

MARIE BENÍČKOVÁ

# Muzikoterapie a edukace

PEDAGOGIKA



## KATALOGIZACE V KNIZE - NÁRODNÍ KNIHOVNA ČR

Beníčková, Marie

Muzikoterapie / Marie Beníčková. -- Vydání 1. -- Praha : Grada, 2017.  
-- 248 stran

ISBN 978-80-247-4238-0

615.851:78 \* 37.0 \* (072) \* (078.7)

- muzikoterapie -- metody
- výchova a vzdělávání
- metodické příručky
- případové studie

615.8 - Fyzioterapie. Psychoterapie. Alternativní lékařství [14]

MARIE BENÍČKOVÁ

# Muzikoterapie a edukace

PEDAGOGIKA



**Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy**

*Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována ani šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude **restně stíháno**.*

**Mgr. Marie Beníčková, Ph.D.**

## **MUZIKOTERAPIE A EDUKACE**

Vydala Grada Publishing, a.s.  
U Průhonu 22, 170 00 Praha 7  
tel.: +420 234 264 401, fax: +420 234 264 400  
www.grada.cz  
jako svou 6743. publikaci

**Recenzovali:**

doc. PaedDr. Marie Blahutková, Ph.D.  
doc. PaedDr. Marie Slavíková, CSc.  
PhDr. Marie Dlabáčová, DiS.

Kresby Mgr. Tomáš Beníček  
Odpovědná redaktorka PhDr. Jaroslava Hájková  
Sazba a zlom Jan Šístek  
Návrh a zpracování obálky Antonín Plicka

Počet stran 248  
Vydání 1., 2017

Vytiskla Tiskárna v Ráji, s.r.o., Pardubice

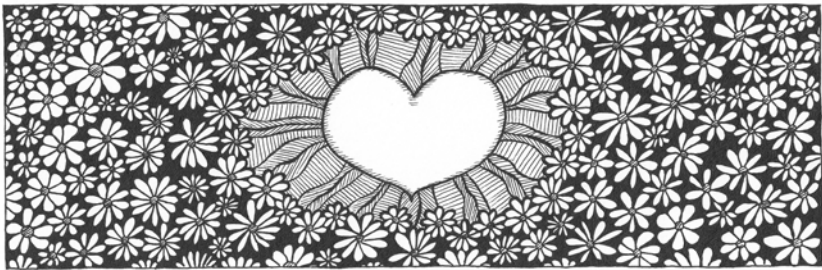
© Grada Publishing, a.s., 2017  
Cover Photo © allphoto.cz

ISBN 978-80-271-9987-7 (ePub)  
ISBN 978-80-271-9986-0 (pdf)  
ISBN 978-80-247-4238-0 (print)

# Obsah

<b>Předmluva</b> (Milan Nakonečný) . . . . .	<b>9</b>
K psychologii hudby . . . . .	9
<b>Poděkování</b> . . . . .	<b>15</b>
<b>Úvodní slovo</b> . . . . .	<b>17</b>
<b>1. Muzikoterapie a edukace</b> . . . . .	<b>23</b>
1.1 Umělecké terapie (Tomáš Beníček) . . . . .	31
1.1.1 Vymezení oboru . . . . .	31
1.1.2 Společné oblasti v uměleckých terapiích . . . . .	38
1.1.3 Příklad z praxe . . . . .	43
<b>2. Psychosomatická muzikoterapie – metody a metodiky</b> . . . . .	<b>51</b>
2.1 Hudebně-edukační terapie (HET) – muzikoterapeutická metoda . . . . .	51
2.1.1 Teoretická východiska . . . . .	52
2.1.2 Principy systémové . . . . .	55
2.1.3 Principy stimulační . . . . .	73
2.1.4 Principy intervenční . . . . .	78
2.1.5 Principy kvalitativní . . . . .	91
2.1.6 Principy osobnostní . . . . .	94
2.1.7 Principy profesní . . . . .	97
2.1.8 Muzikoterapeutická cvičení . . . . .	101
2.2 Terapie zpěvem – Werbeck metoda – škola odhalení hlasu . . . . .	113
2.2.1 Valborg Werbeck-Svärdströmová – fenomén pěvecké pedagogiky a terapie . . . . .	113

