

## Glasbeno terapevtska improvizacija

MIRA KUZMA\*

*Osnovna šola Preska, Medvode*

**Povzetek:** V članku je predstavljena ena izmed glasbeno terapevtskih tehnik – glasbeno terapevtska improvizacija. V tej glasbeni terapiji si improvizatorja delita različna sporočila preko glasbenega improviziranja. Improvizacija ni sama sebi namen, vsebuje sporočila, ki so osebna, kompleksna in si jih lahko partnerja delita, izmenjata. Terapevtovo delo je tako srečati se in ujemati se s klientovo glasbo z namenom dati klientu izkustvo “biti spoznan”; preko zvokov dobiti odziv, odgovor; imeti izrazen in komunikacijski pomen, bolj kot ustvarjati glasbo razvijati sodelovanje skozi kontinuirane skupne improvizacije. V glasbeni terapiji si glasba in emocije delijo nekaj bistvenih potez. Nekatere lahko reprezentirajo druge – na primer, glasbe ne slišimo samo kot glasbo, ampak tudi kot dinamično čustvena stanja. Prav koncept dinamične strukture lahko pojasnjuje dejstvo, da je glasba lahko tudi terapija.

**Ključne besede:** glasbeno terapevtska improvizacija, medosebni odnos, komunikacija, dinamična struktura

## Music therapy improvisation

MIRA KUZMA

*Preska Elementary School, Medvode, Slovenia*

**Abstract:** In this article, the technique of music therapy – music therapy improvisation is introduced. In this form of music therapy the improvising partners share meaning through the improvisation: the improvisation is not an end in itself: it portrays meaning that is personal, complex and can be shared with the partner. The therapeutic work, then, is meeting and matching the client’s music in order to give the client an experience of “being known”, being responded through sounds and being able to express things and communicate meaningfully. Rather than the client playing music, the therapy is about developing the engagement through sustained, joint improvisations. In music therapy, music and emotion share fundamental features: one may represent the other, i.e., we hear the music not as music but as dynamic emotional states. The concept of dynamic structure explains why music makes therapeutic sense.

**Key words:** music therapy improvisation, relationships, communication, dynamics

CC=3357

---

\*Naslov / address: Mira Kuzma, univ. dipl. psih., Osnovna šola Preska, Preška cesta 22, 1215 Medvode, Slovenija

Glasbena terapija je medoseben proces, v katerem terapevt uporablja glasbo v vseh njenih dimenzijah – telesnih, čustvenih, miselnih, socialnih, estetskih in duhovnih – da pomaga klientu izboljšati, obnoviti ali obdržati zdravje. Včasih klient izrazi svoje potrebe neposredno preko glasbenih elementov, včasih pa v medosebnem odnosu, ki se razvije med klientom in terapevtom ali skupino. Glasbo, ki se uporablja v terapiji, lahko ustvarjata terapevt in klient, ali pa je izbrana iz obstoječe glasbene literature iz različnih časov in stilov. Glasbena terapija je namenjena posameznikom v najrazličnejših stanjih: s telesnimi boleznimi, travmami, poškodbami, senzomotoričnimi težavami, psihiatričnimi motnjami, čustvenimi ali vedenjskimi motnjami, zasvojenostmi, komunikacijskimi težavami, motnjami v odnosih, zlorabami, nerazvitimi možgani, težavami pri učenju, staranju, idr. Glasba oziroma glasbena terapija služi kot pomoč pri samoaktualizaciji, za spodbujanje razvojne rasti, za pospeševanje in izboljšanje učenja, za lajšanje sproščanja in zmanjševanje stresa, za obvladovanje bolečin, pomoč pri porodu, za spremljanje telesnih vaj idr.

Razlika med glasbeno in ostalimi umetnostnimi terapijami je, da je tukaj glasba temeljno terapevtsko sredstvo. V središču je neko glasbeno doživetje. Glasbeni terapevt pritegne klienta glede na njegove specifične potrebe v različne glasbene izkušnje kot so: improvizacija, poustvarjanje, skladanje, poslušanje glasbe. Vsaka od teh izkušenj pa lahko vsebuje tudi govorjenje, risanje, izražanje z gibom ali ples, igranje, pesnikovanje, pripovedovanje zgodb in dramsko izražanje. Glasba se tako srečuje in povezuje z drugimi umetnostnimi izraznimi sredstvi. Pri načrtovanju glasbene terapije se upošteva glasbene sposobnosti in glasbeno znanje. Ker večina klientov nima predhodnega glasbenega znanja, gradi glasbena terapija predvsem na človekovih prirojenih nagnjenjih do glasbenega ustvarjanja. Glasbena terapija temelji na tezi, da ima vsak človek ne glede na starost ali glasbeno izobrazbo osnovno zmožnost glasbenega ustvarjanja in vrednotenja. Ta osnovna ali normalna glasbena sposobnost vključuje zmožnost učenja petja, igranja na enostavne instrumente, gibanja ob glasbi, odzivanja na glasbene prvine, dojetanje odnosov med zvoki, zapomnitve glasbe, videnja glasbe in dajanja pomena glasbenemu doživetju.

