

Musiktherapie - Kommunikation mit Tönen und Klängen

„Wo die Sprache aufhört, fängt die Musik an.“

(E.T.A. Hoffmann)

Die Musiktherapie arbeitet in der Kurpark Klinik, Dr. Lauterbach Klinik vor allem mit Patienten aus dem Fachbereich Psychosomatik. Patienten mit unterschiedlichsten Krankheitsbildern, wie zum Beispiel Depression, Burn-Out-Syndrome, Angst-, Zwangs- und Schmerzstörungen, können verschiedene Musiktherapieformen für sich erleben und entdecken. In der Klinik werden zwei Formen der Musiktherapie angeboten und durchgeführt. Zum einen die rezeptive, oder auch passive Musiktherapie genannt, und zum anderen die aktive Musiktherapie.

Das Ziel der rezeptiven Musiktherapie ist die Wahrnehmung zu fördern. Das Wahrnehmungstraining, mithilfe gezielter Auswahl von Instrumentalmusik durch den Musiktherapeuten, ermöglicht es durch bewusstes Hören von Musik den Körper, die Gedanken und Emotionen deutlicher wahrzunehmen oder auch neu zu entdecken, bzw. wiederzuentdecken. Gezielte Anleitung ermöglicht es, dies auch für sich zuhause weiterhin zu nutzen und damit ressourcenfördernd selbstständig Einfluss zu nehmen. Die Wahrnehmung der Musik wird von der individuellen Musikpräferenz mit beeinflusst.

Die aktive Musiktherapie kann in Gruppen, sowie auch im Einzelsetting stattfinden. Der Patient ist durch das eigene Spiel (Improvisation) an verschiedenen Rhythmus- und /oder Melodieinstrumenten aktiv beteiligt. Die aktive Musiktherapie wird als ein nonverbales Ausdrucksmittel zur Verfügung gestellt. In der aktiven Musiktherapie kann der Patient sich erspüren, sich fühlen, sich wahrnehmen und diese Punkte fördern, neu-, sowie auch wiederentdecken. Durch ein vom Musiktherapeuten geleitetes reflektiertes Nachgespräch kann das Erlebte mitgeteilt werden. Die eigenen Verhaltensweisen, Emotionen, sowie auch Kommunikationsmuster werden dadurch selbst wahrgenommen und gehört und sie können dem Therapeuten und den Mitpatienten hörbar und damit auch einer Bearbeitung zugänglich gemacht werden. Die Improvisationen in der Musiktherapie können auch symbolischer Ausdruck für Blockierungen, Ängste, Panik, Krisen oder Konflikte sein. Durch das Improvisieren am Instrument findet ein Probehandeln statt, bei dem neue Emotionen wahrgenommen werden können und Verhaltensweisen in einem geschützten Rahmen erfahrbar gemacht werden können. Zusätzlich wird die Körpersprache und Mimik in das Spiel miteinbezogen und bewusst eingesetzt und bewusst erlebt.

In den Einzeltherapien stehen die Improvisationen im engen Zusammenhang zu aktuellen Themen oder auch Situationen des Patienten.

Für die aktive Musiktherapie ist es nicht nötig eine musikalische oder instrumentale Vorbildung zu besitzen, da die Musiktherapie keinerlei Ansprüche an musikalische Fähigkeiten oder Virtuosität stellt.

Ilka Waldmann

Diplom – Musiktherapeutin (FH,MA)