थेरापी इन्टरनेशनलको रूपमा म्यूजिक मेलबर्न विश्वविद्यालय म्यूजिक थेरापी र भारतको क्याथोलिक हेल्थ एसोसिएसन बीचको सहकार्यबाट सिर्जना गरिएको प्रेरणादायक स्रोत सेयर गर्न पाउँदा एकदमै खुसी रहेको छ। यो स्रोत सबै उमेरका अपाङ्गता भएका व्यक्तिसँग संगीत प्रयोग गर्नको लागि रुचि राख्ने अभ्यासकर्तालाई मार्गदर्शन गर्नको लागि बनाइएको थियो। यो परियोजना *थेरापी इन्टरनेशनलको रूपमा म्यूजिक*बाट स्वतन्त्र रूपमा वितरण गरिएको थियो। तैपनि, यी उत्कृष्ट स्रोत हाम्रा साझेदारका लागि विश्वव्यापी रूपमा सान्दर्भिक रहेका छन्, कि हामी तिनीहरूलाई हाम्रो स्रोत पुस्तकालयमा थप्न पाउँदा गर्व गर्छौं (अंग्रेजी, हिन्दी, मराठी, तमिल, बंगाली, तेलुगु र नेपालीमा उपलब्ध रहेका छन्)।

यी जानकारी सिट स्वास्थ्य सेवा कर्मचारी, असक्षमता सपोर्ट कार्यकर्ता, थेरापी सहायक, हेरचाहकर्ता, र/वा शिक्षाविद्का लागि डिजाइन गरिएको हो जसले असक्षम सेवा प्रयोगकर्ता/ग्राहकसँग आफ्नो काममा थप संगीत प्रयोग गर्न चाहन्छन्। सिटले थेरापी/शिक्षा सेटिङमा सङ्गीत समावेश गर्नका लागि सरल र व्यावहारिक सुझाव प्रदान गर्ने गर्छ र सङ्गीतको प्रयोगले चिकित्सकीय वा शैक्षिक लक्ष्यसँग कसरी कनेक्ट हुन सक्छ भनेर व्याख्या गर्ने गर्छ।

भारतको महाराष्ट्रमा कम्युनिटी-बेस्ड रिहाबिलिटेसन (CBR) सहजकर्ता र समुदायका सदस्यसँग अनुसन्धान मार्फत यी सूचना सिट विकसित गरिएका थिए। यी तरिकामा संगीत समावेश गर्दा अपाङ्गता भएका बालबालिका र उनीहरूका परिवारलाई उनीहरूको विकास, सामाजिक र शारीरिक लक्ष्य पूरा गर्नको लागि यस अनुसन्धानले सहयोग गरेको पत्ता लाग्यो। संगीतले यी परिवार र तिनीहरूको फराकिलो समुदायको बीचमा कनेक्ट पनि सिर्जना गर्‍यो, चिकित्सीय गतिविधिमा अझ बढी प्रेरणा र संलग्नतालाई प्रेरित गर्‍यो, र आनन्द र रमाइलो बढायो!

यी विचारलाई सकेसम्म व्यापक रूपमा सेयर गर्नका लागि सूचना सिटलाई धेरै भाषामा हामीले अनुवाद गरेका छौँ। हामी विभिन्न अपाङ्गता सेटिङमा काम गर्ने वा हेरचाह गर्ने संसारभरका मानिसलाई यी विचारलाई तपाईंको सन्दर्भसँग सान्दर्भिक तरिकाले अनुकूलन गर्नको लागि र साझेदारी गर्नको लागि आमन्त्रित गर्छौं।

यी जानकारी सिटलाई प्रेरित गर्ने परियोजनाको बारेमा थप जानकारी तलको लिङ्क मार्फत फेला पार्न सकिन्छ:

परियोजनाको भिडियो सारांश: https://www.youtube.com/watch?v=OYH_WYegH54&t=5s

परियोजना बारे अनुसन्धान लेख खोल्नुहोस्:

