

## Probleme specific

### CUPRINS:

1. **Comportament Dificil**
2. **Reticenta**
3. **Mobilitate limitata**
4. **Limite**
5. **Motivatia**

### 1. Comportament dificil

#### a) **Lucrul cu clienti cu comportament agresiv**

Pentru a mentine siguranta ta si a clientilor tai in timpul unei sesiuni de terapie, trebuie respectate urmatoarele reguli:

- *Nu ranim instrumentele*
- *Nu ne ranim unul pe celalalt*

#### i) **Ce fac atunci cand un client arunca sau incearca sa strice deliberat un instrument?**

- Aruncarea instrumentelor nu este acceptata, iar daca un client face acest lucru in mod intentionat, spui 'Nu'. Incearca sa folosesti un instrument mai mare, cum ar fi un bat ploaie sau o tamburina, tinand de instrument impreuna cu clientul, astfel incat sa nu il poata arunca. Poti introduce activitati muzicale care implica darea obiectului mai departe, astfel incat clientul sa se centreze pe folosirea instrumentului in alt mod. Ar putea arunca instrumentul ca sa stearneasca o reactie. Incearca sa dai un raspuns pozitiv cand clientul canta la instrument – acest lucru il va incuraja sa pastreze instrumentul.
- Daca ti se pare potrivit, poti sa canti 'Lui (numele clientului) ii place sa desface/sa arunce instrumente' privind intensitatea actiunilor lui/ei cu linia ta vocala. Apoi canti: 'Acum (numele clientului) se poate opri'.
- Daca crezi ca un instrument poate fi aruncat sau stricat, spune-i clientului ca vei lua instrumentul ca sa-l pasterzi in siguranta. Iar daca va trebui sa iei instrumentul, mai intai zi-i clientului ca vei face acest lucru si explica-i de ce il iei.
- Daca simti ca un client nu poate folosi instrumentele in siguranta, poti folosi in schimb o mingie moale (care poate fi rostogolita, stransa in mana si aruncata), pana cand clientul este gata sa foloseasca instrumentele in siguranta.
- Daca nici una din tehnicile mai sus mentionate nu dau rezultate, iti poti folosi vocea cantata pentru a raspunde clientului.
- Din motive de siguranta, poti ruga un coleg sa te asiste in sesiunea/sesiunile initiala.

#### ii) **Ce sa fac daca un client incearca sa ma loveasca?**

- Nu este acceptabil sa fi lovit de un client, iar daca clientul te loveste spui 'Nu'. Ii poti oferi o toba mare pe care sa o loveasca ca si modalitate de siguranta si adecvata pentru exprimarea emotiilor dificile.
- Daca nu te simti in siguranta in timpul sesiunii considera incheierea sesiunii mai devreme si spune-i clientului cand il vei vedea din nou pentru sesiunea de

muzica. In acest fel clientul va sti ca tu si muzica, spatiul terapeutic, veti fi acolo pentru el. Durata unei sesiuni se poate prelungi cand clientul incepe sa realizeze acest lucru si va fi capabil sa gaseasca moduri de interactiune cu tine in siguranta.

#### **b) Lucrul cu clienti care se auto-ranesc**

Cand lucrezi cu un client care se auto-raneste este important sa intelegi de ce se comporta in acest fel. Clientii se auto-ranesc din diferite motive. Unii se comporta astfel deoarece se simt frustrati/furiosi si vor sa se raneasca deliberat. Unii clienti se ranesc pentru ca vor atentie sau pentru ca sunt plictisiti. Alti clienti au invatat sa se auto-raneasca si folosesc acest comportament in mod automat (isi lovesc corpul sau se lovesc cu capul de perete). Desi par sa nu aibe nici o reactie la aceste lovituri, totusi ii doare. Unii clienti s-ar putea sa sufere de sindromul Lesch-Nyham, care este o tulburare de auto-ranire compulsiva. Acesti clienti au nevoie de protectie speciala impotriva auto-ranirii.

#### **i) Ce pot sa fac daca un client se auto-raneste intentionat in timpul unei sesiuni?**

- Incearca sa ii dai un instrument care ii permite sa comunice si sa isi exprime emotiile in mod non-verbal. Incearca sa il sustii in exprimarea sa raspunzand intr-un mod care ii arata ca asculți emotia sa. Acest lucru il poate ajuta sa inteleaga ca cineva asculța dificultatea emotiilor lui si il va ajuta sa le controleze. In final s-ar putea sa nu mai simta nevoia de a-si cauza o durere fizica.
- Un client poate canta foarte tare la un instrument muzical daca simte furie sau frustrare. Incearca sa stai la acelasi volum ca si clientul, la intensitatea cantecului sau, mai degraba decat sa incerci sa-l faci sa cante la un volum mai redus. Acest lucru il va ajuta sa inteleaga ca il asculți.

