

RYTMIKA

Emila Jaques-Dalcroze'a
w edukacji i terapii dzieci
z symptomami nadpobudliwości
psychoruchowej



NR 3397

RYTMIKA

Ewa Bogdanowicz

Emila Jaques-Dalcroze'a
w edukacji i terapii dzieci
z symptomami nadpobudliwości
p s y c h o r u c h o w e j

Redaktor serii: Muzyka
Krystyna Turek

Recenzenci
Ewa Wojtyga
Barbara Gruberne-Bernacka

Spis treści

Wprowadzenie	9
<i>Rozdział 1</i>	
Rytmika Emila Jaques-Dalcroze'a	13
1.1. Geneza i założenia metody Jaques-Dalcroze'a	17
1.1.1. Geneza rytmiki na tle ruchu Nowe Wychowanie oraz zmian w sztuce XX wieku	17
1.1.2. Istota i główne założenia rytmiki	22
1.1.3. Ćwiczenia wykorzystywane w metodzie rytmiki	28
1.2. Rytmika we wspomaganiu rozwoju dziecka w wieku przedszkolnym	34
1.3. Rytmika jako środek profilaktyczny i terapeutyczny	41
<i>Rozdział 2</i>	
Nadpobudliwość psychoruchowa – problem, diagnoza, przyczyny	51
2.1. Diagnozowanie nadpobudliwości oraz klasyfikacje i kryteria diagno- styczne (według ICD-10 oraz DSM-IV TR i DSM-5)	53
2.2. Charakterystyka głównych objawów nadpobudliwości	57
2.2.1. Nadmierna aktywność ruchowa	57
2.2.2. Deficyty uwagi	58
2.2.3. Impulsywność	60
2.2.4. Problemy z samokontrolą	61
2.2.5. Poczucie własnej wartości	62
2.3. Przyczyny i występowanie nadpobudliwości psychoruchowej	63
2.4. Nadpobudliwość psychoruchowa dziecka w wieku przedszkolnym – symptomy i sposoby postępowania wychowawczo-terapeutycznego	68
<i>Rozdział 3</i>	
Metodologia badań własnych	75
3.1. Przedmiot i cel badań	75
3.2. Problemy badawcze oraz zmienne i ich wskaźniki	76

3.3. Metody, techniki i narzędzia badawcze	78
3.3.1. Metody i techniki badań	78
3.3.2. Narzędzia badawcze	79
3.4. Teren, organizacja, przebieg badań i charakterystyka badanych grup	81

Rozdział 4

Opis autorskiego programu zajęć z rytmiki dla dzieci 6-letnich wykazujących symptomy nadpobudliwości psychoruchowej – założenia i planowane efekty	85
4.1. Cele i założenia programu	85
4.2. Struktura zajęć – zastosowane formy ćwiczeń, materiał muzyczny, pomoce dydaktyczne, opis przebiegu zajęć	87

Rozdział 5

Skuteczność metody rytmiki w korygowaniu umiejętności kontrolowania aktywności ruchowej dziecka z symptomami nadpobudliwości psychoruchowej w świetle badań własnych	101
5.1. Poprawa kontroli aktywności ruchowej	102
5.1.1. Kontrola aktywności ruchowej oceniana skalą Symptomów Nadpobudliwości Psychoruchowej Hebel–Bogdanowicz	102
5.1.2. Umiejętność kontrolowania aktywności ruchowej – ocena dzieci z grupy eksperymentalnej (z uwzględnieniem czynnika płci) dokonana przez nauczycieli	108
5.2. Rozwijanie umiejętności panowania nad ciałem oraz poprawa precyzji ruchów	110
5.2.1. Popęlanianie błędów z niedbałości oceniane skalą Symptomów Nadpobudliwości Psychoruchowej Hebel–Bogdanowicz	110
5.2.2. Koordynacja ruchowa, kontrola prawidłowej postawy ciała i precyzja ruchów ciała – ocena dzieci z grupy eksperymentalnej (z uwzględnieniem czynnika płci) dokonana przez nauczycieli	113