Ob upoštevanju narave motnje in klientovih nagnjenj je glasbena terapija vir motivacije za terapevtsko spreminjanje. Glasbena terapija lahko poteka na različnih ravneh glasbeno-terapevtske prakse:

- Pomožna raven, funkcionalna uporaba glasbe za neterapevtske, a s terapijo povezane namene;
- Zvišana raven, za povečanje učinkov drugih načinov zdravljenja;
- Intenzivna raven, glasbena terapija zavzema osrednjo in neodvisno vlogo ter povzroči bistvene spremembe v klientu;
- Osnovna raven, glasbena terapija zavzema edino vlogo v srečanju s klientovimi potrebami in sproži pomembne spremembe v klientovem življenju (Bruscia 1986).

Kot šolska psihologinja se srečujem z otroki s posebnimi potrebami. Pri individualnem ali skupinskem delu z njimi si pomagam z različnimi oblikami pomoči, med drugim tudi z glasbo. Glasbena terapija, ki jo izvajam, poteka največkrat na pomožni in zvišani ravni. Preko poslušanja glasbe, petja, plesa, skladanja, improviziranega petja in igranja na glasbene instrumente poskušam spodbujati intelektualni, čustveni in socialni razvoj otrok.

Na začetku šolskega leta je prišel na individualno obravnavo k meni devetletni Rok. Njegova čustvena in socialna zrelost je bila šibka. To se je zrcalilo v njegovem motenem vedenju. Rokov socialni, čustveni in kognitivni razvoj sem spodbujala predvsem s pomočjo glasbeno terapevtske improvizacije. Uporabila sem tehnike zrcaljenja, ujemanja in reflektiranja. Takole je potekalo najino prvo srečanje: Rok se je ulegel na tla in nepremično ležal. Nekajkrat sem udarila na tamburin in počakala. Rok ni reagiral. Pričela sem nežno peti, da bi ga vzpodbudila k izražanju njegovega razpoloženja. Nenadoma je Rok zacepetal z nogami in krilil z rokami. Jokal je in hlipal, da ne mara šole in učiteljice. Da bi se pridružila intenzivnosti in tonalno ritmičnim značilnostim Rokovega jokanja in cepetanja, sem pričela komunicirati z njim preko ksilofona z uporabo intenzivne, včasih disonantne harmonije v molu. Zvoki ksilofona so se uskladili z emocionalno napetostjo Rokove "glasbe". Po nekajkratnih ponovitvah in enako dolgem presledku, kot je bila dolžina igranja, sem opazila, da Rokovo jokanje ni bilo samo v isti tonaliteti, kot je bila glasba ksilofona, temveč je kazalo bolj jasne tonsko ritmične elemente glasbe, s katero sem se želela uskladiti z Rokovimi začetnimi zvoki. Njegova "bobnajoča" stopala so sprejela emocionalno ekspresivno organizacijo glasbe ksilofona. Z Rokom sva izkusila sebe in drug drugega v skupaj ustvarjeni, neverbalni zvočni obliki. Srečevala sva se tri mesece enkrat tedensko. Na koncu vsakega srečanja, ki je potekalo eno šolsko uro, sem izpolnila opazovalno listo (tabela 1). Po treh mesecih sem opazila napredek. Več je bilo spontane in posnemajoče vokalne dejavnosti, ritmične fleksibilnosti ter sledenja v dinamiki. Več je bilo očesnega kontakta in na splošno boljše sodelovanje z menoj. Opazila sem izboljšanje koordinacije oko-roka, dalj časa trajajočo pozornost, boljšo koncentracijo. Rokova motiviranost za delo je bila višja.

Glasbeno terapevtska improvizacija se ne nanaša samo na simptome, temveč na celotno osebnost, tudi na tiste vidike, ki niso "bolni". V glasbeni terapiji si improvizatorja delita različna sporočila preko improviziranja. Improvizacija ni sama sebi namen, vsebuje sporočila, ki so osebna, kompleksa in si jih lahko partnerja delita, izmenjata (Pavlicevic, 1997).

Globina in večizraznost sporočil, prikazanih v mojih začetnih dejanjih, sta mi omogočili "spoznati" Roka: "spoznati", kaj se dogaja v njegovi notranjosti in kako se odzivati na to. Je Rok pasivno sprejemal mojo zvočno sliko? So bile njegove reakcije na moja sporočila refleksne ali zavestno ustvarjene? Kako sem lahko "spoznala", kaj je otrok občutil?

