



Foto: Zlatan Durakovic/Fotolia.com

# NATÜRLICH BEHANDELN

## Alternative Heilmethoden: Tier-, Musik- oder Kunst-Therapie

Schwere Traumata wie der Tod eines Partners oder eines Kindes, erlebte Gewalt, aber auch Depressionen, Burn-out und unverarbeitete Konflikte können im wahren Sinne des Wortes „sprachlos“ machen. Hier kann es helfen, auf einer anderen Ebene zu kommunizieren: mit Hilfe von Musik, gestalterischen Elementen oder auch durch die Interaktion mit Tieren.

Klassische Psychotherapie-Verfahren basieren auf der Kommunikation durch Sprache. Gerade wenn es um den Ausdruck von Gefühlen geht, tun sich manche Patienten aber leichter, wenn noch ein weiteres Element dazu kommt: Farbe, Ton, Gips oder Knet bei der Kreativ-Therapie, Töne, Rhythmen und Bässe bei der Kunst-Therapie oder auch Tiere als Co-Therapeuten bei der tiergestützten Therapie.

### DIE KUNST-THERAPIE: MEHR ALS NUR WORTE

„Die Kunst-Therapie arbeitet schwerpunktmäßig mit gestalterischen Mitteln wie Form, Farbe und Material“, betont Manuela Kahle, Beauftragte für Öffentlich-

keitsarbeit beim Deutschen Fachverband für Kunst- und Gestaltungstherapie e.V. (DFKGT). „Dabei fördert sie die Fähigkeit des Menschen, seine Umwelt unmittelbar über die Sinne wahrzunehmen und zu begreifen, und setzt an einem tiefen Grundbedürfnis des Menschen an, sich gestalterisch auszudrücken und mit sich und anderen in Kontakt zu treten.“

Die Kunst-Therapie eignet sich besonders für Menschen, denen es schwerfällt, sich ausschließlich über die Sprache und mit Worten mitzuteilen“, weiß Kahle. „Aber auch für Patienten, die bereits sehr therapieerfahren sind und für die der alleinige Ausdruck im kognitiv-sprachlichen Bereich nicht mehr zur gewünschten Veränderung führt, kann Kunst-Therapie unterstützend sein.“

In Bildern, Farben und Skulpturen können Patienten das ausdrücken, was ihnen über die Sprache allein nicht möglich ist.

„Die gestalterische Tätigkeit ermöglicht dabei den Ausdruck von inneren Bildern, emotionalen Hindernissen, kraftvollen Ressourcen und Ähnlichem“, erklärt Kahle. „Durch die Auseinandersetzung mit der eigenen Gestaltung und der Sensibilisierung für ihre Bedeutung entstehen neue Möglichkeiten in der Kommunikation mit sich selbst und mit anderen.“ Die positive Wirkung von Kunst-Therapie ist bereits in vielen wissenschaftlichen Studien belegt und in etlichen medizinischen Leitlinien verankert. Die Berufsbezeichnung „Kunst-Therapeut“ ist bislang nicht geschützt. Das heißt, praktisch jeder, der sich dazu berufen fühlt, darf sich Kunst-Therapeut nennen. „Die Berufsverbände betreiben aber Qualitätssicherung und ermöglichen eine Mitgliedschaft nur bei der Einhaltung von Aufnahme-

standards“, erklärt Kahle. Eine

Therapeutenliste gibt's zum Beispiel im Internet auf den Seiten von [www.kunsttherapie.de](http://www.kunsttherapie.de).

„Unter Musik-Therapie versteht man den gezielten Einsatz von Musik im Rahmen der therapeutischen Beziehung zur Wiederherstellung, Erhaltung und Förderung seelischer, körperlicher und geistiger Gesundheit“, erklärt Judith Brunk von der Deutschen Musiktherapeutischen Gesellschaft e.V. (DMtG).

### MUSIK-THERAPIE: ARBEIT MIT TÖNEN

„Musik-Therapie ist sinnvoll für alle Patienten, die für sprachlich basierte psychotherapeutische Verfahren nicht zugänglich sind oder die ihre Gefühle nur schwer über Sprache äußern können“, weiß Brunk. „Das sind zum Beispiel Patienten, die schwere Traumata erlebt haben, Patienten mit neurologischen Erkrankungen wie Schädel-Hirn-Traumata, Wachkoma oder auch Schlaganfall, Kinder mit autistischen Störungen, aber auch bei Demenz, Depression und Schizophrenie.“ Musik-Therapie wirkt über den Sinn „Hören“, aber auch über



Foto: freshidea/Fotolia.com

das „Fühlen durch Rhythmus und Bass“. „Je nachdem, welche Musikelemente eingesetzt werden, kann Musik-Therapie ausgleichend und beruhigend, aber auch anregend wirken“, weiß Brunk. Auch über die positiven Wirkungen von Musik-Therapie liegen bereits viele wissenschaftliche Studien vor, die in mehreren medizinischen Leitlinien verankert sind. Die Berufsbezeichnung Musik-Therapeut ist derzeit nicht geschützt. „Man kann sich mit einer Weiterbildung von zwei Monaten Musik-Therapeut nennen“, erklärt Brunk. „Aufgrund der derzeit unregelmäßigen Situation hat die DMtG ein eigenes Zertifizierungssystem geschaffen, um nach unseren Standards ausgebildete Therapeuten kenntlich zu machen und damit den Patienten, aber auch Arbeitgebern ein verlässliches Kriterium zur Qualitätssicherung an die Hand zu geben.“ Eine Liste zertifizierter Musik-Therapeuten, nach Postleitzahlen sortiert, findet man unter [www.musiktherapie.de](http://www.musiktherapie.de).

