

**„A zene, mely megnyitja a kapukat...”
című „MOL Gyermekgyógyító program 2011” program megvalósítása**

Az Autista Sérültekért Zalában Alapítvány sikeresen pályázott a 2011-es évben az Új Európa Alapítvány Gyermekgyógyító Programjában.

Ennek keretében 2011. október 1-jétől 2012. június 15-éig a Nyitott Ház Egységes Gyógypedagógiai Módszertani intézetben valósult meg a zeneterápia az autista gyermekek fejlesztésére „Zene, mely megnyitja a kapukat...” címmel, Molnárné Jandovics Viktória zeneterapeuta vezetésével.

A program célja volt, hogy az autista spektrumzavarral élő gyerekek szociális és kognitív készségeit, képességeit fejlessze, oldja szorongásukat, csökkentse feszültségeiket, megkönnyítse a társadalomba való beilleszkedésüket, főként a kommunikáció terén. A zene közegén keresztül megteremthető az interakció és a kifejezés. A beszédnél a művészetek sokkal kevésbé nyíltak és konfrontatívak, ezért rendszerint beválnak olyan embereknél, akik intenzív érzelmi túlérzékenységtől, vagy lelepleződéses szorongástól szenvednek. A zene megadhatja az egyensúly és a ritmus érzését, s ezáltal csillapítja és kiegyensúlyozza a nagyon szorongó, vagy hangulatzavaros embereket, mivel az alkalmazott közvetlen interakció és a kifejezés mértéke alakítható. A zene sokkal absztraktabb találkozási pont, így a szorongással küszködő egyén kevésbé van „résen”, így lassan, de folyamatosan építhető a híd az absztrakt és közvetett irányból a megfogható és közvetlen felé. Ez a „híd” először közvetítő eszközökkel, jelen esetben hangszerekkel, épül, majd egészen a hangmintáig és az érintésekig ível. A zene iránti érdeklődés akár ki is terjeszthető, és az ismerős dalok később kialakíthatják a rutint.

Mind a terápiát végző szakember, mind a gyermekekkel napi szinten foglalkozó pedagógusok és szülők visszajelzései alapján a program nagyon sikeres volt.

A terápiás foglalkozások három csoportban – óvodás, iskolás és integráltan oktatott Asperger-szindrómás gyerekekkel – folytak heti rendszerességgel.

Az óvodások 5-en voltak, az iskolás gyerekek csoportja 7 fős volt, az Asperger-szindrómások pedig szintén 5-en vettek részt a terápiás foglalkozásokon.

Mindhárom csoport esetében az első pár alkalom az ismerkedéssel, a megfelelő terápiás mód megtalálásával telt. Minden ember más és más, és ez az autizmussal élő emberekre még inkább jellemzőbb. Darius így ír erről: „Az autizmusnak épp annyi megjelenési formája van, mint amennyi autista ember él. Figyelj, és próbáld megérteni magát az autista embert...” Próbálkoztunk csoportos, kiscsoportos, valamint egyéni terápiás ülésekkel. A tapasztalat hamar megmutatta melyik korosztálynak, csoportnak melyik a megfelelő irány. Az autisták zenébe való bevonása során figyelembe kell venni a közvetlenül konfrontál interakciók befogadási toleranciáját, és persze a szenzoros, emocionális és kognitív feldolgozás küszöbét. Valamint lényeges, hogy az autizmus tünetei mutató emberek egyikénél egyfajta probléma áll a háttérben, míg másiknál egy teljesen más alapprobléma eredményezi ugyanazt a tünetet. Mindhárom csoportba tartozó gyermekek között megtalálható azonban a három vezető tünet, a szociális interakció károsodása, a kommunikációs zavar, valamint időnként megjelennek különböző bizarr magatartási formák is.

Úgy alakult, hogy az óvodás kisgyermekeknek az egyéni terápia bizonyult a legmegfelelőbbnek, tehát a velük töltött 2 órát egymást váltva látogatták. Az év során minden kisgyermek nagyon megszerette a „zenélést”, és amint beléptem hozzájuk a csoportba, már többen fogták a kezemet, jelezve, hogy mehetünk „muzsikálni”. Akadt olyan kisgyermek, aki a kezdetekkor csak leült az egyik sarokban, és onnan szemlélte a hangszereket, illetve hallgatta a zenét. Vele a tanév végére odáig jutottunk, hogy az ölemben ülve együtt „zenéltünk”, vagyis „beszélgettünk”. Egy kis fiú kényszerselekvései miatt folytonos karmerevítőt hord, amelyet a terápia során mindig levettünk, és soha nem okozott problémát. Eszébe sem jutott a kezét másra használni, mint a hangszerek megszólaltatására. Egy másik kisfiú konkrét dallamokat próbált játszani a kis szintetizátoron, vagy xilofonon, és mindezt verbálisan is kísérte, vagyis énekelte a dalt. Mikor ezek pontos lejátszását megmutattam neki, ő képes volt azt egy az egyben visszaadni, vagyis helyesen prezentálni a dalokat. Fantasztikus érzés, mikor egy gyermek, aki egyébként maximálisan a saját világába zárva él, „zenélés” közben egy másik ember szemébe néz, és egyértelműen neki, vagy vele játszik.

