

Mirosław MIELCZAREK

<https://orcid.org/0000-0001-9096-0715>

Akademia Humanistyczno-Ekonomiczna w Łodzi

Zajęcia muzyczne z elementami muzykoterapii w procesie resocjalizacji nieletnich dziewcząt

Streszczenie

Już podczas 5-letnich studiów pedagogicznych o specjalności opiekuńczej i resocjalizacyjnej pojawił się pomysł połączenia zainteresowań naukowych z zajęciami oraz zainteresowaniami prywatnymi – muzycznymi. Zamyśl przekształcił się w projekt badawczy, który dotyczył wykorzystania zajęć muzycznych z elementami muzykoterapii w procesie resocjalizacji nieletnich. W myśl tego postanowiono przeprowadzić badania, których celem było poznanie opinii nieletnich oraz kadry pedagogicznej na temat zajęć muzycznych z elementami muzykoterapii prowadzonych w wybranych młodzieżowych ośrodkach wychowawczych (MOW). Przedsięwzięcie badawcze pozwoliło potwierdzić tezę, że zajęcia muzyczne z elementami muzykoterapii mogą stanowić skuteczną technikę terapeutyczną w procesie resocjalizacji nieletnich, wg opinii dziewcząt biorących w nich udział oraz kadry pedagogicznej.

Słowa kluczowe: resocjalizacja nieletnich, muzykoterapia, arteterapia, młodzież trudna, resocjalizacja instytucjonalna.

Wprowadzenie

Etiologia leczenia muzyką sięga czasów starożytnych. Informacje o jej terapeutycznym walorze można znaleźć w przekazach Arystotelesa i Platona. Około 400 lat p.n.e. Hipokrates stosował muzykę wobec osób chorych umysłowo¹.

¹ M. Cylkowska-Nowak, W. Strzelecki, S. Tobis, *Muzykoterapia pacjenta starszego jako wspomaganie oddziaływania konwencjonalnej medycyny*, „Gerontologia Polska” 2013, nr 4, s. 138–142.

Z kolei w XVIII w. n.e. w arabskich pomieszczeniach leczniczych sytuowane były specjalne pokoje muzyczne, które miały wywierać pozytywne oddziaływanie na pacjentów². Wykorzystanie muzyki do celów leczniczych było powszechne również pośród pradawnych plemion. Jej zadanie nie skupiało się tylko na uświetnianiu różnorodnych uroczystości biesiadnych czy żałobnych. Służyła ona również jako istotna i ważna metoda terapeutyczna. Miało to miejsce między innymi podczas codziennych obrzędów plemiennych. Pełne zaangażowanie ludności w dany obrzęd było możliwe dzięki muzyce, przy której – rytmicznie tańcząc i śpiewając – zapominano o doskwierającym bólu i problemach dnia codziennego³.

Spektrum wykorzystania muzyki w sposób leczniczy jest rozległe jak jej historia, przy czym akademickie początki terapii muzyką sięgają zaledwie około 50 lat⁴. Współcześnie terapia muzyką – nazywana muzykoterapią – przeżywa renesans. Dotyczy to głównie teorii, w której zostały zawarte podstawy metodologiczne i praktyczne. Wyodrębnionych zostało również wiele dziedzin, gdzie muzyka ma zastosowanie lecznicze i terapeutyczne. Do jednej z najbardziej znanych form, w jakich jest wykorzystywana, można zaliczyć psychoterapię. Jednak nie jest to jedyna dziedzina, która z niej korzysta. W ostatnich latach szczególnie zauważalne było stosowanie muzyki w procesie rehabilitacji. Jej cel to pełnienie funkcji kinezyterapii ruchowej, oddechowej oraz korekty wad związanych z postawą ciała. Dziedziną wykorzystującą z powodzeniem muzykoterapię jest pedagogika specjalna. Terapia muzyczna znajduje zastosowanie przede wszystkim podczas pracy z dziećmi autystycznymi, młodzieżą wywodzącą się z rodzin patologicznych, młodzieżą posiadającą zaburzenia w zachowaniu oraz deficyty intelektualne⁵.

Rola muzykoterapii w procesie resocjalizacji

W procesie resocjalizacji muzykę wykorzystuje się stosunkowo dość często. Jednak zakłady i ośrodki resocjalizacyjne, w których stosowana jest muzykoterapia, a nie jedynie jej elementy, jest znikoma. Istotną rolę muzyki w procesie wychowania i socjalizacji dostrzegł, już ponad dwa tysiące lat temu, wskazany Platon. Podobne stanowisko było głoszone w Stanach Zjednoczonych na przełomie XIX i XX wieku. W tamtejszych zakładach resocjalizacyjnych dotychczas stosowane zajęcia wychowawcze postanowiono poszerzyć o muzyczne. Podo-

² K.A. Doron, *Music therapy*, „The Musical Quarterly” 2006, nr 9, s. 409–410.

³ M. Kronenberger, *Muzykoterapia. Podstawy teoretyczne do zastosowania muzykoterapii w profilaktyce stresu*, Mediatour, Szczecin 2003, s. 11.

⁴ K. Stachyra, *Muzykoterapia i wizualizacja w rozwijaniu kompetencji emocjonalnych studentów pedagogiki*, Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, Lublin 2009, s. 60.

