

VERANSTALTUNGEN

Mit Musiktherapie zur eigenen Stärke

Lernen mit Rheuma zu leben ist leichter gesagt als getan. Es gibt hierzu viele Tipps, Trainings und Konzepte, um den Verlauf und das Wohlbefinden zu beeinflussen.

Doch was passt für mich selbst? Was bedeutet der Begriff „Lebensqualität“ eigentlich für mich?

Musiktherapie ist der gezielte Einsatz von Musik im Rahmen der therapeutischen Beziehung zur Wiederherstellung, Erhaltung und Förderung seelischer, körperlicher und geistiger Gesundheit. Sie steht in enger Wechselwirkung zu verschiedenen Wissenschaftsbereichen, insbesondere der Medizin, den Gesellschaftswissenschaften, der Psychologie, der Musikwissenschaft und der Pädagogik. Eingesetzt wird Musiktherapie bei Patienten jeden Alters und bei den verschiedensten Krankheitsbildern und Problemfeldern.

So unterschiedlich wie Musik und Klang von Mensch zu Mensch wahrgenommen wird kann in der Musiktherapie ein individueller Weg entdeckt werden, der zu eigener Stärke (zurück)führt.

Dies geschieht einerseits durch den Einsatz sogenannter rezeptiver Verfahren,

beispielsweise zur Entspannung, ohne dabei aufwändige Anweisungen befolgen zu müssen.

Andererseits werden in diesem psychotherapeutischen Konzept durch das eigene spielerisch-kreative Entdecken



von Klängen und Rhythmen gemeinsam mit dem Therapeuten die persönlichen Ressourcen entwickelt und gestärkt. Eine besondere Rolle nimmt die Suche nach Antworten auf die Frage ein „was hemmt mich eigentlich in meinem Alltag?“. Gerade der nonverbale, erlebnisorientierte Ansatz der Musiktherapie besitzt hier besondere Vorteile gegenüber vielen anderen Methoden.

Der Vortrag mit vielen Praxisbeispielen und Interaktion findet in den Räumen des Instituts für Musiktherapie an der Hochschule für Musik und Theater statt. Der dort tätige Dozent und Dipl. Musiktherapeut Christoph Salje führt sie in die Welt eines im Gesundheitswesen weit verbreiteten Verfahrens, das für viele Menschen noch immer relativ unbekannt ist.

Leitung: Christoph Salje (zertifizierter Musiktherapeut)

Wann: **17. Juni 2023** von 15 – 17 Uhr

Wo: Institut für Musiktherapie
Hochschule für Musik und Theater Hamburg
Harvestehuder Weg 12, 20148 Hamburg

Kosten: 15€ für Mitglieder und 20€ für Nicht-Mitglieder

☞ Anmeldungen übers Sekretariat der Geschäftsstelle 040-6690765-0 oder info@rheuma-liga-hamburg.de