

Was ist Musiktherapie?

Musiktherapie ist eine Therapieform mit dem Medium Musik. Sie bietet die Möglichkeit sich ohne Worte auszudrücken. Zu tiefen Gefühlen, die besonders im Kindes- und Jugendalter nicht artikulierbar sind, kann ein Zugang gefunden werden.

Instrumente verschiedenster Art können zum Klingen gebracht werden. Dabei sind keine Vorkenntnisse notwendig.

Dem Klienten wird ein Raum zum Spielen mit Klang und Rhythmus angeboten.

Die Therapeutin/der Therapeut befindet sich dabei in der Rolle der Begleiterin bzw. der Strukturgebenden. Dem Klienten ermöglicht dies die Erfahrung von Gehört werden und Resonanz – neue Handlungswege werden sichtbar.

Musiktherapie bietet neue Lösungswege für alltägliche Konflikte. Dabei befindet sich der Klient im therapeutischen Rahmen in einem geschützten Erprobungsraum.

Selbstwahrnehmung, Selbstvertrauen und die Auseinandersetzung mit Mitmenschen im Alltag werden gefördert.

Eine angstfreiere Entwicklung begleitet von verbesserter Handlungsfähigkeit wird ermöglicht.

Für wen ist Musiktherapie?

Musiktherapie sinnvoll für Kinder

- ÿ Mit Freude am Musizieren
- ÿ Mit emotionalen Problemen (Ängstlichkeit, aggressiven Tendenzen, Gehemmtheit, unverarbeiteter Trauer, Depression etc.)
- ÿ Mit Schwierigkeiten im Sozialverhalten
- ÿ Mit Schulschwierigkeiten (Konzentrationsschwäche, übergroßer Bewegungsdrang, Versagensangst)

Was sind die Ziele der Musiktherapie?

- ÿ Einen Zugang zur Musik erleben, ohne überfordernden Leistungsanspruch
- ÿ Die emotionale Erlebnisfähigkeit und Beziehungsfähigkeit verbessern
- ÿ Lösen von körperlichen Spannungen, „zur Ruhe kommen“
- ÿ Ausdrücken von starken Gefühlen, wie Wut, Ärger, und Zorn
- ÿ Wahrnehmung fördern
- ÿ Konzentration fördern
- ÿ Selbstwert steigern
- ÿ Freude am Musizieren zum Ausgleich der gesamten Persönlichkeit

Welche musiktherapeutischen Angebote gibt es?

Gruppentherapie:

Innerhalb der Gruppe kann spielerisch erlebt und gelernt werden.

Durch gemeinsames Musik machen werden Selbstvertrauen gesteigert sowie Konzentration und Kreativität gefördert. Gemeinsames Musizieren macht Spaß und baut Spannungen ab (siehe hierzu auch die Ziele der Musiktherapie).

Einzeltherapie:

In der Einzeltherapie wird ein besonders geschützter Rahmen geboten, indem das Kind sich angenommen und aufgehoben fühlen kann.

Diese Art der Therapie richtet sich vor allem an Kinder, die besonderer Aufmerksamkeit bedürfen, und für die ein Gruppensetting nicht angemessen erscheint.

Auch wenn offensichtlich ist, dass das Kind emotionale Probleme hat, die es alleine nicht bewältigen kann, ist eine Einzeltherapie sinnvoll bzw. ratsam.