

Einsatz von Musik(-instrumenten) zur bio-psycho-sozialen Unterstützung bei CED

„Die Musik drückt das aus, was nicht gesagt werden kann und worüber es unmöglich ist zu schweigen“ Sehr viele Psychotherapeuten können diesen Satz von Victor Hugo für sich bestätigen und setzen deshalb in Ihrer Arbeit Musik (-instrumente) ein, sei es bei Meditationen, Entspannungsübungen, Phantasie Reisen usw. Die Auswahl der Musik geschieht dann meist zufällig oder nach Neigung des Therapeuten.

In dem Workshop soll am Beispiel des Klangs demonstriert und erfahren werden, welchen Einfluss die Musik auf den Körper und das innere Erleben hat. Man muss kein Musiktherapeut sein, um mit Klanginstrumenten (Klangschalen, Monochorde, Körpertambura, Gongs etc.) zu arbeiten, da sie leicht zu erlernen und schnell spielbar sind.

Der Einsatz von Instrumenten/Musik bei CED-Patienten dient der Krankheitsverarbeitung, wobei die Erhaltung und Steigerung der Lebensqualität im Vordergrund stehen. Dazu gehören

- das **Containment** (das Auffangen und Halten des Klienten mit dem Ziel, Gefühle und Erlebnisse in Worte fassen zu können);
- die **Bewältigung von Stress**;
- die Stärkung der **Resilienz** durch Aktivierung und Mobilisierung der eigenen **Ressourcen**;
- die Entwicklung von **Copingstrategien**;
- die **nichtmedikamentöse Schmerzbehandlung**.

Entsprechende Instrumente werden gestellt.