Rozdział 6

Skuteczność metody rytmiki w korygowaniu wybranych funkcji poznawczych dziecka z symptomami nadpobudliwości psychoruchowej w świetle badań własnych	117
6.1. Poprawa funkcjonowania uwagi	119
6.1.1. Poprawa funkcjonowania uwagi oceniana skalą Symptomów Nadpobudliwości Psychoruchowej Hebel–Bogdanowicz	120
6.1.2. Poprawa zdolności do koncentrowania uwagi – ocena dzieci z grupy eksperymentalnej (z uwzględnieniem czynnika płci) dokonana przez nauczycieli	127
6.2. Sprawność działania – kontrolowanie podjętej aktywności oceniane skalą Symptomów Nadpobudliwości Psychoruchowej Hebel–Bogdanowicz	134

Rozdział 7

Skuteczność metody rytmiki w poprawie funkcjonowania społecznego i kontroli emocji dziecka z symptomami nadpobudliwości psychoruchowej	139
7.1. Poprawa funkcjonowania w grupie w zakresie umiejętności współpracy	141
7.1.1. Współpraca z grupą oceniana skalą Symptomów Nadpobudliwości Psychoruchowej Hebel–Bogdanowicz	142
7.1.2. Funkcjonowanie w grupie – ocena zachowania dzieci z grupy eksperymentalnej (z uwzględnieniem czynnika płci) dokonana przez nauczycieli	145
7.2. Wykształcenie świadomości potrzeby niezbędnego kontrolowania swojego zachowania – wyniki skali Symptomów Nadpobudliwości Psychoruchowej Hebel–Bogdanowicz	147
7.3. Poprawa kontroli emocji oceniana skalą Symptomów Nadpobudliwości Psychoruchowej Hebel–Bogdanowicz	152

Rozdział 8

Dyskusja wyników i wnioski końcowe	159
Aneks	173
Bibliografia	177
Summary	185
Zusammenfassung	186
Résumé	187

Wprowadzenie

Rytmika Emila Jaques-Dalcroze'a jako zintegrowany system **wychowania przez sztukę** znajduje od wielu lat szerokie zastosowanie, głównie w edukacji i wychowaniu dzieci rozwijających się prawidłowo, ale i tych, które wykazują objawy zaburzeń rozwojowych. Nie tylko oddziałuje na ogólny i muzyczny rozwój dzieci, lecz także pełni funkcję profilaktyczną i terapeutyczną, m.in. wspiera rozwój dzieci o specjalnych potrzebach edukacyjnych, w tym dzieci z zaburzeniami zachowania. Jest drogą do zrozumienia muzyki, ale bardzo wyraźnie funkcjonuje również w pedagogice, ze względu na – jakże ważne – edukacyjne walory tej metody. Tym najważniejszym jest uczenie przez doświadczenie osobiste, bo dzieciom – zanim nauczą się ich reguł – należy dać możliwość doświadczenia zjawisk, które przyczyniły się do ustalenia owych reguł; praktyka powinna poprzedzać wszelkie działania teoretyczne (Jaques-Dalcroze, 1992).

Wśród wielu istotnych celów rytmiki Marzena Brzozowska-Kuczkiewicz (1991) wymienia m.in. zaspokajanie indywidualnych potrzeb psychicznych i zainteresowań, rozwijanie wrażliwości, tworzenie porządku i równowagi pomiędzy wszystkimi rodzajami zdolności oraz harmonizowanie wszystkich przejawów aktywności. Rytmika – jak twierdzi Barbara Bernacka (2005) – wspiera i stymuluje, angażując w równym stopniu sferę emocjonalno-motywacyjną, intelektualną i fizyczną człowieka. Autorka wskazuje, iż ćwiczenia stosowane w metodzie mogą pomóc w stworzeniu szybkiego i uporządkowanego przepływu informacji między mózgiem a ciałem, co prowadzi m.in. do utrwalenia w mózgu obrazu ćwiczonych ruchów. Sam twórca metody wśród najważniejszych zadań wymienia ćwiczenia: „reakcji, pobudzania i hamowania, porządkowania, oceniania różnic dynamiki i czasu trwania, orientacji w przestrzeni, giętkości, frazowania, zdolności poruszania się w różnorodny sposób oraz utrzymywania równowagi” (Jaques-Dalcroze, 1992, s. 124). Określone w metodzie zadania z jednej strony wymagają od dziecka umiejętności koncentracji, z drugiej natomiast wykorzystują jego swobodną aktywność (Klöppel, Vliex, 1995). Celem zadań jest m.in. rozwijanie spostrzegawczości i koordynacji, a także kształcenie gotowości do działania i – jak podkreśla Bar-