Tabela 1: Opazovalna lista

<b>RITMIČNO VEDENJE / TEMPO</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prisotnost pulza</li> <li>• V tempu</li> <li>• Fleksibilnost tempa</li> <li>• Zavedanje terapevtovega tempa</li> <li>• Posnemanje / biti pobudnik ritmičnih vzorcev</li> </ul>		
<b>VOKALNA DEJAVNOST</b>		
– Kdaj	Kako	Spontana /posnemajoča
<b>ODZIVANJE NA SPREMEMBE</b>		
– Glasno / tiho	se zaveda	sledi
– Višina tona	se zaveda	sledi
– Barva tona	se zaveda	sledi
<b>PROBLEMI, KI SE ODRAŽAJO V GLASBENEM VEDENJU</b>		
<b>MOTORIKA</b>		
– Groba		
– Drobna		
<b>PERCEPCIJA</b>		
– Začetna usmerjenost pozornosti		
– Koncentracija		
<b>KOMUNIKACIJA</b>		
– Razumevanje		
– Izražanje		
<b>MOTIVACIJA</b>		
<b>ČUSTVENO VEDENJE</b>		

## Glasba in komunikacija

Vsepovsod po svetu ljudje komuniciramo s pomočjo jezika. Besedni simboli označujejo dogodke, objekte in koncepte, s pomočjo besed z drugimi delimo pomen dogodkov, konceptov in objektov. Toda samo besede ne zadoščajo. Človeška bitja se ne "uglasijo" z drugimi samo z besedami. Pomembni vidiki našega doživljanja sebe, drugega, okolice

niso vključeni v verbalne misli in jezik.

Želela bi se osredotočiti na vidike človeške zavesti, ki niso ujete v besede, na nepogrešljive vidike, ki so zajeti v glasbeno terapevtski improvizaciji. Raziskovanja neverbalne komunikacije so prinesla nekaj pomembnih konceptov, ki nam pomagajo pojasniti glasbeno terapevtsko improvizacijo. Že ob rojstvu smo pripravljeni spoznavati svet brez besed. Trevarthen in Aitken (1994) navajata, da že plod in novorojenček osredotočita pozornost ne samo na iskanje varnosti in nege, ampak predvsem na to, kako biti del zadovoljujočih in nezadovoljujočih vplivov komunikacije s svojimi skrbniki. Ta neposredna komunikacija z drugim človeškim bitjem, največkrat materjo odpira otroku pot k spoznavanju sveta. Emocionalna kvaliteta tega prvega odnosa ima pomemben vpliv na otrokov kognitivni razvoj. Naše doživljanje sveta ni pasivno, ampak aktivno. Kot agenti sprejemamo in pošiljamo sporočila v svet na koordiniran in fleksibilen način. Naša dejavnost, vedenje, gibanje, komuniciranje ima iste temelje kot glasba. Glasba je del življenjske izkušnje o svetu vsakega otroka - ne v smislu poslušanja uspavank, ampak v prisotnosti glasbenih elementov ritma, tempa, dinamike, oblike... Ko je Rok cepetal z nogami, krilil z rokami, jokal, sem bila kot terapevt zmožna dekodirati "glasbena" sporočila - kvaliteto njegovih dejanj in jih deliti z njim in na ta način sem postala del njegovega emocionalnega sveta.

Glede na to, da so glasbeni elementi bistveni v naši najzgodnejši interakciji, bi bilo umestno trditi, da ima glasba še vedno tako močan vpliv na nas v odraslem obdobju. Podaljšek te moči je uporaba glasbe v terapiji z namenom komunicirati drug z drugim in zopet obuditi primarnost neverbalnega in predverbalnega načina funkcioniranja (Pavlicevic 1997).

## **Sprejemanje drugih kot skupni ples**

Condon in Ogston (1966) sta zapisala: "Natančna analiza je pokazala harmoničnost ali sočasnost organizacije sprememb med gibi telesa in govorom tako na nivoju intraindividualnega kot interakcijskega vedenja. Telo govornika je v sočasnem plesu z govornikovim govorom. Vendar tudi telo poslušalca pleše v ritmu govornika." (str. 338). Uspešnost komunikacijskega vedenja je odvisna od posameznikove sposobnosti prebirati komunikacijska sporočila, izražena preko gibanja in dejanj druge osebe. Novorojenček je zmožen "prebrati" materine emocionalne signale v različnih modalitetah, preko njenega glasu, gest, gibanja in obrazne mimike, in sestaviti te različne signale v celovito sporočilo o materinem emocionalnem stanju in njegovih spremembah. Dojenček si izoblikuje občutek o sebi s tem, ko deli svoj čustveni svet z drugimi – predvsem z materjo.

Odsotnost izkušenj znotraj intimne zveze se kaže v dojenčkovi nezmožnosti, da bi delil različne izkušnje o sebi z drugimi in lahko povzroči, da dojenček ostane popolnoma izoliran ali nepovezan z drugimi tako emocionalno kot socialno. Kvaliteto prvega odnosa imamo lahko za odločilno pri našem spoznavanju sveta in sebe v njem (Bowlby 1969;

Murray 1992; Stern 1985). Povezovanje z drugimi, ki se nadaljuje skozi vse življenje, nam daje občutek o tem, kdo smo in kako je svet z nami. Če smo izolirani za daljši čas, izgubimo občutek o tem, kdo smo. Delitev dela našega notranjega stanja z drugimi ljudmi pomeni doživljanje našega notranjega stanja preko sozvočja z notranjimi stanji drugih. Večina nas je zmožnih "spoznavati" druge in spoznavati sebe preko njihovega doživljanja nas samih.