2.2.2	Životní příběh paní Werbeck-Svårdströmové . . .	116
2.2.3	Terapie zpěvem – Werbeck metoda – teoretická východiska . . . . .	119
2.2.4	Příběh dvanáctileté Martiny – ukázka muzikoterapeutických setkání . . . . .	140
2.3	Hudba těla – česká muzikoterapeutická metodika . . .	156
2.4	Metodika muzikoterapeutické intervence u dětí se specifickými poruchami učení . . . . .	163
2.4.1	Muzikoterapeutický submodel 13P . . . . .	164
2.4.2	Muzikoterapeutický submodel 2U . . . . .	164
2.4.3	Muzikoterapeutický submodel 9I . . . . .	165
2.5	Uvedené metody a metodiky – vzdělání a mezinárodní spolupráce . . . . .	186
2.5.1	Akademie Alternativa – instituce akreditovaná MŠMT . . . . .	186
2.5.2	MAUT – Mezinárodní asociace uměleckých terapií . . . . .	187
<b>3.</b>	<b>Z praxe úspěšných muzikoterapeutů – absolventů</b>	
	<b>Akademie Alternativa . . . . .</b>	<b>191</b>
3.1	Mgr. Eva Hegarová . . . . .	191
3.2	Mgr. Pavla Lanková . . . . .	198
3.3	Mgr. Petr Škranc . . . . .	203
3.4	Ing. Zuzana Moravová . . . . .	215
3.5	Miroslav Němeček . . . . .	220
	<b>Závěr . . . . .</b>	<b>238</b>
	<b>Použitá literatura . . . . .</b>	<b>240</b>



Věnováno mým dětem...





# Předmluva

## K psychologii hudby

Branou smyslových orgánů vstupují do naší mysli všechny dojmy z vnějšího světa, v němž žijeme jako lidé se specifickou senzoricou výbavou. Ačkoli zrak zachytává desetkrát více informací než sluch, jsou **zvuky** v našem okolí důležitými signály důležitých životních událostí, signály, jimiž nás vybavila příroda pro přežití: **sluch** se stal důležitým nástrojem „boje o bytí“. Výkřiky radosti, pláč provázející hluboký smutek, ale také výkřiky zoufalství nebo nadšení, podezřelé syčení, ale i šumění nočního lesa, zpěv ptáků – to jsou zvuky přírody a člověka, zvuky vyvolávající širokou škálu emocí. Vývojem se však stal nejdůležitějším **lidský hlas**, který se vyvíjel v jedinečnou lidskou mluvenou řeč, umožňující vznik kultury a tím i posun našich prapředků do oblasti symbolických významů a duchovního života. Byl to tedy lidský hlas, který se vyvíjel z jakýchsi prazvuků volání a primitivního zpěvu a z našich humanoidních prapředků posléze vytvořil kulturní bytosti a vyvedl nás tak z nadvlády instinktů do sfér duchovního života. Jednou z jeho sfér je **hudba**, a současná módní evoluční psychologie si klade otázku po jejím původu, to je po selektivní funkci jejího vnímání a tvoření pro život, když ji nepochybně nelze pro její dynamickou pradávnu historii chápat jen jako jednu ze slepých uliček evoluce. Jeden z předních evolučních psychologů, D. M. Buss (2004), si položil otázku, proč lidé tráví celé dny, týdny, měsíce a roky tím, aby se aktivně či pasivně zabývali uměním, tvořili je či jen vnímali, a hudba k umění patří. Jednou z hypotéz je *display hypothesis*, podle níž kultura je „fenomén vzniklý z konkurence velmi mnoha individuí, která za účelem této konkurence

