

# Klangmethoden in der therapeutischen Praxis

# Klangmethoden in der therapeutischen Praxis

Peter Hess / Christina M. Koller  
(Hrsg.)

## Hinweis

Die Ratschläge in diesem Buch sind von Hrsg. und Verlag sorgfältig erwogen und geprüft; dennoch übernehmen wir keine Garantie. Eine Haftung des Hrsg. bzw. des Verlags und dessen Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist ausgeschlossen.

## Bildnachweis

Fabian Valentin, Kassel  
Archiv: Peter Hess Institut, (PHI) Uenzen

## Alle Rechte vorbehalten.

Vollständige oder auszugsweise Reproduktion, gleich welcher Form (Fotokopie, Mikrofilm, elektronische Datenverarbeitung oder andere Verfahren), Vervielfältigung, Weitergabe von Vervielfältigungen nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlags.

## Impressum

©Verlag Peter Hess 2009  
ISBN 978-3-938263-24-2  
Peter Hess/Christina M. Koller (Hrsg.)  
Layout: Sandra Lorenz, Hannover  
Satzkorrektur: Ursel Mathew, Schüttorf  
Druck: Fuldaer Verlagsanstalt GmbH & Co.KG, Fulda



Geleitwort von Prof. Dr. med. Dipl. Psych. Rolf Verres	8
Achtsamkeit als wichtigste Grundlage zwischenmenschlicher Beziehungen	

Vorwort von Peter Hess	11
Zum Einsatz der <i>Peter Hess</i> -Klangmethoden in der therapeutischen Praxis	

### Einführendes – Die *Peter Hess*-Klangmethoden

Grundzüge und Prinzipien	16
<i>Peter Hess u. Dr. phil. Christina M. Koller</i>	
Zentrale Wirkungsaspekte	24
<i>Dr. phil. Christina M. Koller</i>	
Die <i>Peter Hess</i> ® Therapieklingschalen	35
<i>Peter Hess</i>	

### Anwendung im medizinischen Bereich

Patientenbegleitung mit Klangmassage	46
<i>Dr. med. Herbert Seitz u. Dr. phil. Christina M. Koller</i>	
Klangmassage im Beruf des Heilpraktikers	58
<i>Dr. rer. medic. Karolin Warschkow</i>	
Klangmassage zur Begleitung vor und nach chirurgischen Eingriffen	65
<i>Dr. med. Herbert Seitz</i>	
Klangmassage in der Manuellen Lymphdrainage	84
<i>Nandi Hardt</i>	
Klangmassage in der Neurologie bei Schlaganfall-Patienten	101
<i>Angelika Rieckmann</i>	
Einsatz der Klangmassage im therapeutischen Bereich	126
<i>Nicole Becker</i>	

### Anwendung im psychotherapeutischen Bereich

Klangarbeit als hypnotherapeutische Intervention bei psychischen und psychosomatischen Störungen	148
<i>PD Dr. med. Uwe Ross</i>	
Klangmassage zur Burn-out Prävention und Behandlung	158
<i>Dr. phil. Rosa Matzenberger</i>	
Die Anwendung von Klangmassage in der Suchttherapie	176
<i>Dr. med. Bärbel Fichtl</i>	
Der Einsatz von Klingschalen und Gongs bei Klienten mit Traumatisierungen	192
<i>Frank Baßfeld</i>	
Klingschalen und Gongs in der psychotherapeutischen Begleitung traumatisierter junger Menschen	205
<i>Gabriele Ehnis</i>	

### Anwendung in weiteren (vor-)therapeutischen Bereichen

Klangmassage in der Schwangerschaft und Geburt	216
<i>Conni Henning</i>	
Klangmassage in der heilpädagogischen Praxis	233
<i>Gabriele Bödige</i>	
Klangmassage und Ergotherapie – Eine Klangstunde für Mädchen mit Rett-Syndrom	250
<i>Zeljko Vlahovic</i>	
Klangmassage bei Demenz	258
<i>Sabine Bilnik-Clauß</i>	
Klangmassage bei Wachkoma	271
<i>Mathilde Tepper</i>	

### Anhang

Glossar	284
Literaturverzeichnis	292
Autorenverzeichnis	296
Kontaktadressen	298
Verlagsprogramm	300

## Geleitwort



### Prof. Dr. med. Dipl.-Psych. Rolf Verres

geb. 1948, studierte in Münster, Heidelberg und Stanford Medizin und Psychologie. Er ist Ordinarius und Ärztlicher Direktor des Instituts für Medizinische Psychologie am Universitätsklinikum Heidelberg. Facharzt für psychotherapeutische Medizin. Jahrzehnte lange Zusammenarbeit mit Musiktherapeutinnen und Musiktherapeuten sowie mit Kulturwissenschaftlern.

