

Inhaltsverzeichnis

	Vorwort	6
	Einleitung	10
1.	Grundlagen	13
1.1.	Musikbegriff	13
1.2.	Wirkung von Musik	15
1.2.1.	Grundwirkungen nach Bubmann	17
1.2.2.	Ergotrope Musik	18
1.2.3.	Trophotrope Musik	18
1.2.4.	Aktivierende und beruhigende Wirkung von Musik	19
1.3.	Klang	20
1.3.1.	Der Klang in der Welt	21
1.4.	Klang- und Rhythmusarchetypen	22
1.4.1.	Gegenüberstellung der Archetypenlehre von C.G. Jung mit den Klangarchetypen von Wolfgang Strobel	24
1.4.2.	Gegenüberstellung der Archetypenlehre von C.G. Jung mit den Rhythmusarchetypen von Reinhard Flatischler	25
1.5.	Obertöne als mitschwingende Teiltöne	28
1.6.	Hören und Sehen	29
2.	Menschlicher Wahrnehmung und Informationsverarbeitung	31
2.1.	Gedächtnisarten	31
2.2.	Zeitliche Strukturen des Gedächtnisses	31
2.3.	Informationsverarbeitung im Gehirn	33
2.3.1.	Ebenen menschlicher Informationsverarbeitung mit Schwerpunkt Musikverarbeitung	34
2.3.2.	Bedeutung für musikalisches Handeln	38
2.4.	Wie Musik ins Gehirn gelangt	41
2.5.	Verarbeitung von Musik	42
3.	Musik und Gefühl	44
4.	Psychosomatischer Regelkreislauf unter Beteiligung der Künste	49
5.	Musik als Kunst und Musik als spontaner Ausdruck	53
6.	Folgen überlauter Musik	55
7.	Klang und Trance	56

7.1.	Die fünf Gehirnwellenbereiche und ihre Bedeutung	57
8.	Aktives Singen und Musizieren	61
8.1.	Unterschiede zu rezeptivem Musikerleben	61
9.	Durchklingen der Persönlichkeit	63
9.1.	Personare	63
9.2.	Der Körper als Instrument	65
9.3.	Aufarbeitung der Problembereiche im „Körper als Instrument“	69
9.4.	Vokalarbeit	73
10.	Singen	76
10.1.	Anatomie und Physiologie der Stimme	76
10.2.	Bedeutung des Singens	79
10.3.	Lebenslied	81
10.4.	Stimmerfahrungen der frühen Kindheit	82
10.5.	Einfache Lieder als Erinnerung gespeichert	83
10.6.	Förderung der Sprachentwicklung durch Singen	85
10.7.	Singen in der Grundschulzeit.....	86
10.7.1	Singen als Teil des Musikunterrichtes in Grundschulen	87
10.8.	Singen im weiteren Lebensweg	89
10.9.	Lieder zur Aufarbeitung von Trauer, Schmerz und Verlust	90
10.10.	Heilende Wirkung des Singens.....	93
10.11.	Singen fördert die Hormonausschüttung	96
10.12.	Obertongesang	99
10.13.	Gesang und Zauberei	100
11.	Klang als eine Dimension der christlichen Religion	102
11.1.	Energie wird durch Musik (Klang) bewegt	105
11.2.	Vermittlung von Religion	106
12.	Meditation	108
13.	Lernen von Musik	110
13.1.	Elementares Singen und Musizieren	110
13.2.	Rhythmisch-musikalische Erziehung	112
13.2.1	Die Mehrdimensionalität der Rhythmik	114
13.3.	Wissensvermittlung ist nicht mit Empfindung gleichzusetzen	116
14.	Musiktherapie als Einstieg zum therapeutischen Musizieren.....	117
14.1.	Ausschnitt des Textes der „Kasseler Konferenz“ (1997)	117

14.2.	Wer hat Anrecht auf psychotherapeutische Behandlung	120
14.3.	Prinzipien musikpädagogischer Arbeit im Rahmen des therapeutischen Musizierens	123
15.	Therapeutisches Musizieren	124
15.1.	Therapeutisches Musizieren als prozessorientierte Musizierart	124
15.2.	Instrumente für das therapeutische Musizieren	125
15.3.	Spielmöglichkeiten	126
16.	Therapeutisches Singen	130
17.	Therapeutisches Umfeld	132
18.	Resonanz als inter- und intrapersonelle Verbindung	134
19.	Koordinationsübungen für Auge, Ohr und Hand	137
19.1.	Trainieren des Sehsinnes	137
19.2.	Jonglieren	137
19.3.	Klangunterstütztes Augentraining	141
19.4.	Auge-Hand Koordination mit Klangstäben üben	142
19.5.	Weitere Koordinationsübungen von Auge, Hand und Gehörsinn	143
19.6.	Augentest zur Feststellung von Dominantsichtigkeit	144
19.7.	Blickprobleme durch Dominantsichtigkeit	144
19.8.	Augenübungen als Gleichgewichtstraining bei Dominantsichtigkeit	146
19.9.	Blicksprünge	148
19.9.1	Blicksprünge beim Musizieren	148
19.9.2	Blicksprünge beim Lesen von Texten	149
19.10.	Lesen und gleichzeitiges Klavierspiel	152
19.11.	Bewegte Töne	153
19.12.	Augenbewegungsmuster im neurolinguistischen Programmieren	154
19.13.	Augenbewegungen und Traumverhalten (REM-Phasen)	155
20.	Wege, die zu einem Ganzen führen	156
21.	Wie verbindet sich Geist und Materie mit und ohne Musik	160
21.1.	Friedrich Schiller: Verbindung zwischen Geist und Materie	160
21.2.	Schillers Theorien aus heutiger Sicht	162
21.3.	Musik als Bindeglied zwischen Geist und Materie	165
22.	Implizite Ordnung als Bindeglied zwischen Geist und Materie	168
23.	Unterbrechung der Verbindung zwischen Geist und Materie	171
24.	Kann Musik Materie herstellen?.....	172

25.	Schülerbeschreibungen	173
26.	Folgerung für meine Arbeit	205
	Quellenverzeichnis.....	208
	Literaturverzeichnis.....	I

Menschliche Wahrnehmungsverarbeitung unter Einfluss von Musik

Vorwort

Wie „Materialkunde“ zentrales Thema in Lehrberufen ist, so müsste auch das klingende Material „Musik“ unter Musikerberufen den gleichen Stellenwert bekommen. Um die Musik in ihrer ganzen Vielfalt erleben zu können, ihre Wirkungen und Wechselwirkungen auf Körper, Geist und Seele zu ergründen, bedarf es mehr, als einzelner physikalischer Parameter. Wird Musik therapeutisch eingesetzt, ist es nahezu unumgänglich, sich wissenschaftlich damit zu beschäftigen.

Da Musiktherapie ein sehr weit gestreuter Begriff mit vielen Anwendungsbereichen ist, beschränke ich mich in dieser Arbeit auf den Bereich des therapeutischen Musizierens. Musiktherapie als summarische Bezeichnung für unterschiedliche musiktherapeutische Konzeptionen ist nach der Definition der Kasseler Konferenz (1977) auch Grundlage für meine Arbeit, mit deren Anteil an therapeutischem Musizieren ich Menschen mit verschiedenen Wahrnehmungsstörungen und daraus folgenden eingeschränkten Handlungsmöglichkeiten zu einer verbesserten Lebensqualität, Kommunikationsmöglichkeit und Lernleistung verhelfen will.

Ich arbeite seit zehn Jahren mit Kindern, die aufgrund verschiedener Teilleistungsstörungen besonderen Förderbedarf haben und in sonderpädagogischen Einrichtungen, aber auch Integrationsklassen von Pflichtschulen betreut werden. Dazu gehören auch jene Kinder, die in unserer, auf Profit aufgebauten Gesellschaft, kaum Möglichkeiten haben, auf herkömmliche Art „Musik“ zu erlernen und so auch nicht in den Genuss der positiven Wirkungen des Musikmachens kommen.

Wenn Kinder merken, dass sie gewisse Schulleistungen aufgrund von Wahrnehmungsstörungen und Koordinationsproblemen zwischen Wahrnehmung und darauffolgenden Handlungen haben, reicht dieses Erahnen um das „Anderssein“, dass

zusammen mit dem Nichterbringen von genormten Schulleistungen tiefe seelische Wunden hinterbleiben. Das Ausführen von Tätigkeiten, die den momentanen Wissensstand übersteigen, führen zu Angst und Stress. Um zusätzliche Fördermöglichkeiten im Pflichtschulbereich zu bekommen, muss „besonderer Förderbedarf“ bescheinigt werden. Allein mit der Diagnose „Legastheniker“ kann solche Fördermöglichkeit angefordert werden. Jedoch nach meinen Erkenntnissen haben viele Lese- und Rechtschreibschwächen andere Ursachen. Wer einmal als Legastheniker abgestempelt ist, fühlt ein Leben lang Stress beim Umgang mit Wörtern und Zahlen.

Ziel dieser Arbeit ist, meine Beobachtungen und die praktische Tätigkeit wissenschaftlich zu untermauern.

Vorgangsweise:

Um meine berufsbegleitende Ausbildung in Musiktherapie zu vertiefen und weitere Hintergründe und Teilaspekte kennen zu lernen verwendete ich vor allem folgende Literatur:

Joachim-Ernst Berendt: Das dritte Ohr; Nada Brahma;

Wolfgang Bossinger: Die heilende Kraft des Singens;

Herbert Bruhn: Musiktherapie;

Hans-Helmut Decker-Voigt: Aus der Seele gespielt;

Barbara Gindl: Die Resonanz der Seele;

Horst-Peter Hesse: Musik und Emotion;

Robert Jourdain: Das wohltemperierte Gehirn;

Manfred Spitzer: Musik im Kopf;

Björn und Ruth Tischler: Musik aktiv erleben; sowie

Fachartikel aus der „Musiktherapeutischen Umschau“ und

Meldungen des Forschungsnetzes „Mensch und Musik“.

Da seit meiner Ausbildung doch schon 15 Jahre vergangen sind, besuchte ich die, an der Grazer Musikuniversität angebotenen Lehrveranstaltungen „Einführung“ und „Spezialvorlesung Musiktherapie“.

Ich muss zugeben, auch Bereiche, die streng gesehen nicht zur Wissenschaft zählen (Literatur zur Beschreibung von Klangphänomenen auf esoterischer Ebene, persönliche Aufzeichnungen von Musiktherapeuten und sonderpädagogische Schriften) in meine Arbeit einbezogen zu haben. Dies deshalb, da es vor allem in der Klangwirkung nur wenige

wissenschaftliche Arbeiten gibt und Fachartikel von Musiktherapeuten sowohl in wissenschaftlichen Zeitschriften als auch unter „Musik, Magie, Esoterik“ im Internet zu finden sind. Ich bin der Meinung, dass seriösen, überprüfbaren Meldungen Beachtung geschenkt werden kann, damit Klangwirkungen, die großteils gewinnbringend in Wellness-Zentren eingesetzt werden, in jene Bereiche der Pädagogik Einzug halten können, die zur Verbesserung von Lebensqualität und Lernleistung hilfreich sein können. Ebenso möchte ich in diesem Zusammenhang darauf verweisen, dass auch die Ganzheitsmedizin eine Brücke zur chinesischen Medizin mit total gegensätzlichen Ansätzen betritt.

Ich greife in meiner Arbeit auf bereits vorhandene Forschungsergebnisse zurück, da mir für eigene Forschungstätigkeiten die nötige Infrastruktur und der Auftrag der Eltern, die mir die Kinder zur Förderung (und nicht zur Forschung!) schicken, fehlt.

Im Zusammenhang mit den musikpädagogischen Grundsätzen der 70er Jahre des vorigen Jahrhunderts, in denen elementare rhythmisch- musikalische Erziehung gefordert wird und deren fehlender Umsetzung (zumindest in meinem Wirkungsbereich), habe ich die Auswirkungen im Musikkonsum, im passiven Singverhalten und im „klingenden“ Teil des christlichen Religionsempfindens aufgezeigt.

Ein großer Bereich ist dem Singen gewidmet. Singen ist der direkte Zugang zu Emotionen, wie auch zur Körperwahrnehmung, da viele Muskel und Nervensysteme an der Erzeugung von Mundbewegungen, der Atmung und der Produktion der Töne beteiligt sind. Singen beginnt bereits in der pränatalen Entwicklungsphase mit dem Wahrnehmen der mit Emotionen verknüpften mütterlichen Stimme und zieht eine prägende Spur durch das ganze Menschenleben. Singen ermöglicht die Aufarbeitung von Trauer, Schmerz und Verlust als Einzelperson genau so, wie es ein kollektives Ausdrucksmittel der genannten Lebensumstände ganzer Völker sein kann. Meine Erfahrung aus 25-jähriger Chorleitertätigkeit habe ich mit Zitaten aus der Fachliteratur untermauert.

Die menschliche Informationsverarbeitung und ihre Bedeutung für das musikalische Handeln geben die Grundlage für meine Folgerungen, dass der von mir beschriebene Teil der Musiktherapie zu einer Verbesserung der Wahrnehmung führt und somit bereits vor der Informationsverarbeitung im Gehirn wirkt.

Friedrich Schillers „Philosophische Schriften über die Natur des Menschen“, seine Dissertation „Versuch über einen Zusammenhang der tierischen Natur des Menschen mit

seiner geistigen“ (Verbindung von Geist und Materie), seine „Briefe zur ästhetischen Erziehung“ und „die implizite Ordnung von Geist und Materie“ nach David Bohm bieten die Grundlage zu jener Erkenntnis, dass alle Einzelhandlungen des Menschen zu einer ganzheitlichen Wahrnehmung und zu Handlungen aus den, von der Ganzheit des Menschen, zusammengeführten Impulsen (Denken und Fühlen) führen müssen. Durch die Erkenntnis, unter Einfluss von Musik die Wahrnehmung verändern zu können und dass (nach therapeutischer Begleitung) der „ganze Mensch“ handlungsfähig ist, habe ich das Ziel meiner Arbeit erreicht.

Im handlungsbezogenen Teil meiner Arbeit sind jene Musizierarten beschrieben (und teilweise abgebildet), die ohne musikalische Vorkenntnisse ausgeführt werden können. Diese Musiziertechiken verbessern die Auge – Ohr – Hand – Koordination und könnten als Ausgleich der Koordination von Joystick mit Computerbild und der realen Auge – Hand – Koordination bereits vor dem Pflichtschulbesuch ausgeführt werden. Bewegungsblindheit, sowie gewisse Folgen von Dominantsichtigkeit lassen sich erfolgreich behandeln und durch lang gezogenes Singen von Vokalen emotionale Attacken „wingsingen“.