užívají různé partnerské strategie, ... zejména muži mají sklon k vytváření umění a hudby jako strategie náboru pro mnoho žen“. Konkurence při výběru pohlavního partnera je přirozeným aspektem boje o život, který směřuje k selekci nejlépe vybavených individuí, a tak přírodním výběrem předurčených k reprodukci vlastní genetické výbavy: je to podstatnou ideou evolucionismu. Buss dále uvádí, že se tento způsob náboru pohlavního partnera, a tedy výše uvedená hypotéza, prokazuje v tom, že „hudbu, umění a literaturu tvoří více mužů než žen, neboť to představuje taktiku předvádění se partnerovi, aby byl získán“; v době námluv u zvířat se samci předvádějí samičkám, aby jim demonstrovali svou fyzickou sílu a jiné přednosti, u některých druhů samci o samičky přímo bojují; u lidí se toto předvádění ovšem vývojem posunulo do symbolické roviny, fyzicky nejpřitažlivějším lidským samcem je pro ženy umírněný svalovec, ale jako trvalý partner a otec rodiny je to v dnešním pokročilém světě držitel bankovního konta nebo vysoké společenské pozice, a tedy subjekt moci. Dále to podle Busse potvrzuje věk, neboť muži ve věku kolem třiceti let vykazují největší snahu po získání životní partnerky, jak prokázal výzkum, který ovšem neříká nic o korelaci tohoto věku s mírou umělecké tvořivosti. Proto také Buss přiznává, že „evoluční vysvětlení jsou vysoce spekulativní, i když jsou podporována některými empirickými daty“. Nicméně jistou korelaci bychom našli mezi „básnickou tvorbou“ adolescentních chlapců a jejich prvními láskami, otázkou však je, zda tu jde o, byť třeba jen nevědomé, vyvolání dojmu, nebo spíše o pokus vyjádřit překypující city. Posléze Buss poukazuje na to, že předmětná hypotéza nevysvětluje obsah, a ptá se, proč některé písničky lidmi hýbou a jiné jsou jim lhostejné, proč jsou Shakespearova díla tak věčně fascinující, a naopak díla jiných autorů nudná. A pro jistotu připomíná, že „kulturní aktivity nejsou možná žádné adaptace, nýbrž spíše neadaptivní vedlejší produkty evoluce“. Zdá se, že evoluční hypotéza geneze hudby a jejího významu pro život obojí uspokojivě nevysvětluje. Prostou evoluční hypotézu vzniku hudby formuloval již Ch. Darwin (1859), když řekl, že hudba je napodobování

zpěvu ptáků. To má sice určité afinity k neodarwinistickému evolutionistickému pojetí, jak je zastupuje výše uvedený Buss (biologickým smyslem ptačího zpěvu je vábení samiček samečky a reakce samiček), ale jen velmi obecně naznačuje, že funkcí hudby je komunikace.

**Psychologie hudby**, pomineme-li experimenty pythagorejců s číselnými vztahy mezi tóny a strunami v 6. století př. n. l., vznikala až na konci 19. století a vyvíjela se v několika charakteristicky odlišných etapách. První reprezentuje významný fyziolog H. Helmholtz (1862, v obsáhlé knize *Die Lehre von den Tonempfindungen als physiologische Grundlage für die Theorie der Musik*): je to dílo převážně fyziologické, ale přece jen operuje i s tehdy dominantním psychologickým konceptem počítku (*Empfindung*). Dalším byl C. Stumpf (1883, v díle *Tonpsychologie*), který je poplatný tehdejší atomistické psychologii, hledající po vzoru chemie prvky duševního života, když za hudebně psychologické prvky pokládal tóny. Psychologickému atomismu však brzy učinil konec profesor estetiky na německé univerzitě v Praze, Ch. von Ehrenfels (1890, ve studii *Über Gestaltqualitäten*), který právě na melodii ukázal, že není skladbou jednotlivých tónů, nýbrž zvláštním útvarem (zčeštěno „gestalem“), neboť ji rozpoznáváme jako tutéž, i když je zahrána v jiné tónině. V počáteční fázi dějin psychologie hudby byla ústředním tématem psychofyziologie slyšení a teprve postupně se přecházelo k psychologickým problémům daného předmětu, nešlo už jen o fyziologii sluchu a o fyzikální aspekty dělení zvuků na hluky, šumy a tóny a o sluchové počítky, nýbrž o stále větší vliv muzikologického pojetí hudby na lidskou psychiku, o propojení muzikologie a psychologie, o rozšíření témat na vliv různých druhů hudby instrumentální i vokální, rozdíl v psychologickém vlivu durových a mollových tónin, psychologický rozbor náladových skladeb, jako jsou například rozmarné scherzo nebo lyrické nokturno, monumentální oslavné kantáty nebo ódy, klasická díla slavných autorů (Händel, Beethoven, Verdi atd.), psychologické akcenty hudebních směrů analogických směrům ve výtvarném umění (klasicismus, impresionismus atd.), ale také o téma lidových písní, později filmové hudby, hudebního sluchu,

