2021-1-PL01-KA220-SCH-000034435

Love Music, Love Yourself!
Erasmus+ KA220-SCH
Partnerstwo w zakresie współpracy

Rezultat pracy intelektualnej

PORADNIK pn.
Podstawy muzykoterapii dla uczniów ze specjalnymi potrzebami

ISBN:
978-608-245-936-3
Authors: Besart Emini, Ramadan Sali, Ajshe Bekjirovska
Translated by Agnieszka Gaus-Tessa

ARS PUBLIKA
2022

"Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them."

GUIDELINE The Basics of Music Therapy for Students with Special Need by Association ARS PUBLIKA is marked with CC0 1.0 Universal

Funded by
the European Union

Treść

O projekcie ‘Love Music, Love Yourself!’ 3
O poradniku „Podstawy muzykoterapii dla uczniów ze specjalnymi potrzebami”. 4
Osoby ze specjalnymi potrzebami 5
Efekt muzyki i muzykoterapii 9
Podstawy muzykoterapii 13
Jak można zastosować muzykoterapię u osób ze specjalnymi potrzebami 17
Jak wybrać muzykę i instrumenty do muzykoterapii 22
Przykładowy scenariusz lekcji 25
Bibliografia 31

Funded by
the European Union

O projekcie ‘Love Music, Love Yourself!’

W systemie edukacji nie wszyscy uczniowie mają równe warunki i szanse rozwoju. Niektórzy z nich mają rozwiedzionych rodziców lub nie mają rodziców, mieszkają z macochą lub ojczymem, mają problemy finansowe, chroniczne problemy zdrowotne, zaburzenia psychofizjologiczne, a nawet doświadczają stresu związanego z rosnącą ilością zadań domowych. Uczniowie, którzy doświadczyli tego rodzaju problemów, określani są jako uczniowie zagrożeni. Najczęściej nie potrafią przystosować się do życia szkolnego i społecznego wśród rówieśników ze względu na niską samoocenę lub agresywne zachowania.

Głównym założeniem projektu jest pokazanie terapeutycznego wpływu muzyki na rozwój młodego człowieka. Muzyka nie tylko rozwija naszą wrażliwość artystyczną i estetyczną, ale także wspiera procesy uczenia się. Ma na celu ograniczenie lub wymazanie negatywnych postaw wobec edukacji oraz ujawnienie ukrytych talentów uczniów z grup ryzyka za pomocą muzyki. Według badań - muzyka może pozytywnie wpłynąć na uczniów z grupy ryzyka w zakresie komunikacji, nauki, zarządzania zachowaniem. Wzrost poczucia własnej wartości i zmniejszony poziom lęku są niezaprzeczalnie uznawane za korzyści. Jest to także doskonały sposób na odreagowanie stresu, co jest istotne dla uczniów, którzy mogą czuć się przytłoczeni pracą w szkole i próbować ją pogodzić z zajęciami pozalekcyjnymi. Stwierdzono, że muzyka może zmniejszać wypalenie zawodowe i poprawiać nastrój. Muzyka jest również ważna, ponieważ umożliwia uczniom nawiązanie kontaktu z innymi ludźmi. Utworzenie szkolnego zespołu muzycznego lub zachęcanie do udziału w chórze umożliwi uczniom wspólną pracę. Co więcej, muzyka integruje tak wiele różnych dziedzin tematycznych na raz. Muzyka nie tylko pozwala dzieciom rozwijać umiejętności muzyczne, ale także umożliwia im pracę nad umiejętnościami matematycznymi, umiejętnościami czytania i pisania oraz wiedzą historyczną. Wreszcie zwiększa efektywność i szybkość przyswajania języków obcych, pozytywnie wpływa na wyniki uczniów w nauce, a także wspomaga pamięć i koncentrację.

Projekt ten ma na celu podniesienie poczucia własnej wartości oraz poprawę umiejętności akademickich i społecznych uczniów z grup ryzyka poprzez wykorzystanie muzyki w edukacji. Niektórych umiejętności, w tym pracy w zespole, komunikacji, poczucia własnej wartości,

Funded by
the European Union

twórczego myślenia, spokojniejszego podejścia, wyobraźni, dyscypliny, umiejętności uczenia się i inwencji, można się nauczyć i udoskonalić poprzez naukę muzyki. Więcej informacji można znaleźć na stronie internetowej projektu.

O poradniku „Podstawy muzykoterapii dla uczniów ze specjalnymi potrzebami”.

Poradnik zatytułowany „Podstawy muzykoterapii dla osób ze specjalnymi potrzebami” został przygotowany z myślą o nauczycielach i uczniach, aby mogli zrozumieć i komunikować się z osobami ze specjalnymi potrzebami oraz poznać podstawy muzykoterapii stosowanej w tej grupie docelowej. Zawiera także zestaw instrukcji doskonalących umiejętności i kompetencje potrzebne do współpracy z uczniami ze specjalnymi potrzebami.

Wytyczne rozpoczynają się od przedstawienia osób ze specjalnymi potrzebami oraz dokumentów strategicznych Komisji Europejskiej, które zawierają szczegółowe informacje na temat ich obecnej sytuacji oraz decyzji politycznych mających na celu poprawę ich warunków życia i oferty edukacyjnej.

W następnej części omówione jest samo zagadnienie muzykoterapii, następnie wyjaśniono jej podstawy i sposoby stosowania u osób ze specjalnymi potrzebami. Po podaniu niezbędnego tła i informacji zaprezentowany jest przykładowy plan lekcji. Na koniec przeprowadzony został test samooceny i rozwoju, przeznaczony do wykorzystania przez uczniów i nauczycieli w celu oceny ich aktualnej sytuacji w zakresie wykorzystania terapeutycznego potencjału muzyki w edukacji.

Po ciszy tym,

co najlepiej

wyraża niewyrażalne,
jest muzyka.

Aldous Huxley

Funded by
the European Union

Osoby ze specjalnymi potrzebami

Celem Komisji Europejskiej (KE) jest budowanie Europy bez barier oraz poprawa warunków życia, warunków socjalnych i edukacyjnych osób ze specjalnymi potrzebami. Dlatego publikuje kilka dokumentów strategicznych, śledzi ulepszenia i podejmuje w tym celu decyzje polityczne. Na przykład Dyskryminacja w UE (2019), Europejska strategia w sprawie niepełnosprawności 2010–2020 (2010), Europejskie dane porównawcze dotyczące strategii „Europa 2020" i osób niepełnosprawnych (2020) oraz Strategia na rzecz praw osób niepełnosprawnych na lata 2021–2030 (2020). Dokumenty te pokazują, że osoby ze specjalnymi potrzebami i promowanie ich praw zajmują wysokie miejsce w agendzie Unii Europejskiej (UE).

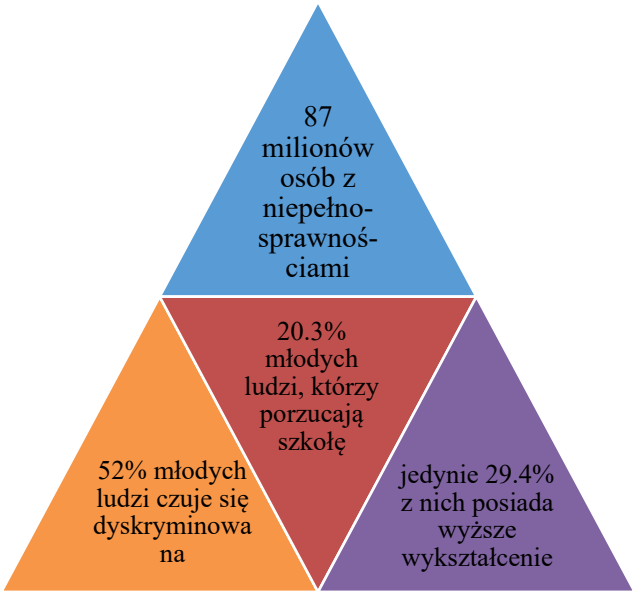
Document Title	**QR code**
Discrimination in the European Union	
European Disability Strategy 2010-2020	
European Comparative Data on Europe 2020 and people with disabilities	
Strategy for the Rights of Persons with Disabilities 2021-2030	

Funded by
the European Union

Według europejskich danych porównawczych dotyczących danych strategii „Europa 2020” i osób niepełnosprawnych (2020) w UE jest około 87 milionów osób cierpiących na jakąś formę niepełnosprawności, a Komisja Europejska stara się wspierać je za pomocą funduszy UE i stara się coś zmienić w ich życiu. Nadal jednak borykają się z problemami w zakresie opieki zdrowotnej, edukacji, zatrudnienia i rekreacji.