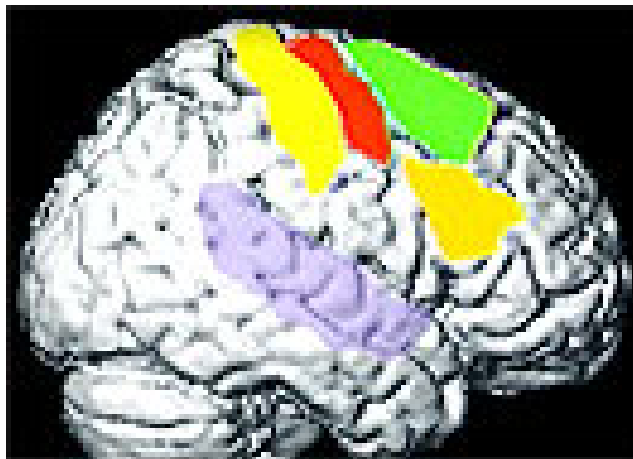
Fallbeschreibungen einzelner Schüler, die aufgrund von Behinderungen und Teilleistungsstörungen in Integrationsklassen und zusätzlich musiktherapeutisch, bzw. mit therapeutischem Musizieren betreut werden, spiegeln den Ablauf der Betreuung und die Veränderung der Wahrnehmung, sowie das Ziel des ganzheitlichen Handelns wider.

Diese Fallbeschreibungen sollen auch exemplarisch aufzeigen, dass trotz unterschiedlichster Ausgangslagen mit dem therapeutischen Musizieransatz die Integration dieser Kinder wesentlich erleichtert und verbessert werden kann. Dies führt nicht nur zur Verbesserung der Lebensqualität der Einzelperson, sondern verbessert das soziale Zusammenleben und die Lernsituation in Klassengemeinschaften. Wenn therapeutisches Musizieren nachweislich zu einer dauerhaften Verringerung der vorhandenen Störungen geführt hat, kann oft auf eine teure Einzelbetreuung zugunsten allgemeiner Lernbetreuung verzichtet werden.

Einleitung

Musik wirkt. Studien bringen zum Ausdruck, dass mit Musik vieles besser und gesünder geht. Musizierende Kinder haben bessere Schulleistungen, mehr Ausdauer, wirken ausgeglichener. Diesbezüglich hat Dr. Hans Günther Bastian eine Langzeitstudie mit 180 Kindern an Berliner Grundschulen, an denen Musizieren gefördert wird, durchgeführt. Er kam zu folgendem Ergebnis: Schüler, die Musik machen, sind weniger aggressiv, toleranter, selbstbewusster realitätsbezogener, emotional stabiler und intelligenter. Obwohl die Schüler bei der Einschreibung keine IQ-Unterschiede zeigten, brachte es die Hälfte der musikorientierten Schüler nach eineinhalb Jahren zu überdurchschnittlichen Ergebnissen, nach vier Jahren zeigten sich bessere Noten in Geometrie, Deutsch, Englisch, Mathematik. Darüber hinaus waren die Kinder sozialer – wer musiziert, prügelt in der Regel nicht (Zusammenfassung einer Pressemitteilung für Musikschulen für den Kreis Gütersloh, Deutschland).

Hirnforscher stellten fest, dass Musiker durch die Tätigkeit des Musizierens veränderte und zum Teil vergrößerte Hirnstrukturen haben.¹ Auch wurde festgestellt, dass unser Hirn ein Leben lang veränderbar ist. Musik – mit den notwendigen Bewegungen – sorgt dafür, dass sich Nervenverbindungen im Gehirn effizienter vernetzen. Musizieren verknüpft die Gehirnregionen für Bewegung und Hören miteinander.²



¹ Pressemeldung der Friedrich-Schiller-Universität Jena. 28.10. 2002 und Journal of Neuroscience (Oktober 2003), Vol. 23 (27), Seite 9240 – 9245, Zugriff am 14. März 2004.

² ddp/bdw/Andreas Wawrzinek/www.wissenschaft.de vom 15. 10. 2003, Zugriff am 14. März 2004.

Wenn Kinder schon früh anfangen, zeitlich-räumlich präzise Bewegungsmuster zu programmieren und das Gehör zu verfeinern, werden die Nervenzellen in diesen für das Musizieren wichtigen Regionen zum Wachstum angeregt und vorhandene Nervenzellen sterben nicht ab. Bei Profi-Musikern sind die Regionen für das Hören - und für die Bewegung besonders aktiv. Beim Laien reagiert nur das Zentrum für das Hören.³

Sind Singen und Musizieren im Trend?

Ich meine ja! Vieles verändert sich im Laufe eines Lebens. Neue Fertigkeiten werden verlangt, andere verlieren an Bedeutung. Wenn aber jene, die an Bedeutung verloren haben, dafür wichtig waren, dass ein Mensch aus einer Ganzheit heraus handelt, muss eine darüber liegende Ordnung dieses Gleichgewicht wieder herstellen können. Ich bin davon überzeugt, dass Singen und Musizieren diese Funktion übernehmen können.

³ <http://www.3sat.de/3sat.php?http://www.3sat.de/nano/estuecke/43674/>, Zugriff am 8.2.2005.

Männlich – weiblich?

Der leichteren Lesbarkeit wegen habe ich auf die doppelte Aufzählung der männlichen und weiblichen Ansprechform verzichtet (Leser und Leserinnen). Sofern eine Beschreibung nicht direkt einer männlichen oder weiblichen Person zugeordnet ist, gilt die Ansprechform sinngemäß für beiderlei Geschlecht.

Die Erlaubnis, Fotos von musizierenden Kindern in meiner Arbeit verwenden zu dürfen, habe ich von den Eltern der betroffenen Kinder eingeholt.

Steine klingen,



Menschen auch.

Ein quaderförmiger Monolith hat eine allseitig polierte Oberfläche und senkrechte Einschnitte. Der Steinblock stellt eine überdimensionale Stimmgabel dar. Durch reibende Handbewegungen wird der Stein zum Schwingen gebracht. Ein tiefer, anhaltender Ton wird fühlbar und hörbar. Das kalte Material „Stein“ wird so neu belebt. (Hugo Kückelhaus)

1. Grundlagen

1.1. Musikbegriff

Im „Großen Handlexikon vom Institut Bertlmann“⁴ findet sich folgende, zunächst ganzheitliche Betrachtung von Musik:

„Musik war zunächst bei den Griechen als zusammenfassender Begriff für Tonkunst, Dichtkunst und Tanzkunst, dann die Tonkunst allein, d. h. die Kunst, durch Töne Empfindungen oder Inhalte auszudrücken.“

Bruhn (1993) erklärt den Musikbegriff anhand der drei nachstehenden Punkte:

- „Musik als extern kodierte Information: Musik wird auf Tonträgern unterschiedlichster Form festgehalten oder in Form gedruckter Noten vermittelt.
- Musik als akustische Struktur: Musik ist ein physikalisches Ereignis, wenn Klänge als Wellen durch Luft oder ein anderes Material geleitet werden.
- Musik als Phänomen menschlichen Erlebens: Musik wird über das Gehör aufgenommen und nach der Verarbeitung zu einem Teil menschlicher Wahrnehmung oder Vorstellung.“⁵

Extern kodierte Information bereits als Musik zu bezeichnen bedeutet für mich den Vergleich, ein Rezept in einem Kochbuch mit einem fertig gekochten Gericht gleichzusetzen. Ebenfalls ist der Zeitablauf des Wahrnehmungsprozesses von Musik, vergleichbar mit einem Film von Bedeutung. Während es im Film als kleinste Dimension noch ein Standbild gibt, ist der „Moment Musik“ kaum vorstellbar. Musik ist – entsprechende Lautstärke vorausgesetzt, zwangssozialisierend, d. h. sie muss wahrgenommen werden. Ein Bild muss nicht betrachtet werden, man kann wegschauen. Weghören funktioniert kaum, zumal Musik als Schall nicht nur über das Ohr, sondern vom ganzen Körper aufgenommen wird.

Für Spitzer hat Musik etwas mit Ton, Klang und Klangfarbe, Harmonie und Rhythmus, sowie mit komplex gebildeten akustischen Strukturen zu tun. Spitzer bezeichnet aber auch getrommelte Kompositionen (also ohne Klang) und Klänge ohne rhythmische Struktur als Musik.⁶

⁴ Hrsg. Lexikon – Institut Bertlmann. Gütersloh 1979, Seite 725.

⁵ Bruhn, Örtel & Rösing, 1993, Seite 14 f. In: Bruhn, Herbert: Musiktherapie. Hogrefe, Göttingen 2000, Seite 21.

⁶ Vgl.: Spitzer, Manfred: Musik im Kopf. Schattauer, Stuttgart 2002, Seite 17.

Der Pianist John Cage komponierte 1952 ein Stück, das aus einer einzigen Pause mit einer Länge von 4 Minuten und 22 Sekunden besteht.⁷

Weiters zitiert Spitzer aus dem Brockhaus Riemann Musiklexikon:

„Musik ist die produktive Gestaltung des Klingenden“ weiß das Brockhaus Riemann Musiklexikon (Band 3, Seite 175), nicht jedoch ohne den Satz wie folgt fortzusetzen: „[Musik ist die produktive Gestaltung des Klingenden], das als Natur- und Emotionslaut die Welt und die Seele im Reich des Hörens in begriffsloser Konkretheit bedeutet, und das als Kunst in solchem Bedeuten vergeistigt zur Sprache gelangt kraft einer durch Wissenschaft (Theorie) reflektierten und geordneten und daher sinnvollen und sinnstiftenden Materialität. Die ‚Sprachfähigkeit‘ der abendländischen Musik beruht auf der Geistfähigkeit der seit der griechischen Antike vom und als Logos erschlossenen Physis des tönenden Materials und begründet die Geschichtsfähigkeit der Musik.“⁸

Emmanuel Laborit, der in frühen Jahren erblindete, empfindet Musik folgendermaßen:

„Die Musik ist eine Sprache jenseits der Worte, sie ist universell. Sie ist die schönste Kunst, die es gibt, sie schafft es, den menschlichen Körper leibhaftig in Schwingungen zu versetzen [...]. Das geht im Inneren des Körpers vor sich. Es sind Noten, die anfangen zu tanzen. Wie Kaminfeuer. Das Feuer, das rhythmisch groß, klein, groß, schneller, langsamer wird. [...] Schwingungen, Emotionen, Farben in magischem Rhythmus.“⁹

Musik- oft verbunden mit Bewegung (Tanz) findet sich in allen Erdteilen, in einfachen Stämmen ebenso wie in Hochkulturen. Die unterschiedlichen Theorien über den Musikbegriff zeigen, wie schwierig es ist, Musik mit Worten zu beschreiben. Mit Begriffen wie Teil der Kunst oder anderer Medien, oder der Wirkung von Musik lässt sich eben dieser zusätzliche Aspekt beschreiben, Musik bleibt aber immer etwas „Universales“ und somit schwer beschreibbar. Gerade dieses „schwer Beschreibbare“ birgt aber die Chance in sich, immer neue Besonderheiten im Ausdruck und in der Wirkung zu entdecken.

⁷ Vgl.: Brown, S. Merker, B. Wallin NL 2000 An introduction to evolutionary musicology. In Wallin, NL. Merker, B. Brown, S. (Hrsg.) The origins of music. MIT Press, Cambridge MA, Seite 3 – 24.

⁸ Spitzer, Manfred: Musik im Kopf. Schattauer, Stuttgart 2002, Seite 18.

⁹ Laborit, Emmanuel: Der Schrei der Möwe. Gustav Lübbe Verlag, Bergisch Gladbach 1995, Seite 24, 25.

Ich möchte hier einen Vergleich mit dem lebenswichtigen Element „Wasser“ herstellen: Wasser, mit seiner chemischen Formel beschrieben, gibt noch keinen Hinweis auf dessen Lebensnotwendigkeit und Gebrauchsmöglichkeit. Die Beschreibung des Zustandes (fest, flüssig, gasförmig) und die temperaturabhängigen Bedingungen für den Wechsel in einen anderen Zustand ist vordergründig gut getroffen, ebenso die Anomalie beim spezifischen Gewicht. Da jedoch bis zum Zeitpunkt der Erforschung unseres Nachbarplaneten Mars, hinsichtlich Wasser der geringe Luftdruck beim Übergang vom festen in einen anderen Zustand kaum eine Rolle in der Beschreibung des Wassers spielte, wird dieser Aspekt auch nicht beleuchtet (bei geringem Luftdruck und Temperaturanstieg geht das Wasser vom festen direkt in den gasförmigen Zustand über).

Wie beim Wasser beschrieben, bin ich der Auffassung, dass mit der Erforschung der Wirkung von Musik durch immer neue Untersuchungsmethoden die Musik neue Erkenntnisse zulässt und die Beschreibung immer zeitbezogen ausfallen wird. Jene Elemente, mit denen man Wirkungen erklären will, werden aktuell beleuchtet und beschrieben. Dass Musik wirkt, ist man sich seit langer Zeit bewusst.

1.2. Wirkung von Musik

Der zusammenfassende und ursprüngliche griechische Begriff „Musik“ für Ton-, Dicht- und Tanzkunst wird aus heutiger Sicht, die versucht, die Musik als Ganzheit stiftende Wahrnehmung im Gehirn zu beweisen, wieder stimmig.

Als einen der ersten schriftlichen Belege für die Wirkung von Musik wird immer wieder der „harfenspielende David“, der zur Behandlung der Depressionen von König Saul aufspielt, erwähnt (1. Buch Samuel, Absatz 23). Heute kann man die Wirkung der Musik im menschlichen Gehirn mittels Magnetresonanztomographie (MRT) objektiv nachweisen. Mit Hilfe von Kernspintomographie können Wissenschaftler sichtbar machen, wie das Gehirn denkt und wie es sich unter Einfluss von Musik verändert.¹⁰ Ebenfalls kann mittels Blut, das mit Sauerstoff angereichert ist und als Kontrastmittel verwendet wird, die neuronale Aktivierung einzelner Hirnareale nachgewiesen werden.

¹⁰ <http://www.uni-saarland.de/verwalt/presse/pm/2003/08/2003-2008.html>, Zugriff am 28. 02. 2004.

Einer, zunächst als bedeutungslos bezeichneten Entdeckung des Chemikers und Doppelnobelpreisträgers Linus Pauling in den dreißiger Jahren des vorigen Jahrhunderts, nämlich dass sauerstoffreiches Blut geringfügig veränderte magnetische Eigenschaften aufweist, ist dieser Nachweis zu verdanken. Erst durch technische Errungenschaften der letzten Jahre wird, basierend auf diesem Grundwissen, die Methode der funktionellen Magnetresonanztomographie, die zu den wichtigsten Fortschritten auf dem Gebiet der Hirnforschung der letzten Jahrzehnte zählt, eingesetzt.¹¹

Trotz dieser verbesserten Nachweisbarkeit von musikalischen Einflüssen auf das Gehirn hat Musik aber eine zusätzliche, universale Wirkung. Forscher vom Darmouth-Zentrum für kognitive Hirnforschung stellten fest, dass dasselbe Musikstück bei mehrmaligem Hören auf dynamische Weise immer wieder neu verarbeitet wird. Bei jedem Hören werden andere Hirnareale aktiv. So werden in einem höheren Analysezentrum, dem restromedialen Stirnhirn emotional bewegende Eindrücke mit vernünftigen Erwägungen in Einklang gebracht.¹²

Mir ist diese Aussage besonders wichtig, da sonst der Eindruck entstehen könnte, dass bloß die mehrmalige musiktherapeutische Verabreichung eines Musikstückes „nebenwirkungsfrei“ eine einzelne Wirkung erzielt.

