

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Muzykoterapia

Muzykoterapia poprawia samopoczucie, pozwala się uspokoić i daje możliwość ekspresji różnych emocji, również tych trudnych - wynika z badań przeprowadzonych wśród rodziców dzieci przedwcześnie urodzonych, które przebywały na oddziałach neonatologii i intensywnej terapii noworodka.

Badania ankietowe ponad stu rodziców (w zdecydowanej większości - mam) przeprowadziła dr Sara Knapik-Szweda z Wydziału Nauk Społecznych Uniwersytetu Śląskiego - certyfikowana muzykoterapeutka, która przed kilku laty jako pierwsza wprowadziła terapię muzyczną dla wcześniaków do polskiego szpitala (dziś tych placówek jest już kilka w kraju).

„93,1 proc. badanych wypowiedziało się, że muzykoterapia była nie tylko istotnym elementem wspierania rozwoju ich dziecka, ale pomogła również im. Rodzice podkreślali, że dzięki muzyce mieli możliwość ekspresji swoich różnych emocji - również tych trudnych, związanych ze złością, lękiem czy niepokojem. Dodatkowo, działania muzykoterapeutyczne poprawiały ich samopoczucie i pozwalały się uspokoić. A przecież stan samopoczucia rodzica znacząco wpływa na dziecko” - mówiła Nauce w Polsce dr Sara Knapik-Szweda.

Muzykoterapia dla dzieci przedwcześnie urodzonych jest wczesną formą muzycznej stymulacji, która oddziałuje na ich rozwój holistycznie: wspomaga całościowy rozwój wcześniaka, a do tego wspiera rodziców dziecka.

Ważnym aspektem, którym również badawczo zajmuje się naukowczynie, jest aktywne zaangażowanie rodziców w proces terapeutyczny. Mowa o metodzie Family-Centered Music Therapy, czyli muzykoterapii skoncentrowanej na rodzinie.

„Ta metoda zakłada, że noworodek, zwłaszcza ten przedwcześnie urodzony, jest w stanie zaadaptować się do nowego środowiska i osiągać pewne poczucie bezpieczeństwa za pomocą stymulacji pewnymi dźwiękowymi aspektami - w obecności rodzica. Przecież dziecko już od 24. tygodnia ciąży słyszy głos mamy. Gdy więc ten głos towarzyszy naszym muzycznym działaniom, możemy osiągać lepsze rezultaty; wielokrotnie obserwowałam, że gdy mama włącza się w śpiewanie, parametry dziecka szybciej się poprawiają” - podkreśliła rozmówczynie.

Dlatego rodzice są zachęcani we włączenie się w proponowane działania muzyczne poprzez szept, mowę, nucenie czy śpiewanie, a dzięki takiemu zaangażowaniu mogą kontynuować elementy muzykoterapii po wyjściu ze szpitala. „Bardzo często na początku terapii rodzice mają opory przed śpiewem do dziecka w towarzystwie terapeuty, często tłumacząc się brakiem umiejętności wokalnych. Jednak gdy się już przełamują, po czasie wskazują, że muzyka bardzo ułatwiła im komunikację z dzieckiem. A dla dziecka znaczenie ma sam głos rodzica - nie to, czy fałszuje, czy nie. Głos rodzica jest bowiem narzędziem, które dziecku daje poczucie bezpieczeństwa i zapewnia mu poczucie przynależności do otaczającego świata” - wskazała.

Ponadto, muzykoterapia to też forma wsparcia samych rodziców. „Cały okres pobytu w szpitalu może być dla rodziców traumatycznym przeżyciem. Za pomocą muzyki możemy ich nieco zrelaksować, pozwolić na uspokojenie emocji czy na ich wyrażanie” - powiedziała Sara Knapik-Szweda.

A czym jest i na czym polega muzykoterapia prowadzona dla wcześniaków? „Dziecko przedwcześnie urodzone to dziecko, którego stan psychomotoryczny i neurologiczny jest bardzo zróżnicowany, a dalszy jego rozwój zależy od wielu czynników biologicznych i środowiskowych. Ważną rolę odgrywa wczesna interwencja i stymulacja rozwojowa. Dlatego głównym celem muzykoterapii jest nieinwazyjne i holistyczne wsparcie przedwcześnie urodzonego dziecka do nowego środowiska oraz nauki pewnych umiejętności fizjologicznych np. oddychania, jedzenia czy uzyskiwania stanu samoregulacji ” - tłumaczyła Sara Knapik-Szweda.