Zgodi se, da določeni genetski, fiziološki, okoljski dejavniki neugodno vplivajo na našo zmožnost uskladiti se z drugimi na fluiden način. Izoliranost je lahko rezultat nečesa tako preprostega, kot je nezmožnost govoriti dovolj hitro, ne imeti dovolj gibalne kontrole za izražanje gest in podobno. Oseba ni zmožna sodelovanja z drugimi na fluenten način in ostane izključena iz intimnih človeških odnosov. Rezultat vsega tega je lahko popačen občutek tega, kdo je ali kdo je postala. Celotno znotraj glasbeno terapevtske improvizacije lahko traja daljši čas, da se terapevt uskladi s tem, kar je najprej občutil kot nenaraven ali neudoben odnos. Lahko traja dalj časa, da terapevt in klient "zoplešeta" skupaj. Komunikacijske elemente imamo vsi in so zelo prožni: lahko govorimo hitro, glasno, na staccato način in vsi ti kvalitativni vidiki govora se odražajo v našem gibanju in gestah. To nam omogoča razbrati fleksibilnost in fluentnost teh vzorcev v vedenju drugih, omogoča nam, da je lahko tudi naše odzivanje nanje fleksibilno ter usklajeno z gestami, izrazi obraza in vokaliziranjem drugega. Na ta način smo lahko usklajeni z drugimi človeškimi bitji. V glasbeno terapevtski improvizaciji smo usklajeni v kvaliteti te energije in ustvarjamo medosebni odnos preko zvočnih oblik, ki poudarjajo te kvalitete (Pavlicevic 1997).

Glasbeni elementi, kot so tempo, ritem, višina, barva in glasnost, se lahko razberejo v naših izraznih dejanjih in prenesejo preko različnih modalitet. Organizirajo in kombinirajo se na način, ki ponovno preko zvoka ustvari intenzivnost, obliko in gibanje lastne ter interakcijske sinhronizacije. Spontana glasbena improvizacija lahko izraža gladkost, fluidnost ali prekinitve in popačenja naše biti, kot se to dogaja znotraj interakcije. Glasbeni prikaz naše zmožnosti samoorganiziranja ni umeten ali neprvinski skok v "umetniško obliko". Bolj kot to je glasba v vsakem primeru osnovni del naših socialnih izkušenj od najzgodnejše starosti. V primerjavi s tem bi lahko bilo formalno glasbeno izobraževanje videti kot modno, neprvinsko popačenje naravne "glasbe".

Glasbeni elementi podpirajo naše emocionalno, ekspresivno življenje, tako kot tudi način našega sprejemanja in oddajanja sporočil drugim, in to velja tako za dojenčke kot odrasle ljudi. Tako imajo tudi motnje na kateremkoli delu tega področja glasbene razsežnosti. Motnje v komunikaciji lahko vidimo in doživljamo neposredno preko motenj v ritmu, zaporednosti, amplitudi, intenzivnosti in fluidnosti dejanj in gest kot tudi v popačeni koordinaciji dejanj z dejanji druge osebe. Kadar smo depresivni, imamo težave pri usklajevanju z drugimi in ostajamo počasni, okorni in monotoni. Tisti, ki sodelujejo z nami, bodo zaznali nelagodnost zaradi našega slabšega odzivanja ali nefleksibilnosti. Zaradi občutene nelagodnosti in njihove neposredne izkušnje odsotnosti ali popačenja interakcijske sinhronizacije bodo sklepali, da nismo drug z drugim. Lahko

bi rekli, da je v glasbeni terapiji ena od terapevtovih nalog "razbirati" sporočila osebe, oddane v skupni klinični improvizaciji. Vendar terapevt več kot samo "razbira" sporočila: je tudi neposredno vključen, neposredno izkuša klientovo čustveno stanje preko igranja s klientom na način, ki teži k ustvarjanju intersubjektivne izkušnje za terapevta in klienta. Klient ima občutek, da terapevt "ve", kako se počuti. Tudi terapevt dobi preko tega neposrednega izkustva jasen občutek klientovega "pravega jaza", kako klient doživlja sebe, se obnaša v okolju. Terapevtovo delo je tako srečati se in ujemati se s klientovo glasbo z namenom dati klientu izkustvo "biti spoznan"; preko zvokov dobiti odziv, odgovor, imeti izrazen in komunikacijski pomen, bolj kot ustvarjati glasbo; in nadalje, razvijati sodelovanje skozi kontinuirane skupne improvizacije (Pavlicevic 1997).