#### **ii) Ce fac cand un client canta la un instrument cu atata forta incat pare ca se raneste intentionat?**

- Gadeste-te daca clientul foloseste sesiunea pentru a se exprima sau pentru a se auto-rani?
- Ii poti oferi un bat cu care sa bata in loc de a-si folosi mana.
- Poti introduce o activitate care are o structura start/stop, astfel incat clientul sa poata lovi instrumentul cu un bat pentru a-si elibera exprimarea, existand totodata un spatiu structurat intre sunete. Acest lucru poate creste constientizarea de sine a clientului si ii ofera spatiul necesar care incurajeaza interactiunea cu o alta persoana, mai degraba decat dezvoltarea unui mod obsesiv de a canta la un instrument care pare sa induca un comportament de auto-ranire.
- Poti introduce modalitati senzoriale mai tandre de utilizare a instrumentelor. De exemplu, poti atinge, mangaia usor clientul cu instrumentul. Poti mangaia mainile, picioarele, laba piciorului cu diverse instrumente. Pot fi folosite instrumente senzoriale, ca zornaitoarea nuca sau clopoteii. Poti face acest lucru sub forma unei conversatii muzicale: tu canti la instrument, instrumentul atinge clientul, canti din nou, instrumentul atinge clientul, etc.
- Aceste tehnici il vor incuraja pe client sa exploreze modalitati mai sensibile de a folosi instrumentele si il poate ajuta sa isi dezvolte ideea de sine fara a se rani fizic.

### **c) Lucrul cu clienti care nu raspund**

#### **i) Ce fac daca un client nu canta la instrumente?**

- Exista multe alte raspunsuri ale clientului decat acela de a canta la un instrument, raspunsuri pe care le poti observa si la care poti raspunde. Acestea pot fi vocalizari sau miscari ale clientului; de exemplu, leganarea, sau mersul, sau pur si simplu miscari ale ochilor sau ale capului, chiar respiratia. Oferi clientului spatiul de a initia un raspuns asteptand ca el sa-si miste ochii sau sa traga aer in piept.
- Tine minte ca iti poti folosi vocea pentru a raspunde clientului cantandu-i numele sau imitand tonul, dinamica sau forma vocalizarilor lui.
- Este important sa ii permiti clientului sa conduca interactiunea. In acest fel clientul va deveni constient de el insusi si de altii. Tu oferi clientului o experienta importanta in care il asculti si ii dai de inteles ca esti cu el.
- Nu canta la instrument in locul clientului; va fi mult mai semnificativ daca atinge el insusi instrumentul pentru prima oara.
- Daca simti ca este necesar, poti atinge/magaia clientul usor cu un instrument. Poti face acest lucru sub forma unei conversatii muzicale, cum am descris anterior.
- Poti incerca sa introduci instrumentele gradat, cantandu-le calm clientului. Observa cu atentie orice raspuns din partea clientului, chiar cele mai mici; de exemplu, clientul se uita la un instrument sau la tine, iar acesta este un punct de contact semnificativ, care poate incepe angajarea cu clientul.
- Este nevoie de mult timp si rabdare pentru a lucra cu acesti clienti. Va trebui sa lucrezi gradual, la pasul clientului. Unele schimbari pot fi mici, dar retine ca ii oferi clientului o experienta importanta si o atentie speciala, precum si un spatiu in care se poate angaja cu tine cand este pregatit pentru acest lucru.
- Nu iti pierde speranta daca nu vezi nici o dezvoltare sau schimbare a clientului in timpul sesiunii de terapie muzicala. Retine ca a lucra cu un client/grup poate fi un proces foarte gradat. Poate trece mult timp pana sa vezi vreo schimbare sau dezvoltare. Fiecare client va raspunde si se va dezvolta intr-un ritm si nivel diferit. Retine ca cel mai important lucru este experienta pe care o oferi clientului, de a fi ascultat si de a i se raspunde ca unei persoane. Tu oferi un spatiu valoros si dai clientului posibilitatea de a se exprima in ritmul si la nivelul sau.

#### **d) Lucrul cu clienti care deranjeaza sesiunea**

Este important ca toti cei care participa la sesiunile de muzica sa se simta in siguranta.