širokého pojetí hudebnosti a další. V analýze konkrétních hudebních děl a směrů se více uplatňovala forma eseje než přísně vědecko-empirického přístupu, protože jeho abstraktním jazykem nebylo v dostatečné míře možno analyzovat a popsat psychický obsah vnímání hudebního díla. Proti kontinentálnímu evropskému pojetí tu však byly i výjimky v americkém pragmaticky orientovaném přístupu (C. Seashore, 1938, *Psychology of Music*). Velkým předmětem zájmu byly pozoruhodné synestezie (barevné slyšení – hudba provázená barevnými dojmy, například van Beethoven vnímaný některými posluchači „modře“), tematizován byl vztah hudby a tance, funkce rytmu a další. Příkladem je dílo E. Kurtha (1931, *Musikpsychologie*). Psychologie hudby se rozloučila s psychologickým atomismem, když dospěla k poznání, jak opakovaně zdůrazňuje A. Wellek (1963): „Nikoli tón dělá hudbu, ale hudba dělá tón.“

Tato **fenomenologicky pojatá psychologie hudby** (orientovaná na analýzu struktur hudebního díla a na zážitek hudby, jakož i na její tvorbu), provázená pokusy o rozbor psychologických aspektů hudební estetiky, vrcholí ve vynikajícím díle profesora psychologie v Mohuči a předního představitele tzv. celostní psychologie **Alberta Welleka** (1963, *Musikpsychologie und Musikästhetik*). Wellek, zdůrazňující, že „psychologie hudby je odvětvím kulturní psychologie“, protože její podstata je duchovní, byl žákem Felixe Kruegera (1950), který „do psychologie vrátil duši“, vytrácející se z psychologie pěstované jako přírodní věda o chování.

Zvláštním případem je **psychoanalýza hudby**, vnikající s rozšiřující se aplikací klasické psychoanalýzy S. Freuda téměř do všech vědních oborů a druhů umění (zejména např. do surrealismu). Dnes je reprezentovaná například dílem H. Crisana (1999, in: S. Knappe, *Das Unbewusste und der Klang*. Diplomarbeit Univ. Hannover 2004), vztahujícího hudbu k „preverbální komunikaci dítěte s matkou“ (vztah dítě–matka hraje, nikoli jen, ale zejména v klasické psychoanalýze klíčovou roli v ontogenetickém vývoji člověka zejména v utváření jeho osobnosti a „primárního vědomí“ – neverbalizovaného psychického obsahu);

