

UTILIZAREA MELOTERAPIEI LA CICLUL PRIMAR

Înv. Elena Cârstea (Caransebes)

Termenul terapie este explicat în Dicționarul de psihologie,elaborat de Paul Popescu-Neveanu, ca metodologie specifică de combatere, ameliorare sau vindecare a unei boli somatice sau psihice, bazată întodeauna pe un diagnostic, act medical sau psihologic esențial, implicând un demers adecvat pentru recuperare și reinsertie sociala a bolnavului.

Formele terapiei sunt foarte variate: bioterapia, ergoterapia, socioterapia, psihoterapia.

Meloterapia presupune o selecție a operelor muzicale prin teste aplicate. Modificările senzoriale determinate de muzică,au fost observate de A. Fernandes Zoila, fiind generate de „*stări efective de însoțire*”, de reviriscențe emoționale, mai mult sau mai puțin catartice,de resentimente individuale, trăite intim, ce traduc și provoacă prin ele însele o receptivitate restructurată, a cărei eficacitate psihoterapeutică ar putea fi canalizată, codificată în prescripții precise.

Este necesară clasificarea orelor muzicale în funcție de personalitate,vârstă și cultură muzicală, de alcătuirea unor programe în funcție de un anumit plan terapeutic. În afara funcției catartice,îndeplinită de contactul nemijlocit cu opera muzicală, se are în vedere și funcția terapeutică a instrucției muzicale.

O metodă originală prin orientarea spre sinteza unor forme de creație deosebite este propusă de M. A. Guilhot, J. Jost, P. Garnier în „*Contribution de la musique au psychoterapie*”, editată în urmă cu trei decenii. Tehnica propusă asociază, într-un sistem de condiționări reciproce un procedeu de vizualizare și concentrare asupra unor imagini simbolice,un procedeu de audiere a operelor muzicale și un procedeu de asociere, la nivelul unei creații picturale originale,a tonalității afective inspirată de opera muzicală și de imaginea dată.

Pornind de la opera muzicală, considerată ca factor inductor și sursă de inspirație, copilul este îndrumat să-i asocize o reprezentare vizuală interioară

și ulterior să deseneze reprezentarea. Între desen, cuvânt și muzică se stabilesc relații de interdependență de tipul feed-back-ului. Multiplicitatea informațiilor și a emoțiilor suscitade și orientate într-o anumită direcție, stimularea multidimensională a funcției de creație realizează o amplificare a eficienței curative a meloterapiei. După opinia autorilor, metoda este utilizabilă în cadrul psihologiei. Muzica, spunea George Enescu este „*expresia pură a unei stări de suflet*”.

Pentru remedierea unor comportamente caracterizate prin inclinații agresive stresante, am folosit celebrul ciclu de patru concerte pentru vioară cu acompaniament de orchestră cu coarde reunite de Antonio Vivaldi sub titlul „*Anotimpurile*”. Natura fundamentală a artei lui Vivaldi, cheia succesului ei, - perfectul echilibru -, se regăsește pe toate dimensiunile construcției muzicale.

„*Anotimpurile*” lui Vivaldi sunt, mai degrabă, expresie a sentimentelor decât pictură. Sensul descriptiv se realizează sincron pe două planuri atât prin anumite inițiative, cât și în plan mai general, prin caracterul fiecărei mișcări în parte și chiar al fiecăruia dintre concerte, în raport cu teza declarată.

Cele patru concerte sunt evocări ale anotimpurilor: primăvara, vara, toamna, iarna. Aspectul descriptiv al acestei opere rămâne secundar, important fiind răspunsul muzical pe care Vivaldi și-l dă prin simplitate, lumină, inocență.

Le-am propus elevilor din clasa a III-a să dea expresie liberă, în desenul spontan, închipuirii sugerate în concertul inspirat de anotimpul primăvara. Cercetând lucrările elevilor, am constatat folosirea curcubeului – fenomen natural al dispersiei (descompunerii) luminii în culori principale (roșu, galben și albastru) și secundare (oranj, verde și violet).

Culorile primare folosite în lucrări, de elevi, semnifică: - roșu reprezintă eroismul, spiritul de sacrificiu, zbuciumul, lupta eroică, dar și agresivitatea, mișcare distructivă; - galbenul: bogăția, hărnicia, valoarea, strălucirea, iubirea, mișcarea constructivă; - albastrul: libertatea, speranța, odihna, seninătatea, liniștea, fidelitatea, colaborarea pașnică.

În clasa a II-a, am dedicat lecții speciale audierii Sonatei nr. 3 pentru pian, în Re major opus 24, de George Enescu. În prima temă a părții I (Vivace con brio), în care răsună ecouri de muzică populară românească printre sinuizitățile melodice, scriitura pianistică a lui Enescu este densă, cu foarte multe note ornamentale ce provin din muzica instrumentală țărănească (tehnica fluierului, cavalului, cimpoiului), ori lăutărească (tehnica

viorii, a țambalului, a cobzei). Aceste tehnici i-au făcut lucrările accesibile în urma a două audiții.

În orele de educație muzicală, am folosit de asemenea, fragmentul din Sonata nr. 3 pentru pian și vioară, „în caracter românesc popular”, în la minor opus 23 partea I. Pascal Benteoiu remarca: „nu numai vioara se constituie în chintesență de cântare lăutărească, dar și pianul se modelează în cea mai mare parte a timpului personalității țambalului sau cobzei”.

Comunicându-le elevilor libertatea alegerii temelor, exprimarea gândurilor în mod firesc, nesofisticat, așternându-le pe hârtie, i-am angajat într-un dialog la care au fost încurajați să participe activ, să-și exprime impresiile produse de audierea lucrărilor, favorizând, astfel, dezvoltarea potențialului terapeutic al grupului. Elevii au înțeles totodată natura mutuală a schimbului și ajutorului dat de grup, necesitatea dezbaterii problemelor fiecăruia dintre ei. Prin această participare, copiii au un comportament distorsionat pot înțelege (într-un mod ce poate atinge profunde trăiri emoționale) sensul inadecvat al relaționării și atitudinilor lor.

Experimentând trăiri afective, exprimând opinii, comparând situații în cadrul clasei, elevii au învățat să-și modeleze atitudinile.