. byl vstřícný, hravý, komunikativní, vydržel s pozorností celou dobu			

Dat.:	Úkol	Úspěch	Částečný úspěch	Akceptovatelný neúspěch	Neúspěch
20.3. 2014	Nástroje – taška s perkusemi a kantela – reakce v novém prostředí	Poprvé si vedle sebe položil kromě kantely i jiný nástroj a chvíli zkusil hrát každou rukou na jeden	Na tašku zareagoval, chvíli vydržel s pozorností u nástrojů, po chvíli o odlákalo okolí		
Pozn.	Pozorování chování a reakcí		Ikdyž nevydržel s pozorností celé setkání, ze začátku reagoval na známé podněty a dokázal se soustředit na nástroje i pokyny.		

3.4 Závěr po čtrnácti setkáních

V průběhu našich setkávání došlo mezi mnou a Kamilem k navázání přátelského a kontaktního vztahu. Postupně byl vůči mé osobě více důvěřivý a otevřený, ochotný akceptovat moje požadavky a pokyny.

Vztah k hudebním nástrojům si vytvářel postupně, některé si oblíbil hned od začátku. Vývoj přístupu k nástrojům, jeho úchopy, ovládání, jemná motorika i způsoby hry se s každým setkáváním zlepšovaly. Na mé pobídnutí zvládl oddělit hru pro jednotlivé ruce (končetiny), střídat pravou/levou ruku, občas i změny tempa (rychle/pomaleji).

Dokázal při hře velmi dobře soustředit pozornost a naslouchat, zkoumat a objevovat nové tvary a zvuky. Co her a činností se zabral i na delší dobu, byl s postupem času klidnější v přítomnosti nástrojů. Z pozorování jeho reakcí na nástroje a jeho náladu bych řekla, že ho většinou naše setkávání bavila.

Na tato setkávání by navazovala další, která by využila Kamilova pozitivního vztahu a zájmu o nástroje tak, abychom zapojili barevné možnosti nástrojů k rozlišování barev, rytmiku a skupiny stejných nástrojů pro počítání a připojili i výtvarné činnosti.

3.4 Vyhodnocení výzkumných otázek a návrhy pro MT praxi

Cílem práce s klientem bylo zhodnotit tyto body, které byly uvedeny v úvodu práce:

1. využití muzikoterapie jako podpůrný prostředek pro výukové aktivity klientů s PAS
2. možnost využití muzikoterapeutických nástrojů pro rozvoj motorických schopností klientů s poruchami autistického spektra (PAS)
3. využití muzikoterapie jako podpůrný prostředek pro socializaci klientů s PAS

K bodu 1:

Muzikoterapie může sloužit jako podpůrný či pomocný prostředek pro výukové aktivity klientů s PAS. Použití nástrojů a různých cvičení (aktivit) je uvedeno v praktické části této práce a také v sestavených cvičeních, které jsou uvedeny v příloze A.

K bodu 2:

Muzikoterapeutické nástroje rozvíjejí jemnou i hrubou motoriku u klientů s PAS. V případě poruchy pozornosti je nutné zvolit správné nástroje a postup/metodu, aby se vytvořil vztah k nástroji.

K bodu 3:

Nástroje mohou fungovat jako prostředek, se kterým pracujeme v rámci socializace klientů s PAS. Je možné je využít k navázání přátelského a důvěrného vztahu, ale i podnět ke vzniku konfliktu, který následně ukázkově řešíme.

Souhrn

Ve své práci jsem se zaměřila na využití muzikoterapie pro klienty s poruchami autistického spektra. V úvodní části byly popsány teoreticky dvě témata týkající se práce: Muzikoterapie a Autismus.

Praktická část obsahuje popisy sezení s klientem, jejich průběh, jednotlivé i celkové vyhodnocení po 14-ti setkáních.

Na závěr jsou zhodnoceny výzkumné otázky a je naznačeno možné využití muzikoterapie v praxi pro tuto problematiku.

Summary

The thesis focus was using musictherapy for clients with autism. In the introduction was describe theoretically two topics Musictherapy and Autism.

Practical part include meeting minutes from sessios with client especialy progress, partitial evaluation as well as final summary after 14 sessions.

Finaly was evaluate development questions and sugested possibilities of musictherapy in the practical life.

Literatura:

- [1] Zeleiová, J.: *Muzikoterapie*, Vyd.1, Portál, Praha, 2007, ISBN 978-80-7367-237-9
- [2] Beníčková, M.: *Muzikoterapie a specifické poruchy učení*, Vyd.1, Grada, Praha 2011, ISBN 978-80-247-3520-7
- [3] Kantor, J., Lipský, M., Weber, J.: *Základy muzikoterapie*, Vyd.1, Grada, Praha 2009, ISBN 978-80-247-2846-9
- [4] Břicháčková, M., Vilímek, Z.: *Možnosti využití muzikoterapie při práci s žáky v základní škole speciální*, Vyd.1, IPPP ČR, Praha 2008, ISBN 978-80-86856-50-6
- [5] Břicháčková, M.: *Problémy sluchové percepce z pohledu muzikoterapie*, Pdf MU Brno 2005,
- [6] Vágnerová, M.: *Psychopatologie pro pomáhající profese*, Vyd.4, Portál, Praha 2008, ISBN 978-80-7367-414-4
- [7] Thorová, K.: *Poruchy autistického spektra*, Vyd.1, Portál, Praha 2006, ISBN 80-7367-091-7
- [8] Hartl, P., Hartlová, H.: *Psychologický slovník*, Vyd.1, Portál, Praha 2000, ISBN 80-7178-303-X
- [9] Thorová, K.: *Poruchy autistického spektra – Informační příručka*, APLA, Praha 2007

Přílohy:

Příloha A:

Muzikoterapeutická cvičení pro klienty s poruchami autistického spektra

(dále pro ADHD, poruchy řeči, lehká/střední mentální retardace apod)

Všeobecně ke cvičením:

V případě práce s autistickými klienty je nutné neustále sledovat reakce klienta, aby se utvořila pozitivní vazba na osobu, nástroje, situace, cvičení atd. Může se stát, že si klient „uloží“ do paměti spojitost např. s afektivním stavem a nebude chtít už nadále s některými nástroji pracovat. Délku cvičení přizpůsobujeme aktivitám a stavu klienta. (od desítek sekund, po několik minut, desítek minut)

Cvičení mají doporučenou věkovou kategorii „od“, ale je nutné posoudit, zda klient může úkol zvládnout dle stavu, mentální retardace atd. Jsou napsána v té nejjednodušší variantě, kdy se může stát, že klient neví, co má dělat a také neví, proč to má dělat. Je tedy důležité, aby ho hra a cvičení vůbec zaujalo. Pokud klient nechápe, co má dělat, nebo nemá zájem, ukazujeme mu cvičení a děláme je s ním. Nenutíme jej, aby je vykonával sám.

Autisté mají sklony využívat cizí ruce k úkonům, je tedy možné, že při individuální terapii budou někdy hrát i přes ruce terapeuta (pomocí rukou terapeuta). Toto lze považovat za kladný vztah k úkolu a ve cvičení můžeme pokračovat.

U dětí musíme zvážit, zda je připraveno na daná cvičení, reaguje na pokyny, spolupracuje bez větších afektivních stavů. Ke cvičením ho nesmíme nutit tlakem, jen vybídnout. Pokud nereaguje na pokyny, je nutno s ním pracovat individuálně na základě podnětů a přizpůsobovat cvičení aktuálním situacím.