Incearca sa te gandesti de ce clientul deranjeaza sesiunea. Poate vrea sa mearga la toaleta? Abia s-a trezit din somn? Poate clientul nu se simte in siguranta si poate comunica astfel ca are nevoie de spatiu. Incearca initial sa nu ii scoti din sesiune, pentru a avea posibilitatea sa se invete sa se comporte intr-un mod acceptat. Poti sugera ca acest client are nevoie de spatiu si explica de ce (alti membrii ai grupului pot beneficia de aceasta explicatie). Clientul

care a deranjat se poate aseza pe un scaun sau pe un pat ca sa priveasca grupul. Apoi va fi invitat din nou in grup cand comportamentul sau este adecvat.

**e) Lucrul cu clienti preocupati**

- Unii clienti manifesta comportamente preocupate sau ritualice. Acestea includ frecarea rapida a degetelor, privitul in sus, respiratie neregulata si tinerea in mana a unui obiect specific. Clientii au adesea astfel de comportamente pentru a se izola de lumea exterioara. De asemenea, este o modalitatea de evita angajarea si interactiunea cu tine.
- Daca un client tine in mana un obiect special – incearca sa folosesti acest obiect pentru a canta la instrumente. Daca iei obiectul din mana lui clientul poate deveni agitat. Incearca mai degraba sa lucrezi cu comportamentul clientului decat sa-i opui rezistenta.
- Daca un client se uita constant in sus, ridica instrumentul pentru ca el sa-l poata vedea; cand se uita in jos fa acelasi lucru, coborand instrumentul. In aceasta experienta muzicala clientul se poate simti in control si poate incepe sa se uite la tine. Incearca sa raspunzi pozitiv la comportamentele clientului care arata ca vrea sa participe. Aceasta poate lua mult timp, deci incearca sa lucrezi la pasul clientului. Lucrand mai repede sau ajutand clientul sa cante (tinandul de incheieturile mainilor) inseamna doar ca vor deveni dezinteresati din nou. Cand canti tu pentru client, inseamna ca nu canta clientul, ci tu!
- Unii clienti sunt interesati de instrumente din cauza calitatilor vizuale ale acestora (batul ploaie). Instrumentele pot fi folosite in multe moduri diferite. Unii clienti vor explora instrumentele, pundu-le in gura. Acest comportament este foarte asemanator cu cel al unui sugar (peste 6 luni). Dupa ce clientul a facut acest lucru, impartiti un instrument (de exemplu, tamburina) cu clientul, miscandu-l incet de la gura lui. Retine ca unele instrumente trebuie spalate sau sterse dupa fiecare sesiune pentru a fi curate.

**f) Lucrul cu clienti care domina**

**Acest sfat din Buletinul Anual 2006 va va fi de ajutor:**

**Un membru al grupului domina asupra celorlalti prin faptul ca el/ea canta tare si 'joaca teatru'. Cum pot sa previn ca el sa nu imi acapareze atat de mult atentia in fiecare saptamana?**

**Alexia Quin** si **Cathy Rowland** sugereaza includerea de activitati in care membrului dominant al grupului i se ofera posibilitatea de a domina constructiv. Spre exemplu, intregului grup i se poate oferi ocazia sa cante foarte tare. Apoi poti sa contrastezi cu un cantec foarte incet, cantat la alte instrumente. **Alexia** descrie cum a procedat ea anul trecut in munca ei: "Aceste activitati au ajutat baiatul care provoca deranj sa devina mai constient de impactul comportamentului sau asupra altor persoane si i-au oferit posibilitatea de a-si pune in practica dorinta lui arzanda de a domina." Multi membri ai consiliului spun ca este important sa ne gandim la motivele pentru care un copil deranjeaza sesiunea. Ce il atrage sa cante tare sau haotic? **Cathy Rowland** spune ca daca un client continua sa se comporte

inadecvat, poti sa ii spui sa paraseasca grupul. Asigura-te ca stie exact de ce este inlaturat si ca are cel putin doua sau trei avertismente.

