



Dr. med. Ruth Feldhoff
Ärztliche Psychotherapeutin
76133 Karlsruhe
www.psychotherapie-dr-feldhoff.de

Klangwooge
seit Dezember 2012

Die Klangwooge setze ich in meiner psychotherapeutischen Praxis in vielfältiger Weise ein. Patienten mit chronischen Schmerzen oder Fibromyalgie erfahren auf ihr oft erstmals eine tiefere Entspannung. Insbesondere bei Bruxismus ist oft eine Besserung zu erzielen. Bei neuen Patienten nutze ich meist dafür eine der mitgelieferten extra für die Klangwooge komponierten Musikstücke, da sie dem Patienten sicher unbekannt sind und somit keine negativen Assoziationen auslösen können. Meist wird dann schnell klar, welche Art von Musik den Patienten entspannt, viele bringen schließlich eine eigene CD mit.

Patienten mit einer autonomen somatoformen Funktionsstörung gelingt es oft erstmals, auf der Klangwooge andere, angenehme körperliche Signale bewusst wahrzunehmen und kennenzulernen. Bei längerer Behandlung

mit regelmäßigen kurzen Einheiten auf der Klangwooge können sie lernen, ihrem Körper freundlicher zu begegnen.

Selbstverständlich nutze ich die Klangwooge auch für einfache Entspannungseinheiten im Rahmen von stressbewältigung und -prophylaxe, entweder nur mit Musik oder indem ich zusätzlich zu einer Fantasiereise anrege. Zu einer besonderen Unterstützung ist mir die Klangwooge bei der Hypnose geworden, die Hypnoseinduktion ist auf der ergonomisch gestalteten Liege einfacher als auf einer ebenen Praxisliege oder im Sitzen. In der Hypnose selbst arbeite ich je nach Thema und hypnotherapeutischer Geschichte mit oder ohne Musik.

Nicht zuletzt ist die Klangwooge für mich selbst in den Pausen eine wichtige Unterstützung in der Regeneration.