Rys. 1

Fakty dot. osób z niepełnosprawnościami



Strategia na rzecz Praw Osób Niepełnosprawnych 2021-2030 (2020) przygotowana z myślą o skoordynowanych działaniach na poziomie krajowym i unijnym na rzecz poprawy życia osób niepełnosprawnych. Niniejsza Strategia podkreśla różnorodność niepełnosprawności, w tym długoterminową niepełnosprawność fizyczną, umysłową, intelektualną czy sensoryczną. W strategii wskazano, że osobom niepełnosprawnym należy zapewnić godne warunki życia, takie jak niezależne życie, dobre jakościowo usługi socjalne i usługi w zakresie zatrudnienia, dostępność lokali mieszkalnych, udział w uczeniu się przez całe życie, odpowiednią ochronę socjalną i wzmocnioną gospodarkę społeczną. Ponadto w Strategii podkreślono, że 52% z nich czuje się dyskryminowanych, 20,3% młodych ludzi przedwcześnie kończy naukę (tylko 9%

Funded by the European Union

pełnosprawnych), jedynie 29,4% z nich posiada wykształcenie wyższe (43,8% bez niepełnosprawności) i należy je chronić przed wszelkimi formami dyskryminacji i przemocy.

Konwencja o prawach osób niepełnosprawnych (2006) wydana przez Organizację Narodów Zjednoczonych podkreśla równy dostęp do edukacji, życia bez dyskryminacji oraz uczestnictwo w życiu kulturalnym i społecznym. W artykule 2 (s. 4) podano następujące definicje:

> „dyskryminacja ze względu na niepełnosprawność" oznacza wszelkie rozróżnienie, wykluczenie lub ograniczenie ze względu na niepełnosprawność, którego celem lub skutkiem jest pogorszenie lub unieważnienie uznania, korzystania lub wykonywania, na zasadzie równości z innymi, wszelkich praw człowieka i podstawowych praw człowieka, wolności w dziedzinie politycznej, gospodarczej, społecznej, kulturalnej, obywatelskiej lub w jakiejkolwiek innej dziedzinie. Obejmuje to wszelkie formy dyskryminacji, w tym odmowę racjonalnych usprawnień.
>
> „komunikacja" obejmuje języki, wyświetlanie tekstu, alfabet Braille'a, komunikację dotykową, dużą czcionkę, dostępne multimedia, a także sposoby, środki i formy komunikacji pisanej, dźwiękowej, czytanej przez człowieka oraz wspomagającej i alternatywnej, środki i formaty komunikacji, w tym dostępne informacje i technologia komunikacyjna.
>
> „Język" obejmuje języki mówione i migowe oraz inne formy języków niemówionych.

Kiedy w obszarze edukacji poruszana jest problematyka osób ze specjalnymi potrzebami, na pierwszy plan wysuwa się dyskryminacja i napotykane przez nią trudności. Nauczyciele i wszyscy uczniowie powinni nauczyć się skutecznej komunikacji z uczniami ze specjalnymi potrzebami. Dla skutecznej komunikacji ludzie powinni wiedzieć, jak ważne jest używanie języków, w tym języka migowego i języków niemówionych, wyświetlania tekstu, alfabetu Braille'a, komunikacji dotykowej, dużej czcionki, dostępnych multimediów, a także tekstów pisanych, dźwiękowych, prostych, czytanych przez człowieka oraz wspomagające i alternatywne sposoby, środki i formy komunikacji, w tym dostępne technologie informacyjno-komunikacyjne.

Oprócz Konwencji, Europejska Strategia w sprawie Niepełnosprawności 2010–2020 (Komisja Europejska, 2010) podkreśla również znaczenie dostępności, uczestnictwa, edukacji i szkoleń

Funded by
the European Union

oraz ochrony socjalnej osób niepełnosprawnych. Chociaż wiele szkół stało się bardziej dostępnych, osoby te nadal borykają się z podstawowymi barierami powodującymi wykluczenie społeczne (Bunch i Valeo, 2004; Chen i in., 2002; Smart, 2002). Nauczyciele są otwartymi drzwiami wiedzy i przyszłych możliwości dla wszystkich uczniów. Dlatego tak istotne dla edukacji uczniów ze specjalnymi potrzebami są opinie, a zwłaszcza pozytywne postawy nauczycieli. W literaturze można znaleźć wiele badań, które pokazują, że postawy pedagogów mogą wpływać na włączenie ucznia niepełnosprawnego w środowisko szkolne (Avramidis i Norwich, 2002; Lawson, Parker i Sikes, 2006; Whitty i Clarke, 2012). Innymi słowy, wyniki tych badań pokazują, że pozytywne nastawienie może prowadzić do równych szans dla tych uczniów. Z takich\ powodów istotne jest zwiększanie pozytywnego nastawienia nauczycieli do tych uczniów, aby zapewnić ich włączenie i osiągnięcie równych szans. Co więcej, nauczyciele zazwyczaj mają pozytywne nastawienie, gdy mieli w przeszłości kontakt z osobami niepełnosprawnymi (Dessemontet, Morin i Crocker, 2014; Emmers, Baeyens i Petry 2020; Thaver i Lim, 2014); kiedy dowiadują się o polityce edukacji specjalnej i strategiach nauczania (Alfaro, Kupczyński i Mundy, 2015; Savolainen, Engelbrecht, Nel i Malinen, 2012); oraz gdy uczestniczą w szkoleniach związanych z niepełnosprawnością (Baker, Boland i Nowik, 2012; Lombardi, Murray i Dallas, 2013). Jest to również skuteczne w przypadku rówieśników. Jeśli uczniowie o prawidłowym rozwoju poznają rówieśników ze specjalnymi potrzebami, nawiążą z nimi kontakt, komunikują się z nimi i współpracują z nimi, nie będą mieli do nich uprzedzeń i będą mieli do nich pozytywny stosunek.

Nauczyciele powinni wzmacniać pozycję uczniów ze specjalnymi potrzebami, podnosząc ich poczucie własnej wartości, ponieważ są oni społecznie marginalizowani i spotykają się z napiętnowaniem społecznym i auto-stygmatyzacją. Z badań wynika, że osoby niepełnosprawne należą do grup najbardziej bezbronnych i są bardziej podatne na napiętnowanie i jego negatywne skutki psychologiczne (Paterson, McKenzie i Lindsay, 2012; Corrigan i Watson,

Funded by
the European Union

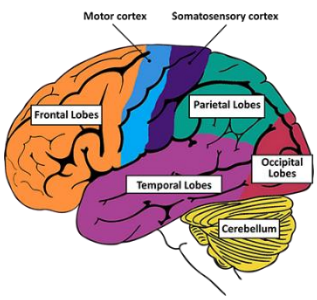
2002). Niestety wykluczenie społeczne i niższa samoocena uczniów ze specjalnymi potrzebami powodują niższy postęp edukacyjny (Akademicka Sieć Europejskich Ekspertów ds. Niepełnosprawności, 2012). Według Akademickiej Sieci Europejskich Ekspertów ds. Niepełnosprawności (Akademicka Sieć Europejskich Ekspertów ds. Niepełnosprawności, 2019) uczniowie ze specjalnymi potrzebami muszą żyć niezależnie i być częścią społeczności. Z tych powodów nauczyciele powinni wiedzieć, jak podnosić ich poczucie własnej wartości, pomagać im w samodzielnym życiu i byciu częścią społeczności.