v tomto smyslu se například ukolébavka, ale i mazlivá slova matky, která „nelze najít v žádném slovníku“, jeví jako klasická forma této preverbální a fylogeneticky archaické komunikace. Podstatnou roli tu hraje koncept „evoluční paměti“ (nevědomé zkušenosti intervenující v aktuálním prožívání, v našem případě v poslechu hudby). Na to navazuje B. Nitzschke (1984, *Frühe Formen des Dialogs. Musikalisches Erleben. Psychoanalytische Reflexion*) tezí, že hudba „je výrazem preverbální, archaické komunikace a touhy po smísení [*Verschmelzung*]“, tj. spojení, sjednocení svých citů s city jiných lidí. Ve Wellekové fenomenologické psychologii a v psychoanalýze hudby se klade důraz na emoční základ vlivu hudby na duševní život člověka, jejíž podstatou je opět slovy nevyjádřitelné vžití (empathie). To však zdůraznil již jeden z nejvlivnějších inspirátorů psychoanalýzy, A. Schopenhauer (1818, v díle *Der Welt als Wille und Vorstellung*): „hudba je řečí citu a vášně“; totéž řekl jinými slovy hudební génius Richard Wagner (1841) a tuto zásadní tezi nacházíme i u Welleka (1963): hudba více vyjadřuje city v jakési obecnosti, bez intencionality (podle F. Brentana, 1874, všechny psychické funkce mají předmět, jsou intencionální), avšak city jsou neverbalizovatelné; láska může mít konkrétní předmět, ale nelze ji jako stav vědomí vyjádřit slovy, proto je jako předmět poezie vyjadřována metaforami a jinými básnickými obrazy. V hudbě je tato nepředmětnost ještě výraznější, posluchač je například dojat, ale neví, z čeho a proč, hudba je druh řeči, ale nemá jazykovou gramatiku ani syntax, ani slovník. V psychologii hudby je zdůrazněn rozdíl mezi prožíváním prostého posluchače a poučeného znalce hudby: v prvním případě platí výše uvedené, v druhém jde o pokusy o slovní vyjádření typu „tato hudební skladba je měkká, hranatá, mělká, košatá“ atd., slova zde vyjadřují emociogenní dojmy, nikoli pojmy nebo věci. Wellek cituje muzikologa R. Francèse (1958, *La perception de la musique*), který zkoumal reakce posluchačů-laiků na Schubertovo Impromptu (opus 142,2) a na Bachovy fugy a zjistil, že hudba v nich „vzbuzuje dojem, jako by slyšeli text, jehož řeči nerozumí“. Mohu-li se odvolat na vlastní introspekci, prožívám hudební dílo jako sekvenci

obrazů a s nimi asociovaných pocitů (např. Musorgského Večer na Lysé hoře) nebo oblíbenou Solvejštinu píseň z Griegova zhudebnění pasáže z Ibsenova *Peer Gynta*, ale v tomto případě se mi v mysli vynořuje pasáž z Maeterlinckovy básně na totéž téma věčného čekání, v níž se žena ptá své umírající sestry, čekající celý život na návrat milence, který ji opustil: „kdyby vrátil se, co mám mu říct / pak řekni, že jsem čekala i umírajíc“ (překlad E. Lešehrada). Je to příklad propojení hudby s ostatními druhy umění, v tomto případě s poezií, jak to zdůraznil Romain Rolland, když ve svých skvělých *Hudebnících minulosti* (česky 1955) napsal, že znalost dějin hudby je často nezbytná pro znalost dějin výtvarného umění a že: „... Jedno umění v druhém pokračuje a dokonává se v něm: je dáno potřebou ducha, který – když by naplnil jednu formu umění k prasknutí – hledá a nalézá svůj úplný výraz v umění jiném.“ Dále má tento znalec umění a umělců tuto vynikající pasáž o hudbě: „... abychom ji postihli v její podstatě samé, není snad její největší zásluha v tom, že nám podává zcela čistý výraz duše, tajemství vnitřního života, celý svět vášní, které se dlouho hromadí a klíčí v srdci, než vystoupí na světlo?“

**Shrnutí:** poněkud zjednodušeně vzato, psychologie hudby se vyvíjela od psychoakustiky až ke komplexnímu pohledu na hudbu jako na kulturně historický duchovní fenomén nahlížený z hlediska jejího tvůrce a konzumenta. Ve fenomenologickém celostním přístupu je propojována s hudební estetikou. Zdůrazněna je citová podstata hudby. Nové podnětné pohledy na genezi hudby a její funkci přinesla psychoanalýza opírající se o koncept „zvukových archetypů“. Hudbu chápe jako zvláštní formu nevědomé interakce a její genezi jako symbolickou řeč vyvíjející se mezi dítětem a matkou jako „pradialog“ a „preverbalní archaická komunikace“. V prožívání hudby se uplatňuje „touha po duševní regresi a splynutí“. Hudba se ve své podstatě týká tvorby a percepce symbolických sdělení v „oblasti nevyslovitelného“ a jako taková je zvláštním druhem estetického artefaktu a jeho prožívání.