⁵ E.J. Konieczna, *Arteterapia w teorii i praktyce*, Impuls, Kraków 2014, s. 41.

piecznym zaproponowano wybór charakteru zajęć, który dotyczył nauki śpiewu lub gry na wybranym instrumencie. Celem tego rodzaju zajęć było nie tylko racjonalne zagospodarowanie czasu wolnego wychowanków. Wyborowi nauki gry na instrumencie przyświecał cel główny, polegający na kształtowaniu systematyczności oraz wytrwałości, który skupiał w sobie wypracowanie takich cech osobowości, jak cierpliwość, obowiązkowość i sumienność. Podobne rezultaty wiązano z nauką śpiewu. Stosowanie tego typu działań z założenia miało uświadamiać jednostkom niedostosowanym społecznie, że tylko ciężką i systematyczną pracą można osiągnąć obrane wcześniej cele⁶.

Muzykoterapia wchodzi w zakres arteterapii, której stosowanie w programach terapeutycznych widoczne jest od dawna. Przekładając oddziaływania arteterapeutyczne na proces resocjalizacji, należy zauważyć, iż na polskim gruncie były one powszechne już w latach 70. XX wieku. Za głównego inicjatora tej formy terapii uważany jest Czesław Czaporów. Atutem w oddziaływaniach resocjalizacyjnych jest wzajemne pokrywanie się elementów terapii z elementami sztuki. Zarówno w jednym, jak i w drugim przypadku ważne są emocje, myślenie, motywacja, wyobraźnia, percepcja i pamięć. Niewątpliwie daje to podstawę do zasadności wykorzystania technik autoterapeutycznych w resocjalizacji. Dostrzegł ją także Marek Konopczyński, który muzykę zakwalifikował do koncepcji twórczej resocjalizacji⁷.

Proces resocjalizacji nieodłącznie powiązany jest z kształtowaniem poczucia własnego Ja. Taką zależność zauważyła między innymi Ida Zochniak, która kształtowanie sfery Ja powiązała z ekspresją twórczą. Wskazana autorka podkreśliła, iż nieuzasadnione jest pomijanie ekspresji twórczej w procesie resocjalizacji⁸. Ma to wiele wspólnego z koncepcją Zygmunta Freuda, według której człowiek dzięki sztuce może pośrednio rozładować tłumione emocje oraz własne popędy. Twórczość umożliwia nawiązanie dialogu i porozumiewanie się, które jest znacznie utrudnione lub nieosiągalne w inny sposób. Przy jej pomocy możliwe jest eliminowanie wewnętrznych konfliktów.

W resocjalizacji muzyka może być pomocna w budowaniu osobowości osób niedostosowanych społecznie oraz przyczyniać się do dokonywania w niej zmian. „Wyrzucanie” negatywnych odczuć i emocji, będące efektem prowadzonych działań twórczych na osobach poddanych procesowi resocjalizacji, przyczynia się także do przemyśleń i wzajemnych refleksji. Znacząco ułatwia to pracę wychowawców i terapeutów, dając im podstawy do opracowania analiz cech oso-

⁶ K. Stachyra, *Muzykoterapia jako element resocjalizacji nieletnich*, [w:] *Terapia w resocjalizacji*, cz. 1, red. A. Rejzner, P. Szczepaniak, Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa 2009, s. 219–220.

⁷ A. Glińska-Lachowicz, *Choreoterapia i muzykoterapia jako techniki arteterapeutyczne*, [w:] *Terapia w resocjalizacji*, cz. II: *Ujęcie praktyczne*, red. A. Rajzner, P. Szczepaniak, Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa 2009, s. 103–105.

⁸ I. Zochniak, *Rola ekspresji i twórczości w procesie resocjalizacji*, „Opieka, Wychowanie, Terapia” 2005, nr 1–2, s. 31.

bowości poszczególnych jednostek. W końcowym etapie przez stosowanie tego typu działań możliwe jest dokładniejsze poznanie przyczyn przejawianej patologii, co w zwykłej rozmowie jest trudne do zdiagnozowania⁹.

Muzykoterapia pozytywnie oddziałuje na kształtowanie samooceny niedostosowanych społecznie¹⁰. Nieprawidłowości w zachowaniu wiążą się z jej zaniżeniem oraz wadliwym postrzeganiem. Powoduje to zagrożenie nie tylko dla samej jednostki, ale i dla społeczeństwa. Takie zjawisko częściej jest typowe dla młodzieży niż osób dorosłych, przyczyniając się do jej demoralizacji. Dlatego konieczne jest działanie powodujące wzrost samooceny. Jedną z wielu alternatyw może być terapia przy użyciu muzykoterapii¹¹. Jest to możliwe dzięki korzystnemu jej współdziałaniu z osobowością jednostki. Poprawnie stosowana znacząco przyczynia się do wprowadzenia wewnętrznego ładu i harmonii. Zaburzenia socjopatyczne i psychopatyczne są zaburzeniami, które dość często spotykane są u młodzieży przebywającej w placówkach resocjalizacyjnych. Muzykoterapia może znacząco oddziaływać na ich dynamikę i kompensację.

Wykorzystywanie muzyki przez niektóre placówki penitencjarne, ośrodki wychowawcze, czy poprawcze, stosowane jest od dawna. W koncepcji twórczej resocjalizacji podkreślono, iż szczegółowa rola muzyki w procesie resocjalizacji nie jest jeszcze dobrze znana. Obecnie mało jest analiz i badań w empiryczny sposób potwierdzających bądź obalających jej korzystne oddziaływanie na proces wychowawczo-resocjalizacyjny. Mimo znikomej wiedzy na temat faktycznego oddziaływania muzyki na jednostki niedostosowane społecznie, zapanowała swoista moda na działania tego typu. Przyczyniło się to do poszukiwania coraz to nowszych form muzykoterapii oraz jej praktycznego zastosowania¹².

