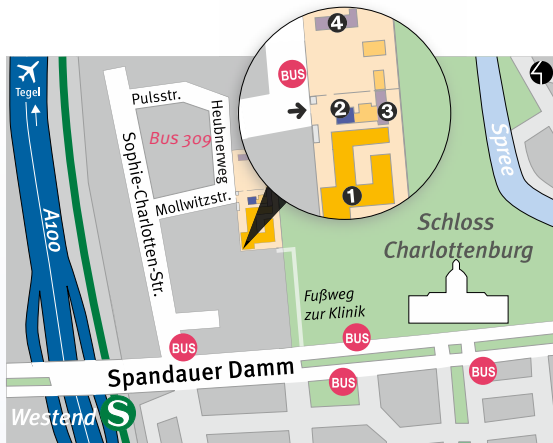


So finden Sie zu uns

THERAPIE  ZENTRUM

AM SCHLOSSPARK



① Schlosspark-Klinik ② Hotel ③ Ärztehaus ④ Haus E

FAHRVERBINDUNGEN

S-Bahn 41, 42, 46	bis Bahnhof Westend, dann umsteigen auf Buslinie 309 (oder 10 Minuten Fußweg)
U-Bahn 2	bis Sophie-Charlotte-Platz, dann umsteigen auf Buslinie 309
U-Bahn 7	bis Wilmersdorfer Straße, dann umsteigen auf Buslinie 309
Bus M45	bis Sophie-Charlotten-Straße, dann umsteigen auf Buslinie 309 (oder 10 Minuten Fußweg)
Bus 309	Schlosspark-Klinik

Therapiezentrum am Schlosspark
Leiter André Koberstaedt
Heubnerweg 2, 14059 Berlin
Telefon: (030) 32 64-11 30
Telefax: (030) 32 64-11 39
E-Mail: info@tzpark.de
Internet: www.tzpark.de



MUSIKTHERAPIE



**Improvisierte Musik: aktiv und ohne
Noten - entspannt, belebt, verbindet**

Ein Unternehmen der  SCHLOSSPARK  KLINIK

Mit Musik Gesundheit stärken und die Lebensfreude steigern

Stress und Spannungen können uns belasten und auf Dauer krank machen. Auch aufgestaute Gefühle der Wut und Trauer können Angst machen und einengen. Das Musikmachen ist eine Möglichkeit, Spannungen zu lösen und auch in schwierigen Situationen den Kontakt zu den Gefühlen zu bewahren.

Bei der improvisierten Musik gibt es keine Noten und doch entstehen Formen und Ordnungen voll Schönheit, die sich spontan bilden. Diese Musik ist neu, in gewissem Maße unvorhersehbar und unwiederholbar. So kann man das Grübeln sein lassen und ganz in der Gegenwart ankommen.

Nach dem Spiel wird in der Gruppe das Erlebte reflektiert: Was war zu hören? Gab es Entwicklung? Wie war der Schluss? In was für einer Situation hat man sich befunden? Welche Gefühle wurden wach? Wie haben diese sich ausgedrückt? Kenne ich solche Gefühle aus anderen Situationen? Lässt sich daraus ein neues Stück entwerfen, eine neue Art des Umgangs?

Es sind keinerlei musikalische Vorkenntnisse oder Talente nötig. Voraussetzung ist lediglich die Lust oder Neugier, Musik zu erfahren.



Kursinhalte

- Grundelemente des Musikalischen, Rhythmus, Klang, Dynamik
- Improvisieren - wie geht das?
- Umgang mit verschiedenen Musikinstrumenten
- Evtl. Einsatz der Stimme

Wahrnehmung und Kommunikation verbessern:

- Hörübungen, mit Gefühl spielen, Bodypercussion
- Ausdrücken und sich beeindrucken lassen
- Führen, folgen, stützen, Hintergrund gestalten, Vordergrund ausfüllen
- Emotionen erkennen und benennen

Kursleitung:

Die Kurse werden von erfahrenen und einfühlsamen Musiktherapeuten durchgeführt - Dorothée Wiese und Michael Holzheimer freuen sich auf Sie.

Termine und Kosten

Tag und Uhrzeit: donnerstags, 17.00 bis 18.30 Uhr
 Kursbeginn: auf Anfrage
 Teilnehmer: max. 10 Personen
 Preis: 90 Euro / 6 Termine à 90 Min.

Info / Anmeldung:

Stefanie Franke
 Therapiezentrum am Schlosspark
 Heubnerweg 2, 14059 Berlin

 (030) 3264-1130