Az iskolásoknál kiscsoportos foglalkozást kellett tartani, mivel 2 tanuló szinte csak „megfigyelőként” kapcsolódott be a foglalkozásokba. Ők sajnos, a velük nap, mint nap foglalkozó pedagógusok szerint egyre zárkózottabbak lettek, nem sikerült őket már semmilyen tevékenységbe bevonni. Azt azonban pozitív eredményként értékelhetjük, hogy a zeneterápiás foglalkozásokba rendszeresen behallgattak. Elképzelhető, ha sikerül a programot folytatnunk, egyszer ők is bekapcsolódnak a „zenélésbe”. 3 aktív gyermekkel dolgozhattam a terápia során. Az egyik kislány már mikor meglátott nagyon izgatott lett, és alig várta mindig a foglalkozásokat. Imádja a hangokat, minden típusú hangzás felettébb érdekli. Egy másik lányka kifejezetten érzékeny a zenére, vele külön „zongorázni” is tanultunk, valamint „felléptünk” a karácsonyi műsorban is egy dallal. Meglátásom szerint vele, és a már említett óvodás kisfiúval is, érdemes lenne konkrét hangszer tanulást elkezdeni a közeljövőben. Az iskolások csoportjában egy kisfiú szenzoros túlérzékenységgel küzd, viszont több alkalommal is bebizonyosodott, bizonyos frekvenciákra érzékeny. Ennek segítségével mi már elkerülhetjük a számára nehéz perceket okozó szituációkat, illetve hangokat. Fontos „felfedezések” ezek az autisták szempontjából, a mindennapi életük megkönnyítése érdekében. A tanév vége felé ők hárman már képesek voltak kis „zenekarként” is működni, tudtak együtt „zenélni”.

Az Asperger-szindrómás gyermekeknek általában a közösségi élet sokkal inkább kimerítő intellektuális feladat, mint magától értetődő tevékenység. Nekik több problémájuk van a szenzoros érzékeléssel, nehezebben birkóznak meg a változásokkal, eltérő kognitív és nyelvi készségeik vannak. A változás is komoly stresszel járhat számukra, hiszen ők a rutinokat és a beláthatóságot kedvelik. Viselkedésük jellegzetességei gyakran a figyelemzavarra vezethetők vissza, valamint a közösségi és a tanulmányi kudarcok alacsony önértékeléshez, depresszióhoz, szorongáshoz és a sikertelenségtől való félelemhez vezethetnek. Ezek megelőzésére, az okok feltárására, valamint a már kialakult problémák enyhítésére irányultak a számukra tartott zeneterápiás foglalkozások. A program ideje alatt egy változást meg kell említeni, hiszen az évfolyamán egy gyermek távozott a csoportból egy azonban csatlakozott, így a létszám tulajdonképpen nem változott. A gyerekek szívesen vettek részt a terápián, ahol lehetőségük nyílt a zenével, illetve hangszerekkel való nonverbális kifejezőmódok megismerésére, valamint ennek a mindennapi életben való alkalmazására. Élményeiket, érzéseiket a magasan funkcionáló Asperger-szindrómás autisták verbálisan is mindvégig megfogalmazták. Itt idéznék egy édesanya nekem írt leveléből, aki látott is foglalkozást, tehát testközelből élhette át kisfia részvételét a terápián. (A levélből szó szerint idézek, csak a kisfiú nevét rövidítetem.)

„... Nagyon jó dolognak tartom szülőként, hogy egy újabb embert ismerhetett meg személyedben, és el is fogadott téged - ez ugyebár az ő problémájánál nagyon nagy dolog.

A zenét T. mindig is nagyon szerette, de hangszer közelbe nem került még. Nekem nagyon jó volt látni, ahogy a hangszerek és az egyéb játékok segítségével végig figyelni, koncentrálni tudott, vevő volt a többiekre, hagyta, hogy befejezzék, amit elkezdtek mondani, türelmes volt és élvezte a társaságokat. Ezek otthon nem mindig valósulnak meg. Nagyon hasznosnak gondolom a RELAXÁCIÓS részét a foglalkozásnak, hiszen ő nagyon szorongó, ahogy te is megállapítottad, nagyon nagy az igénye a harmóniára, a biztonságra.

T-re jellemző a hangokra való túlérzékenység, meglepő módon itt nem jelentett számára problémát, a cintányérnál még kölcsön is adta B-nek a fülhallgatót.

Tetszett, hogy hagyta lecsengeni az esetleges konfliktusokat, nem avatkoztál bele. Megtanulhatták azt is, hogy differenciáltan kell jól bánni a gyerekekkel, azaz mindenkivel úgy, ahogy neki a legjobb – gondolok itt pl. Á-ra, akinek a pörgősségét azzal vezetted le, hogy végig testközelben tartottad, és ezt egyik gyerek sem nehezményezte.

Végül a hangszerek megismerését emelném ki, és azt a fontos foglalatosságot, hogy velük képesek a gyerekek a foglalkozáson a napjuk addigi részének a bemutatására és ezzel együtt a feldolgozására...”

Úgy gondolom ez az édesanya igazán őszintén és érzékletesen mutatta be tapasztalatait, és véleményem szerint nála hitelesebben senki nem tud nyilatkozni autista gyerekekről.

Minden tapasztalat arra mutat, hogy a jövőben szükség lenne a zeneterápia folytatására, ezért idén is bízunk benne, hogy sikeres lesz pályázatunk!

Zalaegerszeg, 2012. június 15.

Molnárné Jandovics Viktória