

RAP THERAPY

ADDITIONAL INFORMATION

1

자기표현력 향상

'랩 음악치료'는 자기표현력을 향상 시킵니다. 자기표현력이 낮은 사람은 자신의 사회로부터 거부경험을 당하게 되는데, 이 거부경험은 사회 및 학교부적응과 범죄의 주요 원인으로 보고 됩니다.

2

대인관계능력 향상

'랩 음악치료'에서 작사, 작곡, 녹음은 모두 청자를 유념하여 이루어 집니다.청자가 친구일 때와 부모일 때는 당연히 전달 단어의 선택이 달라집니다. 타인을 고려한 커뮤니케이션 훈련은 대인관계 능력을 향상시키며 대인관계 스트레스를 감소 시킵니다.

3

우울증 및 신경증 개선

'랩 음악치료'는 자신이 선택한 소리가 악기가 되고 자신의 이야기가 가사가 되는 방식의 치료 프로그램입니다. 자신의 소리와 이야기로 곡을 완성하는 경험은 도파민 생성을 촉진하며 도파민 생성은 우울증 개선에 도움을 줍니다.

4

각종 중독 개선

중독치료의 핵심은 자기 내부의 건강한 자극을 찾는 것입니다. 이를 인지행동치료라고 하는데 '랩 음악치료'는 자아성찰을 이끌어내는 인지행동치료의 강력한 도구로서 게임, 포르노 및 각종 중독치료에 탁월합니다.

5

뇌발달

'랩 음악치료'에서 가사 작성 활동은 좌뇌를 자극하며 가사를 음악으로 구현하는 과정은 우뇌를 활성화 시킵니다.본 치료는 성장기 어린이와 청소년들의 좌뇌와 우뇌의 조화로운 발달에 효과가 있습니다.