



Muzyka łagodzi obyczaje

Nie od dziś wiadomo, że poprzez kontemplowanie sztuki człowiek wypoczywa, uspokaja się, wprowadza w pogodny nastrój. Jedną z form wypowiedzi artystycznych, która szczególnie kojąco wpływa na stan ogólny człowieka jest muzyka. W obecnym numerze magazynu znajdziecie

Państwo artykuły poświęcone muzykoterapii, która zyskuje coraz szersze kręgi zwolenników w prowadzeniu uzupełniających - do standardowego leczenia - form rehabilitacji. Nie bez powodu lekarze zalecają słuchanie muzyki matkom będącym w ciąży, mówiąc że kojące dźwięki mogą mieć pozytywny wpływ na rozwijające się dziecko. Także do zajęć przedszkolnych i wczesnoszkolnych zaleca się wprowadzanie zajęć umuzykalniających. Trudno oczywiście w pełni zbadać skutki zastosowania tego typu zaleceń. Można jednak przypuszczać, że zgodnie z powiedzeniem „muzyka łagodzi obyczaje” – eksponowana w sposób właściwy, bez powodowania hałasu i nadmiaru decybeli, muzyka może pozytywnie wpływać na rozwój człowieka. Niektórzy naukowcy dowodzą, iż takie same rośliny znajdujące się w podobnych pomieszczeniach, gdzie w jednym jest obecna muzyka, a w drugim nie – rozwijają się inaczej. W artoterapii muzyka zajmuje uprzywilejowane miejsce. Szczególnie zaleca się prowadzenie zajęć z muzyką klasyczną w tle. Są jednak zwolennicy eksponowania muzyki filmowej, a nawet jazzu. Warto zwrócić uwagę na fakt, że także inne formy zajęć terapeutycznych mogą odbywać się w towarzystwie delikatnej muzyki w tle. Wielu strategów i mężów stanu przyznawało, że gdy przyszło do podejmowania odpowiedzialnych i niezwykle trudnych decyzji – chcieli pozostać sami ze swoimi przemyśleniami. W takich chwilach często towarzyszyła im muzyka klasyczna. Muzykowanie łączyło i integrowało ludzi będących w różnym wieku. W tradycjach ludowych muzykowanie przechodziło z dziada na ojca, a z ojca na syna. Muzykowano nawet pokoleniowo. Odbiór przez człowieka muzyki wiąże się z wrażliwością. Im więcej obecności muzyki w życiu, tym większy rozwój wrażliwości w odbiorze przez człowieka otaczającej go rzeczywistości.

W muzykoterapii dobrych jest jeszcze kilka innych, niż tylko doznania estetyczne elementów. Jeśli w grę wchodzi instrumenty – dochodzi do współpracy zespołowej, do doskonalenia zdolności manualnych. Dlatego w szkołach podstawowych, jeszcze u schyłku ubiegłego wieku uczono w ramach zajęć muzycznych gry na flecie prostym i na instrumentach sztabkowych. Szkoda, że w wielu szkołach zarzuca się te praktyki, odbierając przez to uczniom możliwości bardziej efektywnego rozwijania się pod względem wrażliwości na estetykę i pracy zespołowej. Polacy oceniani są jako muzyczny naród. Chociaż na tym polu w rankingach popularności wyprzedzają nas Czesi i chociażby Włosi, to jednak polskie tradycje muzyczne są powszechnie uznawane w świecie.

Na koniec warto zauważyć, iż dostęp do świata muzyki poszerza horyzonty intelektualne. Osoba, która świadomie poznaje różne gatunki muzyczne musi się automatycznie zetknąć ze źródłem i okolicznościami, w których dany rodzaj muzyki powstał i się rozwijał. W październiku, raz na pięć lat odbywa się w Polsce jeden z najbardziej prestiżowych konkursów muzycznych na świecie. Mam tutaj na myśli Międzynarodowy Konkurs Pianistyczny im. Fryderyka Chopina. Znam osobiście ludzi, którzy amatorsko zajmują się muzyką, a jednak z zapartym tchem śledzą kolejne etapy konkursów chopinowskich. Dzięki temu - mimowolnie stykają się z szeregiem informacji natury historycznej, muzykologicznej, a nawet z wiedzą o bogactwie kultur i odbioru muzyki Fryderyka Chopina w różnych częściach świata. Warto więc inwestować swój czas w słuchanie muzyki, a jeszcze lepiej w muzykowanie, chociażby amatorskie. Muzyka może być doskonałym dopełnieniem codzienności, może być świetnym relaksem dla umysłu, zwłaszcza dziś, gdy życie człowieka XXI wieku zdaje się przyspieszać coraz bardziej i bardziej.

Leszek Langer.pl

Dyrektor Wydawnictwa Prasowego przy FPN

Spis treści:

Niepełnosprawny przedsiębiorca?	str. 3
Niepełnosprawni wędkowali w Żninie	str. 4
Rekordy Guinnessa	str. 5
Wycieczka na Turbacz	str. 6
Ranking stron internetowych	str. 7
Jedziemy w Polskę	str. 8 i 9
Bariery nie do przejścia w Krynicy	str. 10
Alternatywne i wspomagające metody komunikacji	str. 11
Wędrówki po polskich warsztatach terapii zajęciowej	str. 12 i 13
Historia Krakowa poznawana dotykiem	str. 14
Nowinki sprzętowe do rehabilitacji	str. 15
Muzykoterapia	str. 16 i 17
Ćwicze z dzieckiem metodą Vojty	str. 18
Pikieta przed Kancelarią Premiera	str. 19
Muzykoterapia w Gdańsku	str. 20
II Warsztaty Plecionkarskie. WIKLINIADA 2009	str. 21
Rywalizacja pełna radości. III Turniej Boccia	str. 22
Natalia Partyka - fenomen przy stole	str. 23
Niepełnosprawni rywalizowali w Stróżach	str. 24

Wydruk magazynu został
sfinansowany przez:

Państwowy Fundusz

Rehabilitacji Osób
Niepełnosprawnych