Heiner Gembris konnte 1985 in einer Studie Erfahrungen bestätigen, dass die psychische und physische Verfassung, der augenblickliche körperliche Zustand und die Stimmung des Menschen die Wirkung von Musik verändern. Musik lässt sich trotz verbesserter Nachweisbarkeit nicht auf ein „wenn – dann“ reduzieren.

Gembris: Ruhige Musik kann in einem erregten Zustand total abgelehnt werden und reizen, statt zu beruhigen. Musikdarbietung als gefühlsregulierende Maßnahme muss daher nach dem „Isioprinzip“ gesehen werden, d. h. jeder Mensch muss in seinem aktuellen Gefühlszustand angesprochen und von dort herausgeholt werden.¹³

Zwischen dem „harfespielenden David“ und den heutigen Erkenntnissen lagen Versuche, Teilaspekte der Musik therapeutisch zu nutzen, Effekte von bestimmten Kompositionen wie Medizin zu verabreichen und mit Musik verbundene Propaganda politisch zu missbrauchen. Diese Abspaltung verschiedener Teilaspekte und vor allem die intellektuelle Vermittlung von

¹¹ Vgl.: Spitzer, Manfred: Musik im Kopf. Schattauer, Stuttgart 2002, Seite 182 – 184.

¹² Vgl.: Science. Band 298, Seite 2167. In: www.wissenschaft.de vom 13.12.2002, Zugriff am 15.01.2005.

¹³ Vgl.: Gembris, Heiner: Musik hören und Entspannung. Wagner, Hamburg 1985.

Musik führt nach meiner Auffassung bei der Musik, wie auch in der Religion zu einem Kreislauf, der Teilaspekte als Gesamtspektrum erscheinen lassen.

1.2.1. Grundwirkungen nach Bubmann

Bubmann zählt sechs Grundwirkungen von Musik auf:

1. „Physiologische Wirkungen. Das ist Musik, die unmittelbar auf den Körper wirkt, wie das Vibrieren im Bauch, oder Musik, die zum Tanz einlädt. Gerade das Verbannen klassischer Musik in den Konzertsaal bietet nicht so viele Möglichkeiten zur physiologischen Wirkung.
2. Gemeinschaftsstiftende Wirkungen. Um die Musik herum entwickeln sich Jugendcliquen, die zur Stressbewältigung führen. Auch das gemeinsame Mitsingen und Mitklatschen bei Konzerten gibt ein großes Gemeinschaftsgefühl.
3. Politische Wirkungen. Richard Wagners Musik wurde zum Beispiel von den Nationalsozialisten für ihre Zwecke missbraucht. Die Pop und Rockmusik in Form von Kulturkonsum verstärkt den Trend zu einer Genuss- und Erlebnisgesellschaft.
4. Psychische Wirkungen. Bestimmte Stimmungslagen werden hergestellt. Das Hören von Musik kann zur Traumzeit werden, sogar zur Droge, die süchtig macht. Das alleinige Musikhören bietet Nestwärme und Geborgenheitserlebnisse, die als Schutz vor Leistungsgesellschaft gewertet werden können.
5. Geistige Wirkungen. Das Ohr wird geschärft und das Interesse an Musik erweitert den Horizont. Musizieren selbst erhöht die Konzentrationsfähigkeit.
6. Religiöse Wirkungen. Das Hören von Musik wird als Meditation erlebt! Musik gewinnt einen heiligen Charakter und die Seele wird erhoben. Das Schwärmen junger Fans für ihre Stars wird nicht selten mit den religiösen Erwartungen an einen Messias verglichen. Beim Christentum wird die Gottesbotschaft in Form von Liedern und anderen kirchenmusikalischen Werken überbracht.“¹⁴

¹⁴ Vgl.: Bubmann, Peter: Von Mystik bis Ekstase, Herausforderungen und Perspektiven für die Musik in der Kirche. Strube 1996

Physiologische Wirkung von Musik nach Decker-Voigt

1.2.2. Ergotrope Musik

- Musik, die in ihrer Zeitstruktur mit vorwiegend rigidem (hartem) Rhythmen tönt
- Musik, die sich im Verlauf beschleunigt
- Vorwiegend Durtonarten
- Musik, die Dissonanzen aufweist
- Musik, die mit hoher Lautstärke gehört wird
- Stark akzentuierte Rhythmusgestaltung
- Staccatocharakter
- Erhöhte harmonische Aktivität
- Betonung des Dissonanten

Wirkung der ergotropen Musik

Ergotrope Musik führt zur Erhöhung des Blutdruckes, zur Beschleunigung von Atemfrequenz und Puls, zu vermehrtem Auftreten rhythmischer Kontraktionen der Skelettmuskulatur, Pupillenerweiterung und erhöhtem Hautwiderstand.

Wechselweise Spannung und Entspannung als körperlich erlebte Zustände können Akkordfolgen, Schlusskadenz in verschiedenen Kompositionen hervorrufen (da löst sich etwas auf).

1.2.3. Trophotrope Musik

- Vorherrschen von Legato
- Sanftes Fließen der Melodie
- Durchgängig harmonische Grundbewegung (Wiegenlieder, Pentatonik)

Wirkung der trophotropen Musik

Entspannung der Skelettmuskulatur, Pupillenverengung, geringeren Hautwiderstand, trophotrope Musik verursacht Blutdruckabfall, flacheren Atem, Pulsverlangsamung, Beruhigung – mit Lustgefühlen verbunden.

Trophotropie ist der Zustand des vegetativen Nervensystems, der der Erhaltung oder Wiederherstellung der Leistungsfähigkeit dient. Diese Wirkung kann – zumindest teilweise – durch Psychopharmaka ersetzt werden (Vorsicht: Drogenmissbrauch!).

Decker Voigt: „Trophoptrope Musik, als Gegenteil von ergotroper Musik, „ernährt“ den Menschen, lässt ihn auftanken, steuert ihn nicht nach außen, lässt ihn sich nicht verausgaben, bis zum „Ausser-sich-sein“ wie ergotrope Musik. So wie – andererseits – ergotrope Musik unseren Gehirnstrom am Fließen hält, unserem Hirn frische Energie zuführt, so kann die Beschallung mit trophotroper Musik uns „füllen“, indem wir das neu aufnehmen, was wir verausgabt haben.“¹⁵

Hesse (2003) beurteilt die körperliche Wirkung der Musik nach der musikalischen Charakteristik: Intensität, Zeitablauf, Tonhöhenstruktur und Klangcharakter:¹⁶

1.2.4. Aktivierende und beruhigende Wirkung

Aktivierende Wirkung

große Lautstärke
große Lautstärkenänderung
starke Akzente

Intensität

Zeitablauf

schnelles Tempo
häufige Tempowechsel
tänzerischer Dreiertakt

Tonhöhenstruktur

großer Tonhöhenumfang
weite Intervalle
(melodische Sprünge)
aufwärts gerichtete Intervalle

Beruhigende Wirkung

geringe Lautstärke
geringe Lautstärkenänderungen
weiches Pulsieren

Tempo in oder unterhalb der
Herzfrequenz
gleichmäßiges Tempo
zweizeitige (gerade Taktarten)

geringer Tonhöhenumfang
enge Intervalle (Tonschritte)
abwärts gerichtete Intervalle

¹⁵ Vgl.: Decker-Voigt, Hans-Helmut: Aus der Seele gespielt. Eine Einführung in die Musiktherapie. Goldmann, München 1991, Seite 71

¹⁶ Hesse, Horst-Peter: Musik und Emotion. Wissenschaftliche Grundlagen des Musikerlebens. Springer, Wien 2003, Seite 157

Klangcharakter

hell strahlende Klangfarbe
 dissonante Klänge
 weiter harmonikaler Bereich

weiche Klangfarbe
 konsonante Klänge
 einfache Harmonik

1.3. Klang

Streichsalter

Joachim Ernst Berendt stellt in seinen Büchern „Nada Brahma“ (Die Welt ist Klang)¹⁷ und „Das Dritte Ohr“ Beziehungen zwischen Schöpfung und Lobpreis, zwischen Natur, Tier und Mensch in Klang- und Zahlenverhältnissen her. Vereinfacht dargestellt könnte ein Zusammenhang zwischen dem Gesang der Vögel und deren Fortpflanzung hergestellt werden. J.E. Berendt meint, dass Musik bei Menschen ähnlich abläuft: Würde ein außerirdisches Lebewesen unsere Musik hören, sie aber nicht verstehen, könnte es anhand der

¹⁷ Vgl.: Berendt, Joachim Ernst: Nada Brahma, Rowohlt Taschenbuch, Reinbek, Frankfurt a. M. 1985

Beobachtungen, wie Menschen unter Einfluss von Musik aufeinander zugehen, kommunizieren, Freundschaft und Beziehungen entstehen lassen, zum selben Schluss kommen, dass nämlich in weiterer Folge solche Beziehungen in Fortpflanzung münden.

Weiters: Wenn im Regentanz, nach langen Trockenperioden, Schimpansen Freude ausdrücken und Wale sich im Dreiertakt bewegen, machen sie Ähnliches wie Menschen bei aktivem und passivem Musikerleben.

Carl Gustav Jung sagte dazu: „Man macht das ebenso“ (gemeint sind die Rituale).

Ernesto Cardenal bezeichnet Musik als Leben, als Lobgesang von Tieren und Menschen mit denselben Verhaltensweisen.¹⁸

Für meine Empfindung wird Musik in unseren Breiten zu oft als formelhaftes Detailwissen vermittelt, der Blick auf die Gesamtheit „Musik“ oder „Klang“ kommt zu kurz. Musik- und Klangerlebnis, fernab vom formalen Aufbau der Musik, Wirkungsweisen, Beeinflussungen und Zusammenschau mit anderen Disziplinen, wie z. B. der Hirnforschung könnten „Musik“ zu einer wahren Lebenshilfe erheben.

„Durch Harmonie,
durch heilige Harmonie entstand dies Weltall,
von Harmonie zu Harmonie
durchläuft die Schöpfung aller Töne Reich und blüht im Vollklang ihrer Macht.“¹⁹

1.3.1. Der Klang in der Welt

Wird Musik durch Zahlenverhältnisse dargestellt, ergibt sich, dass Schwingungen aus ganzzahligen Tonreihen bestehen, ebenso Dur-, Moll- und Kirchentonarten. Klänge haben demnach ganzzahlige Verhältnisse. Solche Zahlenverhältnisse finden sich auch in der Zellteilung, im Atomkern, in Mineralien, in Pflanzen und im Kosmos.

Die Erdfrequenz erklingt im Ton „G“. Steigt man in Oktaven als „reine“ Unterteilung eines Tonraumes nach oben, so kommen wir in der 65. Oktave zu einer Frequenz von 427 Billionen Hertz (für Physiker 702 Nanometer). Dieser Frequenzbereich entspricht einer leuchtend

¹⁸ Vgl.: Berendt, Joachim Ernst: Das Dritte Ohr, rororo transformation, Reinbek 2001

¹⁹ Georg Friedrich Händel: Ode auf den Cäcilientag

orangeroten Farbe. Eine Oktave darüber gewinnen wir die Eigenresonanz der DNA (Desoxyribonukleinsäure). Der Sonnenton „Cis“ (136,10 Hertz) ist der Grundton der indischen Musik. Auf diesem Ton wird das Ur-Wort „OM“, das geheiligte Mantra am liebsten intoniert.²⁰

Von Pythagoras über Kepler bis in die heutige Zeit wurden und werden in der ganzen Welt Klänge entdeckt. Den Klang aus mystischer Betrachtungsweise führt Hazrat Inayat Kahn (1882-1927) folgendermaßen aus:

„Der Klang des Äthers ist in sich vollständig. [...] Er ist die Grundlage aller Klänge. [...] der Grundton, der ununterbrochen weiterführt und beständig ist. Sein Instrument ist der menschliche Körper, weil er durch ihn gehört werden kann; obgleich durchdringend, wird er allerdings im Allgemeinen doch nicht gehört [...] der Körper kann ein taugliches Instrument werden, wenn der Innenraum geöffnet wird, wenn alle Kanäle und Gefäße in ihm gereinigt sind. Dann wird der Klang, der außen im Raum vorhanden, auch innerhalb manifestiert. Ekstase, Erleuchtung, Friedfertigkeit, Furchtlosigkeit, Verzückung, Freude und Offenbarung sind die Wirkungen dieses Klanges.“²¹

1.4. Klang- und Rhythmusarchetypen

Archetypen sind Urbilder, die jeder im Unterbewusstsein mit sich trägt. Sie sind kulturunabhängig. Ältere Archetypenlehren finden sich bei Johannes Kepler als Variante der platonischen Ideenlehre: Die harmonikalen Verhältnisse sind dem Menschen als Urbilder einbeschrieben.

„Eine geeignete Proportion in den Sinnendingen auffinden heißt die Ähnlichkeit der Proportion mit einem bestimmten, innen im Geist vorhandenen Urbild [harmoniae archetypus qui intus est anima] ans Licht bringen“²²

Dane Rudyhar bezeichnet elementare Skalen und Tonsysteme als archetypisch.²³

²⁰ Vgl.: Berendt, Joachim Ernst: Das Dritte Ohr, a.a.O, Seite 168 f

²¹ Hazrat Inayat Khan, P.: Musik und kosmische Harmonie aus mystischer Sicht/Pir-o-Murshid Hazrat Inayat Kahn 1882-1927 (2. Auflage) Verlag Heilbronn, Heilbronn 1987, Seite 17 (Original erschienen 1960: The mysticism of sound

²² Stroh, Wolfgang Martin: Zur psychoanalytischen Theorie der Weltmusik. In: Beiträge zur Populärmusikforschung 19/20 Karben 1997, Seite 130 und 147

²³ Vgl.: Rudyhar, Dane: Die Magie der Töne. Musik im Spiegel des Bewusstseins. dtv/Bärenreiter, München/Kassel 1988, Seite 58

Für Alex Potvik haben Wiegenlieder, Volkslieder und Choräle den Status von archetypischen Musikformen.²⁴

Nach Patricia Warming werden archetypische Klänge beim „aktiven Imaginieren“ eingesetzt, damit die Patienten diese kulturell nicht zuordnen können.²⁵ Wolfgang Strobel stellt archetypische Klänge den Archetypen des kollektiven Unbewussten nach Carl Gustav Jung gegenüber. Reinhard Flatischler hingegen bezeichnet rhythmisches Urwissen als archetypisch und findet seinerseits ebenfalls in C. G. Jungs Archetypenlehre Übereinstimmungen.