Badania, jakie przeprowadziła Anetta Jaworska¹³ w Zakładzie Karnym w Wierchowiu, miały na celu poznanie resocjalizacyjnej skuteczności alternatywnej terapii dźwiękiem (mis dźwiękowych). W postępowaniu wzięło udział 40 skazanych. Grupę eksperymentalną stanowiło 20 skazanych, kontrolną – również 20. Terapia przy użyciu mis dźwiękowych została poddana ocenie skuteczności w postaci zaprojektowanego eksperymentu badawczego. Pierwszy etap badań dotyczył pomiaru zmiennych zależnych (pretest). Następnie osadzeni zostali poddani półrocznemu oddziaływaniu mis dźwiękowych (zajęcia trwały dwa razy w tygodniu, po 1,5 godziny dziennie), po którym dokonano kolejnego pomiaru (posttest). Przeprowadzony eksperyment dowiódł, iż zastosowana metoda od-

⁹ Tamże.

¹⁰ A. Nikiciuk, *Wpływ muzykoterapii na samoocenę niedostosowanych społecznie*, „Szkola Specjalna” 2005, nr 2, s. 85–86.

¹¹ Tamże, s. 86–87.

¹² M. Konopczyński, *Metody twórczej resocjalizacji*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2008, s. 258–259.

¹³ A. Jaworska, *Oblicza zmieniającej się rzeczywistości*, „Pedagogika Społeczna” 2009, nr, s. 76–77, 84–86.

działała progresywnie na dwie sfery egzystencjalne jednostek pozbawionych wolności. Pierwsza dotyczyła zmiany własnego zewnętrznego wizerunku więźniów, a w szczególności zniwelowania poziomu agresji oraz automutylacji. Druga wiązała się ze zmianami wewnętrznymi, które dotyczyły obniżenia poczucia lęku i depresji. Wyniki przeprowadzonych badań dowiodły, że stosowanie tego typu formy terapii w resocjalizacji może przynieść zamierzone rezultaty¹⁴.

W 1968 roku William Sears sformułował twierdzenie dotyczące wzajemnej zależności pomiędzy wysiłkami wkładanymi w naukę gry na instrumencie a poszczególnymi osiągnięciami jednostki. Jego przypuszczenie można uzasadnić np. biografią światowej klasy trębacza Louisa Armstronga, który ukończył z powodzeniem resocjalizacyjny program z zastosowaniem nauki gry na instrumencie oraz śpiewu. Jako młody chłopiec często wdawał się w konflikt z prawem, czego skutkiem było umieszczenie w ośrodku poprawczym. Późniejsza ogólnokrajowa kariera, jaką zrobił, oraz to, że nie wkroczył z powrotem na drogę przestępczą, niewątpliwie dowodzą słuszności zastosowania muzykoterapii¹⁵.

Michael J. Kivland w swoich badaniach skupił się na grupie nastolatków, których doświadczalnie przebadał pod kątem znaczenia muzyki w ich życiu. Okazało się, że sztuka muzyczna odgrywa ważną rolę społeczną, a konkretnie – pozwala na identyfikację z określoną subkulturą. Jednocześnie zauważono, że tego typu terapia wg młodych ludzi stwarza mniejsze zagrożenie. Muzyka może oddziaływać na jednostkę niewerbalnie, co jest wręcz niemożliwe w przypadku terapii słownej¹⁶.

Kluczowe polskie badania nad rolą muzykoterapii w procesie resocjalizacji przeprowadził dopiero na początku lat 90. XX wieku Robert Kaszczyszyn. W tym celu zostali zbadani osadzeni w Zakładzie Poprawczym w Dominowie. Jak się okazało, prawie poła z przebadanej grupy nieletnich wykazywała zainteresowanie muzyką jako formą terapii, a także posiadała umiejętności muzyczne. Do podobnych wniosków doszła Beata Studolska-Cieślik, która podkreśliła zasadność stosowania muzykoterapii w przypadku korekcji zaburzeń w zachowaniu. Natomiast badania Małgorzaty Kopacz dowiodły, że rezultatem oddziaływania muzykoterapii może być nie tylko spadek agresywności wśród młodzieży, ale także znaczna poprawa ich stosunków społecznych oraz wyników w nauce¹⁷.

Metodologia badań własnych

Celem prowadzonych badań było poznanie opinii nieletnich oraz kadry pedagogicznej dotyczących zajęć muzycznych z elementami muzykoterapii prowadzonych w wybranych młodzieżowych ośrodkach wychowawczych. Postawio-

¹⁴ Tamże.

¹⁵ K. Stachyra, dz. cyt., s. 220–221.

¹⁶ Tamże.

¹⁷ A. Nikiciuk, dz. cyt., s. 87.

nemu celowi badań towarzyszył następujący problem główny: czy, a jeżeli tak, to w jakim stopniu, zajęcia muzyczne z elementami muzykoterapii mogą być skuteczną techniką terapeutyczną w procesie resocjalizacji nieletnich w opinii dziewcząt biorących w nich udział oraz kadry pedagogicznej? Problem główny został uzupełniony o problemy szczegółowe:

- jakie zaangażowanie wykazują nieletnie wobec zajęć muzycznych z elementami muzykoterapii?
- czy, a jeżeli tak, to w jakim stopniu, zajęcia muzyczne z elementami muzykoterapii oddziałują na sferę psychofizyczną w opinii badanych?
- czy, a jeżeli tak, to w jakim stopniu, zajęcia muzyczne z elementami muzykoterapii oddziałują na sferę społeczną w opinii badanych?
- czy, a jeżeli tak, to w jakim stopniu (i poprzez co), zajęcia muzyczne z elementami muzykoterapii dają nieletnim możliwość wyrażania własnego Ja?

