

SECRETARIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA  
CONSERVATÓRIO – ESCOLA PROFISSIONAL DAS ARTES DA MADEIRA, ENG.LUIZ PETER CLODE

DIREÇÃO DE SERVIÇOS DE EXPRESSÕES ARTÍSTICAS  
GABINETE DOS CURSOS LIVRES EM ARTES

### **ORIENTAÇÕES PROGRAMÁTICAS**



**Atividade: Musicoterapia**

## Índice

1. Introdução .....	3
2. Descrição .....	5
3. Avaliação .....	9
4. Referências .....	9

## 1. Introdução

A atividade de Musicoterapia destina-se a crianças / jovens com idades compreendidas entre os 6 e os 16 anos.

As experiências musicais com crianças em idade escolar podem contribuir para a sua capacidade de aprendizagem em geral. Os benefícios extramusicais que as crianças adquirem são diversos: concentração, desenvolvimento de funções cognitivas e criativas, expressão de sentimentos, desenvolvimento da relação afetiva e social (Adeodato, 2007).

No meio escolar, a musicoterapia tem o objetivo de ampliar a experiência musical para além das finalidades da aprendizagem formal. A relação sonora que se estabelece no processo musicoterapêutico possibilita aos alunos a comunicação de pensamentos, sentimentos e emoções através de formas expressivas melódicas e rítmicas que se diferem da expressão verbal. Neste sentido, pretende-se que a vivência musical, estimule o aluno a lidar com as suas realidades de autonomia e dependência facilitando a construção de um ser mais completo e com melhor qualidade de vida (Cunha, 2008).

Na área da educação, a musicoterapia tem como objetivos estimular o desenvolvimento cognitivo, motor, social e emocional das crianças e adolescentes, de forma a melhorar as capacidades de aprendizagem. Assim, as sessões de musicoterapia irão incidir no desenvolvimento individual de cada criança indo, no entanto, ao encontro dos objetivos gerais da comunidade escolar (Cunha & Volpi, 2008).

Os objetivos terapêuticos a desenvolver com as crianças / jovens irão ter em conta a personalidade única de cada aluno, bem como as necessidades específicas relacionadas com a sua patologia e dificuldade. Por este motivo, o musicoterapeuta irá criar e suportar atividades que permitam a cada criança / jovem desenvolver as suas potencialidades e diminuir comportamentos indesejados (Simpson, 2013).

Os principais objetivos que se podem desenvolver com crianças/ jovens no âmbito da musicoterapia em contexto educativo são: estimular o comportamento responsivo do aluno, o contacto e a comunicação; melhorar a qualidade de vida do aluno através de experiências de partilha, saber receber e doar; desenvolver a compreensão das emoções e sentimentos do aluno; melhorar a consciência do contexto e das situações, o sentimento de identidade e a capacidade de concentração; estimular o desenvolvimento da linguagem; criar um contexto em que o aluno consiga expressar diferentes emoções. Os objetivos mencionados devem ser aplicados tendo em

conta cada caso, nem todos os objetivos são adequados a todos os alunos, e podem haver alunos a necessitar de objetivos que não foram referidos (Rocio Chao Fernandez, 2014).

