

Reha in der Psychosomatik

Einführung in die Komplementärtherapien in der
Klinik und Poliklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie (SS 2025)

Integrative Tanztherapie

Tanztherapie ist eine künstlerische und körperorientierte Psychotherapie. Sie beruht auf dem Prinzip der Einheit und Wechselwirkung körperlicher, emotionaler, psychischer, kognitiver und sozialer Prozesse. Durch angeleitete tänzerische Improvisationseinheiten können die Patient*innen in einen achtsamen Kontakt mit sich selbst und ihrem Körpererleben kommen, einen Ausdruck für Gefühle und Konflikte finden, sowie im Tanz in der Gruppe Kontaktgestaltung und Verbindung erfahren.

Gestaltungs- und Kunsttherapie

Kunsttherapie ist eine Form der Psychotherapie, in der mit zeichnerischen, malerischen, plastischen und anderen Medien psychische Entwicklungsprozesse ermöglicht werden. Es entstehen sinnlich erfahrbare Werke, die Erfahrungen, Gefühle, Gedanken und Fantasien abbilden. Diese Abbildungen helfen, bewusste und unbewusste Konflikte und Probleme wahrzunehmen, zu definieren und zu kommunizieren.

Komplementärtherapien

Als Komplementärtherapie wird eine Reihe therapeutischer Methoden bezeichnet, die ganzheitlich die Genesung von Menschen mit Beschwerden oder Krankheiten, mit Befindlichkeits- oder Leistungsbeeinträchtigungen fördern. Die Therapieformen bestehend aus Musik-, Gestaltungs-, Tanz- und kommunikativer Bewegungstherapie sind eine wichtige Ergänzung im gesamten Therapiekonzept. Sie finden überwiegend als Gruppentherapie statt und sind fester Bestandteil des wöchentlichen Therapieplans aller Patient*innen.

Kommunikative Bewegungstherapie

Die KomBt ist eine handlungsorientierte interaktionelle Behandlungsform. Über zwischenmenschliche Begegnung und das Lösen gemeinsamer Aufgaben ermöglicht sie das bewusste Wahrnehmen von Störungen im interpersonellen Bereich und deren Ausdruck im Körperlichen.

Musiktherapie

Die Musiktherapie findet als aktive und als rezeptive Therapieform statt. In der aktiven Musiktherapie können die Patient*innen durch die Nutzung verschiedener Musikinstrumente, Stimmungen ausdrücken, mit unterschiedlichen Rollen experimentieren, verlorene Ausdrucksmöglichkeiten wiederentdecken und anders als gewohnt miteinander in Kontakt treten. In der rezeptiven Musiktherapie werden unterschiedliche Musikstücke angehört und die Wirkung auf die eigenen Gefühle dabei bewusst wahrgenommen und im Anschluss reflektiert.