Wolfgang Martin Stroh²⁶ bezeichnet Musikarchetypen als Musik-Universalien, die auf einer tieferen Ebene als die Sprache angesiedelt sind. Diese, als Weltmusik bezeichnete Form setzt einen internationalen Code voraus, der klärt, ob alle kulturspezifischen musikalischen Tätigkeiten der Menschen Ausformungen kulturunspezifischer Eigenschaften von Musik sind. Als archetypische Dimensionen bezeichnet Stroh z.B. Grenzerfahrung und Transition, Regression, Schwerelosigkeit und Transzendenz, Erdung und Verwurzelung, Fallenlassen ins Chaos und die Neuorganisation des Bewusstseins. Entgegen anderen Universalismusdebatten, die u.a. auf Musikstile aufbauen, bauen Strobels und Flatschlers Theorien auf universalistische Phänomene hinter diesen Ebenen, in tieferen psychischen Schichten auf. Erscheinungen auf der Materialebene sind demnach bereits kulturbedingte Ausformungen und bauen auf der Bewusstseinssebene auf.

Rhythmusarchetypen werden oft von Chorleitern in Seminaren verwendet, um die Sänger, die aus verschiedenen Chören kommen, auf ein homogenes Rhythmusempfinden einzustimmen.

²⁴ Pontvik, Aleks: Heilen durch Musik. Rascher, Zürich 1955, Seite 60

²⁵ Vgl.: Warming, Patricia: Psyche and Sound. The Use of Music in Jungian Analysis. In: Don Campbell (Ed.): Music and Miracles. Quest Book, Weaton 1992, Seite 230-241

²⁶ Vgl.: Stroh, Wolfgang Martin, ebd.

1.4.1. Gegenüberstellung der Archetypenlehre von C. G Jung mit den Klangarchetypen von Wolfgang Strobel

Carl.G. Jung: Archetypenlehre	Wolfgang Strobel: Klangarchetypen
Kollektives Unbewusstes	Energetische Urmuster
Es gibt ein kollektives Unbewusstes, eine tiefere Schicht des Unbewussten, die nicht mehr individuellen Erfahrungen entspringt (Jung 7).	Monochrome Klangstrukturen entsprechen energetischen Urmustern, stellen Urkräfte des menschlichen Bewusstseins dar. Eigenschaften der Klangwirkungen sind die der allgemeinen Trance-Induktion (1992, 99).
Archetypen	Klangarchetypen
Die Inhalte des kollektiven Unbewussten sind die Archetypen. Sie sind noch keiner bewussten Bearbeitung unterworfen, unmittelbare seelische Gegebenheiten (Jung 8-9).	Die verschiedenen Klangstrukturen vermögen ganz bestimmte Themenkomplexe im Unbewussten des Menschen anzustoßen. "Aus diesem Grunde ist es sicher gerechtfertigt, von Klangarchetypen zu sprechen" (1992, 101).
Mythen der Welt	Heiltraditionen der Welt
Es besteht eine Kongruenz von Träumen, Delirien, Phantasien und aktivem Imaginieren westlicher Menschen und den Mythen der Welt (Jung 9, 51-53).	Bei der tranceinduzierenden Musiktherapie spielen "Bilder aus dem kollektiven Unbewussten", "Erfahrungen aus anderen Kulturen" eine Rolle (1992, 112). Die archetypische Wirkung der verwendeten Instrumente wird durch Wirkungen im ethnischen Kontext erklärt (1992, 292-296).
Begründung	Begründung
Archetypen sind Niederschlag sich stets wiederholender Erfahrungen der Menschheit.	[Strobel gibt keine explizite Begründung für das Entstehen von Klangarchetypen.] Unterschiede in der Klangwirkung werden bisweilen auf unterschiedliche Obertonstrukturen zurückgeführt (Monochord = harmonikal und stabil, Klangschale = quasiperiodisch und schwebend, Gong = oszillierend und veränderlich).
Erlebniskomplex	Evidenzerlebnisse
Archetypen sind "schicksalsmäßig eintretende Erlebniskomplexe". Man kann sie nicht auflisten und abhaken (Jung 32).	Die von den Klängen ausgelösten Motive und symbolischen Urbilder sind "keine wissenschaftlichen Begriffe, von denen Eindeutigkeit gefordert werden kann" (1992, 101-102).

Archetypische Bilder	Archetypisches Themenfeld
Zu unterscheiden ist der abstrakte Archetypus-Begriff von den konkreten archetypischen Bildern ("Zentrierung" und Mandalas, die diese Idee umspielen).	Neben der allgemeinen Klangwirkung (Trance-Induktion) gibt es eine der spezifischen Klänge, auf das dem Klang immanente Thema des Erlebens (1988, 122), auf das "charakteristische psychologische Themenfeld" (1992, 99).
Wirkung der Archetypen	Wirkung in der Hypnotherapie
<p>Archetypen strukturieren und ordnen die Psyche. Sie tun das in "symbolischen Prozessen". Typische Symbolische Prozesse: Tarot, Chakren, Meridiane, Glaubensdogmen (Jung 41).</p> <p>Menschen können von archetypischen Bildern ergriffen werden. Arbeit mit Archetypen kann die psychischen Prozesse zentrieren, das Seelenleben ordnen.</p>	<p>In der Dynamik des Trance-Verlaufs übernimmt der energetische Klangarchetypus die "unbewusste Suche" und den "unbewussten Prozess" (= Phase 3 und 4 bei Erickson/Rossi), die indirekte Suggestion und Aktivierung von Assoziationen und Bildern (1992, 100).</p> <p>Mit Klangarchetypen kann gearbeitet werden auf der Ebene der "psychodynamisch zu interpretierenden", der "prä- und perinatalen" und der "transpersonalen Erfahrungen" (1992, 112).</p>

1.4.2. Gegenüberstellung der Archetypenlehre von C. G Jung mit den Rhythmusarchetypen von Reinhard Flatischler

Carl.G. Jung: Archetypenlehre	Reinhard Flatischler: Rhythmusarchetypen
Kollektives Unbewusstes	Rhythmisches Urwissen
Es gibt ein kollektives Unbewusstes, eine tiefere Schicht des Unbewussten, die nicht mehr individuellen Erfahrungen entspringt (7).	Es gibt ein musikalisches Urwissen in jedem Menschen. Das rhythmische Urwissen ist als Prägung in allen Menschen angelegt (1995,6).
Archetypen	Rhythmusarchetypen
Die Inhalte des kollektiven Unbewussten sind die Archetypen. Sie sind noch keiner bewussten Bearbeitung unterworfen, unmittelbare seelische Gegebenheiten (8-9).	Das Urwissen ist in Form verschiedener Archetypen im Menschen lebendig. Man bekommt Zutritt zu der Kraft der Archetypen, wenn man sie in sich erkennt (1990,84). TaKeTiNa eröffnet als didaktisches System einen solchen Zutritt für westliche Menschen.

Mythen der Welt	Musikkulturen der Welt
Es besteht eine Kongruenz von Träumen, Delirien, Phantasien und aktivem Imaginieren westlicher Menschen und den Mythen der Welt (9, 51-53).	Westliche Menschen machen persönlich relevante musikalische Erfahrungen in der Begegnung mit ethnischen Musiktraditionen, z.B. Schamanismus (1990, 15 und 1994, 3). Pulsation, Zyklus und rhythmische Bewegung in den Zwischenräumen sind in allen Musikkulturen realisiert (1990, 84-85).
Begründung	Begründung
Archetypen sind Niederschlag sich stets wiederholender Erfahrungen der Menschheit.	Archetypen gehen (1) auf die Urerfahrungen im Mutterleib zurück, Herzschlag und Atem (1990, 94-96), (2) sie entspringen einem genetischen Code (1995): Pulsation, Zyklus und Teilung. (3) Die musikalischen Archetypen Klang und Rhythmus gehen beide auf Schwingungsverhältnisse - Ordnungszahlen – zurück. (1990, Kapitel 5).
Erlebniskomplex	Erfahrung
Archetypen sind "schicksalsmäßig eintretende Erlebniskomplexe". Man kann sie nicht auflisten und abhaken (32).	Ohne Panik aus dem Rhythmus herausfallen (Chaos) und dann "erfahren, dass der Rhythmus uns trägt" (Ordnung): dies ist die Erfahrung des Urwissens (1995,8).
Archetypische Bilder	Rhythmusfiguren
Zu unterscheiden ist der abstrakte Archetypus-Begriff von den konkreten archetypischen Bildern ("Zentrierung" und Mandalas, die diese Idee umspielen).	Zu unterscheiden ist der Rhythmus als Archetypus von den konkreten Rhythmusfiguren; oder: konkreten Prinzipien, wie Rhythmusfiguren entstehen. TaKeTiNa ist die Didaktik der Rhythmusfiguren (1984, 198, und 1990, 121). Die Zwölferglocke z. B. in Afrika und Lateinamerika (dasselbe Pattern in zwei unterschiedlichen Timelines.)

Wirkung der Archetypen	Wirkung im Rhythmuskreis
<p>Archetypen strukturieren und ordnen die Psyche. Sie tun das in "symbolischen Prozessen". Typische Symbolische Prozesse: Tarot, Chakren, Meridiane, Glaubensdogmen (41).</p> <p>Menschen können von archetypischen Bildern ergriffen werden. Arbeit mit Archetypen kann die psychischen Prozesse zentrieren, das Seelenleben ordnen.</p>	<p>Rhythmusfiguren integrieren Ordnung und Chaos in einem "Im Rhythmusfeld". Im Rhythmus entdeckt man die zentrale Kraft des Lebens. (Siehe oben: Erfahrung!)</p> <p>Verstehen des Selbst und des Anderen - in der Gruppe und ethnisch betrachtet (1995 u.a.). TaKeTiNa als rhythmisches Feld für den westlichen Kulturkreis (1995, 4, und 1996, 14).</p>

(Zitierte) Literatur

Strobel, Wolfgang: Reader Musiktherapie. Zeitpunkt Musik, Wiesbaden 1999. Sammlung aller wichtigen Aufsätze Strobels. Insbesondere:

Klang - Trance - Heilung. Die archetypische Welt der Klänge in der Psychotherapie. In: Musiktherapeutische Umschau [MTU] 9/1988, Seite 119-139

Das Didjeridu und seine Rolle in der Musiktherapie. In: MTU 13/1992, Seite 279-297

Die klanggeleitete Trance. Eine analytisch orientierte Form nonverbaler Hypnotherapie. In: Hypnose und Kognition 9/1992, Seite 98-117

Grenzzustände in der Musiktherapie. In: Wolfgang C. Schroeder: Musik. Spiegel der Seele. Eine Einführung in die Musiktherapie. Junfermann-Verlag, Paderborn 1995, Seite 281-307

Timmermann, Tonius: Musikalische Strukturen und ihre psychische Wirkung. Freies Musikzentrum/Eigenverlag München 1983. (Hierauf bezieht sich Wolfgang Strobel)

Ders.: Das Monochord - eine Wiederentdeckung. In: MTU 10/1989, Seite 308-319

Ders.: Die Musik des Menschen. Gesundheit und Entfaltung durch eine menschnahe Kultur. Piper, München 1994. (Insbesondere Seite 191-203)

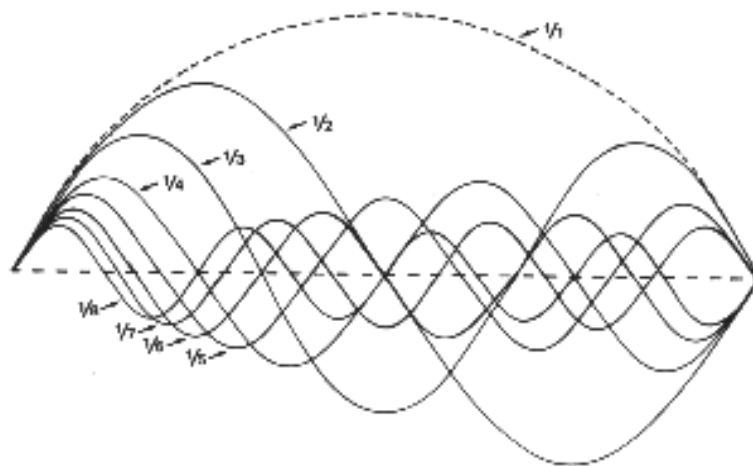
Carl G. Jung: Archetypen. dtv/München ⁵1995. (= Aufsatzsammlung aus der Taschenbuchausgabe in 11 Bänden bei dtv.) Insbesondere: Über Archetypen des kollektiven Unbewussten, 1934 und Der Begriff des kollektiven Unbewussten, 1936

Stroh, Wolfgang Martin: Zur psychoanalytischen Theorie der Weltmusik. In: Beiträge zur Populärmusikforschung 19/20, 1997, Seite 128-151

Ders.: Das "rhythmische Urwissen" und die Archetypen. In: Musiktherapeutische Umschau 4/1997, Seite 308-317

1.5. Obertöne als mitschwingende Teiltöne

Bereits Pythagoras stellte mittels eines Monochords fest, dass durch Teilung einer Saite in der Mitte ein um eine Oktave höherer Ton entsteht, durch Teilung bei einem Drittel der Saite eine Quinte, bei einem Viertel die nächste Oktave, bei einem Fünftel die große Terz, bei einem Sechstel die kleine Terz, usw. erklingt.



Die ersten 8 Teiltöne als Sinusschwingung²⁷

Alle Saiten eines Monochordes sind auf dem selben Ton gestimmt. Die Saite schwingt nicht nur als Grundton allein, sondern in der doppelten Hälfte (je Hälfte einmal), im dreifachen Drittel (je Drittel einmal), usw. Alle Teiltöne schwingen gleichzeitig und erzeugen einen vielschichtigen Klang. Sie lassen eine Naturgesetzmäßigkeit erkennen.

Obertöne schaffen die Klangfarben von Instrumenten. Unterscheidet man obertonreiche Musik vom System der klassischen und romantischen Musik, so wie später der Zwölftonmusik, so kann man feststellen, dass Obertonmusik die Musik des Ostens ist. Der Musik des Westens liegen Grundtöne und eine sogenannte Funktionsharmonik zugrunde.

²⁷ Cousto Hans: Die Oktave. Das Urgesetz der Harmonie. Simon u. Leutner 1987 o.O

1.6. Hören und

„Das Auge führt den Menschen in die Welt, das Ohr die Welt in den Menschen“
(E.J.Berendt)

Schwahrnehmung lässt sich bis zu einem gewissen Grad trainieren. Der Hörsinn scheint aber wichtiger zu sein. Taubstumme sind viel aggressiver, sie „töten mit Blicken“. Blinde, deren Gehörsinn intakt ist, sind hingegen zurückhaltender und einfühlsamer. Ellen Keller (taub und blind) sagt: Mozart kann man hören, nicht sehen!

