

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLMOUCI

Pedagogická fakulta

Ústav speciálněpedagogických studií

Diplomová práce

Mgr. Zdeněk Drahoš

Terapeutické využití skupinového bubnování u osob  
se speciálními potřebami

### **Čestné prohlášení**

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci zpracoval samostatně pod odborným vedením doc. Mgr. Jiřího Kantora, Ph.D. a použil jen prameny uvedené v seznamu bibliografických citací.

V Olomouci, dne 5.12.2023



Mgr. Zdeněk Drahoš

### **Poděkování**

Děkuji vedoucímu mé diplomové práce doc. Mgr. Jiřímu Kantorovi, Ph.D. za odborné vedení a připomínky při realizaci práce a svým stávajícím i bývalým klientům muzikoterapie, díky nimž se mohl tento výzkum realizovat.

# Obsah

Obsah.....	4
Úvod.....	6
TEORETICKÁ ČÁST.....	7
1 Rytmus.....	7
2 Skupinové bubnování.....	8
2.1 Typy skupinového bubnování.....	9
2.2 Drum circle.....	9
2.3 Drum circle a osoby se speciálními potřebami.....	12
PRAKTICKÁ ČÁST.....	15
Úvod do problematiky a výzkumné otázky.....	15
3 Metodika.....	16
3.1 Inkluzivní kritéria a nábor účastníků.....	16
3.2 Metody sběru dat.....	17
3.3 Fenomenologická mikroanalýza rozhovoru.....	19
4 Výsledky.....	21
4.1 Účastník č.1 Miroslav.....	21
4.2 Účastník č.2 Martina.....	27
4.3 Účastník č.3 Richard.....	34
4.4 Účastník č.4 Kryštof.....	41
4.5 Účastník č.5 Zuzana.....	49

4.6	Účastník č.6 Jiří .....	53
4.7	Identifikace společných témat, vytvoření finální jádrové esence .....	59
5	Diskuse .....	61
	Závěr .....	66
	Seznam použité literatury .....	68
	Seznam grafů a tabulek .....	69
	Seznam příloh .....	70

## Úvod

Od sedmnácti let se věnuji hře na bicí nástroje. Moje cesta nebyla poznamenaná tlakem rodičů na hru na jakýkoli nástroj, jak tomu někdy bývá. O to silnější pouto mezi mnou a hrou na bicí nástroje, potažmo bubny a hudbou vzniklo.

V průběhu studia Pedagogické fakulty v Plzni jsem propojil chuť pracovat s dětmi a můj koníček, hru na bicí nástroje. První workshop proběhl v rámci organizace Člověk v tísni, kde jsem pracoval se skupinou dětí v rámci příměstského tábora. Tehdy byl workshop založen převážně na tvorbě hudebního příběhu s využitím perkusí a bubnů. Posléze jsem v rámci této organizace navázal skupinovým bubnováním s klienty v sociálně vyloučených oblastech. V roce 2011 jsem absolvoval kurz Arthura Hulla facilitování drum circleu „Community Building Through Rhythm“. Ve stejném roce jsem se účastnil projektu „Togethet we can make it better“, který měl za cíl propojování českých a zahraničních klientů na Lékařské fakultě v Plzni. To probíhalo mimo jiné v rámci společného bubnování, drum circle. Posléze jsem se začal věnovat skupinovému bubnování s různými cílovými skupinami od dětí v mateřské školce až po seniory.

Ve finále jsem tyto zkušenosti zužitkoval s lidmi v procesu muzikoterapie (MT), kde jsem drum circle a různé rytmické aktivity trvale začlenil a začal cíleně využívat k dosažení terapeutických cílů.

Dlouhodobě sleduji, jaké účinky má v praxi hudba na člověka a kolik potenciálu se v tomto směru skrývá ve hře na bubny, skupinovém bubnování a využití rytmu obecně. To vše se násobí, pokud je to cíleně využito v terapeutickém kontextu. Touto cestou bych rád sdílel nabitě zkušenosti a shrnul mojí dlouhodobou práci prostřednictvím výsledků kvalitativního výzkumu.

# TEORETICKÁ ČÁST

## 1 Rytmus

Rytmus nás provází od narození. Můžeme říct, že žijeme v rytmu. Šimanovský (2011, s. 41) uvádí: „Rytmus, pravidelné střídání uvolnění a napětí, je jedním ze základních projevů hudby a života vůbec. Rytmický tep srdce, střídání nádechu a výdechu i pravidelná peristaltika nás udržují naživu. Své rytmy má i mozková aktivita. Naše tělo je řízeno biorytmy, které souvisejí s kolotáním hvězd. A tak všechno, včetně naše běžného jednání, má svůj rytmus“.

Rytmus v hudbě je umístění zvuků v čase. V nejobecnějším smyslu je rytmus (řecky *rhythmos*, odvozeno od *rhein*, "plynout") uspořádané střídání kontrastních prvků. (Crossley-Holland, 2024)

Rytmy se skládají ze zvuku produkovaného bubnem, označovaného jako úder, pohyb nebo pulz, a doprovodných období ticha mezi údery označovaných jako pauzy. (Cudd, 2020).

Tep srdce je nejčastěji zmiňován jako základ rytmu. Marek (2000) vychází z tohoto faktu a zasazuje ho do kontextu evropského vnímání rytmu, potažmo hudby. Zejména v evropské hudbě poměrech je jako základní vnímán čtyřčtvrt'ový rytmus. Jeho oblíbenost souvisí s průměrným tepem lidského srdce, což je 72 úderů za minutu. Průměrný počet nádechů za minutu je 18. Dáme-li tyto dvě čísla do souvislosti, resp. vydělíme-li počet úderů srdce za minutu počtem nádechů, dostaneme právě číslo 4.

Zatímco v Evropě je rytmus společensky spojen zejména s hudební produkcí, v africké kultuře je rytmus zakotven zcela bytostně. Buben byl v Africe primární formou komunikace. Byl používán k socializaci, zábavě, tanci, komunikaci a léčení. Základem Africké hudby je buben. Celá vesnice používala bubny. Buben pomáhat člověku dostat se k sobě, dostat se k vyrovnanému já (Friedman, 2000).

Téměř všichni máme v sobě vnitřní rytmus, který se dá v rámci skupinového bubnování propojit v celek a z toho právě vychází i metoda Drum circle, které lze využít v muzikoterapii. „Rytmus je v mnoha muzikoterapeutických modelech základním výrazovým prostředkem kvůli své široké použitelnosti. Může se realizovat s minimálními nároky na technickou zručnost hráče. Téměř každý člověk je schopen vytvářet hudbu s použitím rytmických perkusivních nástrojů nebo vlastního těla“ (Kantor, 2009, s. 139).

Rytmus můžeme vnímat i jako zdroj pro život. Je to zdroj vnitřní svobody, vnitřního klidu a uvolnění emocí a stresu. Zdroj pohybu a tance, zdroj pro tvoření, spontánnost i humor. Rytmus může být zdrojem pro kontakt s druhým člověkem, pro naladění se na skupinu, souhru a souznění. Rytmus podporuje jistotu, může být bezpečnou hranicí a prošlapanou cestou. Stejně tak dovoluje prožít nespoutanost. Rytmus jemných tónů poslouží pro odpočinek a spočinutí. Rytmus je zdroj!

## 2 Skupinové bubnování

Nejprve bych zde rád shrnul pozitivní účinky, které bubnování má na člověka obecně. V Tabulce 1 je souhrn pozitivních účinků bubnování na základě výsledků výzkumu cílených terapeutických programů. (Faulkner, 2021)

*Tabulka 1 - pozitivní účinky bubnování dle výzkumu z terapeutických programů*

<b>Pozitivní účinky bubnování dle výzkumu z terapeutických programů</b>		
<b>Fyzické přínosy</b>	<b>Psychologické a kognitivní přínosy</b>	<b>Sociální přínosy</b>
Zvýšená imunita (odolnost vůči nemocem)	Snížení úzkosti/stresu	Zvýšení pocitu sounáležitosti
Snížení krevního tlaku	Snížení příznaků deprese	Zlepšení sociálních dovedností
Zlepšení kardiovaskulárního zdraví	Zvýšení pozornosti a soustředění	Zdravější vztahy
Zvýšená hladina energie	Zlepšení nálady	Vyšší úroveň školní docházky
Snížená úroveň bolesti, hedonie	Snížení symptomů spojených s traumatem	Snížení protispolečenského chování
Zlepšení pohybové koordinace a pohybového plánování	Snížení psychického stresu	Lepší vztahy s vrstevníky
	Zlepšení duševní jasnosti	Lepší studijní výsledky (čtení a osvojení jazyka)
	Zlepšení úrovně emoční regulace	Vyšší úroveň sociální odolnosti
	Zvýšení úrovně sebeúcty a osobní autonomie	



Podrobný přehled studií k jednotlivým benefitům se nachází v příloze č. 7.

## **2.1 Typy skupinového bubnování**

Skupinové bubnování, v angličtině známé pod pojmem „group drumming“, je poměrně široký pojem. Abychom mohli drum circle jasně zařadit, je dobré se v této problematice zorientovat. K tomu bude sloužit následující pasáž s výčtem forem skupinového bubnování, které v přehledovém videu uvádí Kalani.

- Skupina profesionálních hudebníků – hlavní cíl je vystoupení
- Bubenická třída – vystoupení v rámci kurzů bubnování
- Vedené interaktivní bubnování – organizované, strukturované hraní využívané například v rámci firemního prostředí, konferencí
- Bubnování s doprovodem – struktura je držená a vedená například hrou na kytaru a danou písní, používané v muzikoterapie
- Bubenická improvizace – volná forma hraní bez předchozího plánu, nebo dané struktury
- Facilitovaný drum circle – facilitátor bubenického kruhu vede skupinu lidí, kteří společně hrají na nástroje v kruhu
- Rytmické hry – zábavné rytmičké aktivity s předem danými pravidly

## **2.2 Drum circle**

Drum circle je založen na improvizaci, kde je rytmus skupiny spoluvytvářen jednotlivými účastníky. Výsledná hudba je vždy vyjádřením skupiny v daném okamžiku, je podněcována a usměrňována facilitátorem. Primárně se nejedná o výuku hry na bicí nástroje.

Bubnování zde funguje jako komunikační prostředek mezi účastníky. Učí je to vzájemně si naslouchat, respektovat rytmus druhých, respektovat rytmus skupiny a tím vytvořit jednotný celek v souhře, kde má každý své rovnocenné potřebné místo. Jde o netradiční zážitek z hledání společného rytmu a sdílení radosti ze společného bubnování.

Drum circle je hudební setkání. Je víc než pouze nástroje a bubnování. Je to také sdílená zkušenost účastníků. Bubnování a bubny jsou dopravní prostředek, který doveze skupinu do

cílové destinace – místa, kde všichni mají hlas a jsou zmocnění ho použít a kde kreativní duch je sdílen všemi v kruhu (Kalani, 2004).

Skupinu provází facilitátor. Jeho hlavní úkol je postarat se o vybudování dobré atmosféry, kde si lidé budou připadat bezpečně a budou se schopni svobodně hudebně vyjádřit. Facilitátor dokáže pomocí různých technik vytvořit z účastníků znějící a navzájem ladící hudební těleso (to i přesto, že nehráli nikdy na hudební nástroj). Pro komunikaci se skupinou používá mluvené slovo a nonverbální signály.

„Kdo je facilitátor bubenického kruhu?“

Facilitátor bubenického kruhu vede skupinu lidí, kteří společně hrají na nástroje v kruhu. Dobrý facilitátor je šikovný hostitel a kreativní a citlivý leader, který se postará o to, aby zkušenost v bubenickém kruhu byla pro všechny zúčastněné co nejjednodušší a nejzábavnější. Facilitátor nemusí být odborník na bubnování, ale musí mít spolehlivý smysl pro rytmus a určité hráčské dovednosti.“ (Hull, 2006)

Účastníci sedí v kruhu, nebo ve dvou soustředných kruzích (dle prostorových možností). Kruh je možné umístit do větší místnosti, nebo v příhodném venkovním prostoru, viz. foto na Obrázku 1 z veřejného bubnování na Strakonickém hradě.



*Obrázek 1- uspořádání bubenického kruhu*

Každý z účastníků má na výběr buben či perkusivní nástroj, nebo jejich kombinaci, dle libosti. Převážně jsou využívány africké bubny djembe, které je možné vidět na Obrázku 2. Dále pak darbuky, konga, tubana a sólové perkusivní nástroje mnoha variací. S oblibou jsou také



Obrázek 2 – nástroje využívané v rámci bubnického kruhu

využívány Boomwhackers. Barevné trubky, který jsou nalazeny na určité tóny – díky odlišné délce a tloušťce pak každá z nich vydává při úderu jinak vysoký tón.

Na téma využití skupinového bubnování ve smyslu drum circlu existuje velmi málo studií. Zde je přehled studií, které se zabývají cíleným využitím drum circlu jako platformy převážně v rámci muzikoterapie, ale také wellbeingu, nebo team-buildingu.

Tabulka 2- přehled studií s cíleným využitím drum circlu

Přehled studií s cíleným využitím drum circlu
1. Cuss, S. (2020) <i>The Perceived Benefits of Participation in Community Drum in Community Drum circles</i> , St. Catherine University. Dostupné z: <a href="https://sophia.stkate.edu/ma_osot/25">https://sophia.stkate.edu/ma_osot/25</a>
2. Snow, S., D'amico, M. (2010) <i>The Drum circle Project: A Qualitative Study with At-Risk Youth in a School setting</i> , Concordia Inoversity Montreal, Dostupné z: <a href="https://www.rhythmresearchresources.net/uploads/1/1/2/9/112916705/snow_at_risk_youth_12_week_study.pdf">https://www.rhythmresearchresources.net/uploads/1/1/2/9/112916705/snow_at_risk_youth_12_week_study.pdf</a>
3. Faulkner, N. (2017). <i>Drumming Up the Future: Musical Creativity and Drum circles as a vehicle for personal and social change, and for improved wellbeing amongst women in a pre-release facility</i> . Edith Cowan University. Dostupné z: <a href="https://ro.ecu.edu.au/theses_hons/1528">https://ro.ecu.edu.au/theses_hons/1528</a>

4. Pantelyat, A., Syres, C., Reichwein, S. and Willis, A. (2016), <i>DRUM-PD: The Use of a Drum circle to Improve the Symptoms and Signs of Parkinson's Disease (PD)</i> . <i>Mov Disord Clin Pract</i> , 3: 243-249. DOI: <a href="https://doi.org/10.1002/mdc3.12269">https://doi.org/10.1002/mdc3.12269</a>
5. Archambault K, Porter-Vignola É, Brière FN, Garel P. (2020) <i>Feasibility and preliminary effectiveness of a drum circle activity to improve affect in patients, families and staff of a pediatric hospital</i> . <i>Arts Health</i> . DOI: 10.1080/17533015.2018.1536673.
6. Shinde, P. D. & Bhardwaj, M. A. (2023). <i>A Qualitative Study of Drum circle and its Impact on Jail Inmates at Nasik Central Jail</i> . <i>International Journal of Indian Psychology</i> , 11(1), 1052-1060. DIP:18.01.106.20231101, DOI:10.25215/1101.106
7. Mason, Ashton & Sonke, Jill & Lee, Jennifer. (2021). <i>Drum circles and the Effect on Wellbeing in a Community Setting</i> . <i>UF Journal of Undergraduate Research</i> . 23. DOI: 10.32473/ufjur.v23i.128335.
8. Maxwell, S. (2007). <i>The Effects of a Drum circle on the Perceived Quality-of-Life of a Patient with a Life-Limiting Illness</i> . Saint Mary-of-the-Woods College. Dostupné z: <a href="https://hdl.handle.net/20.500.12770/412">https://hdl.handle.net/20.500.12770/412</a>
9. Laurila, Kelly & Willingham, Lee. (2017). <i>Drum circles and community music: Reconciling the difference</i> . <i>International Journal of Community Music</i> . 10. 139-156. 10.1386/ijcm.10.2.139_1
10. Stubbers, Jason J., "Drum circles as a team-building intervention" (2014). <i>Theses and Dissertations</i> . 475. Dostupné z <a href="https://digitalcommons.pepperdine.edu/etd/475">https://digitalcommons.pepperdine.edu/etd/475</a>

### 2.3 Drum circle a osoby se speciálními potřebami

Drum circle jako model má přirozeně ze své podstaty mnoho prvků, které jsou blízko muzikoterapii, resp. naplňování muzikoterapeutických cílů.

Jak již bylo výše zmíněno, facilitátor by měl vést a sloužit kruhu tak, aby byla hra pro jednotlivé účastníky co nejjednodušší a nejzábavnější. To je dobré východisko pro osoby se speciálními potřebami.

Hull (2006) uvádí hlubší definici facilitování kruhu. Pokud se zaměříme na jednotlivé body, tak mají velmi blízko terapeutickým východiskům. Některé z nich lze přímo označit za terapeutické cíle v rámci skupiny i individuální. Je tedy možné se na ně cíleně zaměřit a aplikovat je v muzikoterapii pro osoby se speciálními potřebami.

„V průběhu akce pomáhá transformovat skupinové vědomí a vede lidi od individuální perspektivy ke skupinovému uvědomění za pomoci zábavných a poutavých sekvencí. Úkolem facilitátora je sloužit kruhu a zároveň vést skupinu na nejvyšší hudební úroveň. Zkušený facilitátor vytváří inkluzivní atmosféru pro hráče všech hudebních úrovní, věkových kategorií

a etnik, ve které se všichni cítí bezpečně a příjemně. Vede skupinu tím, že usnadňuje, facilituje hudební úspěchy, které kruh nadchnou a učí ho vzájemnému naslouchání. Skvělý facilitátor také vyzdvihne jedinečné dary, které každý jednotlivec sdílí s kruhem. Také chápe a podporuje u účastníků pocity: "Ano, tohle zvládnou", "Tohle se mi líbí" a "Páni! Skutečně přispívám k tomuto rytmu.“ „Hull (2006)

Zde je konkrétní výčet terapeutických východisek, které můžeme v definici najít: vytváření inkluzivní atmosféry pro hráče na všech hudebních úrovních, pocit bezpečí v rámci skupiny, podpora silných stránek a individuality každého účastníka, pochopení a podpora v rámci skupiny.

Bubenický kruh přináší účastníkům prostor projevit schopnosti a dovednosti, které nejsou schopni realizovat sami, nebo nemají možnost předvést a zažít v jejich běžném prostředí. Dále přináší možnost vyzkoušet si nové role, jako například vedení skupiny. To podporuje sebevědomí a odkrývá skrytý potenciál, což ve finále může vést i k posílení vztahů ve skupině, v rodině, nebo s obsluhujícím personálem.

Výhoda Drum Circlu je i v tom, že je to nízkoprahová platforma, kde se klienti cítí bezpečně a nemají problém zvládnout jednotlivé skupinové aktivity, případně vedení kruhu. Je to bezpečná a podpurná platforma, která dává možnost klientům nabrat sebevědomí, vyniknout, překonat strach z hraní a vystoupení, učit se spolupráci s druhými. Společně se připravit, prožít a zvládnout vystoupení. Také naplňuje potřeby realizovat se, být respektován a mít moc něco ovlivnit (vedení skupiny).

Drum circle je vhodný i jako zábavná a terapeutická forma cvičení a rehabilitace. Přispívá k rehabilitaci a lepšímu vnímání vlastního těla. U klientů s pohybovým omezením je to obzvlášť důležitý moment.

Terapeutickým využitím skupinového bubnování se zabývá program Rhythm2Recovery, který poskytuje terapeutické programy a profesní rozvoj, které využívají zábavné a poutavé rytmičné hudební aktivity na podporu sociálního a emocionálního rozvoje. Vychází z nejnovějších poznatků neurologie. Bylo prokázáno, že tento přístup podporuje zvýšenou emoční regulaci, zlepšuje sociální vazby a snižuje úroveň úzkosti a dalších psychických problémů. Formát Rhythm2Recovery je integrativní model cvičení kombinující techniky zážitkové terapie s kognitivně-behaviorální terapií (KBT) ovlivněnou přístupy z Terapie přijetí a odhodlání (ACT) a pozitivní psychologie (PP). (Oficiální webový portál Rhythm2Recovery, 2024)

Autor programu Simon Faulkner je také jedním z autorů knihy *Drum circles for Specific Population Groups*, Tato kniha jako jedna z mála popisuje zkušenosti dvaceti odborníků, kteří pracují po celém světě na podpoře specializovaných skupin obyvatel s využitím bubnování. Autoři jsou odborníky ve svých oborech a poskytují rady týkající se osvědčených postupů při práci s mládeží, seniory, veterány, vězni, osobami se závislostí, pacienty s traumatem, lidmi prožívajícími zármutek a ztrátu a mnoha dalšími. (Oficiální webový portál Rhythm2Recovery, 2024)

Tato kniha obsahuje mimojiné kapitolu, která se zabývá čistě skupinovým bubnováním v kontextu lidí se speciálními potřebami včetně doporučení konkrétních aktivit a připraveného programu. Také obsahuje doporučení na studie v kontextu lidí se speciálními potřebami.

Na Obrázku 3 je muzikoterapeutická skupina CPTS Zbůch při jednom z pravidelných vystoupení v rámci centra.



