

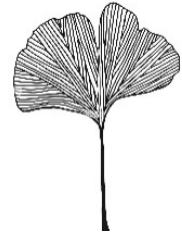
Musiktherapie Gruppe für Erwachsene

Wo: Praxisgemeinschaft Fröbelgasse, Fröbelgasse 15, 1160 Wien

Wann: jeweils Donnerstag, 16:30 – 17:45 Uhr (75 Minuten)

Kosten: 40€ (bei 4 Personen), 35€ (bei 5 Personen), 30€ (bei 6 Personen)

Teilnehmer:innenzahl: 4–6 Personen



Keine musikalischen Vorkenntnisse erforderlich.

Musiktherapie ist eine wissenschaftlich-künstlerische und ausdrucksfördernde Therapieform, die im Einzel- oder Gruppensetting angeboten wird. Es wird Musik gespielt und Musik angehört. Zwischen musikalischen Phasen versuchen wir das Erlebte in Worte zu fassen. Daraus ergibt sich ein Prozess, der den Menschen besonders auf seinen non-verbalen und emotionalen Ebenen anspricht und einen Entwicklungs- und Verstehensprozess der eigenen Persönlichkeit anregt.

Ein sicherer therapeutischer Rahmen und die Verschwiegenheit unter den Teilnehmenden ermöglichen die Erfahrung eines Halt-Gebenden Raumes, in dem Neues ausprobiert, erlebt und ins eigene Leben integriert werden kann.

Für wen ist die Musiktherapie Gruppe?

Die Musiktherapie Gruppe richtet sich an Menschen, die psychisch belastet oder erkrankt sind und die sich im Rahmen einer kleinen, therapeutischen Gruppe mit Themen der zwischenmenschlichen Interaktion, Kontaktgestaltung und dem Erspüren, kreativen Ausdrücken und Teilen von Emotionen und Gefühlsstimmungen auseinandersetzen möchten.

Inhalt der Musiktherapie Gruppe:

- Erfahrung eines sicheren, therapeutischen Rahmens in der Gruppe
- Gemeinsames musikalisches, kreatives Gestalten
- Musikalische Spiele und Übungen zu bestimmten Themen
- Zuhören, was klingt – Nachlauschen, was da ist
- Gespräche, um das Erlebte in Worte zu fassen

Um welche Fragen und Themen kann es gehen:

- Wie erlebe ich mich in einer Gruppe?
- Was hören die anderen von mir?
- Wie gestalte ich Kontakt?
- Wie klingt es, wenn wir aufeinander achten?
- Wie klinge ich, wenn ich laut / leise / provozierend / kräftig / selbstbewusst / traurig / wütend / freudig etc. bin?

Ich freue mich, wenn Sie teilnehmen möchten.

Bei Interesse oder Fragen melden Sie sich bitte direkt bei mir unter praxis@musiktherapie-riedl.at

Mag.^a Hannah Riedl