oder Abneigung Tieren gegenüber besitzt, für eine therapeutische Arbeit mit Tieren geeignet. „Es gibt bisher nur wenige langfristige Evaluationsstudien zu den Effekten tiergestützter Intervention“, erklärt Kraftan. „Es gibt aber durchaus Studien, die die positiven Effekte von Tieren auf die Gesundheit von Menschen sehr nahelegen.“ Auch hier wird für die Auswahl des Therapeuten größere Aufmerksamkeit benötigt. „Da die Berufsbezeichnung nicht geschützt ist, kann eigentlich jeder, der therapeutisch oder pädagogisch arbeitet und sein Tier mit einsetzt, dieses als ‚tiergestützte Arbeit‘ bezeichnen“, beklagt Kraftan. „Hier ist es für den Berufsverband ausschlaggebend, ob eine Weiterbildung bei einem durch ISAAT oder ESAAT zertifizierten Institut erfolgt ist.“ Eine Liste mit Therapeuten findet man unter [www.tiergestuetzte.org](http://www.tiergestuetzte.org). *Anja Lang*

**TIERGESTÜTZTE THERAPIE:  
PFERD ALS CO-THERAPEUT**

Tiere können „ohne Worte“ einen emotionalen Zugang zu Menschen schaffen. „Die tiergestützte Therapie ist dabei Bestandteil der Arbeit eines professionell ausgebildeten Therapeuten“, erklärt Hartmut Kraftan, Vorstandsvorsitzender vom Berufsverband Tiergestützte Therapie, Pädagogik und Fördermaßnahmen e. V. „Das Tier fungiert hier als eine Art Co-Therapeut.“ Im Grunde genommen ist jeder Patient, der keine Allergie, Phobie

**Info**

**WER ZAHLT KUNST-,  
MUSIK- ODER TIERGESTÜTZTE  
THERAPIE?**

Derzeit werden die Kosten von Kunst-, Musik- oder auch tiergestützter Therapie im ambulanten Bereich nicht von den gesetzlichen Krankenkassen bezahlt. Anders ist das, wenn die Therapie im Rahmen eines stationären Klinikaufenthalts stattfindet. Hier übernehmen die Kassen die Kosten in der Regel komplett. *jal*



In Europa war Johann Wolfgang von Goethe einer der Ersten, der sich intensiv mit der Wirkung der Farben auf die menschliche Psyche beschäftigte. Foto: Sandra Thiele/ Fotolia.com

Kassenärztliche Vereinigung Baden-Württemberg  
**Medcall**  
 Ihr Rufservice rund um die Gesundheit  
 Ihr Wegweiser zu Ärzten und Therapeuten in Baden-Württemberg  
 ☎ 0 18 05 – 6 33 22 55  
 (0,14 € / Min. aus dem dt. Festnetz, Mobil max. 0,42 € / Min.)  
**Montag bis Donnerstag 8 bis 16 Uhr, Freitag 8 bis 12 Uhr**  
[www.kvbawue.de/medcall](http://www.kvbawue.de/medcall)  
**Unser Team – ausschließlich medizinisches Fachpersonal – unterstützt Sie neutral, sachlich und qualifiziert bei der Suche nach einem wohnortnahen Arzt oder Psychotherapeuten. Sie werden über die Diagnose- und Therapiemöglichkeiten der Praxen sowie über die Strukturen des Gesundheitswesens und die Leistungen der gesetzlichen Krankenkassen informiert.**

**Institut für Mammadiagnostik  
Esslingen**  
 Dr. med. Johannes Herrmann  
**Komplette Mammadiagnostik aus  
einer Hand**

- digitale Mammographie
- hochauflösende Mamma-Sonographie
- 3-D-Ultraschallscanner
- Kernspintomographie (in Kooperation)
- Brustkrebs-Früherkennung und Nachsorge
- Knochendichtemessung

Hirschlandstr. 93  
 73730 Esslingen [www.imze.de](http://www.imze.de)  
 Tel. 07 11/30 51 10 30 [anmeldung@imze.de](mailto:anmeldung@imze.de)

Alternativmedizinische Privatpraxis  
  
**ALLERGIE-  
KOMPETENZ-  
PRAXIS**  
 STUTTGART  
**Schmerz-  
ursache  
Allergie!**  
 Wir unterstützen Sie ganzheitlich und mit alternativ-medizinischen Methoden bei der Diagnose und Behandlung von Allergien und Unverträglichkeiten.  
 Esslinger Straße 40 • 70182 Stuttgart  
 Nähe Charlottenplatz  
 Telefon 0711 / 51 89 65 63  
[info@dr-bettina-lang.de](mailto:info@dr-bettina-lang.de)

**ROTHENBACHER  
ZAHNTECHNIK  
GMBH**  
 Kiesweg 15  
 Postfach · 73257 Köngen  
 Telefon 07024 - 983350  
 Freecall 0800 - 3833500  
  
**Sie brauchen Zahnersatz?**  
 Wir sind mit neuester Technik ausgestattet und beraten Sie gerne!  
[www.rothenbacher-zahntechnik.de](http://www.rothenbacher-zahntechnik.de)