

# **STEMMESYNERGI**

## **Grundkursus for musikterapeuter – og stemmenørder i Lene Ravns stemmeforbedrende metode**

**Søndag d. 15. november 2015 kl. 13-18**

**Sted: Aalborg Universitet Sydhavnen, NBNB i København!**

**Frederiks Kaj 10A, 4. sal, lok. 4.133, 2450 SV**

Lene Ravns stemmemetode er udviklet gennem mange års beskæftigelse med musik, stemmer, kor, kropsterapi, musikterapi, Roy Hart Theatre's stemmemetode samt spirituel praksis. Metodens øvelser har gunstige virkninger på stemme, psyke og krop. De er nemme at udføre for alle.

Lene Ravn er cand.mag. i musikvidenskab og logopædi/retorik.

**STEMMESYNERGI kan anvendes til at**

- smøre og opvarme stemmen til sang, tale og terapi
- mobilisere stemmens registre og udvikle dens klang og styrke
- udvide stemmeomfang og resonans
- forøge åndedrætskapacitet
- restituere stemmen hurtigere efter overanstrengelser, infektioner eller operative indgreb
- forbedre kropsfunktioner for klienter med neuro-muskulære handicaps.

**Musikterapeutisk potentiale i STEMMESYNERGI:**

Øvelserne har ekspressiv, legende karakter og formidler vitalitetsaffekter. De kan indgå som vokale musik-psykoterapeutiske interventioner i arbejdet med fysisk og psykisk traumatiserede personer. Stemmesynergi kan hjælpe til at

- forbedre kontakt til krop og følelser gennem øget energetisering
- styrke jeg-følelse og interpersonel kontakt
- facilitere selvregulering, "nulstilling", release, grounding, coping, regulering af arousal og frigørelse af traumer.

Kursets praktiske øvelser relateres til Lene Ravns teori om stemme-psyke-krop, der hviler på et fundament af bioenergetik ( Alexander Lowen) og analytisk psykologi (C.G. Jung) - se litteraturlisten.

Der vil blive et let traktement om eftermiddagen.

**Priser: Medlemmer af DMTF: 350 kr. Andre: 550 kr. (to sammen: 900 kr.)**

**Kurset er gratis for Promusa- og musikterapistuderende ved personlig tilmelding.**

**Max. 22 deltagere. Tilmelding til [pippipep@gmail.com](mailto:pippipep@gmail.com) med navn, adresse, mobil-tlf. og evt. stemmebeskæftigelse. Konto: 0400/ 4015937748 (skriv navn på!). Nærmere oplysninger: Tlf. 39 655495, mobil 60 611860.**