Teza postawiona w badaniach zakładała, że zajęcia muzyczne z elementami muzykoterapii mogą stanowić skuteczną technikę terapeutyczną w procesie resocjalizacji nieletnich w opinii dziewcząt biorących w nich udział oraz kadry pedagogicznej. Badania odbyły się w dwóch placówkach: MOW w Radzionkowie, w woj. śląskim, oraz MOW im. św. Siostry Faustyny w Krakowie. Do ośrodków tych kierowane są dziewczęta niedostosowane społecznie, w normie intelektualnej, w wieku od 13 do 18 roku życia, wobec których sąd rodzinny zastosował środek wychowawczy w postaci umieszczenia w takim ośrodku¹⁸. Ośrodek w Radzionkowie posiada status publiczny, natomiast krakowski to ośrodek niepubliczny, prowadzony przez Zgromadzenie Sióstr Matki Bożej Miłosierdzia, w związku z tym dominuje w nim charakter religijny.

Status społeczny nieletnich określał fakt, iż dziewczęta wywodziły się z rodzin niewydolnych wychowawczo – choć rodzice mieli pełne prawa rodzicielskie (N = 49) bądź ograniczone (N = 16), a tylko w nielicznych przypadkach występowało ich pozbawienie (N = 7). W grupie badawczej znajdowały się dziewczęta, które dopuszczały się nadmiernej absencji szkolnej (N = 43), niektóre z nich także innych czynów zabronionych, takich jak: posiadanie substancji psychoaktywnych (N = 23), zażywanie substancji psychoaktywnych (N = 32), pobicia i bójki (N = 11), kradzieże (N = 13). Ponad połowa nieletnich (N = 38) w swoim życiorysie miała pobyt w innych – niż młodzieżowy ośrodek wychowawczy – placówkach, tj. młodzieżowych ośrodkach socjoterapii i placówkach opiekuńczo-wychowawczych, zwanych potocznie domami dziecka.

Badania zrealizowano przy pomocy metody sondażu diagnostycznego, w tym zastosowanie dwóch technik – ankiety oraz wywiadu. Narzędzie badawcze stanowiły autorskie kwestionariusze¹⁹. Badania zostały usytuowane w metodologii

¹⁸ Zob. Ustawa z dnia 26 października 1982 r. o postępowaniu w sprawach nieletnich, Dz.U. 1982, nr 35, poz. 228 z późn. zm., art. 6, pkt 9.

¹⁹ Zob. T. Pilch, T. Bauman, *Zasady badań pedagogicznych. Strategie ilościowe i jakościowe*, Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa 2001.

ilościowej, utożsamianej najczęściej z paradygmatem pozytywistycznym. Łącznie w postępowaniu badawczym wzięło udział 79 osób, z czego 72 to osoby nieletnie, pozostałe 7 to wychowawcy. Spośród 72 nieletnich dziewcząt 9 było wychowankami MOW w Radzionkowie, a kolejnych 63 – MOW w Krakowie. Liczba wychowawców rozłożyła się w sposób następujący: 5 wychowawców pracowało w MOW w Radzionkowie, 2 – w Krakowie. Zależności wynikające z doboru poszczególnych respondentów były odgórnie uwarunkowane specyfiką wybranych ośrodków. Szczególnie dotyczyło się to nieletnich dziewcząt biorących udział w zajęciach muzycznych prowadzonych w placówkach. W przypadku dziewcząt z Radzionkowa tylko 9 z 42 brało udział w zajęciach muzycznych, dlatego taka liczba stanowiła grupę badawczą. Natomiast w MOW w Krakowie na zajęcia muzyczne uczęszczwały niemal wszystkie umieszczone tam nieletnie, z niewielkimi wyjątkami, dlatego spośród 75 przebywających tam dziewcząt do badań wybrano 63. W rezultacie takiego układu postanowiono, że większą liczbę wychowawców będą stanowić ci z MOW w Radzionkowie, by zniwelować niewspółmierność liczby dziewcząt z ich ośrodka względem tych z Krakowa. Zamieszczone wyniki badań nie zostały opracowane procentowo, ponieważ liczba badanych nie przekroczyła 100 osób.

Wyniki badań własnych

Pierwszy problem badawczy dotyczył zaangażowania nieletnich płci żeńskiej w zajęcia muzyczne z elementami muzykoterapii. Z punktu widzenia rozwiązania postawionego problemu poruszono następujące kwestie: chęć uczestnictwa w zajęciach muzycznych, chęć poznawania technik muzycznych, częstotliwość wychodzenia z własnymi inicjatywami podczas zajęć muzycznych oraz częstotliwość przygotowywania się do nich. Nieletnie, udzielając odpowiedzi w odniesieniu do pierwszej kwestii, dysponowały pięciostopniową skalą: bardzo chętnie, chętnie, czasem chętnie, raczej niechętnie, niechętnie. W toku analizy zebrane odpowiedzi podzielono na dwie grupy. Do pierwszej zaklasyfikowano stwierdzenia: bardzo chętnie (N = 24), chętnie (N = 21) i czasem chętnie (N = 16). W drugiej grupie znalazły się odpowiedzi: raczej niechętnie (N = 4) oraz niechętnie (N = 7). Opracowując wyniki obu grup, stwierdzono, że aż 61 spośród 72 badanych osób przejawiało większą lub mniejszą aprobatę uczestnictwa w zajęciach muzycznych, dziewcząt nieprzejawiających chęci uczestnictwa w takich zajęciach było zaledwie 11.