Cvičení jsou koncipována spíše na autistické děti, pro dospělé mohou být lehce ztížena nebo variována.

1. Poznávací setkávání

Cíl: Seznámení se s klientem, vytváření bezpečného vztahu

Věk: od 4 let

Forma: Individuální (může být i skupinová v případě autistů v chráněném prostředí)

Pomůcky: Bezpečná místnost, kterou klient zná, může být u klientů v domácím prostředí, v chráněném bydlení apod., jednoduché nástroje – perkuse, tamburína, zvonkohry.

Postup: Pravidelné návštěvy terapeuta a setkávání s klienty. Terapeut sám aktivně používá nástroje ve snaze představit je jako podněty, které jsou bezpečné. Nezáleží na tom, zda klient začne reagovat na nástroje aktivně, jde především o to, aby si zvyknul na přítomnost osoby terapeuta a zapamatoval si je. Časové rozmezí může být od 20-40min.

Variace: Můžeme obměňovat na jednotlivých setkáváních nástroje, naznačovat možnost použití a zkoumání klientem.

Doporučení: Setkávání volíme podle potřeby, minimálně 3-4 setkání pro navázání vztahu. Pokud se jedná o děti, mohou být přítomni rodiče, v případě že dítě ještě není připraveno na individuální terapie (u dospělých asistent apod.)

2. Nová místnost a podněty

Cíl: Seznámení nového prostředí s klientem, vytvoření vztahu k nástrojům, zaměření pozornosti.

Věk: od 4 let

Forma: Individuální (může být i skupinová v případě autistů v chráněném prostředí)

Pomůcky: Bezpečná místnost, vhodná pro práci s autistickými klienty (prázdná, vybavená jen pomůckami k terapii, max. židle, polštáře). Muzikoterapeutické nástroje (mohou být součástí místnosti, nebo je nosit sebou.)

Postup: Do místnosti vstupujeme s klientem, jakmile je klient „připraven“, rozmístíme na podlahu jednotlivé nástroje – volíme jednoduché, malé perkuse, tamburíny, chřestidla, dřívka,

závěsné zvonkohry. Sedíme mezi nástroji, vybíráme nástroje a jemně naznačujeme jejich zvuky, zkoumáme, jak vypadají. Sledujeme, jak klient reaguje, zda se zaujetím, který nástroj mu imponuje, který ne, čekáme, až si sám přisedne a odváží se nové podněty zkoumat. Délku cvičení přizpůsobujeme zaujetí klienta, může chvíli trvat, než na nástroje zareaguje, pokud už se připojí, necháme jej co nejdéle (i z důvodu koncentrace pozornosti)

Variace: Pokud klient nemá bariéry či strach a přisednul si, či se zaujetím prozkoumává možnosti nástrojů, můžeme mu zkusit nějaký nástroj přisunout či nabídnout. Musí si jej vzít sám, reagovat vlastním rozhodnutím. Nesmíme v žádném případě vyvíjet nátlak.

Doporučení: Pamatujme si, jakým způsobem klient nástroje zkoumal, uchopil a které ho zaujaly. Můžeme s tím pracovat při dalších setkáváních. Vhodné i pro ADHD, pozorujeme zaměření pozornosti a délku. V případě cvičení ve skupině to vyžaduje dostatečné množství hudebních nástrojů, aby nedošlo k nedostatku při výběru podnětů.

3. Hranice

Cíl: Přiblížení do osobního prostoru klienta, určení hranic, možností práce.

Věk: od 4 let

Forma: Individuální (může být i párová v případě autistů v chráněném prostředí)

Pomůcky: Bezpečná místnost, vhodná pro práci s autistickými klienty (prázdná, vybavená jen pomůckami k terapii, max. židle, polštáře). Muzikoterapeutické nástroje (mohou být součástí místnosti, nebo je nosit sebou.) Vhodné jsou melodické nástroje – kantela, kalimba, flétna.

Postup: Stejný postup jako u cvičení 2 (Nová místnost a podněty), ideální jej dělat na následujícím setkání. Po rozmístění nástrojů necháváme opět volbu klientovi, aby si podněty vybral sám, pokud se nezajímá, můžeme mu podnět sami zprostředkovat ukázkou zvuku, případně přijít s nástrojem k němu a nabídnout mu jej. Cílem je, aby nástroj od nás přijal a začal jej užívat sám. Poté můžeme opatrně zkusit zasáhnout do jeho hry, zda nás nechá dotknout se „jeho“ nástroje, či dokonce na něj hrát společně.

Variace: Cvičení můžeme opakovat na více setkáních. Pokud klient na nástroje reaguje a zajímá se o ně, můžeme se přiblížit do jeho osobního prostoru pomocí opakování a napodobování jeho hry.

Doporučení: Při vytahování nástrojů z tašky či skříně sledujeme, zda klient pozoruje, co děláme se zaujetím, nebo nereaguje na naše chování. Pokud nesleduje a nereaguje, je vhodné zapracovat na podnětech v terapii. U párové terapie musíme být více pozorní, který klient je zrovna vhodný k tomuto cvičení a kdy odebrat včas nástroj.

4. Každý chvílku ...

Cíl: Pracovat s agresivitou a vztekem u ADHD. Prevence vzniku konfliktu mezi dětmi (dospělými)

Věk: od 4 let

Forma: Individuální

Pomůcky: Bezpečná místnost, vhodná pro práci s autistickými klienty (prázdná, vybavená jen pomůckami k terapii, max. židle, polštáře). Muzikoterapeutické nástroje (mohou být součástí místnosti, nebo je nosit sebou.)

Postup: Pokud klient reaguje na některý z MT nástrojů pozitivně, nabídneme mu jej a necháme, aby hrál. Po chvílce, kdy je do hry zaujat, mu „vstoupíme“ do hry tím, že se k němu přiblížíme a poprosíme jej, aby nám nástroj na chvíli zapůjčil, že si zahraje nyní terapeut (já) a opět mu ho po chvílce vrátím. Pokud klient nástroj „pustí“, poděkujeme, uděláme krátkou hru a opět nástroj vracíme klientovi. Tyto výměny jsou krátké, cca po 10-15s hry. Nutné je, aby byl klient hrou zaujat. Pokud už pak nástroj nebude chtít přijmout, snažíme se jej k tomu podnítit, zaujmout hrou.

Variace: Můžeme obměňovat nástroje podle oblíbenosti.

Doporučení: Může se stát, že klient nebude chtít nástroj pustit, upadne do afektivního stavu, nebo zloby. Snažíme se jej uklidnit, ale i přesto opatrně nástroj přebíráme – pomalu, tahem. Pokud je klient zmaten, či ve vzteku, s vlídnými slovy a prosbou (i ujištěním) si nástroj přebereme a po chvílce opět vrátíme. Je to vhodné pro dominantní děti, které se neumějí

vzdávat svých oblíbených předmětů v rámci skupiny, nebo na nich ulpívají – hračky ve školkách apod.

5. Brouk

Cíl: Cvičení pro motoriku, pravolevá orientace

Věk: děti od 4 let

Forma: Individuální

Pomůcky: : Bezpečná místnost, vhodná pro práci s autistickými klienty, zvonkohra Koshi, dřevěná zvonkohra apod.