Efekt muzyki i muzykoterapii

Muzyka ma ogromny wpływ na mózg, powodując zmiany w jego aktywności (O'Kelly, 2016). Mózg wykorzystuje wyobraźnię do identyfikowania aktywności w obszarach mózgu, w których powstają emocje i zarządza nimi. Według badań przeprowadzonych w celu pomiaru zmian w aktywności mózgu uczestników poddawanych muzykoterapii, stwierdzono, że u uczestników wystąpił znaczny wzrost w lewych czołowo-skroniowych obszarach mózgu oraz znaczny spadek depresji i lęku (Fachner i in., 2013). Co więcej, muzyka aktywuje neurony w wielu obszarach mózgu. Kiedy ludzie słuchają muzyki, którą lubią, neuroprzekaźniki w mózgu, takie jak dopamina (hormon dobrego samopoczucia), są uwalniane poprzez układ współczulny

Funded by
the European Union

(Earthsky, 2022). Starożytni, tacy jak Platon i Pitagoras, uważali muzykę za środek promujący zdrowie i dobre samopoczucie. Muzyka jest niewerbalnym środkiem interakcji i jednym z najstarszych i najbardziej naturalnych sposobów komunikacji i ekspresji.



Muzyka może wpływać na mózg na kilka sposobów:

- Może zmienić oddech i serce
- Działa jak rozpraszacz, odwracając uwagę od negatywnych bodźców
- Ma moc poprawy stanu umysłu. Pomaga to powstrzymać takie objawy jak depresja i stany lękowe
- Może pomóc zmniejszyć odczuwanie bólu
- Zmienia wzorce bólu, depresji i niepełnosprawności
- Zajmuje umysł czymś znajomym i uspokajającym
- Muzyka o mocnym rytmie może stymulować fale mózgowe
- Słuchanie muzyki powoduje, że mózg uwalnia dopaminę – substancję chemiczną zapewniającą dobre samopoczucie

Aby uzyskać więcej informacji na temat wpływu muzyki na mózg, obejrzyj poniższy film:

Muzykoterapia wykorzystuje muzykę i jej elementy, w tym dźwięk, rytm, tempo, melodię, harmonię i dynamikę, do osiągnięcia zindywidualizowanych celów (American Music Therapy Association, 2022). Innymi słowy, muzykoterapia to zalecane wykorzystanie muzyki w celu

Funded by
the European Union

wywołania pozytywnych zmian w psychologicznym, fizycznym, poznawczym lub społecznym funkcjonowaniu osób z problemami zdrowotnymi lub edukacyjnymi.

Ogólnymi celami leczenia poprzez terapeutyczne wykorzystanie muzyki są:

- wpłynąć na zmianę osobistą,
- ułatwiać relacje międzyludzkie,
- wspomagać wzrost i rozwój,
- przyczyniać się do osiągnięcia samorealizacji oraz
- pomagać jednostce w procesach socjalizacyjnych

Wspólna Deklaracja Międzynarodowego Sympozjum Muzykoterapeutów z 1982 r. stwierdza, że muzykoterapia ułatwia niezależność, swobodę zmian, zdolność adaptacji, równowagę i integrację, a ponieważ wrażliwość ludzi na muzykę jest wyjątkowa, przyczynia się do dobrego samopoczucia. Carroll (2017) stwierdza, że muzykoterapia wywodzi się z ludzkiego pragnienia interakcji z otoczeniem w celach komunikacyjnych i leczniczych. Możesz obejrzeć poniższy film, aby dowiedzieć się więcej o muzykoterapii.

Muzyka jako terapia ma długą historię, począwszy od społeczeństw starożytnych. Krótką historię muzykoterapii przedstawia ryc. 2.

Funded by
the European Union

W czasach starożytnych społeczeństw

Grecki kapłan w starożytnej Grecji kładł nacisk na muzykę jako środek budowania charakteru i przywracania porządku między ciałem a duszą poprzez wywoływanie określonych emocji.

We wczesnej erze chrześcijańskiej (476-1450)

Muzyka była w dużym stopniu wykorzystywana przez wierzących, aby zapewnić duchowe doświadczenia i uczucia, które wykraczają poza śmiertelne emocje bólu i odrzucenia, oferując jednocześnie nadzieję i akceptację przez istotę nadprzyrodzoną.

Renesans (XIV-XVII)

Muzyka terapeutyczna była wykorzystywana do leczenia depresji i manii, nawiązując do współczesnych realiów

Romantyzm (VIIIw – I poł. XIXw)

Bardziej poznawcza praktyka muzykoterapii jako lekarz-muzyk poprzez różne podejścia, takie jak słuchanie muzyki, aktywne tworzenie muzyki i występy muzyczne, leczyła pacjentów niepełnosprawnych.

Po II wojnie światowej

Terapeutyczne zastosowanie muzyki zyskało szeroką akceptację po tym, jak została skutecznie wykorzystana w leczeniu i rehabilitacji weteranów wojennych. Muzykę terapeutyczną stosowano w leczeniu depresji i manii, nawiązując do współczesnych realiów. W 1944 roku powstał pierwszy program szkoleniowy na Michigan State University ze względu na zapotrzebowanie na specjalnie przeszkolonych muzykoterapeutów.

Funded by
the European Union

Ryc. 3 Krótka historia muzykoterapii

Muzykoterapię można stosować w przypadku następujących grup docelowych:

- Osoby z nabytym uszkodzeniem mózgu
- Osoby wymagające leczenia uzależnień
- Dorośli ze problemami psychicznymi oraz uzależnieniami
- Osoby z zaburzeniami ze spektrum autyzmu
- Zdrowie behawioralne dzieci i młodzieży
- Starsi dorośli cierpiący na zaburzenia pamięci
- Osoby objęte opieką hospicyjną
- Członkowie służby wojskowej i weterani
- Osoby przebywające na Oddziale Intensywnej Terapii Noworodków (NICU)
- Osoby potrzebujące leczenia bólu
- Osoby objęte opieką pediatryczną
- Osoby potrzebujące edukacji specjalnej

Jak widać na poniższej liście, grupa docelowa jest szeroka i może być wykorzystana w przypadku wielu grup z deficytami, gdyż jest to międzykulturowy sposób wyrażania się i uniwersalny środek komunikacji.

Co więcej, może bezpośrednio oddziaływać na umysł i ciało, niezależnie od poziomu inteligencji czy statusu, ponieważ pobudza zmysły, budzi uczucia i emocje, ujawnia reakcje fizjologiczne i psychiczne oraz dodaje energii umysłowi i ciału. Oprócz tego pomaga wesprzeć jednostkę lub grupę, ułatwia uczenie się i nabywanie umiejętności i może być stosowany we wszystkich grupach docelowych ze względu na swoje cechy funkcjonalne i dające się dostosować (Boxhill, 1981).

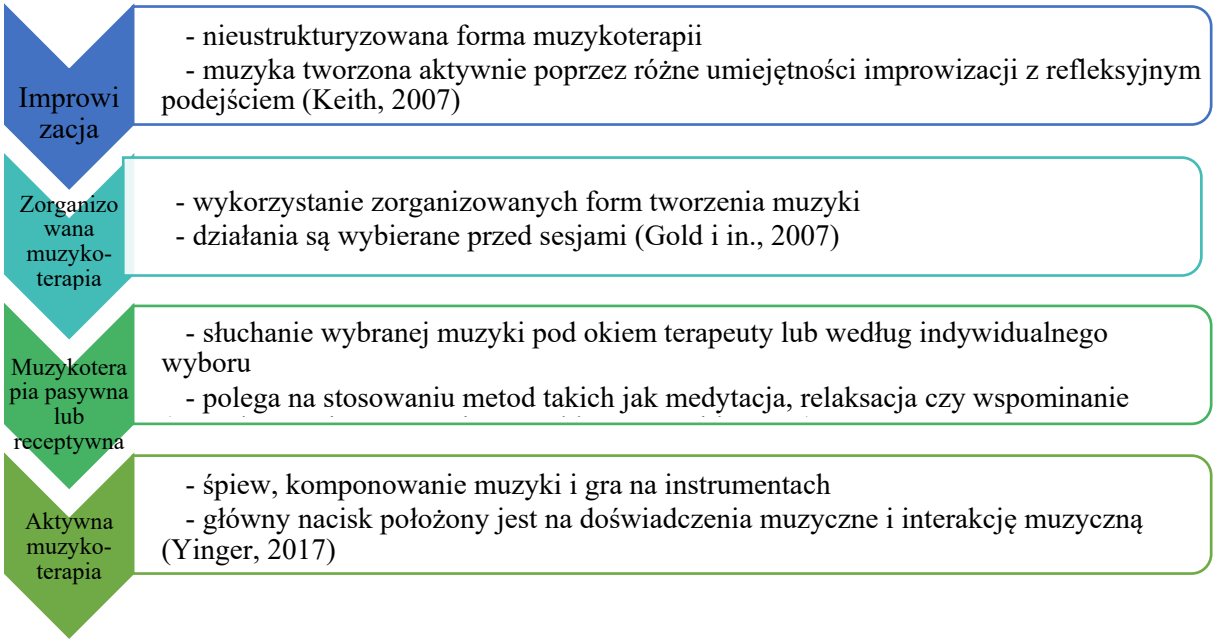
Podstawy muzykoterapii

Muzykoterapia ma długą historię, sięgającą czasów starożytnych, a obecnie jest bardziej profesjonalna dzięki edukacji formalnej. Jest ona wdrażana głównie przez specjalistów z sektora zdrowia w zakresie leczenia i rehabilitacji. Co więcej, zaczęto ją stosować w różnych placówkach edukacyjnych, aby ułatwić włączenie grup znajdujących się w niekorzystnej

Funded by
the European Union

sytuacji, takich jak uczniowie ze specjalnymi potrzebami, imigranci, uchodźcy i osoby starsze. Dlatego też nauczyciele muszą przejść szkolenie, aby nauczyć się wykorzystywać muzykę do celów terapeutycznych dla grup znajdujących się w niekorzystnej sytuacji.

