

Psychoonkologischer Dienst – Als Mensch im Mittelpunkt

# Musiktherapie während Ihres Spitalaufenthaltes



«Musik drückt aus, was nicht gesagt werden kann und worüber zu schweigen unmöglich ist.»

Victor Hugo, 1802–1885

## Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient

Musik spricht Menschen unabhängig von Alter, Begabung, kulturellem und gesellschaftlichem Hintergrund an.

Musiktherapie ist eine ressourcenorientierte Therapieform, die wissenschaftlich fundiert ist und breit angewendet wird. Auf die Bedürfnisse der Betroffenen abgestimmt, kann Musiktherapie Patientinnen und Patienten emotional und körperlich entlasten. Sie unterstützt Betroffene dabei, sich ihrer Ressourcen bewusst zu werden, Gefühle wahrzunehmen und auszudrücken sowie Ruhe und Entspannung zu finden.

Im Inselspital ist Musiktherapie Teil des psychoonkologischen Angebotes. Sie kann ergänzend zu oder anstelle von psychoonkologischen Gesprächen stattfinden. Gerade für Menschen, die momentan nur eingeschränkt oder gar nicht sprechen mögen oder können, kann Musiktherapie eine sinnvolle Alternative zu sprachbetonten therapeutischen Angeboten sein.

## **Wie wirkt Musiktherapie?**

Der Hör-Sinn ist mit dem Tast-Sinn ein erster, sehr gut ausgebildeter Sinn in der vorgeburtlichen Entwicklung und bleibt in der Regel bis ans Lebensende als letzter Sinn erhalten.

Rhythmus, Klang und Geräusche wirken auf der körperlichen, seelischen und gedanklichen Ebene auf uns Menschen ein und begleiten uns bis ganz zuletzt durchs Leben. Musik aktiviert nachweislich verschiedene Hirnareale gleichzeitig und beeinflusst unwillkürlich viele körperliche Ebenen wie den Puls, die Sauerstoffsättigung, die Hormone, die Motorik, die Atmung sowie Bereiche emotionaler, sprachlicher und bildlicher Reizverarbeitung. Diese Wirkmechanismen können im Rahmen einer therapeutischen Beziehung gezielt zur Ressourcenaktivierung und Erhaltung von Handlungsfähigkeit genutzt werden. Was dabei als angenehm oder unangenehm empfunden wird, ist von Person zu Person verschieden und verändert sich im Verlauf des Lebens. Die Musiktherapeutin stimmt ihr Angebot auf die individuellen Vorlieben der Patienten und Patientinnen ab.

## **Wozu und wie wird Musiktherapie eingesetzt?**

Das musiktherapeutische Angebot ist darauf ausgerichtet, Sie im Umgang mit Ihrer Krankheit und bei der Verarbeitung belastender Erfahrungen individuell zu unterstützen. Musiktherapie ermöglicht es, auch in schwierigen Lebenssituationen Handlungs- und Ausdrucksmöglichkeiten (wieder) zu entdecken und zu erweitern.

Durch das Spielen einfacher Instrumente, das Anhören von Musik, die auf Ihre Vorlieben abgestimmt ist (von der Musiktherapeutin gespielt oder ab Tonträger), sowie das therapeutische Gespräch können Sie Zugang zu Gefühlen, Erinnerungen, Wünschen und Körperempfindungen gewinnen und im Rahmen der Therapie lernen, diese zu beeinflussen.

Von der Therapeutin an Ihrem Bett gespielte Musik kann zu achtsamer Körperwahrnehmung und angenehmen Tagträumen und Gedankenreisen anregen; dies geschieht je nach Wunsch der Patientinnen und Patienten mit oder ohne verbale Anleitung durch die Therapeutin. Solche Angebote können nachweislich zur Entspannung und zur Reduktion von Stresserleben, Angst und Schmerzen beitragen.

Für die Musiktherapie brauchen Sie keine musikalischen Vorkenntnisse und Sie können frei entscheiden, ob Sie einfach nur zuhören und sich entspannen oder selbst spielen und/oder Hör-Wünsche äussern wollen. Die angebotenen Instrumente sind leicht spielbar.

### **Wo findet Musiktherapie statt?**

Musiktherapie findet in der Regel bei Ihnen im Zimmer statt. Bei Mehrbettzimmern kann auf Wunsch und wenn möglich in einen anderen Raum ausgewichen werden. Wenn Sie es wünschen sind Angehörige und Freund/innen willkommen.

## Wie können Sie sich anmelden?

Wenn Sie sich angesprochen fühlen, wenden Sie sich an das Behandlungsteam der Abteilung (Pflege, Arzt/Ärztin) oder den Psychoonkologischen Dienst (inkl. Musiktherapie).

Es fallen keine zusätzlichen Kosten für Sie an.

Bei Fragen oder zur Anmeldung können Sie oder Ihre Angehörigen die Musiktherapeutin auch gerne direkt kontaktieren:



### **Bettina Kandé-Staehelin**

Musiktherapeutin MAS SFMT

Eidg. dipl. Kunsttherapeutin (ED)

Tel: +41 31 664 24 73

Mail: [bettina.kande-staehelin@insel.ch](mailto:bettina.kande-staehelin@insel.ch)

«Take these broken wings  
and learn to fly.»

The Beatles

## **Inselspital**

UCI University Cancer Center Inselspital  
Musiktherapie, Psychoonkologischer Dienst  
Loryhaus, Büro EG 23  
3001 Bern