## 2. Reticenta

**Exemple de modalitati in care reticenta se poate manifesta in timpul sesiunilor de terapie prin muzica.**

**Clientul nu doreste sa se implice in cadrul sesiunii si refuza sa:**

- intre in sala
- cante la instrumente
- acorde atentie sau sa manifeste interes terapeutului sau celorlalti clienti (daca el/ea lucreaza in grup)
- respecte regulile grupului
- cante cand ii vine randul in cazul in care face parte dintr-un grup

**Chiar daca este incadrat in sesiune, clientul se detaseaza prin:**

- intreruperea oricarui contact in mod brusc si abrupt (prin acoperirea urechilor sau prin indepartare)
- parasirea camerei sau doreste ca sesiunea sa se incheie
- revenirea la modurile sale obisnuite de comportament
- retragerea de unul singur intr-un colt al camerei
- antrenarea in joc provocativ cu alte obiecte din camera

**Clientul este antrenat in cadrul sesiunii, dar se comporta in asa fel incat pare a impiedica orice progres catre obiectivele terapeutice prin:**

- miscarea constanta de la un instrument la altul sau schimbarea continua a acestora
- controlarea sau dominarea sesiunii
- interpretarea continua in acelasi fel

**Ce simtim noi in asemenea situatii?**

**Reticenta de orice fel poate instiga in noi sentimente diverse, dificile si complexe precum plictiseala, confuzie, frustrare, anxietate, deznadejde, neputinta - pentru a numi doar cateva.**

**Ce se intampla cu clientul?**

**In unele situatii, urmatoarele puncte pot fi folositoare in a ne ajuta sa intelegem ce se intampla**

- Ce stim despre el/ea  
Trecutul (experiente de viata)  
Patologie (conditie particulara)  
Viata la momentul de fata?
- Cum pot influenta acestea ce se intampla in prezent?

## Ganduri utile in munca cu reticenta

- (1) Noi toti putem simti un fel de reticenta in anumite situatii care par a fi provocatoare in functie de experienta noastra de viata, dificultatile sau situatia vietii curente.

*Exemplu: refuzul de a ne apropia de apa adanca daca nu putem inota!*

- (2) Reticenta clientilor nostri ne poate aduce aminte de propriile limite si dificultati intr-un fel care poate fi inconfortabil pentru noi intr-un mod tangibil sau intangibil

- (3) In mod similar, sentimentele noastre cu privire la reticenta clientilor ne pot indica ce simt de fapt clientii in interiorul lor. Multe dintre provocarile pe care ei le prezinta reflecta probleme mult mai adanci din interior (Vezi documentul 'Provocari in munca cu autismul')

*Exemplul 1: Un client canta la fel in fiecare sesiune si ne simtim plictisiti. Poate ca acest lucru ne spune ceva despre modul in care el/ea este limitat in relatia lor cu lumea inconjuratoare?*

*Exemplul 2: Un client refuza sa participe la sesiune iar noi simtim un esec in abilitatile noastre de a ne atinge scopul. Poate ca acest lucru ne spune ceva despre sentimentul lui/ei de neputinta cand i se cere sa faca ceva.*

- (4) Asadar, reflectand asupra istoricului, patologicului, circumstantelor curente ale clientului, precum si asupra sentimentelor noastre cu privire la reticenta, este posibil sa obtinem informatii cu privire la ceea ce se intampla intr-adevar cu clientii.

- (5) Tinand cont de faptul ca ai nostrii clienti trebuie sa simta ca noi ii acceptam asa cum sunt, este adesea indicat sa **toleram** reticenta clientilor nostri intrucat, asa cum stim, este important *sa ii acceptam asa cum sunt*, sau *sa intram in lumea lor*, inainte ca orice schimbare terapeutica sa poata aparea. In mod frecvent, cu cat intelegem clientul si pe noi insine mai bine, cu atat este mai usor.

- (6) In orice caz, in unele situatii reticenta clientilor nostri poate fi de asemenea cauzata si de faptul ca ei nu cunosc un alt mod de a fi. Aceasta este asadar sansa noastra de a le arata un nou mod de a fi. In aceste situatii, in timp ce totusi acceptam clientul asa cum este, poate fi benefic sa provocam acest comportament reticent. Exista o sumedenie de modalitati de a realiza acest lucru in functie de nevoia clientului si contextul sesiunii.

