

Tobias Kranz^a

Ego-State-basierte Musiktherapie bei Depressionen

Keywords: Depression – innere Anteile – Ego-State-Therapie – klinische Studie

Die Arbeit mit »inneren Anteilen« bietet aus der Sicht des Autors eine Ergänzung zu bisherigen Ansätzen der musiktherapeutischen Depressionsbehandlung. Das betrifft insbesondere Selbstmitgefühl, Selbstfürsorge und Selbstwert während und auch nach der klinischen Behandlung.

Hintergrund

In der musiktherapeutischen Literatur finden sich Hinweise zur Nutzung und Übertragung von Teilekonzepten als Interventionsmethode in der musiktherapeutischen Arbeit (u. a. Timmermann 2003; Rose und Bossinger 2004; Wiesmüller 2014; Moreau und Pommerien 2014). Eine ausführliche Konzeptualisierung fehlt hingegen, obwohl diese Ansätze in der Praxis verbreitet sind (Wagner 2022). Die Ego-State-Therapie wurde vom Ehepaar John und Helen Watkins entwickelt (Watkins und Watkins 2019). Basis ist ihre Idee der Multiplizität, dem Bestehen der Persönlichkeit aus unterschiedlichen »inneren Anteilen« – Ego-States.

In der Depressionsbehandlung legen bisherige musiktherapeutische Ansätze den Fokus unter anderem auf Aktivierung und die Wirkung der Gruppe als Gegenpol zu Isolation. Kurzfristige Effekte auf die depressive Leitsymptomatik konnten in RCTs (Fachner und Erkkilä 2013) nachgewiesen werden. Auch ein Cochrane Review weist in diese Richtung (Aalbers et al. 2017). Im psychodynamischen Verständnis depressiver Erkrankungen wird die Auseinandersetzung mit und Durcharbeitung von früheren Verlusterfahrungen als zentral angesehen (u. a. Metzner 2014; Wöller und Kruse 2018).

Die Arbeit mit »inneren Anteilen« bietet m. E. eine Ergänzung zu bisherigen Ansätzen der musiktherapeutischen Depressionsbehandlung, besonders in den Bereichen Selbstfürsorge und Selbstwert. Im ersten Teil der Promotionsstudie soll der Ansatz der Ego-State-Therapie auf die Musiktherapie übertragen und konzeptualisiert werden. Nach einer Erprobungsphase als zweitem Teil soll das Konzept im dritten Teil anhand einer klinischen Machbarkeitsstudie mit depressiv Erkrankten im Einzelsetting auf seine Anwendbarkeit überprüft werden.

Forschungsfragen

- Hauptfrage: Inwiefern kann Ego-State-basierte Musiktherapie die bisherige musiktherapeutische Depressionsbehandlung im psychotherapeutisch-klinischen Setting ergänzen?
- Ist das Konzept der EST auf Musiktherapie übertragbar?

a Hochschule für Musik und Theater Hamburg, LVR-Universitätsklinik Essen

- Welche Herausforderungen und Chancen ergeben sich aus der Übertragung der Ego-State-Therapie auf die Musiktherapie?
- Welche Interventionen sind für die Musiktherapie adaptierbar?
- Wird Ego-State basierte Musiktherapie ergänzend zur Standardbehandlung von an Depression erkrankten Patient:innen als hilfreich erlebt?

Methode

Die Studie basiert auf einem dreistufigen Konzept.

1. Konzeptentwicklung: Ego-State-Ausbildung bei Kai Fritzsche (Fritzsche 2018), Durchführung von leitfadengestützten Expert:inneninterviews, spezifische begleitende Supervision, genaue Beschreibung der Interventionen.
2. Erprobungsphase: Erprobung des Konzepts an einzelnen Patient:innen mit anschließendem leitfadengestützten Interview, Diskussion des Konzeptes in Kolloquien und einer Fokusgruppenspendiskussion der Expert:innen.
3. Machbarkeitsstudie: Setting Einzeltherapie, Frequenz mindestens 10 Einheiten, geplant 15–20 Patient:innen, Hauptdiagnose mittelgradige oder schwere Depressionen ohne psychotische Symptome, Datenerhebung prä, post und follow up, qualitative und quantitativ Methodik.