Ważne - dodała - aby działania były zindywidualizowane, a muzyka była wykonywana na żywo. „Muzykoterapeuta cały czas musi obserwować dziecko - jego emocje, samopoczucie, ruchy, ale i parametry fizjologiczne takie jak tętno, częstotliwość oddechów czy saturację krwi (poziom nasycenia krwi tlenem). Do tego dostosowuje odpowiednie elementy melodyczne, rytmiczne

i harmoniczne. Jeśli chcemy wesprzeć naukę samodzielnego oddychania, wprowadzamy rytmiczne, miarowe elementy. Z kolei aby zrelaksować dziecko, może np. użyć instrumentu imitującego szum fal w ocenie, co przypomina dziecku odgłosy wód płodowych” – opowiadała muzykoterapeutka.

Działania muzyczne są oparte na śpiewie z towarzyszeniem instrumentów – zazwyczaj gitary lub ukulele (mobilne i delikatne brzmieniowo instrumenty) albo z towarzyszeniem „otulających dźwiękowo” instrumentów perkusyjnych (np. imitujących szum wód płodowych z okresu prenatalnego czy bicie serca matki).

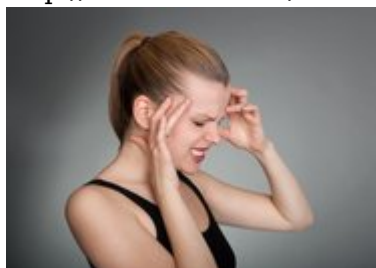
„Odpowiednio prowadzona terapia z wykorzystaniem muzyki pozwala nawiązywać relację dziecka z rodzicami; zmniejsza pobudzenie, płacz, irytację czy stres; wspomaga oddychanie; wzmacniania umiejętności koordynacyjne związane z jedzeniem; uspokaja, uśmierza ból, a także pozwala osiągnąć stan samoregulacji” – podkreśliła naukowczynie.

Jak przypomniała Sara Knapik-Szweda, na świecie funkcjonuje kilka ośrodków naukowych, które kształcą muzykoterapeutów do pracy z noworodkami. To m.in. University of Zurich na czele z dr Frideriką Haslbeck oraz Louis Armstrong Center for Music and Medicine at Mount Sinai Health System na czele z prof. Joanne Loewy.

„Muzykoterapia na oddziałach intensywnej terapii noworodka nie jest w Polsce standardową opieką, choć staje się coraz bardziej docenianą dyscypliną naukową i kliniczną. Na ten moment w Polsce jest pięć szpitali, w których prowadzona jest profesjonalna muzykoterapia dla wcześniaków i ich rodzin. Mamy nadzieję, że ośrodków szpitalnych będzie przybywać z każdym rokiem” – podsumowała ekspertka.

Źródło: pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/32232.html>



24-09-2024

[Migrena to choroba - można ją leczyć](#)

Migrena to poważna choroba neurologiczna.



24-09-2024

Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tęczec

Szczepionki powinny być dostępne bezpłatnie w placówkach.



24-09-2024

I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach

Będzie współpracowała na rzecz doskonalenia jakości kształcenia.



24-09-2024

Będzie kolejna edycja maratonu programistów

Zgłoszenia do 7 października.



24-09-2024

Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa

księżycy

Od 29 września do 25 listopada.



24-09-2024

Astma oskrzelowa spowodziową konsekwencją

Powiedział PAP prof. Bolesław Samoliński, alergolog.



24-09-2024

SpaceX planuje wystrzelenie 5 bezzałogowych misji na Marsa

Ma się to odbyć w ciągu dwóch lat.



24-09-2024

Potrzebne są globalne ustalenia odnośnie mikroplastiku

Okazją do działania może być przygotowywany przez ONZ traktat.

Informacje dnia: [Migrena to choroba - można ją leczyć Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tęczec I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach](#) [Będzie kolejna edycja maratonu programistów Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżyce Astma oskrzelowa popowodziową konsekwencją](#) [Migrena to choroba - można ją leczyć Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tęczec I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach](#) [Będzie kolejna edycja maratonu programistów Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżyce Astma oskrzelowa popowodziową konsekwencją](#) [Migrena to choroba - można ją leczyć Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tęczec I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach](#) [Będzie kolejna edycja maratonu programistów Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżyce Astma oskrzelowa popowodziową konsekwencją](#)

Partnerzy