Postup: Toto cvičení můžeme použít po nějaké dynamičtější aktivitě, kde nebylo třeba tolik pozornosti, klidu. Požádáme dítě (klienta), aby si lehnul na podlahu (podložku) případně sedl na polštářek. Nástroj musí být oblíbený podnět, který má klient rád, zároveň s uklidňujícím zvukem. U dítěte klečíme, případně sedíme vedle něj a zvonkohru máme nad jeho tělem ve výšce tak, aby na ni dosáhl pouze prsty či dlaní, když zvedne a natáhne ruku. Hrajeme nad tělem, nad končetinami (ruce, nohy) a pokud dítě nástroj zaujal, začne se po něm natahovat. V tu chvíli můžeme zkusit naznačit, kterou rukou jej může „rozehrát“ (např. – pravá ruka, .. a teď na chvíli zase levá ruka..). Takto stejně můžeme posunout nástroj nad nohy a zkoušet, zda dítě dokáže pomalu zvednout nohu a „namířit“ si to ke zvonkohře.

Variace: Můžeme obměňovat nástroje podle oblíbenosti.

Doporučení: Vhodné i pro ADHD po předchozí aktivitě, nebo v afektivních stavech, kdy dítě leží na zemi a nechce spolupracovat – využíváme jeho polohy k jiné aktivitě.

6. Děšť

Cíl: Cvičení pro motoriku, pozornost, zklidnění

Věk: od 4,5 let

Forma: Individuální i skupinová

Pomůcky: : Bezpečná místnost, vhodná pro práci s autistickými klienty, dešťové hole (velké)

Postup: Dešťové hole máme položené před sebou, terapeut i klienti provádějí cvičení najednou, pokud to schopnosti dovolují, jinak pomáhá terapeut individuálně. Příkladáme dlaně a válíme hůl po zemi. Po chvilce vyzveme klienta, aby hůl uchopil a zvednul ji nad hlavu, chvilku držíme a poté dáme pokyn k sesunutí hole do úrovně ramen. Dále pokračujeme v obracení, nejdříve pravá ruka dolů, levá nahoru, pak opačně. V případě dítěte, které nekomunikuje a není schopno reagovat na pokyny, se mu snažíme s holí pomáhat a zároveň říkáme pokyny.

Variace: Měníme tempo obracení podle potřeby, můžeme připojit také pokyn pomaleji/rychleji. Důležitá je plynulost, správné uchopení hole a směr/orientace rukou

Doporučení: U agresivních jedinců je lepší provádět individuálně, aby nedošlo ke konfliktu. Pro práci s holemi ve skupině je nutno dostatek prostoru.

7. Rytmický kruh

Cíl: Cvičení pro motoriku, pozornost, koordinaci horních končetin

Věk: od 5 let

Forma: skupinová (podle zvládnutí úkolu lze zařadit spolupráci dítě + rodič)

Pomůcky: : Bezpečná místnost, vhodná pro práci s autistickými klienty, shaker vejce

Postup: Sedneme si do uzavřeného kruhu, každý klient dostane jedno shaker vejce a položí si jej před sebe. Pokud pracuje s dítětem zároveň rodič, sedne si za dítě, nebo si položí dítě na klín. Zpíváme jednoduchou píseň, kterou klienti znají (v případě poruch řeči stačí, když klient intonuje, reaguje na píseň...). Střídáme do rytmu uchopení vejce a s ním jedno štěrknutí, vs.tlesknutí rukou. Vše těsně nad zemí, aby byla vzdálenost od podlahy co nejmenší vzhledem k rychlosti položení vejce na zem. Vejce uchopujeme oběma rukama najednou, poté položíme a tleskneme. Zpíváme velmi pomalu, aby bylo možno zvládat zadání úkolu. Můžeme postupně zrychlovat. Jednotlivé úkony naznačeny v notaci:

Skákal pes přes oves, přes zelenou louku,
šel za ním myslivec, péro na klobouku.

Pejsku náš, co děláš, žes tak vesel stále?
Řek' bych vám, nevím sám, hop! A skákal dále.

Ten náš pes skákal dnes, skákal také včera,
bude as skákat zas z rána do večera.

X Tlesknutí

● Vejce

Variace: Uchopování vejce můžeme zkusit jen levou rukou celou píseň, či pravou. Pokud to klienti zvládnou, lze prostřídat i obě ruce.

Doporučení: Pokud nezvládají klienti samostatně, pomáháme jim. Dětem pomáhají rodiče, plní úkol společně. V případě, že zatím nelze vejce uchopit s ohledem na motoriku, snažíme se, aby se klient alespoň vejce dotkl na zemi, či s ním pohnul vpřed/vzad.

8. Malujeme kruhy

Cíl: Relaxace, uvolnění

Věk: od 4 let

Forma: Individuální

Pomůcky: Bezpečná místnost, vhodná pro práci s autistickými klienty (prázdná, vybavená jen pomůckami k terapii, max. židle, polštáře).

Postup: Postavíme se ke stěně, zády – klient zády, pokud klient pracuje sám, můžeme dělat cvičení s ním, pokud nespolupracuje, stojíme k němu čelem a pomáháme mu s cvičením.

S nádechem vedeme kruhem paže směrem vzhůru a s výdechem a s klesajícím tónem pomalu táhneme ruce po stěně. Opakujeme 5 – 6krát. Dbáme, aby nádech a následné zpívání bylo plynulé, snažíme se co nejpomaleji.

Variace: Můžeme stát čelem ke zdi a kreslit malé kroužky, zároveň u toho plynule zpívat jakékoliv tóny, jakmile dojde dech, zastavíme ruce, nadechneme a pokračujeme v kroužcích.

Doporučení: Můžeme klientovi po celou dobu pomáhat s rukama, či naopak nechat se jím vést.

9. Pískle

Cíl: Soustředění, dechové cvičení, vybití energie – uvolnění napětí

Věk: od 4 let

Forma: Individuální

Pomůcky: Bezpečná místnost, vhodná pro práci s autistickými klienty (prázdná, vybavená jen pomůckami k terapii, max. židle, polštáře). Flétny

Postup: Pokud klient flétnu zná, je možné, aby si ji vzal samostatně, v opačném případě drží flétnu terapeut. Společně se nadechneme a pak foukneme do flétničky (není nutné držet dírky). Takto můžeme opakovat ještě jednou. Odpočineme a ukážeme klientovi, jak budeme pokračovat – tj. rozprostřeme prsty na dírky, nadechneme a při výdechu libovolně pohybujeme prsty tak, aby flétna vydávala různé tóny. Zvukové podněty by měly klienta zaujmout k opakování. Totéž opakujeme ještě jednou.

Variace: Cvičení je možné doplnit pohybem těla – nádech: hlava nahoru, vyrovnat ramena, výdech: uvolnění těla, mírný předklon.

Doporučení: Provádět cvičení pomalu, s pauzami, aby nedošlo k překysličení mozku.

Maximálně dvakrát až třikrát za sebou. Pro ADHD volit i variantu s pohybem těla na nádech/výdech – může být i větší, dynamičtější pohyb. U malých dětí se může stát, že neumí fouknout do flétničky, snažíme se předvést nejprve bez flétny, vytvořit návyk na fouknutí.

10. Cestujeme s bubnem

Cíl: Pozornost, naučná aktivita

Věk: od 4 let

Forma: Individuální, skupinová

Pomůcky: Bezpečná místnost, vhodná pro práci s autistickými klienty (prázdná, vybavená jen pomůckami k terapii, max. židle, polštáře). Pro každého klienta malý bubínek, který je lehký.