Ergebnisse

Da das Promotionsvorhaben im Oktober 2022 gestartet ist, liegen aktuell noch keine Ergebnisse vor.

Diskussion/Ausblick

Im Prozess können weitere Fragen auftauchen. Welche Nebendiagnosen spielen eine Rolle? Hat die Änderung der Eingangs- und Ausgangsdiagnose eine Auswirkung auf den Prozess? Wie schätzt das multiprofessionelle Team den Ansatz und die Integrierbarkeit ein? Wann ist dieser Ansatz kontraindiziert? Ergeben sich Möglichkeiten der Adaptierung des Konzeptes für das Gruppensetting?

Literatur

- Aalbers, S., Fusar-Poli, L., Freeman, R. E., Spreen, M., Ket, J. C., Vink, A. C., Gold, C. (2017). Music therapy for depression. *The Cochrane Database of Systematic Reviews*, 11(11), CD004517.
- Fachner, J. & Erkkilä, J. (2013). Das finnische Forschungsmodell einer musiktherapeutischen Behandlungspraxis von Depressionen. *Musiktherapeutische Umschau* 34(1), 37–46.
- Fritzsche, K. (2018). *Praxis der Ego-State-Therapie* (3. Aufl.). Heidelberg: Carl-Auer.
- Metzner, S. (2014). Musiktherapie bei Depression – Forschungsergebnisse aus klinischer Sicht. *Musiktherapeutische Umschau* 35(1), 16–27.
- Moreau, D. von & Pommerien, D. (2014). Musiktherapeutische Ansätze in der Arbeit mit traumatisierten Menschen. In F. Brecht & J. Schröder (Hrsg.): *Trauma und Traumatherapie. Grenzen, Forschung, Möglichkeiten* (133–146). Heidelberg: Heidelbergischer Hochschulverlag (Schriftenreihe des Heidelberger Symposiums zur Interdisziplinären Arbeit in der Sozialpsychiatrie, XI/XII).
- Rose, J.-P. & Bossinger, W. (2004). Musiktherapeutische Lösungsschlüssel. Welche Schlüssel öffnen Türen in Lösungsräume der hypnosystemischen Einzeltherapie? In Zeuch, A., Hänzel M. & Jungaberle H. (Hrsg.): *Systemische Konzepte für die Musiktherapie. Spielend lösen* (65–89). Heidelberg: Carl-Auer.

- Timmermann, T. (2003). *Klingende Systeme. Aufstellungsarbeit und Musiktherapie*. Heidelberg: Carl-Auer.
- Wagner, B. (2022). *Die Klänge meiner Innenwelt. Über die Arbeit mit dem Ego-State-Konzept in der Musiktherapie*. Diplomarbeit, Universität für Musik und Darstellende Kunst Wien.
- Watkins, J. G. & Watkins, H. H. (2019). *Ego-States – Theorie und Therapie. Ein Handbuch* (4. Aufl). Heidelberg: Carl-Auer.
- Wiesmüller, E. (2014): *Traumaadaptierte Musiktherapie. Musiktherapie mit Erwachsenen, die an (komplexen) Traumafolgestörungen leiden*. Wiesbaden: Reichert (zeitpunkt musik, Bd. 3).
- Wöller, W. & Kruse, J. (2018). »Es hat alles keinen Sinn mehr« Depressive und suizidale Patienten. In: Wöller W. & Kruse J. (Hrsg.): *Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie. Basisbuch und Praxisleitfaden* (5. aktualisierte Aufl., 1. Nachdruck 2020, S. 383–393). Stuttgart, Regensburg: Schattauer; Friedrich Pustet.



Tobias Kranz, Duisburg
tobias.kranz@musiktherapie.de