*Obrázek 3- vystoupení muzikoterapeutické skupiny v rámci CPTS Zbůch*

# PRAKTICKÁ ČÁST

## Úvod do problematiky a výzkumné otázky

Na téma léčivých účinků bubnování obecně a jejich cíleného využití nejen v muzikoterapii bylo zpracováno již mnoho článků a studií. Toto téma také popisuje ve své knize Friedman (2000). Stejně tak na téma skupinové bubnování „group drumming“ v muzikoterapii je možné najít mnoho kvalitních vědeckých zdrojů.

Existuje však velmi málo studií z oblasti muzikoterapie na téma využití skupinového bubnování ve smyslu drum circlu. Metodiku drum circlu jako jedné z forem zážitkového skupinového bubnování zpracovali velmi kvalitně v textové i video podobě např. A. Hull (2006), Kalani D. (2004), nebo Christine Stevens.

Skupinové bubnování na bázi drum circlu je poměrně nové téma a v rámci jeho zkoumání není mnoho dostupných fenomenologicky orientovaných studií. V rámci České republiky není dostupná žádná takováto studie, která se zabývá zkoumáním subjektivních zkušeností osob se speciálními potřebami s drum circlem. Tato cílová skupina může dle zjištění některých studií uvedených v teoretické části i z expertních zkušeností autora mít z bubnování na základě metodiky drum circle řadu benefitů, např. radost a uvolnění, emoční a fyzickou podporu, sociální interakci, posílení sebevědomí, možnost sebevyjádření a v neposlední řadě také prostor pro sounáležitost, pocit příslušnosti, vzájemnou podporu a utváření komunity.

Aby bylo možné tuto intervenci provádět způsobem, který odpovídá potřebám a zkušenostem této populace, je nutné hlouběji prozkoumat subjektivní zkušenosti těchto uživatelů s metodikou drum circle. Záměrem práce je proto porozumět zkušenostem osob se speciálními potřebami s MT na bázi skupinového bubnování ve smyslu drum circlu. Na základě zjištění této studie budou vytvořeny návrhy, jakým způsobem drum circle používat v terapeutické praxi u osob se speciálními potřebami.

### **Výzkumná otázka:**

Jaké jsou zkušenosti osob se speciálními potřebami s muzikoterapií se skupinovým bubnováním na bázi drum circlu?

### 3 Metodika

Praktická část představuje kvalitativní výzkum založený na fenomenologickém přístupu využívající metodiku Kathariny McFerran a Denise Grocke. (Ferran & Grocke, 2007) Výzkumná studie byla provedena dle principů Helsinské deklarace WHO. Všichni klienti se zúčastnili výzkumu dobrovolně a podepsali informované souhlasy ke zpracování studie a jejího publikování. Tyto dokumenty jsou k dispozici v přílohách 1-6. V této studii jsou klienti prezentováni anonymně pod jinými jmény.

#### 3.1 Inkluzivní kritéria a nábor účastníků

Inkluzivní kritéria – účastníci:

- museli mít speciální potřeby – zařazení mohli být účastníci s vrozenými i získanými typy postižení,
- museli být starší 18 let,
- museli být schopni verbálního projevu, resp. rozhovoru na dané téma,
- museli mít dlouhodobou zkušenost s muzikoterapií s využitím drum circle v rámci stejné skupiny,
- museli mít pravidelnou zkušenost s veřejným vystoupením a pravidelnými nácviky v rámci stejné MT skupiny.
- Pro genderové, sociokulturní, jazykové a ekonomické zázemí účastníků nebyla stanovena žádná exkluzivní kritéria. Obdobně mohli být do studie zařazení účastníci žijící v domácím ústavním prostředí.

Účastníci byli vybráni formou záměrného výběru ze dvou skupin, kde bylo klíčovou součástí muzikoterapie skupinové bubnování ve formě drum circle. První skupina zahrnovala klienty organizace SPMP Plzeň (od 2016 doposud), kteří žijí buď v rodinném prostředí nebo samostatně. Druhá skupina byla složena z uživatelů CPTS Zbůch, kteří žijí v ústavním prostředí (2018–2023), kde pouze jeden účastník má pravidelný kontakt s rodinou. Celkem se do studie zapojilo 6 klientů, z každé organizace tři účastníci (podrobná charakteristika jednotlivých účastníků viz kapitola Výsledky). Během období omezení v rámci pandemie Covidu byla muzikoterapie pro tyto skupiny přerušena.



## 3.2 Metody sběru dat

Obě skupiny absolvovaly v uplynulých letech několik veřejných vystoupení jako výstup muzikoterapie a také dlouhodobou přípravu na tato vystoupení. Sběr dat probíhal formou kvalitativních rozhovorů. Pro podnícení vzpomínek byly pro tyto rozhovory využity záznamy z vystoupení a příprav na tato vystoupení, které byly s účastníky reflektovány v průběhu rozhovorů.

Vzhledem k fenomenologicky orientované metodice studie, bylo cílem sběru dat získat hluboký popis subjektivních zkušeností účastníků v kontextu jejich individuálních potřeb, které se vynořovaly v průběhu terapeutického procesu (tzv. individuální esence každého účastníka). Hlavním úkolem bylo pochopit, jaké sdělení se implicitně skrývají za obsahem rozhovorů, a klást důraz na prožitek klienta v daném okamžiku i dlouhodobém horizontu ohledně zkoumaného tématu. V průběhu rozhovorů byla využívána technika debriefingu, důkladného dotazování a ověřování klientových vyjádření. To bylo potřeba zejména u lidí s poruchou komunikace nebo s mentálním postižením. Délka jednotlivých rozhovorů se pohybovala přibližně v rozmezí od 30 do 50 minut.

Finální vyhodnocení studie se zaměřuje na identifikaci osobních témat, která jsou pro každého klienta jedinečná, a i nalezení společných témat pro jednotlivé účastníky. Výsledkem tohoto procesu je finální analýza, destilovaná esence všech rozhovorů, která poskytuje hlubší pochopení zkušenostem účastníků se skupinovým bubnováním na bázi metodiky drum circle.

Následují okruhy rozhovorů, které byly za zaměřeny na historii, samotné bubnování, skupinovou dynamiku, specifika skupinového bubnování v terapeutickém kontextu, veřejné vystupování a muzikoterapii. Tyto okruhy byly podloženy sadami možných otázek, na které se výzkumník v průběhu rozhovoru účastníků dotazoval. Příklady otázek pro jednotlivé okruhy:

### **Historie**

*Jaké bylo první setkání s bubny? (Jaké vzpomínky si vybavíš? Co si pamatuješ?)*

*Vzpomínáš si na to, když jsme si poprvé řekli, že budeme společně vystupovat?*

### **Bubnování**

*Jaké bylo učít se bubnovat? (Bylo tam ze začátku něco těžkého? Něco, co tě překvapilo?)*

*Co zažíváš při bubnování? (Co Ti bubnování dává, přináší?)*

*Má pro tebe bubnování nějaký přínos?*

### **Skupinové bubnování, drum circle**

*Jaké je to bubnovat s ostatními v kruhu? (Jak vnímáš ostatní, když hrají?)*

*O čem je souhra v kruhu? Jaké je hraní v kruhu z pohledu bubeníka?*

*Jaké je to, když vás vedu pomocí gest a signálů?*

*Zaujala tě, nebo vzpomeneš si na nějakou aktivitu při bubnování v kruhu a proč?*

*(Jakou aktivitu máš z bubnování nejradši a proč? Co při tom zažíváš?)*

*Co tě naučilo bubnování s ostatními v kruhu? Co se učíte spolu jako skupina?*

### **Přípravy na vystoupení**

*Jaké byly pro tebe nácviky, přípravy na vystoupení?*

### **Vystoupení**

*Jaké bylo první vystoupení?*

*Co prožíváš při vystoupení? Jaké jsou tvoje pocity/ emoce?*

*Jaké to je vystupovat před rodiči, nebo známými?*

*Jaké to je vystupovat před zaměstnanci ústavu? (Pro skupinu v ústavním prostředí.)*

*(Když se na tebe dívají, když máš pozornost?)*

*Jaké to je vystupovat veřejně, mimo ústav? (Upraveno dle skupiny.)*

*(Porovnání vystupování na veřejnosti a vystupování pro rodiče, příp. zaměstnance ústavu.)*

*Jaké to je, když jdeš doprostřed vést skupinu?*

*Jaké to je, když jde někdo jiný z kruhu vést skupinu?*

*Překvapil tě někdo ze skupiny při hraní, nebo vystupování?*

*Jaké je to vést skupinu beze slov, pomocí signálů a gest? Když podle tebe ostatní hrají?*

*Jaké jsou pocity před vystoupením a po vystoupení.*

*Co tě skupinové bubnování naučilo, má nějaký přesah do tvého života? Do ústavního života?*

*Má pro tebe nějaký přínos pravidelné setkávání se se skupinou? (např. nácviky na vystoupení)*

## **Muzikoterapie**

*Co pro tebe znamená muzikoterapie? (Má nějaký efekt, účinek v tvém životě?)*

*Jakou roli hraje v tvém životě hudba? (Jakým způsobem ji používáš?)*

### **3.3 Fenomenologická mikroanalýza rozhovoru**

Mikroanalýza rozhovorů byla provedena podle metodiky Kathariny McFerran a Denise Grocke. (Ferran & Grocke, 2007).

#### **Krok 1: Přepis rozhovorů slovo od slova**

Rozhovory byly po nahrání převedeny do textové podoby v nezkrácené formě slovo od slova. K převodu řeči byl použit nástroj pro rozpoznávání řeči a převod hlasu na text Beey, který umožňuje také přímé propojení nahrávky a textu pro zjednodušení zpětného dohledání konkrétního výroku v audio verzi. V místech, kde nebyl možný převod slov, převážně z důvodu vady řeči některých klientů, byly provedeny individuální korektury textu. Odpovědi nebyly upravovány obsahově ani v rámci slovosledu.

#### **Krok 2: Identifikace klíčových výroků**

Text rozhovoru byl zkoumán a následně byly označeny výroky související s výzkumným cílem. Tímto způsobem proběhla fenomenologická redukce dat. Ostatní výroky byly vyřazeny.

#### **Krok 3: Vytváření strukturních významových jednotek**

Klíčové výroky identifikované v kroku 2 byly rozříděny do významových celků, tzv. kategorií pomocí návodné otázky "O čem respondent mluvil?".

V rámci analýzy dat u všech účastníků byly vytvořeny tři významové celky:

- Osobní témata – témata unikátní v kontextu prožívání, speciální potřeby a životní situace daného účastníka.
- Bubenický kruh, vystoupení na veřejnosti – veškerá témata týkající se bubnování a bubenického kruhu a drum circlu v kontextu vystoupení. Individuální prožívání (hraní v kruhu, vedení skupiny, vnímání druhých při vystoupení) a interakce skupiny během vystoupení s diváky (rodina, blízcí, zaměstnanci ústavu, veřejnost).

- Skupinová dynamika – témata spojená s dynamikou MT skupiny v kontextu nácviku drum circlu, prožitků mimo vystoupení, ale i obecně, která se objevila. Interakce účastníka se skupinou, vnímání sebe a druhých ve skupině.

Významové celky/kategorie vykrystalizovaly v průběhu zpracování dat a vytvořily tak strukturu analýzy rozhovoru. Při pojmenovávání významových jednotek (subkategorií) byla použita přímá slova respondentů, jak doporučují McFerran a Grocke (2007), a to v oblastech osobního tématu klienta, skupinové dynamiky, skupinového bubnování a veřejného vystupování. Výroky jsou v textu uvedeny v rámci dané kategorie či tématu v původním znění, jak byly nahrány.

#### **Krok 4: Strukturování výroků náhledem hlubší zkušenosti**

V této fázi byl rozhovor opětovně analyzován z různých perspektiv s cílem hlouběji porozumět obsahu a spojit nově identifikované prvky. Hlavním úkolem bylo nalézt, co a jak výroky vzájemně propojuje a co je v rámci rozhovoru klíčové. To, co se jevílo jako určující pro rozhovor bylo pojmenováno jako individuální destilovaná esence účastníka rozhovoru. Jazyk a výroky respondenta nadále zůstaly zachovány bez úprav.

#### **Krok 5: Vývoj individuální destilované esence**

Vytvoření destilované esence rozhovoru bylo pojmenováním nejpodstatnější zkušenosti, kterou účastník v rozhovoru popsal. Individuální destilovaná esence je základní zkušenost celé výpovědi.

#### **Krok 6: Identifikace společných témat**

Nalezení a pojmenování společných témat klientů, které propojují individuální destilované esence vytváří strukturu hlubších významových celků všech účastníků.

Společné téma: Zkušenosti, které popsal všech šest účastníků.

Významné téma: Zkušenosti, které popsal několik účastníků.

Individuální téma: Zážitek, který popsal pouze jeden účastník.

#### **Krok 7: Globální strukturování všech výroků, finální destilované esence**

Aby bylo vyhodnocení výroků jednotlivých účastníků přehlednější, byly výroky zaznamenány do tabulky, která byla vytvořena na základě témat, které vzešly z individuálních esencí všech účastníků. V tabulce pak byly hledány společné významové celky prolínající se napříč všemi

otázkami a tématy zodpovězenými při rozhovorech vzhledem ke specifikům obou skupin. Společné významové celky slouží pro globální strukturování výroků a byla z nich vytvořena finální jádrová esence všech účastníků.

## **4 Výsledky**

Tato kapitola představuje výsledky výzkumné studie. Pro přehlednost je nejprve každý účastník představen na základě nejdůležitějších informací z jeho osobní anamnézy, poté následuje shrnutí formou destilovaných esencí a analýza jednotlivých kategorií/témat. V závěru kapitoly jsou představeny průniky dat mezi jednotlivými účastníky formou významných a společných témat.

### **4.1 Účastník č.1 Miroslav**

Miroslavovi je 36 let. Má částečný invalidní důchod. Žije s matkou. V důsledku poranění mozku (pravá hemisféra), které bylo zapříčiněno autonehodou v osmnácti letech se znovu učil chodit a mluvit. Trpí hemiparézou a afázií s mírnými problémy s tvorbou řeči a slovní zásobou. Má problémy s dlouhodobou pamětí. Je diabetik. Od roku 2016 dochází pravidelně jednou za 14 dní (září–červen) na skupinovou muzikoterapii v rámci uzavřené skupiny SPMP Plzeň. Účastní se ještě dalších aktivit v rámci tohoto spolku. Pracuje na zkrácený úvazek jako uklízeč. Je společenský, přátelský a má rád humor. Tabulka 1 uvádí přehled významových celků a významových jednotek vytvořených pro účastníka Miroslava.

#### **Individuální destilovaná esence**

Miroslav trpí po autonehodě hemiparézou, má problémy s dlouhodobou pamětí, tvorbou řeči a silou hlasu. Častokrát ho lidé v běžném rozhovoru z těchto důvodů přestávají poslouchat. Není dostatečně slyšen. Když dá Miroslav ránu do bubnu nebo hraje na buben, skupina ho jasně slyší, může se hlasitě ozvat. To mu kompenzuje problém se silou hlasu.

Při veřejných vystoupeních s oblibou vede skupinu. Dává mu to dostatek pozornosti, nejen od muzikoterapeutické skupiny ale i od diváku z řad veřejnosti, kteří ho neznají. Když je uprostřed kruhu, konečně ho někdo poslouchá, může dělat, co chce. Skupinu vede gesty, je plně slyšen, není nijak hlasově omezený. Může vést skupinu dá se říct bez omezení, jak potřebuje, jak to cítí, naplno. To, že tento moment prožívá před lidmi z veřejnosti, je vzhledem k získanému postižení a životu před autonehodou zásadní. Jedná se o interakci s intaktními lidmi bez

konfrontace v oblasti problému s komunikací, resp. tvorbou řeči a silou hlasu. Při vedení ukazuje i jeho druhou, zdravou stranu osobnosti, jeho temperament a jak sám říká: “co, ve mně je“. Skupina lidí s postižením je pro něho dlouhodobě jednou z mála skupin, se kterou je v kontaktu. To by bylo možné považovat za jeho osobní téma vzhledem k jeho historii. Veřejné vystoupení rozšiřuje možnosti jeho socializace v rámci běžné populace.

Pro Miroslava je důležité, aby reakce skupiny na jeho gesta byla jasná, dostatečně hlasitá a naplňující, jinak je demotivovaný. Nechce opětovně zažívat, že není dostatečně slyšen. Také pro něho není lehké, když je někdo ze skupiny limitovaný svým omezením a kruh se tím nemůže ideálně sladit při společných aktivitách. Prožívá frustraci, že musí být po úrazu v komunitě lidí s postižením, kteří často pomaleji/méně reagují na jeho signály při vedení skupiny. Na druhou stranu vidí a oceňuje jejich snahu. Vnímá i pozitiva, která jim to přináší. Sám je rád, že se skupina pravidelně schází v rámci muzikoterapie. Hodnotí ji jako výbornou a je rád, že se může účastnit.

Hra na bubny je pro něho i důležitým kanálem pro uvolnění stresu a napětí, které jinak uvolňuje doma, v extrémním případě až ranami pěstí do zdi. Hra na buben je tedy i eliminací rizik možných sebepoškození. Miroslav má po úrazu méně citlivou levou ruku a v běžném životě ji minimálně používá. Při bubnování ji ale zapojuje při střídání s pravou rukou. Díky hraní, úderu do bubnu se mu ruka prokrví a může ji zase chvíli cítit.

Skupinová muzikoterapie tedy hraje v životě Miroslava významnou roli. Poskytuje mu fyzickou, emocionální a sociální podporu. Pro Miroslava je to prostor, kde může být slyšen, vyjádřit sebe sama a zažít radost ze společné hudby s ostatními členy skupiny.

Tabulka 3- přehled významových celků a významových jednotek - Miroslav

Osobní témata	Bubenický kruh, vystoupení na veřejnosti	Skupinová dynamika
<b>Bouchnu a je to slyšet. Slyší to ostatní. Mám pozornost.</b>	Všichni mě poslouchají, koukají se na mě, mám pozornost.	Já vím, co chci, aby dělali, ale oni to nedělaj.
<b>Poslouchají mě i cizí lidi.</b>	Těším se, že mě někdo bude poslouchat, aspoň tu chvilku. Dělam to, co chci.	Míša chce a nejde jí to, ale chce.
<b>Že to je pěkný pro mě řezat do toho. Do toho můžu řezat, jak chci. A to se nestane nic.</b>	Je to dobrý, když mě poslouchají, ale je to jenom chvíli.	Já jsem rád, když můžu přijít, a když tu akci máme ty bubny.

<b>Díky tomu, že dám ránu, cítím ruku.</b>	Někdo mě vnímá. Můžu ukázat, co ve mně je. Lidé mě poznají z jiné stránky.	
	Jasná reakce skupiny.	

## **Významový celek: Osobní témata**

### **Významová jednotka 1: Bouchnu a je to slyšet. Slyší to ostatní. Mám pozornost.**

Miroslav má po autohavárii mimo jiné problém s tvorbou řeči a silou hlasu. V běžném životě ho kvůli tomu lidé po chvíli rozhovoru přestávají poslouchat. Když hraje ve skupině na buben, ostatní ho jasně slyší a může se hlasitě ozvat.

„A ten pocit, že mám, že něco dělám, že bouchnu a je slyšet to. Že to slyší prostě ty ostatní, když bouchnu. Když jsem nejhlučnější, tak se každéj ujme tu pozornost na mě.“

### **Významová jednotka 2: Poslouchají mě i cizí lidi.**

V rámci veřejného vystoupení poslouchali Miroslava i lidé mimo (MT) skupinu, což pro něho bylo důležité. Byl slyšen nejen od MT skupiny.

„Mě poslouchalo víc lidí, než kolektiv náš (MT skupina). Víc lidí poslouchalo, co jsem dělal a tam byly i ty lidi, co se přidávali k nám. Ty cizí lidi prostě.“

### **Významová jednotka 3: Že to je pěkný pro mě řezat do toho. Do toho můžu řezat, jak chci. A to se nestane nic.**

Miroslav může uvolnit stres a napětí do bubnu. Popisuje situaci, kdy doma uvolňuje naštvání ranami pěstí do zdi. Například, když ho naštvá máma. Neděje se to na denní bázi. Rána do bubnu ho uklidní stejně jako rána pěstí do zdi, a hlavně na buben je slyšet. Nejde mu o to, aby bylo slyšet, jak je naštvaný.

„Že to je pěkný pro mě řezat do toho. Do toho můžu řezat, jak chci. A to se nestane nic.“

„Jo. Já se do toho aspoň vymlátím. To je jediný, do čeho můžu mlátit. Když mlátím do zdi, tak si zas ničím ruku. Když mlátím do bubnu, tak je to aspoň slyšet, daj na mě lidi pozornost díky tomu, že slyší ten buben.“

*Můžeš do toho dořezat a uvolní tě to?* „Uvolní mi to.“

*Stejně jako ta rána do zdi?* „Ano, ano, určitě.“

*Ale ještě k tomu...* „Mě poslouchají lidi, někdo to slyší tu ránu.“

*Slyší tě, ale zároveň si ulevíš, jako kdybys praštil do zdi.* „Jo, uklidňující je to.“

„Kolikrát jsem přišel naštvanej, nebylo to na mě poznat, já jsem moc nemluvil určitě, a jakmile jsme skončili tu muzikoterapii, tak jsem šel a bavil jsem se normálně, protože jsem se vymlátil do těch bubnů. Vymlátil jsem se prostě.“

#### **Významová jednotka 4: Díky tomu, že dám ránu, cítím ruku.**

Miroslav po úrazu minimálně používá levou ruku. Při bubnování ji zapojuje, střídá pravou a levou ruku při hraní jednotlivých úderů. U bubnů jí zapojí spíš než u jiných aktivit. Popisuje, že má levou ruku necitlivou a díky hraní, úderu do bubnu jí chvíli může cítit.