## **Glasba in dinamična struktura**

Muzikalnost je prirojena, je del našega najzgodnejšega sodelovanja z drugimi, del našega razvijajočega se izraznega in komunikološkega življenja. V tem pogledu muzikalnosti ne bi mogli enačiti z glasbeno talentiranostjo. Glasbeno terapevtska improvizacija je usmerjena h "glasbenemu otroku" - povabi osebo, da izrazi sebe preko zvokov in odkriva zmožnosti otroka ali odraslega biti fleksibilen pri organizaciji ritma, melodije, tempa - prikaz zmožnosti vzajemnega ekspresivnega in komunikacijskega delovanja osebe. Neverbalni dialog med materjo (ki je zmožna verbalnega izražanja) in novorojenčkom (ki je nezmožen verbalnega izražanja) ne moremo tako enostavno primerjati z dejavnostjo med glasbenim terapevtom (ki je izobražen glasbenik) in klientom, ki je bil lahko deležen ali pa ne glasbenega izobraževanja. V glasbeni terapiji sta oba partnerja lahko zmožna verbalnega izražanja, terapevtu in klientu ni nujno vzpostavljati odnosa na neverbalni način. Seveda je v glasbeni terapiji primarni način vzpostavljanje odnosa preko zvoka, in to seveda vpliva na način interakcije. Partnerja pa vesta, da lahko "preklopita" iz glasbe na besede, če to želita. V interakciji med materjo in dojenčkom pa ni druge izbire kot biti neverbalen - to je edini možni vir vzpostavljanja odnosa v diadi (Pavlicevic 1997). Koncept dinamičnega modela v glasbeni terapiji razlaga zakaj iz glasbenega vedenja lahko razberemo v prvi vrsti emocionalno ali relacijsko vedenje.

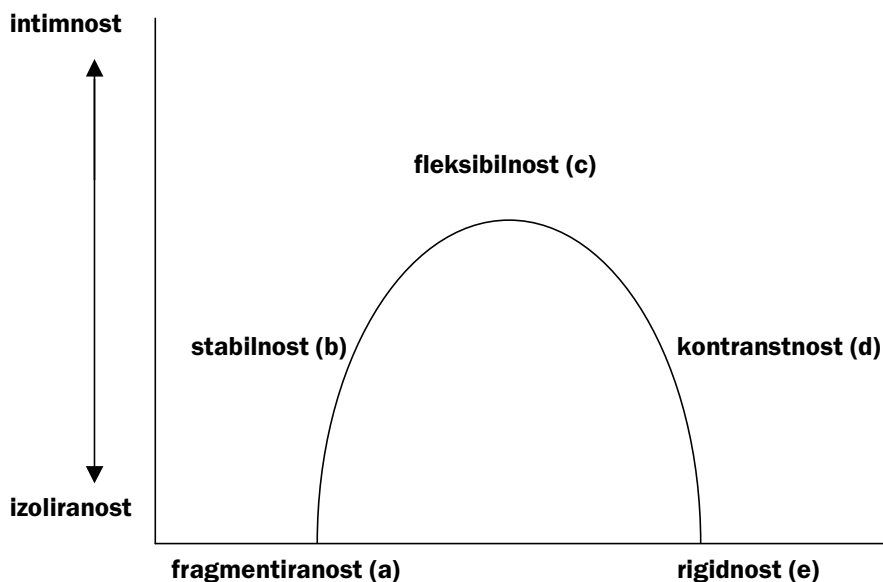
Koncept dinamične strukture izvira iz samo po sebi organiziranih dinamičnih struktur emocij, ki so prisotne od rojstva in vzpostavljajo medosebne odnose, tako med materjo in dojenčkom kot med odraslimi. Te dinamične strukture občutkov obstajajo kot abstraktne funkcionalne biti v naši zavesti, ki jih vzbujajo različne kvalitete naših izraznih dejanj. V glasbeni terapiji bi lahko bile vzbujene preko izraznih kvalitet glasbene improvizacije, kot je tempo (*accelerando*, *rubato*, *ritardando*), dinamika (*sforzando*, *crescendo*) ali modulacije barve in višine tonov. Dinamična struktura v tem pogledu ne obstaja ločena od medosebnega glasbenega odnosa med terapevtom in klientom,



niti ne obstaja ločena od glasbe. Dinamična struktura se “vklopi” izključno preko glasbe, ki je produkt spontanega improviziranja terapevta in klienta. Kvaliteta dinamične strukture kaže kvaliteto odnosa med terapevtom in klientom in s tem seveda tudi klientovo (pa tudi terapevtovo) zmožnost oblikovanja intimnega, medosebnega odnosa. Skozi kvaliteto skupnega improviziranja terapevt in klient spoznavata drug drugega.