Ohren können messen (Oktavverhältnisse und andere Intervalle), Augen können nur schätzen. Hören ist wahrnehmungspsychologisch kommunikativer als sehen. Paul Hindemith schreibt hierzu:

„Das Auge und das Tastgefühl können Größenverhältnisse und Mengen nur aufgrund der Erinnerung und des Vergleichens mit anderen Größen annähernd genau abschätzen. Auch das Gefühl für die zeitliche Ausdehnung erlaubt uns nur Urteile von ungefähre Treffsicherheit. Das Ohr hingegen erweist sich als das einzige Sinnesorgan, das die Fähigkeit besitzt, Abmessungen und Proportionen mit unfehlbarer Zuverlässigkeit zu erkennen und zu beurteilen.“²⁸

Im alten römischen Recht war der Taube dem Irren und Wahnsinnigen gleichgesetzt und sein Bürgerrecht abgesprochen. Der Blinde blieb im Besitz seiner vollen bürgerlichen und juristischen Rechte. Es zeigte sich, dass erst „Hören“ einen vollwertigen Menschen ausmachte!

Alfred Tomatis: Das Ohr lädt uns ganz unmittelbar mit elektrischer Energie auf. Da selbst die Wurzeln des Rückenmarks vom Vestibularzweig des Hörnervs abhängen, entgeht keine einzige Bewegung der Kontrolle dieses Nervs.²⁹

Hörwahrnehmung und hierbei vor allem Klangwahrnehmung ist also wichtig für die Motorik und die Beweglichkeit des Menschen. Dies könnte auch einer der Gründe sein, warum Taube starr und steif wirken, während Blinde die volle Beweglichkeit des Körpers bewahren. Auch erstarrt bei Tauben die geistige Tätigkeit früher als bei Blinden.

^x Hierbei geht es nicht um den Begriff der „Synästhesie“, einer Mitreizung anderer Sinnesorgane, z. B. einer Hörempfindung bei verschiedenen Farben.

²⁸ Hindemith, Paul. In: Vom Hören der Welt – das Ohr ist der Weg, Teil 2 (Network Medien – Cooperative, 2001 Frankfurt/M)

²⁹ Alfred Tomatis, zitiert in einer Rundfunksendung des ORF mit Joachim Erst Berendt

Studien von Pascal Belin von der Universität Montreal (Fachzeitschrift Nature, Band 430) belegen außerdem, dass Menschen, die früh erblinden eine weit bessere Hörwahrnehmung besitzen. Sie führen es auf die besonders hohe Lernfähigkeit des Gehirns im Kindesalter zurück.³⁰

In der Cochlea, der spindelförmigen Schnecke, in der Schall kodiert und in Nervenimpulse umgewandelt wird, ist eine große Ansammlung von Nervenfasern. Die Empfindlichkeit der Haarzellen und Hörfasern kann Lautstärken zwischen „gerade noch hörbar“ und der größten Lautstärke um den Faktor 10^6 aufnehmen. Würde die niedrigste Sehschwelle um den selben Faktor verstärkt, würde das Auge sofort erblinden.³¹

Laut Berendt ist der Hörsinn im Vergleich mit dem Sehsinn nicht so leicht zu täuschen. Hingegen behaupten David Alais und David Bure, dass in der Hierarchie der Sinne die Augen dominieren. Demnach glauben Menschen primär das, was sie sehen. Alle zusätzlichen Sinneseindrücke werden dann vom Gehirn so bearbeitet, dass sie zum optischen Eindruck passen. Nur bei unscharfen Eindrücken übernehmen die Ohren das Ruder. Auf diesem Wahrnehmungsprinzip beruhen die Täuschungen von Bauchrednern, sowie Ton- und Bild Darstellungen im Kino.³²

Unser Sehsinn verleitet uns, Gesehenes zu projizieren. Projektion bedeutet aber, die Ängste, Nöte, Komplexe und Aggressionen auf andere zu übertragen. Dies passiert sowohl beim einzelnen Menschen, als auch bei ganzen Nationen. In Zeiten von Lebenskrisen muss es demnach von großer Bedeutung sein, stärker die Ohren statt die Augen zu gebrauchen. Wer vorrangig sieht, also die Welt nur mit den Augen wahrnimmt, der kann getäuscht werden und Abbild mit Wirklichkeit verwechseln (Fernsehzeitalter). Das Auge sieht nur die Oberfläche. Es benötigt dazu eine bestimmte Distanz, um wahrnehmen zu können. Andere Sinne entfalten sich umso intensiver, je größer die Nähe ist. Laut Berendt ist die Abendländische Philosophie eine Philosophie des Sehens! Pascal Belin stellte in ihrer Studie 2004 jedoch fest, dass „nichts sehen“ das Gehör schärft.

³⁰ Quelle: ddp/bdw/Benjamin Eckenfels/www.wissenschaft.de/15.07.2004, Zugriff am 16.07.2004

³¹ Vgl.: Stevens, S..S.(mit Fred Warshovsky und der Redaktion der TIME – LIVE Bücher):Schall und Gehör. Rowohlt, Reinbek o.J.

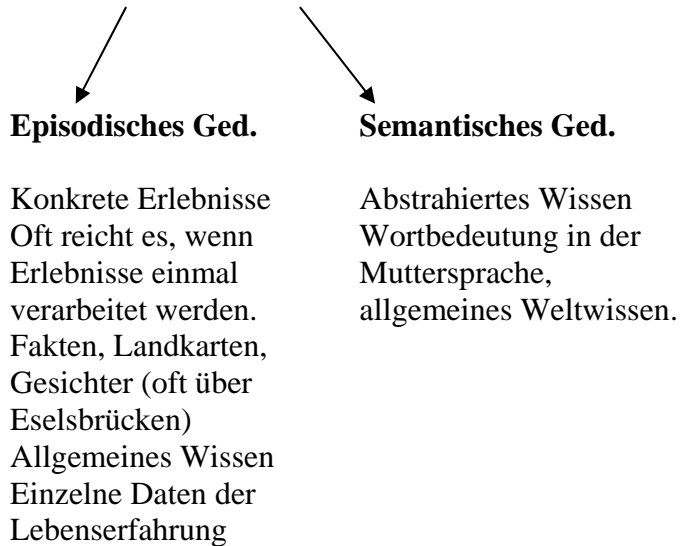
³² Nelson Laura, www.nature.com vom 03.02.2004, Zugriff am 05.02.2004

2. Menschliche Wahrnehmung und Informationsverarbeitung

2.1. Gedächtnisarten

Begreifen eines Zusammenhanges

im **deklarativen Gedächtnis**



Aneignen einer Fähigkeit

im **prozeduralen Gedächtnis**

(Mechanische und motorische
Fertigkeiten)

z.B. Fahrrad fahren: Wenn einmal
erlernt, dann behalten.
Langsame Lernzunahme, von der
Lerndauer abhängig.

Darstellung in Hesse: Musik und Emotion. Spitzer fügt zusätzlich das Sinngedächtnis hinzu.³³

Sinngedächtnis

Strukturen des Wahrgenommenen. Bei neuer Bekanntschaft werden Geräusche, Gerüche und Berührungsempfindungen wieder erkannt.

2.2. Zeitliche Strukturen des Gedächtnisses

Ultrakurzzeitgedächtnis

Ist visueller Pufferspeicher (ikonisches Gedächtnis), im auditiven Bereich das Echogedächtnis. Die Töne werden für eine bestimmte Zeit im Gedächtnis behalten und sind hinsichtlich ihrer Qualität nach dem Hören wiedererkennbar (ob Trompete oder Posaune). Das Ultrakurzzeitgedächtnis ist die vorbereitende Phase für das

³³ Vgl.: Hesse, Horst-Peter: Musik und Emotion. Wissenschaftliche Grundlagen des Musikerlebens. Springer, Wien 2003, Seite 41 ff und vgl.: Spitzer, Manfred: musik im Kopf. Schattauer, Stuttgart 2003, Seite 116 ff.

Kurzzeitgedächtnis (Arbeitsgedächtnis)

Inhalte bleiben so lange aufrecht, bis eine Handlung eingeleitet wurde, z.B. eine Telefonnummer wird aus dem Buch gesucht. Sie bleibt so lange im Gedächtnis gespeichert, bis ich die Nummer gewählt habe, dann ist sie weg. Dieses Gedächtnis ist insofern trainierbar, als Inhalte zusammengefügt werden können und als Gruppen dieselbe Menge an Inhalten erreichen können, die zuvor Einzelereignisse waren (zuerst einstellige Zahlen, dann zusammengesetzte oder Zahlenkombinationen).

Langzeitgedächtnis

Merken von Inhalten, auf die man zu einem späteren Zeitpunkt zurückgreifen kann. Ereignisse, Fähigkeiten, Sprache, Wissen über die Welt, emotionale Reaktionen, die mit vergangenen Ereignissen gekoppelt waren.

Ultrakurzzeit-, Kurzzeit- und Langzeitgedächtnis sind nicht drei Gehirnschubladen. Jede neue Information wird über Wechselwirkungen mit gespeicherten Inhalten weitergeleitet (entspricht dem Echogedächtnis).

Ist eine Information von Bedeutung, wird sie in Erinnerung gehalten und so im Arbeitsgedächtnis für die Verarbeitung bereitgestellt. Die Verarbeitung der Informationen läuft über Neuronen. Von einem aktiven Neuron wird die Information auf das nächste aktive übertragen. Je nach Stärke der Aktivität solcher Nervenverbindungen bleiben Informationen im Langzeitgedächtnis und sind bei Bedarf wieder abrufbar.

Das Sinngedächtnis hilft, dass bei neuerlicher Wahrnehmung des Gleichen die Dinge schneller erkannt werden.

Spitzer verweist darauf, dass die Prozesse der Wahrnehmung, der Verarbeitung der Reize und deren Bereithaltung für unmittelbar zu erledigende und spätere Aufgaben in der Musik eine Rolle spielen. Es geht um Wissen und Können, um Einzelnes und Allgemeines, um die Vorstrukturierung von Wahrnehmungsprozessen auf allen Ebenen der Verarbeitung.³⁴

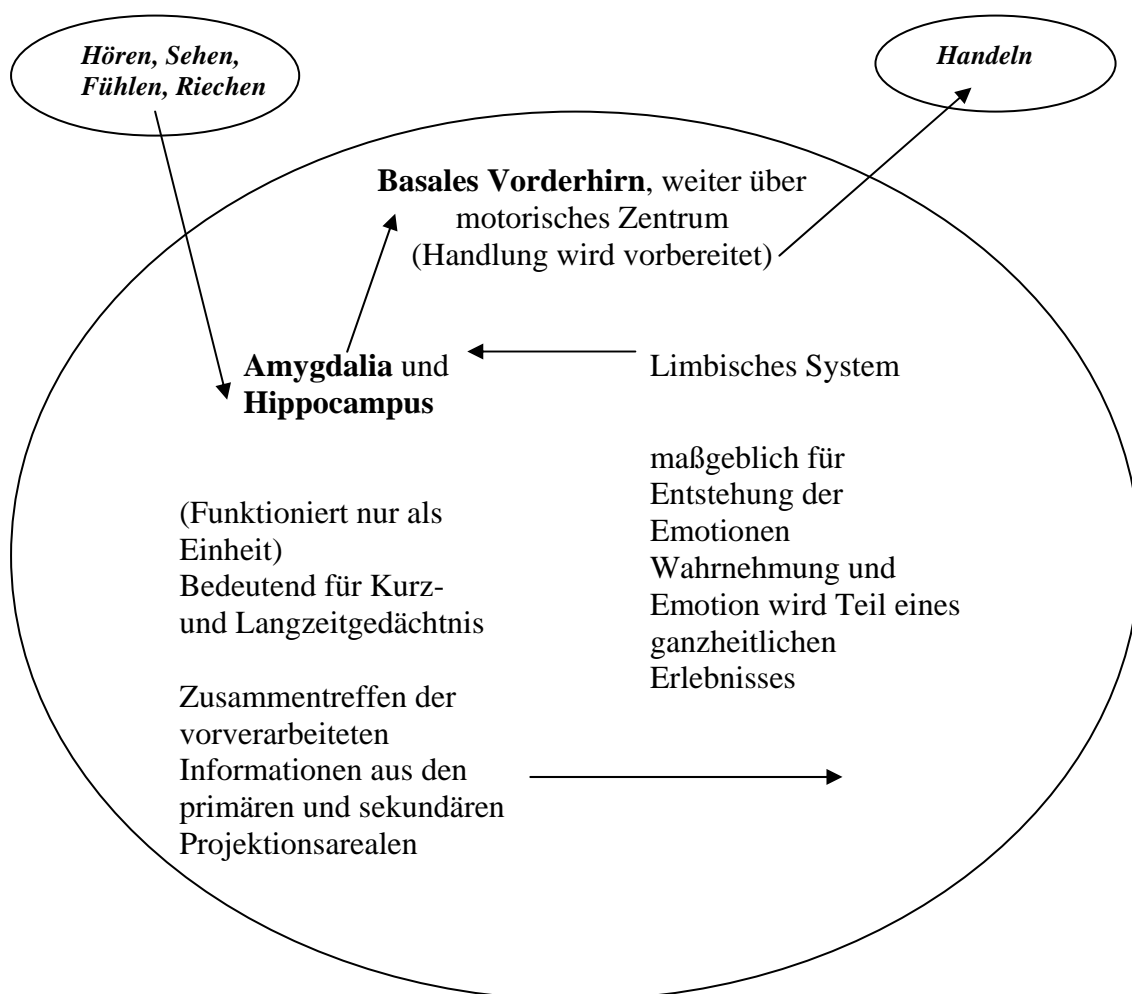
Meiner Meinung ist das Bewusstmachen dieser Funktionen als solche, nicht entscheidend. Vielmehr kann ein Kombinieren der Aufgabenbereiche der verschiedenen Gedächtnisarten (deklarativ, prozedural) – kombiniert mit Musik zu verbesserten neuronalen Verknüpfungen

³⁴ Vgl.: Spitzer, Manfred: Musik im Kopf. Schattauer, Stuttgart 2002, Seite 119

führen. Ich versuche im Laufe meiner weiteren Arbeit zu beweisen, dass nicht nur, wie es Spitzer formuliert, die Prozesse der Wahrnehmung, Verarbeitung und Bereitstellung von Reizen in der Musik eine Rolle spielen, sondern auch umgekehrt, nämlich, dass die Musik für diese Prozesse bedeutsam ist.

2.3. Informationsverarbeitung im Gehirn

Physiologischer Vorgang der Informationsverarbeitung in den miteinander verknüpften Kortexarealen. (Nach Pribram)³⁵



„Bewusstsein“ ist ein Begriff, der nicht eindeutig definiert ist. Prinz³⁶ versteht darunter das ungestörte Funktionieren eines Regelkreises, der fortwährend die Repräsentation der Umwelt

³⁵ Vgl. Pribram, Karl: Brain and perception, In: Bruhn, Herbert: Musiktherapie. Geschichte – Theorie – Methoden, Hogrefe, Göttingen 2000

³⁶ Vgl.: Prinz, Wolfgang: Bewusstsein- und Ich-Konstitution. In: Roth, G. & Prinz, W. (Hrsg.) Kopf-Arbeit. Gehirnfunktionen und kognitive Leistungen, Spektrum Akademischer Verlag, Heidelberg 1996, Seite 445

und des Selbst konstruiert und rekonstruiert. Aus Wahrnehmung entsteht Empfindung, entscheidet, setzt eine Handlung in Gang, führt zu veränderter Wahrnehmung, veränderter Empfindung usf.

