

MUZYKOTERAPIA



Zajęcia te poprowadzi

Pani Jadwiga Czajkowska,

która tytuł magistra sztuki w zakresie muzykoterapii uzyskała na Akademii Muzycznej we Wrocławiu. Muzykoterapeutyczny warsztat aktualizowała na kursach grupowych i indywidualnych.

🎹🎤🎧 Na co dzień pełni funkcję organisty w kościele św. Teresy od Dzieciątka Jezus w Rabce-Zdroju, udziela korepetycji w zakresie nauki gry na fortepianie, od niedawna okazjonalnie komponuje muzykę do spektakli w Teatrze Rabcio, m.in. do wspaniałego spektaklu "W międzyczasie".

Zajęcia muzykoterapii przewidziane są dla młodzieży w wieku od 11 do 18 lat .

W zajęciach z muzykoterapii proponujemy aktywności związane z ruchem, tańcem, muzykowaniem z użyciem głosu i prostych instrumentów. Zabawy, łamigłówki muzyczne, mające na celu poprawę pamięci i koncentracji. Profesjonalne techniki relaksacyjne pomagające w pozbyciu się niepotrzebnych napięć i poprawiające kontrolę nad własnym ciałem.

Zajęcia mają charakter terapeutyczny, proponowane aktywności służą rozwojowi umiejętności społecznych i poznawczych, mają także na celu podniesienie nastroju uczestników.