„No, učit se bubnovat, bylo to těžký. Je to těžký, protože já tu levou stranu neovládám. Já moc... mě to jde špatně bubnovat tou levou rukou. Já prostě mám radši pravou.“ (bubnuje pravou)

„Když jsou ty dvě tóniny, tak musím zapojit tu levou.“ (dvě tóniny – střídání úderu na střed a kraj bubnu levou a pravou rukou zvlášť)

Když jsou dva údery, tak zapojuješ i tu levou, jinak hraješ pravou jenom jeden úder víceméně na jedno místo. „Jo“

„Já jí moc nezapojuju, ale u těch bubnů jí spíš zapojím než u nějakých jiných aktivit.“

„Prokrví se mi prsty a dlaň. Prsty hlavně.“

„Levou moc nezapojuju, ale když do toho mlátím, tak aspoň jak do toho bouchnu tou levou, i když moc nemůžu, tak cítím, jak mi jde krev do toho, nebo to. Do prstu, nebo jakmile to zapálí. Nebo jí mám necitlivou a ten, to bouchnutí, cítím“

Díky tomu, že dáš ránu, tak cítíš ruku? Jo.

„Aspoň, že jí chvíli můžu cítit.“ *A taky se ti zahřeje.* „Prokrví“

#### **Významový celek: Bubenický kruh, vystoupení na veřejnosti**

##### **Významová jednotka 1: Všichni mě poslouchají, koukají se na mě, mám pozornost.**

V rámci veřejného vystoupení mají klienti prostor vést skupinu naučenými nonverbálními signály. Miroslav s oblibou chodí doprostřed kruhu a vede skupinu.

„Je to dobrý, že mě všichni poslouchají. Že na mě koukají, mají pozornost na mě.“



**Významová jednotka 2: Těším se, že mě někdo bude poslouchat, aspoň tu chvilku. Dělán to, co chci.**

Když jde doprostřed kruhu vnímá to tak, že vede skupinu, ne diriguje. Těší se, že ho někdo bude poslouchat a že bude dělat, co chce.

„Já se konečně těším, že mě někdo bude poslouchat. Aspoň tu chvilku. Že jí vedu. Že dělám, co chci.“

**Významová jednotka 3: Je to dobrý, když mě poslouchají, ale je to jenom chvíli.**

Miroslav vyjádřil potřebu být uprostřed, vést kruh delší dobu, aby si to užil, vyzkoušel víc aktivit.

**Významová jednotka 4: Někdo mě vnímá. Můžu ukázat, co ve mně je. Lidé mě poznají z jiné stránky.**

Když Miroslav vede skupinu gesty, publikum nepozná, že má problémy s hlasem. Lidé ho poslouchají, vnímají ho, a on tak může ukázat svou jinou stránku a to, co v něm je.

Možnost vést skupinu gesty tvoří kontrast k jeho denní frustraci. V každodenním životě není slyšen, jak by potřeboval. Nemůže být slyšen naplno a lidé po chvíli rozhovoru s ním přestávají dle jeho slov komunikovat z důvodu jeho hlasových problémů.

„Hlavně mě poslouchali ty cizí lidi prostě, že neví, že jsem takovejdle. Že mě někdo vnímá. Než se s nima začnu bavit, protože poznaj to na hlase, kvůli tý jizvě (tracheostomie), že špatně mluvím a hůř se vyjadřuju.“

*Když to teda otočím, tak si mohl díky tomu ukázat... „Co ve mě je.“*

*Co v tobě je a že mohli lidi poznat tebe... „Z jiný stránky.“*

„Ale rozumí mi líp takhle, když ukazuju ty pokyny, na ty bubny, co máme dělat, než když to vyjádřím slovy, to mě neposlouchá většina lidí.“

„No, a určitě ukazuju a oni poslouchají, ale když mluvím, tak kolikrát nikdo neposlouchá, nebo mě začne poslouchat někdo, co začnu říkat, a já mluvím tak blbě, že po půlce věty už neví, co říkám.“

**Významová jednotka 5: Jasná reakce skupiny.**

Pro Miroslava je důležité, aby na něho skupina dobře, resp. přesně reagovala. Aby jeho signály vedly k jasné a odpovídající reakci skupiny, a to i při nácviku. Např. když zvedne ruce na maximum, aby skupina zahrála také naplno. Aby v kruhu opět nezažil, že ho někdo neposlouchá. Jak on říká, je to stejný princip, když ho neposlouchá skupina, jako když ho neposlouchá někdo v životě.

*Je to o tom, že něco ukazuješ, tak ať to skupina zahraje co nejvíc podle tebe, anebo to máš spojený s tím v životě, že bys velmi rád řekl přesně to, co chceš vyjádřit, ale nejde to, tak o to víc chceš, aby v tom kruhu to bylo přesně? Je to tak? Nerad bych ti to nabízel jako hypotézu.*

„Ne, to je přímo tak, jak to říkáš.“

„Že já něco ukazuju a oni, když to dělají potichu, tišeji než si myslím, tak už je to pro mě špatně, že to... tak to s tím fláknu.“

*Takže to, že ty jim něco ukážeš a oni to neudělají ti připomíná i to, jak to máš běžně, že vlastně chceš něco vyjádřit a nejde to? Takže o to víc chceš, aby to bylo přesný? Aby si zažil to, že ti fakt někdo přesně rozumí, že má přesnou reakci na to, co ty ukážeš?*

„Ano“

## **Významový celek: Skupinová dynamika**

**Významová jednotka 1: Já vím, co chci, aby dělali, ale oni to nedělaj. Oni to nechápou, nepochopí to.**

Miroslav hodně vnímá, když někdo ve skupině udělá chybu, jak on říká „kazí to“. Problémy při vedení skupiny vyhodnocuje tak, že její členové nechápou to, co on v danou chvíli chce. Mluví zejména o jedné klientce ze skupiny, která má zhoršenou koordinací rukou a není schopná rychle reagovat. Je to hlavně spojené s nácviky vedení kruhu ve skupině.

„Je to dobrý, ale já vím, co chci, aby dělali, ale oni to nedělaj. Oni to nechápou, nepochopí to.“

*No, ale tady na tom videu... „Tady na tom videu jo. To bylo jenom mávání, ukazování nahoru, dolů. A to je dobrý.“*

„Že třeba ja nevím... Ukážu na Míšu a Míša bouchne, ale bouchne až třeba za dvě minuty a já už ukazuju zatím na někoho jiného. (Michaela má zhoršenou koordinaci a třes rukou)“

„No, když na ní (Míšu) ukážu, když je to na přeskáčku (Aktivita typu na koho klient ukáže, ten dá ránu na buben.), tak je to důležitý, aby to bylo synchronizovaný právě, aby jsme se sladili.“

*Přenesl sis do života, něco, co ses naučil, když chodíš doprostřed, nebo když bubnuješ s ostatníma? „Že musím pomálu, oni to nechápou asi.“*

### **Významová jednotka 2: Míša chce a nejde jí to, ale chce.**

„Když pozoruju Míšu, tak Míša vždycky, když je v zádu, když do toho může mlátit, i když jí to moc nejde, taky má asi obě dvě (ruce) to, ale že vždycky se snaží řezat, aby jí bylo slyšet, já to poznám na ní.“

*Na jednu stranu ti vadilo, že se netrefí hned a na druhou stranu vidíš, jaký je to srdcař, jak je spokojená, když může bubnovat.*

„Z jedny stránky mi to vadí, že to kazí, ale ona za to chudák nemůže. Někdy do toho bouchne špatně, ve špatnou chvíli.“

„No, že chce a nejde jí to, ale chce.“

*Takže vidíš na tom druhým, že bubny s ním dělají tohle. „Má Radost, Míša“*

### **Významová jednotka 3: Já jsem rád, když můžu přijít, a když tu akci máme ty bubny.**

Miroslav je rád, že se může skupina pravidelně scházet v rámci muzikoterapie.

„Já jsem rád, když můžu přijít, a když tu akci máme ty bubny, ale kolikrát zapomenu.“

*Je pro tebe důležitý, že se pravidelně scházíme? „Je.“*

*A to společenství, ta skupina, která je, tak jaký to pro tebe je? „Výborná.“*

## **4.2 Účastník č.2 Martina**

Martině je 41 let. Má částečný invalidní důchod. Žije sama. S rodiči má dobré vztahy a podporují ji. Má lehké mentální postižení. Byl jí diagnostikován Marfanův syndrom. Od roku 2016 dochází spolu s jejím bratrem pravidelně jednou za 14 dní (září–červen) na skupinovou muzikoterapii v rámci uzavřené skupiny SPMP Plzeň. Účastní se ještě dalších aktivit v rámci tohoto spolku. Pracuje na zkrácený úvazek jako uklízečka. Ráda sportuje, je komunikativní,

společenská a přátelská. Tabulka 2 uvádí přehled významových celků a významových jednotek vytvořených pro účastnici Martinu.

## **Individuální destilovaná esence**

Když Martina začala pravidelně docházet na MT skupinu, měla velké odhodlání a chuť učit se. Má velmi pozitivní přístup, baví jí to. Důležitou motivací je pro ni naučit se něco nového sama i spolu se skupinou. Když hraje na bubny cítí se uvolněná a odreaguje se. Za přínos, přesah do života považuje to, že se naučila něco, co jen tak někdo nezvládne. K čemu běžně lidé nemají příležitost, pokud nechodí na muzikoterapii, nebo učit se hrát na bubny.

MT skupinu navštěvuje společně s bratrem. Díky vedení bubenického kruhu mohla rodičům a známým ukázat svoje schopnosti, jak ona říká:“ co v ní je“. Stejně tak i zažila vedení kruhu jejím bratrem. Že to dokázal považuje za velké překvapení a nečekanou věc.

Martina má silný pozitivní zážitek, když poprvé při nácvičce i na vystoupení vedla bubenický kruh. Byla šťastná a zažila to: „že můžu něco dokázat“. Vnímala i zodpovědnost za skupinu. Bylo pro ni důležité, aby to zvládla a aby to zvládli i ostatní v kruhu. Je pro ni důležité, aby skupina dělala přesně to, co ona chce. V rámci nácviček a vystoupení mohla zažívat tuto možnost, mít moc něco ovlivnit, být respektovaná, slyšena, realizovat se. Při vedení skupiny pro ni publikum okolo není důležité. Soustředí se hlavně na vedení skupiny a aby skupina zvládla to, co ona ukazuje. Při veřejných vystoupeních neměla strach, měla dostatek odvahy a chtěla ukázat, co se naučila. Martina bere MT skupinu v rámci společného hraní jako kapelu, do které patří. Vnímá, že jí skupina dokáže poslouchat. Je pro ni důležité, aby souhra ve skupině fungovala. Vadí jí, když tomu tak není. Spolupráci ve skupině hodnotí jako skvělou a lehkou. Ze společného bubnování v rámci MT odchází s pocitem, že společně se skupinou něco zvládla. Muzikoterapie obecně ji přináší spokojenost a poznání nových věcí.

*Tabulka 4 - přehled významových celků a významových jednotek - Martina*

<b>Osobní témata</b>	<b>Bubenický kruh, vystoupení na veřejnosti</b>	<b>Skupinová dynamika</b>
Já to zvládnu, chci chodit na bubny a chci se učit.	Tak tohle já bych teda od bráchy nečekala, že budeme hrát všichni spolu a pak brácha to prostě ukončí.	Když hrajeme všichni, tak jsme jakoby kapela.

Když bubnuju, je to suprovej pocit a cítím se úplně uvolněná.	Nejlepší pocit poprvé bubnovat, vést kapelu.	Když nehrajou to, co hraju já, tak mám takový pocit, že se mnou hrát nechtějí.
Pro mě jsou bubny to, že se člověk naučí to, co dřív neuměl.	Byla jsem šťastná a že můžu něco dokázat a prostě si to užít.	Pro mě spolupráce ve skupině je skvělá, prostě taková lehká.
Naučila jsem se to, co by normální člověk nedokázal, kdyby nechodil na bubny.	Pro mě důležitý bylo hlavně to, abych to zvládla a prostě oni taky.	Mám vždycky ten pocit, když odcházím odsud (ateliér), že prostě jsme něco zvládli.
	Pro mě je to to, že je to pěkný, že prostě jdou přesně to, co chci já.	Muzikoterapie
	Mně to bylo jedno, jestli na mě koukají nebo ne. Kdybych měla strach, tak do toho nepůjdu.	
	Rodičům se to fakt opravdu našim moc líbilo, tohle to nečekali. Ukázala jsem jim, co ve mně je.	
	Odvaha, že to zvládnou a nemít strach.	

## Významový celek: Osobní témata

### Významová jednotka 1: Já to zvládnou, chci chodit na bubny a chci se učit.

Martina má velkou chuť učit se nové věci. Překonalala prvotní obavy z hry na buben a strach z vystupování.

„Tak to si pamatuju moc dobře, to bylo ve Skupovce (volnočasové centrum), ale tam se mi to strašně líbilo, nejlepší bylo to, jo, jak si začal učit na bubny. Já jsem říkala, ty vole, buď to dám, nebo to nedám, a pak říkám, a já to zvládnou, chci chodit na bubny a chci se učit. A pro mě to byl skvělej pocit.“

„Skvělý, skvělý pocit, úplně fakt skvělý pocit. Nebála jsem se, šla jsem prostě do toho.“

„Když jsem to trénovala poprvé, tak jsem měla pocit, že to nedám a pak mi brácha řekl, hele, to zvládneš, že jsem to zvládnul tenkrát já, tak to zvládneš taky, a když jsme trénovali a já šla doprostřed, tak jsem si připadala jako dirigent, který vede kapelu.“

### **Významová jednotka 2: Když bubnuju, je to suprovej pocit a cítím se úplně uvolněná.**

Martina zažívá při bubnování příjemné pocity. Uvolní se, vybubnuje a přijde na jiné myšlenky.

Co zažíváš při bubnování? „Skvělej pocit, suprovej pocit a cítím se úplně uvolněná.“

„Hele, pro mě bubny hrajou vlastně roli jenom to, že se tady vlastně člověk vybubnuje a přijde na jiný myšlenky. Takže v životě mám pocit jenom ten, že prostě chci na bubny chodit a jít a prostě mě to baví.“

### **Významová jednotka 3: Pro mě jsou bubny to, že se člověk naučí to, co dřív neuměl.**

Martinu hraní na bubny v rámci MT bavilo od začátku. Důležitou motivací je pro ni naučit se něco nového sama, i spolu se skupinou.

„Pro mě jsou bubny to, že se člověk naučí to, co dřív neuměl, a když se něco chce učit, tak se to musí naučit jakoby sám nebo s někým.“

„No, naučilo mě to, že jsem se naučila novým věcem.“

### **Významová jednotka 4: Naučila jsem se to, co by normální člověk nedokázal, kdyby nechodil na bubny.**

Za hlavní přínos do života považuje Martina to, že se díky muzikoterapii mohla naučit hrát na buben a vystupovat společně se skupinou, což by dle jejich slov ne každý člověk dokázal.

„Pro mě přínos do života je ten, že jsem se naučila to, co by normální člověk nedokázal. Kdyby nechodil na bubny, tak by to nezvládnul, udělat vystoupení.“

## **Významový celek: Bubenický kruh, vystoupení na veřejnosti**

### **Významová jednotka 1: Tak tohle já bych teda od bráchy nečekala, že budeme hrát všichni spolu a pak brácha to prostě ukončí.**

Martina nečekala, že její bratr dokáže vést skupinu pomocí signálů.

„Nejlepší bylo to, když jsme začali hrát a brácha potom to začal ukončovat (vedl skupinu), já říkám: “Tak tohle já bych teda od bráchy nečekala, že budeme hrát všichni spolu a pak brácha to prostě ukončí“

### **Významová jednotka 2: Nejlepší pocit poprvé bubnovat, vést kapelu.**

Martina má silný pozitivní zážitek, když poprvé při nácviu vedla bubenický kruh.

„To byl skvělej pocit. Nejlepší pocit poprvé bubnovat, vést kapelu. Opravdu fakt skvělý. Pro mě to bylo fakt skvělý a suprový“.

### **Významová jednotka 3: Byla jsem šťastná a že můžu něco dokázat a prostě si to užít.**

Když poprvé Martina vedla bubenický kruh na veřejném vystoupení byla šťastná a prožila si zkušenost: „že můžu něco dokázat“. Skupina dělala to, co chtěla.

„Pro mě to bylo poprvé, tak, no, taková, byla jsem šťastná a že můžu něco dokázat a prostě si to užít.“

„Dobrý pocit, opravdu skvělý pocit, že vlastně dělali to, co chci. Opravdu byli fakt dobrý.“

### **Významová jednotka 4: Pro mě důležitý bylo hlavně to, abych to zvládla a prostě oni taky.**

Každý klient přistupuje k vedení skupiny rozdílným způsobem. Vnímala i zodpovědnost za skupinu. Bylo pro ni důležité, aby to zvládla a aby to zvládli i ostatní v kruhu.

„Pro mě důležitý bylo hlavně to, abych to zvládla a prostě oni taky. Zvládli to, opravdu to zvládli, byl to prostě skvělý pocit.“

„A když jsem šla doprostřed jakoby vést tu skupinu, tak jsem si připadala opravdu jako dirigent, který vede kapelu.“

### **Významová jednotka 5: Pro mě je to to, že je to pěkný, že prostě jdou přesně to, co chci já.**

Martina podobně jako Richard mluví o tom, že je pro ni důležité, aby skupina dělala přesně to, co ona chce. Jde o naplnění potřeby realizovat se, být slyšen, respektován, mít moc něco ovlivnit. Věci se dějí podle mě.

„Pro mě je to to, že je to pěkný, že prostě jdou přesně to, co chci já.“

„Když chci nahoru, tak jdou se mnou, a když to chci ukončit, tak prostě přestanou hrát.“

A ta vlna je taky, že prostě jdou přesně, kam jde ruka, tam hrajou.

A když neukazuju, tak nehrajou, že Jo.

A pak asi je deštiček a blesk, a to mám pocit, že přesně dělají, přesně to, co chci já.“

*Takže tohle to je pro tebe hodně důležité, že zažíváš to, že někdo dělá to, co ty chceš?*

„Přesně tak“

„Pro mě vedení skupiny je vlastně to, že jakoby je chci vést, ale tak, aby dělali přesně to, co chci já.“

**Významová jednotka 6: Mně to bylo jedno, jestli na mě koukají nebo ne. Kdybych měla strach, tak do toho nepůjdu.**

Když Martina vedla skupinu uprostřed kruhu, tak jí publikum okolo byly jedno. Soustředila se hlavně na vedení skupiny a aby skupina zvládla to, co ona ukazuje. Oproti Miroslavovi a Richardovi neměla strach, aby to zvládla. Naopak, chtěla ukázat, že se něco naučila.

„Mně to bylo jedno, jestli na mě koukají nebo ne. Já jsem se jenom začla soustředit s tím, že je prostě povedu a že prostě to, co budu dělat já, jestli dokážou oni na bubny udělat taky.“

„Já prostě do toho jdu. Já jako kdybych měla strach, tak do toho nepůjdu, ale když člověk se tady něco naučí, tak je zase, škoda, aby to ti ostatní neviděli.“

**Významová jednotka 7: Rodičům se to fakt opravdu našim moc líbilo, tohle to nečekali. Ukázala jsem jim, co ve mně je.**

Díky vystoupení, kde bubnovala a vedla skupinu, mohla Martina rodičům ukázat, co v ní je. To, dle jejich slov nečekali. Také vnímala, že to bylo o ní. Měla skvělý pocit, že to zvládla.

„Pro mě byl pocit ten, že to byl skvělý pocit a že jsem to dost zvládla. A že se to rodičům fakt opravdu našim moc líbilo, že tohle to nečekali. To jsem se tady naučila.“

*To znamená, že vlastně díky tomu bubnování jsi jim ukázala...*

„Co ve mně je.“

*Co v tobě. A bylo to pro tebe důležité jim takhle ukázat, co v tobě?*

„Přesně tak. Pro mě bylo důležité ukázat jim to, co jsem se tady naučila.“



„To vnímám taky, že to bylo o mě a vnímala jsem hlavně to, že člověk se naučil tady prostě něco, co ostatní nečekali.“

### **Významová jednotka 8: Odvaha, že to zvládnou a nemít strach.**

Při vystoupení nemá Martina problém vést skupinu. Doprostřed kruhu jde s odvahou, pohodou a beze strachu.

Je to pro tebe i o odvaze? O čem to vlastně pro tebe je? To, že tam vystoupíš?

„Přesně, odvaha, prostě odvaha, že to zvládnou.“

„Odvahu, pohodu a asi spíš tu odvahu. A nemít strach. Odvahu a nemít strach.“

### **Významový celek: Skupinová dynamika**

#### **Významová jednotka 1: Když hrajeme všichni, tak jsme jakoby kapela.**

Martina bere MT skupinu v rámci společného hraní jako kapelu, do které patří. Při hraní se snaží vnímat souhru s ostatními.

