

Lidia Kataryńczuk-Mania

TERAPIA DŹWIĘKIEM – METODA PETERA HESSA W PRACY Z DZIECKIEM W WIEKU PRZEDSZKOLNYM I MŁODSZYM WIEKU SZKOLNYM ORAZ ZE SPECJALNYMI POTRZEBAMI EDUKACYJNYMI

WPROWADZENIE

Dynamika przeobrażeń otaczającej rzeczywistości powoduje, że coraz częściej poszukujemy skutecznych metod profilaktyki i terapii w pracy z dziećmi z deficytami rozwojowymi. Zakres wartościowych sposobów terapii stale się poszerza, wśród nich należy wymienić niemiecką metodę terapeutyczną masażu dźwiękiem opracowaną przez Petera Hessa.

Na gruncie polskim jest to pionierska metoda terapii dźwiękowej, wymagająca badań nad efektywnością jej stosowania. W artykule zasygnalizowano i scharakteryzowano główne założenia tej metody. Podzielono się własnymi doświadczeniami i spostrzeżeniami w zakresie zastosowania mis dźwiękowych i gongu w pracy z dziećmi.

CZYM JEST DŹWIĘK I JAKIE POSIADA CECHY?

Dźwięk jako wrażenie słuchowe powstaje na skutek drgania ciał elastycznych. Każdy dźwięk posiada szereg cech, do których należą: wysokość, czas trwania, siła i barwa dźwięku. Wysokość dźwięku zależy od częstotliwości drgań na sekundę. Im większa jest ilość drgań, tym dźwięk jest wyższy, im mniejsza – tym niższy. Czas trwania dźwięku zależy od długości trwania drgań źródła dźwięku. Siła dźwięku zależy od amplitudy drgania ciała drgającego, czyli od ilości energii użytej przy jej wydobywaniu. Barwa dźwięku zależy od materiału, jego rozmiaru i sposobu wydobywania dźwięku. Fale dźwiękowe docierające

do człowieka ulegają inferencji, nakładaniu się. Ucho jest zdolne wyłowić drgania składowe tonów podstawowych.

Spostrzegając zjawiska dźwiękowe za pomocą słuchu, podejmuje się takie działania, jak: ustalenie struktury dźwiękowej, kontrolowanie brzmienia faktycznego z brzmieniem wyobrażonym, czyli pod względem wysokości, ukształtowania barwowego, rytmicznego. Ważne jest także świadome odbieranie dźwięków, ich ocenianie, rozróżnianie i interpretowanie.

Ucho ludzkie słyszy dźwięki o częstotliwości od 16 do 20 000 Hz (1Hz = 1 cykl/s), aby pobudzić receptor słuchu i wywołać wrażenie słuchowe, drgania cząsteczek powietrza muszą osiągnąć określoną częstotliwość. Narząd słuchu człowieka reaguje na falę dźwiękową – bodziec – której głównym nośnikiem jest powietrze.

O METODZIE PETERA HESSA

Hess opracował metodę masażu dźwiękiem na bazie różnorodnych doświadczeń, prowadząc wspólne z profesorem Gertem Wägerem badania w Nepalu i Tybecie nad wpływem tradycyjnej muzyki (dźwięków mis tybetańskich, tam-tamów, gongów) na psychikę i ciało człowieka. Pracę z misami rozpoczął w 1984 roku i dostosował wiedzę do wymogów ludzi w kulturach zachodnich.

Misy dźwiękowe składają się ze stopu 12 metali, są kute ręcznie i różnią się wielkością oraz częstotliwością dźwięku, o czym szczegółowo piszą w swoich publikacjach Halina i Marek Portalscy, pracownicy naukowcy z Politechniki Poznańskiej¹, oraz sam Hess². „Aby zachować ducha tradycji i niezmienny skład stopu mis, bardzo ważne jest dokładne przestrzeganie proporcji zawartych w recepturze. Używa się tylko czystych metali, a ich stosunek jest skrupulatnie kontrolowany [...]”³.

Do pracy z dźwiękiem wykorzystuje się laboratorium dźwiękowe składające się z podstawowego zestawu mis oraz mis planet, mis bengalskich, misy małej i większych o różnej częstotliwości, tam-tamów, gongów, dzwoneczków. Do masażu dźwiękiem najczęściej stosuje się misy podstawowe:

¹ Zob. H. Portalska, M. Portalski, *Klangschalen. Klang Unterstützung der Diagnose, der Therapie*, Poznań 2008.

