

MUSIKTHERAPEUTISCHE GRUPPE MIT TAIKO-TROMMELN

„Der Rhythmus ist die Architektur des Seins, ist die innere Dynamik, die ihm Form gibt, ist das Wellensystem, welches das Sein dem Anderen entgegensendet, ist der eine Ausdruck der Lebenskraft.“ — (Léopold Sédar Senghor)



Menschen mit psychischen Erkrankungen oder nach Krisen können das Gefühl haben, aus dem Rhythmus zu fallen. Die musiktherapeutische Gruppe mit dem Spielen auf großen japanischen Taiko-Trommeln bietet Menschen mit solchen Erlebnissen die Möglichkeit, über Rhythmusenerfahrungen die persönliche Lebenskraft (wieder) zu entdecken.

Das Spielen auf traditionellen japanischen Trommeln ermöglicht, sich im Körper zu spüren/zu erden, da es stehend mit großen Bewegungen ausgeführt wird. Es ist möglich, durch die lauten, tiefen Schläge Kraft und Energie zu spüren, durch gemeinsame Rhythmen mit der Gruppe verbunden zu sein/ ein Gemeinschaftsgefühl zu entwickeln und in lebendiger Form auch Spaß, Freude, Vitalität, Lebensenergie zu erfahren. Ebenso kann es als Stressabbau und zur Fokussierung dienen. Auch das Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen kann über das gemeinsame Spielen gestärkt werden.

Die mittlerweile im Taikospiel erfahrene Musiktherapeutin Dörte Pommerien wird die Stunden mit Übungen, Rhythmen, Spielen und Stücken aus ihrem Erfahrungsrepertoire gestalten. Die Wünsche, Erlebnisse und möglichen auftauchenden Gefühle bekommen ebenso ihren eigenen Platz.

Es werden 8 Einheiten à 2 Stunden in einer geschlossenen Gruppe angeboten, vorab findet ein telefonisches Vorgespräch statt.

Kosten: gesamt 300,- €, Ermäßigung nach Absprache

Termine: 1. Block dienstags: 10.05., 17.05., 24.05., 31.05., 14.06.,
21.06., 28.06., 05.07.2022 jeweils 16.30 – 18.30 Uhr

2. Block dienstags: 27.09., 04.10., 11.10., 25.10., 8.11.,
15.11., 22.11., 29.11.2022 jeweils 16.30 – 18.30 Uhr

Ort: Siemensstr. 40, Heidelberg-Pfaffengrund, Taiko Heidelberg

Bitte bequeme Kleidung und etwas zu trinken mitbringen.

Kontakt Daten: Dörte Pommerien, Tel: 06221 184741, E-Mail: doepom@posteo.de,
www.musiktraumatherapie.eu, www.heidelberg-taiko.de