„Pro mě to bylo takový dobrý, připadala jsem si jako kapela, která prostě začne hrát, a když hrajeme všichni, tak jsme jakoby kapela. Jakoby něco, co člověk má pocit, že je v té kapele.“

„No, překvapilo mě to, že jsme hráli jakoby všichni spolu“

„No, když jsem uprostřed, tak dělají to, co dělám já, a když třeba hrajeme spolu, tak vždycky koukám, jestli hrajou přesně to, co hraju já. Takže vlastně vždycky, kouknu na ně očima. Očima prostě na ně vždycky se podívám.“

#### **Významová jednotka 2: Když nehrajou to, co hraju já, tak mám takový pocit, že se mnou hrát nechtějí.**

Pro Martinu je stejně jako pro Richarda důležité, aby souhra ve skupině fungovala. Aby do sebe pasovaly rytmy jednotlivých bubeníků. Vnímá, že při vedení jí skupina dokáže poslouchat a zároveň jí vadí, když souhra ve skupině nefunguje.

„Důležitý je pro mě hlavně to, aby to bylo prostě skvělý, ale když nehrajou to, co hraju já, tak mám takový pocit, že prostě jako mi přijde, že se mnou hrát nechtějí.“

„Když hraju svůj rytmus, tak mám pocit, jako kdyby si řekli: "Hele já nebudu hrát stejnej rytmus, co hraješ ty, ale zkusím dát jiný rytmus, který by se spojoval s tím tvým rytmem.“

*Jestli to dobře chápu, tak je pro tebe důležité, abyste v kruhu hráli spolu, vnímali jste se a vycházeli si vstříc v tom rytmu, který právě hraje?*“

„Přesně tak“

„Mám takový ten pocit, když hrajeme všichni spolu, že prostě dokážou jako mě poslouchat. Jakoby když hraju svůj rytmus, tak prostě hraju přesně to, co chci.“

### **Významová jednotka 3: Pro mě spolupráce ve skupině je skvělá, prostě taková lehká.**

Martina se v rámci skupiny cítí bezpečně a spolupráce s ostatními ji nedělá problém. Vnímá i téma sebedůvěry a dobré spolupráce ve skupině, aby mohlo vystoupení dobře proběhnout.

„Pro mě spolupráce ve skupině je skvělá, prostě taková lehká, člověk si jen řekne, jo, dáme to a prostě to dáme, není to jakoby těžký, že by to někdo nezvládl, to ne, ale pro mě to bylo lehký, prostě, když to dali oni, tak jsme to dali i my.“

„Přesně tak, když není sebedůvěra, tak nemůžeme hrát. Musí tam být nějaká jakoby sebedůvěra a spolupráce těch lidí a těch ostatních, aby to bylo prostě skvělý a suprový.“

### **Významová jednotka 4: Mám vždycky ten pocit, když odcházím odsud (MT ateliér), že prostě jsme něco zvládli.**

„A dalo mi to to, že prostě mám vždycky ten pocit, když odcházím odsud (ateliér), že prostě jsme něco zvládli a když máme jenom bubny za 14 dní, tak vždycky se na ně moc těším. Že se naučíme zase něco nového.“

### **Významová jednotka 5: Muzikoterapie**

„Přináší mi hlavně spokojenost a prostě poznání nových věcí.“

„A na závěr jenom to, že bubny jsou prostě skvělý a že prostě bez bubnů by ani to vystoupení nebylo. Bubny fakt jsou suprový.“

## **4.3 Účastník č.3 Richard**

Richardovi je 24 let. Má hemiparetickou formu DMO kombinovanou s vadou zraku. Do ústavní péče je umístěn od šestnácti let. Do té doby byl v péči rodičů. V posledním zařízení trvale žije 5 let. Dříve pravidelně navštěvoval svoji rodinu, ale od smrti jeho otce (2 roky zpět) je kontakt s rodinou omezený. Richard velmi dobře komunikuje, je vždy „tahounem“ skupiny. Nelze opomenout jeho smysl pro humor, kterým baví na MT celou skupinu. Zpívá v ústavní

kapele a hraje divadlo. Tabulka 3 uvádí přehled významových celků a významových jednotek vytvořených pro účastníka Richarda.

### **Individuální destilovaná esence**

Bubnování Richarda nabíjí a je to pro něho možnost, jak uvolnit negativní energii. Hraní na buben mu pomohlo zmírnit třes rukou. Na veřejných vystoupeních se mu nejvíce líbí, když se k bubenickému kruhu přidá publikum a podpoří vystupující bubeníky. Téma podpory je pro něho jedno z nejsilnějších témat v kontextu skupinového bubnování. Ať už je to podpora skupiny publikem, resp. veřejností, nebo vedení skupiny, které on sám bere jako její podporu. Není pro něho tedy důležité vedení skupiny jako takové. Nejdůležitější je, "když jsou lidi spokojeni". Sleduje hodně lidí okolo kruhu, jak se zapojují, a je to pro něho důležité, aby se to lidem líbilo.

Uvědomuje si, že veřejnost často podceňuje lidi s postižením. Bubenický kruh bere jako možnost veřejnosti ukázat, jak lidé s postižením fungují, co umí a že můžou bubnovat. Mluví o docenění skupiny nebo jednotlivců veřejností i zaměstnanci ústavu.

Díky vystupování na veřejnosti si také potvrzuje kontakt s běžným životem, který mu vzhledem k pobytu v ústavním prostředí chybí. Je to pro něho také příležitost seznámit se s novými lidmi mimo ústavní prostředí. Bubnování, resp. muzikoterapie boří stereotyp jeho ústavního života. V rámci skupiny oceňuje dobrou spolupráci a trpělivost při společném učení. Pozitivně vnímá interakce ve skupině. Jeho rytmus poslouchají ostatní v kruhu a on zase poslouchá jejich. Když jde Richard doprostřed kruhu vést skupinu, prožívá „pozitivitu a energii z lidí“ a také to, že jsou kluci v kruhu rádi, že je vede. Muzikoterapie je pro něho, jak on říká, úžasná. Na závěr rozhovoru uvedl: „Hudba mě nabíjí pozitivní energií, se kterou já potom dokážu hospodařit a dávat jí ostatním lidem“ Jeho pohled je hodně vděčný a pozitivní. Váží si toho, že může bubnovat a vystupovat s ostatními v kruhu.

*Tabulka 5- přehled významových celků a významových jednotek - Richard*

<b>Osobní témata</b>	<b>Bubenický kruh, vystoupení na veřejnosti</b>	<b>Skupinová dynamika</b>
<b>Nabíjí mě to. Negativní energie jde ven.</b>	Baví mě to a mám rád, když nás lidi podpoří.	Poslouchají můj tón a já zase jejich.
<b>Furt se mi klepaly ruce, ale teď ne.</b>	Lidi zvenčí nám handicapovaným moc nevěřili.	Já to vidím tak, že máme mezi sebou výbornou

		spolupráci. Mají trpělivost.
<b>Odhodlání.</b>	Veřejnost chce poznat, jak fungujeme.	Když jdu doprostřed, tak prožívám prostě tu pozitivitu a tu energii z těch lidí. Líbí se mi, když se k nám lidi přidají.
	Díky tomu, že vlastně takhle jezdíme, tak si připadám, že ještě bych se v civilním světě neztratil.	Mají příležitost ukázat ostatním, co umí a líbí se mi, když je ostatní docení.
	Mám pocit, že oni ti zaměstnanci nás znají prostě už dlouho, takže ví jako, co dokážeme.	Že prostě přijdeme domů a prostě je tam ten stereotyp, kdežto tady ne.
	Vystupování s kapelou vs. vystupování s bubenickým kruhem.	Muzikoterapie.

## **Významový celek: Osobní témata**

### **Významová jednotka 1: Nabíjí mě to. Negativní energie jde ven.**

Když Richard začal pravidelně navštěvovat Muzikoterapii, kde se v rámci skupiny učil bubnovat, začalo ho to dle jeho slov "hrozně nabíjet". Původně si myslel, že to bude nuda a že ho to nebude bavit. V průběhu rozhovoru také zmínil, že díky bubnování uvolňuje negativní energii.

„Bylo to pro mě super, akorát jsem byl zpočátku nervózní, když jako, abych to všechno dokázal a tak, ale hrozně mě to pak začalo nabíjet. A že ta prostě negativní energie jde ven.“

### **Významová jednotka 2: Furt se mi klepaly ruce, ale teď ne.**

Richard uvádí, že mu bubny pomohly od nervozity a klepání rukou a že ho bubny nabíjí.

„Jak jsem začal bubnovat, mně to hrozně pomohlo. Když jsem měl problémy trošku s motorikou, tak mi to pomohlo. Je to lepší.“

„No, jako že jsem prostě byl nervózní, furt se mi klepaly ruce, ale teď ne, teď prostě úplně.“

Mně to prostě nabíjí ty bubny.“

### **Významová jednotka 3: Odhodlání**

Richard měl přes prvotní obavy z vystoupení odhodlání, jako Martina.

„Já říkám, Ježíš Maria, to bude ostuda, že to nezvládneme, ale pak jsem si říkal, že to dáme, že to zkusíme.“

### **Významový celek: Bubenický kruh, vystoupení na veřejnosti**

#### **Významová jednotka 1: Baví mě to a mám rád, když nás lidi podpoří.**

Richardovi se na vystoupeních nejvíce líbí, když se k bubenickému kruhu přidá publikum (tleskáním, hrou na barevné trubky boomwhackers) a podpoří vystupující bubeníky. Je hodně společenský a bere to také jako příležitost k seznámení s novými lidmi.

„No, bylo to úžasný, mně se líbilo, mně se líbilo, jak ty lidi se k nám přidali.“

„A to se mi líbí na každém vystoupení, že prostě, že prostě to, že prostě... Se lidi přidají k nám. Baví mě to a mám rád, když nás lidi podpoří.“

*Jaké jsou pro tebe veřejná vystoupení mimo ústav?*

„No, pro mě je to, já to beru, já to beru, že je to prostě super, že prostě ty lidi přijdou, přidají se k nám, poznáš tam nový lidi atp.“

„Jsem prostě šťastnej za to, že se to těm lidem líbí a že se přidají k nám a je vidět, že nás vždycky podpoří ty lidi, to se mi na tom hrozně moc líbí.“

#### **Významová jednotka 2: Lidi zvenčí nám handicapovaným moc nevěřili.**

V tomto místě rozhovoru Richard mluví o předsudku části veřejnosti týkající se podceňování lidí s postižením v kontextu vystoupení. Také o tom, že veřejné vystoupení je možnost, jak mohou lidé naopak ocenit jejich schopnosti a snahu.

„Když sedím v tom kruhu, tak mám takovej pocit, že lidi jako zvenčí nám handicapovaným moc nevěřili, že mi dokážeme taky bubnovat, ale když to viděli, tak si myslím, že se jim to líbilo potom.“

„No, a pak úplně lidi dokážou vždycky na nás... Já mám takovej pocit, že oni na nás vždycky jako úplně očima zakulí, že prostě si říkají, co ty lidi jako neskutečně dokážou.“

#### **Významová jednotka 3: Veřejnost chce poznat, jak fungujeme.**

V případě porovnání vystoupení v ústavu a na veřejnosti zmiňuje to, že veřejnost nezná a chce poznat, jak fungují lidé s postižením.

„Je, protože ty venkovní lidi nás třeba neznají a prostě chtějí poznat, jak my prostě fungujeme, my handicapovaný“

**Významová jednotka 4: Díky tomu, že vlastně takhle jezdíme, tak si připadám, že ještě bych se v civilním světě neztratil.**

Richard žil do šesnáci let jak on říká civilní život, který mu chybí. Díky tomu, že skupina vyjede s drum cirelem na vystoupení pro veřejnost, tak si připadá, že by se v civilním světě neztratil. Je to pro něho možnost, jak se přiblížit civilnímu životu.

„Chybí mi ten civil, chápeš, ten civilní život. A díky tomu, že vlastně takhle jezdíme, tak si připadám, že ještě bych se v civilním světě neztratil. Co si budem povídat, já jsem do šesnáci let žil v civilním životě.“

*Takže to je pro tebe nějaká možnost, jak se přiblížit tomu civilnímu životu? „Jo.“*

**Významová jednotka 5: Mám pocit, že oni ti zaměstnanci nás znají prostě už dlouho, takže ví jako, co dokážeme.**

Richard zmiňuje, že vystoupení zaměstnance ústavu nepřekvapí, ale lidi zvenčí ano. Z mé zkušenosti muzikoterapeuta jsou většinou překvapení i zaměstnanci ústavu, jak někteří klienti bubnují, nebo vedou kruh. Obsluhující personál zná klienty hlavně v kontextu obsluhy, resp. běžného provozu na oddělení. Většinou šlo o klienty, kteří neměli možnost vyniknout v jiné aktivitě, nebo aktivitách vzhledem k jejich postižení. Častokrát díky jejich „zaškatulkování“ a podstatě ústavní péče (menší fokus na individuální potřeby) nedostávali tolik prostoru a takovou možnost seberealizace.

„Taky je to pro mě úžasný, protože jim děláme radost, ale mám pocit, že oni ti zaměstnanci nás znají prostě už dlouho, takže ví jako, co dokážeme, kdežto lidi zvenčí, ty ne.“

**Významová jednotka 6: Vystupování s kapelou vs. vystupování s bubenickým kruhem**

Když vystupuje s kapelou je nervózní, aby to nespletl, protože zpívá. Při bubenickém vystoupení strach nemá, i když jde doprostřed vést skupinu. To ukazuje na potenciál drum circlu, přesněji vedení skupiny při vystoupení, jako bezpečné nízkoprahového platformy pro individuální vystoupení.

## **Významový celek: Skupinová dynamika**

### **Významová jednotka 1: Poslouchají můj tón a já zase jejich.**

Bubnovat s ostatními v kruhu je pro Richarda „úžasný pocit“, kdy jeho rytmus poslouchají ostatní v kruhu a on zase poslouchá jejich.

„Že ty kluci se prostě k nám přidají a víš, že prostě mě poslouchají, jak bych to řekl, poslouchají můj ten tón a já zase jejich.“

### **Významová jednotka 2: Já to vidím tak, že máme mezi sebou výbornou spolupráci. Mají trpělivost.**

*Co je potřeba k tomu, aby kruh mohl takhle bubnovat spolu, jak to vidíš? Jak ty to vnímáš?*

„Já to vidím tak, že máme mezi sebou výbornou spolupráci.“

„Pro mě je důležitý, že oni mají třeba trpělivost, protože málokterý člověk má prostě takovou tu trpělivost se něco naučit.“

### **Významová jednotka 3: Když jdu doprostřed, tak prožívám prostě tu pozitivitu a tu energii z těch lidí. Líbí se mi, když se k nám lidi přidají.**

Když jde Richard doprostřed kruhu vést skupinu, prožívá, jak on říká, "pozitivitu" a energii z lidí. Také má obavy, aby vše udělal správně, aby nic nepokazil.

„Já prostě, když jdu doprostřed, tak prožívám prostě tu pozitivitu a tu energii z těch lidí a jak mně se líbí třeba, jak se ty lidi přidali k nám.“

Dále zmiňuje jako pozitivní věc na tom, že jde doprostřed, že se lidé okolo přidají (časté téma) a že jsou kluci v kruhu rádi, že jde doprostřed. Vedení skupiny vnímá jako jeho podporu skupiny. Toto téma podpory druhých je u něho silné. To, že je uprostřed a ukazuje pro něho není tak důležité. Nejdůležitější je jako on říká: "když jsou lidi spokojení". Podpoří skupinu, aby mohli vystoupit pro lidi.

*A má to i nějaké pozitivní části? (Pasáž o vedení skupiny.)*

„Má, a to je právě, že se ty lidi třeba k nám přidají a že jsou ty kluci rádi, že tam jdu já doprostřed a já jsem rád, že můžu podpořit. Nejdůležitější je pro mě, když jsou třeba ty lidi spokojení. „

*Tady je pasáž, kdy jdeš doprostřed a vedeš kruh na veřejném vystoupení k oslavě 50 let centra. Co tě k tomu napadá? Jaké na to máš vzpomínky? Jaké to pro tebe bylo?*

„No, chtělo se mi, chtělo se mi to, chtělo se mi brečet, protože těm lidem se to hrozně líbilo, bylo prostě vidět to jejich nadšení ať jsou to zaměstnanci, ať jsou to lidi z vnějšku, a to mně na tom, mně se to prostě líbí.“

*Jaké jsi měl emoce? Jak jsi to prožíval?*

„No, tak napřed pochopitelně jsem byl nervózní, že jo, abysme všechno zvládli, ale pak to, pak to ze mě to, ze mě všechno spadlo, no, a pak jsem prostě byl úplně dojatej, že jsme to takhle prostě zvládli.“

*Jaké to pro tebe je, když ti lidi zatleskají?*

„No, prostě hřeje mě to u srdce, co ti budu povídat.“

#### **Významová jednotka 4: Mají příležitost ukázat ostatním, co umí a líbí se mi, když je ostatní docení.**

Když jdou ostatní klienti do kruhu vést skupinu je to pro Richarda úžasný pocit, protože mají příležitost ukázat ostatním, co umí. Líbí se mu, když je publikum docení. Richard sám dle jeho slov nepotřebuje, aby ho někdo docenil. Vedení skupiny dělá pro lidi v kruhu, protože mu to dělá radost.

„Taky je to pro mě úžasný pocit, protože mají příležitost ukázat ostatním, co umí a líbí se mi, když je třeba ty ostatní docení, víš?“

„Hele, já nepotřebuju, aby mě někdo doceňoval, já to dělám pro ně proto, protože mi to dělá radost, asi takhle ti to povím.“

#### **Významová jednotka 5: Že prostě přijdeme domů a prostě je tam ten stereotyp, kdežto tady ne.**

Vláška si váží mít tu možnost bubnovat s ostatními v rámci ústavu, resp. ústavního života. Znamená to pro něj hlavně změnu stereotypu života v ústavu. Na muzikoterapii není stereotyp. Jak on říká, nabude pozitivní energii a jde zase dál.

„Vážím si té možnosti, obrovsky.“

„Že prostě přijdeme domů a prostě je tam ten stereotyp, kdežto tady ne, tady prostě člověk přijde, nabyde pozitivní energii a jde zase dál.“

#### **Významová jednotka 6: Muzikoterapie**

MT je pro něho úžasná, má rád hudbu a je ve svém živlu. Hudba ho nabíjí pozitivní energií se kterou, jak on říká, potom dokáže hospodařit a dává jí ostatním.



„Je to, je to úžasný, prostě. Já mám hudbu rád od svých 16ti let a to jsem ve svém živlu. Nabíjí mě pozitivní energií, se kterou já potom dokážu hospodařit a dávat jí ostatním lidem.“

#### **4.4 Účastník č.4 Kryštof**

Kryštof má 18 let. V centru sociálních služeb je umístěn od svých 3 let. Absolvoval zde i povinnou školní docházku. Jeho rodina se o něho aktivně nezajímá, i přes jeho zájem je kontakt s ní omezený. Kryštof je velmi muzikální. Hudba pro něho hodně znamená. Dobře cítí rytmus, bubnuje a zpívá. Hraje na bicí soupravu v ústavní kapele s Richardem. Zkouší skládat vlastní písničky. Skupinovou muzikoterapii absolvoval pravidelně jednou týdně v uplynulých pěti letech (mimo období covidu). Má diparetickou formu DMO a s tím spojenou lehkou deformitu prstů, což mu brání hrát na kytaru, a to i přesto, že má k tomu velkou motivaci. V síle a koordinaci rukou nemá problém. Je dominantní člen skupiny, má rád pozornost. Pracuje na chráněném pracovišti, kde kompletuje výrobky. Tabulka 4 uvádí přehled významových celků a významových jednotek vytvořených pro účastníka Kryštofa.

#### **Individuální destilovaná esence**

Kryštof je dominantní člen skupiny, má rád pozornost. Bubnování si velice oblíbil. Má touhou vystupovat se skupinou a hrát na vystoupeních pro lidi, kteří ho neznají. Uvolnění vzteku a stresu skrz bubny přináší Kryštofovi úlevu a umožňuje mu dostat ze sebe negativní emoce a energii bez fyzických konfliktů s ostatními. Při hraní na bubny se cítí skvěle, protože dokáže uvolnit veškerou sílu a energii a vžít se do toho. Kryštof vyjadřuje silné pouto s ostatními v kruhu. Vnímá bubenický kruh jako velkou rodinu a terapeuta jako „náčelníka kruhu“. Použil i přímou paralelu k rodině, kde bubeníci v kruhu jsou děti a terapeut jejich rodič. Ve skupině nachází pochopení. Cítí, že je mezi dobrými lidmi. V kontextu ústavního života mu bubnování zásadně změnilo život a přineslo velkou motivaci začít dělat něco, co ho baví a co nikdy nedělal. Bubnování ho naučilo trpělivosti, odhodlání a přineslo do jeho života nový smysl. Začal být bubeníkem. Baví ho, že lidem přináší radost a spokojenost svým bubnováním. Jak on sám říká, baví ho bavit lidi. Je rád, že se na vystoupení dívají a zapojují se zaměstnanci ústavu. Je pro něho důležité, že ho několik zaměstnanců pochválilo, že je opravdu dobrý bubeník a dává do toho vše. Ze začátku měl obavy, že při veřejných vystoupení mimo ústav zda bude publikum brát skupinu s předsudky typu „to jsou prostě lidi, který vůbec jako nemají rozum“, jak uvedl. Zažil ale opak, přístup veřejnosti byl podporující a bez předsudků. Má radost z toho, že při veřejných vystoupení lidé z veřejnosti vnímají, že: „my vlastně ty uživatelé z toho ústavu jsou

tak skvělý a úžasný v tom, že prostě dokážou věci, co nikdy v životě vlastně nedokázali.“ Mluvil i o jeho osobní rovině tohoto tématu: „Já to vnímám tak, že je super, že se prostě lidem, dá se říct ukázu prostě, co vlastně dokáže vlastně kluk na vozejku.“ Oceňuje ostatní kamarády v kruhu, a hlavně svého bratra, kteří i přes jejich omezení dokážou bubnovat, nebo vést skupinu s plným zápallem. Je společenský tip. Podporu a radost nachází v tom, že hraje v kruhu s ostatními, což mu také dodává pocit, že v tom není sám.

