

FÜR WEN?

Für Menschen *jeden Alters.*

Kinder
Gefühle ausdrücken, zur Ruhe kommen und Selbstvertrauen stärken

Jugendliche
in bewegten Lebensphasen eigene Ausdrucksformen finden

Erwachsene
Ausgleich zum Alltag erleben, neue Kraft schöpfen und Umbrüche bewältigen

Ältere Menschen
Erinnerungen lebendig halten und Lebensfreude fördern

Menschen mit Behinderung
Gefühle und Bedürfnisse ausdrücken, Sicherheit erleben

Angehörige & Familien
Beziehungen stärken und neue Wege des Miteinanders finden



Musik verschenken

Gutscheine für Musiktherapie gibt es mit Wunschbetrag. Bitte vorher bestellen, dann zum Abholen oder per E-Mail.

PERSÖNLICH FÜR SIE DA



Diana Kram

Musiktherapeutin (außerhalb der Heilkunde) · Instrumentallehrerin für Keyboard und Klavier · Musikgartenleiterin · Drums Alive® Instructor · Pound® Trainerin · Sängerin

Seit mehr als 30 Jahren begleite ich Menschen mit Musik. Für mich ist das weit mehr als ein Beruf: Es ist meine Berufung. Musik ist mein Leben, und es ist mir eine Herzensangelegenheit, die Freude daran weiterzugeben. Mit Respekt, Geduld und Einfühlungsvermögen schenke ich Ihnen in der Musiktherapie Zeit, Ruhe und einen geschützten Raum, in dem Sie ganz Sie selbst sein dürfen.

Ort
Haus 2 · Am alten Bahnhof 3
36466 Dermbach OT Zella/Rhön

Therapietag
dienstags, nach Vereinbarung

Kontakt
Telefon 0151 23576591
anfrage@musikharmonie-kram.de

www.musikharmonie-kram.de

mehr erfahren

Musikharmonie
KRAM
Vier Wege, eine Leidenschaft: Musik.

MUSIKHAUS · INSTRUMENTEN-WERKSTÄTTE · RHÖN-MUSIK-SCHULE · MUSIKTHERAPIE

Ein Angebot von Musikhaus & Rhön-Musik-Schule Kram · Inh. Diana Kram
Neue Straße 32 · 36466 Dermbach OT Zella/Rhön · Stand: November 2026

Diana Kram



Musiktherapeutin
(außerhalb der Heilkunde)

Musik als Wegbegleiter

MUSIKTHERAPIE



Musik öffnet Türen – auch nach innen.

Ein Angebot von Musikhaus & Rhön-Musik-Schule Kram



Ein Rhythmus, zwei Lächeln, ganz viel Freude.

WAS IST MUSIKTHERAPIE?

Musik, die *berührt.*

Musik kann uns berühren, beruhigen, Freude schenken und Erinnerungen wecken. Sie bietet die Möglichkeit, Gefühle auszudrücken, Erlebtes zu verarbeiten und neue Kraft zu schöpfen, auch ganz ohne Worte.

In der ressourcenorientierten Arbeit wird Musik bewusst eingesetzt, um das seelische, körperliche und geistige Wohlbefinden zu stärken und persönliche Fähigkeiten zu entdecken.

Gearbeitet wird zum Beispiel mit Trommeln, Klanginstrumenten, der eigenen Stimme und dem gemeinsamen Hören von Musik.

> **Keine Vorkenntnisse nötig.** Sie müssen kein Instrument spielen können. Wichtig sind Ihre Gefühle und Erlebnisse.

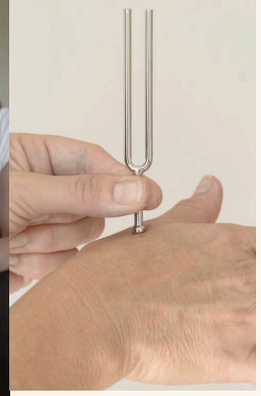
Schwerpunkte

Erdung
Rhythmus und tiefe Klänge helfen, im eigenen Körper anzukommen.

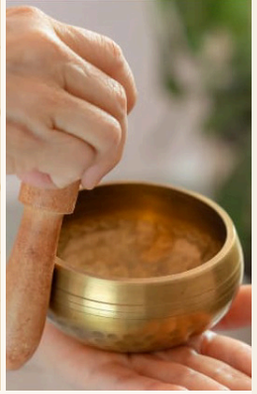
Balance
Spielerischer Wechsel von Aktivität und Ruhe, Klang und Stille.

Frequenzen
Handpan, Monochord und Stimmgabeln: Klang und Schwingung bewusst erleben.

Achtsamkeit
Wahrnehmen, was gerade da ist, ganz ohne Leistungsdruck.



Ankommen. Durchatmen.



WAS KANN MUSIKTHERAPIE BEWIRKEN?

Kraft aus *Klang & Rhythmus.*

Gefühle ausdrücken
Musik zeigt Gefühle, auch ohne Worte.

Zur Ruhe kommen
Klang und Rhythmus können Anspannung lösen.

Kontakt finden
Gemeinsames Musizieren schafft Begegnung.

Selbstvertrauen stärken
Sie merken: Ich kann etwas. Das macht stark.

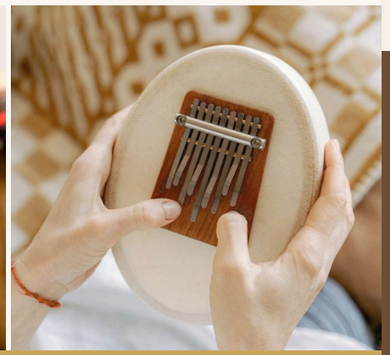
Wahrnehmung fördern
Hören, Spüren und Bewegen üben die Sinne.

Erinnerungen wecken
Vertraute Lieder lassen schöne Momente aufleben.

Kraft schöpfen
Musik kann Mut machen und Zuversicht schenken.

Konzentration fördern
Zuhören, abwarten, reagieren, ganz nebenbei.





SO LÄUFT ES AB

Schritt *für Schritt.*

1. **Kennenlernen**
   In der ersten Therapiestunde besprechen wir Wünsche, Bedürfnisse und Erwartungen.

2. **Musik erleben**
   Mit Trommeln, Klangschalen und der eigenen Stimme entdecken wir, was in uns klingt.

3. **Austausch**
   Wir schauen gemeinsam, was Ihnen gutgetan hat und was Sie mitnehmen.

Gut zu wissen

Dauer
Eine Therapiestunde dauert 45 Minuten. Vorrangig Einzeltherapie, Gruppentherapie auf Anfrage.

Kosten
Selbstzahlerleistung. Die Kosten nennen wir Ihnen gern auf Anfrage.

Muss ich musikalisch sein?
Nein. Jeder Mensch kann Musik erleben, ganz ohne Vorkenntnisse.

Wichtig
Musiktherapie ist ein unterstützendes Angebot und ersetzt keine ärztliche oder psychotherapeutische Behandlung.

SPRECHEN SIE UNS AN

Erste Therapiestunde anfragen

Telefon 0151 23576591
anfrage@musikharmonie-kram.de

In Ruhe und vertraulich · Therapietag: dienstags

Scannen & anfragen