

# Online - Klangtherapie (Soundhealing)

von Nika Bär - CHARISMA SOUND

Du wohnst weiter weg und wünschst eine Klangtherapie / Soundhealing?

Kein Problem. Ich mache einen Terminvorschlag und schon kann es losgehen.

## **Hier findest du meine wichtigsten Tipps!**

Selbst ohne Tonübertragung entfaltet die Klangtherapie aus der Ferne in der feinstofflichen Ebene ihre Wirkung.

Dein Erlebnis gewinnt jedoch an Tiefe, wenn Du den Klängen bewusst lauschst.

Für ein dreidimensionales und möglichst natürliches Hörerlebnis nutze ich hochwertige Mikrofone, Aufnahme- und Streaming-Geräte.

Online-Klangtherapie ist einfacher, als du denkst. Kleine Pannen? Kein Problem, wir finden kreative Lösungen!

## **Programme & Geräte**

- Zoom, Facetime oder Teams (WhatsApp als Ausweichsmöglichkeit)
- Computer, Tablet oder Handi (Mit Internetkabel oder WLAN)

## **Ton & Bild**

- Extra Kopfhörer oder externe Stereo-Lautsprecher empfohlen
- Kein extra Mikrofon nötig
- Kamera auf Augenhöhe (für das Vor- und Nachgespräch)

## **Vorbereitung**

- Gerät geladen & getestet?
- Wer ruft wen an?
- Etwas zu trinken parat?
- Für welches Thema hättest du gerne Unterstützung?

## Dein Platz

- Ruhiger, heller Raum
- Du bist ungestört (wichtig)
- Liegemöglichkeit, Decke

## Deine Vorteile

- Keine Anreise
- Besonders geeignet ist es bei weiter Anfahrt
- Auch bei Krankheit oder in einer Krise geeignet
- Privatsphäre - du bist in deinem vertrauten Umfeld
- Du kannst dabei tief entspannen
- Viele sagen es sei viel besser als erwartet
- Es wirkt auch als Fernbehandlung

## Deine Nachteile

- Das sinnliche Erleben der Klänge ist nicht dasselbe
- Den persönlichen Kontakt kann es nicht vollständig ersetzen
- Die Welt der Klänge vor Ort ist vielschichtiger, harmonischer und differenzierter
- 50 Minuten Online-Klangtherapie / Soundhealing kosten gleich viel wie 60 Minuten im Praxisatelier in St.Gallen - der technischer Aufwand ist für mich grösser

**Fazit: Online - Klangtherapie / Soundhealing wirkt - unkompliziert & persönlich.**

Ich freue mich auf dich!

Herzlich, Nika Bär