

☐Zajęcia z muzykoterapii w Klubie Senior+ w Ruszowicach☐



□ W dniu 26.07.2021 r. w Klubie Senior + w Ruszowicach pod czujnym okiem i słuchem Pani Kasi wzięli udział w zajęciach z muzykoterapii.

□ Muzyka i jej dobroczynny wpływ na zdrowie były znane i stosowane już w starożytności. Szkolono w ten sposób wojowników - nadający rytm miał pomagać w przygotowaniu do walk, odtwarzał jej przebieg.

□ W terapii muzykę zaczęto wykorzystywać po drugiej wojnie światowej i miało to związek z licznymi urazami mózgu u walczących żołnierzy; wykazano wówczas jej pozytywny wpływ na psychikę i emocje człowieka.

□ Obecnie wykorzystywana jest jako forma psychoterapii, szczególnie w leczeniu nerwic, zaburzeń psychicznych czy też psychosomatycznych.

