



Teadaanne

26. mail 2014 kell 11-18 toimub Eesti Muusikaterapia Ühingu poolt korraldatav **MUUSIKATERAAPIA TEABEPÄEV**, mis leiab aset hotell "Dzingli" [Konverentsikeskuses](#) (Männiku tee 89, 11213 Tallinn).

Teabepäeval annavad Eesti tunnustatud muusikaterapeudid ülevaate muusikaterapiast ja aktuaalsetest suundumustest selles teraapiavaldkonnas ning tutvustavad muusikaterapia erinevaid rakendusi.

Päevakava:

- 11.00-12.45 Plenaarettekanne (saal C)
- 12.45-13.45 Lõuna (omal käel Dzingli restoranis)
- 13.45-15.15 Töötoad (saalides A, C, F, E, G)
- 15.15-15.45 Kohvipaus II korruse fuajees
- 15.45-17.15 Töötoad (saalides A, C, F, E, G)
- 17.30-18.00 Teabepäeva kokkuvõte (saal C)

Töötoad:

Iga osaleja saab teabepäeval osaleda kokku kahes töötoas vastavalt kell 13.45-15.15 ja kell 15.45-17.15. Võimalik on valida viie töötoa vahel (vt pikemat kirjeldust allpool):

1. **Muusikaterapia neurorehabilitatsioonis** (Kaili Inno, BA)
 2. **Muusikaterapia autismispektri häirete puhul** (Heili Talbak, BSc)
 3. **Psühhoterapeutiline muusikaterapia: The Bonny Method of Guided Imagery and Music (BMGIM) tutvustus** (Alice Pehk, PhD)
 4. **Hääl – võimestav teraapiline instrument** (Eve Lukk, MA)
 5. **Muusikaterapia võimalused eakate hooldekodus** (Maria Vessmann, BSc)
- **Osalustasu on 10€** (sisaldab kohvipausi). Tasu palume kanda Eesti Muusikaterapia Ühing MTÜ arveldusarvele nr **EE082200221041404745** hiljemalt 22.05.2014 selgitusega „MT teabepäev + osaleja nimi“.
 - Registreerimine jõustub tasu laekumisel. Mitteosalemisel osalustasu ei tagastata.
 - Lisaks palume täita [elektroonilise registreerimisvormi](#) (kuni 22.05 k.a)

Lisainfo: **Marit Möistlik-Tamm** (marit.moistlik-tamm@tlu.ee), EMTÜ juhatuse liige

Ülevaade töötubadest:

(1) Muusikateraapia neurorehabilitatsioonis

Töötoa läbiviija: **Kaili Inno**, muusikaterapeut Astangu Kutserehabilitatsiooni Keskuses ja Muusikateraapia Keskuses, Eesti Muusika- ja Teatriakadeemia õppejõud, Tallinna Ülikooli Kunstiteraapiate magistrant muusikateraapia suunal, Eesti Muusikateraapia Ühingu juhatuse liige

Ajutrauma on meie kiires ühiskonnas järjest sagedasem. Trauma võib muuta inimeste elu tundmatuseni. See võib põhjustada muutusi mõtlemises, liikumises ja igapäevaeluga toimetulekus. Sageli esineb lisaks kahjustustele traumajärgne stressisündroom: viha, lootusetus ja depressioon. Lähedastel ning perekonnal on raske mõista ajutraumaga kaasaskäivaid käitumishäireid. Traditsioonilistes rehabilitatsiooniprogrammides on põhitähelepanu suunatud traumakäitumise funktsionaalsetele tulemustele, eriti mootorsetele, kognitiivsetele, kommunikatiivsetele ja igapäevaoskuste arendamisele. Selle juures jäetakse tähelepanuta, et klientidel esineb ka ulatuslikke emotsionaalseid kohanemiskursusi seoses iseseisvuse ja elu mõtte kaotamisega. Ajutrauma järgselt vajab inimene vastust meditsiinilistele, psühholoogilistele ja ka sotsiaalsetele probleemidele. Erinevad muusikateraapia tehnikad võimaldavad toetada üheaegselt nii inimese psühholoogilisi kui füsioloogilisi vajadusi, mis on seotud keha, meele ja vaimuga.

Töötoas jagab Kaili Inno oma kogemusi tööst Astangu kutserehabilitatsiooni keskuses ning tutvutakse ajutrauma järgseks taastumiseks sobivate muusikateraapia tehnikatega.

