

## **HVEM ER MUSIKKTERAPI RELATERT TIL?**

Musikkterapi er en aktivitet som i hovedsak tar sikte på å utvikle en persons kreativitet som individ og som medlem av et fellesskap, enten det er lite eller stort. For musikkterapeuten er det personen før og før hver diagnose og menneskene, i deres mangfold, har noen nødvendige likheter:

**-FØL**  
**-KOMMUNISERE**  
**-BLI KREATIV**

Dette er, synkront, områdene innen musikkterapi rettet mot alle aldre og hvem som helst de anerkjente forskjellene.

Det grunnleggende er en spesifikk musikalsk vei, egnet for deltakerne, med mål spesifikk (planlagt), men samtidig dynamisk (fleksibel).

Selve valget av verktøy styres av egenskapene til individet eller gruppen. Alt den kan produsere lyd og hver lyd kan bli musikk.

I et spill med aktiv deltakelse og kommunikativ intensjon vil det fra tid til annen bygges et prosjekt miljø med harmonisk samarbeid, vil deltakerne bli guidet gjennom opplevelsen av å spille sammen'.

I et spill med **AKTIV DELTAKELSE** og **KOMMUNIKATIV INTENSJON** vil du bygge fra tid til annen et miljø med harmonisk samarbeid, vil deltakerne bli guidet gjennom opplevelsen av -å leke sammen-.

Hovedmålet med musikkterapi er å oppleve andre gjennom frihet uttrykk for seg selv, med formidling av stemme, rytme og melodiske farger (kalt 'timbre'). Det er der understreke at målet ikke vil være musikalsk estetikk, men - å spille sammen - å skape et sammen form for ytringsfrihet.

## **HVA ER MUSIKKTERAPI**

Det kan defineres som en individuell eller gruppeaktivitet som har som hovedmål utvikle kreativitet med utgangspunkt i personlige ressurser. Kommunikasjon med seg selv og med andre skjer gjennom lyder og spillene som er mulig med dem. Det er dette **SAMARBEIDET** (og utviklingen av det) som produserer musikk forstått som en **METAFOR FOR LIVET**. Det er det selve uttrykket for å leve og leve harmonisk på et sted og en tid med frihet kreativt uttrykk.

Dette er grunnprinsippet i **TERAPI** gjennom **MUSIKK**.

