

Cum e să formezi pe alții în terapia prin muzică pentru copiii cu dizabilități?

Pentru mine nu a fost ceva nou să stau în fața altor persoane care să mă asculte; dar a fost un lucru inedit să stau în fața oamenilor ca un formator, despre care se crede că ”știe atât de multe lucruri despre terapia prin muzică” și de la care participanții așteaptă o mulțime de informații utile pentru munca lor. A fost un rol responsabil, în special pentru că am fost plătiți pentru aceste traininguri dar și pentru că mulți studenți au făcut un drum lung să participe la formare. De asemenea, modul în care noi ne comportăm ca formatori, poate să influențeze atitudinea lor față de terapia prin muzică și față de clienți. De aceea, trebuia să pregătim trainingul cu multă responsabilitate.

Obiectivele majore au fost:

- Să împărtășim o metodă nouă, folositoare pentru participanți, astfel încât ei atunci când vor ajunge acasă, să poată lucra cu ea;
- Să avem un feedback despre modul în care ei au înțeles prezentarea noastră, respectiv atitudinea pe care o cere această abordare;
- Să avem un feedback despre modul în care ei gândesc să integreze în mod creativ această metodă în munca lor.

Toate acestea trebuia să le facem în 20-25 de ore; astfel, trebuia să organizăm foarte bine munca noastră.

Un lucru important a fost să găsim echilibrul între cantitatea de informații necesare, pe care să le predăm pentru a-i face să lucreze cu încredere și libertatea pe care să o lăsăm studenților, pentru a lăsa loc creativității, inspirației, personalității lor în proiectarea și desfășurarea activităților.

Am avut 4 traininguri până acum. Trei dintre acestea au fost realizate în cadrul unor proiecte internaționale. De asemenea, am primit ulterior feedback de la studenții noștri, care au spus că au câștigat instrumente muzicale prin alte proiecte ale lor. Suntem bucuroase că instituțiile consideră terapia prin muzică pentru persoanele cu dizabilități ca fiind o metodă importantă, care trebuie să fie însușită de către specialiștii care lucrează cu persoane cu dizabilități. De asemenea, suntem bucuroși că am avut oportunitatea de a răspândi terapia prin muzică în zone ale țării în care Asociația Music As Therapy International nu a ajuns. Prin trainingurile noastre terapia prin muzică a ajuns în zone ca Harghita, Baia Mare, Satu Mare, București, Târgu Mureș. Unul din trainingurile noastre a fost ținut în limba maghiară și la acest curs au participat patru specialiști din Ungaria. O altă cauză a bucuriei noastre este că unii participanți care au fost în prealabil formați în diverse forme de intervenție terapeutică (terapie cognitiv-comportamentală, terapie psihoanalitică, psihodramă, consiliere, imagerie) au găsit loc bun sesiunilor de terapie prin muzică în activitatea lor, integrându-le în munca lor.

Participanții au apreciat mult jocurile prin care s-au putut exprima pe sine. Jocul de susținere prin muzică, în care unul din participanți a stat în mijocul cercului și a improvizat iar apoi a ascultat cu ochii închiși modul în care grupul l-a susținut și a reflectat producția muzicală, a fost o

experiență prin care ei au putut descoperi pe pielea proprie ceea ce poate oferi această metodă pentru clienți. A fost foarte important ca fiecare dintre participanți să aibă șansa de a fi reflectat de către ceilalți. Știu asta pentru că de exemplu, am avut un joc în care participanții au stat în cerc, cu spatele spre cerc, cu câte un instrument în mână, cu care trebuiau să cânte doar atunci când erau atinși pe spate. La unul dintre traininguri am uitat să atingem unul dintre participanți pe spate. Acesta a devenit foarte trist, s-a simțit uitat, neglijat.

Mai bine să avem un grup mai mic, de max 20 de persoane, dar să fim atenți la fiecare participant. Dacă am avut în grup un profesor de muzică, sau un supervisor, sau un părinte, am încercat să utilizăm modul lor de a vedea lucrurile pentru a-i face să se simtă valorizați.

Am avut jocuri în care participanții au trebuit să descopere modul lor propriu în care pot lucra cu un client care nu respectă limitele sau cu un client care este foarte evitant. Unii au reușit să se descurce ingenios, alții însă nu. A fost important să accentuăm aspectele pozitive ale încercării lor, respectiv să subliniem efectele negative pe care le poate avea o intervenție mai puțin salutară. Și dacă am avut timp suficient la dispoziție, am făcut în așa fel, încât le-am oferit o nouă șansă celor care s-au descurcat mai greu în acest exercițiu, pentru a-și demonstra în primul rând lor înșiși că sunt capabili să se descurce și într-o situație care pare mai dificilă.