bara Gruberne-Bernacka (2008d) – znalezienia się w nowych sytuacjach oraz umiejętności radzenia sobie w nich. Wymienione aspekty metody świadczą o tym, że rytmika może być pomocna również w edukacji oraz terapii dzieci z zespołem nadpobudliwości psychoruchowej, przede wszystkim ze względu na ich specyficzne cechy zachowania i potrzeby.

Specjaliści zajmujący się problematyką związaną z zespołem nadpobudliwości psychoruchowej podkreślają, że choć diagnozuje się (zgodnie z klasyfikacją ICD-10) dzieci od 7. roku życia, to jednak z określonymi symptomami nadpobudliwości spotykamy się u dzieci młodszych, bo już w wieku przedszkolnym (Barkley, 2009; Wolańczyk, Kołakowski, Skotnicka, 1999). W polskich badaniach – dotyczących dzieci z klas I i II szkoły podstawowej – wskazuje się na występowanie cech nadpobudliwości psychoruchowej (bez pełnej diagnozy pod kątem ADHD) u 4,4–6,2% dzieci (Kołakowski, Wolańczyk, Pisula, Skotnicka, Bryńska, 2007), co niezaprzeczalnie świadczy o obecności i wadze problemu. Autorzy tych badań zwracają uwagę, iż dla wielu dzieci momentem, w którym uczą się przestrzegania reguł panujących w grupie, jest rozpoczęcie zajęć w przedszkolu. To właśnie wtedy mogą ujawnić się pierwsze problemy w zakresie funkcjonowania społecznego dziecka, wynikające z jego nieprawidłowego rozwoju emocjonalnego i społecznego (Wolańczyk i in., 1999), a także kłopoty związane ze wzmożoną aktywnością ruchową czy z funkcjonowaniem uwagi (łączy się to z większą ilością zadań wymagających umiejętności koncentracji). Wydaje się zatem, że wiek przedszkolny to optymalny czas i właściwie ostatni moment, kiedy należy zwrócić szczególną uwagę na potencjalne nieprawidłowości w rozwoju dziecka i umożliwić ich korygowanie.

Nie istnieją jednak żadne badania, które wskazywałyby, że stosowanie rytmiki jako formy terapii u dzieci z nadpobudliwością psychoruchową jest zasadne – brakuje informacji na temat wykorzystania różnych form zajęć muzyczno-ruchowych, a przede wszystkim rytmiki, w edukacji dzieci z nadpobudliwością. W opublikowanych w ostatnich latach programach profilaktyczno-terapeutycznych dla dzieci z nadpobudliwością psychoruchową (Chrażciel, 2011; Kajka, Szymona, 2014; Pawlak, 2006; Sokalska, 1993; Wiącek, 2006) zaproponowano wiele różnorodnych metod i technik edukacyjnych oraz terapeutycznych, również tych związanych z muzyką lub ruchem (m.in.: Weroniki Sherborne Metoda Ruchu Rozwijającego, Rudolfa Labana gimnastyka twórcza, Paula E. Denissona kinezylogia edukacyjna, zajęcia o charakterze muzykoterapeutycznym – opracowana przez Barbarę Kaję Metoda Symboli Dźwiękowych, słuchanie muzyki, techniki relaksacyjne, techniki parateatralne, metody terapii poprzez rysunek, pantomimę, metoda malowania dziesięcioma palcami). Niełatwo jednak odnaleźć w tych programach propozycję wykorzystania rytmiki Jaques-Dalcroze'a w całości, co najwyżej w ramach zajęć muzykoterapeutycznych stosowane są wybrane ćwiczenia. Mimo to wielu autorów (Klöppel, Vliex, 1995; Pasternak, 2008; Sacher, 2002) zwraca uwagę na

możliwości zastosowania rytmiki również w terapii dzieci z nadpobudliwością psychoruchową.