Kamarádi v kruhu ho motivují hrát naplno. Rád hraje sólo, ale ještě radši hraje v bubenickém kruhu s ostatními. Když hraje sólo, nemá strach. V kruhu jsou kamarádi, kteří ho kdyžtak podpoří, podrží. Sóla mu umožňují odreagovat se, vyjádřit a dostat ze sebe své pocity a touhy. Ukázat svoji sílu a co vše i přes svoje znevýhodnění dokáže. Může se odpojit od kolektivu, hrát podle svých myšlenek a bez dodržování pravidel. Když hraje na veřejnosti (mimo ústav) pro neznámé lidi, je schopen lépe vyjádřit to, co v danou chvíli chce. Muzikoterapie je dle jeho slov skvělá a dodává mu sílu.

Tabulka 6- přehled významových celků a významových jednotek - Kryštof

Osobní témata	Bubenický kruh, vystoupení na veřejnosti	Skupinová dynamika
<b>Odhodlání a první bubnování.</b>	Mě hrozně baví to, že to ty lidi prostě baví a jsou prostě spokojení.	Mě nejvíc baví to, že ty lidi hrajou se mnou a nejsem v tom sám, že jo.
<b>Měl jsem v sobě vztek a stres. Dokážu ze sebe dostat všechnu negativní energii.</b>	Je to o tom, že dokážeš komunikovat nejenom hlasem, ale i tělem. Lidi dokážou poznat, co nám vlastně dáváš najevo.	Já to řeknu na rovinu, jsme v tom kruhu, jako prostě jedna rodina.
<b>Když jsem začal bubnovat, tak se mi úplně změnil život.</b>	Je skvělý, že je (publikum) dokážem zapojit a myslím si, že je to baví.	Opravdu nemusím mít strach, že kdybych náhodou vyletěl, jsou tam lidi, co mě prostě nahodí zpátky.
	I když jsme mentálně, nebo fyzicky postižený, lidi dokážou poznat, že uživatelé z ústavu jsou skvělý a úžasný v tom, co dokážou.	Muzikoterapie.
	Honzík, Vojtěch, Petr a bratr.	
	Lidem ukážu, co dokáže kluk na vozejku!	

	Sólo.	
	Hraní v ústavu vs. na veřejnosti.	
	Kapela vs. bubenický kruh.	

## **Významový celek: Osobní témata**

### **Významová jednotka 1: Odhodlání a první bubnování.**

Kryštof měl od začátku chuť zkusit bubnovat. Poté, co začal trénovat na bubny a nacvičovat se skupinou, tak si bubnování hodně oblíbil. Nevěřil, že se s vystupováním dokáže skupina dostat tak daleko. Má touhu představit svůj talent lidem, kteří ho neznají.

„Tak jak jsi sem nastoupil, tak jsem se dozvěděl, že si bubeník a řekl jsem si do toho fakt musím jít.“

„Jo, jak si prostě s náma začal komunikovat, trénovat, prostě cvičit, tak se mi to hrozně zalíbilo a od té doby mě to baví.“

„Chtěl bych zmínit to, že když jsme začali, tak jsem tomu moc nevěřil, že se dokážeme dostat až tak daleko, jako že jsme teď a doufám, že v tom budeme pokračovat a dostaneme se až na samotný vrcholek.“

„Jo, tak mám prostě takovou touhu prostě pro ty lidi, co mě vůbec neznají a nikdy mě neviděli. Zahrát i zabubnovat.“

### **Významová jednotka 2: Měl jsem v sobě vztek a stres. Dokážu ze sebe dostat všechnu negativní energii.**

Uvolnění vzteku a stresu skrz bubny přináší Kryštofovi úlevu a umožňuje mu dostat ze sebe negativní emoce a energii bez fyzických konfliktů s ostatními (s čímž měl a má problémy). Při hraní na bubny se cítí skvěle, protože dokáže uvolnit veškerou sílu a energii, a vžít se do toho. Představuje si, jaké by to bylo hrát ve velké aréně.

„Pro mě je to takový, dá se říct skvělý, protože dokážu ze sebe dostat, už jsem to zmínil na začátku, dokážu ze sebe dostat všechnu negativní energii, dokážu ze sebe dostat všechnu špatnou sílu, kterou vlastně nemusím vybit do lidí ani do věcí, ale můžu ji vybit i do bubnu.“  
(Klient má nárazově problémy s fyzickými konflikty vůči klientům, nebo personálu ústavu)

„Prostě mě dostalo do toho, do té situace, kdy jsem prostě měl v sobě prostě vztek, měl jsem prostě v sobě stres a takhle. Jak jsi začal s námi komunikovat, bubnovat a to, tak to prostě všechno ze mě spadlo. Řekl jsem si, do toho fakt musím jít. A to bude pro mě skvělý, že ze sebe dokážu dát všechny zlé emoce a prostě dokážu ze sebe dostat to špatný.“

„Já když hraju, tak se cejtím jako.... Cejtím se skvěle, protože dokážu ze sebe dostat všechnu sílu, všechnu energii a dokážu do toho i se vžít, že dokážu myslet i na to, co by se stalo, kdybysme třeba hráli v O2 aréně.“

### **Významová jednotka 3: Když jsem začal bubnovat, tak se mi úplně změnil život.**

V kontextu ústavního života mu bubnování zásadně změnilo život a přineslo velkou motivaci začít dělat něco, co ho baví a nikdy nedělal. Bubnování ho naučilo trpělivosti, odhodlání a přineslo do jeho života nový smysl. Začal být bubeníkem.

„Jo, takhle. Když jsme, když jsem začal bubnovat, dá se říct s bubeníkama, jako jsou tady, tak se mi úplně změnil život, že jsem prostě chtěl dělat věc, co jsem nikdy nedělal a začala mě prostě bavit.“

„Naučilo, naučilo mě to trpělivosti, prostě mít trpělivost, bejt odhodlanej, prostě naučilo mě to prostě svojí, jakože svojí prostě svého prostě nového života tím, že jsem začal prostě být bubeníkem no.“

### **Významový celek: Bubenický kruh, vystoupení na veřejnosti**

#### **Významová jednotka 1: Mě hrozně baví to, že to ty lidi prostě baví a jsou prostě spokojení.**

Baví ho, že lidem přináší radost a spokojenost svým bubnováním.

„Mě hrozně baví na tom, mě hrozně baví to, že to ty lidi prostě baví a jsou prostě spokojení.“

„Mě to tak jako dostane do toho pocitu, že prostě vím, že to ty lidi baví a to mě prostě, mě prostě hrozně baví bavit lidi. Jsem prostě spokojený, když mě to, když to baví, mě i je.“

#### **Významová jednotka 2: Je to o tom, že dokážeš komunikovat nejenom hlasem, ale i tělem. Lidi dokážou poznat, co nám vlastně dáváš najevo.**

Kryštof ocenil, že je systém vedení skupinového bubnování (drum circlu) srozumitelný pro lidi s mentálním postižením. Dokážou vnímat a reagovat na gesta, kterými je kruh veden.

„Primárně ukazuješ a fakt musím říct, že je to pro mě fakt skvělý, protože já ty gesta samozřejmě znám. Ty sice mluvíš, ale je to i o tom, že dokážeš komunikovat nejenom hlasem, ale i tělem.“

„Pro mě je to opravdu takový, že ty lidi jsou i když dá se říct, tělesně postižený, mentálně postižený, tak je to pro mě skvělý, že ty lidi, i když nemají, dá se říct, tělesnou sílu mysliteckou (mentální) sílu, že ty lidi dokážou poznat, co nám vlastně dáváš najevo, jestli dáme kroky nebo prostě tohle, jo, to opravdu.“

### **Významová jednotka 3: Je skvělý, že je dokážem zapojit a myslím si, že je to baví.**

Kryštof sledoval video z vystoupení k příležitosti oslav padesáti let ústavu (CPTS Zbůch) Byl spokojený, že v rámci vystoupení může skupina zapojit i zaměstnance. Těší ho, že se na něj při vystoupení zaměstnanci dívají. Je pro něho důležité, že ho několik zaměstnanců pochválilo, že je opravdu dobrý bubeník a že do toho dává všechno. Kryštof je hudebně nadaný a bubnuje opravdu dobře.

„Je skvělý, že je dokážem zapojit a myslím si, že je to baví. Že se na mě dívají, mě samozřejmě těší“

„Já vím, že samochvála smrdí, jo, ale opravdu mě několik lidí chválilo, že jsem fakt dobrej bubeník a že do toho můžu dát úplně všechno.“

### **Významová jednotka 4: I když jsme mentálně, nebo fyzicky postižený, lidi dokážou poznat, že uživatelé z ústavu jsou skvělý a úžasný v tom, co dokážou.**

Díky veřejnému vystoupení na festivalu „Festival na konci léta v centru Plzně“ a dalším zažil Richard interakci s publikem mimo ústav. Váží si toho, že přístup veřejnosti byl podporující bez předsudků, které očekával.

„Opravdu jsem cítil to, že ty lidi dokážou poznat, že i když jsme mentálně nebo fyzicky, fyzicky postižený, tak dokážou vnímat nebo jo, dokážou vnímat, že ty lidi, že my vlastně ty uživatelé z toho ústavu jsou tak skvělý a úžasný v tom, že prostě dokážou věci, co nikdy v životě vlastně nedokázali.“

„Napadá mě k tomu jenom jedno jediný, že ty lidi, jestli to můžu říct, že jsou skvělý, že do toho opravdu s náma šli a nebáli se toho.“

„Fakt jsem si ze začátku říkal, fakt jsem si myslel, že si ty lidi řeknou, hele, to jsou prostě lidi, který vůbec jako nemají rozum, prostě smysl pro humor a tak, a prostě nás viděli, dá se říct, že

nás viděli, že teď věří, že dokážeme tolik věcí, co jsme jako nikdy před lidma vlastně nedokázali.“

„Dá se říct i to, že ty lidi jsou fakt skvělý v tom, že mě v tom podpoří, aniž by mě znali nebo ne.“

### **Významová jednotka 5: Honzík, Vojtěch, Petr a bratr.**

Kryštof oceňuje ostatní kamarády v kruhu, a hlavně svého bratra, že i přes jejich omezení dokážou bubnovat, nebo vést skupinu s plným zápalem.

**Honzík** „Honzík je, dá se říct, takový svůj, opatrněj, hodně dá pozor, pohodovej, prostě má svůj rituál. Tak mě na něm nejvíc fascinuje, že do toho dokáže jít a nevzdat se prostě, i když nemluví, jenom chodí a znakuje. (Honzík bubnuje a také vede kruh gesty).

**Vojtěch** „Není to jenom o tom, že se vybubnuje negativní emoce, ale že taky dokáže bavit lidi a je společenský. Je takovej společenskej, dokáže ty lidi prostě pobavit, dokáže je rozproudit a prostě to nedokáže jenom Vojta, to dokážou úplně všichni, to do dokáže celej kruh.“

**Bratr** „A to je prostě na něm skvělý, že do toho, i když je tělesně postižen, nemá v sobě tolik síly, ale on tu sílu vlastně vyjádří tím, že tu sílu dá do toho všeho, i když tu sílu tolik nemá.

**Petr** „Několikrát už jsem u Petra zažil, je takovej svůj, dá se říct, prázdněj. Vůbec ho nic nezajímá. Najednou prostě začneme bubnovat, začneme vystupovat a je úplně, úplně jinej. Má v sobě energii, má v sobě prostě sílu, má v sobě tu radost, že ty lidi může bavit.“

„Fakt mě fascinuje to, že prostě ta Jana s tím Petrem dokážou i takový věci, který vůbec nikdy nedokázali.“

### **Významová jednotka 6: Lidem ukážu, co dokáže kluk na vozejku!**

„Já to vnímám tak, že je super, že se prostě lidem, dá se říct ukážu prostě, co vlastně dokáže vlastně kluk na vozejku, i když vlastně s rukama funkčníma, ale noha... bez nohou, vlastně bez funkčních nohou.“

### **Významová jednotka 7: Sólo.**

I když Kryštof hraje radši v bubenickém kruhu s ostatními, má rád i sóla. Sóla mu umožňují odreagovat se, vyjádřit a dostat ze sebe své pocity. Ukázat svoji sílu a co vše i přes svůj handicap dokáže. Odpojit se od kolektivu, hrát podle svých myšlenek, a bez dodržování pravidel. Chce vyjádřit své touhy a přání, například touhu po hezkém dni s blízkými člověkem.

Spolu s vedením kruhu je sólo silným prostředkem na podporu individuality člověka, což je obzvláště v ústavním prostředí velice důležité.

„A fakt je skvělý, že to ty lidi baví, i když hraju vlastně sám. Pro mě je to skvělý, prostě dokážu se odreagovat, nemusím se, dá se říct, držet pravidel.“

„A můžu se prostě jako, dá se říct, vyvlíknout ze řetězu a prostě zahrát prostě, co v sobě mám svůj pocit.“

„Ukázat lidem, co prostě vlastně kluk bez jenom s rukama a bez funkčníma nohama vlastně dokáže.“

„Tam se můžu odreagovat, tam se můžu prostě odpojit vlastně, dá se říct, od vagonu a začít prostě hrát, co tě prostě napadne, co máš prostě v mysli.“

„V tom sólu jim chci vlastně ukázat, co v sobě cítím, co prostě v sobě mám za, dá se říct, já to řeknu natvrdo, touhy“

### **Významová jednotka 8: Hraní v ústavu vs. na veřejnosti.**

Když hraje na veřejnosti (mimo ústav) pro neznámé lidi, je schopen lépe vyjádřit to, co v danou chvíli chce.

„Mám prostě pocit, že se ty věci líp ze mě dostanou, než abych byl doma mezi lidma, co znám, který prostě vídám 24 hodin denně. Lidem, co mě vlastně nikdy neznají, nikdy mě neviděli, nikdy mě nepoznali, tak je dobrý, tak mě poznají tím, že jsem opravdu fakt takovej komunikativní, pocitovej, náladovej.“

### **Významová jednotka 9: Kapela vs. bubenický kruh.**

“S kapelou si vlastně můžu složit písničku a s bubeníkama je to takový... skvělý, že bubeníci mi dají prostě tu rodinu a prostě tu energii a kapela mi dá prostě to, že se lidem prostě můžu ukázat.“

## **Významový celek: Skupinová dynamika**

**Významová jednotka 1: Mě nejvíc baví to, že ty lidi hrajou se mnou a nejsem v tom sám, že jo.**

Je společenský tip. Podporu a radost nachází v tom, že hraje v kruhu s ostatními, což mu dodává pocit, že v tom není sám. Když Kryštof vidí ostatní kluky v kruhu, jak hrají, tak ho to o to víc motivuje, aby se k nim přidal a hrál naplno.

„Já opravdu sám pro lidi bych sám nezahrál, já jsem fakt takovej hodně společenskej typ, že prostě, když, dá se říct, bubenický kruh, tak mě nejvíc baví to, že ty lidi hrajou se mnou a nejsem v tom sám, že jo... Je to taková pro mě podpora.“

„Když Marek jede prostě ten rytmus a taky Richard, Vojtěch, tak jsem prostě v tom, že se musím prostě k nim přidat a musím to s nima dát prostě na těch 100 procent. Jsme ty, ten motor vlastně tý skupiny.“

„A vždycky mě na nich fascinovalo to, že ty kluci se do toho fakt dokážou opřít.“

### **Významová jednotka 2: Já to řeknu na rovinu, jsme v tom kruhu, jako prostě jedna rodina.**

Kryštof vnímá bubenický kruh jako velkou rodinu a terapeuta jako náčelníka kruhu, nebo rodiče. Použil i přímou paralelu k rodině, že bubeníci v kruhu jsou děti a terapeut jejich rodič. Ve skupině nachází pochopení. Cítí, že je mezi dobrými lidmi, kteří ho pochopí.

„To jsme nikdy takhle nedokázali (mluví o nácviku nových aktivit v kruhu) a vím, že ty kluci, já prostě, já to řeknu na rovinu, jsme v tom kruhu, jako prostě jedna rodina.“

„Jsme v tom kruhu jakoby jedna velká rodina, že my jsme indiáni a ty si vlastně náčelník toho kruhu, že jo.“

„Já to vnímám tak, že prostě mi přijde, že na tom, i když bubnujeme, vystupujeme nebo zkoušíme, tak mi přijde, že prostě my jsme prostě tvoje děti a ty si prostě náš, jakože rodič jako, víš co.“

„Bubnování je prostě pro mě jako když hraju například s tebou, vlastně s těma bubeníkama, tak se prostě cítím, jako kdybych byl prostě mezi lidma, který jsou prostě dobrý, jsou profesionálové a jsou takový, který mě vlastně pochopí.“

### **Významová jednotka 3: Opravdu nemusím mít strach, že kdybych náhodou vyletěl, jsou tam lidi, co mě prostě nahodí zpátky.**



Velkou výhodou bubenického kruhu je podpora ostatních ve hře. Když se někdo z kruhu ztratí ve hře, nebo potřebuje z nějakého důvodu přestat hrát, kruh pořád dostatečně funguje. To snižuje nárok, obavy a strach účastníků při nácvičku i v rámci vystoupení.

„No, ze začátku jsem ho míval, pak jsem si na to, dá se říct, i zvyknul, že opravdu nemusím mít strach, že kdybych náhodou vyletěl, jsou tam lidi, co mě prostě nahodí zpátky. Napoví mi, co vlastně mám hrát.“

„Vlastně jsou lidi, který mě vlastně drží i při tom, abych tam prostě nevyletěl. Když hrajeme spolu, i když hrajeme sólo, tak je to takový oboustranný.“

#### **Významová jednotka 4: Muzikoterapie.**

„Muzikoterapie, je opravdu skvělá, dává mi opravdu sílu, protože vždycky přijdu z práce unavený, prostě vyčerpaný, dá mi prostě sílu a odhodlání ten den dokončit až do konce.“

### **4.5 Účastník č.5 Zuzana**

Zuzaně je 45 let. Má úplný invalidní důchod. Žije s matkou. Byla jí diagnostikována myoklonická dystonie s kognitivním deficitem a má epilepsii. Od roku 2016 dochází pravidelně jednou za 14 dní (září–červen) na skupinovou muzikoterapii v rámci uzavřené skupiny SPMP Plzeň. Dále také na aktivitu s názvem Tvoření pro radost (výtvarné činnosti). Účastní se společných akcí v rámci tohoto spolku. Ráda chodí na procházky a ráda poslouchá hudbu. Je společenská a přátelská. Tabulka 5 uvádí přehled významových celků a významových jednotek vytvořených pro účastnici Zuzanu.

*Tabulka 7- přehled významových celků a významových jednotek - Zuzana*

<b>Osobní témata</b>	<b>Bubenický kruh, vystoupení na veřejnosti</b>	<b>Skupinová dynamika</b>
<b>Chodila jsem hodně odpočatá domů, že se mi ty ruce vůbec ani nehnuly.</b>	Proč? Protože ukazuju sobě, že něco já dokážu.	Spolupráce ve skupině.
<b>První video z nácvičku.</b>	Je to prostě jako klidný a je to úžasný.	Pravidelné scházení.
	První veřejné vystoupení.	
	Když mě zatleskají, je to příjemný pocit a je to úžasný a jako uklidňující.	