(2) Muusikateraapia autismispektri häirete puhul

Töötoa läbiviija: **Heili Talbak**, muusikaterapeut Päevakeskuses Käo ja Muusikateraapia keskuses, Tallinna Ülikooli Kunstiteraapiate magistrant muusikateraapia suunal

Töötuba keskendub muusikateraapia võimalustele autismispektri häiretega inimeste arengu toetamisel. Räägitakse laiemalt autismist ning selle avaldumisviisidest ning tutvustatakse muusikateraapia võimalusi nii autistlike inimeste kui nende perekondade toetamisel. Käsitletakse ka erinevaid autismi ning muusika alaseid uuringuid ning muusikateraapia juhtumeid praktilisest kogemusest. Läbi video-ning audiomaterjalide on võimalik näha ja kuulda, kuidas muusika saab aidata kaasa autismispektri häirega inimesega kontakti loomisele, hirmu ning ärevuse vähendamisele ning erinevate oskuste arendamisele.

(3) Psühhoterautiline muusikateraapia: The Bonny Method of Guided Imagery and Music (BMGIM) tutvustus

Töötoa läbiviija: **Alice Pehk**, PhD, muusikaterapeut, BMGIM-terapeut ja koolitaja Muusikateraapia keskuses, Eesti Muusika- ja Teatriakadeemia ja Tallinna Ülikooli õppejõud, Eesti Muusikateraapia Ühingu esimees

BMGIM on rahvusvaheliselt tunnustatuim ning enimkasutatud retseptiivse psühhoterautilise muusikateraapia meetod. Meetodi unikaalsus seisneb muusika kuulamises avardatud teadvuse seisundis, lubades kujutlustel tulla teadvusesse ja neid terapeudiga jagada. BMGIM-i käigus saab inimene siseneda oma rikkasse kujutlustemaailma, et uurida kõike seda, mida ta oli, on või võiks olla. Liikumised muusikas ajendavad liikumisi ja muutusi psüühikas, lubades oma kujutlustes „mängida” kujutluspiltide, olukordade ja tunnetega, proovida uudseid tegutsemis- või mõttemalle, avastada endas peituvaid sisemisi ressursse, tuues sügavama enesemõistmise ning andes võimaluse kogetut ja teadvustatut rakendada elu täisväärtuslikumaks muutmisel. Oma süvapsühholoogilise iseloomu tõttu võimaldab BMGIM intensiivseid arenguid teraapiaprotsessis, jõudmist probleemide tuumani ning efektiivseid probleemilahendusi.

Töötoas toimub BMGIM-teraapia tutvustus, kus demonstreeritakse selle teraapiameetodi individuaalset sessiooni ning käsitletakse lühidalt BMGIM-teraapia peamisi põhimõtteid ja rakendusvaldkondi.

(4) Hääl – võimestav teraapiline instrument

Töötoa läbiviija: **Eve Lukk**, MA, on teraapilise hääletöö fookusega muusikaterapeut, Tallinna Ülikooli kunstiteraapiate osakonna muusika- ja hääleteraapia lektor ning Hamburgi Muusika ja Teatri Ülikooli Muusikateraapia Instituudi doktorant.

Hääl on primaarne instrument eneseväljenduses ja kommunikatsioonis. Töötuba tutvustab teraapilise hääletöö võimalusi autentse eneseväljenduse, eneseteadlikkuse ja enese aktseptsooni parendamiseks. Häälepillil toonimise ja improvisatsioonilise mängimisega siseneme väljenduse, suhtlemise ja kuulamise reflektiivsesse interaktsiooniprotsessi. Fookuses on osalejate mitteverbaalsed vokaalsed kogemused helilises privaatses, sotsiaalses ja soleerimise ruumis ning kogemusruumide vahelised üleminekud. Osalemiseks ei ole vaja eelteadmisi, pillimängu- ega laulmise akadeemilisi oskusi. Seljas võiksid olla mõnused vabaajariided, millega saab end hästi tunda tubases olemises ja liikumises.

(5) Muusikateraapia võimalused eakate hooldekodus

Töötoa läbiviija: **Maria Vessmann**, psühholoog, muusikaterapeut, Tallinna Ülikooli Kunstiteraapiate magistrant muusikateraapia suunal, töötanud muusikaterapeudina eakatekodus Benita ja SA EELK Diakooniahaiglas.

Muusikalised tegevused aitavad suurendada dementsusega eakate aktiivsust, parandavad meeleolu, võimaldavad eakal väljendada oma tundeid ning olla mõistetud. Muusikalistes tegevustes võib avalduda eakate potentsiaal, mis igapäevaelu toimingutes või teistes olukordades esile ei tule. Igaüks, kes eakatega kokku puutub, saab kasutada muusikat ja läbi viia lihtsaid muusikalisi tegevusi.

Töötoas vaatleme, millised võimalused muusika kasutamiseks on eakate hooldekodus üldiselt ning mida saab muusikaliste vahenditega teha dementsusega eakate heaolu suurendamiseks. Osalejad saavad omakogemuse mõnedest kasutatavatest tehnikatest eakate muusikateraapias ning arutelus toome esile olulisemad teoreetilised pidepunktid, mida arvesse võtta (dementsusega) eakatega läbiviidavate muusikaliste tegevuste kavandamisel ja läbiviimisel.