

Sprawozdanie z konferencji naukowej „Muzyka a Zdrowie Człowieka w Perspektywie Psychologicznej”, Kraków, 23 września 2010

MAŁGORZATA KACZOR

Uniwersytet Pedagogiczny
Kraków

23 września 2010 roku w Krakowie odbyła się konferencja naukowa „Muzyka a Zdrowie Człowieka w Perspektywie Psychologicznej”, zorganizowana przez Zakład Psychologii Zdrowia Uniwersytetu Pedagogicznego im. KEN w Krakowie, pod kierunkiem prof. dr hab. Heleny Wrony-Polańskiej. Konferencja została objęta honorowym patronatem przez: Minister Zdrowia Ewę Kopacz, Prezydenta Miasta Krakowa prof. Jacka Majchrowskiego, JM Rektora Uniwersytetu Pedagogicznego im. KEN w Krakowie prof. Michała Śliwę, JM Rektora Akademii Muzycznej w Krakowie prof. Stanisława Krawczyńskiego oraz Przewodniczącą Komisji Nauk Psychologicznych PAN – Oddział w Krakowie prof. Marię Kielar-Turską.

Konferencja stała się okazją do ukazania w sposób wieloaspektowy wpływu muzyki na funkcjonowanie i zdrowie człowieka w różnych sferach życia. Nie tylko więc analizowano terapeutyczne funkcje muzyki, ale także wskazywano na te wszystkie dziedziny działalności, w których muzyka odgrywa lub może odegrać istotną rolę wzmacniającą zasoby indywidualne.

Integralnie związanym z konferencją wydarzeniem był odbywający się w dniach 17–23 września 2010 roku Międzynarodowy Festiwal Muzyczno-Artystyczny „Sfogato”, pod kierownictwem Marty Polańskiej, którego celem było ukazanie, w jaki sposób muzyka, a szczególnie muzyka Chopina, wpływa na człowieka i jego zdrowie, inspiruje, kształtuje osobowość.

W ramach wykładów plenarnych podjęto następujące zagadnienia:

1. Prof. dr hab. med. Aleksander B. Skotnicki (Katedra i Klinika Hematologii CM UJ): *Obecność sztuki w klinice Profesora Juliana Aleksandrowicza i jej rola w promowaniu zdrowia.*
2. Prof. dr hab. Helena Wrona-Polańska (UP w Krakowie): *Regulacyjna rola muzyki w promowaniu zdrowia.*
3. Dr Elżbieta Galińska (Instytut Psychiatrii i Neurologii w Warszawie): *Psychoterapia muzyczna.*
4. Prof. dr hab. Wita Szulc (Uniwersytet Wrocławski): *Poczucie zdrowia jako cel muzykoterapii. Wybrane koncepcje teoretyczne.*

Profesor Aleksander B. Skotnicki odniósł się do roli muzyki i sztuki w leczeniu chorych somatycznie, z białaczką i różnego typu chorobami układu krwiotwórczego. Wskazał na pionierską rolę prof. Juliana Aleksandrowicza we wprowadzaniu muzyki i sztuki do kompleksowego leczenia chorych oraz podkreślił kontynuację tego podejścia przez jego następców w klinice.

Profesor Helena Wrona-Polańska omówiła zagadnienie wpływu muzyki na zdrowie człowieka w ujęciu funkcjonalnym (zdrowie jako funkcja twórczego radzenia sobie ze stresem). Muzyka, poprzez oddziaływanie terapeutyczne, profilaktyczne, relaksujące, uspokajające i mobilizujące zasoby osobiste do radzenia sobie ze stresem, pełni według niej funkcję regulacyjną, sprzyjającą zdrowiu. Uwaga została zwrócona na możliwości, jakie niesie z sobą w promocji zdrowia stworzenie programu oddziaływań mu-

zyki na człowieka, z podkreśleniem regulacyjnej i prozdrowotnej funkcji tej dziedziny sztuki.

Doktor Elżbieta Galińska rozważała rolę muzykoterapii ukierunkowanej psychoterapeutycznie. Taka muzykoterapia polega na rozwiązywaniu problemów psychologicznych za pomocą środków i aktywności muzycznych w terapii zaburzeń psychicznych. Dr Galińska przedstawiła przegląd zagadnień istotnych dla tej dyscypliny naukowej. Wskazała też, iż w związku ze złożonymi uwarunkowaniami zaburzeń psychicznych, włączenie muzykoterapii jako techniki niewerbalnej umożliwia, w ramach leczenia pacjentów w interdyscyplinarnych zespołach, wielokierunkowe i wielowymiarowe oddziaływanie.

Profesor Wita Szulc, referując poglądy wybitnych teoretyków muzykoterapii odnoszące się do koncepcji zdrowia, porównała je z własną koncepcją kulturoterapii, w której poczucie zdrowia jest traktowane jako główny cel aktywności kulturalnej pacjentów. Podkreśliła też konieczność kontynuowania działań, które wprowadzałyby zasady medycyny humanistycznej do praktyki medycznej.