2.3.1. Ebenen menschlicher Informationsverarbeitung mit Schwerpunkt Musikverarbeitung

Musik gilt zwar als zwangssozialisierend, d. h. sie muss wahrgenommen werden, jedoch ob dies bewusst, unbewusst oder Grundlage von Handlungen ist, wird nachstehend erläutert. Die drei Ebenen menschlicher Informationsverarbeitung sind für die Arbeit mit Klang (Musik, Gesang, Rhythmus) deshalb von Bedeutung, weil sie erklären, wie Musik wahrgenommen und in der Folge verarbeitet wird.

Durch das Wissen um die Möglichkeit der (musikalischen) Erreichbarkeit der drei Ebenen können Veränderungen in der Wahrnehmung, der Bewusstmachung und der darausfolgenden Handlungen erzielt werden. Solche Veränderungen können Grundlage für eine verbesserte Lebensqualität sein, aber auch zu einer Verbesserung von Lernleistungen führen.

Unterste Ebene (A): Psychophysische Konfiguration, nicht bewusstseinsfähig.

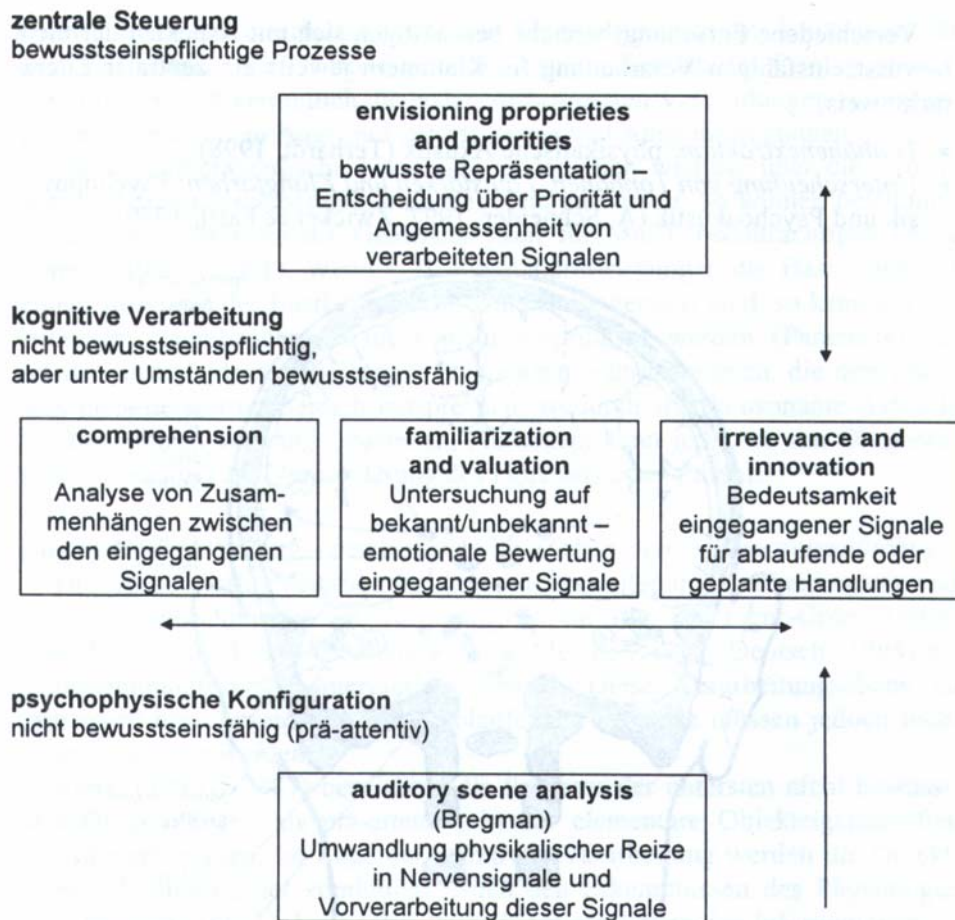
Aus der Umwelt werden über die sensorischen Funktionen: Sehen, Hören, Fühlen Informationen aufgenommen und zunächst unbewusst verarbeitet.

Mittlere Ebene (B): kognitive Ebene, bewusstseinsfähig, aber nicht bewusstseinspflichtig

Während der Informationsverarbeitung treffen die Signale auf Erinnerungen und erlernte Fähigkeiten. Es erfolgt die kognitive Verarbeitung. Aus dieser heraus können bereits neue Handlungsimpulse entstehen.

Oberste Ebene (C): zentrale Steuerung, diese Ebene erfordert Bewusstsein.³⁷

³⁷ Vgl.: Pribram, Karl: Brain and perception. Holonomy and structure in figural processing. Erlbaum, Hillsdale 1991



Die drei Ebenen der menschlichen Informationsverarbeitung – jede Ebene ist dadurch gekennzeichnet, dass mehrere Verarbeitungsprozesse gleichzeitig miteinander ablaufen (nach Pribram).³⁸

Auf der Ebene A

werden über das Ohr akustische Reize bloß auf Unterschiede wie Töne und Nebengeräusche, Sänger und Sprecher, Musik (-instrumente) und Gesang unterschieden.

„Die aufgenommenen Umweltereignisse selbst steuern den Wahrnehmungs- und auch den Lernprozess, da der Organismus auf Regelmäßigkeiten in der Umwelt reagiert und Invarianzen zu erkennen versucht.“³⁹

Physiologisch läuft diese Wahrnehmung vom Ohr über Nervenbahnen, primären Hörareal des Kortex zum Hirnstamm und zum Kleinhirn. Hier könnte die Zeitverarbeitung

³⁸ Bruhn, Herbert: Musiktherapie, Geschichte-Theorie-Methoden. Hogrefe, Göttingen 2000, Seite 137

³⁹ Bregman, Al.: Auditory scene analysis: Hearing in complex environments. In McAdams & Bigand (Hrsg.) Thinking in sound. The cognitive psychology of human audition, Clarendon Press, Oxford 1993, Seite 10 f

(Rhythmusempfinden) stattfinden, wie auch die ersten bewussten Verbindungen der Schwahrnehmungen und zur Steuerung von Augenbewegungen.

Auf der Ebene B

werden die eingehenden Signale mit vorhandenen (gespeicherten) Informationen und Erfahrungen verglichen. Martin Eimer bezeichnet die nichtbewusstseinsfähige Ebene (A) als „prä-attentiv“, in der die Objekteigenschaften identifiziert werden, die bewusstseinsfähige, aber nicht bewusstseinspflichtige Ebene als „attentiv“.⁴⁰

Die Objektmerkmale werden miteinander kombiniert. Der Physiologe Karl Pribram lieferte Erkenntnisse, wonach auf der Ebene B drei Prozeduren parallel arbeiten:

1. Wahrnehmungsobjekte [akustischer Natur] werden identifiziert und zueinander in Beziehung gesetzt (comprehension).
1. Wahrnehmungsobjekte werden auf ihre Neuheit hin untersucht und bewertet (familiarization and valuation).
2. Wahrnehmungsobjekte werden auf die Bedeutsamkeit für aktuelle Handlungen hin untersucht (irrelevance and innovation).⁴¹

Pribram hat seine Theorie aus Erkenntnissen bei der Beschreibung von Funktionsausfällen abgeleitet. Er unterscheidet bei der akustischen Wahrnehmung der

Prozedur A) (comprehension),

ob es sich um Musiker mit Vorbildung oder um Nichtmusiker handelt. Musiker haben nämlich bereits ein Intervallempfinden und Kenntnisse von Akkord-, Melodie- und Klanggebilden. Ebenso kann das Wissen um Regeln und das Stilempfinden bereits verbalisiert werden.

In Prozedur B) (familiarization and valuation)

werden Gedächtnis und emotionales Empfinden abgeglichen und Ereignisse benannt. Die akustische Struktur kann mit dem visuell erkannten Notenbild abgeglichen werden. Das so

⁴⁰ Vgl. Eimer, Martin: Wahrnehmung und Aufmerksamkeit. In: Roth, G. & Prinz, W. (Hrsg.) Kopf-Arbeit. Gehirnfunktionen und kognitive Leistungen, Spektrum Akademischer Verlag, Heidelberg 1996, Seite 281-301

⁴¹ Vgl. Pribram, Karl: Brain and perception. Holonomy and structure in figural processing. Erlbaum, Hillsdale 1991.

verarbeitete Klangerlebnis kann bewusst oder unbewusst Emotionen wachrufen, die in einem anderen Zusammenhang gespeichert wurden. In dieser Prozedur werden der Musikgeschmack entschieden und kontextrichtige Erwartungen angebahnt. Es können ebensolche (kontextrichtige) Entscheidungen getroffen werden. Musikalische Informationen werden mit biografischen Erinnerungen und Hörerfahrungen zu einer unauflösbaren Einheit zusammengeführt.

In Prozedur C) (irrelevance and innovation)

ist die Wahrnehmungsphase meist abgeschlossen. Hier werden Handlungen vorbereitet und Entscheidungen darüber getroffen, was irrelevant ist oder was zu einer innovativen Handlung führen kann. Da die emotionale Einfärbung bereits stattgefunden hat, beeinflusst diese ebenso die Handlungsvorbereitung. Eine solche Handlung kann das Richten der Aufmerksamkeit auf einen bestimmten Ausschnitt einer Musik oder einzelner Instrumente sein.

Alle drei von Pribram benannten Prozeduren sind in Kortextbereichen angelegt, die miteinander verbunden, und somit musikalisch beeinflussbar sind.

Alle wahrgenommenen und vorverarbeiteten Informationen aus den primären und sekundären Projektionsarealen aller Sinnesbereiche treffen in diesem verknüpften System zusammen. Dadurch werden Emotionen und Musik Bestandteil eines ganzheitlichen Erlebnisses. Der so als Gesamtheit verarbeitete Prozess wird zum motorischen Kortex geleitet und kann bewusst Handlungen in Gang setzen, die wiederum zu neuen Informationen führen können.⁴²

Auf der Ebene C

findet die bewusstseinspflichtige Verarbeitung statt.

„Die zentrale Steuerung aller Denkvorgänge, aller kognitiven Prozeduren erfolgt bewusst: Der Mensch richtet sein Bewusstsein auf bestimmte Prozesse und lenkt sie dadurch.“⁴³

⁴² Vgl. Menzel, Randolph & Roth, G.: Verhaltensbiologische und neuronale Grundlagen, In: Roth, G. & Prinz, W. (Hrsg.) Kopf-Arbeit. Gehirnfunktionen und kognitive Leistungen, Spektrum Akademischer Verlag, Heidelberg 1996, Seite 274 f

⁴³ Bruhn, Herbert: Musiktherapie, Geschichte-Theorie-Methoden. Hogrefe, Göttingen 2000, Seite 142

2.3.2. Bedeutung der Informationsverarbeitung für musikalisches Handeln

Um auf der Ebene A musiktherapeutisch ansetzen zu können, muss sicher gestellt sein, dass keine Störungen im akustischen Wahrnehmungsbereich vorliegen.

Ich meine, dass auch Menschen mit Hörbeeinträchtigung ein Recht auf musikalische Erlebnisse haben. Dies trifft auch auf Menschen zu, die zusätzlich andere Behinderungen haben und musiktherapeutisch betreut werden müssen. Klang kann auch über die Knochenleitung aufgenommen werden. Es bedarf hier aber der nötigen Kenntnis, um günstige Rahmenbedingungen dafür zu schaffen.

„Der Einsatz von Musik gerade bei hörgeschädigten und sogar gehörlosen Kindern mag anfangs paradox klingen. »Wie können solche Kinder Musik wahrnehmen geschweige selber musizieren?« Für das gehörlose Kind ist Musik nur wahrnehmbar als »Fühlmusik«: Es kann die Lautschwingungen durch den Vibrationssinn mit Teilen des Körpers wahrnehmen.⁴⁴ Schwerhörige haben eine verminderte Hörfähigkeit, können aber Klänge, Sprache und Geräusche über das Ohr wahrnehmen. Bei den verschiedenen Formen der Schwerhörigkeit wird der Schall nicht immer geschwächt oder gleichmäßig leise wahrgenommen. Je nach Störung kann die akustische Wahrnehmung auch verstümmelt oder verzerrt werden oder es werden auch bestimmte Frequenzbereiche besser wahrgenommen.⁴⁵ Bei Schwerhörigen ist Musik hauptsächlich »Hörmusik«.⁴⁶

Die Ebene B bietet jene musiktherapeutischen Möglichkeiten, Defizite aufzuarbeiten und spezielle Bereiche mittels therapeutischen Musizierens zu fördern. Dabei lassen sich auch bestehende emotionale Verknüpfungen entkoppeln und neue Verbindungen herstellen. Die Vorbereitung auf neue Handlungen kann durch ein gezieltes Hör-, Musizier- und Gesangsangebot gesteuert werden.

⁴⁴ Piel, W: Hörerziehung und Musikhören in der Schule für Schwerhörige. In: Hörgeschädigten-Pädagogik, Jg. 1978, Seite 391. Schott, Mainz. Und

Piel, W: Vokales und instrumentales Musizieren mit hörgeschädigten Kindern. In: Musik und Bildung, Jg. 1978, Seite 391. Schott, Mainz. Und

Rohloff, L: Rhythmisch-musikalische Erziehung mit Gehörlosen. In: J. Straumann: Lernen der Bewegung Lernen durch Bewegung, Teil 1. J. Groos, Heidelberg 1985

⁴⁵ Warenburg, J.: Rhythmisch-musikalische Erziehung. In: Jussen, H. / Kröhnert, O. (Hrsg.): Handbuch der Sonderpädagogik. Band 3, Berlin 1982

⁴⁶ Shirley Salmon: Musik und Bewegung mit schwerhörigen Kindern in Kooperationsklassen. <http://bidok.uibk.ac.at/library/salmon-musik.html>, Zugriff am 27.12.2004

Allerdings birgt die Arbeit auf der Ebene B die Gefahr in sich, dass der Therapeut nicht erkennt, wie sein Kommunikationsangebot gedeutet wird. Damit musiktherapeutische Improvisationen in ihrem Kontext sowohl vom Klienten, als auch vom Therapeuten verstanden werden, müssen alle drei von Karl Pribram postulierten Prozeduren der Ebene B, die unterschiedliche Denkvorgänge inne haben, beachtet werden:

Innerhalb der Prozedur A) muss eine strukturierte Wahrnehmung möglich sein und ein ganzheitliches Wahrnehmungserlebnis nachvollziehbar sein. Improvisationen müssen klar strukturiert sein. Die Symbolik der verwendeten Instrumente und der Spielweise muss sowohl vom Therapeuten als auch vom Klienten dieselbe Bedeutung haben.

