

Muziek-tril Waterbed

Wat water en muziek voor een mens kunnen betekenen

Water en muziek kunnen in een speciale samenstelling gezamenlijk een front vormen tegen ziekten, het verlichten van pijn en het draaglijker maken van leven. Daarom begon Math Hansen, muziektherapeut in de zorgsector, in de jaren 80 met het experimenteren met geluidsboxen onder matrassen. Al snel merkte hij dat water een beter medium was voor geluidstrillingen en het idee voor een muziektherapie waterbed werd geboren.

Het menselijk lichaam bestaat voor 80% uit water en is zeer ontvankelijk voor trillingen. Omdat water trillingen versterkt betekent het liggen op een muziektherapie waterbed en het letterlijk ondergaan van de muzikale klanken een weldaad voor het lichaam en geest.

Op een waterbed ligt de cliënt in een comfortabele houding waardoor een gevoel van veiligheid en geborgenheid wordt gecreëerd. De trillingen op een niet gestabiliseerd waterbed geven ook een gevoel van geborgenheid. Dat werkt net zoals bij een baby in de baarmoeder die de vibraties van moeders stem en hartslag ervaart.

Samen met psychotherapeut Jan Hermsen ontwikkelde Math Hansen het concept verder uit en zo ontstond er een professionele benadering waarbij de therapeut de cliënt volledig begeleidt tijdens een sessie op een muziektherapie waterbed.

De diepe mate van ontspanning die een waterbed kan geven heeft een positieve invloed op de cognitieve processen van diegene die de sessie ondergaat. Geluidstherapie heeft een veel dieper effect op de dieper gelegen weefsels dan bijvoorbeeld een manueel therapeut kan bereiken op korte termijn. Een ander voordeel is dat er veel meer grip is op directe pijnbestrijding. En voor een sessie op een muziektherapie waterbed hoeft de cliënt zich niet te ontkleden en dat maakt deze vorm van therapie laagdrempelig.

Een muziektherapie waterbed is eenvoudig in te passen in een klinische omgeving. Instellingen in de ouderenzorg werken er al jaren mee. Een muziektherapie waterbed kan onderdeel van een snoezelruimte zijn en zo optimaal ingezet worden voor intensivering van geur en geluidservaringen die tot doel hebben ontspanning te creëren.

Er zijn mooie resultaten behaald met de therapie: onrust en angsten bij mensen met dementie verminderen en hiervoor in de plaats komen rust en geborgenheid terug

- spasmen en krampen worden opgeheven
- mensen met lage rugpijn herstellen doorgaans snel, vaak zonder medicatie
- mensen met reumatische pijnklachten en mensen met de ziekte van Bechterew hebben aanmerkelijk minder pijn
- mensen met angsten, depressies, burn-out klachten, stress klachten, psychosomatische symptomen, onrust en impulsief gedrag komen tot rust. Ze kunnen 'negatieve' gevoelens zoals verdriet, boosheid en psychische pijn toelaten en deze vervolgens loslaten

Denkt u dat een muziektherapie waterbed ook iets kan betekenen voor uw cliënten? Wij adviseren graag. Neem vrijblijvend contact met ons op voor een adviesgesprek.