² Zob. P. Hess, *Misy dźwiękowe. Zastosowanie w życiu codziennym*, przeł. M. Musioł, Garbicz 2005; Ch. Koller, P. Hess et al., *Klangmassage nach Peter Hess in der Praxis*, Uenzen 2005.

³ P. Hess, *Misy dźwiękowe...*, s. 126.

- uniwersalną (stawianą na stopach, dłoniach),
- brzusznią (stawianą na splocie słonecznym, w okolicy krzyża),
- sercową (stawianą w okolicy serca).

Ważnymi cechami oddziaływania tej metody są: osiągnięcie stanu głębokiego odprężenia, uwolnienie od problemów, napięć, stanów lękowych, blokad psychofizycznych oraz poprawa zdolności koncentracji, ponieważ dźwięki tak bogatego instrumentarium ułatwiają synchronizację pracy mózgu w rytmach alfa (synchronizacja na tym poziomie pozwala na osiąganie stanu głębokiego relaksu, niwelowanie negatywnych myśli, odkrywanie własnego ciała) lub theta (synchronizacja na niższych częstotliwościach powoduje głębokie wyciszenie podobne do medytacji, regeneruje organizm).

Masaż dźwiękiem prowadzi do pierwotnej harmonii, wzmacnia organizm, dociera do wszystkich komórek, które pod wpływem wibracji zaczynają produkować limfocyty. Polega na ułożeniu odpowiedniej misy lub mis na ciele osoby i pobudzanie ich do drgań poprzez uderzenie pałeczką. W czasie przebiegu masażu zmienia się ułożenie mis, zaczynając od stóp, przechodząc misą brzusznią w okolice krzyża (spłotu słonecznego), a następnie misą sercową na wysokość serca. Masaż trwa w zależności od potrzeby osoby poddanej terapii od 30 do 45 minut i może być stosowany dwa razy w tygodniu.

Masaż dźwiękiem może być wykorzystywany w pracy w różnych placówkach: przedszkolu, szkole, domach opieki i hospicjach, w logopedii, psychoterapii i rehabilitacji oraz w pracy z osobami niepełnosprawnymi.

Osoba pracująca według założeń metody Petera Hessa musi uzyskać odpowiednie kwalifikacje – przejść cztery stopnie szkolenia, nabyć kompetencje pedagogiczno-terapeutyczne, uczestniczyć w superwizjach oraz warsztatach terapeutycznych.

W Polsce od niedawna zespół w składzie: dr Halina Portalska, dr Marek Portalski, dr Lucyna Matuszak, dr Lidia Kataryńczuk-Mania, dr Małgorzata Kronnenberger i mgr Sylwia Ozimek rozpoczął badania dotyczące zakresu i możliwości wykorzystania metody Petera Hessa w pracy terapeutycznej.

CHARAKTERYSTYKA PROGRAMU DYDAKTYCZNO-WYCHOWAWCZEGO KLIK PRZEZNACZONEGO DLA DZIECI W WIEKU PRZEDSZKOLNYM I MŁODSZYM WIEKU SZKOLNYM

Do pracy z dziećmi w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym został opracowany program dydaktyczno-wychowawczy KliK, czyli „dźwięk w pracy

grupowej z dziećmi”, którego celem jest wspieranie rozwoju sensoryczno-emocjonalnego.

Autorami niemieckiego programu są: Luis Ehler, Hella Maria Ehler i Petra Emily Zurek. W Polsce realizują go Małgorzata Musioł (dyrektor Peter Hess Akademia Polska, Prezes Stowarzyszenia Masażu i Terapii Dźwiękiem, inicjatorka tej metody w Polsce) oraz Małgorzata Kronnenberger (instruktor).

W założeniu programowe terapeutycznego oddziaływania wpisane zostało zapoznanie z metodą, czyli krótkie wprowadzenie do masażu dźwiękiem według Petera Hessa, propozycje różnorodnych zabaw z misami dźwiękowymi oraz wskazówki dotyczące wspierania procesu uczenia się i komunikacji. Zdaniem autorów tego programu – dzięki pracy z dźwiękiem dzieci uczą się efektywnego radzenia sobie ze stresem, funkcjonowania w grupie i kooperacji.

