

Muzikoterapeutická relaxace pod vedením Svatavy Drlíčkové



Přijďte si odpočinout, načerpat sílu
a inspiraci. Skvělý zážitek za přítomnosti
technik muzikoterapie.

Kdy: V pátek 17. ledna 2025
od 18:00 do 20:00

Kde: Svatební sál v Horácké galerii v
Novém Městě na Moravě



Vstupné: 450,- Kč

Kapacita míst je omezena, prosíme, rezervujte si své
místo platbou předem, neváhejte nás kontaktovat na:

 andante.obchod@seznam.cz

 +420 607 280 011

www.hudebninyandante.cz | www.svatavadrlickova.cz

Muzikoterapii pořádají Hudební nástroje Andante spol. s r.o. ve spolupráci s Horáckou galerií
a Mgr. Svatava Drlíčková, Ph.D.



Na co se těšit

Muzikoterapeutická relaxace je forma terapie, která využívá pozitivní účinky hudby, vibrací a zvuků k dosažení relaxace, uvolnění a celkového zklidnění. Terapeut při relaxaci vede klienta pomocí práce s tělem tak, aby mohl naslouchat a plně vnímat hudbu, může využívat také vizualizaci, aby mu pomohl dosáhnout stavu hluboké relaxace, harmonie a rovnováhy.

Esence hudby

Hudba ve svých rozmanitých podobách člověku odedávna pomáhala překonávat nejrůznější obtíže, uzdravovat se, propojovat se s druhými, vyjadřovat své prožívání nebo rozvíjet svůj potenciál. Pomocí hudby lze vyjádřit mnohé lépe a příměji než slovy, projevit i to, co slovy vyjádřit nedovedeme. Umožňuje nám tak hlouběji prožívat své tělo, emoce, život a také je vyjadřovat.

Muzikoterapie ve své praxi využívá různé kvality a působení hudby k harmonizaci a léčení, k rozvíjení komunikace a sociálních vztahů, k tělesnému i emočnímu uvolnění, k sebevyjádření i seberealizaci. Umožňuje slyšet problémy a to už je jen malý krůček k tomu je vidět, porozumět jim a nalézt řešení. V muzikoterapii se lze setkat s nejrůznějšími hudebními nástroji. Často jsou používány takové nástroje a metody práce s nimi, které jsou přístupné pro všechny, a které tak umožňují tvořit hudbu bez nutnosti umět na ně hrát.

Možnost skutečně prožít a procítit své tělo, mysl a emoce, vyjádřit je v bezpečném vztahu a nalézt přijatelný obraz sebe sama pomáhá vnímat život v celé jeho hloubce a šíři a je důležitou součástí duševního zdraví člověka i vnímání smyslu jeho existence. A právě hudba, které můžeme naslouchat a cítit ji, je ideálním prostředkem k dosažení tohoto stavu.

Mgr. Svatava Drlíčková, Ph.D. pracuje jako biosyntetická psychoterapeutka, muzikoterapeutka, arteterapeutka a speciální pedagožka s dětmi, dospívajícími a dospělými v privátní praxi. Externě ve zdravotnických zařízeních, sociálních službách a speciálním školství. Získala Evropský certifikát v psychoterapii - ECP. Je lektorkou Českého institutu biosyntézy v Praze a Univerzity Palackého v Olomouci. Výzkumně se věnuje muzikoterapii u osob se zdravotním postižením a jejich rodin, muzikofiletice, modifikaci tuvinské hudby a zpěvu do české muzikoterapie. Je spoluautorkou několika odborných publikací se zaměřením na psychoterapii, muzikoterapii a muzikofiletiku.

Co s sebou: pohodlné oblečení, karimatku, polštářek, teplou přikrývku nebo spací pytel a pití.