*Exemplele pot include:*

- *Derularea unei activitati diferite*
- *Sugerarea/modelarea unui mod diferit de a canta*
- *Stabilirea unui nou scop (ie: poate clientul sa asculte alti clienti in timp ce canta?)*

- (7) Din pacate nu exista reguli clare scrise in alb si negru care sa ne spuna cand sa toleram sau cand sa ii provocam pe clienti daca dau dovada de reticenta. Mai jos veti gasi cateva idei utile:
- Dupa cum am mentionat anterior, cel mai important lucru pentru noi este sa intelegem si sa acceptam clientii asa cum sunt inainte de a ne imbarca in orice tip de interventie
  - Decizia de a provoca aceasta reticenta este asadar bazata pe sentimentul de cunoastere a clientului, raspunsul nostru si adesea pe intuitie.
  - O interventie desemnata a provoca reticenta clientului poate fi foarte redusa, precum o mica adaptare a unei activitati; sau poate fi radicala, precum schimbarea intregii activitati sau o modalitate complet diferita de interactionare. Cateva exemple ale acestora din urma ar putea fi:
    - Varierea stilului de a canta mai degraba decat simpla copiere
    - Dirijare sau conducere, daca tu l-ai urmarit mai inainte
    - Oferirea unor noi idei muzicale daca muzica pare a se 'impotmoli'
    - Interpretarea muzicala care sa reflecte starea lor de retragere
  - In cazul in care decizia de a-i provoca reticenta pare ulterior sa fi fost gresita, putem reveni la felul anterior de a fi. Daca consideram aceasta nu ca o 'greseala', dar ca si o parte a 'dansului' care apare in orice relatie, atunci ea poate fi o parte importanta in evolutia procesului terapeutic. *'Fac un pas inainte, tu faci un pas inapoi, eu fac un pas inapoi, tu faci un pas inainte etc'.*

### **Explorarea Reticentei: Studiu de caz**

**Mai jos vom exemplifica trei situatii terapeutice pentru un singur client, la diverse stadii in timpul activitatilor. Fiecare situatie exploreaza urmatoarele intrebari:**

- (1) Cum se manifesta reticenta in timpul sesiunilor?**
- (2) De ce credem ca apare?**
- (3) Ce simtim cand apare?**
- (4) Cum intervenim?**

#### **Studiu de caz: Duncan**

***Un tanar de 22 de ani cu dificultati severe de invatare si epilepsie, care a fost mutat recent de la scoala sa intr-o noua casa rezidentiala, departe de familia sa.***

#### **Exemplul 1**

- (1) Cand a inceput terapia prin muzica, parasea sesiuni mai devreme - 5 pana la 15 minute dupa inceperea sesiunii.
- (2) Fiind un tanar cu autism care a trecut recent printr-o schimbare traumatizanta datorita faptului ca a fost mutat de la familia si scoala sa intr-o casa noua, consider ca Duncan s-a simtit nelinistit in acesta noua situatie de sesiune fata in fata cu terapeutul, si

asadar a simtit nevoia de a controla situatia prin parasirea camerei cand totul era prea mult pentru el.

- (3) M-am simtit putin respinsa, ca si cum sesiunile mele nu erau 'suficient de bune' si ingrijorata sa imi dau seama daca vor deveni 'mai bune'. In orice caz, mi-am dat seama ca probabil Duncan reactiona atat de puternic pentru ca ii era impusa aceasta cerinta (de a sta intr-o camera cu o femeie straina 30 minute) si datorita faptului ca viata lui nu parea la fel de frumoasa ca inainte.
- (4) Am *tolerat* plecările sale, spunandu-i ca il voi astepta acolo daca va dori sa se intoarca. Incetel cu incetul, Duncan a stat in camera mai mult timp.

### **Exemplul 2**

- (1) La mijlocul sesiunilor de terapie, desi Duncan statea mai mult timp in camera, devenea dezinteresat, inceta sa mai cante si mergea sa stea langa fereastra
- (2) Imi parea ca dupa perioade lungi, intense de cantat impreuna, el se simtea supra-incarcat sau supra-stimulat de experienta, o trasatura des intalnita in autism.
- (3) Cateodata ma simteam putin nerabdatoare din acest motiv, dar mi-am dat seama ca reactionam la rigiditatea lui Duncan in comunicarea lui sociala.
- (4) In unele situatii, Duncan exprima clar ca trebuia sa ii tolerez nevoia de a se detasa. Daca nu i-as fi dat voie, s-ar fi indreptat catre usa. In alte ocazii, am experimentat o provocare usoara a acestei detasari prin cantarea de sunete care reflectau noua lui stare si care aveau intentia de a-l atrage din nou. Cateodata parea ca dragostea lui de muzica si interesul in sunetele noi erau suficiente pentru a-i trezi interesul de a canta impreuna.