## 2. Descrição

OBJETIVOS TERAPÊUTICOS	SUBOBJETIVOS	ESTRATÉGIAS DE INTERVENÇÃO
<b>Promover o desenvolvimento cognitivo</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atenção e o foco nas atividades musicais.</li> <li>2. Desenvolvimento de memória.</li> <li>3. Aumento da sua função executiva.</li> <li>4. Aprendizagem de competências.</li> <li>5. Seguimento de instruções.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Fazer música ativamente através de variados instrumentos musicais, para exploração de sons, ritmos, melodias e letras, trabalhando designadamente a memória, a interação e a sincronização musical e a linguagem.</li> <li>2. Treinar a atenção e foco com base na música.</li> <li>3. Realizar canções com conteúdos pedagógicos adequados à sua faixa etária.</li> <li>4. Cantar canções com a voz fomentando a reminiscência e memória da criança designadamente para as palavras e sons adequados.</li> <li>5. Repetição e memória de sequências rítmicas.</li> <li>6. Realizar as atividades musicais de forma organizada, sequencial e garantindo que são executadas até ao fim, para trabalhar as suas funções reflexivo-executivas: fomentar o contar histórias, iniciar atividades/tarefas, recordar e memorizar elementos e transitar para outras atividades utilizando ajudas visuais ou solicitando instruções oralmente.</li> <li>7. Realizar musicoterapia improvisacional, em que o musicoterapeuta espelha, sustenta, reforça, provoca ou complementa a expressão sonora da criança, sempre com o objetivo de envolvê-la no fazer musical coativo e</li> </ol>
<b>Promover o desenvolvimento da capacidade de comunicação recetiva e expressiva</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Aumento da Inteligibilidade do discurso.</li> <li>2. Melhoría da prosódia e fluência verbal recorrendo aos sons, sílabas e palavras das canções executadas.</li> <li>3. Sincronização musical, interação, troca de turnos de comunicação.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>4. Cantar canções com a voz fomentando a reminiscência e memória da criança designadamente para as palavras e sons adequados.</li> <li>5. Repetição e memória de sequências rítmicas.</li> <li>6. Realizar as atividades musicais de forma organizada, sequencial e garantindo que são executadas até ao fim, para trabalhar as suas funções reflexivo-executivas: fomentar o contar histórias, iniciar atividades/tarefas, recordar e memorizar elementos e transitar para outras atividades utilizando ajudas visuais ou solicitando instruções oralmente.</li> <li>7. Realizar musicoterapia improvisacional, em que o musicoterapeuta espelha, sustenta, reforça, provoca ou complementa a expressão sonora da criança, sempre com o objetivo de envolvê-la no fazer musical coativo e</li> </ol>
<b>Promover o desenvolvimento psicomotor</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Manipulação e exploração dos objetos e instrumentos musicais para desenvolver a motricidade fina.</li> <li>2. Desenvolvimento do equilíbrio estático.</li> <li>3. Desenvolvimento do equilíbrio dinâmico.</li> <li>4. Planeamento e coordenação motora.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>7. Realizar musicoterapia improvisacional, em que o musicoterapeuta espelha, sustenta, reforça, provoca ou complementa a expressão sonora da criança, sempre com o objetivo de envolvê-la no fazer musical coativo e</li> </ol>

<p><b>Promover o desenvolvimento comportamental</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Gestão da agitação.</li> <li>2. Gestão da impulsividade.</li> <li>3. Compreensão e aceitação de regras.</li> </ol>	<p>estabelecer contato e comunicação.</p>
<p><b>Promover o desenvolvimento emocional</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Canalização de emoções e regulação emocional.</li> <li>2. Aumento da autoconfiança e valorização do Self</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>8. Realizar movimento para a música, nomeadamente através de jogos musicais e atividades que proporcionem o seu desenvolvimento psicomotor ao nível da motricidade global, equilíbrio postural estático e dinâmico e a coordenação motora, utilizando diversos recursos: gincanas com instrumentos em diversos pontos na sala, exploração de repertório para percussão corporal ou mesmo tocar alguns instrumentos com os pés.</li> <li>9. Manipulação de objetos/instrumentos musicais para o desenvolvimento da motricidade fina, utilizando as teclas do piano, as cordas da guitarra, as baquetas no tambor ou tocando xilofone.</li> <li>10. A música será também utilizada em conjugação com o treino de competências, promoção de comportamentos adaptativos e de aceitação de regras, redução de comportamentos impulsivos e/ou que demonstrem alguma agitação e ansiedade e como meio de regulação emocional.</li> </ol>

