

HVORDAN FÅ MUSIKKTERAPITIMER?

Du er velkommen til å ringe oss, sende en sms eller mail, om du er interessert.

Ida Susanne Grønningsæter

Musikkterapeut

IdaSusanne.Gronningsaeter@sor-odal.kommune.no

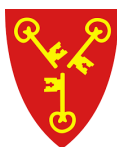
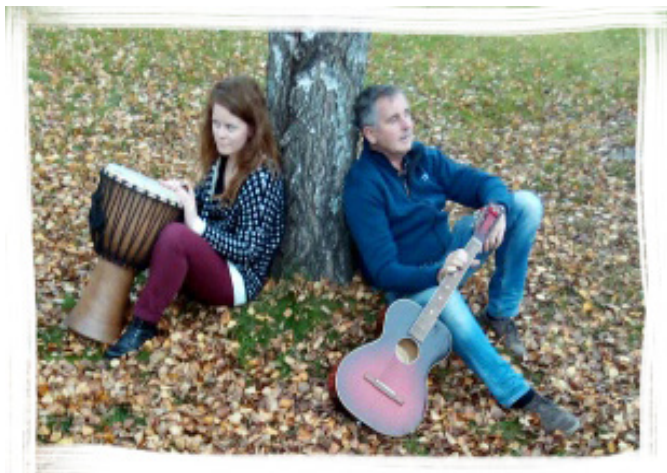
Tlf/SMS.: 488 81 841

Morten Harstad

Rus/Psykiatri

Tlf/SMS.: 456 12 814

 **ølg oss!**
facebook.com/odalsmusikk



Sør-Odal kommune



Du treffer oss på:
Aktivitetssenteret
Sykehusveien
2100 Skarnes

Sør-Odal



Informasjon til
samarbeidspartnere

MUSIKKTERAPI

- et musikalsk tilbud
tilpasset alle -

i

Sør - Odal

Avdeling Helse

Rus-psykisk helsetjeneste

MUSIKKTERAPI - ET TILBUD FOR PERSONER MED HVERDAGSUTFORDRINGER KNYTTET TIL PSYKISK HELSE OG/ELLER RUS

- Musikterapi kan bidra til:
- Regulere følelser
- Mestring / økt selvfølelse
- Trygghet på identitet
- Forebyggende effekt
- Ivarretakelse ved sårbare overganger
- Motivasjon
- Mottakelig for andre behandlingstilbud
- Sosial tilhørighet



MUSIKKTERAPI ER:

- Recovery-, ressurs- og samfunnsorientert
- En relasjonell tilnærming
- Vektlegging av bruker- involvering og en likeverdig relasjon i det terapeutiske samarbeidet
- Et lavterskeltilbud - krever ingen forsknskaper. Individuell tilrettelegging

- Et tilbud som kan inngå i et helhetlig behandlingstilbud

Anbefalt i:

Utredning, behandling og oppfølging av personer med psykoselidelser (2013)

Nasjonal faglig retningslinje for behandling og rehabilitering av rusmiddelproblemer og avhengighet (2016)

TILBUDET BESTÅR AV:

- Individ og gruppeterapi
- Lytte og reflektere til musikk
- Spille / synge med musikk-terapeut og / eller i gruppe
- Lage musikk / tekster
- Improvisasjon og jamming

Musikterapi er bruk av musikk til å gi mennesker nye handlemuligheter (Ruud, 1990)