Postup: Klient dostane bubínek. Postavíme se na kraj místnosti, zabubnujeme krátce a společně se přemístíme o kousek dále. Opět zabubnujeme...takto pokračujeme přes celou místnost. Můžeme využít čísel a vždy bubnovat např. do 4 nebo 5-ti a přitom nahlas počítat. Je třeba na začátku cvičení říct, kolik úderů budeme používat, aby měl klient jasné zadání úkolu.

Variace: Cvičení můžeme provádět ze začátku spíše pomalu a dbát na správnost dob úderů. Pokud máme více klientů, mohou se při přechodu střídat v počítání – pokud komunikují.

Doporučení: Pokud klienti neumí ještě správně provádět údery do bubínku, pracujeme na místě, případně jim pomáhá rukama.

11. Barevné bubínky

Cíl: Pozornost, naučná aktivita, vybití energie

Věk: od 4 let

Forma: Individuální, párová

Pomůcky: Bezpečná místnost, vhodná pro práci s autistickými klienty (prázdná, vybavená jen pomůckami k terapii, max. židle, polštáře). Několik bubínků různé barvy.

Postup: Bubínky rozestavíme po místnosti a pak vždy určíme jednu barvu, kterou budeme hledat a na kterou zabubnujeme. Až úkol splníme, určíme jinou barvu. Takto přecházíme od jednoho k druhému, postupně můžeme zvyšovat rychlost mezi přechody.

Variace: Bubínky můžeme umístit i na vyšší místo, aby si je klienti museli sundat – ne tak vysoko, aby hrozilo spadnutí či jiný úraz!

Doporučení: Pokud klienti neumí poznávat barvy, nebo přesně nechápe úkol, jdeme s ním a pomáháme mu ve vyhledávání.

12. Kouzelné zvonečky

Cíl: Pozornost, motorika

Věk: od 4 let

Forma: Individuální

Pomůcky: Bezpečná místnost, vhodná pro práci s autistickými klienty (prázdná, vybavená jen pomůckami k terapii, max. židle, polštáře). Zvonkohry chimes – alespoň 20 tónů.

Postup: Klient má za úkol rozehrát ocelovou paličkou od trianglu zvonkohru od nejnižšího tónu k nejvyššímu – cíl je dosáhnout co nejpomalejšího a plynulého pohybu.

Variace: Cvičení můžeme provádět střídavě oběma rukama.

Doporučení: Ze začátku můžeme pomáhat klientovi vést ruku – naznačit, co po něm chceme. Nebo u autistů opačně – nechat si vést ruku a při tom zpomalovat...

13. Deštivé odpoledne

Cíl: Motorika, soustředění

Věk: od 4 let

Forma: Individuální, skupinová

Pomůcky: Bezpečná místnost, vhodná pro práci s autistickými klienty (prázdná, vybavená jen pomůckami k terapii, max. židle, polštáře). Zvonkohry koshi – element Voda.

Postup: Klienti dostanou každý po jedné zvonkohře, sedneme si na zem, zvonkohru položíme na zem, navlékneme zvonkohru na jeden z prstů (třeba ukazováček nebo prostředníček) a postupně na pokyn všichni zvedají zvonkohru a pomalu ji jemně rozeznívají. Zvedáme do úrovně ramen, chvíli hrajeme v této pozici a potom pomalu dáváme ruku zpět k zemi a zvonkohru položíme. Toto cvičíme na střídačku pravá a levá ruka

Variace: Pokud jsou klienti zručnější a rozumí zadání úkolu, můžeme s nimi jít ze země pomalu až do stoje a zpět.

Doporučení: Ze začátku můžeme pomáhat klientovi vést ruku – naznačit, co po něm chceme, provádět cvičení zároveň s ním.

14. Datli na poradě

Cíl: Pozornost, komunikace, motorika

Věk: od 5 let

Forma: Individuální, skupinová

Pomůcky: Bezpečná místnost, vhodná pro práci s autistickými klienty (prázdná, vybavená jen pomůckami k terapii, max. židle, polštáře). Ozvučná dřívka

Postup: Klient i terapeut drží v ruce ozvučná dřívka, chodíme mezi klienty a snažíme se je zaujmout ťukáním dřívek, vyzvat je k opakování aktivity. Zkusit s ním komunikovat přes ozvučná dřívka.

Variace: Můžeme naznačovat viditelně, která ruka provádí úder, zkusit je střídat.

Doporučení: Pokud klient nechápe zadání, můžeme mu pomoci s údery. Také se může stát, že bude hrát skrz naše ruce, necháme jej takto komunikovat.

15. Překvapení

Cíl: Pozornost, motorika

Věk: od 5 let

Forma: Individuální

Pomůcky: Bezpečná místnost, vhodná pro práci s autistickými klienty (prázdná, vybavená jen pomůckami k terapii, max. židle, polštáře). Triangl

Postup: Sedí se na zemi, turecký sed, cca 60cm od sebe. Klient drží v ruce triangl, terapeut se pomalu přibližuje rukou, nahýbá se a co nejjemněji zahraje na triangl. Pak se pomalu stáhne zpátky, nechává se doznít tón. Pokud to možnosti dovolí, cvičení se provede i opačně.

Variace: Můžeme provádět i se dvěma paličkami.

Doporučení: V případě, že klient nechápe plně zadání a nedaří se ho do aktivity zapojit, můžeme někde triangl zavěsit a provádět úkol společně.

16. Hlasová (vokální) masáž

(inspirováno cvičením M.Beníčkové, viz. [12])

Cíl: Uvolnění, relaxace

Věk: od 4 let

Forma: Individuální, skupinová (menší skupiny)

Pomůcky: Bezpečná místnost, vhodná pro práci s autistickými klienty (prázdná, vybavená jen pomůckami k terapii, max. židle, polštáře). Polštářky

Postup: Vezmeme polštářky, každý sám, rozmístíme se po místnosti, společně s klienty pokládáme polštářek na zem, a sedáme si na zem. Nejprve se v sedu hezky narovnáme, dobře umístíme polštářek, pak se nadechneme a s hlubokým výdechem leháme. Klienty necháme ležet a začneme zpívat dlouhé vokály.

Variace: U individuálního sezení můžeme klienta u toho i jemně masírovat, pokud se nebrání fyzickému kontaktu a doteky jsou mu příjemné.

Doporučení: Cvičení děláme po jiných aktivitách, kdy už klienti ztrácejí pozornost.. na odpočínutí.

17. Zvuková vibrační masáž

(inspirováno cvičením M.Beníčkové, viz. [12])

Cíl: Uvolnění, relaxace

Věk: od 4 let

Forma: Individuální

Pomůcky: Bezpečná místnost, vhodná pro práci s autistickými klienty (prázdná, vybavená jen pomůckami k terapii, max. židle, polštáře). Kantela

Postup: Klientovi pokládáme kantelu na záda, můžeme ve stoje, v leže, v sedě, podle toho v které pozici se nachází. Jemně a pomalu hrajeme.

Variace: Můžeme použít i jiné nástroje, např. kalimbu,

Doporučení: Cvičení děláme po jiných aktivitách, kdy už klienti ztrácejí pozornost.. na odpočínutí.

