

Mitä sulle kuuluu?



Kela korvaa
musiikkiterapiaa
kuntoutuspsykoterapiana
16-25-vuotiaille nuorille -
terapian voi aloittaa jos
terapiahakemuksen tekee
viimeistään 25-vuotiaana

Kysy lisää!

Musiikkiterapeutti
Miina Virtanen
www.savelmetsa.fi
miina.virtanen@savelmetsa.fi
041-4523780

Musiikkiterapiaa nuorille Espoossa

Musiikkiterapia Kelan
kuntoutuspsykoterapiana
16-25-vuotiaille nuorille



Musiikkiterapiaa Espoossa
SÄVELMETSÄ, WWW.SAVELMETSÄ.FI

Kenelle musiikkiterapia sopii?

Musiikkiterapia on psykoterapian erityissovellus, jossa on keskustelun lisäksi mahdollista käyttää myös musiikkia, joten musiikkiterapia sopii useimmille tavallisen psykoterapian osa-alueille esim. masennuksen tai ahdistuneisuuden hoitoon henkilöille, jotka haluavat syventää terapian vaikutusta musiikin tuomien mahdollisuuksien avulla.

Nuorten musiikkiterapia sisältää psykoterapeuttista keskustelua ja musiikkiterapian menetelmiä asiakkaan toiveiden mukaisesti. Musiikkiterapiaan osallistumien ei vaadi musiikin harrastuneisuutta tai ennakkotaitoja musiikin alalta.

Pääosin Sävelmetsän musiikkiterapia on Kelan kuntoutuspsykoterapiaa, joka on suunnattu 16-25(-28)-vuotiaille nuorille.

Terapiaa voi jatkaa kolme vuotta 28-vuotiaaksi saakka mikäli teraphihakemuksen on tehnyt viimeistään 25-vuotiaana. (Tämän ikäryhmän ulkopuolelta Sävelmetsän musiikkiterapiaan voi osallistua omakustanteisesti.)

Mitä musiikkiterapiassa tehdään?

Nuorten musiikkiterapiassa käytetään menetelmänä lähes aina terapeuttista keskustelua. Tämän lisäksi terapiassa voidaan asiakkaan toiveiden mukaisesti käyttää mm. seuraavia menetelmiä

- soittaminen
- laulaminen
- oman musiikin tekeminen
- improvisaatio
- musiikkimaalaus
- musiikkirentoutus
- musiikin kuuntelu



Musiikkiterapiaa voi hyödyntää laajalaisesti, alla esimerkkejä oireista, joihin musiikkiterapia voi auttaa

- masennus
- mielialahäiriöt
- syömishäiriöt
- pelkotilat
- ahdistuneisuus
- traumat
- uupumus
- kriisi
- stressi
- unihäiriöt