Innerhalb der Prozedur B) muss ein Lebensbezug und die Emotionalisierung des angesprochenen Erlebnisses herstellbar sein. Emotionale Erinnerungen, die während der momentanen Improvisation geweckt werden, sind von Bedeutung.

Innerhalb der Prozedur C) muss eine Relevanz zwischen dem Erlebnis und der Entstehung eines Handlungsimpulses bestehen. Welche Handlungen entstehen aufgrund der aktuellen Wahrnehmung? Reagiere ich darauf beispielsweise mit einer Tempoänderung oder der Veränderung der Lautstärke?

Reagiert ein Klient nicht auf das Kommunikationsangebot eines Therapeuten, obwohl dieser eine deutlich erkennbare emotionale Situation anspricht, nennt Karl Pribram folgende Gründe, die eine Rolle spielen können:

- „Prozedur (A): Ist das Kommunikationsangebot des Therapeuten für den Klienten nicht erkennbar, weil die Wahrnehmungsprozeduren nicht differenziert genug sind?
- Prozedur (A): Sind die Strukturierungskapazitäten durch andere, visuelle oder taktile Reize überlastet?
- Prozedur (A): Geht das Kommunikationsangebot in den komplexen Improvisationen des Klienten oder der Gruppe unter?
- Prozedur (B): Hat der Klient Erfahrungen (Erinnerungen) an eine ähnliche Situation, die ein Nicht-Reagieren als richtigere Reaktion beinhaltet?
- Prozedur (B): Entsteht aufgrund der Therapeutenaktion ein ungutes Gefühl, das eine Reaktion blockiert?

- Prozedur (C): Wird die Therapeutenaktion zwar erkannt und als Kommunikationsangebot interpretiert, aber nicht als relevant für das eigene Verhalten oder den derzeitigen Augenblick angesehen?
- Prozedur (C): Wird das Therapeutenverhalten zwar erkannt, aber aufgrund anderer Handlungsnotwendigkeiten erst an zweiter Stelle berücksichtigt?⁴⁷

Solche Fehldeutungen in der Kommunikation entstehen nicht nur in den musiktherapeutischen Improvisationen. Da beinahe jeder Mensch andere musikalische Präferenzen hat, diese mit persönlich geprägten Emotionen verbunden sind, sollten diese Parameter bei der Wahl des gesamten Musikangebotes berücksichtigt werden. So berichtet Spintge, dass der Einsatz von Musik als Beruhigungsmittel vor Operationen erst erfolgreich war, als die Klienten ihre (beruhigende) Musik selbst aussuchen durften.⁴⁸

Die Tiefenpsychologie teilt Handlungsimpulse und Denkvorgänge in „bewusst“ und „unterbewusst“. Werden Denkvorgänge oder Handlungen unbewusst vorgenommen, kann es „Verdrängung“ (nicht adäquate Verarbeitungsprozedur im Bereich C) sein. Ursachen könnten aber auch sein:

- „Manch bewusster Denkvorgang bleibt unbewusst, weil es nicht notwendig ist bzw. war, ihn bewusst zu vollziehen.“
- Andere Denkvorgänge bleiben unbewusst, weil sie nicht bewusst werden können (prä-attentiv, z.B. Reflexe).
- Informationen aus der Umwelt werden nicht bewusst wahrgenommen, weil sie im Zuge der vorbewussten Verarbeitung herausgefiltert wurden. Dies kann durch Richtung des Bewusstseins auf bestimmte Geräusche oder Klänge geschehen, die andere akustische Ereignisse als Störinformation wegfiltern. Dies kann aber auch aufgrund von Reizüberflutung der sensorischen Organe geschehen sein, die lediglich die Weiterleitung eines kleinen Teils der Umweltinformationen erlaubt.⁴⁹

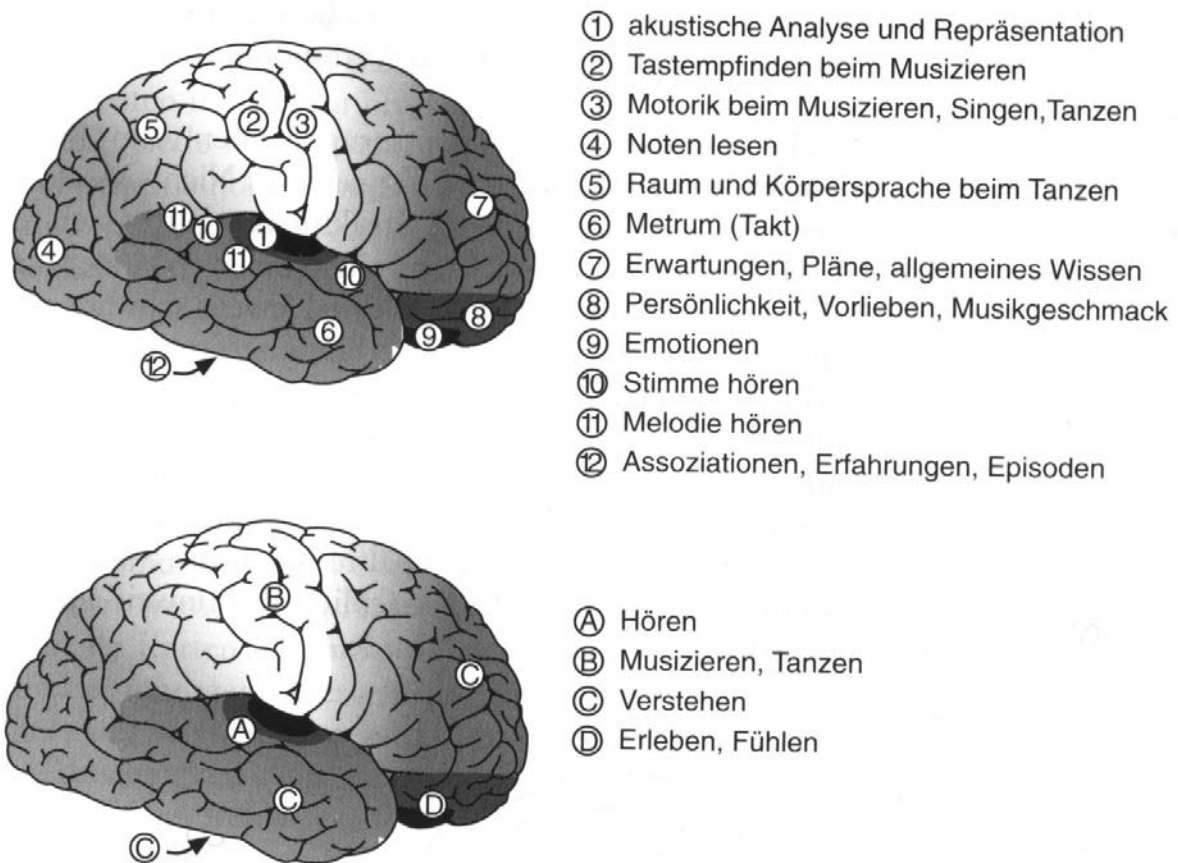
⁴⁷ Bruhn, Herbert: Musiktherapie, Geschichte-Theorie-Methoden. Hogrefe, Göttingen 2000, Seite 143

⁴⁸ Spintge, Ralf: Einsatz von Musik in der traditionellen Medizin. In: Bruhn, H., Oerter, R. & Rösing, H. (Hrsg.): Musikpsychologie. Ein Handbuch in Schlüsselbegriffen. Urban & Schwarzenberg, München 1985, Seite 454

⁴⁹ Vgl.: Bruhn, Herbert: Musiktherapie, Geschichte-Theorie-Methoden. Hogrefe, Göttingen 2000, Seite 145

2.4. Wie Musik ins Gehirn gelangt

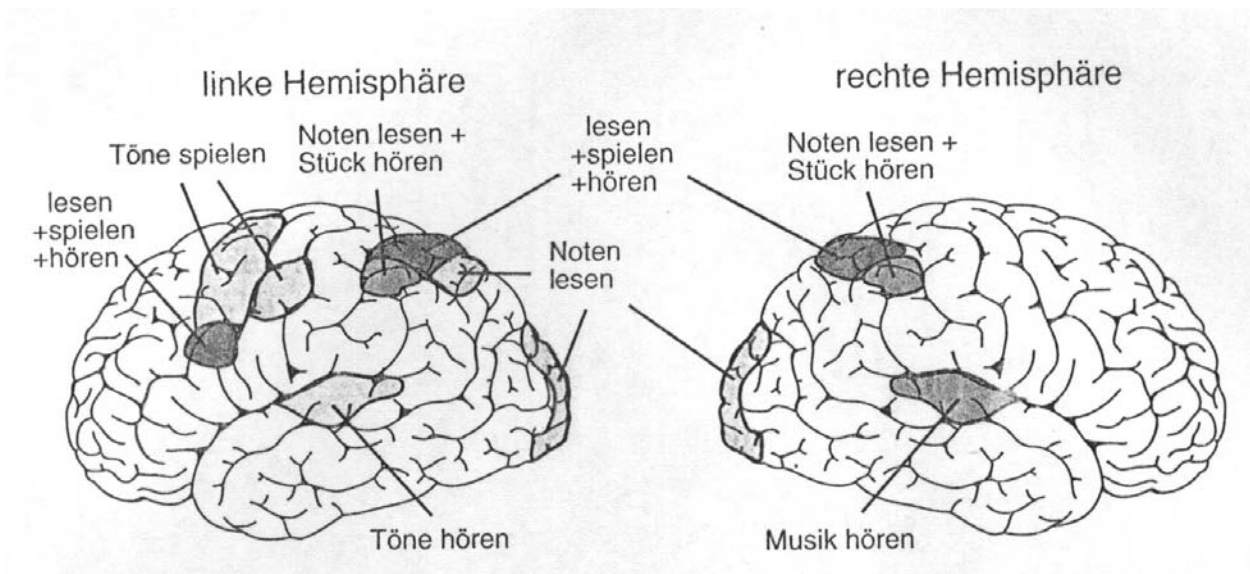
Dass beim Hören von Musik, beim aktiven Musizieren und Tanzen viele Hirnareale aktiv sind, ist aus der folgenden Grafik ersichtlich.



Musik im Kopf⁵⁰

Aus dem obigen Bild wird ersichtlich, dass Musik nahezu im ganzen Gehirn repräsentiert ist. Mir ist der Bereich „B“ im unteren Bild wichtig, wo die komplizierten Bewegungen beim Musizieren und Tanzen, die entsprechenden Eindrücke des Tastempfindens, aber auch die Bewegungen beim Singen und beim Klopfen eines Rhythmus von motorischen und sensorischen Arealen geleistet werden. Diese Areale haben somit Mehrfachfunktionen. Ebenso die tieferliegenden Bereiche „D“ (limbisches System), die für Emotionen und für körperliche Begleiterscheinungen von Musik wie Gänsehaut, Weinen oder Ausschüttung von opiatähnlichen Stoffen, den Endorphinen in mehrfacher Weise zuständig sind.

⁵⁰ Spitzer, Manfred: Musik im Kopf, Schattauer. Stuttgart 2002, Seite 209



Diese Abbildung zeigt jene Bereiche des Gehirns, die bei bestimmten Tätigkeiten des Musizierens aktiv sind⁵¹

Grothe schreibt, dass Hören menschheitsgeschichtlich ein sehr altes Sinnesprinzip ist und im Gegensatz zu anderen Sinnen auch heute noch über eine subkortikale Schaltzentrale verfügt. Akustisches wirkt unmittelbar und ohne Umweg über den Neokortex auf das limbische System, den Sitz von Motivation und Emotion.⁵²

2.5. Verarbeitung von Musik

Gespielte oder gesungene Töne bringen die Moleküle der Luft in eine ganz bestimmte Ordnung, die wir als Musik, Klang, bezeichnen. Die Vibrationen der Luft werden zuerst im Mittelohr wahrgenommen, dann in auf- und abbrandenden Wellen in der Innenohrflüssigkeit. Diese wandern in neuronalen Energieflüssen ins zentrale Nervensystem. Am Ende steht die Wahrnehmung „Ich höre Musik“.

Helmut Kapteiner, Ralf Spintge und Roland Droh verweisen darüber hinaus, dass der Klang in einem Areal im Stammhirnbereich (Limbisches System) verarbeitet wird. Dort geschieht

⁵¹ Spitzer, Manfred: Musik im Kopf, Schattauer. Stuttgart 2002 Seite 310

⁵² Vgl.: Grothe, Barbara: Evolution der akustischen Kommunikation (Phylogenese). Symposium „Musiktherapie in der Rehabilitation von Patienten mit erworbenen Hirnschäden“ am 10. 11. 1995 im Krankenhaus München-Bogenhausen (unveröffentlichtes Manuskript)

auch eine Prüfung der Information auf Gefahr und Chance. Mit Hilfe der Gefühle werden Klänge emotional besetzt.⁵³

Luban-Plozza schreibt, dass im limbischen System eine direkte Schaltung ins Langzeitgedächtnis (das linksseitige Ammonshorn als Schaltstelle für Gedächtnis und Gefühl) besteht, über welche Klänge mit früheren Lebenserfahrungen in Verbindung gebracht werden.⁵⁴

⁵³ Vgl.: Spingte, Ralph/ Droh, Roland: Musik Medizin. Physiologische Grundlagen und Praktische Anwendungen. Stuttgart 1992

⁵⁴ Vgl.: Luban-Plozza: Das Dritte Ohr-Musik und innere Harmonie, Musik-, Tanz-, Kunsttherapie. o.O. 1990 Seite 119-124

3. Musik und Gefühl

Gefühle wie Angst, Furcht, Freude und Lust hinterlassen im Gehirn emotional geprägte Erinnerungen. Während solche Situationen erlebt werden, kommt es im Gehirn zu einer Ausschüttung einer Vielzahl von Botenstoffen, wie: Noradrenalin, Dopamin, Corticotropin – Releasing-Hormon, Vasopressin, Beta-Endorphin, welche die emotionalen Erinnerungen und Bahnen zu den Gedächtnisspeichern chemisch verankern.⁵⁵

Das „emotionale“ Gehirn ist der ältere Hirnanteil, der strukturell weitgehend dem der Säugetiere ähnlich ist. Dieser Teil ist u. a. für Gefühle und Überlebensreaktionen zuständig. Ein Teil davon, die sogen. Mandelkerne (Amygdala), ist zuständig für das Speichern von emotionalen Erinnerungen und für Angstreaktionen. Alle tiefgreifenden Erinnerungen seit der frühen Kindheit sind hier gespeichert. Diese Erinnerungen helfen uns, in verschiedenen Lebenssituationen auf frühere Erfahrungen aufbauend reagieren zu können.