*Prof. PhDr. Milan Nakonečný, Ph.D.*

# Poděkování

Poděkuj jednomu srdci, že pro tebe tlouklo, a rozeznáš další, která tloukla s ním... Není jednoduché najít a vyjmenovat vás všechny, kteří jste mi na mé cestě až k tomuto bodu – vydání této knihy – dopomohli. Neboť si uvědomuji podstatu oné pravdy, kterou jsem napsala v úvodu tohoto poděkování. I to, že mě mohl podporovat v mém bádání a psaní můj manžel **Tomáš**, který přispěl do knihy kapitolou o uměleckých terapiích a zároveň něžnými ilustracemi.

Velká motivace k sepsání a dokončení této publikace vznikla i díky naší dceři **Marušce**, která nám dává oběma sílu do života, neboť její životní smysl naše životní cesty překračuje.

Poděkování patří mým rodičům, prarodičům naší dcery, manželům **Marii a Jaroslavovi Černých**, kteří obětavě pomohli v hlídání malé Marušky, když pracovní úsilí jejím oběma rodičům rodičovskou radost sdílení společných chvil odepřelo.

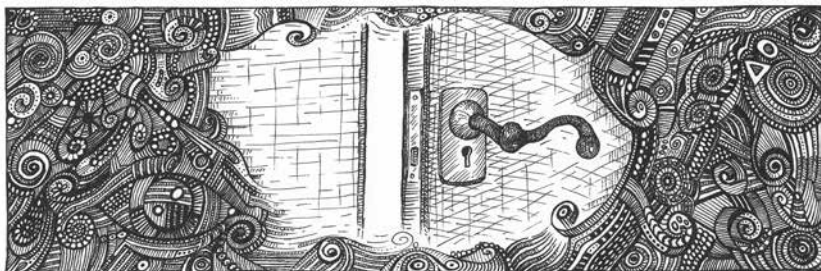
Děkuji vám všem, kteří jste mě učili, děkuji všem, kteří jste mě podporovali, kteří jste mě inspirovali, zdravě a konstruktivně kritikou vedli dál. Děkuji recenzentům, docentce **Marii Slavíkové**, docentce **Marii Blahutkové** a doktorce **Marii Dlabáčové**, za cenné podněty, i jejich nemalou zásluhou je kniha na světě. Ze srdce děkuji profesorovi **Milanovi Nakonečnému**, který se ujal předmluvy a který mě obohatil o mnoho nezapomenutelných okamžiků při setkání v rodném Táboře. Poděkování patří i úspěšné hudební pedagožce a klavíristce **Evě Králové** a doktorovi **Janu Schänfeldovi** za jejich podporu při závěrečné cestě vedoucí k cíli – napsání této publikace. Díky absolventům Akademie Alternativa, s. r. o., oboru muzikoterapie, kteří přispěli do této knihy: magistrům **Evě Hegarové**, **Pavle Lankové**, **Petru Škrancovi**, inženýrce **Zuzaně Moravové** i panu **Miroslavovi Němečkovi**.

Děkuji všem pracovníkům nakladatelství Grada Publishing, kteří s trpělivostí pomohli této knize až k vám čtenářům.

Velké díky patří mým klientům a žákům i studentům, s nimiž mám možnost se setkávat.

Děkuji světu za dar hudby. Děkuji životu za lekce, které byly nejvyšší zkouškou v životě, kterou jsem doposud složila. Jsem tu a žiji, mohu milovat, pracovat, radovat se. Děkuji naší dceři Marušce, že se mnou je, i našim synům Matyáškoví a Tadeáškoví – za to, že se mnou alespoň na vyměřený, leč krátký čas na tomto světě byli...