### **Exemplul 3**

- (1) Dupa un an de terapie prin muzica, Duncan inca paraseste sesiunile mai devreme. Odata ce pleaca, ii este greu sa se mai intoarca.
- (2) Conform raportului nostru foarte entuziast si familiaritatii sale cu sesiunile, se pare ca acesta a fost un mod familiar de comportament in situatii pline de anxietate sau cand simte nevoia de control, si nu o reactie la sentimente traumatizante.
- (3) Eu m-am simtit foarte frustrata, ceva ce am simtit ca se datora mai mult rigiditatii comportamentului lui Duncan
- (4) Mi-am asumat riscul de a decide sa-l provoc intr-un mod foarte direct prin a sta langa usa si spunandu-i 'Duncan, cred ca daca stai pana la sfarsit, iti va placea. A refuzat de doua ori si a mers catre usa si bineinteles ca a fost liber sa plece daca era hotarat. In orice caz, in multe alte ocazii a acceptat limitele impuse si a fost capabil sa stea si sa se bucure de sesiune.

### 3.

### Mobilitate limitata

#### **Lucrul cu un client cu mobilitate limitata**

- Un client poate avea o tulburare sau o dizabilitate fizica care nu ii permite parasirea patului. Este totusi posibil sa lucrezi cu acesti clienti, aducand instrumentele la patul lor. Gandeste-te la folosirea unor instrumente mai senzoriale, de exemplu, betele acustice, batul ploaie, zornaitoarea nuca sau clopoteii. Clientul poate fi atras vizual, auditiv sau senzorial de aceste instrumente. Poti raspunde la aceste reactii.
- Clientul poate avea miscari, chiar daca sunt foarte limitate. Daca tii un instrument langa el, cum ar fi betele acustice, ar putea sa cante la ele fara a se misca prea mult sau face un efort prea mare.

Daca clientul pare obosit in timpul sesiunii, atunci poate va trebui sa scurtati durata sesiunii.

### 4. Limitele

#### Rolul limitelor in lucrul terapeutic prin muzica

#### 1 **Ganduri preliminare:**

Ce este o limita?

Ceva care indica granite sau ingradiri.

O linie reala sau virtuala care marcheaza marginea sau limita a ceva.

- Rolul limitelor poate diferi de la lucrul cu un client/grup la lucrul cu alt client/grup. Pentru lucrul cu unii clienti, sunt esentiale limite foarte clare si ferme. In lucrul cu alti clienti, sunt mai potrivite limite mai flexibile.
- Limitele trebuiesc stabilite in functie de nevoile clientului/grupului si in functie de propriul tau nivel de competenta si de incredere in tine. Fiecare persoana va avea diferite atitudini personale, preferinte si puncte tari in aceasta munca.

#### 2 **De ce este important sa ne gandim la limite in lucrul terapeutic prin muzica?**

##### Pentru a dezvolta si proteja o relatie terapeutică sanatoasa

- pentru a sculpta un spatiu unde se poate raspunde cu consideratie la reactii si comportamente, si unde emotii dificile pot fi exprimate si tinute
- pentru a dezvolta un sentiment de incredere in tine si in relatie
- o oportunitate de a modela relatii sanatoase cu altii care poate nu au avut experienta unor relatii in care limitele personale au fost respectate.

##### Pentru a asigura siguranta fizica

- pentru a asigura siguranta liderului sesiunii si a clientului/clientilor

- pentru a asigura siguranta instrumentelor

#### Pentru a reduce anxietatea si a oferi control emotional

- un sentiment de stabilitate este important pentru reducerea sentimentelor de anxietate
- este importanta conducerea si controlul emotiilor dificile si haotice ale clientului
- este important sa oferim clientului posibilitatea de a-si exprima emotiile dificile fara a deveni copleșit de ele

#### Pentru a incuraja controlul de sine si reglarea de sine

- Mentinerea limitelor relatiei, limitelor comportamentale si modalitatilor constructive de a exprima emotii dificile poate fi un model pentru clienti astfel incat sa poata face acest lucru pentru ei insisi.

### **3 Care sunt limitele la care trebuie sa ne gandim in lucrul terapeutic prin muzica?**

#### Limite practice:

- Spatiul
  - Toate sesiunile se vor tine in acelasi loc? Vei considera tinerea unor sesiuni in locuri diferite?
  - Liderul sesiunii si clientul/clientii vor fi singurele persoane care participa la sesiune? Vei permite altor persoane 'sa vina sa observe' sau 'sa participe' in sesiune?
  - Ce faci daca un client vrea sa paraseasca incaperea, fie pentru a termina sesiunea sau pentru a continua in alta parte?
- Timpul
  - Va exista un timp recunoscut de inceput si unul de sfarsit al sesiunii? Ce faci daca un client intarzie in mod repetat?
  - Fiecare sesiune va incepe si se va termina la aceeasi ora? Ce faci daca un client intr-o saptamana nu poate veni la ora stabilita?
- Instrumentele/alte obiecte din incapere
  - Vor fi disponibile toate instrumentele tot timpul?
  - Vor exista limite privind modul in care clientul/clientii foloseste instrumentele?
  - Obiectele din camera vor fi disponibile clientului?
  - Vor fi premise si alte activitati in afara de muzica?