Program KLiK może wspomagać działania wychowawcze oraz edukacyjne. Zbudowany jest z czterech modułów:

1. Pierwszy moduł to warsztaty z misami dźwiękowymi obejmujące zabawę i naukę wszystkimi zmysłami. Cele tego modułu zakładają: wyczerpanie zmysłów, wspieranie spostrzegawczości, motoryki małej, dużej, motywacji uczenia się, kreatywności, rozwijanie zdolności muzycznych.
2. Moduł drugi to poznanie podstaw metody Petera Hessa jako metody relaksacyjnej. Celem tego modułu jest rozluźnienie i profilaktyka stresu, komunikacja społeczna, wspieranie odporności psychicznej dziecka, radzenie sobie z trudnymi sytuacjami.
3. Trzeci moduł to nauka z łatwością. W celach podkreśla się szczególnie wspieranie dzieci uzdolnionych, wspieranie podstawowych kompetencji poznawczych (percepcja, motywacja, koncentracja, wytrzymałość).
4. Ostatni moduł to inspirowanie dzieci mową i dźwiękiem. W celach zwrócono uwagę na nabywanie umiejętności rozwiązywania sytuacji problemowych, rozwijanie zachowań interpersonalnych, rozpoznawanie i rozwijanie umiejętności i zdolności dziecka oraz propozycje nowych pomysłów do pracy z rodzicami.

Zajęcia terapeutyczne z wykorzystaniem mis są realizowane indywidualnie lub w grupach w jednostkach czasowych od 20 do 30 minut, w zależności od przypadku i zainteresowań dziecka. W praktyce wykorzystuje się „Koncerty dźwiękowe” oraz „Medytacje z dźwiękiem”.

Program stanowi nową, ciekawą i inspirującą propozycję skierowaną do pedagogów i terapeutów, ponieważ realizacja programu wymaga posiadania wiedzy pedagogicznej oraz doświadczenia w pracy z dzieckiem.

TERAPIA DŹWIĘKIEM W PRACY Z DZIECKIEM ZE SPECJALNYMI POTRZEBAMI EDUKACYJNYMI

Skuteczność terapii dźwiękowej została przedstawiona w licznych niemieckich publikacjach, m.in. Hessa, Zurek, Christina Koller⁴, opisujących jej pozytywny wpływ na organizm i psychikę dziecka, zarówno w szeroko rozumianej profilaktyce, jak i leczeniu oraz rehabilitacji.

Zauważono, że u osób z problemami emocjonalnymi, doświadczającymi stresu, lęku, depresji, dzięki oddziaływaniom dźwięku nastąpiła znaczna poprawa samopoczucia oraz wyciszenia, ponieważ dźwięk reguluje rytm pracy serca, oddech, zmniejsza odczuwanie bólu⁵.

W pracy z dziećmi z zaburzeniami mowy zauważono widoczne zmiany w zakresie kształtowania oddechu, skupienia uwagi na długości brzmienia dźwięku, rozróżniania dźwięków wysokich, średnich i niskich, co z kolei wpływa na usprawnianie właściwości percepcyjnych.

Stosowanie terapii dźwiękowej sprzyja wyciszeniu oraz podejmowaniu zadań komunikacyjnych. Zastosowanie masażu dźwiękiem zmienia aktywność systemu nerwowego, wywołując pewne zmiany w czynnościach organizmu – zmienia szybkość krążenia krwi, wpływa na siłę i szybkość pulsu⁶. Dźwięk daje okazję wyrażania swoich uczuć i myśli w postaci płaczu, krzyku, skakania, kołysania się, rytmicznego chodu, nucenia itp. Zmniejszeniu ulega napięcie mięśniowe, co ma istotny wpływ na sprawność manualną rąk i palców. U dzieci z mózgowym porażeniem dziecięcym zaobserwowano zwiększenie wrażliwości słuchowej, sprawności artykulacyjnej oraz tempa wypowiedzi.

Masaż dźwiękiem to metoda korzystnie wpływająca również na kreatywność, świadomość, pamięć i koncentrację, rozwijająca wyobraźnię, ucząca

⁴ P. Hess, *Kangmassage nach Peter Hess, Seminare und Informationen für Klang-Massage-Therapie*, Unzen 1999; P.E. Zurek, P. Hess, *Klangschalen mit Allen Sinnesspielen und Lernen*, Unzen 2005; P.E. Zurek, *Die Geschichte der Klängpädagogik nach Peter Hess – Der duft von bonerwachs und knete!*, [w:] *Terapia dźwiękiem*, red. L. Kataryńczuk-Mania, Zielona Góra 2007, s. 75–80; Ch.M. Koller, *Klänge in der Pädagogik*, [w:] *Terapia dźwiękiem...*, s. 65–73; idem, *Der Einsatz von Klängen in pädagogischen Arbeitsfeldern*, Hamburg 2007.

