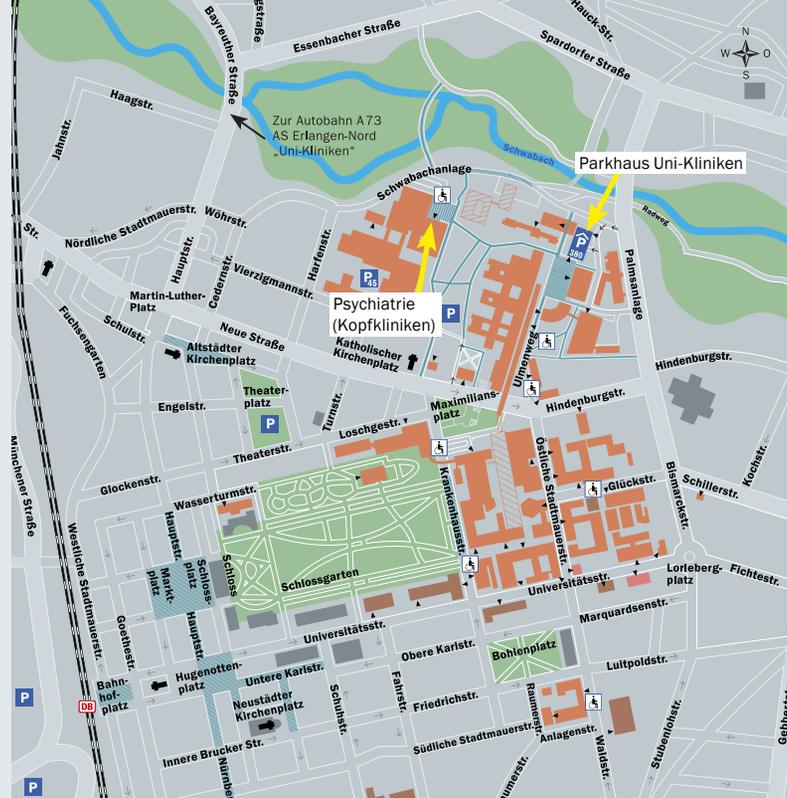




Wie erfolgt die Anmeldung?

Schreiben Sie uns gerne eine E-Mail mit Ihrer Telefonnummer an taketina.ps@uk-erlangen.de. Wir lassen Ihnen gerne weitere Informationen zukommen!

Schauen Sie auch auf unserer Website vorbei:
www.taketina.com/de/rhythmustherapie-erlangen



Psychiatrische und Psychotherapeutische Klinik
Direktor: Prof. Dr. med. Johannes Kornhuber

Schwabachanlage 6 (Kopfkliniken), 91054 Erlangen
www.psychiatrie.uk-erlangen.de

Anmeldung und Kontakt
taketina.ps@uk-erlangen.de

Zur besseren Lesbarkeit verwenden wir bei der Bezeichnung von Personengruppen die männliche Form; selbstverständlich sind dabei die weiblichen Mitglieder eingeschlossen.

Herstellung: Uni-Klinikum Erlangen/Kommunikation, 91012 Erlangen
Fotos: © iStocks.com/tashka2000, Klaus Göhr, TaKeTiNa Institut

Mit Rhythmus aus der Depression

TaKeTiNa-Rhythmustherapiestudie

Psychiatrische und Psychotherapeutische Klinik



PS 569-511134_Vers. 08/20

**Universitätsklinikum
Erlangen**



Worum geht es in der Studie?

Im Rahmen unserer Studie bieten wir depressiv erkrankten Personen die Möglichkeit einer achtwöchigen Teilnahme an einer TaKeTiNa-Musiktherapie. Gemeinsam in einer Gruppe bewegen wir uns zu Rhythmen, klatschen und sprechen Silben, die das Bewusstsein im Hier und Jetzt ankeren. Dabei bauen die Teilnehmer immer mehr Verbindung zu sich und ihrer innewohnenden Kraft auf. Durch das Wiederholen über einen Zeitraum von mehreren Wochen soll ein nachhaltiger depressionshemmender Effekt auch über die Studienteilnahme hinaus erzielt werden.

Neben einem möglichen antidepressiven Effekt soll die Auswirkung auf unser Immunsystem untersucht werden. Es werden Entzündungsfaktoren und weitere Blutmarker, die bei Depressionen eine Rolle zu spielen scheinen, untersucht. Dadurch wollen wir messbare biologische Aspekte depressiver Erkrankungen besser verstehen, mit dem Ziel, die Erkrankung zukünftig gezielter diagnostizieren und behandeln zu können.



Was ist TaKeTiNa?

TaKeTiNa ist eine Methode, die seit über 20 Jahren therapeutisch genutzt und auch in der Depressionsbehandlung eingesetzt wird. Begründet wurde die Methode 1970 vom Musiker und Komponisten Reinhard Flatischler. Bei TaKeTiNa werden die Teilnehmer von einem Therapeuten mit Schrittbewegungen, Klatschen und der Stimme in rhythmische Ebenen geführt.

Durch ein begleitetes Wechseln zwischen Stabilisierung und Destabilisierung vertieft sich das Vertrauen der Teilnehmer, dass der Rhythmus trägt und dass auch das Leben tragen kann. Ein wiederholendes Sprechen von Silben stärkt das Gegenwartsbewusstsein. Dies kann Grübeln, eines der depressiven Hauptsymptome, reduzieren. TaKeTiNa kann das psychische, emotionale und körperliche Wohlbefinden steigern.

Wie läuft die Studie ab?

Mitmachen können Personen, die an einer Depression leiden. Nach erfolgter Anmeldung werden Sie einer der beiden Gruppen (Beginn mit TaKeTiNa oder Beginn mit Wartephase und anschließendem TaKeTiNa) zufällig zugeteilt. Nach einem Einführungstag erfolgt die Teilnahme an einer achtwöchigen Gruppentherapie. Zu Beginn der Studie sowie dann monatlich erfolgen die Erfassung der Depressivität mittels Fragebögen und Blutabnahmen.

Acht Wochen nach Abschluss der Studienphase werden Sie nochmals untersucht. Sollte eine Teilnahme aufgrund von Erkältungssymptomen oder möglichen Kontaktbeschränkungen aufgrund der aktuellen COVID-19-Pandemie vor Ort im Universitätsklinikum Erlangen nicht möglich sein, finden die Therapieeinheiten online statt. Die Teilnahme ist kostenlos.

