



Wat is muziektherapie

In het dagelijks leven maakt muziek een belangrijk deel uit van het leven van de mens. Het is er in alle soorten en voor ieder wat wils. Muziek werkt sfeerscheppend, opwekkend of ontspannend. Muziek heeft invloed op de stemming en het gedrag van mensen en iedereen bezit een gevoeligheid om muziek te ontvangen of muziek te maken.

Bij muziektherapie staat het (samen) beleven van muziek centraal. Deze vorm van therapie wordt gebruikt om een ontwikkelings- of veranderingsproces tot stand te brengen. Afhankelijk van de hulpvraag gebruiken we muziek op het gebied van onder andere lichaamsbeleving, stemgebruik, emotionele beleving en contact maken. Therapeut en cliënt(en) zijn samen bezig met muziek op een ongedwongen en prettige manier. De cliënten krijgen de ruimte om hun eigen mogelijkheden te ontwikkelen en zichzelf te laten zien. De therapeut stemt af op het belevingstempo en mogelijkheden van de cliënt.

Voor wie is muziektherapie geschikt

Muziektherapie is geschikt voor (jonge) kinderen en volwassenen met psychische, lichamelijke en/of verstandelijke beperkingen. Een muzikale achtergrond is niet noodzakelijk. Als uitgangspunt geldt dat de persoon affiniteit heeft met muziek of interesse heeft in muziek.

Op welke hulpvragen kan muziektherapie een antwoord zijn

Mensen met uiteenlopende hulpvragen kunnen terecht voor muziektherapie. Bijvoorbeeld met hulpvragen op:

- emotioneel gebied, zoals het 'verwerken' van een nare periode
- lichamelijk gebied, bijvoorbeeld het ervaren van ontspanning
- cognitief gebied, zoals het vergroten van zelfvertrouwen
- sociaal gebied, bijvoorbeeld leren samenwerken.

Hoe verloopt de muziektherapie

De werkwijze die binnen de muziektherapie wordt gehanteerd is afhankelijk van de hulpvraag en de mogelijkheden van de cliënt. Hierbij valt te denken aan samenspelen op instrumenten, gebruiken van de (zang)stem, werken met ritmes en melodieën, dansen en improviseren. Soms gebruiken we naast de muziek nog ander materiaal om zintuigen te prikkelen (bijvoorbeeld voelmateriaal) of wordt er gebruik gemaakt van gebaren.

Naast het actief muziek maken, kunnen cliënten ook luisteren naar muziekfragmenten of naar het muzikale spel van de therapeut.

Muziektherapie kan zowel op individuele basis plaatsvinden als binnen een groep.



JIJ & IK

Aanmelding en financiering

De aanmelding verloopt via het Adviespunt via een aanvraagformulier. Vervolgens vindt er een intake plaats. Er zijn diverse manieren waarop therapie gefinancierd kan worden, voor informatie kunt u terecht bij het secretariaat van het Adviespunt, adviespunt@onstweedethuis.nl of tel. 020 4061030.

2015