Sein Lieblingsinstrument ist der Konzertflügel. Neben wissenschaftlichen Büchern und zahlreichen weiteren Publikationen zur Medizinischen Psychologie hat er auch eine CD »Lichtungen – Eine Einladung zur Stille« mit eigenen Klavierimprovisationen veröffentlicht ([www.rolf-verres.de](http://www.rolf-verres.de)).

### Achtsamkeit als wichtigste Grundlage zwischenmenschlicher Beziehungen

Vor vielen Jahren habe ich mir im Swayambhunath-Tempel in Kathmandu/Nepal eine tibetische Klangschale gekauft. Sie entfaltet schon durch ihre pure Anwesenheit eine wohltuende Wirkung. Auch im von mir geleiteten Institut für Medizinische Psychologie am Klinikum der Universität Heidelberg werden Klangschalen in der Musiktherapie eingesetzt. Erstaunt war ich, als ich bei einem Kongress unter Leitung von Peter Hess Klangschalen entdeckte, die nicht nur besser aussehen, sondern auch besser klingen als fast alle Klangschalen, die ich vorher kannte. Seit mir Peter Hess eine seiner Klangschalen persönlich ausgesucht hat, musste die alte Schale aus Nepal ihr weichen, obwohl viele wichtige persönliche Erinnerungen damit verbunden waren.

Weltweit werden Musikinstrumente immer mehr verfeinert. Diese Verfeinerungen sind nicht allein das Ergebnis eines Spürsinn von Instrumentenbauern, sondern sie sind Zeichen der Weiterentwicklung von Kultur. Es ist Peter Hess dafür zu danken, dass er mit einem kompetenten

Team aus Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern ein Konzept entwickelt hat, das ästhetische, pädagogische und therapeutische Anwendungsmöglichkeiten von Klangschalen eröffnet. In Dr. Christina M. Koller hat er eine kongeniale Bündnispartnerin gefunden, die in ihrem Buch »Der Einsatz von Klängen in pädagogischen Arbeitsfeldern« (2007) den Bezug zwischen Praxis und Wissenschaft hergestellt hat. Hinzu kam die Entdeckung neuer Schlägel von Michael Konrath, die mit unterschiedlichen Kopfdurchmessern verschiedene Frequenzmodulationen und –dominanzen an ein und derselben Klangschale bieten ([www.klang-praxis.de](http://www.klang-praxis.de)).

Im vorliegenden Buch berichten Fachleute aus verschiedensten Praxisbereichen über ihre Erfahrungen. Alle, die mit Klangschalen spielen oder arbeiten möchten, können von diesen Erfahrungsberichten profitieren. Auch die in diesem Buch dargestellten Erfahrungen in speziellen Einsatzbereichen wie z.B. bei der manuellen Lymphdrainage, bei Schlaganfall-Patienten oder bei Schwangerschaft und Geburt sind für jeden Menschen, der mit Klangschalen professionell arbeiten möchte, lesenswert, da physiologische und psychologische Wirkungen aus verschiedensten Perspektiven erklärt werden, so dass man während der Lektüre dieses Buches allmählich immer besser verstehen kann, wie die Klänge im Leib und in der Seele wirken.

