

Ο  
ρυθμός  
της  
ζωής!

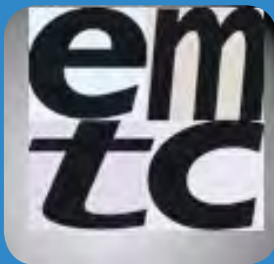


Ευρωπαϊκή  
Ημέρα  
Μουσικο  
Θεραπείας

15  
Νοεμβρίου  
2014

[european  
musictherapyday.com](http://europeanmusictherapyday.com)

[www.musictherapy.gr](http://www.musictherapy.gr)



**AMBITUS** FOUNDATION  
for classical music

## 1η Ευρωπαϊκή Ημέρα Μουσικοθεραπείας

15 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2014

### Θέμα: Ο Ρυθμός της Ζωής!

Η Ευρωπαϊκή Συνομοσπονδία Μουσικοθεραπείας (EMTC) είναι μια συνομοσπονδία συλλόγων επαγγελματιών μουσικοθεραπευτών που στοχεύει στην προώθηση της Μουσικοθεραπείας, καθώς και στην καλλιέργεια αμοιβαίου σεβασμού, κατανόησης και συνεργασίας μεταξύ των χωρών μελών. Ιδρύθηκε στις 15 Νοεμβρίου 1990, ως μια πλατφόρμα ανταλλαγής μεταξύ των μουσικοθεραπευτών στην Ευρώπη και έκτοτε σύλλογοι από σχεδόν 30 Ευρωπαϊκές χώρες έχουν γίνει μέλη της. Με αφετηρία τη φετινή χρονιά, η 15η Νοεμβρίου ορίζεται ως η Ευρωπαϊκή Ημέρα Μουσικοθεραπείας.

Κατά τη διάρκεια της Ευρωπαϊκής Ημέρας Μουσικοθεραπείας, θα πραγματοποιηθούν σε όλη την Ευρώπη δράσεις με σημείο αναφοράς τη Μουσικοθεραπεία. Στην Ελλάδα θα πραγματοποιηθούν εκδηλώσεις, παρουσιάσεις και εργαστήρια μουσικοθεραπείας με ελεύθερη συμμετοχή για το κοινό.

Η Μουσική μπορεί να περιγραφεί ως «ο Ρυθμός της Ζωής» κι αυτό ακριβώς το θέμα θα έχει η 1η Ευρωπαϊκή Μέρα Μουσικοθεραπείας, όπου τον πρώτο λόγο θα έχει η δύναμη της Μουσικής.

Περισσότερες πληροφορίες για τις εκδηλώσεις που θα γίνουν στην Ελλάδα μπορείτε να βρείτε στην ιστοσελίδα του Ελληνικού Συλλόγου Πτυχιούχων Επαγγελματιών Μουσικοθεραπευτών [www.musictherapy.gr](http://www.musictherapy.gr) καθώς και στο [www.europeanmusictherapyday.com](http://www.europeanmusictherapyday.com) για τις ευρωπαϊκές.

### Η Μουσική επιδρά ευεργετικά στην Υγεία μας!

Η μουσική παίζει σημαντικό ρόλο στην καθημερινότητά μας. Κι όμως συχνά δεν συνειδητοποιούμε πόσο πολύ μας επηρεάζει. Μπορεί να προκαλέσει ενθουσιασμό, ηρεμία, χαρά και λύπη, μπορεί να εγείρει αναμνήσεις, να μας συνδέσει άμεσα με τα συναισθήματά μας, βοηθώντας να εκφραστούμε και να επικοινωνήσουμε με τους άλλους.

Η θετική επίδραση της μουσικής στο σώμα και στην ψυχή επιβεβαιώνεται ερευνητικά. Η μουσική επηρεάζει θετικά λειτουργίες του εγκεφάλου, αναπτύσσει τη νοημοσύνη, μας ενεργοποιεί, μας κινητοποιεί, αφυπνίζει συναισθήματα. Πατί όμως συμβαίνει αυτό; Επειδή είμαστε όλοι μουσικά όντα και έχουμε μία έμφυτη μουσικότητα. Όλοι μας μπορούμε να αξιοποιήσουμε τη δύναμη της διαλέγοντας τι θα ακούσουμε, παίζοντας κάποιο μουσικό όργανο ή τραγουδώντας.

### Μουσικοθεραπεία

Η μουσικοθεραπεία είναι ένα κατοχυρωμένο και ερευνητικά τεκμηριωμένο επάγγελμα υγείας. Χρησιμοποιεί τις ιδιότητες των στοιχείων της μουσικής (του ρυθμού, της μελωδίας, της αρμονίας κλπ) για να δημιουργήσει ένα μέσο αλληλεπίδρασης και επικοινωνίας στο πλαίσιο μιας θεραπευτικής σχέσης. Σε μια συνεδρία μουσικοθεραπείας, οι συμμετέχοντες χρησιμοποιούν ποικιλία μουσικών οργάνων και τη φωνή τους, δημιουργώντας μια μουσική γλώσσα που αντανακλά τη ψυχοσυναισθηματική και σωματική τους κατάσταση. Η διαδικασία αυτή τους δίνει τη δυνατότητα να έρθουν σε επαφή με τον εσωτερικό τους κόσμο αλλά και με τους άλλους γύρω τους.

Οι μουσικοθεραπευτές υποστηρίζουν και συμμετέχουν σε αυτή τη διαδικασία χρησιμοποιώντας μουσικοθεραπευτικές τεχνικές, σύμφωνα με διάφορα θεωρητικά μοντέλα και την εξειδίκευσή τους. Πιο συγκεκριμένα, πρόκειται για ένα συνδυασμό μουσικού αυτοσχεδιασμού, ακρόασης, σύνθεσης, τραγουδιού και χρήσης λόγου προσαρμοσμένο στις ανάγκες του ατόμου ή της ομάδας.

Η μουσικοθεραπεία λειτουργεί ατομικά και ομαδικά σε νοσοκομεία, σχολεία, κέντρα ημέρας, κέντρα ψυχικής υγείας κ.α. Το φάσμα των πληθυσμών που μπορούν να ωφεληθούν από τη μουσικοθεραπεία είναι ευρύ: παιδιά και ενήλικες με μαθησιακές δυσκολίες, αναπτυξιακές διαταραχές, ψυχικές διαταραχές, νευρολογικές παθήσεις, χρόνιες παθήσεις κ.α.

Οι μουσικοθεραπευτές είναι καταρτισμένοι επαγγελματίες υγείας, οι οποίοι έχουν ολοκληρώσει αναγνωρισμένο πανεπιστημιακό πρόγραμμα σπουδών (πτυχίο ή μεταπτυχιακό), προκειμένου να ανταποκρίνονται με ασφάλεια και υπευθυνότητα στις ανάγκες των συμμετεχόντων.

Σήμερα στην Ευρώπη εργάζονται περισσότεροι από 5.000 μουσικοθεραπευτές σε δημόσια και ιδιωτικά πλαίσια. Η μουσικοθεραπεία όμως φτάνει μόνο σε ένα μικρό κομμάτι του πληθυσμού που θα μπορούσε να βοηθηθεί.

Στόχος της Ευρωπαϊκής Ημέρας Μουσικοθεραπείας είναι να γνωρίσει το ευρύτερο κοινό τις δυνατότητες, τις προοπτικές και τη συμβολή της Μουσικοθεραπείας σε ένα πιο διευρυμένο και ολιστικό σύστημα υγείας και φροντίδας.