Natalia Kajka i Kinga Szymona (2014) podkreślają, że w terapii dzieci nadpobudliwych zastosowanie powinny mieć wszelkie metody angażujące motorykę, ponieważ – jak twierdzą – metody te pozwalają na zaspokojenie potrzeby ruchu w sposób kontrolowany i – co należy podkreślić – społecznie akceptowany (s. 45). Wszelkie działania podczas zajęć prowadzonych metodą rytmiki sprzyjają porządkowaniu, usprawnianiu i kontrolowaniu funkcji psychomotorycznych, ale także zachowania. Właściwości te uwidaczniają się w ćwiczeniach koordynacyjnych oraz inhibicyjno-incytacyjnych (hamująco-pobudzających), w których dzieci uczą się świadomej reakcji na ustalone sygnały, a w konsekwencji umiejętności panowania nad sobą w sensie psychicznym i fizycznym (Brzozowska-Kuczkiwicz, 1991; Klöppel, Vliex, 1995; Sacher, 2002). Wydaje się zatem, że zastosowanie ćwiczeń z zakresu metody, w której ruch i rytm są ściśle powiązane z muzyką, umożliwi dzieciom zarówno zaspokojenie potrzeby ruchu, jak i lepszą kontrolę ich aktywności.

W niniejszej książce poruszono zagadnienia związane z możliwościami zastosowania rytmiki Jaques-Dalcroze'a u dzieci z symptomami nadpobudliwości psychoruchowej, wskazując jednocześnie na niezaprzeczalne w tym obszarze – edukacyjne i terapeutyczne – walory tej metody. Podjęto próbę usystematyzowania najbardziej istotnych aspektów dotyczących genezy, założeń, celów i możliwości zastosowania tej metody wychowania muzycznego. Zaprezentowano również informacje na temat zespołu nadpobudliwości psychoruchowej – symptomatologii, diagnozy, częstości występowania oraz terapeutycznych aspektów pracy z dziećmi w wieku przedszkolnym wykazującymi symptomy nadpobudliwości psychoruchowej. Przedstawiono założenia oraz cele programu dostosowanego do potrzeb i możliwości dzieci 6-letnich wykazujących symptomy nadpobudliwości psychoruchowej, opracowanego z wykorzystaniem metody Jaques-Dalcroze'a, zaprezentowano także analizę wyników eksperymentu pedagogicznego z użyciem tego programu. Podkreślić należy, że założeniem eksperymentu było nie tyle wprowadzenie metody rytmiki do przedszkoli, ile zaprezentowanie i konsekwentna realizacja programu zajęć opartego na tej metodzie, uwzględniającego możliwość korygowania zaburzonych funkcji dzieci wykazujących symptomy nadpobudliwości psychoruchowej. Podjęto również dyskusję wyników zrealizowanych badań, określono edukacyjne i terapeutyczne walory eksperymentalnego programu zajęć oraz możliwy zakres oddziaływania rytmiki w korygowaniu niepożądanych zachowań. Wskazano ponadto kierunek dalszych, możliwych do przeprowadzenia badań związanych z zastosowaniem – zasadnie umiejscawianej w pedagogiczno-artystycznym obszarze – rytmiki w edukacji i terapii.

„Natura wywołuje działanie, umysł zaś nim kieruje. [...] trzeba czerpać z życia, co się da, ale znać granice” (Jaques-Dalcroze, 1992, s. 124). Słowa

Jaques-Dalcroze'a, a także przytoczone na wstępie ogólne założenia jego metody oraz doświadczenia autorki niniejszej publikacji w pracy z dziećmi w wieku przedszkolnym, wskazujące na szczególną wartość metody rytmiki w zajęciach z dziećmi (m.in. z dziećmi o wzmożonej aktywności ruchowej czy ujawniającymi problemy z funkcjonowaniem uwagi), stanowiły inspirację do podjęcia próby zweryfikowania tezy o efektywności metody rytmiki w pracy z dziećmi z symptomami nadpobudliwości psychoruchowej. Dodatkowym powodem podjęcia tej tematyki jest mała ilość literatury i brak badań dotyczących edukacyjnego oraz terapeutycznego znaczenia rytmiki. W opinii autorki warto upowszechnić metodę Jaques-Dalcroze'a wśród nauczycieli przedszkoli, nauczycieli zajęć umuzykalniających oraz osób realizujących programy profilaktyczno-terapeutyczne dla dzieci sprawiających trudności wychowawcze.