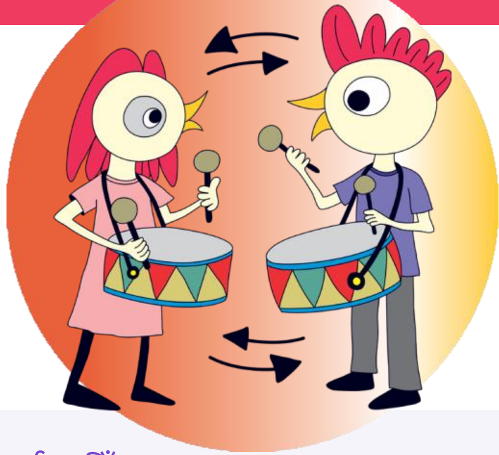
1. संगीत मार्फत कम्युनिटी-बेस्ड रिहाबिलिटेसनमा आउटकम बृद्धि गर्नको लागि अन्तर्राष्ट्रिय अनलाइन सहयोग: अनलाइन संगीत नेतृत्व कार्यक्रम।
   लुसी बोल्गर, समीर वाल्साङ्कर, सुमाथी सुन्दर, र मेलिसा मर्फी द्वारा।

   लिङ्क: https://voices.no/index.php/voices/article/view/3729

2. CBR मा संगीत थेरापी-सूचना प्रविधि समावेश गर्दै गर्दा: रुरल भारतमा दुई बच्चा र तिनीहरूका परिवारसँग अभ्यासबाट अनुभव।
   लुसी बागेर, राजु तम्मुलुरी, विभियन टिर्की, र मेलिसा मर्फी द्वारा।

   लिङ्क: https://dcidj.uog.edu.et/index.php/up-j-dcbrid/article/view/642

कम्युनिटी-बेस्ड रिहाबिलिटेसन (CBR) मा संगीत प्रयोग गर्दै

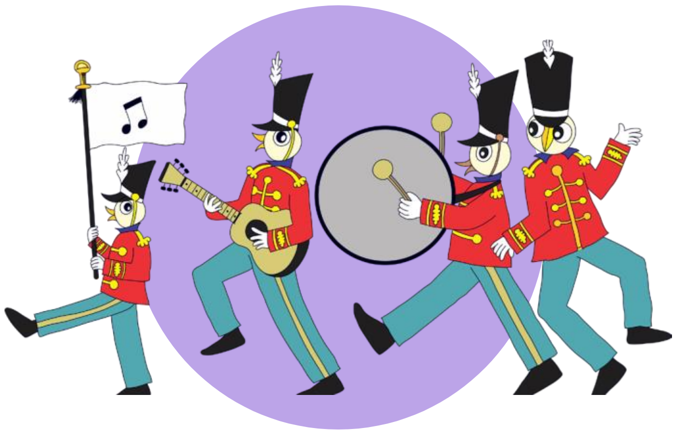


CBR मा संगीत प्रयोग गर्नाले यी CBR लक्ष्य भएका बालबालिकालाई मद्दत गर्न चाहिँ सक्छ:

- सहयोग बिना भाग लिनु - "स्वतन्त्रता"
- कडा प्रयास - "प्रेरणा"
- रमाइलो गर्दै / थेरापीको आनन्द लिँदै - "आनन्द"
- अरूसँग मिलेर काम गर्ने – "सहयोग"
- समुदायको भाग हुनु - "समावेश"
- सुनिँदैछ - "वकालत/आवाज"
- सुन्न र जवाफ दिन सिक्ने - "सञ्चार सिप, प्रत्याशा"
- खेल्नको लागि समन्वय गर्ने निकाय - "राम्रो र सकल मोटर सिप"
- लामो समयसम्म खेल्ने/थेरापीको साथ जारी राख्नको लागि - "ध्यान, संलग्नता"

त्यहाँ CBR मा संगीत प्रयोग गर्नको लागि चार "नियम" रहेका छन्

1 बच्चाको पछि लाग्नुहोस्। बच्चा नै लिडर हो



2 पर्खनुहोस् र सुन्नुहोस्। बच्चाको लागि रिक्त स्थान

3 सधैँ शब्द प्रयोग नगर्नुहोस्।

सङ्गीत प्रयोग गर्नुहोस्!

4 रमाईलो गर्नुहोस्!

