

Einzelentspannung – Klangschalen – Fr. H.

21.09.2012	Fr. H. besucht sich heute das erste Mal die Gruppe. Sie lächelt und ist sehr bemüht gut zu sitzen und die Klangschale anzufassen und auch anzuschlagen. Sie zieht die Augenbrauen hoch, als sie die hellen Töne hört, lacht, ihr Gesichtsausdruck verändert sich, wirkt entspannter. Sie teilt mit Nicken mit, dass sie die Töne noch immer höre und es schön finde. Sie fühlt sich in der Gruppe sichtlich wohl.
26.10.2012	Fr. H. freut sich, dass sie wieder dabei ist. Ich lege ihr eine Klangschale vorsichtig in die Hand und sie fühlt die Schwingungen lächelnd. Sie macht einen sehr entspannten und ausgeglichenen Eindruck. Sie nickt immer wieder wohlwollend und freundlich. Sie lächelt zustimmend.
23.11.2012	Fr. H. freut sich und traut sich heute die Schalen selbst anzuschlagen. Sie zieht die Augenbrauen hoch und nickt wohlwollend mit dem Kopf. Dann sagt sie, dass sie früher im Kirchenchor war. Fr. H. hat noch nie gesprochen, umso erfreuter war ich. Dann möchte sie, dass ich die Schalen auf ihren gelähmten Arm lege. Sie ist sehr angetan und sagt, sie spüre das Kribbeln der Schalen auf ihrem Arm. Wir probieren das mit weiteren Schalen aus und immer wieder spürt sie die Vibrationen.
13.12.2012	Fr. H. besucht die Entspannungsgruppe und möchte sofort einen Klöppel, um die Schalen, die vor ihr steht, anzuschlagen. Sie lächelt, zieht die Augenbrauen hoch. „Schön“, sagt sie. Sie möchte wieder die Schalen spüren. Ich lege wieder die Klangschalen auf ihre Hand, ihren Arm und ihre Schulter. Sie ist hochofrenut. Sie spürt die Schwingungen und möchte, dass die Schale dort verbleibt. Trotz der Schmerzen hält sie durch und bedankt sich am Ende.
07.02.2013	Fr. H. freut sich, an der Entspannungsgruppe teilzunehmen. Trotz ihrer Schmerzen lächelt sie und probiert die Schalen aus. Sie hebt die Augenbrauen und freut sich, dass es ihr so gut gelingt. Sie nickt zustimmend. Fr. H. mag es sehr, wenn die Schalen auf ihrem Bein oder Arm liegen und sie die Schwingungen spürt.
07.03.2013	Fr. H. ist heute sehr aktiv. Sie nimmt sofort den Klöppel und schlägt die Klangschalen, die vor ihr stehen, an. Sie lächelt. Ihre Gesichtszüge entspannen sich und sie freut sich. Sie genießt diese Zeit.
11.04.2013	Fr. H. freut sich trotz ihrer Schmerzen bei der Gruppe zu sein. Sie