## **Individuální destilovaná esence**

Zuzana vzpomíná, jak jí bubnování pomohlo ke zklidnění samovolného a nekontrolovaného pohybu rukou. „No, bylo to suprácký. Hodně mě to dalo a hodně mě to pomohlo a chodila jsem hodně odpočatá domů, že se mi ty ruce vůbec ani nehnuly. Přišla jsem usmátá, vysmátá.“

Když viděla video z prvního nácviku, překvapilo ji vidět sebe, jak vede skupinu a došlo jí to. Měla z toho dobrý pocit a na toto období má silné vzpomínky. Pro Zuzanu je důležité, že jde doprostřed kruhu vést skupinu, protože sama sobě může ukázat, že něco dokáže. Může lidem ukázat, kdo je a co dělá v muzikoterapii. Je to pro ni krásný zážitek, když může vést skupinu, kde bubnují kamarádi. Prožívá to, baví jí to. Nemá obavy, ani strach, je to pro ni v pohodě. Pozornost je jí příjemná. Byla ráda, že jsem jako terapeut mohl případně pomoci během vystoupení. Vedení skupiny gesty, beze slov, je pro ni klidné a úžasné. Když Zuzana poprvé vystoupila před lidmi v Depu (kulturní prostor v Plzni), bylo to na akci „Jdeme do toho spolu“, která byla určená pro žáky s se speciálními potřebami z různých škol a organizací. Na akci jsme se připravovali dlouho a ve finále vedla skupinu 20-30 lidí a další ještě přihlíželi. Popisuje to tak, že to pro ni byl zážitek, byla ráda, že mohla vystupovat. Neměla trému, byla klidná a v dobré náladě. Z pohledu terapeuta to byl obrovský kus práce, který zvládla a velká odvaha vystoupit a vést skupinu. Zatím poslední vystoupení proběhlo na vánoční besídce SPMP Plzeň v kruhu klientů a jejich rodin. Zuzana opět vedla bubenický kruh a ve finále i tančila v kruhu. Vše popisuje opět jako pozitivní zážitek, byla uvolněná a užívala si to. Spolupráci ve skupině hodnotí Zuzana velmi kladně.

Pravidelné scházení muzikoterapeutické skupiny bere také jako příležitost vidět se s kamarády ze spolku. Vnímá pozitivní účinky bubnování a muzikoterapie.

## **Významový celek: Osobní témata**

**Významová jednotka 1: Chodila jsem hodně odpočatá domů, že se mi ty ruce vůbec ani nehnuly.**

Když Zuzana vzpomíná na první setkání s bubnováním a muzikoterapií, popisuje pozitivní vliv, který na ní v průběhu mělo. Konkrétně jí pomohlo zklidnit samovolný a nekontrolovaný pohyb rukou.

„No, bylo to suprácký. Hodně mě to dalo a hodně mě to pomohlo a chodila jsem hodně odpočatá domů, že se mi ty ruce vůbec ani nehnuly. Přišla jsem usmátá, vysmátá.“

*Bubny Ti v tu chvíli, když jsi měla takové nekoordinované pohyby rukou a zakopávala si, pomohly se zklidnit tak, že ty ruce byly v klidu? „Jo.“*

„Zdenku, teďko několik dní, když jsem přišla domů... No, mně se vůbec ani nehnu. Mamina prostě říká, že ty ruce díky té terapii jsou vo mnohem lepší. Nelítají.“

*To znamená, že Ty, když chodíš pravidelně bubnovat na muzikoterapii, tak ty ruce ti netíkají a jsou v klidu? „Jo.“*

### **Významová jednotka 2: První video z nácviku.**

Když viděla video z prvního nácviku, překvapilo ji vidět sebe, jak vede skupinu. Dojalo jí to. Prožívala příjemné pocity a jak uvedla, na období zaznamenané na videu nezapomene.

„Když teďkon sebe vidím... Já nemám vůbec ani slov.“

„Je to prostě jako překvapení se takhle vidět sama sebe s paličkou a před všema lidma tam...,“

„Mě to prostě dojímá a je to supráckej (pocit) a nezapomenu na to vůbec.“

### **Významový celek: Bubenický kruh, vystoupení na veřejnosti**

#### **Významová jednotka 1: Protože ukazuju sobě, že něco já dokážu.**

Pro Zuzanu je důležité, když jde doprostřed kruhu a vede skupinu, protože to pro ni znamená příležitost dokázat si, že je schopná něco zvládnout. Může lidem ukázat kdo je a také co dělá v muzikoterapii.

Je to pro ni krásný zážitek, když může vést skupinu, kde bubnují kamarádi. Prožívá to a baví jí to. Nemá obavy, ani strach, je to pro ni v pohodě. Pozornost je jí příjemná. Byla ráda za přímou podporu během vystoupení.

„Pro mě jako před ostatníma.... Pro mě je ten zážitek, že prostě jdu a prostě s tou paličkou jdu mezi lidi a prostě s tou ukážu a prostě je to bomba.“

*Je pro Tebe důležité, že jdeš doprostřed? „Jo.“*

*Jaké to je, když se na tebe koukají kamarádi a rodiče, když seš uprostřed kruhu?*

„Pro mě je to úžasný. Nic víc bych k tomu neřekla.“ „Proč? Protože ukazuju sobě, že něco já dokážu.“

„A a že ty lidi jako Petr, Martina, Miroslav, všichni jako bubnovali, tak pro mě je to krásnej zážitek.“

„Prožívám to. Pro mě je to hm... Takové... V pohodě... Nevím, ale bavím mě to.“

„Že můžu lidem ukázat kdo jsem. A co v té muzikoterapii jako dělám.“

„Zážitek, prožívání a jsem ráda, že jsi tam mohl být, mě jako pomoct.“

### **Významová jednotka 2: Je to prostě jako klidný a je to úžasný.**

Moment, kdy vede skupinu gesty, beze slov, je to pro ni klidný a úžasný.

„Je to prostě jako klidný a je to úžasný. Nic bych k tomu už neřekla.“

### **Významová jednotka 3: První veřejné vystoupení.**

Když Zuzana poprvé vystoupila před lidmi v Depu (kulturní prostor v Plzni), bylo to na akci „Jdeme do toho spolu“, která byla určená pro žáky s postižením z různých škol a organizací. Na akci jsme se připravovali dlouho a ve finále vedla skupinu 20-30 lidí a další ještě přihlíželi. Byl to pro ni zážitek, byla ráda, že mohla vystupovat. Neměla trému, byla klidná a v dobré náladě.

„Jako jde to před všema lidma. Prostě to pro mě byl zážitek a jsem ráda, že jsem mohla vystupovat a nebála jsem se toho vůbec a šla jsem prostě do toho. Neměla jsem trému.“

„Byla jsem víc klidná v dobrý náladě.“

„Suprácký, úžasný a že ten prostor byl větší a jsem ráda, že jsem mohla aspoň takhle vystoupit.“

### **Významová jednotka 4: Když mě zatleskají, je to příjemný pocit a je to úžasný a jako uklidňující.**

Zatím poslední vystoupení proběhlo na vánoční besídce SPMP Plzeň v kruhu klientů a jejich rodin. Zuzana opět vedla bubenický kruh a ve finále i tančila v kruhu. Vše popisuje obdobně jako pozitivní zážitek, kdy byla uvolněná a užívala si to.

„Prožívala jsem krásný pocit. Druhá věc je, že jsem mohla takhle vystoupit. Prostě to bylo suprácký.“

„Nemám co k tomu dodat. Mě se to prostě líbilo, byla jsem taková uvolněná a užívala jsem si to.“

## **Významový celek: Skupinová dynamika**

### **Významová jednotka 1: Spolupráce ve skupině**

Spolupráci ve skupině hodnotí Zuzana pozitivně.

„Je to úžasný a je to... Hele Zdenku já bych ti dala příklad. Je to prostě suprácký. Nic bych k tomu už neřekla.“

### **Významová jednotka 2: Pravidelné scházení.**

Pravidelné scházení muzikoterapeutické skupiny bere také jako příležitost vidět se s kamarády ze spolku a jak již bylo zmíněno výše, vnímá pozitivní účinky bubnování a muzikoterapie.

"Zdenku má, protože zase vidím lidi a zase mi ty bubny dají něco a že můžu s těma dvěma paličkama hrát na ten velkej buben.“

## **4.6 Účastník č.6 Jiří**

Jiří má 30 let. V centru sociálních služeb je od roku 2011. Má hemiparetickou formu DMO. Slovní vyjadřování je ztíženo lehkou dysartrií. Jeho rodina se o něho aktivně stará a bere si ho na víkendy. Jiří má velmi rád hudbu, hlavně muzikály, které s rodiči pravidelně navštěvuje. Pamatuje si dobře texty písní a muzikálových obzvlášť. Hudba pro něho mnoho znamená, rád zpívá a hraje divadlo v dramatickém kroužku. Tabulka 6 uvádí přehled významových celků a významových jednotek vytvořených pro účastníka Jiřího.

### **Individuální destilovaná esence**

Hra na bubny pomáhá Jiřímu rehabilitovat ruce obecně, přesněji zmírnit náhodný třes rukou, tedy zmírnit nekoordinované a nevědomé svalové kontrakce. Hraní praktikuje jako ergoterapii. Hru v kolektivu si užívá. Jak popisuje Jiří, když hraje na bubny, je mu krásně. Umožňuje mu to uvolnit přebytečnou energii a zklidnit se. Bubnování je pro něho možnost, jak vyjádřit a uvolnit emoce, hlavně vztek. Podobně jako když hraje v divadle zápornou roli.

Dříve, na ZŠ, zažíval silnou nervozitu při vystupování. Vystupování s bubenickým kruhem a divadlem mu pomohlo tento strach zmírnit a překonat. Pozitivní pocity z bubnování Jiří rád sdílí i s rodinou a zároveň podněcuje ostatní lidi, aby také zkusili bubnovat, a našli si svůj vlastní kolektiv, kde jim bude dobře. Jiří má rád příběhy, muzikály a divadlo. Porovnává své pocity s postavou z filmu George z džungle, kterému po příchodu do města začala chybět

džungle a našel útočiště u bubeníků. Tato analogie popisuje, jak se cítí Jiří, když hraje na bubny. Cítí se moc fajn, úžasně. Tak jako George u bubeníků.

Při prvním vystoupení měl trému a strach tak jako v minulosti, ale dokázal to překonat a zvládnout vystoupení. Bylo to pro něho důležité. Stejně tak, je pro něho důležité, aby přijela jeho máma, viděla vystoupení a věděla co dělá. Je rád, když o něho projevuje zájem. Chtěl, aby se zapojila do vystoupení v rámci veřejnosti. Jiří sdílí radost, že ho rodiče respektují a podporují jeho zájmy. Vyjadřuje naději, že by rodiče neměli vnucovat své vlastní cíle dětem, ale umožnit jim sledovat jejich vlastní sny a cíle. Zdůrazňuje důležitost respektu rodičů k rozhodnutím a cílům svých dětí. Stejně tak jako jeho rodiče respektují a podporují jeho hraní na bubny se skupinou.

Má radost, že může být součástí skupiny. Mít partu a nebýt na to sám. Pro Jiřího je důležitá dobrá atmosféra ve skupině a sdílení radosti z bubnování. V kontextu ostatních bubeníků v kruhu zmiňuje Lukáše, který se dle jeho slov promění, když jde doprostřed vést skupinu. Přesto, že je často unavený, v kruhu je energický. To, že se skupina pravidelně schází, je pro něho možnost potkat se s kamarády. Při bubnování ve skupině prožívá klid a pohodu.

V rámci ústavního života je pro něho muzikoterapie vybočení z denní rutiny a zlepšuje mu náladu. Poskytuje úlevu od stresujících situací, zejména vzhledem k obtížnému soužití s jeho spolubydlícím. V rámci muzikoterapeutické skupiny vnímá odlišnou náladu, energii a prostředí, což považuje za skvělé.

*Tabulka 8- přehled významových celků a významových jednotek - Jiří*

<b>Osobní témata</b>	<b>Bubenický kruh, vystoupení na veřejnosti</b>	<b>Skupinová dynamika</b>
<b>No, bonga je to úžasný, protože zaměstnám obě dvě ruce.</b>	První setkání s bubenickým kruhem, muzikoterapií	Je to skvělý, mít tým.
<b>Prostě můžu se v klidu vyřádit.</b>	Jsem rád, že ví a vidí, že to dělám.	Je to příjemný vidět někoho, jak to prostě umí a že to baví taky ostatní.
<b>Můžu ze sebe dostat emoce. To, když mám vztek třeba.</b>	První vystoupení.	Klid, pohoda, prostě se s někým potkáte.
<b>Prostě už takovej strach jakoby nemám.</b>	Kroky Michaela Jacksona.	Je to prostě vybočení z denní rutiny, je to prostě fajn

<b>Najdete si svůj kolektiv a je vám tam prostě krásně.</b>	Když jde Lukáš doprostřed, tak vyvíjí obrovský množství energie.	
<b>George z džungle.</b>	Najdu takovej klub pro něho ať si konečně plní své cíle a neplní ty moje prostě.	

## **Významový celek: Osobní témata**

### **Významová jednotka 1: No, bonga je to úžasný, protože zaměstnám obě dvě ruce**

Hra na bonga pomáhá Jiřímu rehabilitovat a zklidnit ruce, tedy nekoordinované a nevědomé svalové kontrakce. Praktikuje to jako ergoterapii. Hru v kolektivu si užívá.

„No, bonga je to úžasný, protože zaměstnám obě dvě ruce. Takže je to dobrý jako zároveň ergoterapie. Prostě si je procvičuju. Na ergu to nemají, takže je to pro mě fakt dobrý a jinak si to v kolektivu fakt užívám.“

„No, když se mi třesou ruce, tak mi takhle vystartujou a já to nemůžu ovládat. Většinou se mi to děje doma, tady většinou ne.“

*Jaké to je s rukama po hraní na bubny?* „Jsou v klidu.“

*Jsou v klidu, takže můžeme říct, že hraní na bubny Ti pomáhá zmírnit náhodný třes rukou.* „Jo.“

### **Významová jednotka 2: Prostě můžu se v klidu vyřádit.**

Jak popisuje Jiří, když hraje na bubny, je mu krásně. Umožňuje mu to uvolnit přebytečnou energii a zklidnit se.

„Prostě můžu se v klidu vyřádit. Já mám občas takovou spoustu energie, že se mi nechtěně třesou ruce a táta říká, že jsem ve vlastním světě. Já za to fakt nemůžu, ale když můžu část energie prostě do toho dát, tak jsem rád, že můžu dát.“

„Je to krásný, když hraju na bubny a když hraju v dramáťáku, tak je mi tak nějak krásně.“

### **Významová jednotka 3: Můžu ze sebe dostat emoce. To, když mám vztek třeba.**

Bubnování je pro něho možnost, jak vyjádřit a uvolnit emoce, hlavně vztek. Podobně jako když hraje v divadle zápornou roli.

„Můžu ze sebe dostat emoce. To, když mám vztek třeba. Dávám do toho tolik. Dávám do toho vztek a to samý, když hraju Lucifera (divadlo), prostě se tak nějak vyřádím.“

#### **Významová jednotka 4: Prostě už takovej strach jakoby nemám.**

Jiří dříve zažíval silnou nervozitu při vystupování. Vystupování s bubenickým kruhem a divadlem mu pomohlo tento strach zmírnit a překonat.

„...takže jsem měl o tý vánoční besídce nervy. Prostě snažit se vnímat tu hudbu a nepoddat se tý trémě.“

„V základní škole mě chytla... parkrát mě chytla taková tréma, že jsem nemohl vystupovat.

Ted' už díky bubnům a tomu (divadlu) už můžu. Prostě už takovej strach jakoby nemám.“

*Takže ti to pomáhá. Už sis zvyknul a nemáš takový strach, když vystupuješ?* „Ne“

#### **Významová jednotka 5: Najdete si svůj kolektiv a je vám tam prostě krásně.**

Pozitivní pocity z bubnování Jiří rád sdílí i s rodinou a zároveň podněcuje ostatní lidi, aby také zkusili bubnovat, a našli si svůj vlastní kolektiv, kde jim bude dobře.

„Když si telefonuju třeba s tetou Pavlínou, taky jí říkám, že jsem bubnoval a že to bylo prostě úžasný, jak je to skvělý, super, bombový, prostě dělám to rád.“

„Jenom říct lidem, pokud to bude inspirací pro ostatní, ať to taky zkusí. Najdete si svůj kolektiv a je vám tam prostě krásně. Prostě jiný ústavy, pokud chcete, do toho!“

#### **Významová jednotka 6: George z džungle.**

Jiří má rád příběhy, muzikály a divadlo. Porovnává své pocity s postavou George z džungle, kterému po příchodu do města začala chybět džungle a našel útočiště u bubeníků. Tato analogie popisuje, jak se cítí Jiří, když hraje na bubny. Moc fajn, úžasně, jako George u bubeníků.

„Cítím se jako George z džungle. Protože on přijel do města a zase mu chyběla džungle a ty bubny mu to připomínali, tak se dal k bubeníkům. A cítil se u toho, myslím, hrozně fajn, a tak se cítím, já. Jo, a tak se cítím já prostě úžasně.“



## **Významový celek: Bubenický kruh, vystoupení na veřejnosti**

### **Významová jednotka 1: První setkání s bubenickým kruhem, muzikoterapií.**

I když měl Jiří na začátku lehčí obavy, je rád, že začal bubnovat. Začal úplně něco nového, jako všichni ostatní.

„Tohle byla pro mě úplně nová zkušenost, takže jsem se toho trochu jako by bál, ale šel jsem do toho, a jsem rád, že jsem do toho šel. Tak jsme všechny začali něco úplně nového.“

### **Významová jednotka 2: Jsem rád, že ví a vidí, že to dělám.**

Pro Jiřího je důležité, aby jeho máma přijela a viděla vystoupení, věděla co dělá. Je rád, když o něho projevuje zájem. Chtěl, aby se zapojila do vystoupení v rámci veřejnosti.

„Chvilku jsem pokukoval po mámě, protože já chtěl, aby to zkusila taky. Teda jako myslím ty tyčky (boomwhackers), aby zkusila.“

*A dokážeš mi říct, proč je důležitý, když je máma na vystoupení? „Protože rád vidím, že se na mě dívá a že prostě ten zájem tam prostě je. Proto jí říkám, aby přijeli, protože a taky jsme měli zrovna muzikálový tančení z toho (divadelní vystoupení).“*

„Jsem rád, že ví a vidí, že to dělám.“

### **Významová jednotka 3: První vystoupení.**

Při prvním vystoupení měl trému a strach jako v minulosti, ale dokázal to překonat a zvládnout vystoupení. To je pro něho důležité.

„Jo, tak to jsem měl taky trému. Nakonec to bylo dobrý. Strach, ale prostě tréma, strach, ale dali jsme to, a to je důležitý.“

### **Významová jednotka 4: Kroky Michaela Jacksona.**

Jedna z aktivit uprostřed kruhu je ta, že skupina reaguje údery na kroky toho, co vede skupinu. Lukáš, jeden z klientů má tuto aktivitu oblíbenou a v kruhu skáče. Tato aktivita připomíná Jiřímu kroky, pohyby, které dělal Michael Jackson v klipu "History".

„No, ty nohy mi trochu, když děláme ty nohy, tak mi to, tak to vlastně dělá i Michael Jackson v tom, v "History". Protože on tam jakoby skáče. Takže když se vy alternujete jako Michael Jackson, tak je to fakt úžasný.“

### **Významová jednotka 5: Když jde Lukáš doprostřed, tak vyvíjí obrovský množství energie.**

Jiří popisuje Lukáše, který většinou přichází na bubnování unavený z práce, ale když jde doprostřed kruhu dělat aktivitu s kroky, tak je hodně energický. Jiří to popisuje tak, že se promění jeho charakter.

„No, Lukáš je většinou ospalej, ale když jde jako doprostřed, tak vyvíjí obrovský množství energie. Takže z našeho ospalýho šmouly lenocha se stane rázem úplně jinej šmoula. Kdybych to bral na šmouly, tak se najednou promění ten jeho charakter.“

### **Významová jednotka 6: Najdu takovej klub pro něho ať si konečně plní své cíle a neplní ty moje prostě.**

Jiří sdílí radost, že ho rodiče respektují a podporují jeho zájmy. Vyjadřuje naději, že by rodiče neměli vnucovat své vlastní cíle dětem, ale umožnit jim sledovat jejich vlastní sny a cíle. Zdůrazňuje důležitost respektu rodičů k rozhodnutím a cílům svých dětí. Stejně tak jako jeho rodiče respektují a podporují jeho hraní na bubny se skupinou.

„Jsem rád, že prostě je to zajímavá.“

„Hele, možná ho nebaví jít za mými sny, jako si dělám naděje, že i já nebyl mistr světa v hokeji, tak moje dítě bude, ale je to šance vnímat to, že ty děti mají jiný tužby než to a že si konečně řeknou, najdu takovej klub pro něho ať si konečně plní své cíle a neplní ty moje prostě. Tak když jste se rozhodli žít pro rodinu, tak jí, nejenom oni vás, ale i vy jejich rozhodnutí musíte akceptovat.“

*Takže pro Tebe to je důležitý, že je to tvoje rozhodnutí, jdeš si za svým cílem a rodiče ho akceptují?* „Jo, že prostě mám svý záliby a prostě mě baví a rodiče jsou rádi, že je dělám.“

## **Významový celek: Skupinová dynamika**

### **Významová jednotka 1: Je to skvělý, mít tým**

Má radost, že může být součástí skupiny. Mít partu a nebýt na to sám.

„Je to skvělý, mít tým. Že prostě nejsi na to sám, prostě je super mít partu.“

### **Významová jednotka 2: Je to příjemný vidět někoho, jak to prostě umí a že to baví taky ostatní.**

Pro Jiřího je důležitá dobrá atmosféra ve skupině. Je pro něj příjemné sledovat, když někdo umí hrát na bubny, baví ho to a baví to také ostatní v kruhu. Účastníci sdílí radost z bubnování.

„Prostě myslím, že je hlavně dobrý, aby tam nikdo nerozséval špatnou náladu. To se naštěstí u nás ještě tak úplně nestalo. Je to příjemný vidět někoho, jak to prostě umí. Prostě vědět, že prostě ho to taky baví. Že se nebaví jenom sám, ale že to baví taky ostatní.“ (spolu s ostatními)

### **Významová jednotka 3: Klid, pohoda, prostě se s někým potkáte.**

Při bubnování ve skupině prožívá klid a pohodu. To, že se skupina pravidelně schází, je pro něho také možnost potkat se s kamarády.