⁵ H. Portalska, M. Portalski, *Klangschalen. Klang Unterstützung der Diagnose, der Therapie*, Poznań 2008; Ch. Koller, P. Hess et al., *Klangmassage nach Peter Hess...*; S. Ozimek, *Wpływ masażu dźwiękiem misami tybetańskimi na zdrowie psychosomatyczne człowieka*, [w:] *Terapia dźwiękiem...*

⁶ H. Portalska, M. Portalski, *Neurostymulacja z wykorzystaniem dźwięku w pracy z autystą*, „Wspólne Tematy” 2006, nr 7–8.

dyscypliny i współpracy w grupie, umożliwiającą osiągnięcie satysfakcji oraz wprowadzającą w stan głębokiego relaksu⁷.

Masaż dźwiękiem stanowi szczególnie wartościową metodę terapii w pracy z dzieckiem z autyzmem. Dostosowując się do reakcji dziecka i umożliwiając mu tzw. poszukiwanie różnych brzmień oraz wywoływanie różnych dźwięków i doświadczanie wibracji różnymi częściami ciała, można zauważyć, że podczas kontaktów z dźwiękiem wydobywającym się szczególnie z mis o niskim brzmieniu wzrasta skupienie wzroku na misach, pojawia się chęć „brania, łapania dźwięku” oraz eksperymentowanie z dźwiękiem, jego odczuwanie, percypowanie i komunikowanie się.

W praktyce dzieci chętnie podejmują działania, eksperymentują z różnymi barwami i wysokościami dźwięków wydawanymi przez misy, są nimi zainteresowane, doświadczają ciekawych brzmieniowo dźwięków, obserwują zjawiska zachodzące pod wpływem uderzenia pałeczką, np. w misę napelnioną kolorowym piaskiem czy wodą.

Zabawy dźwiękowe rozwijają podstawowe zdolności muzyczne, zwłaszcza w zakresie poczucia rytmu, melodii, pamięci, koncentracji. Misy, jako naturalne instrumenty muzyczne, rozwijają inwencję twórczą, motywują do osiągnięcia wytyczonego celu, rozwijają spostrzegawczość, motorykę małą i dużą, wspierają wszechstronny rozwój, a także proces uczenia się, doświadczania. Dzięki muzykowaniu terapeuta może dokonać wstępnej diagnozy dziecka i wskazać rodzicom problemy. Natomiast dzięki warsztatom rodzinnym podczas komunikacji dźwiękowej możliwe jest rozpoznanie sytuacji dziecka oraz jego funkcjonowanie w rodzinie i relacji z bliskimi.

W codziennej praktyce pedagogiczno-terapeutycznej z dziećmi, wykorzystując laboratorium dźwiękowe, zaobserwowano, że terapia dźwiękiem poprzez swoje właściwości⁸:

- odpręża zarówno po wysiłku fizycznym, jak i psychicznym;
- pozwala świadomie kontrolować napięcie ciała;
- służy pełnej relaksacji i wizualizacji;
- wspomaga ćwiczenia oddechowe i ruchowe;
- wpływa na reakcje sensoryczne (słuchowe, dotykowe, wzrokowe, węchowe);

⁷ P. Zurek, P. Hess, *Klangchalen mit Allen...*, s. 8–9, 33.

⁸ L. Kataryńczuk-Mania, *Zabawy dźwiękowe w pracy z dziećmi – przykłady praktyczne*, [w:] *Terapia dźwiękiem...*, s. 27–33; L. Matuszak, *Terapia dźwiękiem dzieci ze specyficznymi trudnościami w uczeniu się*, [w:] *Terapia dźwiękiem...*, s. 35–44.

- uczy rytualizacji, czyli pozytywnych nastawień do zamierzonych działań i zachowań;
- uczy orientacji w przestrzeni (rozdzielanie kierunków – „wędruj za dźwiękiem”, dyscypliny, tolerancji);
- rozwija świadomość czasoprzestrzeni, wspólnej akcji, zadania, polecenia;
- usprawnia pamięć (np. utrwalanie liter, liczb, gestów, figur geometrycznych);
- uczy mowy, języka dźwiękowego, jest teatrem dźwięków.