# Úvodní slovo

Stojím před velkou skříní, v níž jsou schovány „poklady“ nasbírané za více než dvě desítky let muzikoterapeutické a hudebněpedagogické praxe. Záznamová dokumentace z terapeutických setkání ve školách, v diagnostických ústavech sociální péče, ve zdravotnických zařízeních i v rámci soukromé praxe, poznámky ze supervizí, videodokumentace, přípravy pro studenty na fakultu i do Akademie Alternativa, reflexe z výukových programů a seminářů pro učitele, sociální i klinické pracovníky, příběhy mých klientů, studentů i žáků, přednášky ze zahraničních stáží, dopisy a dokumenty tvořící legislativní podklady pro vznik profese, fotografie, na kterých je vidět, že čas měří každému z nás... Na čele mám o jednu vrásku víc, protože nevím, jak začít; to je vždy to nejtěžší začít novou knihou, ve které bych chtěla předat zkušenosti mé i mých kolegů z jedné krásné profesní životní etapy. Co použít, co vyřadit? Vše je pro mne důležité, vše mě dovedlo až k dnešnímu dni; ale co je nejdůležitější? Raději zavírám onu skřín. Je večer a dcera se u mě batolí, dívá se na mě svýma krásnýma očima, ve kterých je její

i naše společná budoucnost. Její pohled ve mně vyvolává trochu pocit provinění, vždyť budu muset psát, sedět u počítače, třídit myšlenky, zápat s časem, který ve své spravedlivé pravidelnosti plyne stále stejně rychle, nikam nespěchá, nikoho nezastavuje. A přesto je pociťován s jistou nelibostí, nedostává se ho, je ho málo, bere klid a každému z nás plyne jinak rychle...

Spousta takových myšlenek mi létala hlavou v době, kdy jsem psala tuto knihu. Nakonec jsem ze své tajuplné skříně vybrala několik příběhů klientů, několik přednášek... Nastaly dlouhé večery, které se po dlouhé noci měnily v probouzející se ráno. Nevratné okamžiky, ve kterých vše kolem ztichlo a já zůstala sama se sebou, se svými myšlenkami, pocity, vzpomínkami, ve společnosti jen klávesnice a monitoru, a plynule v kontinuitě s přibývajícimi řádky jsem se pozdravila s novým dnem, který právě začal...

Co tedy v knize najdete? První kapitolu, a i celou knihu provázejí dvě klíčová slova, mezi nimiž oscilují celý svůj dosavadní profesní život – muzikoterapie a edukace. Čím více přibývalo dnů, kdy jsem chodila spát s očima bolavýma od počítače, tím více jsem si uvědomovala, jak je důležité vymezení obou termínů a že ještě důležitější je nalezení spojnic, které oba obory vzájemně přibližují. První kapitola podává ono svědectví soužití těchto sester, které mají tolik společného, a přesto jsou každá jiná, svébytná, každá má své specifické cíle ve službách člověku, jenž pak jejich prostřednictvím dále obdarovává druhé lidi, každého jinak, přesto podobně. V první kapitole naleznete i krátký exkurz do oblasti uměleckých terapií, velké rodiny, kde své ukotvení našla i muzikoterapie. Mgr. Tomáš Beníček – můj manžel, otec naší dcery, kolega a terapeut – láká „Tebe“, zvědavý, chápající i kritický čtenáři, do zákulisí uměleckých terapií – arteterapie, dramaterapie i tanečně-pohybové terapie v kontextu muzikoterapie a hudby jako lidského fenoménu. Jako autor se s vámi podělil i o střípky ze své bohaté praxe arteterapeuta, tanečně-pohybového terapeuta a speciálního pedagoga.