TÉCNICAS DA MUSICOTERAPIA	DESCRIÇÃO
<b>Improvisação</b>	Na improvisação o aluno pode utilizar os instrumentos presentes no <i>setting</i> terapêutico e/ou a voz e sons corporais. O papel do musicoterapeuta é de apoiar o aluno fornecendo instruções e demonstrações necessárias que estimule ou guie a improvisação. Os objetivos terapêuticos desta técnica visam estabelecer um canal de comunicação não verbal e uma ponte para comunicação verbal desenvolver a espontaneidade, o sentido de identidade, a liberdade de expressão, a criatividade, as capacidades interpessoais e de tomar decisões dentro dos limites estabelecidos (Bruscia, 2014).
<b>Espelhamento, imitação e copiar</b>	Esta técnica promove a empatia e a sincronização com o aluno, procurando o intercâmbio de respostas musicais congruentes de modo que o aluno sinta uma participação ativa e bem-sucedida, expressando-se musicalmente e corporalmente. Na prática, o musicoterapeuta vai ao encontro do aluno reproduzindo exatamente o que este faz musicalmente e corporalmente. Esta imitação e cópia reproduzem a resposta do aluno. Espelhamento, copiar e imitar devem ser realizados com precaução e sensibilidade pois podem ser técnicas confrontadoras, mas ao mesmo tempo servem para tornar o aluno consciente do que fez e confirmam assim a sua produção musical (Wigram, 2004).
<b>Enraizar, amparar e conter</b>	São três técnicas extremamente importantes quando se lida com alunos, onde a maneira de tocar é muito aleatória. Criando uma música, em termos de pulsação, ou estrutura harmónica estável oferece ao aluno uma âncora forte e são elementos indicados para este efeito. O enraizamento rítmico oferece em primeiro lugar ao aluno uma base forte para a improvisação, não havendo necessidade de um compasso determinado, mas sendo importante manter um padrão rítmico estável sobre o qual o utente se possa exprimir livremente, tendo ao mesmo tempo limites. No enraizamento tonal é estabelecido um ostinato, um baixo tonal que vai favorecer uma música mais dominante nos aspetos de harmonia ou melodia enquanto o utente vai improvisando. Usa-se geralmente progressões harmónicas simples com o 1º grau, o 4º e o 5º grau. Quando se consegue estabelecer este enraizamento rítmico ou tonal ou até uma

	combinação dos dois cria-se facilmente um ambiente seguro, no qual o aluno se sente bem. Na técnica do amparar e conter providencia-se um enraizamento rítmico ou tonal com a finalidade de estruturar a improvisação do aluno, por vezes caótica ou sem direção.
<b>Amparo (Holding)</b>	É uma técnica de improvisação vocal, utilizando dois acordes em combinação com a voz do terapeuta, criando assim um ambiente musical consistente para facilitar o canto improvisado (Austin, 2008).
<b>Toning</b>	É o uso de vogais sustentadas com a finalidade de restaurar o equilíbrio do corpo, fazendo-o ressoar em zonas específicas, assim libertando bloqueios e aliviando stress e tensões físicas e emocionais (Austin, 2008).
<b>Dialogar</b>	É um processo no qual o utente e o terapeuta comunicam através de jogos musicais. No diálogo à vez a tarefa também é de esperar pela sua vez, dando tempo e espaço ao outro para se expressar, enquanto no diálogo livre existe uma estrutura mais livre e flutuante que permite um diálogo permanente em simultâneo ou em continuidade (Wigram, 2004).
<b>Chanting</b>	Significa vocalizar melodias pequenas e simples, improvisadas no momento com o propósito de exprimir algo com significado para o utente, criando assim um ambiente de confiança e união, uma técnica que pode ser aplicado também em trabalho de grupo (Austin, 2008).



### 3. Avaliação

A avaliação será contínua, e no final do ano letivo será entregue aos pais um relatório final da avaliação do aluno, contemplando os resultados dos objetivos terapêuticos delineados inicialmente.

#### REGISTO DAS REVISÕES

N.º da versão	Motivo da revisão	Elaboração	Revisão	Aprovação
1	Primeira edição	Terapeuta Carla Merícia	CGCLA	DSEA/DP

CGCLA – Coordenadora do Gabinete dos Cursos Livres em Artes

DSEA – Diretor de Serviços de Expressões Artísticas

DP – Diretor Pedagógico

### 4. Referências

Adeodato, A. (2007). *Escolares., A Musicoterapia nos Espaços: Contribuições no Processo de Inclusão Educacional*. Universidade Federal do Espírito Santo.

Austin, D. (2008). *The Theory and Practise of Vocal Psychotherapy*. Jessica Kingsley Publishers.

Bruscia, K. E. (2014). *Defining music therapy* (3<sup>rd</sup> ed.). University Park: Barcelona Publishers.

Cunha, R. &. (2008). A Prática da Musicoterapia em Diferentes Áreas de Atuação. *Curitiba*, 3, 85-97.

Cunha, R. & Volpi, S. (2008). A prática da musicoterapia em diferentes áreas de atuação. *Revista Científica/FAP, Curitiba*, 3, 85-97.

Rocio Chao Fernandez, M. D. (2014). Music Therapy in adolescent disruptive behaviour. *Procedia - Social and Behaviour Sciences*, 608-614.

Simpson, K. (2013). *The use of Musical Elements to Influence the Learning of Receptive Communication skills in children with autism*. Australian Catholic University.

Wigram, T. (2004). *Improvisation, Methods and Techniques for Music Therapy Clinicians, Educators and Students*. Jessica Kingsley Publishers.