W skład niniejszej publikacji weszły fragmenty rozprawy doktorskiej *Edukacyjne i terapeutyczne walory metody rytmiki Emila Jaques-Dalcroze'a w pracy z dziećmi sześciolletnimi, wykazującymi symptomy nadpobudliwości psychoruchowej – skuteczność autorskiego programu zajęć*, napisanej pod kierunkiem prof. zw. dr hab. Marty Bogdanowicz, przede wszystkim wyniki przeprowadzonych badań własnych dotyczących efektywności omawianej metody.

Pragnę gorąco podziękować prof. zw. dr hab. Marcie Bogdanowicz za cenne uwagi merytoryczne, nieocenione wsparcie i pomoc podczas pisania tej książki, za zrozumienie, ciepło i serdeczność. Chciałabym również podziękować Recenzentom rozprawy doktorskiej: prof. UMCS dr hab. Anecie R. Borkowskiej oraz prof. zw. dr hab. Katarzynie Krasoń, za wartościowe uwagi merytoryczne oraz inspiracje do dalszych poszukiwań w zakresie edukacji rytmicznej dziecka nie tylko rozwijającego się prawidłowo, lecz także o zakłóconym rozwoju. Recenzentom niniejszej książki: prof. Barbarze Gruberne-Bernackiej i prof. AM w Łodzi dr hab. Ewie Wojtydze, jestem wdzięczna za wsparcie i konstruktywną wymianę myśli. Podziękowania za współpracę i umożliwienie mi sprawnego przeprowadzenia eksperymentu kieruję również do Dyrekcji i Pracowników cieszyńskich placówek przedszkolnych – Przedszkoli nr 2, 4, 8, 16, 18, 20 oraz Niepublicznego Przedszkola Jasia i Małgosi.

Ewa Bogdanowicz

**Jaques-Dalcroze's Eurhythmics
in the education and therapy of children
with symptoms of attention deficit hyperactivity disorder**

Summary

The main problems in the majority of children with ADHD are attention deficits and disturbances in inhibiting their behavior. Many researchers and specialists emphasize the necessity of an early diagnosis and treatment of children with this genuine developmental disorder. They agree that multifaceted and multidirectional aid should be provided to facilitate development of these children taking into account their needs, capabilities and deficits in particular areas of development.

One of the main advantages of the method known as Jaques-Dalcroze's Eurhythmics – located within the pedagogic-artistic area – is its integrity, which should be understood in the context of the principles of psychology (for instance J. Piaget's theory of cognitive development) and fields of art (dance, theatre), as well as in the context of the methodological principles and applied tasks which engage mind and body likewise, activating all the senses and stimulating each of the developmental areas. These invaluable advantages, observed in practice by teachers and therapists using this method, prompt us to stress the necessity of testing the effectiveness of the integrated musical-physical activities in correcting functional disorders in hyperactive children (including improving motor activity control, enhancing cognitive processes and improving social interaction).

The following publication presents the results of the individual research concerning the effects of the integrated musical-physical activities of the Dalcroze Method on hyperactive six-year-old children.

Ewa Bogdanowicz

**Die Rhythmik von Émile Jaques-Dalcroze
in Erziehung und Therapie von den Kindern
mit Symptomen der psychomotorischen Hyperaktivität**

Zusammenfassung

Zum Hauptproblem der meisten Kinder mit ADHS werden Aufmerksamkeitsdefizite und Hyperaktivität. Die Notwendigkeit eine frühe Diagnose zu stellen und die Kinder mit wirklicher Entwicklungsstörung zu behandeln, sehen schon viele Forscher und Spezialisten. Sie sind sich darüber einig, dass man hier mit einer vielfältigen und vielseitigen Hilfe zu kommen muss und die Entwicklung der mit ADHS betroffenen Kinder zu optimieren und dabei ihre Bedürfnisse, Möglichkeiten und Defizite in den einzelnen Entwicklungsphasen zu berücksichtigen.

