MUSIKALISCHER FACHDIENST

Beate Henle-Schabacker

»Musik ist meine Leidenschaft«

März 2025

Musik bewegt Menschen auf ganz vielen verschiedenen Wegen:
Musik löst Emotionen aus, Musik kann beflügeln, glücklich stimmen, beruhigen, entspannen, Erinnerungen wachrufen und sogar Schmerzen lindern. Musik kann Depressionen vorbeugen. Sie kann auch die Durchblutung auf ähnliche Weise wie Medikamente verbessern und den Spiegel stressbedingter Hormone senken.
Es ist erwiesen, dass durch Musik, besonders aber durch das eigene Musizieren Neuvernetzungen der Nervenzellen im Gehirn gebildet werden. Diese bleiben dem Menschen ein Leben lang erhalten.
Musik ist mächtig, weil sie als universelle Sprache Gefühle wecken und damit zielgerichtet eingesetzt werden kann.
Dabei kann der Einfluss von Musik auf die Kommunikationsfähigkeit helfen, denn Musik ermöglicht uns den Zugang zum Ausdruck unserer Gedanken und Gefühle, auch ohne Worte.

»Musik ist unser wichtigstes Werkzeug, Musik bedeutet Gleichgewicht.
Denn Musik ist alles zugleich:
Kopf, Herz und Bauch, Denken, Fühlen und Sinnlichkeit.«
– Daniel Barenboim

Als Klangtherapeutin möchte ich auf vielfältige Weise mit den Klient*innen auf musikalische Entdeckungsreise gehen, Sie fordern und fördern und das passende Angebot für sie finden.

Dies biete ich als Gruppenangebote an, derzeit weitestgehend als ABMs über die WfbM:

Veeh-Harfe
Zauberhafte Harfenklänge bereichern Herz und Seele. Die Klient*innen spielen auf ihren eigenen Veeh-Harfen Lieder aus unterschiedlichen Genres. Es wird nach einem Punktesystem gespielt, daher ist eine Vorkenntnis in Notenlehre nicht notwendig. So hat jede*r Klient*in gleich ein Erfolgserlebnis und das Selbstbewusstsein wird gestärkt.

Trommeln
Großer Beliebtheit erfreut sich das gemeinsame Trommeln. Es stärkt das Wir-Gefühl, befreit und sorgt für gute Laune. Wir trommeln verschiedene Rhythmen und zu Liedern in unterschiedlichsten Stilrichtungen.
Egal ob Pop oder (Mittelalter-)Rock, die unterschiedlichste Musik im richtigen Einsatz kann viel Positives (Psyche / Herzschlag) bewirken.
Trommeln befreit. Die Klient*innen werden ermutigt, Emotionen und Gefühle zuzulassen – was entspannend und befreiend wirkt und sich in Ausgeglichenheit und Freude äußert.
Trommeln fördert Beziehungen und regt die Kommunikation miteinander an und es fördert Aufmerksamkeit, Konzentration, so wie Ausdauer, und zu guter Letzt schafft es soziale Kompetenz. Trommeln wirkt ausgleichend. Das Selbstvertrauen und der Selbstwert werden gestärkt.

Tanz
Sich lockermachen und vom Alltagsstress befreien. Egal ob Line Dance, Kreistänze, Sitztänze, Tüchertänze – Rhythmen und Melodien bringen unser Gehirn in Schwung. Der Körper schüttet beim Tanzen einen Cocktail von Glückshormonen aus, der gute Stimmung macht. Das senkt den Stresslevel und sorgt dafür, dass man sich nach dem Tanzen einfach besser fühlt als vorher. Dazu kommt die Musik, zu der man sich bewegt. Auch diese hat eine nachweislich positive Auswirkung auf die Laune. Hinzu kommt das gute soziale Miteinander.

Entspannung mit Klangreisen
Mit geführten Klangreisen entspannen. Dazu einfach den Klängen verschiedener Instrumente wie den tibetischen Klangschalen, Koshi, Stahlzungentrommel oder Chimes lauschen, die die Entspannungsreisen untermalen. Tiefenentspannung ist garantiert!

Chorsingen im JohannesChor
„Schon ein ganz kleines Lied kann viel Dunkel erhellen."
– Franz von Assisi
Singen macht glücklich und stärkt das Immunsystem! Der Johanneschor – Chor der Klient*innen – probt begeistert jeden Mittwoch von 18:00 bis 19:00 Uhr in der Stiftungskirche. Jede*r ist herzlich willkommen!
Neben Gottesdienstgestaltung übernehmen wir auch Feierlichkeiten wie Adventsfeiern, auch extern (z. B. VDK). Gerne anfragen!

Chorsingen bei KlangWerk 2.0
Jede*r Sänger*in (auch von extern) ist in diesem Chor willkommen. Wir proben mit großer Freude am Singen mittwochs im Schloss im großen Konferenzsaal Ostflügel von 19:15 bis 20:45 Uhr.

Band New Roses
Es gibt auch eine eigene Stiftungsband. Diese probt donnerstags von 18:00 bis 19:30 Uhr im Dschungelbüro, Haus Hopfengarten. Gerne spielen wir auf jeglichen Feierlichkeiten.

Einzelangebote auf Nachfrage
Durch Einzelangebote fördere ich gezielt Klient*innen. Sie lernen Stress abzubauen und Emotionen zuzulassen. Das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten sowie die Selbstsicherheit werden gestärkt.

Ich gebe gerne auch **Einzelunterricht** in:
• **Blockflöte** • **Gesang** • **Gitarre** • **Klavier**

Klangmassage
Stressabbau mit tibetischen Klangschalen, Tiefenentspannung ist garantiert.
In Zeiten, in denen Hektik wie auch Stress den Alltag bestimmen, hilft die Klangschalenmassage wieder die eigene Mitte zu finden und mehr innere Ruhe zu genießen. Die Klangmassage unterstützt die Selbstheilungskräfte des Körpers und regt diese an. Die Klangmassage ist ideal zum Stress bewältigen. Anspannungen werden gelöst, Schlafstörungen und Konzentrationsprobleme können sich verbessern.
Bei einer Klangmassage ist man angezogen. Die Klangschalen werden auf bestimmt Körperstellen aufgesetzt und angeschlagen. Die Schwingungen übertragen Töne und feinste Vibrationen auf den Körper. Diese gleichmäßigen Töne beruhigen Körper und Geist.

Kontaktieren Sie mich:
Sie haben Fragen oder Interesse zu einem meiner Angebote? Nehmen Sie gerne Kontakt zu mir auf:

E-Mail:
Beate.Henle@sanktjohannes.com
Telefon:
09097 809 438