18. Želvička

Cíl: Motorika, pozornost

Věk: od 4 let

Forma: Individuální

Pomůcky: Bezpečná místnost, vhodná pro práci s autistickými klienty (prázdná, vybavená jen pomůckami k terapii, max. židle, polštáře). Kalimba,

Postup: Klekneme si na zem, naproti klienta, postupně každý chvíli hraje na kalimbu, snažíme se střídat prsty i ruce. Společně pak jdeme úplně k zemi, i hlavou k zemi. Závěrečná pozice by měla vypadat takto: jsme na zemi, lokty i kolena na zemi, hýždě mohou být na patách, ruce volně směrem v před, hlava se dívá mírně dopředu. Kalimbu máme před sebou a snažíme se na ni hrát prsty. Je nutné, abychom kontrolovali, zda klient nemá stlačen hrudník – musí být volný dech a uvolnění. Pozice želvy je důležitá kvůli zamezení pohybu a upřednostnění práce prstů max. pohyb ruky od loktů...

Variace: S klientem je možné si během cvičení kalimbu vzájemně posouvat po zemi a předávat.

Doporučení: Cvičení je náročné na udržení pozice, musíme kontrolovat, zda klient pozici zvládl a cítí se v ní uvolněný.

19. Hra na kantelu

Cíl: Motorika, pozornost, relaxace

Věk: od 4 let

Forma: Individuální

Pomůcky: Bezpečná místnost, vhodná pro práci s autistickými klienty (prázdná, vybavená jen pomůckami k terapii, max. židle, polštáře). Kantela (pentatonická, diatonická)

Postup: Sedíme s klientem na zemi, předvádíme mu, jak vypadá hra na kantelu a pokud zvládne hrát sám, vybídneme jej ke hře. U dětí propleteme ruce kolem jejich těla tak, aby byly ve stejné úrovni jejich rukou (můžeme sedět blízko nich, popřípadě za nimi, nebo mít dítě na sobě a kantelu položenou na něm).

Variace: Pokud se stane, že dítě hraje samo, případně lépe prostřednictvím vašich rukou, můžeme mu zkusit dávat i pokyny rychleji/pomaleji, jemněji atd. .. a společně s ním toto vykonávat.

Doporučení: U hyperaktivních dětí je vhodné zůstat sedět na zemi, aby při případném vyklouznutí kantely nedošlo ke zranění.

20. Hrátky s klavírem

Cíl: Motorika, pozornost, vybití energie, propojení hemisfér

Věk: od 4 let

Forma: Individuální

Pomůcky: Bezpečná místnost, vhodná pro práci s autistickými klienty (prázdná, vybavená jen pomůckami k terapii, max. židle, polštáře). Klavír, klávesy

Postup: Klienta posadíme ke klavíru, my sedíme vedle něj (v případě menšího dítěte si jej posadíme na sebe). Ukazujeme mu, jak se mačkají klapky, hrajeme, dokud jej hra také nezaujme.. jednoduché, jedním prstem. Pokud reaguje na pokyny, zkusíme s ním postupně stiskávat klávesy po jednom prstě, pak dále můžeme dva a více najednou. Střídáme levou a pravou ruku. Zkusíme i vysoký úhoz, lehký úhoz, odtahy.. na uvolnění rukou. Hrajeme silně/slabe, střídáme ruce rychle/pomalou. Zkusíme glissando přes celou klaviaturu pravou rukou směrem dolů, pak zpět levou rukou směrem nahoru.

Variace: Můžeme doplnit hru hlasovým projevem, hlavně u glissanda, můžeme imitovat výšku tónu klesající a stoupající.

Doporučení: Pro hyperaktivní děti je lepší klavír, než klávesy.. Pokud klient nereaguje, snažíme se, aby jej naše hra zaujala. Může tak hrát prostřednictvím našich rukou, nebo se postupně přidat.

21. Zpívánky

Cíl: Rozvoj řeči, uvolnění

Věk: od 4 let

Forma: Individuální, skupinová

Pomůcky: Bezpečná místnost, vhodná pro práci s autistickými klienty (prázdná, vybavená jen pomůckami k terapii, max. židle, polštáře). Klavír, klávesy

Postup: Klienti sedí poblíž klavíru, společně zpíváme jednoduché písně, které znají – např.: Skákal pes, ... Zkoušíme jen jednu sloku, opakovat několikrát po sobě.

Variace: Písničky můžeme doplnit tleskáním, není nutné sedět u klavíru, pokud budeme předzpívat a klienti se snaží také zpívat.

Doporučení: Autistické děti obvykle rády zpívají, i když neumí vyslovovat či mají poruchu řeči. I přesto, že nebudou ihned zpívat, nechme je při opakování stejné sloky intonovat. Po několika sezeních se obvykle přidávají a zpívají stále více, pokud je aktivita baví.

22. Zvonkohra a paličky

Cíl: Motorika, pozornost, propojení hemisfér

Věk: od 4 let

Forma: Individuální

Pomůcky: Bezpečná místnost, vhodná pro práci s autistickými klienty (prázdná, vybavená jen pomůckami k terapii, max. židle, polštáře). Metalofon

Postup: Metalofon máme položený na zemi, paličkami postupně projíždíme pomalu řadu tónů nahoru a zpět. Pak můžeme střídát vždy pravou a levou ruku po jednom kameni, opět řady tónů směrem nahoru a dolů. Zpomalujeme a zrychlujeme cvičení.

Variace: Pokud klient chápe zadání, můžeme s ním zkusit setrvat na jednom kameni a začít hru na jednom tónu od úplně jemného úhozu postupně stále silněji a pak zpět do jemného tónu a ticha.

Doporučení: Pokud klient nezvládá kvůli nižší motorické schopnosti kameny příliš blízko sebe, můžeme vyjmout kameny tak, aby byly lépe zvládnutelné pro úhozy.

23. Písničky v obrázcích

Cíl: Rozvoj řeči, rozpoznávací schopnosti, orientace v textu (obrázcích)

Věk: děti od 4-5 let (pro starší může být upraveno)

Forma: Individuální

Pomůcky: Bezpečná místnost, vhodná pro práci s autistickými klienty (prázdná, vybavená jen pomůckami k terapii, max. židle, polštáře). Výkres cca A3, pastelky.

Postup: Na papír si společně nakreslíme nějaké obrázky ze známé písničky, např. Běží liška k táboru – vykreslíme lišku, město (domečky), pytel, ježek. Pak si písničku přeříkáme a ukazujeme na obrázky, kdy se v textu vyskytují. Když se klient orientuje, můžeme začít společně zpívat a zároveň ukazujeme na dané aktuální obrázky

Variace: Pokud bychom toto cvičení několikrát opakovali, můžeme zkusit i opačný postup, kdy terapeut nakreslí nějaký obrázek a klient se bude snažit rozpoznat, o jakou píseň jde pomocí symbolů.

Doporučení: Nechejme klienta kreslit obrázek sám, pokud má ke kreslení pozitivní vztah.

24. Hledej nejlepší kámen

Cíl: Motorika, pozornost

Věk: děti od 4-5 let

Forma: Individuální

Pomůcky: Bezpečná místnost, vhodná pro práci s autistickými klienty (prázdná, vybavená jen pomůckami k terapii, max. židle, polštáře). Bronzový metalofon – kameny.

Postup: Kameny umístíme do krabice, překryjeme šátkem. Pokud klient neví, jak se kámen uchopuje, ukážeme mu to. Necháme klienta vytahovat kameny po jednom a vždy kameny rozehrát. Když se mu nebude tón líbit, nebo bude chtít jiný, tak kámen do krabice vrátí a vytáhne si jiný. Pokud se mu bude líbit, položí si jej vedle sebe. Takto vybere postupně 3

kameny, na které pak před sebou bude hrát. Hru provádíme obdobně jako ve cvičení „Zvonkohra a paličky“. Poté je zpět uloží do krabice.

