

**PRAKTISCHE
MUSIKTHERAPIE
"EMOTIONALE KATHARSIS"**



MUDr. Robert Kovarik

INHALT

1. Über dieses Buch.....	1
2. Einführung	3
3. Der Vorteil der Musiktherapie	10
3.1. Die Neurotisierung unserer Gesellschaft.....	10
3.2. Neurose, ihre Vorbeugung und Wege der Heilung	13
3.3. Nachteile der rationalen Psychotherapie	15
3.4. Vorteile der nonverbalen, emotionalen Psychotherapie.....	17
4. Zwei Ebenen der sprachlichen Kommunikation	19
5. Warum rezeptive Musiktherapie?	22
5.1. Warum kein Live-Musizieren?.....	24
6. Die Geschichte der Musiktherapie.....	26
7. Heutige Musiktherapie	29
7.1. Das LOGO der Musiktherapie	34
8. Die Methode der „Emotionalen Katharsis“	35
Eigene Erfahrungen.....	35
8.1. Psychologische Ergebnisse	35
8.2. Physiologische und neurovegetative Ergebnisse.....	36
8.3. Grundsätzliche Bedingungen	37
8.4. Indikationen der rezeptiven Musiktherapie.....	39
8.5. Kontraindikationen der rezeptiven Musiktherapie	39
9. Durchführung der „Emotionalen Katharsis“	41
9.1. I. Stufe:.....	42
9.2. II. Stufe:.....	43
9.3. III. Stufe:	44
9.4. IV. Stufe	45
9.5. V. Stufe:	46
9.6. VI. Stufe:.....	47
10. Praktische Ratschläge.....	48
10.1. Die Musikinterpretation	48
10.2. Die vorherige Sensibilisierung für die Musik	48
10.3. Zu der Musikauswahl.....	49
10.4. Menschliche Stimme oder Instrumente?	52
10.5. Der Raum für die Musiktherapie.....	53
10.6. Das Verhalten von Patienten	53
10.7. Die Dauer, die Häufigkeit und der Zeitpunkt.....	54
11. Mögliche Störungen der Musiktherapie	55
11.1. Von den Patienten	55
11.2. Von den technischen Mängeln	55
11.3. Von der Musik.....	56
12. Die Belege - Eigene Untersuchungen mit der Elektrokapazitätsplethysmographie nach Figar	57
12.1. Durchführung	58

12.2. Auswertung	59
12.3. Zu der Qualität der Kopien.....	60
12.4. Wie sollen die Kurven gelesen werden?	61
12.5. Legende:	62
13. Analysen	63
13.1. Volumenreaktionen (Ableitung 1, 2).....	64
13.2. Vasomotorische Spontanrhythmen (Ableitungen 1, 2)	65
13.3. Vulvographie (Ableitung 2)	66
13.4. Elektrischer Widerstand der Haut (Ableitung 3).....	66
13.5. Atemrespirationskurve (Ableitung 4).....	67
14. Monitorierung der Motivationsstufe	68
14.1. Individuelle Reaktionen auf eine Sprache	68
14.2. Individuelle einzelne Reaktionen auf identische Musikstücke.....	70
15. Monitorierung der Stabilisierungsstufe.....	84
16. Testreize vor und nach der Musiktherapie	101
16.1. Stufe I	101
16.2. Stufe II.....	104
16.3. Stufe III.....	105
16.4. Stufe IV	106
16.5. Stufe V.....	108
17. Reaktionen auf identische Musikstücke	109
17.1. Motivationsstufe	109
17.1.1. Individuelle Reaktionen auf eine Sprache.....	109
17.1.2. Individuelle Reaktionen auf identische Musikstücke	112
18. Monitorierung der Stabilisierungsstufe.....	133
19. Individuelle Reaktionen im Verlauf der ganzen musiktherapeutischen Sitzung	151
19.1. Person A	151
19.1.1. Motivationsstufe	152
19.1.2. Abreaktionsstufe (Dekompensierungsstufe)	162
19.1.3. Beruhigungsstufe	173
19.1.4. „Nirwana“-Stufe	184
19.1.5. Stufe: Optimistische Tonisierung.....	195
19.2. Person B	205
19.2.1. Motivationsstufe	206
19.3. Person C	215
19.3.1. Motivationsstufe	216
19.3.2. Stabilisierungsstufe	226
20. Zum Autor	239
21. Weiterführende Literatur.....	241



MUDr. Robert Kovarik

Der Autor, ehemaliger leitender Arzt der größten europäischen gynäkobalneologischen Kurklinik Pawlik in Franzensbad (550 Betten) entwickelte seine besonders gut geeignete Art der rezeptiven Musiktherapie, die Methode der „Emotionalen Katharsis“ in nur 6 Schritten. Sie eignet sich zur schnellen Normalisierung der neurovegetativen Situation insbesondere im Rahmen der Kurortbehandlung. Er sammelte seine Erfahrungen während der jeweils 3 bis 4-wöchigen Kurbehandlungen insgesamt bei mehr als 3.000 musikbehandelten Frauen. Zum ersten Mal veröffentlicht er seine eigenen Untersuchungsergebnisse mit der Elektrokapazitäts-Plethysmographie nach Figar: Monitorierung der Vasomotorik, galvanischer Widerstand der Haut, Atemrespirationskurve und Vulvographie, welche die Wirkung seiner Methode dokumentieren.