

## **Musikatelier / Musiktherapie**

### **Musik berührt - Musik bewegt - Musik verbindet**

Im lustvollen Spielen mit der Stimme und auf verschiedensten Instrumenten können körperliche Befindlichkeiten, Gefühle und belastende Themen ohne Worte ausgedrückt werden und sich verändern.

### **Wer kann mitspielen?**

Dieses Angebot richtet sich an Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit speziellen Themen wie:

- Auffälligkeiten im Verhalten und in der Stimmung
- Wahrnehmungsprobleme
- Kontakt- und Beziehungsschwierigkeiten
- Belastende Lebenssituationen
- Sprach- und Sprechschwierigkeiten
- Lernprobleme, Prüfungsangst, Schulverweigerung
- Entwicklungsverzögerungen
- körperlicher oder geistiger Behinderung

Es sind keine speziellen musikalischen Vorerfahrungen oder -kenntnisse erforderlich.

### **Was kann erreicht werden?**

Im gemeinsamen Musik-Spiel wird es möglich, Anerkennung und Wertschätzung zu erfahren, eigene Ressourcen zu entdecken und Zugang zum persönlichen schöpferischen Potential zu finden. Entsprechend vorhandener Möglichkeiten werden verschiedene Ziele angestrebt:

- Anregung und Vertiefung der Wahrnehmungs- und Erlebnisfähigkeit
- Erweiterung und Differenzierung des Ausdrucks- und Kommunikationsverhaltens
- Anregung und Stärkung der Selbstwahrnehmung, des Selbstbewusstseins, der Selbstverantwortung
- Kennenlernen eigener Ressourcen und schöpferischer Fähigkeiten
- Förderung der sozialen Kompetenz
- Aufbau von innerem Halt und Strukturen, Stärkung der Konzentrationsfähigkeit
- Verarbeitung und Integration von schwierigen Erfahrungen
- Finden von Ruhe und Entspannung, Freude und Lebenslust

## Wie und was wird gespielt?

Die Therapeutin stimmt ihre Arbeitsweise einfühlsam auf das Alter, den individuellen Entwicklungsstand und die jeweilige Befindlichkeit des Gegenübers ab. Es soll sich ganzheitlich mit seinen Schwierigkeiten und seinem Potential angesprochen fühlen. Je nach Situation kann sowohl aktiv mit dem Kind, Jugendlichen oder Erwachsenen als auch rezeptiv für sie Musik gespielt werden. Wenn es möglich ist und sinnvoll ist, wird das dabei Erlebte im Gespräch ausgetauscht. Es kann einzeln oder in der Gruppe gearbeitet werden.

Folgende Formen des Musik-Spiels werden eingesetzt:

- Improvisation: Spielen und Experimentieren mit verschiedenen Musikinstrumenten und der Stimme
- Lieder: Singen, Spielen und Erfinden von Liedern
- Rollenspiel: Szenisch-musikalisches Gestalten von Themen
- Körperzentrierte Musikspiele: Körperwahrnehmung, Bewegung und Entspannung zu Musik
- Imaginatives Musikerleben: Entwickeln von inneren Bildern und Geschichten zu Musik
- Stille: Innehalten, zur Ruhe kommen und Neues entstehen lassen

## Rahmenbedingungen:

Einzellektionen: 40 Min. Fr. 730.- / 50 Min. Fr. 920.- oder 60 Min. Fr. 1110.- pro Semester (Jugendliche)

Gruppen: Nach Rücksprache für drei/vier Kinder: Fr. 345.- pro Semester (50/60 Min.)

Ort: 

- Musikatelier Zugerstrasse 94, 8810 Horgen

Zielgruppe: Kinder, Jugendliche, Erwachsene

➔ Flexibler Einstieg während des Semesters möglich, nach Rücksprache mit der Musiktherapeutin/ Musikschule.

## Anmeldung/Kontakt:

Musikschule Horgen, Seegartenstrasse 12, 8810 Horgen, Tel. 044 725 97 10

Anmeldung über das Anmeldeformular „Instrumental-/ Vokalunterricht“ → zu finden auf der Website [www.musikschule-horgen.ch/schulbetrieb/anmeldung](http://www.musikschule-horgen.ch/schulbetrieb/anmeldung)

**„Musik drückt aus, was nicht gesagt werden kann und worüber zu schweigen unmöglich ist.“**

Victor Hugo