Variace: V případě, že klient rozeznává tóny a orientuje se ve velikostech, může postupně vytahovat jeden kámen po druhém a dávat je do řady tak, jak by měly jít tónově po sobě. Poté hrát a procvičovat viz výše.

Doporučení: Kameny jsou příjemné do ruky, pokud se klient zajímá o tvar, nechme jej jednotlivé kameny déle zkoumat.

25. Cvičme v rytmu

Cíl: Motorika, pozornost

Věk: děti od 4-5 let

Forma: Individuální

Pomůcky: Bezpečná místnost, vhodná pro práci s autistickými klienty (prázdná, vybavená jen pomůckami k terapii, max. židle, polštáře). Tamburína

Postup: Ukážeme klientovi, jak si představujeme úhoz na tamburínu. Pak si sedneme na zem, tamburínu si dáme na nohy a zkusíme hrát napřed jednou rukou, pak druhou, pak oběma najednou. Začneme zpívat jednoduchou píseň a doprovázíme se do rytmu. Opět jednu sloku např. pravá ruka, opakování levá ruka, pak můžeme střídat ruce, nebo obě najednou. Pokud je klient „mimo“ rytmus, pracujeme zároveň s ním. Když nezvládá hru sám, sedneme si k němu a hrajeme současně na stejnou tamburínu.

Variace: V případě, že můžeme mít vyšší obtížnost a klient rozumí zadání, spolupracuje, postavíme se a tamburínu si navlékneme na paži až k ramenu, ruku necháme předpaženou a druhou rukou bez dívání se na tamburínu provádíme rytmické úhozy. Takto můžeme střídat polohy tamburíny a i samotné výměny dělat v rytmu.

Doporučení: Pro hyperaktivní děti je vhodné propojit toto cvičení ještě s chůzí či dupáním nohou, pokud tuto obtížnost zvládne.

26. Jemné housličky

Cíl: Motorika, pozornost, soustředění

Věk: od 5 let

Forma: Individuální, skupinová (max. 4 klienti)

Pomůcky: Bezpečná místnost, vhodná pro práci s autistickými klienty (prázdná, vybavená jen pomůckami k terapii, max. židle, polštáře). Housle laděné do intervalů, nebo tóniny, příp. žaltář

Postup: Klientovi ukážeme smyčec a nástroj, také struny. Předvedeme hru, vysvětlíme, jak se drží smyčec. Nástroj mu pak předáme, sedíme na zemi housle (případně žaltář) má klient před sebou tak, aby byl pevný, tj. zaklíněný o nohy apod. Pak mu předáme smyčec, sedneme si vedle něj a zároveň s ním pomalu táhneme na strunu. Snažíme se, aby bylo držení i hra co nejjemnější. Postupně můžeme vyzkoušet naklánět smyčec a hrát přes jiné struny. Táhneme smyčec vždy jen v jednom směru – abychom na konci mohli smyčec zvednout, odlehčit a opět položit na strunu.

Variace: Pokud je více klientů, mohou si vzájemně hrát na nástroje, pracovat s jedním nástrojem ve dvojici, hrát současně na jeden nástroj apod.

Doporučení: V případě agresivního dítěte musíme posoudit, zda by ho nemohlo rozčítit, že se mu nedaří struny rozeznít.

27. Vejce, barvy a čísla

Cíl: Motorika, pozornost, orientace v prostoru, naučná aktivita

Věk: od 4 let

Forma: Individuální

Pomůcky: Bezpečná místnost, vhodná pro práci s autistickými klienty (prázdná, vybavená jen pomůckami k terapii, max. židle, polštáře). Shaker vejce barevná, alespoň 4-5 barev, barevné papíry stejných barev jako shaker vejce, papírky s čísly od 1 – 6 (každé číslo po dvou kusech)

Postup: Rozmístíme papíry po místnosti do kruhu, pod barevné papíry položíme malý papírek s číslem, doprostřed kruhu položíme neprůhledný (např. látkový) pytlík s shaker vejci. Jdeme s klientem do středu, vybereme jedno vejce a hledáme papír stejné barvy. Jdeme pak k němu, zvedneme papír, přečteme číslo pod papírem a zkusíme „vyštěrkat“ příslušné číslo. Když klient pracuje, vrátíme papír na původní místo a vyměníme číslo. Po splnění úkolu jdeme zpět do středu, vrátíme vejce do pytlíku a vytáhneme jiné. Úkol opakujeme.

Variace: Můžeme provádět kombinaci s čísly, kdy bude ještě napsáno, která ruka bude hrát. Např. 4 – pravá, 2 – levá, 5 – obě.

Doporučení: U malých dětí mohou toto cvičení vykonávat současně s dítětem rodiče, kteří mu dělají průvodce.

28. Chřestýši

Cíl: Motorika, pozornost, pohybová koordinace

Věk: od 5 let

Forma: Individuální

Pomůcky: Bezpečná místnost, vhodná pro práci s autistickými klienty (prázdná, vybavená jen pomůckami k terapii, max. židle, polštáře). Chřestidlo – např. mušlové

Postup: Pracujeme na zemi, kolena a ruce se opírají o podlahu, chřestidlo položíme na zem. Vysvětlíme, že napodobujeme hada. Klient pozoruje chřestidlo, terapeut s ním pohybuje po podlaze (jako s hadem). Vždy, když je had – chřestidlo v bezpečné vzdálenosti od klienta, pohybuje se volně, když se přiblíží, začneme chřestit a klient může reagovat syčením a vydáváním zvuku, jako by jej chtěl zahnat, zastrašit.

Variace: Klient sám může pohybovat chřestidlem a napodobovat hada. Pokud začne chřestit, měl by také syčet.

Doporučení: Ověřme, zda klient na zvuk chřestidla reaguje přiměřeně, nemá z něj strach.

29. Zpívání podle předlohy

Cíl: vybití energie, naučná aktivita

Věk: od 5 let

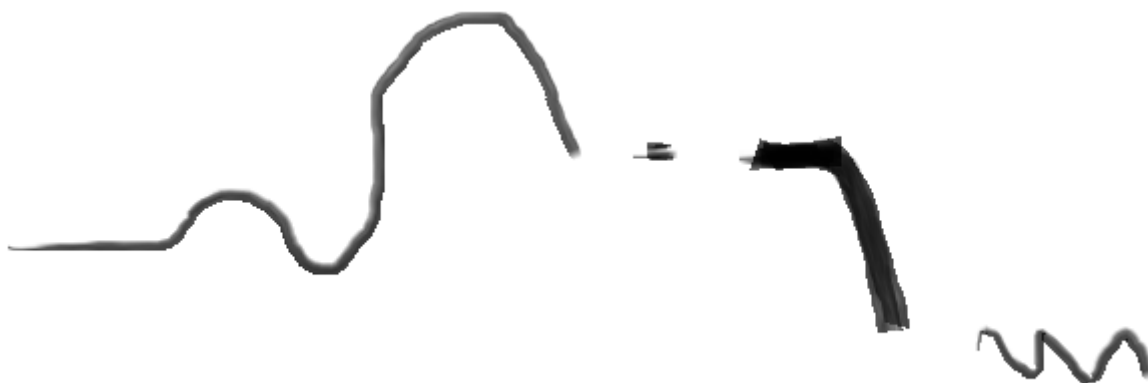
Forma: Individuální, skupinová

Pomůcky: Bezpečná místnost, vhodná pro práci s autistickými klienty (prázdná, vybavená jen pomůckami k terapii, max. židle, polštáře). Větší papír – dlouhý (balicí) nebo tabuli.