Muzykoterapia ma różne typy, które można wdrożyć w różnych warunkach i z różnymi grupami. Cztery rodzaje muzykoterapii można zobaczyć na rycinie 3 – Typy muzykoterapii.



Mereni (2007) stwierdził, że pięć różnych rodzajów muzykoterapii ma pięć różnych celów:

- uwolnić się od strachu, strachu i niepokoju
- uwolnić od napięć fizycznych i psychicznych wynikających z pracy fizycznej lub duchowej
- łagodzić ból fizyczny
- uwolnić osobę od grona złych duchów
- złagodzić smutek żałoby

Według Barksdale (2003) celem muzykoterapeuty powinno być aktywne angażowanie jednostek w ich wzrost i rozwój oraz prowadzenie ich od izolacji do aktywnego uczestnictwa poprzez przenoszenie umiejętności muzycznych do ich życia. Muzykoterapia polega na aktywnym muzykowaniu, takim jak powtarzanie rytmicznego rytmu gry na bębnie, granie klasycznego utworu na fortepianie, śpiewanie pojedynczych słów piosenki czy dmuchanie w gwizdek.

Funded by
the European Union

Punktem wyjścia w muzykoterapii jest improwizacja (Katušić i Burić, 2021). Wyróżnia się trzy modele muzykoterapii, które opierają się na improwizacji i są najczęściej wykorzystywane w procesie edukacyjnym uczniów ze specjalnymi potrzebami. Modele i twórców muzykoterapii przedstawiono w tabeli 1.

Modele muzykoterapii	Twórcy
Terapia swobodnej improwizacji	Juliette Alvin
Muzykoterapia twórcza	Nordoff and Robbins
Terapia muzyczna Orffa	Carl Orff

W terapii swobodnej improwizacji stworzonej przez Juliette Alvin uczestnicy i terapeuta improwizują bez reguł muzycznych i mogą swobodnie ustalać puls, takt, rytm, skalę, temat melodii lub harmonię (Katušić i Burić, 2021). Uczestników najpierw przyciąga instrument i nawiązuje się z nim relacja. Podstawowym środkiem komunikacji i interakcji jest instrument.

W muzykoterapii twórczej (model Nordoffa – Robbinsa) podstawową ideą jest to, że człowiek reaguje na muzykę, podobnie jak osoby niepełnosprawne. Relacja z uczestnikiem opiera się na podejściu ciepłym emocjonalnie i wspierającym. Aby zapewnić niezależność, terapeuta powinien wykazywać się uznaniem, refleksją i szacunkiem dla uczuć uczestnika. Terapeuta powinien podążać za uczestnikiem i ułatwiać wdrożenie (Wigram, Pedersen i Bonde, 2002). Głównym celem jest tworzenie muzyki poprzez ustalenie jasnego rytmu i śpiewu. Możesz obejrzeć poniższy film, aby dowiedzieć się więcej o modelu Nordoff – Robbins.

Funded by
the European Union

Muzykoterapia Orffa to całe muzyczne podejście pedagogiczne, obejmujące opanowanie muzyki i łączenie mowy, ruchu, tańca, rytmu, śpiewu i gry. W tym modelu rytm jest najważniejszą częścią muzyki i łączy ruch, mowę i muzykę, tworząc muzykę elementarną. Jako pierwsze instrumenty wprowadzane są gesty takie jak klaskanie, pstrykanie palcami i tupanie. Ważne są wielozmysłowe cechy muzyki (różne instrumenty o różnych kształtach, materiałach, ruchu i tańcu). Możesz obejrzeć poniższy film, aby dowiedzieć się więcej o podejściu Orffa.

Muzykoterapią zajmują się muzykoterapeuci posiadający specjalistyczne wykształcenie w tym zakresie. W środowisku szkolnym nauczyciele i pracownicy administracyjni mogą wspierać i współpracować z muzykoterapeutą. Będą wspólnie pracować nad IEP (Zindywidualizowanym Planem Edukacji) i wybierać konkretne cele IEP, na których można się skupić podczas muzykoterapii. Należy podkreślić, że nauczyciele i inni specjaliści nie są w stanie sami wdrożyć muzykoterapii. Z drugiej strony potrafią wykorzystać terapeutyczny potencjał muzyki. Jednak wykorzystanie terapeutycznego potencjału muzyki to zastosowanie muzyki w edukacji, a nie zastosowanie muzykoterapii, ponieważ muzyka jest pomocą, a nie głównym przedmiotem zastosowania muzyki w edukacji.

Realizując proces muzykoterapii przez nauczyciela (a nie muzykoterapeutę), nauczyciele mogą osiągnąć następujące długoterminowe cele (Barksdale, 2003):

- Poprawa obrazu siebie i świadomości ciała
- Zwiększenie umiejętności komunikacyjnych
- Zwiększenie zdolności do celowego wykorzystania energii

Funded by
the European Union

- Ograniczenie zachowań nieprzystosowawczych (samookaleczanie, napastliwość, upór, impulsywność)
- Zwiększenie interakcji z rówieśnikami i innymi osobami
- Zwiększenie niezależności i samokierowanie
- Rozwijanie kreatywności i wyobraźni
- Wzmocnienie ekspresji emocjonalnej i dostosowanie się
- Zwiększenie liczby uczęszczających osób
- Poprawa umiejętności motoryki małej i dużej

Jak można zastosować muzykoterapię u osób ze specjalnymi potrzebami

Muzyka może być wykorzystywana jako narzędzie edukacyjne promujące naukę i nabywanie umiejętności w obszarach związanych z zakresem programu nauczania i programowania edukacji specjalnej. Można go wykorzystać zwłaszcza do rozwijania samodzielności i doskonalenia umiejętności podnoszących jakość życia uczniów ze specjalnymi potrzebami. Muzyka może być również wykorzystana jako narzędzie oddziaływania na postawy uczniów o prawidłowym rozwoju i wspierania rówieśników ze specjalnymi potrzebami.

Muzykoterapię można stosować u uczniów z następującymi niepełnosprawnościami:

- Zaburzenia ze spektrum autyzmu
- Ślepota/wada wzroku
- Głuchota i niedosłuch
- Specyficzne trudności w uczeniu się
- Zaburzenie emocjonalne
- Zaburzenia mowy lub języka
- Problemy ortopedyczne

Funded by
the European Union

- Niepełnosprawność intelektualna i rozwojowa
- Urazowe uszkodzenie mózgu
- Niepełnosprawność wieloraka
- Zaburzenie zachowania
- Inne upośledzenie zdrowia

Badania potwierdzają, że istnieje związek między mową i śpiewem, rytmem i zachowaniem motorycznym oraz pamięcią w zakresie przywoływania i zapamiętywania materiałów akademickich. Wiadomo, że dużą motorykę, wzorce oddychania i rozluźnienie mięśni można poprawić za pomocą rytmicznego ruchu. Co więcej, zaangażowanie w muzykę może zmniejszyć ból, dyskomfort i niepokój spowodowane niektórymi niepełnosprawnościami (Fiona i in., 2020), poprawić samopoczucie i pomóc w polepszeniu poczucia własnej wartości, umiejętnościach społecznych, ekspresji i zarządzaniu emocjami (Bergmann, Birkner, Sappok i Schmidt, 2021; Mino-Roy i in., 2022).

