

Definitia Terapiei prin Muzica

‘Terapia prin muzica poate fi definita ca folosirea muzicii si sunetelor intr-un cadru structurat pentru a promova bunastarea mintala, fizica, emotionala si sociala a unei persoane. Terapia prin muzica nu este educatie muzicala si desi copiii/adultii pot insusi abilitati muzicale de baza, cum ar fi cantatul la un instrument muzical, acesta nu este scopul terapiei. In terapia prin muzica, muzica este folosita initial pentru a stabili un punct de contact cu copilul sau adultul, iar apoi ca modalitate de a adresa, intr-un mediu securizat, orice dificultate intampinata de copil/adult. De exemplu, poate fi utilizata cu copii retrasi sau care nu raspund pentru a ii implica intr-o activitate muzicala impartasita. Totodata, poate fi folosita pentru a canaliza energia persoanelor foarte active – intr-un mod pozitiv si constructiv. Poate fi folosit lucrul in grup pentru a dezvolta si exersa abilitati sociale, cum ar fi constientizarea si aprecierea altor membrii ai grupului, acultarea, asteptarea randului, abilitati de conducere.

Muzica poate crea o legatura speciala intre o persoana si ingrijitor. Persoana cu dizabilitati are sansa de a interactiona la nivel egal cu alta persoana si este creata posibilitatea de a fi ascultata.’

Music as Therapy International
2009