„Klid, pohoda, prostě se s někým potkáte.“

### **Významová jednotka 4: Je to prostě vybočení z denní rutiny, je to prostě fajn.**

V kontextu ústavního života je pro něho muzikoterapie vybočení z denní rutiny a zlepšuje mu náladu. Poskytuje úlevu od stresujících situací, zejména vzhledem k obtížnému soužití s jeho spolubydlícím. V rámci muzikoterapeutické skupiny vnímá odlišnou náladu, energii a prostředí, což považuje za skvělé.

„A je to jiný. Většinu tejdne jsme buď v práci, nebo na oddělení prostě. A prostě, když buď hrajeme s holkama (dramatický kroužek), nebo děláme bubny s tebou, je to prostě jiný.“

„Je to prostě vybočení z denní rutiny, je to prostě fajn. V ústavu díky hře na bicí mám dobrou náladu.“

„Když bydlíš s Kamilem (spolubydlící), je to fakt potřeba, protože on neustále prostě nezavře pusu a to mě to kolikrát lezlo na nervy. Občas je sprostěj a ty se snažíš sestřičky bránit. A po takovém týdnu prostě si rád, když přijdeš do příjemný kolektivu, kde je to úplně všechno, úplně jako jiný, kde je úplně, úplně jiná nálada, úplně jiná energie, je to prostě skvělý.“

## **4.7 Identifikace společných témat, vytvoření finální jádrové esence**

Společná témata byla identifikována jako témata, která propojují individuální destilované esence jednotlivých účastníků. Společné významové celky prolínající se napříč všemi otázkami a tématy zodpovězenými při rozhovorech slouží pro globální strukturování výroků a z nich byla vytvořena finální jádrová esence všech účastníků.

Tabulka 9- zkušenosti účastníků dle četnosti

<b>Společná témata: Zkušenosti, které popsal všech šest účastníků</b>	
Příjemné pocity při hraní.	
Prostor k uvolnění a odreagování.	
Pozornost, zájem a interakce s publikem (rodina, veřejnost) při veřejném vystoupení.	
Při vystupování nemám strach (bubenický kruh jako podpora a bezpečný prostor).	
Komunita – bubenický kruh je kolektiv, kde je mi dobře. Příležitost k setkávání.	
Pozitivní vztah k Muzikoterapii a uvědomění v čem mi pomáhá.	
<b>Významná témata: Zkušenosti, které popsal několik účastníků</b>	
Rehabilitace – bubnování jako prostředek pro fyzickou rehabilitaci (zejména rukou)	5
Rád/a vedu skupinu, pozitivní zážitky při vedení skupiny.	4
Jsem slyšen/a – vedení skupiny, sólo, hraní ve skupině.	4
Při vedení skupiny můžu ukázat lidem „co ve mně je“.	4
Uvolnění negativní energie, napětí a emocí.	4
Vedení skupiny – překvapení co vše jiný účastník dokáže.	3
Díky bubenickému kruhu jsem slyšen.	3
Bubenický kruh je moje rodina, kapela, můj tým.	3
Změna ústavního stereotypu (všichni účastníci z ústavního prostředí).	3
Nejsem na to sám, hraji v kruhu s ostatními, mám partu.	2
Obava z předsudků publika při veřejném vystoupení a následná pozitivní korekce. (Ústavní prostředí)	2
Potřeba jasné, resp. přesné reakce skupiny při vedení gesty.	2
Uvolnění agrese (prevence fyzického konfliktu, sebepoškození).	2
<b>Individuální téma: Zážitek, který popsal pouze jeden účastník</b>	
Naučila jsem se to, co by normální člověk nedokázal, kdyby nechodil na bubny.	
Společně se skupinou jsme něco zvládli.	
Při sóle vyjadřuju moje pocity a touhy.	
Veřejnost nezná a chce poznat, jak fungují lidé s postižením.	

Jsme v tom kruhu, jako prostě jedna rodina.
Sama sobě může ukázat, že něco dokážu.
Jsem plně slyšen i přes omezení hlasu.
Vedení skupiny vnímám jako její podporu.
Díky vystupování si připadám, že bych se v civilním světě neztratil.

## 5 Diskuse

Mikroanalýza rozhovorů účastníků ve své finální jádrové esenci poskytuje odpověď na výzkumnou otázku a reflektuje část jejich životní cesty, na které jim muzikoterapie se skupinovým bubnováním pomohla i přes náročné životní situace a omezení vycházející z jejich vrozeného, nebo získaného postižení zažít pocity radosti, uvolnění, přijetí, podpory, pochopení a bezpečí. *„Lidé se speciálními potřebami hodnotí skupinové bubnování na bázi metodiky drum circle jako smysluplné a důležité z hlediska emocionální abreakce a regulace, z hlediska podpory tělesných funkcí a učení, ale také z hlediska sociálních cílů a podpory. Tato zkušenost jim umožňuje odhalit jejich silné stránky a podpořit sebevědomí. Důležitou součástí této zkušenosti je vystoupení na veřejnosti, které umožňuje být slyšet i těm účastníkům, kteří se z důvodu svého postižení či životní situace nemohou dostatečně vyjadřovat. Jde také o naplnění potřeby realizovat se, být respektován a mít moc něco ovlivnit. Častokrát je to také příležitost pro interakci a prohloubení vztahu v rámci rodiny. Vedení skupiny představuje také možnost ukázat „kdo jsem“ a „co ve mně je“, k čemuž běžně lidé se speciálními potřebami nemají příležitost. Obzvláště ve věku dospívání to může být silný a formující moment. Zde je jedna věta za všechny: „Já to vnímám tak, že je super, že se prostě lidem, dá se říct ukážu prostě, co vlastně dokáže vlastně kluk na vozejků.“ Spolu s vedením kruhu je také sólo silným prostředkem na podporu individuality člověka, což je obzvláště v ústavním prostředí velice důležité. Pro účastníky z tohoto prostředí má navíc možnost veřejného vystoupení korektivní zkušenost oproti častým obavám z předsudků. Jsou veřejností přijímáni bez předsudků, a naopak se setkávají s oceněním a podporou. Pro jednoho z účastníků bylo veřejné vystoupení také potvrzením, že by v civilním životě obstál. Je to příležitost k navázání nových kontaktů a socializaci mimo běžné prostředí osob se speciálními potřebami, případně mimo ústavní prostředí. V kontextu ústavního prostředí je bubnování, nacvičování a vystupování vítanou změnou oproti ústavnímu stereotypu a podporou. Bubenická skupina poskytuje prostor pro sounáležitost, vzájemnou podporu, utváření komunity s hlubšími vazbami a pocit*

*příslušnosti. To je obzvláště důležité pro lidi, kteří mají velmi malý, nebo nemají žádný kontakt s rodinou“.*

Drum circle je nízkoprahová platforma, díky které je mimo jiné možné realizovat skupinové i individuální vystoupení člověka se speciálními potřebami v bezpečném prostředí, a to i v případě těžších forem postižení, aniž by byla snížena důstojnost člověka a hudební kvalita vystoupení.

Lze předpokládat, že tyto zkušenosti mají u osob se speciálními potřebami vysoký stupeň transferability. Jak z pohledu skupiny, tak z hlediska příběhů jednotlivých účastníků, kde mohou být mimořádně důležitá i individuální témata.

### **Porovnání studií**

Doposud existuje pouze málo výzkumných studií zaměřených na drum circle, zejména realizovaných u osob speciálními potřebami. Na konci roku 2020 byla v rámci magisterského programu ergoterapie na St. Catherine University v Minneapolis dokončena následující diplomová práce s názvem „The Perceived Benefits of Participation in Community Drum in Community Drum circles“ (Cudd, 2020).

Účelem této studie bylo prozkoumat zkušenosti dospělých, kteří se účastnili komunitních bubnovacích kruhů („community drum circles“). V rámci studie byla provedená fenomenologická analýza s cílem zkoumat vnímané přínosy drum circle v rámci intaktní populace. Byly provedeny rozhovory s šest lidmi ze dvou různých bubnovacích kruhů. Účastníci zažili mnoho pozitivních fyziologických a emocionálních reakcí při čekání, během a po účasti na bubnování. Pociťovali také větší propojení se skupinou a přítomným okamžikem. Byly zjištěny rozdíly v tom, jakým způsobem se účastníci seznámili s bubnováním a dostali se do drum circle skupin. Další rozdíly zahrnují to, jak kontext bubnování ovlivnil očekávání účastníků. Navzdory rozdílům byli všichni účastníci otevření učit se nové věci a zažít nové zkušenostem. Měli touhu sdílet bubnování s ostatními a považovali bubnování jako hodnotnou a smysluplnou činnost. Sean dále uvádí, že využití bubnování v kontextu drum circle může být užitečné jako terapeutický nástroj k podpoře, udržování a obnovení zapojení do smysluplných povolání s prospěšnými výsledky souvisejícími s fyzickým a duševním zdravím.

Výsledky studie této diplomové práce se s výsledky studie S Cudda shodují v následujících bodech. V obou studiích účastníci obdobně vyjadřují:

- Prožívání pocitů spokojenosti a klidu po bubnování.

- Bubnování sloužilo jako mechanismus redukce stresu, podporující emoční a fyzický well-being.
- Zdůraznění podpůrné atmosféry komunity a příležitostí pro smysluplnou sociální interakci.
- Bubnovací kruhy podporovaly spojení, přijetí a přátelství mezi účastníky, přispívající k pocitu příslušnosti.
- Bubnování podporovalo pozitivní emocionální stavy, jako je radost, relaxace a vděčnost, podporovalo duševní zdraví.
- Jako hlavní téma se objevilo propojení, které zahrnuje pocit sounáležitosti a jednoty.
- Bubenické kruhy poskytovaly bezpečný prostor pro interakci, posilovaly sociální vazby a usnadňovaly sebeuvědomění.
- Účast v bubenickém kruhu umožnila jednotlivcům osvojit si nové dovednosti a přijmout nové zkušenosti.

Studie Cudda (2020) dále popisuje, že účastníci zaznamenali zlepšenou skupinovou synchronizaci, senzoryckou stimulaci a zvýšenou seberegulaci. Bubnování podporovalo cooping mechanismy. Dále se objevilo téma propojení, přítomnosti účastníků v daném okamžiku. Tyto témata nebyly v rámci mé studie popisovány (kromě souhry), nicméně byly plnou součástí procesu, aniž byly zvědoměny.

V rámci porovnávané studie jsem nezjistil nic, co odporuje mým zjištěním. V zásadních bodech se studie shoduje. Rozdílnost je hlavně v tom, že u intaktních skupin neprobíhaly bubenické kruhy v rámci muzikoterapie, ale jako forma odpočinku a relaxace. Byla zjišťována například motivace a historie, jak se účastníci k bubnování dostali. Pro některé účastníky bylo kromě zmíněných benefitů výsledkem také to, že se vrátili k tomu, co dřív opustili a znovu našli radost v bubnování a nové komunitě.

Celkově studie zdůraznila mnohostranný přínos drum circlu, který zahrnuje fyzický, emocionální, sociální a duchovní rozměr. Bubnování sloužilo jako silný nástroj pro podporu pohody, posilování spojení a obohacování života účastníků.

### **Doporučení do praxe**

Model terapeutického využití drum circlu popsany v této studii hodnotí účastníci velmi pozitivně, je to forma terapie, kterou si sami žádají, mají s ní dobrou zkušenost a je pro ně smysluplná. Neuvádí žádná rizika či negativní zkušenosti. Předpokládáme, že je možné model

aplikovat i na další populace v rámci muzikoterapie s respektem k dané diagnóze a možným kontraindikacím. Je to také vhodná platforma pro realizaci komunitní muzikoterapie. Veřejné vystoupení není podmínkou tohoto modelu, protože ne vždy je možné jej realizovat. Benefity modelu se z hlediska zkušenosti účastníků mohou týkat otevřené i uzavřené skupiny.

Vzhledem k chybějící odborné domácí literatuře týkající se drum circle jsem výsledky této studie ověřil a porovnal se zkušenostmi z jiných skupin z vlastní terapeutické praxe, kde byl drum circle aplikován v rámci specifických forem a terapeutických kontextů. V dlouhodobém měřítku se konkrétně jednalo o rodinnou skupinu v dětském domově, v mateřských školách v rámci muzikofiletické praxe, v rámci jednorázových vystoupení pro veřejnost např. v psychiatrické nemocnici v Jihlavě atd. Jako jednorázový zážitkový program je možné využít drum circle ve většině věkových skupin od dětí v MŠ až po seniory.

**Další výzkum** v této oblasti by se mohl zaměřit na prozkoumání zkušeností jiných skupin účastníků setkání s drum circle metodikou. V dalších studiích by bylo žádoucí zdůraznit také problematiku možných rizik a kontraindikací. Ačkoliv je v této oblasti minimální množství studií (a to i v mezinárodním kontextu), některé prvky, které drum circle využívá, byly již zkoumány, např. vliv skupinového bubnování na skupinovou kohezi. Proto by bylo žádoucí se zaměřit na takové aspekty, které jsou specifické přímo pro drum circle, ale také realizovat komparativní studie porovnávající účinnost drum circle s podobnými metodami (opět např. běžným bubnováním ve skupině bez specifických pokynů facilitátora).

### **Reflexe výzkumníka**

Jako výzkumník, který prováděl studii jsem muzikoterapeut, drum circle facilitátor a učitel bicích nástrojů. Všem oblastem se věnuji profesionálně na denní bázi. V daných oblastech mám dlouholeté profesní zkušenosti. Muzikoterapii se profesionálně věnuji 7 let, drum circle 13 a výuce 11 let. Hře na bicí nástroje se věnuji 25 let.

Při výuce bicích nástrojů se častokrát setkávám s obecným nárokem, který je bohužel hodně rozšířený, a to je věta „Já nemůžu hrát na bubny, protože nemám rytmus.“ Právě smazání tohoto předsudku a podpora ve hře byla pro mě vždy největší výzva spojená s radostí učit. Podobným způsobem přistupuji i ke klientům v muzikoterapii. Snažím se podpůrným a respektujícím způsobem hledat cestu, jak podpořit silné stránky člověka. Stejně tak i drum circle nabízí možnosti zapojit klienta s hodně širokým rozpětím v rámci speciálních potřeb, resp. míry podpory. To znamená, že i klient s velkou mírou podpory může být silnou součástí skupiny. Jeho limit je zároveň i maximum v rámci kterého je skupinou přijímán, nebo které může v rámci



možností posouvat. Z toho pak vyplývá i to, že může ukázat či objevit schopnosti, které by zůstaly skryté. Přijetí a posílení člověka v rámci jeho speciálních potřeb bylo mou největší motivací.

### **Limity a silné stránky studie**

Silnou stránkou studie je dlouhodobá znalost účastníků, dlouhý pobyt v terénu, vysoká kredibilita závěrů (vzhledem k frekventovaným přímým citacím z rozhovorů). Studie přináší závěry v oblasti muzikoterapeutické praxe, která je poměrně nová a potřebuje výzkum. Závěry studie odpovídají empirickým zkušenostem terapeutům praktikujících metodiku drum circle u osob se speciálními potřebami, lze tudíž předpokládat, že výsledky jsou silně transferabilní na tuto populaci.

Výsledky studie mohou být na druhé straně zkreslené tím, že jsem pro dané účastníky působil v roli terapeuta, který vedl obě zkoumané skupiny v řádu několika let, a zároveň také výzkumníka. Na jedné straně to mohlo umožnit hluboký kontakt s účastníky, dobrou znalost jejich osobností a zaručit výtěžnost dat. Na druhé straně to mohlo zkreslit interpretaci dat, proto jsem měl po celou dobu supervizi výzkumu. Zkreslení se mohlo projevit také v rovině samotné tvorby dat – účastníci vůbec nereflektovali nepříjemné zkušenosti, rizika apod. To mohlo být způsobené právě respektem k mé roli jako terapeuta – potenciální zavádějící vliv této skutečnosti však nebylo možné nijak ošetřit a musíme k němu přihlížet při hodnocení dependability závěrů studie.

## Závěr

Cílem práce bylo zjistit, jaké jsou zkušenosti lidí se speciálními potřebami s muzikoterapií se skupinovým bubnováním na bázi drum circlu. V rámci dvou skupin celkově s šesti účastníky bylo analyzováno minimálně pěti leté období, kdy účastníci studie docházeli pravidelně na muzikoterapii s využitím tohoto modelu. Skupinové bubnování na bázi drum circlu je poměrně nové téma a v rámci jeho zkoumání není mnoho dostupných studií. O to větší byla motivace vytvořit tuto studii a zaznamenat veškeré informace vycházející z muzikoterapeutického procesu.

Teoretická část seznamuje čtenáře s rytmem, popisuje pozitivní účinky bubnování na člověka v různých oblastech života, dále se věnuje problematice skupinového bubnování a následně drum circlu, studii na toto téma a drum circlu v kontextu osob se speciálními potřebami.

Výsledkem praktické části jsou destilované esence každého z šesti účastníků, které byly vytvořeny fenomenologickou analýzou na základě rozhovorů a které nás informují o tématech, která v kontextu muzikoterapie a drum circlu účastníci prožívali během zkoumaného období ať už v rovině skupinové dynamiky, veřejného vystoupení, nebo individuálních témat.

Výstupem této práce je finální jádrová esence, která shrnuje významové celky napříč společnými tématy zjištěnými na základě individuálních destilovaných esencí všech účastníků. V té bylo zjištěno, že skupinové bubnování na bázi drum circle poskytovalo účastníkům kromě radosti a uvolnění, také emoční a fyzickou podporu, sociální interakci, posílení sebevědomí a vlastní identity, možnost sebevyjádření, kompenzace postižení, změnu stereotypu a podporu v ústavním prostředí a v neposlední řadě také prostor pro sounáležitost, vzájemnou podporu, utváření komunity s hlubšími vazbami a pocit příslušnosti.

Porovnáním zjištěných dat s výsledky výzkumu S. Cudda byla zjištěna značná shoda. Lze konstatovat, že účinky skupinového bubnování v kontextu drum circlu jsou pro osoby se speciálními potřebami v základu velmi podobné jako pro intaktní populaci.

Doporučení do praxe je v rámci dalších cílových skupin v různých prostředích, kde proběhlo i ověření. Drum circle je také ideální forma komunitní muzikoterapie.

Další výzkum v této oblasti by se mohl zaměřit na prozkoumání zkušeností jiných skupin účastníků setkání s drum circle metodikou s důrazem také na problematiku možných rizik a kontraindikací.

Drum circle nabízí mnoho možností, jak využít jeho terapeutický potenciál a přesah pro lidi se speciálními potřebami. Věřím, že na toto a další témata v rámci drum circle vznikne v České republice i celosvětově více studií a že další klienti budou moci zažívat krásné a silné okamžiky a chvíle individuálně i v rámci skupiny stejně jako účastníci této studie.

## Seznam použité literatury

### Monografie

KANTOR, J. et al. 2009. *Základy muzikoterapie*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, a.s. 296 s. ISBN 978-80-247-2846-9

MAREK, V. 2000. *Tajné dějiny hudby*. 1. vyd. Praha: Eminent. 214 s. ISBN 80-7281-037-5

ŠIMANOVSKÝ, Z. 2011. *Hry s hudbou a techniky muzikoterapie ve výchově, sociální práci a klinické praxi*. 4. vyd. Praha: Portál. 248 s. ISBN 978-80-7376-928-6.

FAULKNER, S. 2021. *Drum circles for Specific Population Groups*. 1. vyd. Londýn, Philadelphie: Jessica Kingsley Publishers. 256 s. ISBN: 978-1787755246

FAULKNER, S. 2016. *Rhythm to recovery*. 1 vyd. Londýn, Philadelphie: Jessica Kingsley Publishers. 256 s. 978-1785921322

FRIEDMAN, R. 2000. *The healing power of the drum*. 2. vyd. Los Angeles: White Cliffs Media Co. 208 s. ISBN 0-941677-87-7

HULL, A. 2006. *Drum circle facilitation: Building community through rhythm*. Santa Cruz, CA: Village Music Circles

KALANI, D. 2004. *Together in rhythm*. 1. vyd. Los Angeles: Alfred Publishing Co., INC. 102 s. ISBN 0-7390-3510-X

FERRAN, K. M., & GROCKE, D. 2007. *Undersanding Music Therapy Experiences Through Interviewing: A Phenomenological Microanalysis*. V T. Wosch, & T. Wigram, *Microanalysis in Music Therapy* (stránky 273-284). London and Philadephia: Jessica Kingsley Publishers.

### Elektronické zdroje

CROSSLEY-HOLLAND, P. (2024, 13. března). *rhythm*. *Encyclopedia Britannica*.

