

# Inhalt

Vorwort .....	7
1 Einleitung .....	11
2 Begründung und Eingrenzung des Themas .....	17
3 Zielvorstellungen (Intentionen) .....	23
4 Chronisch entzündliche Darmerkrankungen (CED) .....	25
4.1 Morbus Crohn und Colitis ulcerosa: Krankheitsbild und Symptome. .	25
4.2 Extraintestinale Manifestationen, Komorbiditäten und Folgekrankheiten .....	28
4.3 Diagnose .....	30
4.4 Prävalenz .....	31
4.5 Ätiologie .....	31
4.5.1 Von der Autoimmunkrankheit zum Barrieredefekt .....	31
4.5.2 Rauchen. ....	33
4.5.3 Ernährung .....	34
4.6 Fazit .....	35
5 Lebens- und Behandlungssituation bei CED .....	37
5.1 Evaluation der Lebensqualität .....	37
5.2 Spezifische Belastungsfaktoren (Stressoren) .....	38
5.3 Identität und Identitätsverlust .....	40
5.4 Versorgung .....	42
5.4.1 Medizinische Versorgung und die Rolle des Arztes .....	42
5.4.2 Versorgungsforschung .....	44
5.4.3 Leitlinien .....	45
5.4.4 Verbände und Organisationen .....	46
6 Psychosoziale Ursachenforschung und Indikation für eine Psychotherapie bei CED .....	49
6.1 Persönlichkeitsmerkmale .....	51
6.2 Das Biopsychosoziale Modell (BPS) .....	53
6.3 Das enterische Nervensystem (Bauchhirn) .....	55
6.4 CED und Stress .....	56
7 Musiktherapie bei CED .....	59
7.1 Versorgungslage .....	59
7.2 Literatur- und Forschungsübersicht „Musiktherapie und CED“ .....	60
8 Kriterien und Grundlagen für ein musiktherapeutisches Konzept .....	69
8.1 Indikationen und Kontraindikationen für eine psycho-soziale Unterstützung .....	69

8.2	Setting	71
8.2.1	Atmosphäre	71
8.2.2	Instrumente	72
8.2.3	Gruppentherapie	72
8.3	Salutogenese und Kohärenz	74
8.4	Gestalttherapeutischer Ansatz	76
8.4.1	Arbeit an der Grenze	78
8.4.2	Der Wachstumskreis	79
8.5	Psychosoziale Behandlungs- und Unterstützungsformen	80
8.5.1	Containment	81
8.5.2	Stressbewältigung	82
8.5.3	Resilienz und Ressourcenaktivierung	84
8.5.4	Coping	88
8.5.5	Compliance/Adhärenz	91
9	Musiktherapeutische Verfahren zur psychosozialen Behandlung und Unterstützung	93
9.1	Entspannungsübungen mit Musik	97
9.2	Achtsamkeits- und Wahrnehmungsübungen mit Musik	98
9.3	Rhythmus	100
9.4	Klang	102
9.4.1	Begegnung mit dem Gong	103
9.4.2	Klangmassagemeditation & Klangreisen	105
9.4.3	Stimme und Vokalatmung	107
9.5	Imagination & Visualisierung mit Musik	109
9.6	Improvisation und der „Flow“	110
9.7	Stille	113
9.8	Musikalische Rituale	114
9.9	Musik und andere kreativen Medien	115
10	Diskussion und Ausblick	117
10.1	Zusammenfassung	117
10.2	Erweiterung des Konzepts	117
10.3	Ausblick auf weitere Forschungsarbeiten	118
10.4	Forderungen	119
	Literatur	121