

**PROGRAMA DE AYUDA A LA DISCAPACIDAD Y DIVERSIDAD
FUNCIONAL "MUSICOTERÀPIA PER A LA SALUT MENTAL I TEA"**

SOCIEDAD MUSICAL POBLATS MARÍTIMS DE VALENCIA



Objetivos:

El objetivo principal de este proyecto es utilizar la música de banda como una herramienta terapéutica para mejorar la salud mental y el bienestar emocional de las personas que enfrentan desafíos como la depresión, ansiedad, estrés u otros trastornos mentales.

También se tratan a personas afectadas por trastornos psiquiátricos con síntomas crónicos como el bajo estado de ánimo/depresión, el aislamiento social y los problemas de memoria. La musicoterapia es un enfoque terapéutico que utiliza las experiencias musicales para ayudar los pacientes con trastornos mentales graves a mejorar sus competencias emocionales y relacionales, y aborda cuestiones para las cuales es posible que no puedan utilizar solo palabras.

Por medio de la intervención en musicoterapia conseguimos que las personas tomen conciencia de sus recursos motores, cognitivos, emocionales y relacionales, los cuales pueden ser mantenidos, desarrollados, mejorados y potenciados.

La música actúa como factor integrador dentro de un grupo, y por eso las actividades que están relacionadas son perfectas para trabajar dentro del centro. Por eso, se presenta una propuesta de intervención basada en un marco de aprendizaje activo a través del cual se verá beneficiada toda persona usuaria.