

Heidelberger Musiktherapiemanual

Chronischer, nicht maligner Schmerz

Die moderne Schmerztherapie führt häufig dann zum Erfolg, wenn sie von einem interdisziplinären Therapiekonzept ausgeht, deren Voraussetzung eine enge Zusammenarbeit von Organ- und Seelenmedizin ist. Der ärztliche Schmerztherapeut (meist Anästhesist) und der Psychotherapeut arbeiten dabei eng und gut auf den Patienten abgestimmt zusammen.

Aus diesen Gründen wurde eine interdisziplinäre Kooperation zwischen dem Zentrum für Schmerz- und Palliativmedizin der Universität Heidelberg und dem Deutschen Zentrum für Musiktherapieforschung an der Fakultät für Musiktherapie der Fachhochschule Heidelberg ins Leben gerufen, welche die Grundlage zur Entwicklung und wissenschaftlichen Überprüfung der manualisierten Schmerzmusiktherapie bildete. In enger Zusammenarbeit mit über 100 Schmerzpatienten wurde ein musiktherapeutisches Behandlungskonzept entwickelt, das mit hoher klinischer Signifikanz bereits nach 20 Behandlungseinheiten zu spürbarer Schmerzreduzierung bis hin zur Schmerzauflösung führen kann.

Fallvignette

Herr S., 53 Jahre alt, 2 Kinder, Eisenbahner, leidet bereits seit 4 Jahren unter starken Rücken- und Schulterschmerzen, als er in die Musiktherapie kommt. „Sie sind meine letzte Rettung – ich habe schon alles probiert, aber keiner kann mir helfen“, sind seine ersten Worte.

Wie viele Schmerzpatienten glaubt er fest an das Vorhandensein einer organischen Störung, die von ärztlicher Seite einfach noch nicht entdeckt wurde. (Dabei ist bekannt, dass mindestens bei der Hälfte aller chronischen Schmerzpatienten eine psychische Komponente eine wesentliche Rolle bei Verursachung und Unterhaltung der Schmerzen spielt)

Die Musiktherapeutische Behandlung beginnen wir mit folgender Aufgabe:

Herr S. wird gebeten, sich an einen besonders schönen Moment in seinem Leben zu erinnern. Als ihm nach langem Grübeln sein Hochzeitstag einfällt, leuchten seine Augen. Nun beginnen wir, dieser positiven Erinnerung eine klangliche Gestalt zu geben. Wir vertonen die Stimmung, die auf der Hochzeit geherrscht hat.

Es ertönt eine lebhaft gemeinsame Musik, Herr S. spielt auf einer Handtrommel einen Walzerrhythmus, der Musiktherapeut begleitet am Klavier. Langsam verändert sich die Körperhaltung von Herrn S., er wirkt auf einmal viel vitaler. Auf seine Schmerzen angesprochen, sagt er, dass er diese beim Musizieren gar nicht gespürt hätte – nach der Musik seien sie aber sofort wieder da gewesen..

Wir spielen noch so manche Improvisation zu schönen Lebensmomenten von Herrn S.. Durch die gemeinsame klangliche Gestaltung bekommen diese positiven inneren Bilder wieder mehr Raum in seinem Fühlen und Denken. Im weiteren Verlauf der Therapie kann sich die starke Fokussierung auf die Schmerzen (...alles „dreht“ sich um den Schmerz) etwas lösen. Neue, lange nicht erlebte Gefühle von „Ausgefüllt - Sein“ oder gar „Glück“, wird wahrgenommen und wiederum auf Instrumenten mit neuen Klängen hörbar gemacht

In der letzten Stunde sagt Herr S.: „Als ich hergekommen bin, war ich nur krank, jetzt bin ich zwischen- durch auch immer wieder mal gesund. Das erleichtert es sehr, mit den Schmerzen umzugehen.“

Die Musiktherapeutische Behandlung hat bei Herrn S. zu einem Wiederentdecken von positiven Erinnerungen und damit zu einer „Aufweichung“ festgefahrener Denkmuster geführt, was ihn nun befähigt, neben seinen Schmerzen auch wieder anderen Gefühlen und Gedanken Ausdruck zu verleihen.

Ein positiveres Umgehen mit den Schmerzen führte dazu, dass seine Schmerzen letztlich nicht mehr so schmerzhaft waren...

Literaturempfehlung



Heidelberger Musiktherapiemanual
Chronischer, nicht maligner Schmerz
Thomas K. Hillecke

Berlin 2005, 192 Seiten,
Paperback, zahlreiche Abbildungen und Tabellen, teilweise farbig
ISBN 3-937151-42-7
uni-edition
24,90 €

Eine Vielzahl von Fachbüchern, auch dieses, können Sie in unserem Webshop bestellen!

Weitere Informationen

Deutsches Institut für angewandte Therapieforschung (DIAT e.V.)
Heidelberg