

Ziele der Musiktherapie

- Unterstützung in der Krankheitsbewältigung
- Förderung der Selbstheilungskräfte
- Linderung von Angst und Schmerzen
- Entspannung
- Ausblenden belastender Themen
- Aktivierung von Ressourcen
- Förderung der Selbstwirksamkeit
- Verbesserung der Kommunikation
- Stabilisierung der sozialen Beziehungen
- Förderung der Lebensqualität



Ansprechpartner für die fachliche Beratung

Deutschland

Cordelia Fischer

E-Mail: info@musiktherapie-kassel.de

Christine Kukula

E-Mail: info@stimme-klang-musik.de

Rigulf Hefendehl

E-Mail: info@musiktherapie-hefendehl.de

Ulrike Beise

E-Mail: info@stimmklang.com

Schweiz

David Moser

E-Mail: resonanz@davidmoser.be

Ausführlichere Informationen finden Sie auf den Seiten des Bundesarbeitskreises »Musiktherapie in der Onkologie/Hämatologie, Palliative Care und Hospizarbeit« auf www.musiktherapie-onkologie.net

Kontakt

Deutsche Musiktherapeutische Gesellschaft (DMtG) e.V.

Naumannstr. 22

10829 Berlin

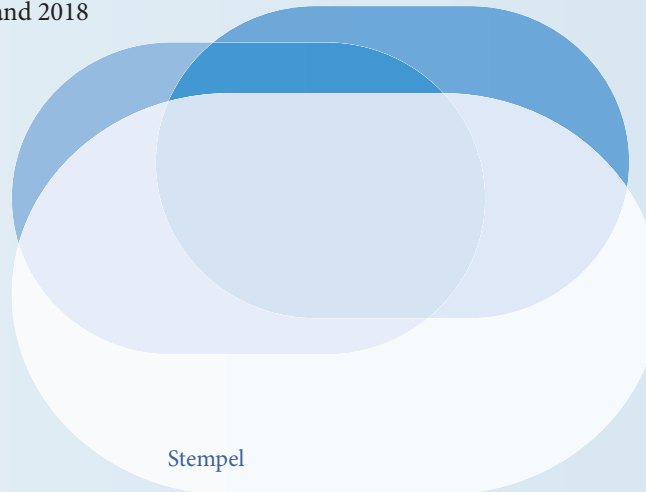
Tel: 030. 29 49 24 93

E-Mail: info@musiktherapie.de

www.musiktherapie.de

www.facebook.com/musikwirkt

Eine Information der Deutschen Musiktherapeutischen Gesellschaft in Zusammenarbeit mit dem Bundesarbeitskreis »Musiktherapie in der Onkologie/Hämatologie, Palliative Care und Hospizarbeit« Stand 2018



Musiktherapie in der Onkologie

Musik ermöglicht Erleben jenseits von »krank« und »gesund«



Fotos: Stillleben mit Instrumenten: Rigulf Hefendehl; alle anderen: Andreas Wagner

dmtdg
Deutsche
Musiktherapeutische
Gesellschaft

Für eine Weile die Krankheit vergessen

Mit der Diagnose Krebs gerät für viele Betroffene die Grundordnung des gewohnten Lebens aus dem Gleichgewicht. Körperliche und psychische Probleme treten auf und belasten verschiedene Bereiche des Lebensalltags. Musiktherapie stellt einen wichtigen Bestandteil in der psychosozialen Begleitung von krebserkrankten Menschen dar, sowohl während des stationären Aufenthaltes, als auch in der Nachsorge. Musik ist eine große Kraftquelle: In Form von Rhythmus, Klang und Melodie begleitet sie uns durch unser gesamtes Leben. Sie ist der direkte Weg zu Emotionen und Stimmungen. Dieses Potenzial verwendet die Musiktherapie im Rahmen der therapeutischen Beziehung zur Wiederherstellung, Erhaltung und Förderung seelischer, körperlicher und geistiger Gesundheit. Dazu nutzt sie u. a. folgende Methoden:

In der aktiven Musiktherapie spielen Patientinnen und Patienten sowie Therapeutinnen und Theapeuten meist auf speziell für die Musiktherapie entwickelten Instrumenten. Deren Handhabung erfordert keinerlei Vorkenntnisse. Im musikalischen Spiel finden Gefühle und Atmosphären ihren Ausdruck. Dabei können sich gewohnte Verhaltensmuster zeigen und neue erprobt werden. Durch den Einsatz von Stimme und Gesang kann der Körper aktiviert und die Seele gestärkt werden.

In der rezeptiven Musiktherapie spielt der Musiktherapeut für die Patientinnen und Patienten auf einem Instrument ihrer Wahl, wobei die wahrgenommene Stimmung als Grundlage der Musik dient.

Mit hör- und spürbaren Instrumenten (Körpertambura, Klangwiege) kann Tiefenentspannung unterstützt werden. Das Spüren der Klänge erzeugt ein ganzheitliches Körpererleben und verhilft oft zu einer Versöhnung mit der durch verschiedene Therapien veränderten Körperwahrnehmung. Auch gemeinsames Anhören von Musikstücken, die für PatientInnen bedeutsam sind, gehört in diesen Bereich.

Die durch die Musik geweckten Erinnerungen und Gefühle können zum Ausgangspunkt von entlastenden und unterstützenden Gesprächen werden. Durch die Besonderheit des Mediums Musik kann sich das Geschehen auch ausschließlich in der Musik abspielen.

Gesunde Anteile hörbar machen

»Wenn ich Musik höre, fürchte ich keine Gefahr. Ich bin unverwundbar. Ich sehe keinen Feind. Ich bin verbunden mit den frühesten Zeiten ebenso wie mit den jüngsten.« H. D. Thoreau (19. Jh.)

Die folgenden Effekte von Musiktherapie in der Onkologie konnten in evidenzbasierten Studien nachgewiesen werden:

- Angst, Stimmungsstörungen, Depression können sich durch Musiktherapie bessern.
- Rezeptive Musiktherapie fördert Entspannung und lindert Nebenwirkungen wie Schmerzen und Atemnot.
- Musiktherapie hilft, mit sich selbst in Kontakt zu kommen und gesunde Anteile wahrzunehmen. Dies führt zu einer Steigerung des seelisch-körperlichen Wohlbefindens und somit zu einer Verbesserung der Lebensqualität.
- Aufgrund der überzeugenden Studienlage findet sich die Musiktherapie auch in der S3-Leitlinie »Psychoonkologische Diagnostik, Beratung und Behandlung von erwachsenen Krebspatienten« als Therapieempfehlung insbesondere zur Reduzierung von krankheitsbedingten Ängsten.

Fazit: Musiktherapie in der Onkologie unterstützt Patientinnen und Patienten bei der Krankheitsbewältigung und trägt zur Verbesserung ihrer Lebensqualität bei. Sie ergänzt sinnvoll das bestehende medizinische Behandlungsangebot.



»Über die Musik habe ich einen eigenen Zugang zu meinen Emotionen gesucht. Ich hab erst mal gelauscht: Wie geht das so? Und hab sofort gemerkt, ich muss hier nicht perfekt sein, kann erst mal was ganz anderes machen.« Aussage einer Patientin



In zwei Filmsequenzen beschreiben die Musiktherapeutinnen Ulrike Haffa-Schmidt und Cordelia Fischer musiktherapeutische Interventionen. Schauen und hören Sie rein.



Ulrike Haffa-Schmidt
Kurzlink: <http://t1p.de/ncwx>



Cordelia Fischer
Kurzlink: <http://t1p.de/ldhq>