

Information für Patientinnen und Patienten

MUSIKTHERAPIE



Die Musiktherapie ist Teil des umfassenden Behandlungsangebots der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich. Dieses beinhaltet medizinische, pflegerische und therapeutische Behandlungen sowie Beratungen der Sozialen Arbeit.

Psychische Erkrankungen und Krisen können sich darin äussern, dass es keine Worte mehr gibt, um das eigene seelische und körperliche Erleben auszudrücken. Viele Menschen machen in ihrem Leben die Erfahrung, dass sie in ihrem Innern von Musik bewegt werden. Damit arbeiten wir in der Musiktherapie. Beim Musikhören und bei der freien Improvisation hat die Musik die Funktion einer Brücke: Sie kann nach aussen hörbar machen, was sich im Innern regt. Sie kann Menschen verbinden – mittels Sprache ohne Worte. In einer Atmosphäre ohne Leistungsdruck können Stimmungen und Gefühle ausgedrückt und neue Erfahrungen gemacht werden. Musikalische Kenntnisse sind dazu nicht notwendig. Im Vordergrund steht der Prozess des Wahrnehmens und Erlebens, nicht das musikalische Ergebnis.

Im therapeutischen Gespräch können Sie Ihre Erlebnisse und Erfahrungen bearbeiten.

Die Musiktherapie kann Ihnen dabei helfen,

- Ihre Befindlichkeit wahrzunehmen und auszudrücken
- Ihre eigenen Bedürfnisse zu erkennen und ernst zu nehmen
- (verborgene) Fähigkeiten zu entdecken oder zu pflegen
- Spiel- und Experimentierfreude zu erleben
- Konfliktfähigkeit zu stärken
- neue Handlungs- und Kommunikationsmuster zu erproben
- für Momente Distanz zu gewinnen von Schwierigkeiten und Belastungen
- Entspannung und Ruhe zu finden
- mit anderen im musikalischen Spiel in Kontakt zu treten

Die Musiktherapie wird als Einzel- und Gruppentherapie angeboten. Es kommt ein vielfältiges Instrumentarium zum Einsatz.

Direktion Pflege, Therapien und Soziale Arbeit
Therapien und Soziale Arbeit
Musiktherapie

1000/04.2014

Psychiatrische Universitätsklinik Zürich
Direktion Pflege, Therapien und Soziale Arbeit
Therapien und Soziale Arbeit
Lenggstrasse 31, Postfach 1931
8032 Zürich
Telefon +41 (0)44 384 23 80
Telefax +41 (0)44 384 27 21
Zentrale +41 (0)44 384 21 11
info-ats@puk.zh.ch
www.pukzh.ch

Direktorin Pflege, Therapien und Soziale Arbeit:
Rebeka Gemperle