Dvojnost glasbenih in emocionalnih procesov v klinični improvizaciji je prikazana na sliki 1. Ordinata (y os) kaže razpon komunikacije, ki je možen med dvema osebam, ko ni interakcije (partnerja sta izolirana drug od drugega), do visoke stopnje vzajemnosti (močna interakcija in vzajemen, zadovoljujoč, obojestranski odnos). Na abscisi (x os) sta prikazana dva ekstrema utesnjevanja emocionalno glasbenega dogajanja. Fragmentirano, razdrobljeno igranje je v kontrastu z visoko organiziranim, rigidnim načinom izražanja. Če upoštevamo ti obliki utesnjevanja, lahko pomislimo ne samo na to, kako nekdo spontano “igra” glasbo, ampak tudi, kako funkcionira “v svetu”. Razdrobljeno glasbeno izražanje enega partnerja otežuje drugemu partnerju, da bi se mu v igranju pridružil, drugi partner se trudi, da bi razumel to igranje ne samo na perceptivnem in kognitivnem nivoju, ampak tudi medosebnem. Podobno rigidna, toga glasbena struktura z zelo malo fluktuacije pogosto omejuje skupinsko igranje - dinamična struktura partnerjev je utesnjujoča - njun odnos ostaja utesnjen. Ta togost pove terapevtu nekaj o tem, kako klient izraža sebe.

Krivulja v obliki obrnjene črke U prikazuje, kdaj klient razkriva “fragmentiranost in motnjo” (a), kar pomeni, da je njegov svet potencialno izoliran, potrebno je, da terapevt “vodi” ali “povabi” klienta k stabilnosti (b) z namenom, da se vzpostavi odnos



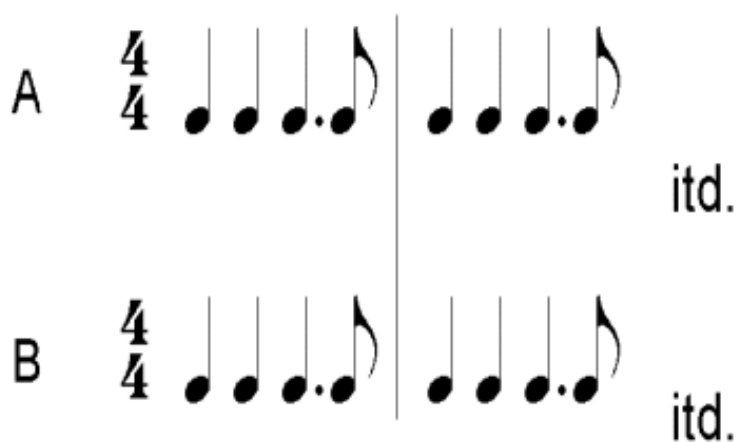
Slika 1: Dinamična stru.



med njima. Temu terapevtovemu zavestnemu glasbenemu premiku bi lahko rekli “klinična intervencija”: v tem primeru terapevt lahko klientu ponudi enakomeren ritmični utrip, da ga oskrbi s stabilnostjo, ki jo v njegovem igranju tako primanjkuje. Pogosto pa se tudi klientovo pomanjkanje emocionalne integracije zrcali v rigidnosti, togosti (e). Če je improvizacijska dinamična struktura rigidno organizirana (e), lahko terapevt preko klinične intervencije ponudi glasbo s “kontrasti” (d) in na ta način omogoči razširitev dinamične strukture, preko katere se klient lahko razvija in raste. Ob poslušanju klientovega prostega glasbenega izražanja terapevt ugotavlja, ali bo lahko ali ne pričel improvizirati na način, da se bo ustvaril glasbeni medosebni odnos s klientom. Ta odnos seveda ni enostranski: s previdnim igranjem že takoj od začetka bo terapevt istočasno pozoren na to, kako se klient odziva na njegovo igranje, in bo lahko svoje igranje glede na to tudi spremenil. Istočasno lahko klient posluša terapevtovo igranje in spreminja svoje igranje pod vplivom tega, kar sliši. Preko neprestanega spreminjanja se prične razvijati medosebni odnos, tako da oba partnerja sprejemata namige drug od drugega in vplivata na igranje drug drugega. Ko terapevt prične igrati, lahko uporabi tri ritmične mehanizme, da se sreča s klientom: zrcaljenje, ujemanje, reflektiranje.

*Zrcaljenje* pomeni, da en partner (A) imitira drugega (B) dosledno in istočasno, kot da bi drug drugega videla v glasbenem ogledalu (slika 2). Zrcaljenje uporabimo, če je igranje osebe A predvidljivo, tako da se ji lahko oseba B pridruži z istočasnim, enakim igranjem. Če oseba A igra melodičen instrument (v tem primeru ima njeno igranje melodično in ritmično komponento), lahko oseba B zrcali ritmični vzorec osebe A tako na nemelodičnem instrumentu (tolkala) ali z igranjem melodičnega instrumenta tako, da je v tem primeru njeno igranje tudi harmonično usklajeno z igranjem osebe A.

Zrcaljenje lahko izraža različne relacijske vidike, odvisno od tega, kdaj in kako se pojavi. Na primer, potem ko sta se terapevt in klient vrtela drug okoli drugega in se



Slika 2: Zrcaljenje



Slika 3: Ujemanje

nista uspela prav povezati preko glasbe, je nastopil trenutek zrcaljenja, to je trenutek globoke povezanosti, pri kateri partnerja počneta isto stvar istočasno. Čeprav je glasbena vsebina v tem trenutku zrcaljenja lahko nezanimiva, suhoparna, je odnosni pomen tega trenutka pomemben: odpre vrata obeh partnerjev, jima omogoča biti drug z drugim.