Dzięki misom dzieci w naturalny sposób naśladowują ruchem długość brzmienia, wykorzystując dodatkowo chustki animacyjne, piórka itp. Dźwięki uczą je wrażliwości na innych członków grupy, służą rytuałom codziennych spotkań – np. dźwiękowe powitania i pożegnania. Podczas czytania bajek ułatwiają wizualizację przeżyć i emocji bohaterów.

Ciekawym ćwiczeniem mogą być „Spacer dźwiękowy” – np. w różnych miejscach sali znajdują się różnej wielkości misy. Dzieci, wędrując po sali, na sygnał kierują się w stronę wybranych mis. Wskazane przez terapeutę dzieci demonstrują po kolei dźwięki, ponowny sygnał zaprasza je na dalszy spacer dźwiękowy. Zabawa w „Orkiestrę dźwiękową” polega na połączeniu mis o różnym brzmieniu z instrumentami perkusyjnymi, np. grzechotkami, kołatkami, bębenkami, czechotkami, by po wspólnej zaimprovizowanej kompozycji nastąpiło omówienie własnych wrażeń oraz porównań brzmieniowych łączonych instrumentów. Takie zabawy inspirują dzieci do tworzenia własnych opowiadań oraz własnych kompozycji dźwiękowych.

Inną propozycją są „Kolorowe mandale”, ćwiczenie polega na tym, że do mis wysypujemy kolorowy piasek (lub zabarwioną sól) i uderzamy pałeczką w misę. Dźwięki powodują powstawanie kolorowych mandali, taki obraz można przenieść na papier lub sfotografować, przedstawić ruchem. Podobne ćwiczenia można wykonać z wodą. Propozycje różnych zabaw zostały szczegółowo przedstawione m.in. w artykułach: *Zabawy dźwiękowe w pracy z dziećmi – przykłady praktyczne*⁹, *Sound therapy in prophylaxis and speech therapy rehabilitation*¹⁰, *Twórcza aktywność dziecka niepełnosprawnego poprzez realizację formy „tworzenie muzyki”*¹¹.

⁹ Zob. L. Kataryńczuk-Mania, *Zabawy dźwiękowe w pracy z dziećmi...*, s. 27–33.

¹⁰ Zob. eadem, *Sound therapy in prophylaxis and speech therapy rehabilitation*, [w:] *Methods of diagnosis and speech therapy in logopaedics. Selected Issues. Methods supporting speech therapy*, ed. E.M. Skorek, Zielona Góra 2010, s. 248–258.

¹¹ Zob. eadem, *Twórcza aktywność dziecka niepełnosprawnego poprzez realizację formy „tworzenie muzyki”*, [w:] *Twórczość – wyzwania XXI wieku*, red. E. Dombrowska, A. Niedźwiedzka, Kraków 2003, s. 152–154.

KONKLUZJA

Metoda Petera Hessa to cenna metoda profilaktyczno-terapeutyczna dająca szerokie możliwości w zakresie oddziaływania dźwięku na organizm oraz osobowość dziecka poprzez rozwój jego potencjału poznawczego, twórczego i społecznego, ponieważ dzieci – szczególnie w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym – wykazują stosunkowo największą podatność na stymulację takich zachowań. Poprzez systematyczną pracę terapeutyczną i wykorzystanie ciekawych, inspirowanych zabaw dźwiękowych (opartych na założeniach metody Petera Hessa) dziecko ma możliwość rozwijania i doskonalenia szeroko pojętej komunikacji, poprawy zachowania i dyscypliny, usprawnia zaburzone funkcje oraz – eksperymentując z dźwiękiem – doświadcza i poznaje otaczającą rzeczywistość.