Einer der wichtigsten Vorteile der pädagogisch-künstlerischen Methode der Rhythmik von Émile Jaques-Dalcroze ist ihre Integrität sowohl in Bezug auf u.a. Voraussetzungen der Psychologie und der Kunst (Tanz, Theater) als auch in Bezug auf methodische Prinzipien und Aufgaben, die gleichermaßen den Verstand und den Körper beschäftigen, alle Sinne aktivieren und jede Entwicklungsphase fördern. Diese unschätzbare Methode wurde von den sie praktisch benutzenden Lehrern und Therapeuten hochgeschätzt, was dazu bringen sollte, die Wirksamkeit der integrierten musikalisch-motorischen Maßnahmen zur Verbesserung der gestörten Funktionen von motorisch hyperaktiven Kinder zu prüfen (u.a.: bessere Kontrolle der motorischen Aktivität der Kinder, Optimierung der kognitiven Prozesse u. Verbesserung der sozialen Existenz).

In vorliegender Monografie präsentiert die Verfasserin die Ergebnisse eigener Forschungen, die bezweckten, die Wirksamkeit der von Jaques-Dalcroze entwickelten Rhythmik auf 6-jährige Kinder mit Symptomen der psychomotorischen Hyperaktivität zu untersuchen.

Ewa Bogdanowicz

**Rythmique Jaques-Dalcroze
dans l'éducation et dans la thérapie des enfants
ayant les symptômes de l'hyperactivité**

Résumé

Les déficits de l'attention et les troubles concernant le contrôle du comportement sont le problème principal de la majorité des enfants avec TDAH. Beaucoup de chercheurs et de spécialistes soulignent la nécessité du diagnostic précoce et du traitement des enfants avec ce trouble réel du développement. Ils sont unanimes sur le fait qu'il faut profiter d'un soutien multidimensionnel ayant plusieurs aspects et améliorer le développement de ces enfants tout en prenant en considération leurs besoins, possibilités et déficits dans les zones particulières de développement.

L'une des qualités principales – située dans le domaine pédagogique-artistique – de la rythmique Jaques-Dalcroze est son intégralité qu'il faut comprendre aussi bien dans le contexte des prémisses entre autres de la psychologie (p.ex. la conception du développement cognitif de Jean Piaget) et les domaines artistiques (la danse, le théâtre) que dans le contexte des principes méthodiques et des exercices qui engagent à la fois l'esprit et le corps, activent tous les sens et favorisent le développement de chacune des zones de développement. Ces qualités inestimables – observées en pratique par les enseignants et les thérapeutes appliquant cette méthode – incitent à diriger une attention particulière sur la nécessité de vérifier l'efficacité des impacts intégrés fondés sur la musicalité et le mouvement appliqués dans la correction des fonctions perturbées des enfants avec hyperactivité (p.ex. l'amélioration du contrôle de l'activité physique des enfants, l'optimisation des processus cognitifs et l'amélioration du fonctionnement social).

Dans la présente publication, l'auteure a présenté les résultats de ses propres recherches effectuées dans le domaine de l'influence sur les enfants de six ans ayant les symptômes de l'hyperactivité. Cette influence est réalisée à l'aide des impacts intégrés fondés sur la musicalité et le mouvement appliqués dans le travail selon la méthode d'Émile Jaques-Dalcroze.

Redakcja
Magdalena Starzyk

Projekt okładki
Gabriela Zbrońska

Redakcja techniczna
Małgorzata Pleśniar

Korekta
Marzena Marczyk

Łamanie
Bogusław Chruściński

Copyright © 2015 by
Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego
Wszelkie prawa zastrzeżone

ISSN 0208-6336
ISBN 978-83-8012-633-6
(wersja drukowana)
ISBN 978-83-8012-634-3
(wersja elektroniczna)

Wydawca
Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego
ul. Bankowa 12B, 40-007 Katowice
www.wydawnictwo.us.edu.pl
e-mail: wydawus@us.edu.pl

Wydanie I. Ark. druk. 11,75. Ark. wyd. 14,5. Papier
Sora Matt Plus 90 g vol. 1.2 Cena 38 zł (+ VAT)

Druk i oprawa:
EXPOL, P. Rybiński, J. Dąbek, Spółka Jawna
ul. Brzeska 4, 87-800 Włocławek