Catholic Health Association of India

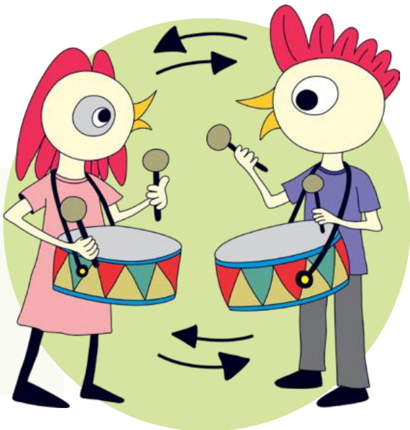
थप जानकारीको लागि सम्पर्क:
डा. लुसी बोल्गर (bolgerl@unimelb.edu.au)
CHAI (directorgeneral@chai-india.org)
UoM संगीत थेरापी/CHAI अनुसन्धान साझेदारीको उत्पादन
प्रोड्यूस 2023

THE UNIVERSITY OF MELBOURNE

CBR मा सङ्गीत बजाउनुहोस्। सांगीतिक खेलमा, हामी वाद्ययन्त्र, हाम्रो आवाज, वा दुवै प्रयोग गर्न पनि सक्छौँ!

"मिररिङ एण्ड म्याचिङ" भनेको हामीले बच्चाले एकै समयमा के गरिरहेको छ भन्ने कुराको प्रतिलिपि बनाउनु हो

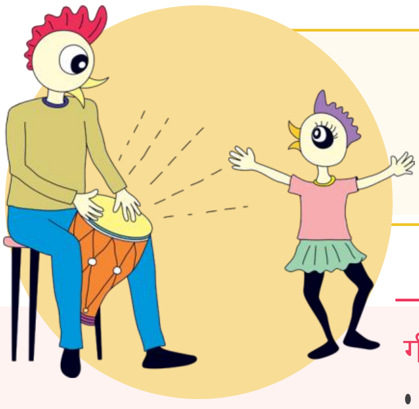
हामी यो गर्छौँ जब बच्चा निरन्तर खेलिरहेको हन्छ।



"टर्न टेकिङ" भनेको जब हामी बच्चासँग सांगीतिक कुराकानी गर्छौं, र खेल्न/गाउनको लागि पनि पालो लिन्छौँ।

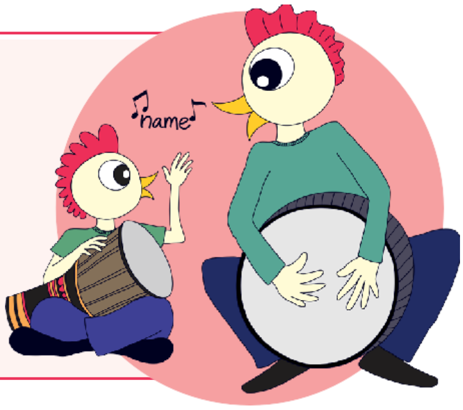
बच्चाले केही छोटो खेल्दै र त्यसपछि रोकिँदा हामी यो गर्ने गर्छौं

CBR मा गीत प्रयोग गर्दै गर्दा। गीत परिचित रहेका छन् र स्टकचर, सङ्केत, र सङ्गीत निर्देशन दिन्छन्।



गीतको लय परिवर्तन गर्दै:

- बच्चाको चालमा समयमै गाउने/बजाउने
- सम्पूर्ण क्रियाकलापको लागि गीत दोहोर्याउने वा जारी राख्ने



गीतका शब्द फेर्दै:

- बच्चाको नाम प्रयोग गरेर
- शब्दलाई निर्देशन बनाउन वा बच्चाको कार्य वर्णन गर्नको लागि परिवर्तन गर्दै
- शब्द वा लाइन दोहोर्याउँदै।
- स्पष्ट र सरल शब्द प्रयोग गर्नुहोस्।

स्टकचारको लागि गीत प्रयोग गर्दै:

- हामी नेतृत्व गर्छौं र बच्चा पनि सामेल हुन्छ
- स्पष्ट र स्थिर तरीकाले गाउनुहोस्
- बच्चा सामेल हुन सकुन् भनेर गति/भोल्युम चयन गर्नुहोस्
- बच्चालाई हेर्नुहोस् र सुन्नुहोस्

यस कामका उदाहरण कार्यमा हेर्नुहोस्।

क्लिक गर्नुहोस् वा स्क्यान गर्नुहोस्

Catholic Health Association of India

थप जानकारीको लागि सम्पर्क:
डा. लुसी बोल्गर (bolgerl@unimelb.edu.au)
CHAI (directorgeneral@chai-india.org)
UoM संगीत थेरापी/CHAI अनुसन्धान साझेदारीको उत्पादन
प्रोड्यूस 2023

THE UNIVERSITY OF MELBOURNE