Ponieważ muzyka jest powiązana z obszarem mózgu innym niż mowa i język, informacje i umiejętności prezentowane za pomocą muzyki mogą być łatwo zinterpretowane i przyswojone przez uczniów ze specjalnymi potrzebami. Można go wykorzystać do zapewnienia wstępnego wsparcia przy użyciu strategii melodycznych i rytmicznych.

Korzyści z muzykoterapii dla uczniów ze specjalnymi potrzebami można przedstawić następująco (American Music Therapy Association, 2022):

- Zwiększona wspólna uwaga
- Zwiększone umiejętności radzenia sobie z trudnościami
- Zwiększona socjalizacja z rówieśnikami i zespołami edukacyjnymi
- Funkcjonalne i skuteczne umiejętności wyrażania siebie
- Lepsze zachowanie, samoregulacja i umiejętności radzenia sobie
- Ulepszone przetwarzanie słuchowe
- Zwiększona samoregulacja i zmniejszone pobudzenie

Funded by
the European Union

- Ulepszony język receptywny i ekspresyjny
- Ulepszone zdolności czuciowo-motoryczne, percepcyjne/motoryczne i/lub motoryka mała/duża
- Wspieranie postępu i/lub osiągania celów i założeń IEP
- Nabycie i praktyka nowych umiejętności wymaganych w środowisku edukacyjnym

W środowisku szkolnym muzykoterapię należy prowadzić we współpracy z muzykoterapeutą i powiązanymi ze sobą zespołami edukacyjnymi (nauczycielami, pracownikami socjalnymi itp.), aby wspierać i uogólniać umiejętności z muzykoterapii na środowiska niemuzyczne pod względem poznawczym, behawioralnym, fizycznym, emocjonalnym, społecznym, komunikacyjnym i sensomotorycznym.

Podczas stosowania muzykoterapii w edukacji specjalnej należy skupić się na narzędziach oceny, planowaniu leczenia, opracowaniu celów, sugerowanych zajęciach, materiałach i sprzęcie. Opracowując IEP muzykoterapii dla uczniów szkół specjalnych, należy zidentyfikować następujące obszary umiejętności:

- umiejętności społeczne i odpowiednie zachowanie w szkole,
- uczenie się i poznanie konceptualne,
- rozwój umiejętności rekreacji i wypoczynku,
- ułatwienie komunikacji,
- rozwój motoryki dużej i małej oraz
- zaspokojenie potrzeb emocjonalnych uczniów szkół specjalnych.
- Popraw percepcję słuchową

Muzykoterapia może być prowadzona w ramach IEP, programu szkolnego uczniów lub w formie konsultacji dla całej kadry pedagogicznej. Niektóre przykłady interwencji muzycznych, które można zastosować w przypadku uczniów ze specjalnymi potrzebami, oraz obszary zastosowania tych interwencji można zobaczyć w Tabeli 2:

Tabela 2. Niektóre interwencje muzyczne i ich zastosowanie

Funded by
the European Union

Example of Music Intervention	Usage Area
Granie na instrumencie	Zaspokajanie potrzeb motorycznych małych i dużych, celów społeczno-emocjonalnych
Śpiew	Zachęcanie do wokalizacji i wspieranie celów komunikacyjnych
Pisanie piosenek/kompozycja	Ułatwianie wyrażania siebie
Improwizacje muzyczne	Ułatwianie wyrażania siebie, kreatywności
Słuchanie muzyki	Zmniejszenie pobudzenia i uspokojenie
Komputerowe zajęcia muzyczne	Ćwiczenie umiejętności, generalizacja
Muzyka jako mnemotechnika	Wspomaga szybkie zapamiętywanie
Analiza tekstu piosenki	Zwiększanie umiejętności czytania i pisania, cele społeczno-emocjonalne
Określony ruch ciała podczas słuchania muzyki	Zwiększanie zakresu ruchu, umiejętności naśladowania, samoregulacja

Chociaż muzykoterapia jest skutecznym narzędziem w przypadku uczniów ze specjalnymi potrzebami, istnieją pewne uwagi i potencjalne przeciwwskazania, o których nauczyciele powinni pamiętać podczas stosowania jej w szkole. Oto ich lista (Amerykańskie Stowarzyszenie Muzykoterapii, 2022):

- Historia traumy osobistej i jej wyzwalacze
- Zrozumienie pochodzenia kulturowego i społecznego ucznia
- Kultura niepełnosprawności w rodzinie ucznia, społeczności społecznej i środowisku klasy
- Potrzeby dostępności
- Preferowane interakcje społeczne, w tym bliskość międzyosobowa i kontakt wzrokowy

Funded by
the European Union

Oprócz tej listy uwag nauczyciele powinni zachować większą ostrożność przy wyborze instrumentów i piosenek dla niektórych uczniów ze specjalnymi potrzebami, ponieważ niektórzy mogą mieć wrażliwość słuchowo-zmysłową na głośność, barwę i/lub zakresy częstotliwości, hałasy otoczenia i poziom próśb werbalnych, a niektórzy mogą mieć wizualną wrażliwość sensoryczną na oświetlenie i efekty wizualne; niektórzy mogą wykazywać wrażliwość dotykową w przypadku niektórych instrumentów i/lub dotyku, np. w przypadku technik przekazywania rąk; niektórzy mogą mieć awersję do określonego stylu lub wybranych utworów muzycznych.

Z tego względu przed rozpoczęciem interwencji muzycznych nauczyciele powinni przeprowadzić następujące adaptacje instruktażowe wymienione w Tabeli 3.

Typy potrzeb specjalnych	Adaptacja dydaktyczna
Głuchota i niedosłuch	● Zamiast planszy należy preferować projekcję ● Podczas mówienia powinieneś stać twarzą w twarz z uczniem ● W nauczaniu należy preferować konkretne materiały wizualne ● W miarę możliwości należy używać napisów
Ślepota/upośledzenie wzroku	● Na wykładach i prezentacjach należy wykorzystywać materiały dydaktyczne ● Uczeń powinien mieć możliwość dotknięcia materiałów dydaktycznych ● Uczeń słabowidzący powinien siedzieć blisko tablicy ● Należy wspierać orientację i umiejętność samodzielnego poruszania się
Problemy ortopedyczne	● Aby uczeń nie doświadczył wypalenia emocjonalnego z powodu swojej niepełnosprawności fizycznej, należy określić obszary, w których odnosi sukcesy ● W zależności od niepełnosprawności ucznia należy mu zapewnić dostęp do odpowiednich urządzeń czy przyborów używanych podczas zajęć

Funded by the European Union

Minimalna dysfunkcja mózgu	• Należy zadbać o to, aby uczeń siedział w miejscu, w którym może nawiązać kontakt wzrokowy z nauczycielem, a nie w tylnych rzędach • Należy uważać, aby krzesło ucznia nie znajdowało się w pobliżu okna, przodu drzwi, innych przedmiotów, kolorów i błyszczących materiałów • Podczas wykładu nauczyciel powinien mówić odpowiednim tonem, aby uczeń mógł go dobrze słyszeć

Jak wybrać muzykę i instrumenty do muzykoterapii

Przed przygotowaniem scenariusza lekcji mającego na celu wykorzystanie terapeutycznego potencjału muzyki w edukacji nauczyciele powinni podjąć decyzję o wyborze muzyki i instrumentów. Nauczyciel powinien dokonać tych wyborów pod kierunkiem muzykoterapeuty, ze względu na rodzaj niepełnosprawności i zgodnie z celami IEP. Ponadto należy pamiętać, że im większa ilość i złożoność informacji zawartych w muzyce, tym większe wyzwanie dla ucznia.

