

# Hørselshabilitering og livsmestring ved hjelp av musikkterapeutiske metoder

(E) Presentasjon av brukererfaringer

14.10-14.35, Spor 3: Auditorium 9

## Foredragsholder

Astrid Øvrebø, [astrid.oevreboe@gmail.com](mailto:astrid.oevreboe@gmail.com)

## Sammendrag

Dette innlegget tar utgangspunkt i min egen livshistorie, og redegjør for en form for musikkbasert habilitering, og hvordan min virksomhet har hjulpet meg til å mestre et komplekst og sammensatt hørselstap som strekker seg helt tilbake til småbarnsalderen. I tillegg vil jeg argumentere for at min musikkopplæring har utviklet mitt grunnlag for språkutvikling, med utgangspunkt i nyere forskning på sammenhengen mellom musikk og språksenteret i hjernen. Jeg ble født ensidig døv, men led av manglende oppfølging fra helsevesenet. Gjennom mitt eget langvarige engasjement med musikk både som utøvende fiolinist, musikkpedagog, formidler, og ivrig konsertgjenger, har min musikkforståelse fungert som en uunnværlig ressurs. Gjennom intonasjon og lyttetrening har jeg utviklet den resterende hørselen min. Samspill med andre har gitt meg en sosial tilhørighet. Først sent i voksen alder ble jeg kjent med kurstilbudene på HLF Briskeby/HLF Rehabilitering, og kunne tilegne meg kunnskap om mitt eget hørselstap. Gjennom denne kunnskapen har jeg siden forstått hvilken rolle musikk har spilt i min egen utvikling, både sosial og kognitivt.

Jeg ønsker med dette innlegget å rette søkelyset på behovet for hørselskompetanse i musikkterapifeltet, og at musikkbasert hørselshabilitering gjenstår som et løfterikt, men lite utforsket fagområde.

## Referanser

Brean, A., Skeie, G.O. & Sandemose, I. (2019). *Musikk og hjernen: om musikkens magiske kraft og fantastiske virkning på hjernen*. Cappelen Damm.

Hennessy, S., Mack, W.J. & Habibi, A. (2022). Speech-in-noise perception in musicians and non-musicians: A multi-level meta-analysis. *Hearing Research*, 416, 108442.

Williams, K. C. & Keeping, D. (2018). *Hørselstap - stress og mestring*. Gyldendal.