#### Limite personale si relationale:

- Relatia terapeutică
  - Vei fi in contact cu clientul in afara sesiunilor de muzica? Daca da, va fi vreo diferenta in modul in care vorbesti/ relationezi cu el in afara sesiunii?
  - Cand esti liderul unei sesiuni este la fel ca atunci cand esti profesor sau ingrijitor? Cum este diferit?
  - Cum poate fi relatia terapeutică la fel ca cea de a fi 'prietenii'? Cum poate fi diferita?

- Contactul fizic
  - Ce fel de contact fizic între client și terapeut poate fi sau nu adecvat? Dacă există atingere fizică, ce rol are aceasta?
- Confidentialitatea
  - Ce va rămâne 'în cameră'? Ce va fi împărtășit cu alții?
  - Dacă ceva este împărtășit cu alții, cui este adecvat să împărtășești? Cu cine nu este adecvat să împărtășești?
  - Poate fi câteodată adecvat să nu păstrezi confidentialitatea?

#### Limite comportamentale:

- Limite comportamentale
  - Ce limite ai putea să pui limbajului clienților/modul în care vorbesc cu tine sau cu alți membri ai grupului?
  - Este permis tipatul/aruncatul/alt comportament agresiv?
  - Care ar putea fi răspunsul tău la un comportament sexualizat?

## 4 Cum putem stabili și menține limite eficiente în lucrul terapeutic prin muzică?

### Prin Cuvinte

- Recunoaște răspunsul sau comportamentul lor, și pune sau reiterează limita
- Oferă alternative de siguranță și constructivă acolo unde este cazul
- Folosește un limbaj clar și simplu
- Unde îți se pare potrivit să dai un motiv, fă-o simplu și concret, de ex. 'Trebuie să fim în siguranță' sau 'Nu avem o relație care implică îmbrățișări și atingeri'
- Vorbește clar și calm, dar oglindește energia clientului în vocea ta

### Prin Acțiunile și Limbajul tau Corporal

- Sprijină și confirmă cuvintele sau indicațiile tale prin gesturi
- Păstrează o postură corporală deschisă, o poziție ferm menținută și la o distanță de siguranță când încerci să controlezi un comportament agresiv sau de intimidare
- Potrivește energia clientului cu energia acțiunilor tale

### Prin Muzică

- **Structura:** structuri familiare și predictibile, pe care clientul le poate anticipa, pot ajuta clientul să-și regleze răspunsurile în relație cu acestea, și îl poate ajuta să simtă stabilitate și siguranță.
  - Când poate fi important să ai o structură clară și familiară a muzicii? Când poate fi important să cânti o muzică mai flexibilă și nepredictibilă?
  - Care puncte ale unei structuri clare pot fi anticipate ușor de client?
  - Ce caracteristici muzicale pot ajuta un client să prezică ce se va întâmpla în momentul următor și astfel să își coordoneze răspunsul cu muzica?
  - Ce caracteristici muzicale pot ajuta la crearea unei structuri clare în muzică?

- **Pulsul:** Un puls stabil, in muzica familiara sau improvizata, poate oferi un sentiment de a avea o baza sau de a fi 'tinut in brate'. Acest lucru poate permite sentimentelor puternice sau haotice sa fie exprimate fara a scapa total de sub control sau a deveni distructive.
  - Cand poate fi important sa canti cu un puls stabil? Cand poate fi important sa canti cu o fluctuatie a pulsului, cantand mai repede sau mai lent, sau fara nici un puls recunoscut?
  - Care pot fi efectele acestor utilizari diferite ale pulsului asupra muzicii pe care o faceti impreuna si asupra clientului?
  
- **Tonalitatea:** O tonalitate clara si care nu se schimba poate crea sentimentul de a fi 'centrat' in jurul unui punct familiar, si de a fi 'tinut' in limite. In acelasi fel, o tonalitate care variaza sau o lipsa totala de tonalitate poate indeparta ceata de la 'marginile' muzicii.
  - Cand poate fi important sa canti cu o tonalitate clara si de recunoscut? Cand este important sa estompezi marginile tonalitatii adaugand note care nu fac parte din ea? Cand poate fi importanta muzica complet 'atonala'?
  - Care pot fi efectele acestor diferite utilizari ale tonalitatii asupra muzicii pe care o faceti impreuna si asupra clientului?

