



15. Dezember 2009

Forschung und Wissen

Die positive Kraft der Klänge

Musiktherapie Töne und Rhythmen lassen sich in der Rehabilitation nach neurologischen Eingriffen, bei Tinnitus und bei Demenz gezielt nutzen

Tam datam datam: Entschlossen hat Johannes auf Becken und Trommel, rhythmisch präzise kommen die Töne. „Ich will.“ „Ich kann.“ „Macht Spaß“, spricht kraftvoll jeder Schlag.

Befreiungsschläge aus einem verstummen, gefangenen Körper.

Die Entfernung eines gutartigen Tumors in einem heiklen Gebiet – an einer Stelle am Hinterkopf, wo das zentrale in das periphere Nervensystem übergeht – hat dem Zehnjährigen nicht nur Stimme und Beweglichkeit geraubt, sondern auch lebenswichtige Reflexe wie Schlucken und Husten lahmgelegt. Nun erobert sich der Junge Schlag für Schlag seine Lebendigkeit und Ausdrucksfähigkeit zurück.

„Es hat mich überrascht, dass jemand mit dieser starken körperlichen Einschränkung einen so klaren Rhythmus hat“, berichtet die Musiktherapeutin Sabine Bischof von Johannes' ersten Spielversuchen auf Klangstäben. Damals musste jemand helfen, Klöppel und Instrumente zu halten. Mittlerweile ertönt Schillers Ode „An die Freude“ auf dem Metallofon glockenklar.

Johannes kommt aus einer musikbegeisterten Familie. Vor seiner Erkrankung spielte er Klavier und sang im Chor. Das hat ihm den Zugang zur klingenden Therapie erleichtert. Voraussetzung war es nicht.

Die Erfahrung, dass Töne und Rhythmen die Genesung unterstützen, teilt er mit vielen anderen Patienten der Helios-Klinik Holthausen, einer Fachklinik für neurochirurgische und neurologische Rehabilitation in Hattingen (Ruhrgebiet). Hier wird Menschen geholfen, die nach einem neurochirurgischen Eingriff oder einem Schlaganfall den plötzlichen Verlust der Selbstständigkeit verkraften müssen, die Hilflosigkeit und Abhängigkeit erleben. „Der Körper, in dem man zu Hause war, gehorcht nicht mehr“, erklärt Mechthild Ehlich, Leiterin der musiktherapeutischen Abteilung der Klinik. „Das macht enorme Angst. Da gilt es, sich neu zu orientieren und sich zu beruhigen – das kann Musik.“

Aber die klingende Therapie vermag noch viel mehr. Parkinson-Kranke können unter dem Einfluss von Musik ihre oft gestörten Bewegungen leichter koordinieren. Aphasiker – Menschen, denen ein Hirnschlag die Sprache geraubt hat – finden über Melodien und Lieder zum gesprochenen Wort. Gelähmte Schlaganfallpatienten lernen mit einem musikunterstützten Training schneller und besser wieder laufen. Studien belegen, dass die Qualität der Bewegung deutlich zunimmt.

Wie reagieren die Patienten auf das Angebot, eine Trommel zu schlagen oder Saiten zu zupfen? Auf ein Ausprobieren lassen sich die meisten ein, erzählt Musiktherapeutin Ehlich. „Und dann passieren tolle Sachen.“ Wenn Patienten spüren, dass ihnen trotz extremer Einschränkungen etwas gelingt, stärkt das ihren Selbstwert und ihren Antrieb. Nicht zuletzt bringt das Musizieren Freude.

Rhythmus und Töne unterstützen Menschen spielerisch, die sonst selbst die kleinste Bewegung mühsam und konzentriert anbahnen müssen.

Den Zugang zur Musik halten die Therapeuten so einfach wie möglich. Für viele Klang- und Rhythmusinstrumente braucht man keine Vorkenntnisse.

Anknüpfen an frühe Erfahrungen

„Musik trifft den Menschen auf einer ganz grundlegenden Ebene“, sagt Professor Hans Volker Bolay vom Deutschen Zentrum für Musiktherapieforschung in Heidelberg. Klänge und Rhythmen finden oft noch dort Zugang, wo der Weg über Worte versperrt ist. Wissenschaftler sprechen in diesem Zusammenhang vom frühen Dialog: Schon im Mutterleib hört das Ungeborene Geräusche und

lernt, sie mit einer bestimmten Befindlichkeit zu verknüpfen. So geht ein erhöhter Herzschlag der Mutter bei Stress oder Ärger mit Unruhe in der Gebärmutter einher. Bevor Kinder sprechen können, verständigen sie sich mit Lauten. „Auf dieser frühen, nicht sprachlichen Form des Kommunizierens sind wir extrem leicht zu erreichen“, erläutert Bolay, Dekan des Fachbereichs Musiktherapie der SRH Hochschule Heidelberg.

Klavierspielen gegen Ohrensausen

Klangvoll bringen die Heidelberger Wissenschaftler sogar störende Ohrgeräusche zum Schweigen. Wenn Menschen ein dauerndes Fiepen, Pfeifen oder Zirpen peinigt, sind in über 90 Prozent der Fälle die Hörorgane in Ordnung. Fehlschaltungen im Gehirn verursachen das Dauerkonzert – bestimmte Bereiche im Hörzentrum sind ständig aktiv.

Das Heidelberger Konzept setzt deshalb auf die Lernfähigkeit des Denkkorgans: Über Töne von außen sollen die Bereiche, in denen der störende Dauerton auftritt, wieder lernen, wann sie aktiv sein sollen und wann nicht. Dazu wird zunächst mit einem Sinusgenerator die Frequenz des Störtons exakt ermittelt. Im Anschluss setzen sich die Patienten aktiv mit diesem Ton auseinander, indem sie ihn mit der Stimme und mit Instrumenten wie Klavier, Gong oder Vibrafon aufgreifen. Die Behandlung umfasst zehn einstündige Sitzungen. Im Idealfall nimmt der Patient danach nur noch Geräusche von außen wahr.