Kolejnym punktem programu była dyskusja panelowa *Rola muzyki i sztuki w zdrowiu i chorobie*, prowadzona przez prof. Wronę-Polańską oraz dr Galińską. Stanowiła ona interesującą wymianę poglądów uczestników konferencji. Zwrócono w trakcie niej uwagę nie tylko na rolę muzyki w terapii, ale przede wszystkim na konieczność prowadzenia edukacji kulturalnej wśród dzieci i młodzieży. Zdaniem uczestników edukacja muzyczna powinna stanowić stabilny fundament w kształtowaniu społecznej świadomości odbioru muzyki i odpowiedniego wykorzystania jej prozdrowotnych funkcji. Muzyka, jak zwróciła uwagę prof. Wrona-Polańska, może wzmacniać zasoby energetyczne i skutecznie obniżać poziom pobudzenia. Dyskusja panelowa ukazała więc szerokie spojrzenie na muzykę jako dziedzinę sztuki, której świadomość prozdrowotnej roli w całości doświadczeń człowieka należy kształtować od najwcześniejszych lat życia.

W ramach sesji plakatowej zaprezentowano kilkanaście prac. Forma i przebieg prezentacji pozwalały na podejmowanie z ich autorami

dyskusji i zadawanie im dodatkowych pytań dotyczących przedstawionych zagadnień. W obszarze podejmowanych problemów zarysowało się kilka grup tematycznych:

- rola muzyki w terapii pacjentów somatycznych oraz psychiatrycznych,
- koszty związane z procesem twórczym, problemy emocjonalne twórców,
- związek preferencji muzycznych z cechami osobowości,
- stres związany z działalnością muzyczną,
- regulacyjna funkcja muzyki i jej wpływ na zdrowie.

Wymienione tematy wskazują na istniejące powiązania muzyki z problemami pochodzącymi z różnych obszarów psychologii, takich jak psychologia zdrowia, psychologia twórczości, psychologia kliniczna czy też psychologia medycyny.

Uczestnicy konferencji zostali również zaproszeni do wzięcia udziału w warsztatach *Masaż dźwiękiem mis i gongów* prowadzonych przez dr Małgorzatę Kronenberger, specjalistkę w dziedzinie muzykoterapii i rytmiki, certyfikowaną masażystkę dźwiękiem mis i gongów. Prowadząca zapoznała słuchaczy z tą metodą. Dwie osoby mogły też sprawdzić na sobie działanie masażu za pomocą dźwięku.

Uwieńczeniem Konferencji oraz Międzynarodowego Festiwalu Muzyczno-Artystycznego „Sfogato” były Koncert *Chopin Soiree*, poświęcony pamięci Aleksieja Sułtanowa, oraz uroczysta kolacja w Dworcu Białooprądnickim. Obok artystów: Marka Polańskiego (skrzypce), Sławomira Cierpika i Marty Polańskiej (fortepian), wieczór uświetnił swym występem brat Aleksieja, Sergiej Sułtanow, wykonujący *Scherzo cis-moll op. 39* Fryderyka Chopina.

Należy zauważyć, iż zarówno część naukowa konferencji, jak i festiwal muzyczny zostały zaplanowane jako jedno naukowo-kulturalne wydarzenie pozwalające na integrację przedstawicieli tych środowisk. W Międzynarodowym Festiwalu Muzyczno-Artystycznym „Sfogato” wzięło udział 24 artystów z 4 kontynentów (12 krajów świata): Polski, Rosji, Niemiec, Chorwacji, Węgier, Włoch, Danii, Brazylii, Malezji, Japonii, USA i Australii. W ramach

kilkudniowego programu odbyły się liczne koncerty, wystawy: malarstwa i fotografii oraz wieczór wspomnień dedykowany prof. Julii-nowi Aleksandrowiczowi.

Wszystkie te wydarzenia ukazywały, jak muzyka przenika różne sfery aktywności ludzkiej i wpływa na człowieka, czasem nawet w nieświadomiany sposób. Naukowe rozważania, dyskusje teoretyczne, panele odbywały się w kontekście osobistych refleksji, przeżyć i doświadczeń w ramach spotkań z dziełami muzyki, sztuką wizualną oraz niepowtarzalną interpretacją danych utworów przez artystów.

Konferencja pozwoliła na zapoznanie się z aktualnymi problemami dotyczącymi badań nad muzyką i dała możliwość ukazania, jak

istotną pełni ona rolę w życiu człowieka. Obok funkcji relaksującej, mogącej wzbudzać pozytywne emocje, została uwidoczniona jej rola mobilizująca, wzmacniająca zasoby indywidualne potrzebne do rozwiązywania problemów dnia codziennego. Nie tylko więc muzyka jako metoda wykorzystywana w leczeniu, ale edukacja muzyczna i promocja zdrowia zostały podkreślone jako te możliwości oddziaływania na człowieka, które mogą się przyczynić do utrzymania jego dobrej kondycji psychofizycznej. Towarzyszący konferencji festiwal był zaś dla uczestników okazją do osobistego spotkania z dziełem muzycznym i doświadczeniem jego wpływu.