## 5 Consideratii finale:

- Limitele trebuiesc stabilite in functie de nevoile clientului. Acelasi lucru nu se potriveste tuturor. Intreaba-te de ce rol trebuie sa joci pentru a satisface nevoia clientului/grupului?
  
- Continua sa monitorizezi cat de eficiente si adecvate sunt limitele pe care le-ai stabilit. Daca sunt mai mult restrictive decat constructive si cu scop, redefineste-le.
  
- Clientii pot testa limitele, de ex. ajung tarziu la sesiuni, vor sa faca sesiunea in alta parte. Ai putea sa simti ca aceasta este o forma de 'a rezista' sesiunii si se impotrivesc adaptarii orei si locului sesiunii din acest motiv. In orice caz, poate fi un alt motiv, mai direct, cum ar fi, oboseala dupa pranz sau dupa luarea medicatiei. Daca adevarata cauza este 'rezistenta' la sesiuni, aceasta va fi aratata in mod repetat in diferite moduri. Poti permite aceasta schimbare si monitoriza raspunsurile viitoare.
  
- Limitele care fluctueaza constant nu mai sunt deloc limite. Aceasta inconsistenta poate crea confuzie si nu este utila. In orice caz, daca o limita trebuie schimbata in functie de schimbarea nevoilor clientului, acest lucru poate fi facut clar si cu facerea cunoscuta a motivului schimbarii si diferentelor dintre limita anterioara si cea noua.
  
- Retine ca si clientul tau va avea preferintele sale, de ex. spatiu personal, nivel de activitate, toleranta la zgomot care pot rezulta in crearea de limite de catre client. Daca vrei sa le provoci, fa acest lucru cu grija si respect.

- Lucreaza in limitele propriilor tale abilitati si incredere. Consulta-ti colegii in probleme care ti se par dificile sau confuze.

## 5. Motivatia

**Acest sfat este din Buletinul Annual 2007 iti poate fi de ajutor:**

**Cum pot ramane motivat cand clientul meu pare ca nu progreseze deloc?**

Cand simti acest lucru, este intotdeauna bine sa te gandesti la prima sedinta pe care ai tinut-o. Vei vedea ca o multime de lucruri s-au schimbat de atunci. Daca ai luat notite dupa fiecare sedinta tinuta, atunci e mult mai usor sa te clarifici in privinta progresului. Merita observat daca clientii se comporta altfel in timpul sedintelor de terapie fata de alte locuri. Acest lucru ar putea indica faptul ca ei folosesc meloterapia cu un scop anume.

Merita sa iei in considerare care este scopul pe care ti-l propui sa-l atingi cu un client anume. In terapia pe termen lung progresele pot fi incete, dar in schimb relationarea construita in timp este foarte benefica.

**Ellie Cowie** sugereaza ca daca te simti impotmolit poti face cateva schimbari, de exemplu sa adaptezi o activitate, sau sa transferi un client individual intr-un grup de lucru unde o sa poata experimenta noi moduri de interactiune muzicala. Ea va sfatuieste de asemenea sa vorbiti cu colegii despre frustrarile tale.

**Clare Sargent** sugereaza ca o data ce ai inceput sa-ti pui diferite intrebari despre munca ta – am asteptari realiste? As putea sa ma comport altfel in timpul sedintelor? As putea sa ma schimb pe mine si pe client mai mult? Merge sa fac ceva pentru clientul meu?- ia in considerare probabilitatea ca clientul tau sa-si fi atins potentialul maxim si astfel munca ta sa se fi incheiat aici.

**Ellie Watts** arata: “asteptarile nu sunt legate de ‘progresul’ unui client, ci mai degraba de mentinerea unui nivel constant de bine pentru client in fiecare saptamana - aceasta putand fi mai mult valabila in cadrul muncii cu clienti cu dizabilitati severe.”

**Alexia Quin** explica cum poate fi util sa stabilesti o perioada pentru care sa lucrezi cu clientul. Ea lucreaza cu clientii cu dizabilitati profunde si severe timp de 6 saptamani, o data pe an. In acest fel “sunt mult mai capabila sa ma concentrez asupra lor individual si asupra nevoilor lor pe o perioada scurta de timp.”