Partnerja srečata drug drugega tudi skozi mehanizem *ujemanja*. Tukaj so samo nekatere ritmične komponente zrcaljene (slika 3). Ujemanje si lahko predstavljamo kot delno zrcaljenje, oseba A igra nek predvidljiv glasbeni vzorec, oseba B pa zrcali nekaj ritmičnih komponent. V klinični improvizaciji lahko terapevt uporabi ta mehanizem kot klinično orodje, če so klientovi vzorci igranja togo ponavljajoči. Terapevt s svojim igranjem poskuša nuditi samo delno podporo in istočasno tudi drugačen vzorec igranja. Če klient prepozna drugačno glasbeno strukturo, lahko prične z zrcaljenjem terapevta, ki lahko potem ponudi klientu še drugo alternativo s preskokom iz zrcaljenja k ujemanju in podobno. Če uporabimo besednjak dinamične strukture, lahko terapevt postopoma predstavi razširjeno dinamično strukturo, s povabilom klienta, da razširita sebe v smeri proti širše izrazni zvočni obliki.

*Reflektiranje* se pojavi, ko si partnerja delita ritmični utrip, ne pa tudi metrične ureditve glasbe. Tukaj se elementi glasbenih vzorcev prenesejo z enega partnerja na drugega, toda ne istočasno (slika 4). Če gledamo skozi spekter medosebnega odnosa

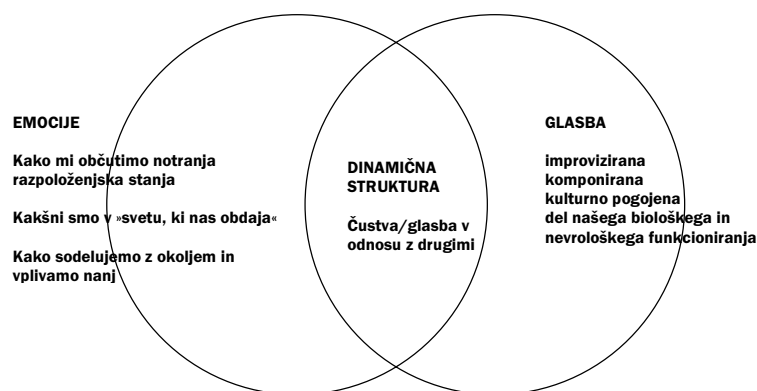


Slika 4: Reflektiranje

med partnerjema, od ohlapnega do močnega kontakta, vidimo, da lahko reflektiranje nastopi na nižji stopnji kontakta, kjer je igranje osebe A nepredvidljivo, tako da oseba B poskuša srečati osebo A, a vedno čuti, da zaostaja za njo, in tako reproducira elemente igranja osebe A kasneje v improvizaciji. V okviru klinične intervencije lahko terapevt uporabi orodje reflektiranja pri klientu, ki je muzikalno prekomerno odvisen, vedno posnema terapevta in mu vedno sledi. Terapevt morda mora biti manj predvidljiv z namenom, da klientu s pomočjo glasbe predstavi še drugačen način funkcioniranja.

Vsi ti prikazani glasbeni medosebni odnosi so ustvarjeni z osredotočenjem na ritem. Seveda tudi otroški zvoki joka, cepetanja nožic izražajo kvalitete oblike, intenzivnosti in gibanja, ki jih terapevt lahko prične reproducirati preko improvizacije, ustvarjanja dinamične strukture, ki reflektira obliko, intenzivnost in gibanje otroškega joka, ali udarja na boben, pri čemer gre za ujemanje oblike, tempa in intenzivnosti otrokovih izraznih kretenj in dejanj. Tudi tukaj je dinamična struktura ustvarjena, pa čeprav terapevt igra "sam" - pravzaprav sploh ne igra sam. Njegovo igranje ne upošteva le druge osebe, temveč tudi njegove lastne občutke o tej osebi. Terapevt ne ustvarja samo "glasbenih vtisov" o otrokovem razpoloženju, temveč je neposredno povezan z njim. Tako imajo v klinični improvizaciji glasbeni zvoki več kot glasbeno funkcijo: imajo psihološko in komunikativno vlogo. Glasbe ne improviziramo z nekom z namenom, da bi "igrali glasbo". Primarni pomen klinične improvizacije je osebni: skozi zvoke izražamo, kakšni smo in kako funkcioniramo v okolju. To je tisto, kar pričakujemo od klientov in jih spodbujamo, da v glasbeno terapevtskih dejavnostih počno. Ko ustvarjamo glasbo, razmišljamo o nas samih, kot da bi "igrali sebe".