Przy wyborze muzyki nauczyciel i muzykoterapeuta powinni ocenić strukturę muzyczną, treść liryczną i możliwości adaptacji utworu. Na przykład zakres wokalny melodii i tonacji; forma; interwały, frazowanie i rytm melodyczny tekstów piosenek; harmonia; dynamika; tempo; nastrój; ilość informacji muzycznych; powtórzenia; nastrój, jaki tworzy piosenka, stanowią muzyczną strukturę utworu. Przed wyborem piosenki należy wziąć pod uwagę strukturę muzyczną, czy jest ona odpowiednia dla uczniów ze specjalnymi potrzebami. Ważnym elementem, na który należy zwrócić uwagę nauczyciela przed wyborem piosenki, jest także treść liryczna. Należy wziąć pod uwagę poziom świadomości rozwojowej uczniów w zakresie śpiewania i rozumienia tekstów piosenek oraz znaczenie tematyczne tekstów piosenek dla nich. Na początku lepiej wybrać piosenki, które uczniowie znają, aby podczas śpiewania mogli znaleźć się w „strefie komfortu". Istnieją różne rodzaje piosenek, które można wykorzystać w edukacji. Na przykład utwory otwierające i zamykające; piosenki do zabaw; piosenki eksplorujące emocje; piosenki opowiadające historię i wprowadzające koncepcje poznawcze; piosenki zachęcające do brania udziału w zabawach; oraz piosenki wprowadzające do gry na instrumentach.

Po wybraniu utworu nauczyciele mogą wraz z muzykoterapeutą dobrać instrument zgodnie z celami IEP i rodzajem niepełnosprawności. Większość instrumentów do muzykoterapii

Funded by
the European Union

wybiera się zgodnie ze stworzonym przez nie rytmem, melodią i harmonią. Najpopularniejsze instrumenty stosowane w muzykoterapii przedstawiono w tabeli 4.

Typ instrumentu	Instrument		Dodatkowe informacje
Instrumenty perkusyjne	Bębenek Orffa		Zwykle gra się na nim stojąc
	Bęben Djembe		Gra się na siedząco, ale przechylenie powoduje wygenerowanie lepszego dźwięku
	Bęben tubano – bęben zbierający		Przydatny, jeśli małe dzieci chcą siedzieć wokół niego i bawić się razem
	Bęben oceaniczny		Źródło wielozmysłowej stymulacji, ponieważ zachęca do niezwykłych wrażeń wizualnych i dotykowych
	Mała perkusja: 1. Klawesy 2. Marakasy 3. Trójkąt 4. Uli hawajskie 5. Guiro 6. Kabaza 7. Tamburyn	1. 2. 3.	Aby były przydatne – muszą być profesjonalne 5. 6.

Funded by the European Union

		 4. 	7.
	Gongi		Muszą być profesjonalne
Melodyczne	Głos		
	Dzwonki diatoniczne		Dzwonki firmy Suzuki wytwarzają najczystszy dźwięk i wymagają pełnego ruchu ramion, aby grać najskuteczniej
	Reed horns róg		Najczęściej używany w terapii instrument dęty, pomaga dzieciom uformować prawidłowe zadęcie i ćwiczyć regulowane oddychanie
	Śpiew ptaków		
	Gwizdek		
	Ksylofon		Te ksylofony najłatwiej dostosować do motoryki dzieci poprzez usunięcie sztabek, które nie są używane w kompozycji muzycznej

Funded by
the European Union

	Pianino		
Harmony	Cytra akordowa		Gdy instrument jest zarówno na kolanach dziecka i terapeuty, sprzyja to kontaktowi wzrokowemu.
	Omnichord		Fizyczne umiejscowienie omnichordu ma na celu przyciągnięcie uwagi, podobnie jak cytry akordowej.
	Gitara		

Przykładowy scenariusz lekcji

Prezentowany przykładowy scenariusz lekcji przygotowany jest z myślą o nauczycielu szkoły powszechnej, mającym na celu wykorzystanie terapeutycznego potencjału muzyki w edukacji. Jak wspomniano wcześniej, bardziej profesjonalne sesje muzykoterapii powinien prowadzić muzykoterapeuta. W tym planie lekcji jako instrument wybrano gitarę. Jeśli nauczyciel nie umie grać na gitarze, łatwiej będzie zastosować dowolny instrument perkusyjny. Ponadto przy wyborze należy wziąć pod uwagę rodzaj niepełnosprawności uczniów, liczbę uczniów ze specjalnymi potrzebami w klasie, udogodnienia w szkole (czy jest sala muzyczna, czy nie), wyposażenie klas oraz doświadczenie zawodowe nauczycieli. instrument, model muzykoterapii i cele.

Przed przygotowaniem scenariusza lekcji z wykorzystania terapeutycznego potencjału muzyki w edukacji nauczyciele powinni wykonać następujące kroki:

1. Zapoznaj się z informacjami dotyczącymi uczniów ze specjalnymi potrzebami (Tabela 3, na stronie 18)

2. Przeczytaj o muzykoterapii (strony 15-18)

Funded by
the European Union

3. Przejrzyj IEP i wybierz cele, które chcesz osiągnąć za pomocą muzyki

4. Wybierz model muzykoterapii (Tabela 1 na stronie 13)

5. Wybierz rodzaj muzyczny (Tabela 2, str. 17)

6. Wybierz instrumenty muzyczne (Tabela 4, strona 20)

7. Wybierz i przygotuj salę/klasę do realizacji zajęć

8. Przygotuj plan lekcji według wzoru na stronie 22

9. Jeśli to możliwe, skonsultuj się z muzykoterapeutą

10. Przygotuj dokumenty do oceny

Warunek wstępny	Od uczestników oczekuje się znajomości lokalnej piosenki i chęci do śpiewania z przyjaciółmi.
Czas trwania	45 minut
Cele	Cele modułu są następujące: 1. Zachęcenie do wokalizacji 2. Wspieranie umiejętności komunikacyjnych (używając dźwięków i gestów wokalnych/werbalnych) 3. Wzmacnianie ekspresji emocjonalnej 4. Interakcja z rówieśnikami i nauczycielem
Oczekiwane rezultaty	Po pomyślnym ukończeniu tej lekcji uczeń będzie potrafił: 1. Zaśpiewać z rówieśnikami znaną piosenkę 2. Wyrazić swoje uczucia wywołane śpiewem 3. Omówić z rówieśnikami główny temat piosenki
Zasoby/ materiały	Gitara, głośnik, ekran do działań wizualnych, papier i długopis, piosenka (znana uczniom w ich ojczystym języku)
Typ muzykoterapii	Metoda Orffa
Obowiązki uczestników zajęć	Obowiązki instruktora: 1. Instruktor obserwuje uczniów i upewnia się, że każdy z nich aktywnie uczestniczy w zajęciach. 2. Instruktor dotrzymuje pomiaru czasu i kończy sesją ewaluacyjną. Obowiązki uczniów: 1. Od uczniów oczekuje się chęci zaśpiewania piosenki z rówieśnikami.

Funded by
the European Union

	2. Od każdego ucznia oczekuje się aktywnego angażowania się w zadania na lekcji. 3. Od uczniów oczekuje się aktywnego udziału w dyskusji
Czynności nauczyciela i uczniów	1. Najpierw nauczyciel pozwala uczniom wybrać piosenkę, którą chcą zaśpiewać (jeśli uczniowie wybiorą piosenkę, będą chętniej śpiewać i aktywnie się angażować). Jeśli nie jest to możliwe, nauczyciel przedstawia wybraną przez siebie piosenkę. 2. Uczniowie oglądają oryginalny klip wideo piosenki na YouTube lub komputerze. 3. Nauczyciel rozdaje ulotkę zawierającą tekst piosenki (w przypadku ucznia z lekką wadą wzroku nauczyciel powinien podczas przygotowywania ulotki używać dużej czcionki). 4. Nauczyciel rozpoczyna odtwarzanie piosenki, a uczniowie na początku śpiewają jako wspólnie. Dzięki temu uczniowie z niską samooceną nie będą się wstydzić i zaśpiewają razem z rówieśnikami. 5. W drugiej lub trzeciej turze nauczyciel dzieli uczniów na dwie grupy. Jedna grupa zaśpiewa pierwszą część piosenki, a druga część - refren. 6. Nauczyciel pozwala uczniom, jeśli chcą, akompaniować do piosenki poprzez klaskanie lub używanie ciała (taniec). 7. Po kilku powtórzeniach nauczyciel rozpoczyna część dyskusyjną od pytań: A. Co czujesz, słuchając piosenki? B. Jak się czujesz, śpiewając piosenkę? C. Jaki jest główny temat utworu? D. Czy miałeś kiedyś podobne doświadczenia/uczucia w związku z piosenką? E Co chciałbyś powiedzieć/polecić osobie, która ma takie uczucia/doświadczenia w piosence?
Ocena	Nauczyciel zadaje uczniom następujące pytania, aby uzyskać informację zwrotną na temat lekcji: 1. Jak się czułeś na początku lekcji? Zrelaksowany, zmartwiony, podekscytowany, zdenerwowany itp. 2. Jak się czułeś, śpiewając piosenkę z rówieśnikami? 3. Jak się czułeś po trzeciej turze śpiewania piosenki? 4. Czy chciałeś akompaniować piosence swoim ciałem? 5. Jak się czułeś podczas sesji dyskusyjnych? Czy byłeś zrelaksowany, dzieląc się swoimi pomysłami/opiniami? 6. Czy chcesz mieć podobne sesje z różnymi piosenkami?