Dostupné z: <https://www.britannica.com/art/rhythm-music>

CUDD, S. (2020) *The Perceived Benefits of Participation in Community Drum in Community Drum circles*, St. Catherine University. Dostupné z: [https://sophia.stkate.edu/ma\\_osot/25](https://sophia.stkate.edu/ma_osot/25)

KALANI, D. (2019) *Nine types of group drumming*. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=PR2dXGI7JT4>

## **Seznam grafů a tabulek**

### **Seznam grafů**

### **Seznam tabulek**

**Tabulka 1** – pozitivní účinky bubnování dle výzkumu z terapeutických programů

**Tabulka 2** – přehled studií s cíleným využitím drum circlu

**Tabulka 3** – přehled významových celků a významových jednotek – Miroslav

**Tabulka 4** – přehled významových celků a významových jednotek – Martina

**Tabulka 5** – přehled významových celků a významových jednotek – Richard

**Tabulka 6** – přehled významových celků a významových jednotek – Kryštof

**Tabulka 7** – přehled významových celků a významových jednotek – Zuzana

**Tabulka 8** – přehled významových celků a významových jednotek – Jiří

**Tabulka 9** – zkušenosti účastníků dle četnosti

## **Seznam příloh**

**Příloha č.1:** Informovaný souhlas Miroslav

**Příloha č.2:** Informovaný souhlas Martina

**Příloha č.3:** Informovaný souhlas Richard

**Příloha č.4:** Informovaný souhlas Kryštof

**Příloha č.5:** Informovaný souhlas Zuzana

**Příloha č.6:** Informovaný souhlas Jiří

**Příloha č. 7:** Pozitivní účinky bubnování dle výzkumu z terapeutických programů

**Příloha č.1**  
**Informovaný souhlas Miroslav**

Informovaný souhlas

Název studie (projektu):

**Terapeutické využití skupinového bubnování u osob se speciálními potřebami**

Jméno:

Datum narození:

Účastník byl do studie zařazen pod číslem: **1 a jménem Miroslav**

1. Já, níže podepsaný(á) souhlasím s mou účastí ve studii. Je mi více než 18 let.
2. Byl(a) jsem podrobně informován(a) o cíli studie, o jejích postupech, a o tom, co se ode mě očekává. Beru na vědomí, že prováděná studie je výzkumnou činností.
3. Porozuměl(a) jsem tomu, že svou účast ve studii mohu kdykoliv přerušit či odstoupit. Moje účast ve studii je dobrovolná.
4. Při zařazení do studie budou moje osobní data uchována s plnou ochranou důvěrnosti dle platných zákonů ČR. Je zaručena ochrana důvěrnosti mých osobních dat. Při vlastním provádění studie mohou být osobní údaje poskytnuty jiným než výše uvedeným subjektům pouze bez identifikačních údajů, tzn. anonymní data pod číselným kódem. Rovněž pro výzkumné a vědecké účely mohou být moje osobní údaje poskytnuty pouze bez identifikačních údajů (anonymní data) nebo s mým výslovným souhlasem.
5. Porozuměl jsem tomu, že mé jméno se nebude nikdy vyskytovat v referátech o této studii. Já naopak nebudu proti použití výsledků z této studie.

Podpis účastníka:

Podpis výzkumníka pověřeného touto studií:

Datum: 28.6.2017

Datum: 28.6.2017

ZÁKONNÝ ZÁSTUPCE

**Příloha č. 2**  
**Informovaný souhlas Martina**

**Informovaný souhlas**

**Název studie (projektu):**

**Terapeutické využití skupinového bubnování u osob se speciálními potřebami**

Jméno:

Datum narození:

Účastník byl do studie zařazen pod číslem: 2 a jménem Martina

1. Já, níže podepsaný(á) souhlasím s mou účastí ve studii. Je mi více než 18 let.
2. Byl(a) jsem podrobně informován(a) o cíli studie, o jejích postupech, a o tom, co se ode mě očekává. Beru na vědomí, že prováděná studie je výzkumnou činností.
3. Porozuměl(a) jsem tomu, že svou účast ve studii mohu kdykoliv přerušit či odstoupit. Moje účast ve studii je dobrovolná.
4. Při zařazení do studie budou moje osobní data uchována s plnou ochranou důvěrnosti dle platných zákonů ČR. Je zaručena ochrana důvěrnosti mých osobních dat. Při vlastním provádění studie mohou být osobní údaje poskytnuty jiným než výše uvedeným subjektům pouze bez identifikačních údajů, tzn. anonymní data pod číselným kódem. Rovněž pro výzkumné a vědecké účely mohou být moje osobní údaje poskytnuty pouze bez identifikačních údajů (anonymní data) nebo s mým výslovným souhlasem.
5. Porozuměl jsem tomu, že mé jméno se nebude nikdy vyskytovat v referátech o této studii. Já naopak nebudu proti použití výsledků z této studie.

Podpis účastníka:

Podpis výzkumníka pověřeného touto studií:

Datum: 27.6.2023

Datum: 27.6.2023



**Příloha č.3**  
**Informovaný souhlas Richard**

**Informovaný souhlas**

**Název studie (projektu):**

**Terapeutické využití skupinového bubnování u osob se speciálními potřebami**

Jméno:

Datum narození:

Účastník byl do studie zařazen pod číslem: 3 a jménem Richard

1. Já, níže podepsaný(á) souhlasím s mou účastí ve studii. Je mi více než 18 let.
2. Byl(a) jsem podrobně informován(a) o cíli studie, o jejích postupech, a o tom, co se ode mě očekává. Beru na vědomí, že prováděná studie je výzkumnou činností.
3. Porozuměl(a) jsem tomu, že svou účast ve studii mohu kdykoliv přerušit či odstoupit. Moje účast ve studii je dobrovolná.
4. Při zařazení do studie budou moje osobní data uchována s plnou ochranou důvěrností dle platných zákonů ČR. Je zaručena ochrana důvěrností mých osobních dat. Při vlastním provádění studie mohou být osobní údaje poskytnuty jiným než výše uvedeným subjektům pouze bez identifikačních údajů, tzn. anonymní data pod číselným kódem. Rovněž pro výzkumné a vědecké účely mohou být moje osobní údaje poskytnuty pouze bez identifikačních údajů (anonymní data) nebo s mým výslovným souhlasem.
5. Porozuměl jsem tomu, že mé jméno se nebude nikdy vyskytovat v referátech o této studii. Já naopak nebudu proti použití výsledků z této studie.

Podpis účastníka:

Podpis výzkumníka pověřeného touto studií:

Datum: 29.6.2023

Datum: 29.6.2023

PODPIS ZÁKONNĚHO ZÁSTUPCE:

**Příloha č.4**  
**Informovaný souhlas Kryštof**

**Informovaný souhlas**

**Název studie (projektu):**

**Terapeutické využití skupinového bubnování u osob se speciálními potřebami**

Jméno:

Datum narození:

Účastník byl do studie zařazen pod číslem: 4 a jménem Kryštof

1. Já, níže podepsaný(á) souhlasím s mou účastí ve studii. Je mi více než 18 let.
2. Byl(a) jsem podrobně informován(a) o cíli studie, o jejích postupech, a o tom, co se ode mě očekává. Beru na vědomí, že prováděná studie je výzkumnou činností.
3. Porozuměl(a) jsem tomu, že svou účast ve studii mohu kdykoliv přerušit či odstoupit. Moje účast ve studii je dobrovolná.
4. Při zařazení do studie budou moje osobní data uchována s plnou ochranou důvěrnosti dle platných zákonů ČR. Je zaručena ochrana důvěrnosti mých osobních dat. Při vlastním provádění studie mohou být osobní údaje poskytnuty jiným než výše uvedeným subjektům pouze bez identifikačních údajů, tzn. anonymní data pod číselným kódem. Rovněž pro výzkumné a vědecké účely mohou být moje osobní údaje poskytnuty pouze bez identifikačních údajů (anonymní data) nebo s mým výslovným souhlasem.
5. Porozuměl jsem tomu, že mé jméno se nebude nikdy vyskytovat v referátech o této studii. Já naopak nebudu proti použití výsledků z této studie.

Podpis účastníka:

Podpis výzkumníka pověřeného touto studií:

Datum: 29.6.2023

Datum: 29.6.2023

**Příloha č. 5**  
**Informovaný souhlas Zuzana**

**Informovaný souhlas**

**Název studie (projektu):**

**Terapeutické využití skupinového bubnování u osob se speciálními potřebami**

Jméno:

Datum narození:

Účastník byl do studie zařazen pod číslem: 5 a jménem Zuzana

1. Já, níže podepsaný(á) souhlasím s mou účastí ve studii. Je mi více než 18 let.
2. Byl(a) jsem podrobně informován(a) o cíli studie, o jejích postupech, a o tom, co se ode mě očekává. Beru na vědomí, že prováděná studie je výzkumnou činností.
3. Porozuměl(a) jsem tomu, že svou účast ve studii mohu kdykoliv přerušit či odstoupit. Moje účast ve studii je dobrovolná.
4. Při zařazení do studie budou moje osobní data uchována s plnou ochranou důvěrnosti dle platných zákonů ČR. Je zaručena ochrana důvěrnosti mých osobních dat. Při vlastním provádění studie mohou být osobní údaje poskytnuty jiným než výše uvedeným subjektům pouze bez identifikačních údajů, tzn. anonymní data pod číselným kódem. Rovněž pro výzkumné a vědecké účely mohou být moje osobní údaje poskytnuty pouze bez identifikačních údajů (anonymní data) nebo s mým výslovným souhlasem.
5. Porozuměl jsem tomu, že mé jméno se nebude nikdy vyskytovat v referátech o této studii. Já naopak nebudu proti použití výsledků z této studie.

Podpis účastníka:

Podpis výzkumníka pověřeného touto studií:

Datum: 27. 6. 2023

Datum: 27. 6. 2023

**Příloha č. 6**  
**Informovaný souhlas Jiří**

**Informovaný souhlas**

**Název studie (projektu):**

**Terapeutické využití skupinového bubnování u osob se speciálními potřebami**

Jméno: [REDACTED]

Datum narození: [REDACTED]

Účastník byl do studie zařazen pod číslem: 6 a jménem Jiří

1. Já, níže podepsaný(á) souhlasím s mou účastí ve studii. Je mi více než 18 let.
2. Byl(a) jsem podrobně informován(a) o cíli studie, o jejích postupech, a o tom, co se ode mě očekává. Beru na vědomí, že prováděná studie je výzkumnou činností.
3. Porozuměl(a) jsem tomu, že svou účast ve studii mohu kdykoliv přerušit či odstoupit. Moje účast ve studii je dobrovolná.
4. Při zařazení do studie budou moje osobní data uchována s plnou ochranou důvěrnosti dle platných zákonů ČR. Je zaručena ochrana důvěrnosti mých osobních dat. Při vlastním provádění studie mohou být osobní údaje poskytnuty jiným než výše uvedeným subjektům pouze bez identifikačních údajů, tzn. anonymní data pod číselným kódem. Rovněž pro výzkumné a vědecké účely mohou být moje osobní údaje poskytnuty pouze bez identifikačních údajů (anonymní data) nebo s mým výslovným souhlasem.
5. Porozuměl jsem tomu, že mé jméno se nebude nikdy vyskytovat v referátech o této studii. Já naopak nebudu proti použití výsledků z této studie.

Podpis účastníka:

Podpis výzkumníka pověřeného touto studií: [REDACTED]

Datum: 29.6.2023

Datum: 29.6.2023

PODPIS ZÁKONNĚHO ZÁSTUPCE: [REDACTED]

## Příloha č. 7

### Pozitivní účinky bubnování dle výzkumu z terapeutických programů

(FAULKNER, 2021)

BENEFITS OF DRUMMING		
Research outcomes drawn from targeted therapeutic programs incorporating hand-drumming.		
<b>Physical Benefits</b>	<b>Psychological &amp; Cognitive Benefits</b>	<b>Social Benefits</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Increased levels of immunity (disease resistance) – 1, 4, 7</li><li>• Reduced blood pressure – 17</li><li>• Improved cardio-vascular health – 17</li><li>• Increased energy levels – 14, 16, 15, 19</li><li>• Reduced pain levels, hedonia – 1, 6</li><li>• Improved motor coordination &amp; motor planning – 2, 10, 19</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Reduction in anxiety/stress – 1, 2, 5, 7, 9, 10, 12, 14, 17</li><li>• Reduced depressive symptoms – 1, 5, 7, 9, 12</li><li>• Increased attention &amp; focus levels – 2, 9, 10, 21</li><li>• Improvements in mood – 5, 11, 12, 13, 15, 17, 18, 21</li><li>• Reductions in trauma associated symptoms – 3, 6, 9, 13</li><li>• Reductions in psychological distress – 9, 12, 13</li><li>• Improvements in mental clarity – 1</li><li>• Improved levels of emotional regulation, 3, 12, 13, 21</li><li>• Increased levels of self-esteem &amp; personal autonomy, – 1, 3, 8, 12, 14, 21</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Increased sense of belonging – 1, 3, 11, 14, 15, 16, 21</li><li>• Improved social skills – 8, 12, 18, 21</li><li>• Healthier Relationships – 1, 12, 18, 21</li><li>• Higher levels of school attendance – 8, 21</li><li>• Reductions in anti-social behaviour – 8, 9, 13, 21</li><li>• Improved peer relationships – 3, 5, 18, 21</li><li>• Improved academic performance (reading &amp; language acquisition) – 20</li><li>• Increased levels of social resilience – 1, 2, 7</li></ul>
<p>1. Ascenso, S., Perkins, R., Atkins, L., Fancourt, D. &amp; Willamon, A. (2018) 'Promoting well-being through group drumming with mental health service users and their carers.' <i>International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being</i>, 13, 1. <a href="https://doi.org/10.1080/17482631.2018.1484219">https://doi.org/10.1080/17482631.2018.1484219</a></p> <p>2. Berger, D.S. (2011) 'Pilot study investigating the efficacy of tempo-specific rhythm interventions in music-based treatment addressing hyper-arousal, anxiety, system pacing and redirection from fight or flight Fear behaviours in children with ASD.' <i>Journal of Biomusical Engineering</i>, 2. doi:10.4303/jbe/M110902</p> <p>3. Benisimon, M., Amir, D. &amp; Wolf, Y. (2008) 'Drumming through trauma: Music therapy with post-traumatic soldiers.' <i>The Arts in Psychotherapy</i>, 35, 1, 34–48. <a href="https://doi.org/10.1016/j.aip.2007.09.002">https://doi.org/10.1016/j.aip.2007.09.002</a></p> <p>4. Bittman, B.B., Berk, L.S., Felten, D. L., Westergard, J., Simonton, O. C., Pappas, J. &amp; Ninehouser, M. (2001) 'Composite effects of group drumming music therapy on modulation of neuroendocrine-immune parameters in normal subjects.' <i>Alternative Therapies in Health and Medicine</i>, 7, 1, 38–47.</p> <p>5. Bittman, B., Bruhn, K.T., Stevens, C., Westergard, J. &amp; Limbach, P. O. (2003) 'Recreational music-making: A cost-effective group interdisciplinary strategy for reducing burnout and improving mood states in long-term care workers.' <i>Advances in Mind-Body Medicine</i>, 19, 3–4, 4–15.</p> <p>6. Dunbar, R., Kaskatis, K., MacDonald, I. &amp; Barra, V. (2012) 'Performance of music elevates pain threshold and positive affect: Implications for the Evolutionary Function of Music.' <i>Evolutionary Psychology: An International Journal of Evolutionary Approaches to Psychology and Behavior</i>, 10, 4, 688-702. DOI: 10.1177/147470491201000403</p> <p>7. Fancourt, D., Perkins, R., Ascenso, S., Carvalho, L. A., Steptoe, A. &amp; Willamon, A. (2016) 'Effects of group drumming interventions on anxiety, depression, social resilience and inflammatory immune response among mental health service users.' <i>PLoS one</i>, 11, 3, e0151136. <a href="https://doi.org/10.1371/journal.pone.0151136">https://doi.org/10.1371/journal.pone.0151136</a></p> <p>8. Faulkner, S., Wood, L., Ivery, P. &amp; Donovan, R. (2012) 'It is not just music and rhythm. Evaluation of a drumming-based intervention to improve the social wellbeing of alienated youth.' <i>Children Australia</i>, 37, 1, 31–36. doi:10.1017/cha.2012.5</p> <p>9. Ho, P.L., Tsao, J.C., Bloch, L. &amp; Zeltzer, L.K. (2011) 'The impact of group drumming on social-emotional behavior in low-income children.' <i>Evidence-based Complementary and Alternative Medicine: eCAM</i>, 2011.</p> <p>10. Homayounpour, P., Kakavand, A. &amp; Mohammadi, A. (2016) 'The effects of Drum music training (Rhythm) on perceptual motor skills in children with Developmental Coordination Disorder.' <i>International Journal of Humanities and Social Sciences</i>, 1469–1490.</p>	<p>11. Kaplan, C.D. (2000) 'The short-term effects of group hand drumming on mood, group cohesiveness and rhythm perception.' <i>Doctoral Thesis, University of Connecticut</i>. <a href="https://opencommons.uconn.edu/dissertations/A419949659">https://opencommons.uconn.edu/dissertations/A419949659</a></p> <p>12. Martin, K.E., Wood, L.J., Tasker, J.S. &amp; Coletis, C. (2014) 'The Impact of Holyoake's DRUMBEAT Program on Prisoner Wellbeing in Western Australian Prisons, The University of Western Australia, Crawley, Western Australia.'</p> <p>13. Martin, K.E. &amp; Wood, L.J. (2017) 'Drumming to a new beat: A group therapeutic drumming and talking intervention to improve mental health and behaviour of disadvantaged adolescent boys.' <i>Children Australia</i>, 42, 4, 268–276.</p> <p>14. Maschi, T. &amp; Bradley, C. (2010) 'Recreational drumming: A creative arts intervention strategy for social work teaching and practice.' <i>Journal of Baccalaureate Social Work</i>, 15, 1, 53–66.</p> <p>15. Newman G.F., Maggott C. &amp; Alexander D.G. (2015) 'Group drumming as a burnout prevention initiative among staff members at a child and adolescent mental healthcare facility.' <i>South African Journal of Psychology</i>, 45, 4, 439–451.</p> <p>16. Perkins, R., Ascenso, S., Fancourt, D. &amp; Williams, A. (2016) 'Making music for mental health: How group drumming mediates recovery.' <i>Psychology of Well-being</i>, 6, 11. <a href="https://doi.org/10.1186/s13612-016-0048-0">https://doi.org/10.1186/s13612-016-0048-0</a></p> <p>17. Smith, C., Viljoen, J.T. &amp; McGeachie, L. (2014) 'African drumming: A holistic approach to reducing stress and improving health.' <i>Journal of Cardiovascular Medicine</i>, 15, 6, 44–446. <a href="https://doi.org/10.2459/JCM.0000000000000046">https://doi.org/10.2459/JCM.0000000000000046</a></p> <p>18. Tague D.B. (2012) <i>The effect of improvisational group drumming versus general music therapy versus activity therapy on mood, session behaviors and transfer behaviors of inpatient psychiatric individuals</i>. Florida State University, Electronic Thesis, Treatises and Dissertations, Paper 5220.</p> <p>19. Thaut, M.H. (2005) <i>Rhythm, Music, and the Brain</i>. New York: Taylor &amp; Francis.</p> <p>20. Tauba, G.E. (2015) 'Effects of improvements in interval timing on the mathematics achievement of elementary school students.' <i>Journal of Research in Childhood Education</i>, 29, 3, 352–366.21.</p> <p>21. Wood, L., Ivery, P., Donovan, R. &amp; Lambin, E. (2013) 'To the beat of a different drum: Improving the social and mental wellbeing of at-risk young people through drumming.' <i>Journal of Public Mental Health</i> 12, 2, 70–79.</p>	

## Anotace

Jméno a příjmení:	Mgr. Zdeněk Drahoš
Katedra:	Ústav speciálně pedagogických studií
Vedoucí práce:	doc. Mgr. Jiří Kantor, Ph.D.
Rok obhajoby:	2024

Název práce:	Terapeutické využití skupinového bubnování u osob se speciálními potřebami
Název v angličtině:	Therapeutic use of group drumming for people with special needs
Anotace práce:	Diplomová práce je tematicky zaměřena na využití formy skupinového bubnování na bázi drum circle v kontextu muzikoterapie. V teoretické části jsou popsány klíčové body tohoto tématu a celkově nastíněna tato problematika. Výzkumná činnost je provedena na dvou skupinách, u kterých bylo skupinové bubnování cíleně použito jako prostředek muzikoterapie. Praktická část je provedena formou kvalitativní studie, kde jsou v rámci výzkumu analyzovány rozhovory s klienty, kteří touto formou terapie prošli.
Klíčová slova:	muzikoterapie, skupinové bubnování, Drum circle, osoby se speciálními potřebami
Anotace v angličtině:	The thesis is thematically focused on the use of group drumming, specially drum circle in the context of music therapy. The theoretical part describes the key points of this topic and outlines the overall theme. The research work is conducted on two groups in which group drumming was purposefully used as a means of music therapy. The practical part is conducted in the form of a qualitative study, where interviews with clients who have undergone this form of therapy are analysed as part of the research.
Klíčová slova v angličtině:	music therapy, group drumming, Drum circle, persons with special needs

Přílohy vázané v práci:	Příloha č.1: Informovaný souhlas Miroslav Příloha č.2: Informovaný souhlas Martina Příloha č.3: Informovaný souhlas Richard Příloha č.4: Informovaný souhlas Kryštof Příloha č.5: Informovaný souhlas Zuzana Příloha č.6: Informovaný souhlas Jiří
Rozsah práce:	Xxx s přílohami, Xx bez příloh
Jazyk práce:	český jazyk