Drugie pytanie, jakie zadano badanym, posiadało skalę odpowiedzi taką samą, jak pytanie poprzednie. Po zestawieniu odpowiedzi deklarujących większy lub mniejszy stopień chęci poznawania technik muzycznych oraz wskazań negatywnych, niedeklarujących chęci uczestnictwa w zajęciach, stwierdzono, iż 63 osoby przejawiały aprobatę (bardzo chętnie – 17 wskazań, chętnie – 20, czasem

chętnie – 26), wobec 9 nieprzejawiających jej (raczej niechętnie – 5, niechętnie – 4). Nieletnie, które starały się wychodzić z własnymi inicjatywami podczas zajęć muzycznych, częściej lub rzadziej, stanowiły 53 osoby (zawsze – 3, często – 13, czasem – 19, rzadko – 18); w przeciwieństwie do nich 19 wychowanek takiej inicjatywy nigdy nie przejawiało. Do zajęć muzycznych w większym lub w mniejszym stopniu przygotowywały się 43 dziewczęta (zawsze – 10, często – 9, czasem – 14, rzadko – 10), pozostałe stwierdziły, że nigdy do nich się nie przygotowywały (29 osób).

Badając zaangażowanie wychowanek w zajęcia muzyczne, posłużono się także wywiadem z wychowawcami. Analiza ich wypowiedzi pokazała, że nieletnie za udział w zajęciach muzycznych były odpowiednio nagradzane. Dziewczęta miały możliwość występowania w różnych konkursach, za które były konsekwentnie nagradzane zarówno przez organizatorów, jak i przez swoich wychowawców. Dodatkową motywację tworzyła sama możliwość występu i pokazania efektów pracy; jak zauważał jeden z wychowawców: „Nieletnie mogą prezentować swoją twórczość nie tylko w środowisku konkursowym, ale także przed swoimi rodzicami”. Z przeprowadzonych rozmów wynika, że wychowanki badanych ośrodków prezentowały w większości duże zaangażowanie wobec zajęć muzycznych. Zdaniem kadry pedagogicznej, przyczyniało się do tego odpowiednie nagradzanie za udział w zajęciach, sposób ich prowadzenia oraz możliwość pozytywnego spędzenia czasu wolnego.

Następna część badań dotyczyła oddziaływania zajęć muzycznych z elementami muzykoterapii na sferę psychofizyczną nieletnich. Wyniki uzyskano za pomocą ankiety (tabela 1) oraz wywiadów.

Tabela 1. Oddziaływanie zajęć muzycznych z elementami muzykoterapii na sferę psychofizyczną w opinii nieletnich dziewcząt biorących w nich udział

Badane kategorie	Zdecydowanie tak	Raczej tak	Raczej nie	Zdecydowanie nie	Ogółem
	N	N	N	N	N
Obniżenie stresu	18	29	18	7	72
Podwyższenie własnej samooceny	14	31	19	8	72
Spadek lęku	12	19	25	16	72
Możliwość odreagowania negatywnych emocji	26	27	14	5	72
Poprawa samopoczucia	33	29	6	4	72
Odpężenie psychiczne	24	26	16	6	72
Wzrost aktywności fizycznej	16	20	27	9	72

Źródło: badania własne.

W przypadku siedmiu kategorii, które miały dać odpowiedź, w jakim stopniu zajęcia muzyczne oddziałują na sferę psychofizyczną – w opinii nieletnich, aż pięć dało pozytywny wynik. Jedna kategoria, jaką był wzrost aktywności fizycznej za pomocą zajęć muzycznych, wypadła nieco gorzej. Najmniej, według badanych biorących udział w zajęciach muzycznych, przyczyniły się one do spadku poziomu lęku. Pozytywnie – w kontekście oddziaływania zajęć muzycznych na sferę psychofizyczną – wypowiedzieli się także wychowawcy:

Tak, zajęcia muzyczne mają bardzo adekwatny wpływ na sferę psychofizyczną wychowanków. Wychowanki dzięki nim mają szansę odprężyć się oraz aktywnie spędzić czas [...] zajęcia muzyczne z całą pewnością oddziałują na sferę psychofizyczną naszych dziewczyn, które biorą w nich udział, w sposób uspokajający i relaksacyjny [...]. Dzięki takim zajęciom u nieletnich można zauważyć obniżenie stresu, wzmocnienie poczucia własnej wartości, a także poprzez takie zajęcia dziewczyny mają szansę rozwijać własne talenty muzyczne, których im nie brakuje. Co do samej sfery fizycznej, to dzięki ćwiczeniu określonych partii śpiewu wychowanki ćwiczą przy tym konkretne partie mięśni odpowiedzialne za to [...], zajęcia muzyczne oddziałują na sferę psychofizyczną nieletnich, [...] jest to bardzo widoczne. Szczególnie przekłada się to na emocje, jakie towarzyszą dziewczynom podczas zajęć muzycznych. Emocje te są oczywiście tymi pozytywnymi. Tego typu forma spędzania czasu korzystnie wpływa na ich rozwój intelektualny, rozwija pokłady twórczości drzemiące w naszych dziewczętach oraz aktywizuje je [...] zajęcia muzyczne pozwalają uwarżliwić się na muzykę, na przekazywany tekst odbiorcy oraz emocje. Dzięki uczestnictwu w tych zajęciach dziewczęta przełamują swoje bariery i lęki związane z występami publicznymi, podbudowują swoją samoocenę. Ponadto wychowanki uczą się przekazywać określone emocje poprzez grę na wybranym przez siebie instrumencie, a przeważnie na bębnach [...].