Studien belegen, dass 80 Prozent der Betroffenen eine deutliche Abschwächung oder gar eine völlige Auflösung des Geräuschs erleben – und das anhaltend. Die Veränderungen in den Hörarealen sind bildlich nachweisbar.

Was zunächst nur für die Therapie des tonalen Tinnitus möglich schien, hat sich in einer Folgestudie in ähnlicher Form bei tonalen Ohrensausen als wirksam erwiesen. In diesem Fall hören die Betroffenen Geräusche wie Rauschen, Zischen oder Brummen.

Mit einem entsprechenden Computerprogramm können die Forscher auch hier die störenden Frequenzen genau ermitteln. Diese Geräusche werden den Patienten in einem Takt von außen eingespielt, der sich an ihrem Puls orientiert. Denn bei ihren Untersuchungen haben die Forscher entdeckt, dass bei dieser Tinnitusform auch das Herz und die Blutgefäße betreffende Vorgänge wie Puls- und Blutdruckschwankungen eine wichtige Rolle spielen.

In der einwöchigen Therapie machen die Geplagten, die sich dem nervenden Dauerrauschen oft hilflos ausgeliefert fühlen, die wichtige Erfahrung, dass sich die Störgeräusche beeinflussen lassen. So hilft die Klangkur, Tinnitus und die damit verbundene Stressreaktion voneinander zu trennen.

Anwendungsgebiet erweitert

Stress abbauen, verborgene Gefühle zulassen: Darum geht es bei einer laufenden Studie in Heidelberg mit jugendlichen Patienten, die unter Spannungskopfschmerzen leiden. Liegen Kopfschmerzen psychische Ursachen zugrunde, bietet die Musiktherapie eine gute Chance, Gefühle zu regulieren.

Ob die taktvolle Behandlung auch hyperaktiven Kindern helfen kann, wird eine in Kürze anlaufende Studie zeigen. Weil im Körper eines ADHS-Kinds alle Vorgänge zu schnell ablaufen, bietet die Musiktherapie eine hervorragende Möglichkeit, organische und psychische Regulationsprozesse auf ein normales Maß zu bringen, ist Bolay überzeugt.

Solche Studien zeigen, dass sich das Anwendungsgebiet der Musiktherapie in den vergangenen Jahren erweitert hat. Früher wurden vor allem Patienten in psychosomatischen und psychiatrischen Einrichtungen ermuntert, ihren Problemen mithilfe von Stimme und Instrument auf die Spur zu kommen. Heute wird Musiktherapie zusätzlich bei körperlichen Gebrechen eingesetzt. Nach wie vor hat sie aber einen wichtigen Stellenwert bei der Behandlung seelischer Leiden: „Es gibt viele psychische Prozesse, die wir aus den unterschiedlichsten Gründen nicht in Worte fassen können“, sagt Bolay. „Da ist Musiktherapie das Mittel der Wahl.“

Zugang zu einer verlorenen Welt

Wenn Monika Krämer ihre Klienten besucht, kommt sie mit großem Gepäck. Klangschalen, Tamburin und Schellenstäbe, aber auch CDs und Liedertexte bringt sie mit. „Die Instrumente lege ich in die Mitte für jeden in Reichweite“, erzählt die Nürnberger Musiktherapeutin, die mit Demenzkranken arbeitet. „Ich stelle die Instrumente vor und lade ein, sie zu benutzen.“ Etwas anbieten, aber nichts fordern – das ist das oberste Gebot bei der Begleitung von Menschen, denen der Gedächtnisverlust die Orientierung in einer einst vertrauten Welt geraubt hat. „Ich erlebe wunderbare Überraschungen, jeder entwickelt seine ganz eigene Spielart“, erzählt Krämer. Etwa wenn jemand das Tamburin nicht schlägt, sondern mit der Hand darüberstreicht. Die Therapeutin greift solche Interpretationen auf, verstärkt sie zum Beispiel mit der Meerestrommel und weckt damit unter Umständen Urlaubserinnerungen. Bewegende Momente auch für Monika Krämer, wenn die Musik ihre Klienten aus der Verlorenheit holt und sogar einfühlsame Reaktionen möglich macht. „Mit den Worten ‚Nicht traurig sein‘ tröstete ein Teilnehmer eine Frau, die bei Peter Alexanders „Sag beim Abschied leise Servus“ weinte – und nahm sie liebevoll an die Hand.“ Gerade bei Demenzkranken, die über Sprache oft kaum mehr zu erreichen sind, schaffen Töne und Rhythmen Augenblicke des Wiedererkennens und der Klarheit. Das schenkt ein bisschen Sicherheit und Ruhe in einer verwirrend gewordenen Umgebung, auf die viele ängstlich, traurig oder depressiv oder auch aggressiv reagieren. Krämer spürt das: „Oft sehe ich ein Lächeln auf den Lippen der Teilnehmer.“

Maria Haas

Weitere Informationen

www.apotheken-umschau.de/Tinnitus

Adressen musiktherapeutischer Praxen:
Deutsche Musiktherapeutische Gesellschaft e.V.
Telefon 030/ 294 924 93, Fax – 94
www.musiktherapie.de

Deutsches Zentrum für Musiktherapieforschung:
Telefon 06221/83 38 60
www.dzm.fh-heidelberg.de

Fakultät für Musiktherapie an der SRH Hochschule Heidelberg:
www.fbmth.fh-heidelberg.de