

## **Was ist Musiktherapie?**

---

Anliegen der Musiktherapie ist es, Menschen mit Musik zu bewegen und Musik zur Heilung einzusetzen. Über das Hören öffnet die Musik die Tür zum Innersten des Menschen und fördert die Sinneswahrnehmungen und deren Verarbeitung.

Als Kunst, die sich innerhalb der Zeit gestaltet, hat die Musik ein besonderes Verhältnis zur Entwicklung und zum Werden eines Menschen. Musik ist in der Lage, Sprache zu ergänzen oder zu ersetzen. Sie weckt Gefühle und kann Gefühle zum Ausdruck bringen. Musik erregt Interesse und motiviert zu Kreativität, sie schafft Gemeinschaftsgefühl und Verbundenheit, sie aktiviert Bewegung, sie ist körperlich spürbar. Durch die spielerischen Erfahrungen an Instrumenten, mit der eigenen Stimme und im Umgang mit den musikalischen Elementen Melodie, Harmonie und Rhythmus wird ein therapeutisch-kreativer Prozess in Gang gebracht, welcher aufbauend und heilend wirkt. Musiktherapie ist, wie Kunsttherapie im Allgemeinen, eine prozessorientierte Arbeit an sich selbst.