BIBLIOGRAFIA

- Hess P., *Kangmassage nach Peter Hess, Seminare und Informationen für Klang-Massage-Therapie*, Uenzen 1999.
- Hess P., *Klangschalen für Gesundheit und innere Harmonie*, München 1999.
- Hess P., *Misy dźwiękowe. Zastosowanie w życiu codziennym*, przeł. M. Musioł, Garbicz 2005.
- Kataryńczuk-Mania L., *Twórcza aktywność dziecka niepełnosprawnego poprzez realizację formy „tworzenie muzyki”*, [w:] *Twórczość – wyzwanie XXI wieku*, red. E. Dombrowska, A. Niedźwiedzka, Kraków 2003.
- Kataryńczuk-Mania L., *Sound therapy in prophylaxis and speech therapy rehabilitation*, [w:] *Methods of diagnosis and speech therapy in logopaedics. Selected Issues. Methods supporting speech therapy*, red. E.M. Skorek, Zielona Góra 2010.
- Kataryńczuk-Mania L., *Zabawy dźwiękowe w pracy z dziećmi – przykłady praktyczne*, [w:] *Terapia dźwiękiem*, red. L. Kataryńczuk-Mania, Zielona Góra 2007.
- Koller Ch.M., *Der Einsatz von Klängen in pädagogischen Arbeitsfeldern*, Hamburg 2007.
- Koller Ch., *Klänge in der Pädagogik*, [w:] *Terapia dźwiękiem*, red. L. Kataryńczuk-Mania, Zielona Góra 2007.
- Koller Ch., Hess P. et al., *Klangmassage nach Peter Hess in der Praxis*, Uenzen 2005.
- Matuszak L., *Terapia dźwiękiem dzieci ze specyficznymi trudnościami w uczeniu się*, [w:] *Terapia dźwiękiem*, red. L. Kataryńczuk-Mania, Zielona Góra 2007.
- Ozimek S., *Wpływ masażu dźwiękiem misami tybetańskimi na zdrowie psychosomatyczne człowieka*, [w:] *Terapia dźwiękiem*, red. L. Kataryńczuk-Mania, Zielona Góra 2007.
- Portalska H., Portalski M., *Klangschalen. Klang Unterstützung der Diagnose, der Therapie*, Poznań 2008.

- Portalska H., Portalski M., *Misy tybetańskie i ich oddziaływanie na organizm*, [w:] *Terapia dźwiękiem*, red. L. Kataryńczuk-Mania, Zielona Góra 2007.
- Portalska H., Portalski M., *Neurostymulacja z wykorzystaniem dźwięku w pracy z autystą*, „Wspólne Tematy” 2006, nr 7–8.
- Wybrane elementy terapii w procesie edukacji artystycznej*, red. L. Kataryńczuk-Mania, Zielona Góra 2002.
- Zurek P.E., *Die Geschichte der Klangpädagogik nach Peter Hess – Der duft von bonerwachs und knete!*, [w:] *Terapia dźwiękiem*, red. L. Kataryńczuk-Mania, Zielona Góra 2007.
- Zurek P.E., Hess P., *Klangschalen mit Allen Sinnenspielen und Lernen*, Uenzen 2005.

TERAPIA DŹWIĘKIEM – METODA PETERA HESSA W PRACY Z DZIECKIEM W WIEKU PRZEDSZKOLNYM I MŁODSZYM WIEKU SZKOLNYM ORAZ ZE SPECJALNYMI POTRZEBAMI EDUKACYJNYMI

Streszczenie: Autorka przedstawia najważniejsze założenia metody Petera Hessa stosowane w profilaktyce i terapii dzieci w wieku przedszkolnym i młodszym wieku szkolnym oraz dzieci ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi. Podkreśla również, że metoda ta jest jeszcze mało znana w Polsce i wymaga badań. Od kilkunastu lat autorka wykorzystuje masaż dźwiękiem jako wspomagającą i relaksującą metodę w pracy z dziećmi, w tym z dziećmi ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi.

Słowa kluczowe: masaż dźwiękiem, terapia dźwiękiem, metoda Petera Hessa, dźwięk w pracy indywidualnej i grupowej z dziećmi

SOUND THERAPY – THE PETER HESS METHOD IN WORK WITH PRE-SCHOOL AND EARLY SCHOOL-AGE CHILDREN AND WITH CHILDREN WITH SPECIAL EDUCATIONAL NEEDS

Summary: The author presents the main assumptions of the Peter Hess method applied for the purposes of prevention and therapy in work with pre-school, early school-age, and special educational needs children. She also emphasizes the fact that this method is still poorly known in Poland and needs researching. For several years the author has used sound massage as a supporting and relaxing method in her work with pre-school and early school-age children, including those with special educational needs.

Keywords: sound massage, sound therapy, Peter Hess method, sound in individual and group work with children