Testy samooceny i rozwoju

Funded by the European Union

Testy samooceny i rozwoju służą uczniom i nauczycielom do oceny poziomu ich świadomości i wiedzy na temat muzykoterapii i osób niepełnosprawnych. W tym teście nie ma dobrych ani złych odpowiedzi. Ich celem jest jedynie pomoc nauczycielom i uczniom w dokonaniu samooceny i zwiększeniu ich świadomości na ten temat.

TEST SAMOOCENY I ROZWOJU DLA UCZNIÓW

Charakterystyka socjodemograficzna uczestników	
Wiek	( ) 8-10 ( ) 11-13 ( ) 14-16
Płeć	( ) kobieta ( ) mężczyzna
Klasa	
Niepełnosprawność	( ) tak ( ) nie
Rodzaj niepełnosprawności	( ) utrata słuchu ( ) fizyczna ( ) utrata wzroku ( ) upośledzenie umysłowe ( ) inne ……..
Osoba niepełnosprawna w klasie	( ) tak ( ) nie
Osoba niepełnosprawna w rodzinie	( ) tak ( ) nie
Osoba niepełosprawna w sąsiedztwie	( ) tak ( ) nie
Osoba niepełnosprawna w grupie równieśniczej	( ) tak ( ) nie

No	**Zagadnienia**	Tak	Nie
1	Znam działania Unii Europejskiej dotyczące osób ze specjalnymi potrzebami.		
2	Czytałem niektóre dokumenty strategiczne Unii Europejskiej dotyczące osób ze specjalnymi potrzebami.		
3	Znam pewne informacje statystyczne dotyczące osób ze specjalnymi potrzebami w Unii Europejskiej.		
4	Byłem świadkiem dyskryminacji osób ze specjalnymi potrzebami.		
5	Uczniowie ze specjalnymi potrzebami mają w moim kraju równe prawa edukacyjne.		
6	Wiem, jak komunikować się z osobami o specjalnych potrzebach.		
7	Znam różne rodzaje niepełnosprawności.		
8	Mogę być przyjacielem osoby ze specjalnymi potrzebami.		
9	Chcę pracować w grupie z przyjacielem ze specjalnymi potrzebami.		

Funded by
the European Union

10	Nie przejmowałbym się opinią innych, gdybym został przyjacielem osoby ze specjalnymi potrzebami.		
11	Gdybym zaprzyjaźnił się z kimś ze specjalnymi potrzebami, nie wstydziłbym się pomagać mu w jedzeniu w miejscu publicznym.		
12	Uczniowie ze specjalnymi potrzebami mogą żyć niezależnie i być częścią społeczności.		
13	Wiem, jak muzyka wpływa na mózg.		
14	Wiem, czym jest muzykoterapia.		
15	Znam długą historię muzykoterapii.		
16	Znam grupy docelowe muzykoterapii.		
17	Znam rodzaje muzykoterapii.		
18	Znam różne modele muzykoterapii.		
19	Znam zalety muzykoterapii.		
20	Znam instrumenty muzyczne, które można wykorzystać w muzykoterapii.		

TEST SAMOOCENY I ROZWOJU NAUCZYCIELI

Charakterystyka socjodemograficzna uczestników	
Wiek	( ) 20-25 ( ) 26-30 ( ) 31+
Płeć	( ) kobieta ( ) mężczyzna
Staż pracy	( ) 1-5 ( ) 6-10 ( ) 10-15 ( ) 16+
Niepełnosprawność	( ) tak ( ) nie
Rodzaj niepełnosprawności	( ) utrata słuchu ( ) fizyczna ( ) utrata wzroku ( ) psychiczna ( ) inne ……..
Osoba niepełnosprawna w szkole	( ) tak ( ) nie
Osoba niepełnosprawna w domu	( ) tak ( ) nie
Osoba niepełnosprawna w sąsiedztwie	( ) tak ( ) nie
Osoba niepełnosprawna w grupie równieśniczej	( ) tak ( ) nie

Nr	**Zagadnienie**	**tak**	**nie**

Funded by the European Union

1	Znam działania Unii Europejskiej dotyczące osób ze specjalnymi potrzebami.		
2	Czytałem niektóre dokumenty strategiczne Unii Europejskiej dotyczące osób ze specjalnymi potrzebami.		
3	Znam pewne informacje statystyczne dotyczące osób ze specjalnymi potrzebami w Unii Europejskiej.		
4	Byłem świadkiem dyskryminacji osób ze specjalnymi potrzebami.		
5	Uczniowie ze specjalnymi potrzebami mają w moim kraju równe prawa edukacyjne.		
6	Mam pewność, że rozumiem przepisy ustawowe i wykonawcze dotyczące edukacji specjalnej.		
7	Znam różne rodzaje niepełnosprawności.		
8	Mogę być bliskim przyjacielem mojego niepełnosprawnego kolegi w miejscu pracy.		
9	Nie sądzę, aby mój niepełnosprawny kolega potrzebował dodatkowej pomocy lub opieki, gdyż przeszkadzałby w normalnych czynnościach w miejscu pracy.		
10	Czuję się komfortowo jedząc z niepełnosprawnym kolegą w miejscu pracy.		
11	W miejscu pracy czuję się komfortowo w relacjach społecznych z niepełnosprawnym kolegą.		
12	Dziwię się, że moja niepełnosprawna koleżanka nie wywiązuje się ze swoich obowiązków.		
13	Wiem, jak niepełnosprawność wpływa na relacje społeczne ucznia.		
14	Wiem, jak niepełnosprawność wpływa na rozwój językowy ucznia.		
15	Wiem, jak niepełnosprawność wpływa na zdolności poznawcze ucznia.		
16	Wiem, jak niepełnosprawność wpływa na zdolności motoryczne ucznia.		
17	Wiem jak komunikować się z uczniem ze specjalnymi potrzebami.		
18	Uczniowie ze specjalnymi potrzebami mogą żyć niezależnie i być częścią społeczności.		
19	Wiem, jak muzyka wpływa na mózg.		
20	Wiem, czym jest muzykoterapia.		
21	Znam długą historię muzykoterapii.		
22	Znam grupy docelowe muzykoterapii.		
23	Znam rodzaje muzykoterapii.		
24	Znam różne modele muzykoterapii.		

Funded by
the European Union

25	Znam długoterminowe cele, jakie można osiągnąć wykorzystując muzykę w edukacji.		
26	Znam różne rodzaje niepełnosprawności, w których można zastosować muzykoterapię.		
27	Znam korzyści muzykoterapii dla uczniów ze specjalnymi potrzebami.		
28	Znam obszary umiejętności, które można rozwijać poprzez muzykoterapię.		
29	Znam różne rodzaje interwencji muzycznych i ich zastosowanie.		
30	Wiem, jak postępować z uczniami ze specjalnymi potrzebami.		
31	Znam instrumenty muzyczne, które można wykorzystać w muzykoterapii.		
32	Potrafię przygotować konspekt lekcji wykorzystujący terapeutyczny potencjał muzyki w edukacji.		