Astfel, una dintre responsabilitățile noastre a fost să-i susținem pe participanți și să-i facem să câștige încredere în sine pentru a folosi terapia prin muzică. A fost ușor să o facem, pentru că am avut un model bun de la supervisorii noștri din Anglia. Simțind susținere și apreciere din partea supervisorilor noștri, am putut da mai departe această susținere și încurajare participanților. Și sperăm că ei la rândul lor vor oferi aceeași apreciere și susținere clienților cu care vor lucra.

Participanții au apreciat mult exemplele de jocuri pe care le-am prezentat și a fost plăcut să ascultăm ideile pe care le-au avut în minte despre modul în care ei vor adapta aceste jocuri a clienții lor. Le-a plăcut să audă studiile de caz despre munca cu emoțiile și să vizioneze filmulețe cu sesiuni de terapie prin muzică.

Pentru a avea un feedback despre cum au înțeles prezentările noastre, am propus jocuri de rol, în care unul dintre studenți era terapeutul iar celălalt clientul. Au avut astfel șansa de a demonstra că știu să utilizeze metoda, dar și de a intra în pielea clientului. În prima fază am jucat sesiuni individuale, apoi sesiuni de grup. A fost folositor pentru studenți dar și distractiv. Atmosfera de lucru a fost una senină, plăcută. La partea de discuții a fost din nou important să accentuăm punctele tari, să fixăm informațiile, și să-i lăsăm pe participanți cu o atitudine de încredere în abilitățile lor- chiar dacă în unele situații nu au găsit calea cea mai potrivită pentru intervenție. Și aici am acordat șansă fiecăruia de a fi în rolul de terapeut, pentru a pleca acasă cu o experiență bună de tipul: "pot să o fac!-mă voi descurca!"

Situațiile de joc de rol au fost de obicei cele cu un client agresiv, evitant, cu diferite disabilități, cu anxietate crescută; am avut situații în care a fost prima sesiune, dar și o situație care se întâmpla la ultima sesiune de terapie prin muzică cu acel client. Am avut și o situație în care părintele a fost prezent în sesiune. Despre modul de a lucra cu părintele am discutat mult.

La unul dintre cursuri am avut în grup părinți care lucrează ca voluntari la o asociație. Copilul lor propriu are autism. Unui astfel de părinte i-am dat să joace rolul unui terapeut care avea un

client cu anxietate crescută față de școală, dar care nu era autist. Era ultima sesiune de terapie prin muzică. Clientul spunea mereu că îi e teamă de școală, nu accepta propunerile terapeutului, părea de neconsolat... Terapeutului i s-a părut greu jocul, dar a avut o revelație în acel moment. A spus " e mult mai ușor cu un copil autist!" și ne-a mulțumit pentru experiența trăită. *

De obicei, strategia aplicată a fost: îi lăsăm pe studenși să experimenteze metoda, să exerseze, iar apoi să le prezentăm o parte teoretică sumară, în power point, pentru a clarifica și a fixa informațiile.

La sfârșitul formării, participanții completează un chestionar de evaluare. Am avut feedbackuri pozitive. Am avut un singur feedback negativ, dar fiind singurul, consider că modul negativ de a vedea cursul nostru nu a fost datorită formatorilor.

După formare, construim un grup online de discuții pentru acel grup, dar de obicei, poate pentru că suntem încă la început, ei preferă să-mi scrie mie despre primii pași pe care i-au făcut în a utiliza terapia prin muzică.

Am lucrat împreună cu colega mea Maia Indrie. Ne completăm reciproc, îmi place să lucrez cu ea. Am descoperit pe această cale multe calități de bun terapeut, de trainer în ea, calități despre care nu știam înainte. De asemenea, și ea mi-a spus după al doilea training: "nu te-am văzut până acum atât de naturală în fața unui grup de oameni". Astfel, prin aceste formări avem și noi șansa să ne dezvoltăm.

Un alt aspect a fost, ca pe parcursul formării, să nu-i lăsăm pe participanți să obosească. Am făcut multe pauze de cafea, de ceai. Azi dimineață, am băut un ceai din pachetul utilizat de noi la unul dintre formări și am simțit din nou pentru câteva momente gustul atmosferei plăcute de la training... și a fost foarte plăcut să-mi amintesc..

Monika Szabo