

Einzelentspannung – Klangschalen – Hr. H.

02.03.2012	<p>Hr. H. ist sehr freundlich, aufgeschlossen und interessiert. Er ist erstaunt, wie lange der Ton der Klangschale anhält und probiert selbst die Schale auf unterschiedliche Art und Weise anzuschlagen. Wir kommen ins Gespräch; Er hat Wortfindungsstörungen, ist aber bemüht, Dinge mitzuteilen. Er bittet mich, wiederzukommen.</p>
17.04.2012	<p>Der Bewohner ist erfreut und zeigt sich erstaunt über die verschiedenen Größen der Klangschalen. Er hört genau hin, welche Unterschiede es gibt. Über die Schalen hinaus kommen wir dann ins Gespräch. Er spricht sehr ruhig mit mir und fühlt sich sehr wohl, wie er mir mitteilt. Er erzählt mir von Gelsenkirchen und sagt, dass er nichts vergesse. Er entspannt sich sichtlich in seinem Sessel.</p>
17.04.2012	<p>Hr. H. freut sich, mich zu sehen. Er sagt im Sessel sitzend, dass er, wenn er sich konzentriere, noch wüsste, dass es irgendwann mal ein Kind gegeben hatte, den Namen habe er vergessen, welches sehr früh gestorben sei, woraufhin er und seine Frau keine Kinder mehr wollten. Der Bewohner sagt, dass er ein Meister im Schach gewesen sei und dass er gerne noch einmal ausprobieren wolle, ob er es noch könne. Er sagt, die Klangschalen seien beruhigend.</p>
21.05.2012	<p>Herr H. ist heute sehr schläfrig; ich treffe ihn im Bett liegend an. Als er die Klangschalen hört, lächelt er und fragt, ob er heute im Liegen entspannen könne. Er atmet tief und gleichmäßig; schläft am Ende ein.</p>
11.06.2012	<p>Hr. H. freut sich über meinen Besuch. Er empfindet die Klangschalen als neu und interessiert sich für diese. Er fragt, wo sie herkämen und wundert sich über ihr Gewicht. Er hört sie gern. Er erzählt mir von sich, seinem Alter und Episoden aus seinem Leben. Die Schalen, so sagt er, ließen ihn ruhig werden und lächeln. Er fragt sich ein paar mal, ob er noch lebe, weil er ja schon so alt sei.</p>
13.07.2012	<p>Hr. H. liegt im Bett. Er freut sich über meinen Besuch und schaut interessiert auf die Klangschalen, lauscht den verschiedenen Tönen, benennt welche er gern höre und bittet immer wieder um anschlagen.</p>

	Er sagt, wie schön, beruhigend und entspannend sie seien. Er schließt die Augen und lächelt.
04.09.2012	Hr. H. freut sich über meinen Besuch, er ist wieder erstaunt wie sehr diese Schalen doch schwingen und wie wunderschön sie sich anhören .Immer wieder wünscht er sich diese zu hören , fasst sie an, schlägt selbst an und lächelt. Er fragt mich ob er noch lebe ,da er alt sein ,diese Töne würden ihn erfreuen und ruhig werden lassen . Er erzählt von seinem Leben und das er darüber alt geworden sei ,am Ende bedankt er sich und wünscht sich erneute Besuche.
08.10.2012	Hr. H. ist erfreut, mich zu sehen. Er interessiert sich sehr für die Klangschalen und „spitzt die Ohren“, wie er sagt. Er erzählt von seinen Busfahrten; welche Stadtteiler er abgefahren ist. Danach lauscht er wieder und schließt die Augen.
26.10.2013	Hr. H. besucht heute die Gruppe. Er ist interessiert, versucht sich selbst und schlägt die Klangschalen an. Er sagt, dass er in seinem Zimmer gut damit entspannen könne. Er erzählt den anderen, dass am besten nur einmal angeschlagen werden solle und man dann solange auf den Ton höre, bis er verklungen sei. Zum Ende hin schließt er die Augen, nickt ein.
12.11.2012	Hr. H. liegt auf seinem Bett und ist schläfrig. Er schaut auf die Klangschalen und freut sich. Immer wieder lächelt er, wenn er verschiedene Töne hört. Er genießt die Klangschalenanwendung sichtlich.
23.11.2012	Herr H. besucht erneut die Gruppe und probiert zusammen mit Fr. Hochgreve verschiedene Klangschalen aus. Er berichtet ihr, wie angeschlagen werden müsse. Zwar kann er die einzelnen Töne nicht der Höhe nach ordnen, doch konzentriert er sich darauf, wie lange er sie hört und benennt das Ende.
18.12.2012	Hr. H. sitzt im Wohnbereich und freut sich, als er mich sieht. Gern begleitet er mich in sein Zimmer und schaut interessiert auf die Klangschalen. Er lächelt und atmet tief ein und aus. Seine Gesichtszüge entspannen sich. Er hält ebenfalls eine Klangschale in der Hand und dann ans Ohr. „Schön“, sagt er, „so schön und ruhig die Töne ...“ . Er genießt die Klangschalenentspannung.
14.01.2013	Hr. H. wirkt müde und freut sich, als er mich sieht. Die Klangschalen mag er heute ganz leise. Er brauche Ruhe, sagt er. Ganz leise gefalle ihm die Töne gut. Er lächelt.
18.02.2013	Hr. H. legt sich auf das Bett und hört den Schalen zu. Er sieht mich an und lächelt. Er atmet tief ein und aus. Sein Körper beginnt sich zu entspannen. Arme und Beine werden lockerer und Seine Gesichtszüge entspannen sich.
07.03.2013	Hr. H. besucht heute die Entspannungsgruppe. Er ist sehr offen und positiv gestimmt. Hr. H. lächelt und schlägt mit viel Freude die