V glasbeni terapiji si glasba in emocije delijo nekaj bistvenih potez. Nekatere lahko reprezentirajo druge - na primer, glasbe ne slišimo samo kot glasbo, ampak tudi kot dinamična čustvena stanja. Tako torej glasbena interakcija razkriva kvalitete komunikacijske interakcije in obratno neglasbena dejanja, kot so geste, gibanje, vokalizacija, izražajo glasbene interakcijske poteze. Tako bi lahko videli glasbo in emocije pod skupno streho ali kot en fenomen z dvojno naravo. Seveda pa moramo biti previdni:



Slika 5: Dvojna narava dinamične strukture izraža interferenco glasbe in emocij

glasba in emocije sta tudi ločeni področji človeških izkušenj, vsako z bogato kulturno, filozofsko, literarno in akademsko tradicijo. Njun odnos je interferenca (slika 5), ki pomeni delitev pomembnih potez in istočasno ločenost. Tako torej poteze dinamične strukture niso čiste glasbene poteze in tudi ne čiste emocionalne poteze (Pavlicevic 1997).

## Zaključek

Koncept dinamične strukture pojasnjuje dejstvo, da je glasba lahko tudi terapija. Z razumevanjem dvojne narave dinamične strukture lahko razumemo, da skupno ustvarjena glasbena oblika razkriva v sebi večpomenskost. Glasbena panorama postaja kompleksna in večpomenska, ne moremo pa trditi, da postaja popolnoma razumljiva in logična.

V glasbeno terapevtski improvizaciji gre za dinamične strukture glasbenih dejanj. Bolj kot ločena glasbena dejanja prav medosebni odnos, ki se ustvarja med partnerjema omogoča terapevtu in klientu spoznati intimnost drug drugega. Medsebojno usklajevanje v glasbi je več kot samo klientovo »igranje glasbe« s terapevtom. Ko klient posnema terapevtovo glasbo, terapevt prepozna odnosni pomen tega posnemanja: kaj klient izraža s tem, ko vedno zavzame vlogo posnemovalca? Nesigurnost, da bi prevzel vodenje? Ima raje, da mu nekdo kaže pot? Odvisnost? Pomenov je lahko veliko. Terapevt in klient se tudi ne odločata ustvarjati glasbe, ki bi bila kolikor je le mogoče glasbeno zanimiva. V tem primeru bi njun odnos ostal samo glasben, torej površinski. »Zanimiva« glasba, če jo »prebiramo« interaktivno, lahko pomeni izogibanje »osebni« sferi interaktivnosti, s tem ko ostajamo na »glasbeni«. Podobno tudi matere ne vokalizirajo z dojenčki, da bi jih naučile peti. Medsebojno usklajevanje dejanj pripelje partnerja do spoznanja, da lahko svoja subjektivna notranja stanja delita drug z drugim.

Pri delu z otroci s posebnimi potrebami odkrivam pozitivne učinke aktivnega glasbenega ustvarjanja in improviziranja. S pomočjo glasbeno terapevtske improvizacije lažje vzpostavim kontakt in razvijam dober odnos z njimi, hkrati pa je to tudi dober način za zadovoljevanje njihovih posebnih potreb. V glasbeno terapevtski improvizaciji obojestranska aktivnost, tako mene kot terapevta in otroka, spodbuja občutje deljenih izkušenj vesele, spontane in igrive interakcije. Glasbeno terapevtska improvizacija lahko zajame celotno osebo, naše pomanjkljivosti in potencialne, pomembne za razvoj ustvarjalnosti ter osebnostno rast. Preko spodbujanja otrokovih močnih področjih se dviguje njihova samopodoba. Glasbeno terapevtske improvizacije ne izvajam samo individualno, ampak tudi v skupini. Prav s pomočjo skupinske glasbeno terapevtske improvizacije otroci na igriv, spontan, ustvarjalen način krepijo socialne spretnosti, občutijo sprejetost s strani skupine. Menim pa, da je poleg glasbeno terapevtske improvizacije dobro uporabljati tudi druge glasbeno terapevtske pristope ter pristope

drugih umetnostnih terapij. Upoštevati je potrebno različnost otrok. Nekateri se lažje izražajo in oblikujejo odnose preko glasbe, drugi preko gibanja, dramskega ali likovnega ustvarjanja.

## Literatura

- Bowlby, J. (1969). *Attachment*. London: Penguin.
- Bruscia, K. (1986). Advanced competencies in music therapy. *Music Therapy, 6A (1)*, 57-67.
- Condon, W.S. in Ogston, W.D. (1966). Sound film analysis of normal and pathological behaviour patterns. *Journal of Nervous and Mental Diseases, 143 (4)*, 338-347.
- Murray, L. (1992). The impact of postnatal depression on infant development. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 33 (3)*, 543-561.
- Pavlicevic, M. (1997). *Music therapy in context*. Bristol, PA: Jessica Kingsley.
- Stern, D. (1985). *The interpersonal world of the infant*. New York: Basic Books.
- Trevarthen, C. in Aitken, K.J. (1994). Brain development, infant communication and empathy disorders: Intrinsic factors in child mental health. *Development and Psychopathology, 6*, 599-635.

*Prispelo/Received: 05.03.2001*  
*Sprejeto/Accepted: 20.06.2001*