Postup: Pracujeme s hlasem, snažíme se, aby klienti napodobovali geometrické tvary, aby v nich hledali asociace s hlasem – silou, možnostmi: zesilování, zeslabování, zvyšování a snižování tónu, pauzy a pomlky, krátké sekvence, lehké třesení hlasu.. Hlasové cvičení zpracováváme pomocí vln, čar, krátkých čárek, teček apod.

Např:

Hlas na jednom tónu, mírně se zvedne, pak plynule klesne, po chvíli se prudce zvedne nahoru a pak opět dolů, krátká odmlka, krátký tón, pak silný hlasitý tón chvíli na jednom tónu a pak dolů, pomlka a nízko lehké zavibrování hlasu.



Variace: Podle úrovně klienta můžeme obměňovat složitosti, případně k hlasové lince dopisovat ještě linku pro zvuky, např. úder do tamburíny, chřestidlo apod.

Doporučení: Vhodné je klientovi cvičení předzpívat, i několikrát po sobě. Pak zpíváme zároveň s ním. Pro ADHD ještě můžeme cvičení doplnit adekvátním znázorněním pohybu nahoru/dolů – buď jen paže, nebo celé tělo.

30. Egypt

Cíl: Motorika, pozornost, pohybová koordinace, vybití energie, vnímání rytmu

Věk: od 4 let

Forma: Individuální, skupinová

Pomůcky: Bezpečná místnost, vhodná pro práci s autistickými klienty (prázdná, vybavená jen pomůckami k terapii, max. židle, polštáře). Prstové činelky, pro každého klienta min. 2 ks, tamburína

Postup: Každý klient dostane dva činelky, navlékneme si je nejprve na pravou ruku – palec a ukazováček, vyzkoušíme zvonit. Klientům můžeme předvést, jak to má být správně. Poté se snažíme chodit po místnosti nejprve jednoduše a k tomu používat činelky – vyměníme pravou a levou ruku. Když už to jde lépe, snažíme se sladit rytmus prstů a kroků, aby na každý „stisk“ vyšel jeden krok. Tempo udržuje terapeut hrou na tamburínu, zrychluje a zpomaluje, klienti na to reagují kroky a hrou na činelky. V průběhu cvičení prostřídáme i ostatní prsty – prostředníček, prsteníček a malíček.

Variace: Pokud to klient zvládne, může dostat sadu činelků pro každou ruku a cvičení dělat obdobně. Může přidat i variantu, kdy bude hrát vždy jen ruka stejné orientace jako noha, která dělá krok – tzn. Vykračuji pravou nohou, hraji pravou rukou. Můžeme také kombinovat, že budou hrát jen, když chodí vpřed pravá nebo levá noha.

Doporučení: Vhodné pro ADHD, náročné na pozornost a zároveň spojené s pohybovou aktivitou.

Příloha B - písně

Vesele **PONDĚLÍ** **Barbora Bartecká**

$\text{♩} = 195^{\text{C}}$

O - pět má - me pon - dě - lí vy - ska - ku - jem z po - ste - lí tě - lo pě - kně

pro tá - hne - me u - my je - me o - bleče - me ak - tov ka a sva či - na školní tý - den

za - či - ná s ví - ken - dem se loučí - me a - le na další se už tě - ší - me.

Hravě **ÚTERÝ** **Barbora Bartecká**

$\text{♩} = 126^{\text{C}}$

Dru - hý den v tý - dnu je kte - rý ka - len - dář ří - ká ú - te - rý

pon - dě - lí ú - te - rý dva dny nám u - bě - hly.

Svižně **STŘEDA** **Barbora Bartecká**

$\text{♩} = 150$

Vi - da stře - da to zní slib - ně škol - ní tý - den v po - lo vi - ně

po ú - ter - ku ji tu má - me na čtvr - tek se z ní - chys - tá - me.

Hravě **ČTVRTEK** **Barbora Bartecká**

$\text{♩} = 150$

Čtvr - tek je den čís lo čty ři škol - ní tý - den ke konci mí ři

ú - kolů je je - ště do - sti tak ry - chle do těch po - vin - nos - tí.

Vázaně

PÁTEK

Barbora Bartecká

$\text{♩} = 12\bar{6}$

1 2 3 4 5 6

Pá - tý den už má - me pá - tek pro ško - lá - ky malý svá - tek

7 8 9 10 11 12

i ro di - če kon - čí v práci vy - rá - ží - me za le - gra - cí.

Plynule

SOBOTA

Barbora Bartecká

$\text{♩} = 120$ $\overset{D}{\text{D}}$ $\overset{2}{D}$ $\overset{3}{G}$ A $\overset{4}{D}$

Na vl - ně po - ho - dy se ne - chá - vá - me vést

$\overset{5}{D}$ $\overset{6}{D}$ $\overset{7}{G}$ A $\overset{8}{D}$

se so - bo - tou dnem s po - řa dí - ím čí - slo šest.

Produced by an Evaluation Copy of MOZART

$\overset{9}{G}$ A $\overset{10}{D}$ $\overset{11}{A}$ A $\overset{12}{D}$

Ve - zme - me si ko la brus - le je - dem na zah - ra du

$\overset{13}{G}$ A $\overset{14}{D}$ D $\overset{15}{A}$ $\overset{16}{D}$

ne - bo s ro - di - či zkou - má - me ta - jems - tví hra - dů.

Plynule **NEDĚLE** Barbora Bartecká

♩ = 120

Po - sled - ní den vtý - dnu má - me u ba - bič - ky o - běd - vá - me

kon - čí - me tý - den ve - se le sed - mým dnem jmé - nem ne -

- dě - le.

Líbezně

LEDEN

Barbora Bartecká

♩ = 120 $\overset{F}{1}$ $\overset{F}{2}$ $\overset{B}{3}$ $\overset{C}{4}$ $\overset{F}{5}$

Za - mr - zá vo - da na dlou - ho v po - to - ce pří - cho - dem

$\overset{F}{6}$ $\overset{C}{7}$ $\overset{F}{8}$ $\overset{B}{9}$ $\overset{F}{10}$

prv - ní - ho měsí - ce v ro - ce led - no - vá zi - maje

$\overset{C}{11}$ $\overset{F}{12}$ $\overset{B}{13}$ $\overset{F}{14}$ $\overset{C}{15}$

mráz po - kryl kraji - nu stro - my a lou - ky maj sně - ho - vou

$\overset{F}{16}$

pe-ři-nu.

Jemně

ÚNOR

Barbora Bardecká

Ú - no - ro - vé po - ča sí - čko ne - při - ne - se moc te - plíč - ko

kraji - na je klid - ná ti - chá zim - ním spán - kem vše - chno dý - chá.

Jemně

BŘEZEN

Barbora Bardecká

Slu - ní - čko sně - ho - vou pe - ři - nu hře - je pta - čí sbor

mu k to - mu krás - ně pě - je br - zy bu - de ja - ro

slá - va slá - va pod sně - hem už ra - ší prv - ní

trá - va

Svižně

DUBEN

Barbora Bartecká

Čtvr - tý mě - síc ro - kuje - tu ja - ro je v pl - ném roz - kvě - tu

du - ben při - ro - du za - čí - ná malo - vat teplo pos - led - ní

sníh z hor sta - ho - vat

Pomalů **KVĚTEN** **Barbora Bartecká**

Na lou - kách bar - vy a pře - krás - né vů - ně zví - řát - ka

s mlá - d'a - ty po - pí - jí z tú - ně vzdu - chem se pro - há - ní

brou - ček i vše - lič - ka za - ze le - ná se i pos - led - ní vět - vič - ka.

