

Presstext

Leinfelden-Echterdingen, den 26.04.2010

Klangschalenmassage und Klangspiele mit Kindern



Der spielerische Umgang mit Klangschalen macht Kindern Spaß und fördert ihre Kreativität, aber auch ihre Konzentrationsfähigkeit. Gleichzeitig lernen die Kinder, in unserer reizüberfluteten Welt ihre innere Ruhe zu finden und sich selbst besser wahrzunehmen.

Vom Baby bis zum Teenager: Klangschalen üben eine große Faszination auf Kinder aus. Sie glänzen schön goldfarben – und bringt man sie mit einem Klöppel zum Klingen, hört man nicht nur unterschiedliche Töne, sondern spürt ein „Brummen“, wenn man die Schale berührt. Ganz ohne Vorwissen entlocken Kinder dem

Instrument eine Vielzahl an Tönen – die Schalen regen zum Experimentieren an und machen einfach Spaß.

„Wer die **Körperwahrnehmung von Kindern** stärken möchte, kann eine Klangschale auf verschiedene Körperbereiche des Kindes legen und sanft anschlagen“, erklärt der Klangmassagelehrer Frank Plate. „Das kitzelt so schön“ freuen sich die Kinder, wenn eine Schale auf dem Bauch liegt. In große Schalen können sich die Kinder sogar hineinstellen. Spielerisch finden sie heraus, wie sich der Körper dabei anfühlt und wohin sich die Schwingungen ausbreiten. Auch **Hörspiele** machen Spaß: Aus welcher Richtung kommt der Ton? Wie lange klingt die Schale? Der Fantasie und der Spiellust sind hier keine Grenzen gesetzt.

Die Klangschalen bringen vor allem Ruhe und Entspannung und eignen sich deshalb wunderbar für ein Ritual vor dem Schlafen gehen: „Ich finde, gerade **Fantasiereisen** lassen sich ganz wunderbar mit Klangschalen kombinieren. Auch zu Hause, beim abendlichen Zu-Bett-Geh-Ritual. In einer schönen Geschichte einige Lesepausen einbauen und die Klangschale anschlagen. Selbst Kinder mit Einschlafstörungen kommen so zur Ruhe und schlafen entspannt ein,“ erzählt die Musikpädagogin Christel Langlotz.

Auch **Babys** und **Kleinkinder** reagieren besänftigt auf die obertonreichen Klänge. „Ich habe einfach unterschiedliche Schalen angespielt und geschaut, ob es Markus gefällt“, berichtet Karsten Sroka. Srokas jüngster Sohn Markus ist 18 Monate alt – und wie alle Kinder in dieser Lebensphase hat er

auch sehr unruhige Tage. „Wenn Markus seine „Problemtage“ hatte, habe ich für ihn einige Klangschalen angeschlagen. Das hat Markus immer zur Ruhe gebracht. Er lächelte dabei und blieb friedlich sitzen - zum Schluss sind wir alle eingeschlafen“, erzählt der fünffache Vater lachend. Ausgesucht hat sich Markus seine Klangschalen selbst. „Ich habe einfach unterschiedliche Schalen angeschlagen und aufmerksam beobachtet, wie Markus reagiert hat. Zeigte er Unwilligkeit, habe ich die Schale aussortiert, schaute er aufmerksam oder besonders entspannt, beließ ich die Schale. So kristallisierte sich ein kleines Set heraus, das ich dann anspielte.“

„Mit Klangschalen kann man Kinder sehr effektiv unterstützen, sich zu entspannen und sich einfach wohlfühlen. Sogar Schreibabys und hyperaktive Kinder lassen sich von den obertonreichen Klängen der Schalen beruhigen und besänftigen“, erklärt Frank Plate. „Für Kinder eignen sich eher Klangschalen, die nicht zu hohe oder zu tiefe Töne haben und die nicht zu schwer sind. Meistens sind das Schalen zwischen 200 und 800 Gramm“. Beruhigend wirkt der Alphawellenton, aber auch Sonnen- und Mondtöne eignen sich sehr gut für die Klangarbeit mit Kindern. „Wichtig ist immer ein guter Klöppel mit einem Dämpfer und die richtige Anschlagtechnik. Dann steht der Kinderentspannung nichts mehr im Wege“, ergänzt der erfahrene Klangmassagelehrer.

Mittlerweile setzen viele Kindergärten, aber auch Vor- und Grundschulen diese besonderen Klanginstrumente ein. Die Pädagogen sensibilisieren damit zum Beispiel den Gehör- und Tastsinn der Kinder und fördern die feinmotorischen Fähigkeiten. „Klangschalen eignen sich vor allem hervorragend zur Belebung, Konzentrationsförderung und Beruhigung“ erklärt die Musikpädagogin Christel Langlotz. „Wichtig ist, die Schalen richtig anzuschlagen: Die Herzfrequenz wird spürbar heruntergefahren, der Körper ist ruhiger und aufnahmefähiger. Der Klang erdet sehr.“

4.038 Zeichen inklusive Leerzeichen

Abaton Vibra bedeutet "Schwingungen des Allerheiligsten". Die schwäbische Firma gibt es bereits seit 1993. Begonnen hat der Firmengründer Frank Plate mit dem Handel von Tibetischen Klangschalen, was bis heute eine Spezialität des Esoterik-Großhandels ist. Gleichzeitig begann er die Klangmassage mit Planetenschalen entwickelt. Sein Wissen darüber gibt er seit 1997 in Seminaren weiter. Christina Plate ist ausgebildete Yogalehrerin (BYV), und Meditationskursleiterin. Seit 2009 unterrichtet sie bei Abaton Vibra u.a. den Einsatz von Planetenklangschalen im Yoga.