Druhá kapitola s názvem Psychosomatická muzikoterapie – metody a metodiky přibližuje několik muzikoterapeutických metod a metodik, se kterými v praxi pracuji. Jednou z nich je pro mne inspirativní a ve světě již hojně aplikovaná muzikoterapeutická Werbeck metoda – škola odhalení hlasu, terapie zpěvem, kterou jsem měla možnost vystudovat a která mě ve studiích provázela dlouhých pět let. Bylo to pět let setkávání a pilné práce zejména se zahraničními pedagogy a therapy. S kolegou a spoluautorem Mgr. Zdeňkem Vilímkem jsme v roce 2008 publikovali metodiku „Hudba těla – česká muzikoterapeutická metodika“, jež se dnes již hojně využívá mezi muzikoterapeuty či speciálními pedagogy, kteří se s danou metodikou seznámili prostřednictvím studia i pořádaných seminářů. Další autorskou metodiku s názvem „Metodika muzikoterapeutické intervence u klientů se specifickými poruchami učení“ jsem publikovala v knize *Muzikoterapie a specifické poruchy učení*, která vyšla v mém „domovském“ nakladatelství Grada Publishing v roce 2011. Metodika je opřena o dlouholetý vědecký výzkum a její praktické ověření posouvá paradigma možností muzikoterapeutické intervence opět o kus dál. Krátké seznámení s touto metodikou přináší i tato publikace. Poslední metodou, která je popsána v této knize, je taktéž má autorská muzikoterapeutická metoda Hudebně-edukační terapie HET, která v sobě spojuje ony průniky muzikoterapie a edukace. Všechny uvedené metody a metodiky jsou v této knize nejen teoreticky popsány, ale jsou podloženy i konkrétními praktickými cvičeními, popisem možnosti jejich využití, příběhy klientů a našich setkání a taktéž dalšími návody směřujícími do muzikoterapeutické praxe, ale také do praxe pedagogické, sociální, ale i klinické a zdravotnické, kde lze konkrétní metodiky a metody aplikovat. Kapitola je uzavřena seznámením se vzdělávací institucí Akademie Alternativa, která je institucí akreditovanou MŠMT a která nabízí ucelené dlouholeté vzdělávání v programech všech uměleckých terapií – muzikoterapie, arteterapie, dramaterapie, tanečně-pohybové terapie. Právě v Akademii Alternativa se můžete setkat se všemi uvedenými muzikoterapeutickými metodami

a metodikami. Zahraniční spolupráci i tuzemské profesní ukotvení přináší Mezinárodní asociace uměleckých terapií MAUT, která s Akademií Alternativa úzce spolupracuje a sdružuje zájemce o oblast všech uměleckých terapií, neboť jako konfederace sdružuje mimo jiné čtyři základní asociace – Asociaci muzikoterapie, Asociaci arteterapie, Dramaterapeutickou asociaci a Asociaci tanečně-pohybové terapie.

Třetí kapitola, která je věnována konkrétní muzikoterapeutické praxi, je sestavena přímo z příspěvků úspěšných muzikoterapeutů, kteří jsou zároveň absolventy výše uvedené terapeutické školy Akademie Alternativa a členy zmiňované asociace MAUT. Zajímavý a inspirující popis jednotlivých muzikoterapeutických setkání, příběhy z praxe, konkrétní muzikoterapeutická cvičení a další užitečné informace z praktického zázemí muzikoterapie přináší celkem pět mých kolegů – muzikoterapeutů.

A pak již jen závěr, vypsát odbornou literaturu. Vypínám monitor, dlouze si vydechnu a počítám: dcera už oslavila své třetí narozeniny, mně se vkrádají do života čtyři křížky, a více než dvacet let praxe s klienty a žáky už je minulostí... Kniha je na světě a míří k „Tobě“, zvidavý čtenáři, protože právě pro Tebe, pro čtenáře, který se chce dozvědět něco nového, inspirativního, co rozšíří jeho dosavadní obzory, jsou tyto řádky napsány. Mám před sebou nelehký cíl, leč jeho splnění je mým přáním, které jako šíp míří svou cestou, stejně jako začíná život této publikace, která bude již napořád spojena se mnou, s mými vzpomínkami, i se setkáními, která přinese. Raduji se z toho, že k „Tobě“, milý čtenáři, mohu promlouvat prostřednictvím čtených řádků této knihy. Její myšlenky k Tobě budou mluvit vždy, když si ji znovu otevřeš. Na setkání s Tebou při čtení knihy, ale možná i v reálném životě, pokud nás cesty osudu svedou, se těším. A pokud budeš mít chuť se setkat třeba i e-mailem a napsat své postřehy a myšlenky, které naše „knížní“ setkání vneslo do Tvé mysli i Tvého života, budu potěšena (e-mail: info@akademiealternativa.cz). A promiň, prosím, že jsem si dovolila zvolit formu tykání; oslovovat čtenáře „Vy“ mi přišlo