Dabei wird unmissverständlich deutlich, dass sich die Wirkung von Klängen nicht primär als ein physikalisches Geschehen beschreiben lässt. Denn der Einsatz dieser Art von Klängen hängt ganz wesentlich von der Beziehung ab, die die Beteiligten miteinander eingehen und gestalten. Man könnte von einer Tiefendimension zwischenmenschlicher Beziehungen sprechen, in der sich Resonanz abspielt. Ich halte den Begriff der Resonanz für ergiebiger als den Begriff der Empathie. Im Unterschied zur Empathie, die eine Einfühlung in die seelische Welt eines anderen Menschen bezeichnet (z.B. die Einfühlung eines Therapeuten in einen Patienten) ist das, was man mit Resonanz meint, nicht einseitig gerichtet, sondern es geht um Wechselwirkungen zwischen Mensch und Mensch. Wenn dabei ein für beide Beteiligten wohltuender Klang die Aufmerksamkeit zentriert, wird es leichter, sich auf die gleiche Wellenlänge einzuschwingen – und das ist ein ganzheitlicher Prozess auf Gegenseitigkeit. Man übt gemeinsam, auf die Körpersprache zu achten und die Stimmung, die

sich seelisch und körperlich zeigt, als wichtige Informationsquelle für einander zu nutzen.

Die in diesem Buch vorgestellten Klangmethoden bieten ein sehr gutes Übungsfeld für die Verfeinerung von Achtsamkeit. Eine gute zwischenmenschliche Resonanz ist grundsätzlich die Basis für gelingende Beziehungen. Wird man allmählich sensibler für die Wirkung von Klängen, so verändert sich vielleicht allmählich auch der Umgang mit der eigenen Stimme und man kommt vielleicht auch zur Frage: »Wie klinge ich eigentlich? Ist nicht auch meine eigene Stimme eine Art von Musik? Hat nicht auch der Stimmklang eine emotionale Wirkung?«

Zur Achtsamkeit gehören das Zeigen, Aufgreifen, und Ernstnehmen von Bedürfnissen. Kunst und Musik erlangen zunehmend eine wichtige Bedeutung für die Heilkunde. Die Heilkunde ist Teil der Kultur. Die von Peter Hess entwickelte Klangmassage und die weiteren in diesem Buch beschriebenen Klangmethoden sind nicht nur wichtig als Spender wohltuender, sinnlicher oder gar therapeutischer Erfahrungen, sondern ich sehe hier eine große Chance darin, dass die hier praktizierte Achtsamkeit auch über die konkrete Zweierbeziehung hinaus in ein ganzes Haus, z.B. ein Krankenhaus, ausstrahlen kann.

Meine Vision ist, dass die Orte, an denen Heilkunde praktiziert wird, beseelt sind, indem die Distanzierung abnimmt und mehr miteinander gespielt wird. Je mehr wir intensive Begegnungen, wie sie beim Einsatz von Klangmethoden praktiziert werden, reflektieren, umso bewusster wird uns vielleicht, dass letztlich jede zwischenmenschliche Begegnung bedeutet, dass man im Augenblick miteinander lebt.

Prof. Dr. med. Dipl.-Psych. Rolf Verres

### Vorwort von Peter Hess

Das alte Paradigma eines materiellen Weltbildes, das in der Mechanik des Körpers Krankheiten zu »reparieren« sucht, weicht zunehmend einem neuen Paradigma: Alternative Heilmethoden und komplementärmedizinische Ansätze etablieren sich als adjuvante, also begleitende, manchmal auch als alternative Methoden in schulmedizinisch orientierten Praxen und Kliniken. Galten Akupunktur, Homöopathie, ayurvedische Behandlungen oder Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) vor 20 Jahren als esoterischer Humbug, so finden sie heute, durch wissenschaftliche Nachweise ihrer Wirksamkeit, zunehmend Anerkennung. Zahlreiche Kunden/Klienten begrüßen diese Entwicklung und schätzen diese begleitenden und alternativen Methoden.

Mit Hilfe von z.B. bildgebenden Verfahren ist es heute möglich, die gesundheitsfördernde und Stress reduzierende Wirkung von Entspannungstechniken wie Autogenem Training oder Meditation sichtbar zu machen und als wichtige Bestandteile einer Heilung im ganzheitlichen Sinne zu integrieren – gerade bei schweren oder chronischen Erkrankungen. Die Placeboforschung und neuere Studien zum Thema Achtsamkeit weisen in eine Richtung, in der die Bedeutung des Bewusstseins und die Arbeit mit inneren Bildern für den Genesungsprozess einen neuen Stellenwert erhalten. Die »neue« Generation von Kunden/Klienten möchte aktiv an der eigenen Heilung beteiligt sein und sucht nach entsprechenden Möglichkeiten. Klangmethoden können hier einen wertvollen Beitrag leisten.