Bibliografia

Academic Network of European Disability Experts. (2012). *Synthesis report prepared by Mark Priestley on behalf of the Academi Network of European Disability Experts (ANED)*. ANED. https://sid.usal.es/idocs/F8/FDO26818/ANED_2012.pdf

Academic Network of European Disability Experts. (2019). *The right to live independently and to be included in the community in the European States ANED synthesis report*. Neil Crowther on behalf of the Academi Network of European Disability Experts (ANED). https://www.disability-europe.net/theme/independent-living

Alfaro, V., Kupczynski, L., & Mundy, M. (2015). The relationship between teacher knowledge and skills and teacher attitude towards students with disabilities among elementary, middle and high school teachers in rural Texas schools. *Journal of Instructional Pedagogies, 16*, 1–8. Retrieved from http://www.aabri.com/manuscripts/152227.pdf

Funded by
the European Union

American Music Therapy Association. (2022). Fact sheet: Music therapy and autism spectrum disorder (ASD). Retrieved on Nov. 20, 2022 from https://www.musictherapy.org/assets/1/7/Fact_Sheet_ASD_and_MT__8-26-15.pdf

Avramidis, E. & Norwich, B. (2002). Teachers' attitudes towards integration/inclusion: A review of the literature. *European Journal of Special Needs Education, 17*(2), 129–147. doi:10.1080/08856250210129056

Baker, K. Q., Boland, K., & Nowik, C. M. (2012). A campus survey of faculty and student perceptions of persons with disabilities. *Journal of Postsecondary Education and Disability, 25*, 309–329.

Barksdale, A. L. (2003). Music Therapy and Leisure for Persons with Disabilities. Illinois: Sagamore Publishing, Inc. Champaign.

Bergmann, T., Birkner, J., Sappok, T., & Schmidt, M. (2021) The Autism-Competency-Group (AutCom). A promising approach to promote social skills in adults with autism spectrum disorder and intellectual disability. *International Journal of Developmental Disabilities, 67*(5), 349-365. DOI: 10.1080/20473869.2021.1967697

Boxhill, E. H. (1981). A continuum of awareness: Music therapy with the developmentally handicapped. Music Therapy, 1(1), 43-49.

Brown, N. & Leigh, J. (2018). Ableism in academia: Where are the disabled and ill academics? *Disability & Society, 33*(6), 985–989.

Bunch, G. & Valeo, A. (2004). Student attitudes toward peers with disabilities in inclusive and special education schools. *Disability and Society, 19,61-16.*

Carroll, D. (2017). Historical Root of Music Therapy: A Brief Overview. Http://www.fap.pr.gov.br/arquivos/File/extensao/Arquivos2011/NEPIM/NEPIM_vol02_HistoricalRoots.pdf. Accessed on Dec. 12, 2017.

Chen, R.K., Brodwin, M.G., Cardoso, E., & Chan, F. (2002) Attitudes towards people with disabilities in the social context of dating and marriage: A comparison of American, Taiwanese and Singaporean college students. *The Journal of Rehabilitation, 68*, 5-11.

Corrigan, P. W., and Watson, A. C. (2002). "The paradox of self-stigma and mental illness." *American Psychological Association, 9*(1), 35-53.

Dessemontet, R. S., Morin, D., & Crocker, A. G. (2014). Exploring the relations between in-service training, prior contacts and teachers' attitudes towards persons with intellectual disability. *International Journal of Disability, Development and Education, 61*, 16–26. doi:10.1080/1034912X.2014.878535

Earthsky. (2022). Daniel Levitin on our musical brain. Retrieved on Nov. 19, 2022 from http://earthsky.org/human-world/Daniel-levitin-on-our-musical-brain

Emmers, E., Baeyens, D., & Petry, K. (2020). Attitudes and self-efficacy of teachers towards inclusion in higher education. *European Journal of Special Needs Education, 35*:2, 139-153 doi: 10.1080/08856257.2019.1628337

Funded by
the European Union

European Commission. (2010). *European Disability Strategy 2010–2020*. https://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=COM%3A2010%3A0636%3AFIN%3Aen%3APDF

European Commission. (2020). European comparative data on Europe 2020 and persons with disabilities. https://op.europa.eu/en/publication-detail/-/publication/1f1a8b2c-e44d-11eb-895a-01aa75ed71a1

European Commission. (2021). Union of equality: Strategy for the rights of persons with disabilities 2021-2030. https://ec.europa.eu/social/main.jsp?catId=738&langId=en&pubId=8376&furtherPubs=yes

European Union (2019). Discrimination in the European Union. https://europa.eu/eurobarometer/surveys/detail/2251

Fachner, J., et. al (2013). Music therapy modulates fronto-temporal activity in the rest-EEG in depressed clients. Brain Topography. 26(2), 338–354. doi: 10.1007/s10548-012-0254-x.

Fiona J. Moola, Nivatha Moothathamby, Methuna Naganathan, C. J. Curran, Deanna Yerichuk & Amy C. McPherson (2020) A Scoping Review of Music Therapy in the Lives of Children and Youth With Disabilities and Chronic Conditions in Non-Acute Medical and Community-Based Settings: A Novel Consideration for Art Therapists? (Étude de portée de la musicothérapie dans la vie des enfants et des jeunes ayant des incapacités et des états chroniques en milieux médical et communautaire de soins non actifs : une nouvelle considération pour les art-thérapeutes ?) , Canadian Journal of Art Therapy, 33:1, 17-28, DOI: 10.1080/26907240.2020.1753461

Gold, C. Et al (2007). Predictors of change in music therapy with children and adolescents: the role of therapeutic techniques. Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice. 80: 57–589.

Katušić, C. & Burić, K. (2021). Music therapy in educating children with developmental disabilities. *Croatian Journal of Education, 23*(1), 63-79.

Keith, D. R. (2007). Understanding Music Improvisations: A Comparison of Methods of Meaning-Making. Retrieved from http://www.barcelonapublishers.com/resources/QIMTV3/QIMT20073%283%29Keith.pdf. Accessed on Jan. 5, 2018.

Lawson, H., Parker, M., & Sikes, P. (2006). Seeking stories: Reflections on a narrative approach to researching understandings of inclusion. *European Journal of Special Needs Education, 21*, 55–68. doi:10.1080/08856250500491823

Lombardi, A., Murray, C., & Dallas, B. (2013). University faculty attitudes toward disability and inclusive instruction: Comparing two institutions. *Journal of Postsecondary Education and Disability, 26*, 221–232.

Mereni, A. E (2007) Music Therapy: Concept, scope and competence. Lagos: Apex books limited. 4.

Funded by
the European Union

Mino-Roy, J., St-Jean, J., Lemus-Folgar, O., Caron, K., Constant-Nolett, O., Després, J.-P., & Gauthier-Boudreault, C. (2022). Effects of music, dance and drama therapies for people with an intellectual disability: A scoping review. British Journal of Learning Disabilities, 50, 385– 401. https://doi.org/10.1111/bld.12402

Music Therapy – Depression – HealthCommunities.com. www.healthcommunities.com. Retrieved 2015-08-02.

O'Kelly, J. (2016). Music Therapy and Neuroscience: Opportunities and Challenges. Retrieved from https://voices.no/index.php/voices/article/view/872/720. Accessed on Jan. 5, 2018.

Paterson, L., McKenzie, K., & Lindsay, B. (2012). Stigma, social comparison and self-esteem in adults with mental disability. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities, 25*, 166-176.

Savolainen, H., Engelbrecht, P., Nel, M., & Malinen, O-P. (2012). Understanding teachers' attitudes and self-efficacy in inclusive education: implications for preservice and in-service teacher education. *European Journal of Special Needs Education, 27*:1, 51-68, DOI: 10.1080/08856257.2011.613603

Smart, J. (2002) *Disability, society and the individual*. Austin, Texas: Pro-Ed.

Thaver, T. & Lim, L. (2014). Attitudes of pre-service mainstream teachers in Singapore toward people with disabilities and inclusive education. *International Journal of Inclusive Education, 18*, 1038–1052. doi:10.1080/13603116.2012.693399

United Nations Convention on the Rights of Persons with Disabilities (2006). *United Nations Convention on the rights of persons with disabilities*. https://www.un.org/disabilities/documents/convention/convention_accessible_pdf.pdf

Whitty, E. & Clarke, M. (2012). Irish mathematics teachers' attitudes towards inclusion. *European Journal of Special Needs Education, 27*:2, 237-256, doi: 10.1080/08856257.2012.669112

Wigram, T., Pedersen, I.N., & Bonde, L.O. (2002). A comprehensive guide to music therapy. Jessica Kingsley Publishers.

Yinger, O.S. (2017) Music Therapy: Research and Evidence-Based Practice. Elsevier. St. Louis: Missouri. 51-55.

Funded by
the European Union