Wychowawcy, odnosząc się do oddziaływania zajęć muzycznych na sferę psychofizyczną, wymieniali głównie takie czynniki, jak: obniżenie stresu, podwyższenie własnej samooceny, możliwość odreagowania negatywnych emocji oraz ich ekspresji, spadek lęku, poczucie odprężenia oraz poprawa samopoczucia. Wskazani respondenci zaznaczyli ponadto, że zajęcia muzyczne pośrednio mogą się przyczynić do podwyższenia sprawności manualnej poprzez chociażby ćwiczenie gry na gitarze, narządu ruchu czy aparatu mowy.

Kolejny problem badawczy dotyczył oddziaływania zajęć muzycznych na sferę społeczną. Wyniki badań pochodziły z ankiety skierowanej do nieletnich (tabela 2) oraz z wywiadów przeprowadzonych z kadrą pedagogiczną MOW.

Jak pokazuje tabela 2, spośród siedmiu kategorii, jakie przyporządkowano sferze społecznej, aż sześć dało liczbę odpowiedzi poświadczających korzystne oddziaływanie zajęć muzycznych na sferę społeczną. Warto jednak zaznaczyć, że odpowiedzi dotyczące poprawy komunikacji oraz odnoszące się do przestrzegania norm wypadły nieco powyżej tych świadczących o niekorzystnym działaniu zajęć muzycznych, stanowiły zatem większość. Jediną kategorią, która nie wypadła dobrze, była adaptacja do warunków zamkniętych. Pozytywne wypowiedzi pojawiały się również ze strony wychowawców:

[...] zajęcia muzyczne oddziałują na sferę społeczną naszych wychowanek. Uczą nasze dziewczyny przede wszystkim współpracy w grupie oraz pozytywnie wpływają na wzajemne kontakty nieletnich. Ponadto uczestniczki zajęć muzycznych uczą się odpowiedniej prezencji i zachowania w miejscach publicznych, co jest realizowane poprzez występy na różnorodnych konkursach i festiwalach muzycznych, w których często biorą udział [...]; z pewnością zajęcia muzyczne oddziałują na sferę społeczną nieletnich dziewcząt. Uczą je współpracy w grupie, uczą w jaki sposób można gospodarować swoim czasem wolnym oraz rozwijają ich zainteresowania, a w tym przypadku zainteresowania muzyczne [...]; [...] zajęcia muzyczne oddziałują na sferę społeczną nieletnich dziewcząt znajdujących się w naszej placówce. Dzięki nim wychowanki mają szansę przełamywać swoje ograniczenia, dowartościować się względem innych osób poprzez osiągnięte sukcesy [...]; [...] zajęcia muzyczne oddziałują na sferę społeczną nieletnich, ponieważ rozwijają wrażliwość estetyczną, zdolności, pasje i talenty naszych dziewczyn. Równocześnie rozbudzają wrażliwość na otaczające wychowanki dziedzictwo kulturowe, a co za tym idzie, wychowanki kształtują w sobie umiejętności dotyczące odbioru dzieł kultury [...]. Nieletnie uczą się współpracy w grupie oraz twórczej pracy zespołowej, a sukcesy, jakie im towarzyszą w związku z braniem udziału w zajęciach muzycznych, podnoszą ich status społeczny. Oprócz tego zajęcia takie uczą konstruktywnego spędzania czasu wolnego [...].

Tabela 2. Oddziaływanie zajęć muzycznych z elementami muzykoterapii na sferę społeczną wg opinii nieletnich dziewcząt biorących w nich udział

Badane kategorie	Zdecydowanie tak	Raczej tak	Raczej nie	Zdecydowanie nie	Ogółem
	N	N	N	N	
Adaptacja do warunków zamkniętych	10	24	28	10	72
Poprawa komunikacji z własną grupą wychowawczą	13	41	13	5	72
Poprawa komunikacji z innymi grupami wychowawczymi	8	34	21	9	72
Poprawa komunikacji z wychowawcami	10	28	21	13	72
Spadek zachowań agresywnych	15	28	20	9	72
Uwrażliwienie kulturowe	15	26	23	8	72
Przestrzeganie norm społecznych	13	24	22	13	72

Źródło: badania własne.

Poddając analizie wypowiedzi wychowawców, warto wskazać na istotną zależność pomiędzy uczestnictwem w zajęciach muzycznych a umiejętnością kształtowania współpracy w grupie. Zdaniem respondentów udział w takich za-

jęciach może pośrednio przyczynić się do podniesienia statusu społecznego oraz racjonalnego spędzania czasu wolnego. Wychowawcy wskazali także na możliwość rozwijania własnych zdolności i talentów muzycznych, jaką daje kółko muzyczne funkcjonujące w ośrodku. Zajęcia muzyczne, zdaniem respondentów, rozwijają u nieletnich wrażliwość estetyczną oraz uczą poprawnej prezencji i zachowań w miejscach publicznych.