Ich selbst habe 1984 begonnen, die Methode der Klangmassage mit Klangschalen zu entwickeln. Aus der eigenen Faszination für die Klänge und aus persönlichen Erfahrungen mit deren Wirkung entstand eine Methode aus der Praxis für die Praxis. Heute (2009) sind alleine im deutschsprachigen Raum weitaus mehr als 5.000 Menschen in der *Peter Hess*-Klangmassage ausgebildet und wenden sie erfolgreich in Wellness, Persönlichkeitsentwicklung, Pädagogik, Beratung und Therapie sowie in vielen Heil- und Heilfachberufen an.

Die zahlreichen positiven Erfahrungen aus der Praxis haben zu einer steten Weiterentwicklung und Spezialisierung dieser Methode geführt. Aufbauend auf der *Peter Hess*-Klangmassage entstanden so zahlreiche Weiterbildungsmöglichkeiten. Die von mir entwickelte Form der Klangmassage und die darauf aufbauenden Weiterbildungen werden heute unter dem Begriff »*Peter Hess*-Klangmethoden« zusammengefasst.

Seit Ende der 1990er Jahre waren es zunehmend Menschen aus therapeutischen Berufsfeldern, die die am Peter Hess Institut in Deutschland (PHI) und den Peter Hess Akademien im Ausland (PHAs) vermittelten Klangmethoden für sich entdeckt, in ihre Arbeit integriert und so zu deren Weiterentwicklung und Fundierung beigetragen haben.

Die Beiträge dieses Buches zeigen, wie diese Klangmethoden in therapeutischen Arbeitsfeldern genutzt werden können – kombiniert mit den für die jeweiligen Bereiche gängigen Ansätzen oder integriert in andere Konzepte. So bieten die Praxisbeispiele Impulse für all jene, die mit Klängen arbeiten.

Die zum Teil verblüffenden und beobachtbaren Wirkungsweisen der sanften Klangmethoden stoßen seit einiger Zeit auch von wissenschaftlicher Seite her auf Interesse. Die Doktorarbeit von Christina M. Koller, »Der Einsatz von Klängen in pädagogischen Arbeitsfeldern. Dargestellt am Beispiel der Klangpädagogik nach Peter Hess« (2007), bildet hier einen Beitrag zur Grundlagenforschung. Der Europäische Fachverband Klang-Massage-Therapie e.V. führte in Kooperation mit dem Institut Dr. Tanja Grotz ([www.institut-dr-tanja-grotz.de](http://www.institut-dr-tanja-grotz.de)) vor kurzem erstmals eine Pilotstudie zur »*Peter Hess*-Klangmassage als Methode der Stressbewältigung und ihre Auswirkungen auf das Körperbild« durch. Erste Experimente an der AUTONOM HEALTH® GesundheitsbildungsGmbH in Wien weisen ebenfalls auf die regenerierende und vitalisierende, sprich gesundheitsfördernde Wirkung unserer Methode hin, eine entsprechende Studie ist in Planung. Auch Messungen bei einer Klangmassage-Intensivausbildung (siebentätiger Ausbildungsblock) zeigen spannende Ergebnisse. Sie wurden von der Medizinerin Dr. Kerstin Gommel,

einer freien Mitarbeiterin des Instituts für Kommunikation und Gehirnforschung in Stuttgart, durchgeführt. In naher Zukunft ist auch mit Untersuchungen zu spezifischen Krankheitsbildern zu rechnen.

Diese ersten Forschungsergebnisse sowie die vielen positiven Rückmeldungen aus der Praxis bestätigen uns, vom Peter Hess Institut, in unserer Arbeit. Sie zeigen uns, dass wir mit den *Peter Hess*-Klangmethoden für viele Menschen hilfreiche Impulse setzen können, wie sie in den Praxisbeispielen der vorliegenden Beiträge beschrieben werden.

An dieser Stelle möchte ich vor allem all den engagierten Fachfrauen und Fachmännern aus medizinischen, psychotherapeutischen und körpertherapeutischen Arbeitsfeldern danken, die durch ihre Fachbeiträge, Praxis- und Fallbeschreibungen zum Entstehen dieses Buches beigetragen haben.

Ich wünsche Ihnen nun viel Freude beim Lesen und inspirierende Anregungen für ihr Arbeitsfeld!



Peter Hess