



## Muzikoterapie umí zázraky. Proto si jí tak vážím.

Hudba může léčit, může propojovat, může napomáhat zázrakům. Pokud se podaří soulad energií, pokud se vzbudí oboustranná důvěra a pokud se **z JÁ stane MY**, pak může HUDBA začít kouzlit.

Jako muzikoterapeutka pracuji nejvíce s dětmi s určitým handicapem. Docházím pravidelně do denního stacionáře DAR, kde se úžasní pečovatelé starají o děti s kombinovaným postižením. Zároveň se setkávám individuálně s rodinami dětí s neurovývojovými poruchami.

Už od narození svých vlastních dětí vím, že děti dokážou zázraky. Ony zkrátka celé své dětství kouzlili a já jsem snad ani nestíhala ta jejich kouzla všechna pochytat. Smích, roztomilé žvatlání, bezbřehá a upřímná radost, čistota v každíčkém výrazu a reakci, jejich pokroky, pevná obejmutí.

Netušila jsem ale, že se mi poštěstí zažívat s dětmi zázraky i v době, kdy už ty moje děti budou velké. Že je budu moci zažívat i s jinými dětmi.

Víte, na sdílení takových momentů zkrátka slova nestačí. Marně se snažím vymyslet, jakým způsobem alespoň trochu přiblížit některé z tak zázračných okamžiků. To se asi musí opravdu zažít.

Každý člověk je výjimečný, děti nevyjímaje, proto i zázraky se liší.

U některých dětí s těžkým kombinovaným postižením je pro mne největším oceněním to, že mi věnují několikavteřinový pohled. Dají mi tak najevo, že mě vidí, že mě vnímají, že jsou právě teď se mnou. Jedna z mála možností, jak komunikovat. Ale když se to podaří, pak je to zázrak a já si ho vážím a odnáším v srdci.

Některé děti vysílají svou energii do okolí ve svém úsměvu. Takový úsměv, o kterém mluvím, může mít sílu, jako benzín pro prázdnou nádrž. Udělala bych ledacos, abych si sem tam nějaký zasloužila. Protože v tu chvíli vím, že jsme propojeni. Komunikujeme úsměvem, společnou radostí a jakoby se svět na chvíli zastavil. Síla okamžiku.

S některými dětmi pořádně řádíme. V některých případech nemůžeme tolik hopsat, protože nohy nás neunesou, ale my si poradíme jinak. Komunikujeme skrze obrázky, pomůcky, gesta a když po čase zjistím, že spolu i zpíváme a děláme stejné grimasy, stejná gesta, dokážeme se beze slov domluvit, pak je to zázrak. A já se učím. Děti mne učí.





No a u dětí s neurovývojovými poruchami hledáme cesty s jejich rodiči, jak nejlépe podpořit to, co podpořit můžeme. Vymýslíme písničky na míru tak, aby měly důvod udělat pohyb, který jen tak dělat nechtějí, ale potřebují ho trénovat. Zrcadlíme, tančíme, zpíváme, hrajeme na nástroje o sto šest. Společná legrace a zábava jsou tou největší motivací. A když vám pak maminka poví, že dítě reaguje na písničky, videa a básničky opětovně doma, že na ně znovu tančí a trénuje tak potřebné pohyby, nebo využívá jednotlivé techniky ke komunikaci s ostatními, znovu a znovu se směje .... tak to zkrátka dojde.

A to je vlastně jeden z důvodů, proč vzniklo duo MYŠ-LIŠ. Ze setkávání jedné maminky, jednoho skvělého malého kluka a jedné terapeutky. Protože **MY VÍME, ŽE MŮŽEME NAPOMOCI ZÁZRAKŮM A SPOLEČNĚ JE TAK PROŽÍVAT.**

Přála bych nám všem, aby se nám dařilo zažívat co nejvíce kouzelných chvil i v těch náročnějších obdobích.

A kdyby byla jó krize, tak doporučuji se na děti vyloženě nalepit 😊 a hlavně se **NA CHVÍLI ZASTAVIT**. Děti prostě fakt vědí, jak na zázraky. Ony nám dospělákům pomůžou.

S hudbou si můžete s dětmi vyhrát i vy, nemusíte k tomu mít žádné speciální pomůcky ani vzdělání. Jediné, co je třeba mít, je chuť tvořit a hrát si 😊. To děti dozajista namotivuje úplně nejvíc.

Jindra Bartošová, muzikoterapeutka

Flami, z.s.

*Chcete se o muzikoterapii dozvědět víc? Napište si o náš chystaný e-book s návody k jednoduchým muzikoterapeutickým technikám, které můžete doma s dětmi vyzkoušet. Dále pak můžete sledovat naše videotipy, které budeme průběžně doplňovat a nebo za námi někdy přijďte.*

