

音楽療法について学ぼう

2月3日（月）に、2年福祉コースは、富山県音楽療法協会の緒方さんから、音楽療法について学びました。音楽を計画的に使うことによって、「生理的」、「心理的」、「社会的」な効果があることが分かりました。そして、実際に歌ったり、演奏したりしてその効果を実感しました。



<感想>

- ・ 音楽はリラックス効果があるだけだと思っていたので、他にもたくさん効果があることを知って驚きました。
- ・ 楽器を使って自分で演奏するのと、音楽を聴くのとでは、違う楽しみ方があるのだとわかりました。
- ・ ミスをして、否定する言葉や責めるような言葉を使わず、本人の尊厳を傷つけないようにサポートすることが重要だとわかりました。