



SOKRATES  
Gesundheitszentrum Bodensee

# IN EINKLANG KOMMEN

*Musiktherapie im Ambulatorium*

## KONTAKTADRESSE

Sokrates Gesundheitszentrum Bodensee

Im Park 3 | CH-8594 Güttingen

Telefon: +41 (0)71 694 55 44 | Fax: +41 (0)71 694 55 45

praxis@klinik-sokrates.ch | www.klinik-sokrates.ch



## **HEIL SEIN IST MEHR ALS GESUND SEIN**

Es bedeutet in Einklang zu kommen mit sich selbst, mit anderen, mit der Schöpfung und mit Gott.

Musik ist ein hervorragendes Mittel, um sich an den ursprünglichen Heilstrom anzuschliessen, die eigene Lebensmelodie wieder zu finden und Genesung zu erfahren.

Das enorme Heilungspotential der Musik erschliesst sich besonders dann, wenn man sich ganz auf sie einlässt. Dies wird in einem wohltuenden Raum im Rahmen einer vertrauensvollen therapeutischen Beziehung möglich.

Musik hat einen grossen Einfluss auf die Befindlichkeit, wirkt regulativ auf das vegetative Nervensystem und beeinflusst Körperrhythmen und Gehirntätigkeit.

Daher findet sich Musiktherapie heute in vielen Rehabilitationseinrichtungen und Spitälern, wo sie bis ins 17. Jahrhundert ganz selbstverständlich als Schwester der Medizin dazu gehörte.



## **MUSIK VERBINDET, TRÄGT, TRÖSTET UND VERSÖHNT**

Es gibt für alles eine Musik und manches Mal liegt das Geheimnis in ihrem Verklingen oder der dahinterliegenden Stille.

In der Musiktherapie ist es nicht erforderlich ein Instrument spielen zu können oder sich für musikalisch zu halten. Das Interesse an neuen Erfahrungen genügt.

Zahlreiche Musikinstrumente aus der ganzen Welt und die menschliche Stimme helfen dabei, für nahezu jede seelische Belastung den passenden Ausdruck zu finden.

Allein der gezielte und achtsame Umgang mit Klängen, Tönen, Rhythmen und Schwingungen kann zu einer Klärung und Harmonisierung führen und damit das innere Gleichgewicht wieder herstellen.

Dies hat nachweislich positive Auswirkungen auf das Immunsystem und stärkt die Selbstheilungskräfte.



## MUSIKTHERAPIE IST GEEIGNET, UM

- Krankheiten und Lebenskrisen besser zu bewältigen
- medizinische Behandlungen zu unterstützen
- traumatische Ereignisse zu verarbeiten
- belastende Gefühle wie Angst, Ärger und Trauer zu wandeln
- Sinn und Bedeutung von Krankheit und Leid zu finden
- Vertrauen in die eigenen Selbstheilungskräfte zu gewinnen
- Hoffnung, Trost, Sinn und Orientierung zu erfahren
- Entspannungszustände zu fördern

## Anwendungen

- freie und geleitete Improvisation
- Klangwiegen-Tiefenentspannung
- Klangwoege
- Klangreisen
- Klangschalen-Behandlung
- Klangmeditationen
- Klangtrancen
- Heilsames Singen
- Atem und Stimme
- Trommeln
- Didgeridoo
- Alphorn
- Aktives Musikhören
- Naturschallbehandlung
- Musik und Imagination
- musikalisches Lebenspanorama



## **WAS ERWARTET SIE BEI UNS?**

Eine Musiktherapiesitzung beginnt in der Regel mit einem Vorgespräch, in dem das Anliegen vorgebracht wird. Entsprechend der Thematik erfolgt ein musikpraktischer Teil, in dem das Hören, Spielen und Spüren im Vordergrund stehen. Im Nachgespräch wird das Erlebte reflektiert und in den Zusammenhang zur gegenwärtigen Lebenswirklichkeit gestellt. Häufig erhält der Patient noch CDs und Arbeitsmaterial mit nach Hause.

## **WIR SIND SPEZIALISIERT AUF DIE BEHANDLUNG VON**

- Krebserkrankungen und deren Folgen
- Multiple Sklerose
- Chronischen Schmerzen
- Tinnitus
- Depressionen und Burnout
- Posttraumatischen Belastungsstörungen
- Angststörungen
- Schlafstörungen
- Aphasie
- Kontakt- und Beziehungsstörungen
- Sprach- und Stimmstörungen
- Sinn- und Lebenskrisen



## DIE KLANGWOGGE

Die Klangwooge ist eine ergonomisch geformte Entspannungsliege, bei der mit den unter der Liegefläche installierten Resonatoren, Musikklänge in spürbare Vibrationen umgewandelt werden.

Der ganze Körper hat Kontakt mit dem Instrument und kann mit der Musik und den Klängen mitschwingen.

Mit diesem «Musikbad» werden ihre Körperzellen, ihr Gemüt und Immunsystem auf angenehme Weise vitalisiert. Mit der Klangwooge gelingt es den meisten Menschen den Alltag hinter sich zu lassen und intensiv zu entspannen.



## DIE KLANGWIEGE

Die Klangwiege ist eine Weiterentwicklung des Monochords, das bereits im 6. Jahrhundert von Pythagoras verwendet wurde, um die Naturgesetze von Harmonie und Resonanz zu erforschen. Die von uns verwendete Klangwiege hat 36 seitlich auf einen gewölbten Holzkörper aufgespannte Saiten, die im Quintabstand zueinander gestimmt sind. Der Patient kann sich in den Resonanzraum hineinlegen und erfährt darin eine feine und natürliche Stimulation, die den ganzen Körper durchdringt. Dadurch werden Stoffwechsel, Durchblutung und die Regeneration der Zellen angeregt.

Der vielschichtige obertonreiche Klangteppich führt zu einem akustischen Klangerlebnis, das tief in der Seele berühren kann. Häufig wird schon nach wenigen Minuten eine heilsame Tiefenentspannung erreicht, bei der Belastendes abfällt und Einklang erfahrbar wird. Die Klangwiegenbehandlung wirkt reinigend, belebend, energieausgleichend, sanft und lichtvoll öffnend, also heilend im ganzheitlichen Sinne.



## THOMAS SCHRÖTER

Musiktherapeut DMtG  
Dipl.-Sozialpädagoge  
Heilpraktiker für Psychotherapie (D)  
Weiterbildung in musiktherapeutischer  
Schmerztherapie (Heidelberg)  
t.schroeter@klinik-sokrates.ch

*«Freuen Sie sich mit mir auf eine nebenwirkungsfreie Therapie aus einer nahezu unerschöpflichen Kraftquelle.»*

---

Wir sind Mitglied im Netzwerk der «singenden Krankenhäuser» und als singende Gesundheitseinrichtung ausgezeichnet.