Svižně

ČERVEN

Barbora Bartecká

♩ = 130

Pl - ným prou - dem lé - to za - čí - ná ne - be poz - dě

v no - ci zha - sí - ná ve dne vtrá - vě zá ří ba - rev - né kví - tí

v no-ci na ne - bi hvěz - dy stří - br - ně sví - tí.

Svižně

ČERVENEC

Barbora Bartecká

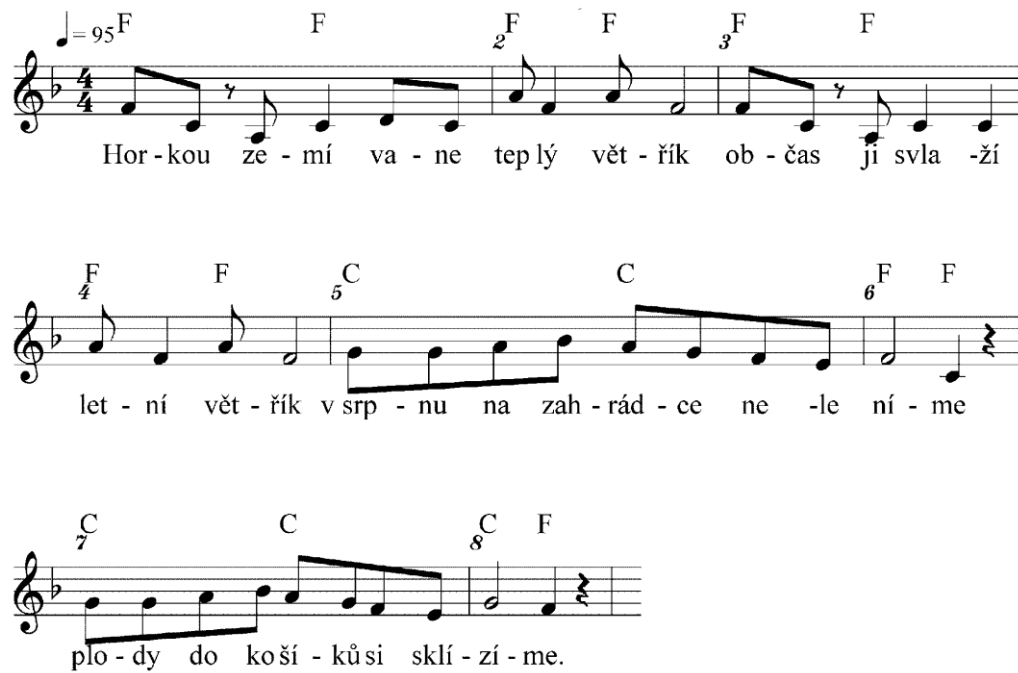
Čer - ven - co - vé po - ča sí jen kou - pá - ní u - ha sí

plo - dy stro - mům doz - rá - va - jí nám i zví - řát - kům chut - na - jí.

Zlehka

SRPEN

Barbora Bartecká



$\text{♩} = 95^F$

F F F F F

Hor-kou ze - mí va - ne teplý vět - řík ob - čas jí svla - ží

F F C C F F

let - ní vět - řík v srp - nu na zah - rád - ce ne - le ní - me

C C C F

plo - dy do koší - ků si sklí - zí - me.

Vesele

ZÁŘÍ

Barbora Bartecká

$\text{♩} = 120$

Kdo se tě - ší na zá ří jsou to hlav - ně hou - ba - ři

chlad - něj - ší jsou ve - če - ry a rá - na ve měs - tech už

po - cho - duje vrá - na.

Jemně

ŘÍJEN

Barbora Bartecká



Rá - no mra - zík a přes den slu - níč - ko na stro - mě čer - ve - né



pod - zim - ní jab - líč - ko zví - řát - ka zá - so - bu jí se na zi - mu



než jim prv - ní sníh při - kry - je kraji - nu.

Vesele

LISTOPAD

Barbora Bartecká

$\text{♩} = 90$ E H E

Když slu - nič - ko vlis - to - pa - du vy - chá zí

E H E D

pest - ré lis - ty kap - ky ro - sy od - ra - zí sví - tí už krát - ce

D E D E

níz - ko ná ob - zo - ru prv - ní vloč - ky sně - hu

H E

už pa - da - jí do - lů.

Vesele

PROSINEC

Barbora Bartecká

$\text{♩} = 120^D$

V pro - sin - ci jsou bí - lé strá - ně z kop - ců do - lů

sviš - tí sá - ně den bý - vá krát - ký dlou - há je noc

zvo - neč - ky oz - na - mu - jí čas Vá - noc.

Vesele

JARO

Barbora Bartecká

$\text{♩} = 120$
 1 ^G 2 ^G 3 ^C 4 ^G 5 ^G
 Ran - ní a ve - čer - ní zpěv ptáč - ků se rozlé - há kraji-nou kde
 6 ^G 7 ^C 8 ^G 9 ^G 10 ^G
 far - mář svá se - mín - ka za - sé - vá slu - ní - čko zdvi - há se
 11 ^C 12 ^G 13 ^G 14 ^G 15 ^C
 na ob - zor do výš - ky mlá - d'át - ka ma jí už za - jí - ci
 16 ^G 17 ^G 18 ^G 19 ^C 20 ^G
 i liš - ky na stro - mech a ke - řích pu - pe - ny se ze le - na - jí
 21 ^G 22 ^G 23 ^D 24 ^G
 pil - né včel - ky na lou - ky ke kvě - tům vy - lé - ta - jí.

Vesele **LÉTO** Barbora Bartecká

Slun - ce svítí dlou - ho vše krás - ně zahří - vá dě - těm teď ko -
 - neč - ně čas práz - dnin za - čí - ná lou - ky jsou pl - né
 by - lin a trá - vy na nich pa - sou se ov - ce i krá - vy
 když ne - pr ší tak k vo - dě vy - rá - ží - me
 s ka - ma - rá - dy tam ve - se le do - vá - dí - me.

Vesele

PODZIM

Barbora Bartecká

$\text{♩} = 120$

1 F 2 F 3 F 4 F 5 C 6 C
 Ran - ní mraží - ky ml - ha a bar - vič - ky vy - kouz - lí na tvá - řích

7 F 8 F 9 F 10 F 11 F
 všech ús - měv sdo - líč - ky zví - řát - ka ma jí už dob - rot pl - ný

12 F 13 C 14 C 15 F 16 F 17 F
 kr - me - lec pod - zimje pros - tě ten nej - lepší u - mě - lec chlad - ný

18 F 19 B 20 F 21 F 22 F
 je vět - řík lis - tí je ba - rev - né br - zy vše sně - ho - vá

23 $C7$ 24 F
 pok - rýv - ka za - leh - ne.

Vesele

ZIMA

Barbora Bartecká

♩ = 120

Kraji - na bí - lá a sně - hem za - vá tá zim - ní spá - nek maj

něk - te - rá zví - řa - ta tep lo - ta kle - sá i ve - dne níz - ko

zvo - neč - ky zvo - ní vá - no - ce jsou blíz - ko vloč - ky na slun - ci

bli - ka - jí ja - ko svě - tél - ka na ok - na kres - lí nám mrazi - vá

pas - tel - ka.