Ostatni problem badawczy dotyczył stopnia wyrażania własnego Ja poprzez uczestnictwo w zajęciach muzycznych. Badania pokazały, że znaczna większość, bo aż 47 spośród 72 wszystkich nieletnich, na pytanie dotyczące tego, czy zajęcia muzyczne umożliwiają wyrażanie własnego Ja, odpowiedziała twierdząco. Przeczącej odpowiedzi udzieliło pozostałych 25 respondentów. Pozwala to na wysunięcie wniosku, że prowadzone zajęcia muzyczne z elementami muzykoterapii w wybranych MOW umożliwiają nieletnim wyrażanie ich własnego Ja. Za równie istotną kwestię uznano formy, za pomocą których nieletnie mogły wyrażać własne Ja poprzez udział w takich zajęciach. Co ważne, badane, które zakreśliły odpowiedź „nie” przy pytaniu: czy zajęcia muzyczne umożliwiają Ci wyrażanie własnego Ja? – nie odpowiadały na następne pytanie. Najwięcej wskazań form (N = 26), poprzez które nieletnie miały szansę, ich zdaniem, wyrażać własne Ja dzięki udziałowi w zajęciach muzycznych, dotyczyło dzielenia się własnymi odczuciami na temat muzyki z innymi osobami. Następnie uplasowała się forma dotycząca możliwości prezentowania własnej twórczości (N = 24). Na trzecim miejscu (N = 20) dziewczęta wskazały możliwość koncertowania. Na kolejnej pozycji (N = 13) u badanych znalazła się forma dotycząca możliwości słuchania ulubionej muzyki. Co ciekawe, uczestniczki ankiety miały także możliwość dopisania własnej formy, poprzez którą zajęcia muzyczne umożliwiają im wyrażanie własnego Ja. Respondentki nie wskazały jednak żadnej innej formy poza tymi, które wyszczególniono w pytaniu. Warto wspomnieć, że nieletnie mogły zaznaczyć kilka wariantów odpowiedzi, dlatego nie otrzymano sumy równej 72. Podsumowując ostatnią część badań, stwierdzono, że zajęcia muzyczne z elementami muzykoterapii sporej większości (N = 47) dziewcząt biorących w nich udział umożliwiały wyrażanie ich własnego Ja, a formy, za pomocą, których się to odbywało, były jak najbardziej wystarczające.

Zakończenie

Zaprezentowane badania wykazały, że zajęcia muzyczne z elementami muzykoterapii mogą stanowić – wg opinii nieletnich dziewcząt oraz kadry pedagogicznej MOW – skuteczną technikę terapeutyczną w procesie resocjalizacji. Wyniki pozwoliły zatem potwierdzić postawioną na potrzeby badań tezę. Zajęcia korzystnie oddziaływały zarówno na sferę psychofizyczną nieletnich, jak i społeczną, a same ich uczestniczki wykazywały w większości zaangażowanie w tę

formę spędzania czasu. Ponadto zajęcia muzyczne umożliwiały wyrażanie własnego Ja, do czego przyczyniały się odpowiednio dobrane formy ich realizacji. Wyniki badań wskazały też pewne niedostatki, głównie te związane z zaangażowaniem części nieletnich dziewcząt.

Większa aktywność nieletnich w jakichkolwiek zajęciach, w tym muzycznych, może dokonać się poprzez aktywizację, którą należy rozumieć jako wyznaczanie odpowiednich zadań i czynności. Wielce prawdopodobne, że takie podejście będzie angażować dziewczęta nie tylko podczas trwania samych zajęć, ale również poza nimi. Przykładem działań aktywizujących mogą być te, w których wyznacza się odpowiedni czas na opanowanie określonej partii instrumentalnej czy wokalne. Działania w tej formie powinny być realizowane z uwzględnieniem metody, jaką jest konsekwentne wyciąganie konsekwencji i przyznawanie nagród odpowiednio do wymogów narzucanych przez prowadzącego zajęcia. Ponadto narzucanie dodatkowych obowiązków uczyni zajęcia muzyczne „bardziej wychowawczymi” niż tylko „czysto rozrywkowymi”.

Snując rozważania nad zaangażowaniem nieletnich w zajęcia muzyczne, konieczne trzeba wspomnieć o odpowiednim doborze muzyki. Literatura przedmiotu nie precyzuje jednak, jaką muzykę warto wykorzystywać w procesie resocjalizacji nieletnich. Oczywiście jest, iż nie powinna ona w żaden sposób poprzez swoje teksty nawoływać do zachowań nieakceptowanych społecznie. Z drugiej zaś strony należy zwrócić uwagę na to, by gatunki muzyczne i ich wykonawcy byli aprobowani przez młodzież. W muzykoterapii możemy wykorzystać, tak naprawdę, każdy rodzaj muzyki. Obecnie odchodzi się od założenia, że jedynym gatunkiem, który się do tego nadaje, jest muzyka poważna. Kwestie te są bardzo istotne, ponieważ od tego, w dużej mierze, zależy zaangażowanie obecnych oraz potencjalnych uczestników zajęć muzycznych. Dlatego poprzedzając ich realizację, prowadzący powinien rozpoznać preferencje muzyczne poszczególnych członków grupy. Można tego dokonać, przeprowadzając chociażby ankietę. Podobnego rozpoznania warto dokonać również w kontekście uzdolnień muzycznych, to znaczy – należy zorientować się, czy większość osób potrafi lub też lubi śpiewać, a następnie uwzględnić to w programie zajęć. Natomiast jeśli większość przejawia uzdolnienia typowo instrumentalne, trzeba z kolei uwzględnić te preferencje. Zaangażowanie nieletnich w rozmaite zajęcia warunkowane jest poprzez ich uczestnictwo w różnorodnych konkursach i festiwalach. Istotnie należy o tym pamiętać, gdyż daje to nieletnim szansę obcowania w otwartym środowisku, ucząc jednocześnie poprawnych zachowań społecznych.

Kolejna kwestia leży w kompetencjach prowadzących zajęcia muzyczne. Otóż powinni oni dać większą swobodę swoim wychowankom w wyrażaniu autorskich inicjatyw. W tym przypadku działania wychowawców należy skupić na zachęcaniu każdego uczestnika do przejawiania inicjatywy i własnych pomysłów, które grupa zajęciowa będzie realizować. Takie działanie dobrze jest oprzeć na metodzie wychowawczej, jaką jest nagradzanie, nagroda powinna być równa

inicjatywie. Co ważne, postawa otwarta wychowawcy w stosunku do przejawiania inicjatywy przez uczestników zajęć uczy twórczego myślenia, a także współodpowiedzialności za własne decyzje, co w środowisku otwartym będzie niezbędne.

To, na co trzeba położyć nacisk, to kwestia dotycząca pedagogów prowadzących zajęcia muzyczne. Jak się okazało w toku przygotowań do badań placówek resocjalizacyjnych, w których prowadzone były zajęcia muzyczne, większość osób, które je realizowała, nie miała odpowiednich ku temu kwalifikacji. Dlatego dobierając kadrę pedagogiczną, uwzględniać należy nie tylko ogólne kompetencje pedagogiczne, ale również merytoryczne przygotowanie, adekwatne do obowiązków, jakie zamierzamy powierzyć konkretnej osobie. Najbardziej odpowiednim pracownikiem, który powinien prowadzić zajęcia muzyczne, wydaje się wykwalifikowany muzykoterapeuta. W sytuacji, gdy nie dysponujemy tak przygotowanym pracownikiem, dobierając wychowawcę, który będzie prowadził zajęcia muzyczne, powinniśmy kierować się jego zainteresowaniami, a w tym przypadku – zainteresowaniami muzycznymi.

Na koniec warto zaznaczyć, że przypisywanie samym zajęciom muzycznym szczególnych zasług wychowawczych nie znajduje pełnego uzasadnienia. Podczas prowadzenia badań w placówkach resocjalizacyjnych oprócz muzykoterapii były bowiem wykorzystywane także inne metody i techniki, a zatem pozytywne efekty zajęć muzycznych rozpatrywać należy jako sumę poprawnie skompenso- wanych działań wg metod wychowawczych stosowanych w resocjalizacji. Można jednakże przypuszczać, że skoro zajęcia muzyczne zawierające jedynie elementy muzykoterapii dały tak wymowne pozytywne skutki, to w przypadku wykorzystania muzykoterapii w szerszym zakresie efekty mogą być jeszcze lepsze.

Bibliografia

Źródła

Ustawa z dnia 26 października 1982 r. o postępowaniu w sprawach nieletnich, Dz.U. 1982, nr 35, poz. 228 z późn. zm.

Opracowania

Glińska-Lachowicz Anna, *Choreoterapia i muzykoterapia jako techniki arteterapeutyczne*, [w:] *Terapia w resocjalizacji*, cz. II: *Ujęcie praktyczne*, red. A. Rajzner, P. Szczepaniak, Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa 2009.

Konieczna Ewelina J., *Arteterapia w teorii i praktyce*, Impuls, Kraków 2014.

Konopczyński Marek, *Metody twórczej resocjalizacji*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2008.

- Kronenberger Małgorzata, *Muzykoterapia. Podstawy teoretyczne do zastosowania muzykoterapii w profilaktyce stresu*, Mediatour, Szczecin 2003.
- Pilch Tadeusz, Bauman Teresa, *Zasady badań pedagogicznych. Strategie ilościowe i jakościowe*, Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa 2001.
- Stachyra Krzysztof, *Muzykoterapia i wizualizacja w rozwijaniu kompetencji emocjonalnych studentów pedagogiki*, Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, Lublin 2009.
- Stachyra Krzysztof, *Muzykoterapia jako element resocjalizacji nieletnich*, [w:] *Terapia w resocjalizacji*, cz. 1: *Ujęcie teoretyczne*, red. A. Rejzner, P. Szczepaniak, Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa 2009.

Artykuły

- Cylkowska-Nowak Mirosława, Strzelecki Wojciech, Tobis Sławomir, *Muzykoterapia pacjenta starszego jako wspomaganie oddziaływania konwencjonalnej medycyny*, „Gerontologia Polska” 2013, nr 4, s. 138–142.
- Doron Kevin A., *Music therapy*, „The Musical Quarterly” 2006, nr 9, s. 409–410.
- Jaworska Anetta, *Oblicza zmieniającej się rzeczywistości*, „Pedagogika Społeczna” 2009, nr 2, s. 76–86.
- Nikiciuk Anna, *Wpływ muzykoterapii na samoocenę niedostosowanych społecznie*, „Szkoła Specjalna” 2005, nr 2, s. 85–92.
- Zochniak Ida, *Rola ekspresji i twórczości w procesie resocjalizacji*, „Opieka, Wychowanie, Terapia” 2005, nr 1–2, s. 27–29.

Mirosław MIELCZAREK

Akademia Humanistyczno-Ekonomiczna w Łodzi

Musical classes with elements of music therapy in the rehabilitation of juvenile girls

Abstract

The idea of combining scientific interests with personal activities and interests, incidentally musical, has appeared already during the 5-year pedagogical studies in the specialization of care and resocialisation. It resulted in a research project which concerned the use of musical activities with elements of music therapy in the process of resocialisation of minors. Consequently, it was decided to conduct research aimed at gathering the opinions of minors and teaching staff on musical activities with elements of music therapy, which was carried out in selected Youth Educational Centers. The research project confirmed the thesis that music classes with elements of music therapy can be an effective therapeutic technique in the process of resocialisation of minors, according to the opinion of the pedagogical staff and of the girls participating in these classes.

Keywords: resocialisation of juveniles, music therapy, art therapy, problem youth, institutional rehabilitation.