Dies ist besonders wichtig, um nach traumatisierenden Erfahrungen (Schock, Vergewaltigung, Unfall) auf die davor liegenden emotionalen Programme zurückgreifen zu können.

Angstauslösende emotionale Erinnerungen, die während traumatisierender Erfahrungen gespeichert wurden, können durch geringfügige Auslöser gesundheitsschädliche emotionale und vegetative Stressreaktionen hervorrufen.⁵⁶

Der Musiktherapeut Wolfgang Bossinger schreibt, dass solche Stressreaktionen andere, als rein sprachliche Therapien zur Aufarbeitung benötigen:

„...[dass]Musik, und ganz besonders aktives Musizieren und Singen unmittelbar mit dem emotionalen Gehirn in Verbindung stehen und direkt Einfluss auf entsprechende emotionale und vegetative Reaktionen nehmen.“⁵⁷

Das kognitive Gehirn (Neokortex) ist vor allem zuständig für Sprache, Denken und für feine und differenzierte Anpassungen an sich verändernde Umweltbedingungen. Mit diesem Teil des Gehirnes arbeiten wir „bewusst“, wir reflektieren, konstruieren unsere Realität und verarbeiten Erfahrungen gedanklich.

⁵⁵ Vgl. Hüther, G.: Ebenen salutogenetischer Wirkungen auf das Gehirn, In: Musiktherapeutische Umschau, Band 25, Heft 1, Vandenhoeck und Rupprecht, Göttingen 2004, Seite 16-26

⁵⁶ Vgl.: Servan-Schreiber, D.: Die neue Medizin der Emotionen. Verlag Antje Kunstmann, München 2004

⁵⁷ Bossinger, Wolfgang: Die heilende Kraft des Singens. Demond, Norderstedt 2005, Seite 135

Das emotionale und das kognitive Gehirn können voneinander unabhängig arbeiten, sie beeinflussen sich aber gegenseitig. Arbeiten diese Gehirnteile aber zusammen, erleben wir uns im „Flow“. Der Entwickler der „Flowtheorie“, der Psychologe Mihaly Csikszentmihalyi fand heraus, dass sogenannte „Flow“-Erfahrungen viel zu einem glücklichen Lebensgefühl beitragen. Arbeiten emotionales und kognitiver Gehirn nicht zusammen, oder geraten gar in einen Konflikt, so droht Gefahr von Krankheit.

Musik kann diese zwei Gehirne wieder dazu bringen, im Einklang zu arbeiten. Der Neurobiologe Gerhart Hüther dazu:

„Durch das Hören von als angenehm empfundener Musik, durch aktives spielerisches Musizieren oder durch freies Singen lässt sich im Gehirn eine Harmonisierung und Synchronisation der in verschiedenen Regionen generierten neuronalen Aktivitätsmuster erreichen. Diese Effekte sollten umso ausgeprägter sein, je angenehmer das Musikerlebnis subjektiv bewertet wird, je offener die betreffende Person sich diesem Erlebnis hingeben kann, und je besser es ihr gelingt, freie Assoziationen zuzulassen („zu träumen“). Je stärker sich dieser Harmonisierungseffekt auch auf der für die Steuerung integrativer Regelsysteme im Körper verantwortlichen subcortikalen Bereiche ausbreitet (limbisches System, Hypothalamus, Hirnstamm), desto effektiver kommt es auch zu einer Rekonstitution bisher (durch Anspannung, Unruhe, Stress) gestörter Funktionen (kardiovaskuläres System, vegetatives System, Immunsystem). Diese Effekte sind umso nachhaltiger, je länger sie bei der betreffenden Person nachklingen (als innere Erlebnisbilder, als im Geist weiter gehörte oder weitergespielte Melodien, etc.).⁵⁸

„Das Hören, Spielen oder Singen von Melodien führt immer dann, wenn es dabei zu einer Aktivierung subcorticaler emotionaler Netzwerke und Zentren im Gehirn kommt, zu einer vermehrten Ausschüttung von insbesondere solchen Botenstoffen, die zur Stärkung, Festigung und Bahnung von all jenen Nervenzellverschaltungen beitragen, die während dieser emotionalen Aktivierung besonders intensiv benutzt werden.“⁵⁹

⁵⁸ Hüther, Gerhard: Ebenen salutogenetischer Wirkungen auf das Gehirn. In: Musiktherapeutische Umschau, Vandenhoeck und Rupprecht, Göttingen 2004, Band 25, Heft 1, Seite 20 f

⁵⁹ Hüther, G: Ebd. Seite 23

Hüther geht davon aus, dass Singen und Musizieren vermehrt zur Ausschüttung „belohnender“ Botenstoffe (Endorphine, Oxytocin, Dopamin) anregt, was wiederum eine Gefühlsregulation bedeuten kann.

Musik kann laut dieser Darstellung das Gleichgewicht im Gehirn wieder herstellen.

Solche „Neubahnungen“ in den Gehirnverschaltungen durch Musik und Gesang können Erinnerungen von verlorengegangenen Sprach- und Bewegungsabläufen zurückbringen. Die Musiktherapeutin Monika Jungblut hat eine Methode entwickelt, mit Singen und rhythmischen Trommeln bei Schlaganfallpatienten, deren Sprachzentrum geschädigt war, über das melodische Empfinden die verbliebenen Sprachfähigkeiten zu aktivieren. Da Musik eine zentrale Bewegungssteuerung im Gehirn aktiviert, sind ähnliche Erfolge von Parkinsonkranken bekannt: Nach Lähmungen konnten mittels rhythmischer und musikalischer Unterstützung gestörte Bewegungsabläufe und selbst das Gehen „neu“ erlernt werden.⁶⁰

Sloboda befragte in einer Studie Musikhörer danach, was sie am meisten am Musikhören schätzten. Dabei wurde deutlich, dass Musik deshalb geschätzt wird, weil sie Stimmungen beeinflussen kann. Sie wird auch gezielt verwendet, um negative Stimmungen in einen positiveren psychischen Zustand zu transformieren. Weiters schätzten die Musikhörer den Umstand, dass Musik Gefühle freisetzen und verstärken kann.⁶¹

Blood und Zatorre fanden heraus, dass sich Menschen der Musik bedienen, um mit Traurigkeit und Angst fertig zu werden. Mittels Positronen-Emissionstomographie (PET), die die Hirndurchblutungsänderungen beim Erleben von „Gänsehaut“, hervorgerufen durch Musik messen konnten, wurde deutlich, dass Musik ähnlich wie besonders wichtige biologische Reize das körpereigene Belohnungssystem stimuliert. Blood und Zatorre fassten zusammen:

„Wir haben hiermit gezeigt, dass Musik neuronale Systeme für Belohnung und Emotionen aktiviert, die denen entsprechen, die auf spezifische biologisch relevante Stimuli wie beispielsweise Nahrung oder Sex antworten, bzw. künstlich durch Rauschdrogen aktiviert werden. Dies ist bemerkenswert, denn Musik ist streng genommen weder für das Überleben noch zur Reproduktion notwendig, ebenso wenig

⁶⁰ Vgl. Apotheken.Umschau: Heilen nach Noten, vom 3.Nov.2003, Seite 52-57

⁶¹ Vgl.: Sloboda, John: Empirical studies of emotional response to music. In: M.R. Jones & S. Holleran: Cognitive Bases of Musical Communication. Washington, DC, American Psychological Association 1992, Seite 33-46

ist Musik eine Substanz im pharmakologischen Sinn... Die Tatsache, dass Musik die Eigenschaft besitzt, solch intensive Glücksgefühle zu bewirken und körpereigene Belohnungssysteme stimuliert, liegt nahe, dass Musik, wenn sie auch nicht für das Überleben der Art Mensch unbedingt notwendig ist, doch einen deutlichen Beitrag zu unserem geistigen und körperlichen Wohlbefinden leisten könnte.“⁶²

Erwin Evers folgert, dass dieser vorbewusste Verarbeitungsprozess unwillkürliche vegetative Reaktionen auslöst, die den Körper in einen bestimmten Zustand (sympathikaton, d.h. angespannte oder parasympathikaton, d.h. entspannte Tonuslage) versetzt. Ebenso verändert sich der Blutdruck, der Puls, die Atmung, der galvanische Hautwiderstand, der Muskeltonus in verschiedenen Körperregionen, die Verdauungstätigkeit, der Hormonhaushalt u.a.m. und dies alles unwillkürlich, ohne dass man etwas dagegen machen kann.⁶³

Sigmund Freud brachte „Hören“ mit „Angst“ in Verbindung – Angst vor dem Über-Ich, vor den Stimmen der magisch-allmächtigen Eltern. Feuerbach beschrieb 1851 ebenfalls das Ohr als das Organ der Angst. Martin Luther lehrte, dass Gott nichts anderes als „hören“ verlangt.

De Mendelssohn, von dem die oben genannten Aussagen stammen, berichtet aus der eigenen Praxis, dass auditive Patienten, besonders Frauen, die schreckhaft auf Geräusche reagieren, gleichfalls hohe Sensitivität für autoritäres Vatergehabe zeigten.⁶⁴

Da Musik mit demselben Sinnesorgan aufgenommen wird, lässt sich hiermit auch der oben genannte „Hör- und Angstfaktor“ mit beeinflussen. Klausmeier verglich die Prozesse des Musikerlebens mit den neuen Gesetzen, die Freud für den seelischen Primärprozess (Prozess des Unbewussten) festgestellt hat und fand dabei viele Übereinstimmungen. Er entdeckte, dass die primärseelische Logik wie alle Musik in der Zeit als Energiestrom abläuft und mit der psychischen Energie korrespondiert.

Die neun Gesetze Freuds können ebenfalls im musikalischen Geschehen wiedererkannt werden:

1. „Gegenstände können stellvertretend füreinander stehen.
2. Musik ist (im Gegensatz zur Sprache) präsentative Symbolik.

⁶² Blood, A./Zatorre, R.: Intensely pleasurable responses to music correlate with activity in brain regions implicated in reward and emotion. PNAS, 2001, Seite 11818-11823

⁶³ Vgl.: Evers, Erwin: Was geschieht beim Musikhören im menschlichen Körper? Zur Physiologie des Musikerlebens, Musik und Unterricht 7/1991, o.O., Seite 16-18

⁶⁴ Vgl.: de Mendelssohn, F.: Von der Musik der Psychoanalyse zur Psychoanalyse der Musik, Zeitschrift des Österreichischen Berufsverbandes der Musiktherapie 3/1989

3. Sie existiert nur in der Gegenwart.
4. Es gibt keinen Ausdruck von Abwesenheit und Negation.
5. Es gibt keine Konditionalia oder eingeschränkte Negationen.
6. Ob etwas positiv oder negativ gemeint ist, ergibt sich *nur* aus dem Zusammenhang.
7. Es kann mehreres gleichzeitig geschehen.
8. Gegensätze können friedlich nebeneinander stehen.
9. In Teilen zeigt sich das Prinzip des Ganzen (Verdichtung).“⁶⁵

⁶⁵ Klausmeier, Friedrich: Der psychische Primärprozess und die musikalische Interpretation, Musiktherapeutische Umschau 1984

4. Psychosomatischer Regelkreislauf unter Beteiligung der Künste

Körper und Geist als psychosomatische Einheit zu erkennen, um organische Krankheitsbilder mit psychischen Ursachen in Verbindung zu bringen, ist das Verdienst der „Psychosomatischen Medizin“. Psyche und Körper sind nicht als getrennte Einheiten zu betrachten. Der Mensch ist als psychophysische Einheit zu verstehen, innerhalb deren Gesamtheit Krankheit als Störung zu betrachten ist.⁶⁶

Sowohl rein körperliche Verletzungen, als auch die Unterdrückung von psychischen Kräften greifen in den Regelkreislauf der Psychosomatik ein und belasten somit die Gesundheit. Gefühle (Emotionen) können in einer komplexen Sozialstruktur nicht immer in Handlungen umgesetzt werden. Deren Unterdrückungen führen zu Spannungen, die das Gleichgewicht der vegetativen Funktionen stören.

Der heranwachsende Mensch muss lernen, mit diesen Gefühlen umzugehen, muss aber auch die Möglichkeit finden, diese Empfindungen auszudrücken und somit ein seelisches Gleichgewicht herzustellen.

Der Nobelpreisträger Sherrington hat 1932 ein grundlegendes Arbeitsprinzip des Nervensystems dargestellt, wonach motorische Neuronen durch das Zusammenspiel von erregenden und hemmenden Impulsen in einer Feinabstimmung die Muskelaktivitäten steuern. Später erkannte Sherrington, dass diese Wirkungsweise dieses Systems auf den gesamten Organismus übertragbar ist.

Wenn die Wirkungsweise der dreifachen Verhaltenssteuerung von mechanischer, emotionaler und rationaler Steuerung, sowie das Modell Sherringtons zusammengeführt werden, ergibt sich ein neuer Weg, der sowohl den Anforderungen des sozialen Lebens genügt, als auch den Gefühlen als naturgegebene Faktoren des psychischen Lebens Raum gibt.

Demnach muss das kortikale System nicht die alleinige Entscheidung treffen, ob Gefühle zuzulassen sind oder in unterbewusste Schichten zurückgedrängt werden. Ebenso hat das limbische System durch das Zusammenspiel der beiden Gehirne ein zusätzliches Ventil, um mit den überschießenden Gefühlen fertig zu werden.

⁶⁶ Vgl.: Uexküll, Thure von: Psychosomatische Medizin. Urban & Schwarzenberg, München, Wien, 1990.

Die Ausdrucksformen der Kunst im Allgemeinen, besonders aber musikalische Betätigung können eine Ausgewogenheit zwischen Spannung und Entspannung im oben genannten System herstellen.

Hierbei ist „Kunst“ nicht als „nutzloses Überflussphänomen“, wie sie intellektuelle Materialisten bezeichnen, oder „Imponiergehabe“ wie aus dem Tierreich bekannt zu verstehen, sondern als Lenkung der emotionalen Kräfte in die Welt der Ästhetik.

In den verschiedenen Richtungen der Kunst kann die ganze Vielfalt der individuellen Gefühle zum Ausdruck gebracht werden: das Wechselspiel von Liebe und Hass, Jubel und Trauer, erotische Plastiken, Liebeslyrik.

Musik vermag verschieden erlebte assoziierte Inhalte ins Bewusstsein zu holen und ein Wechselspiel zwischen Spannung und Entspannung auf hoher geistiger Ebene hervorzurufen. Gefühle finden im Klang der Stimme, im Mimik, Gestik und Körperhaltung ihren Ausdruck. Klang der Stimme, Mimik, Gestik und Körperhaltung sind andererseits Ausdrucksformen, die musikalischen Gesetzen folgen.

Hans-Peter Hesse folgert in den „Faktoren des Musikerlebens“, dass der Ausdruck von Gefühlen im Klang der Stimme, Mimik, Gestik und Körperhaltung kommunikative Funktionen haben und bei Angehörigen verschiedener Kulturen ähnlich sind und gleichsam eine interkulturelle Sprache darstellen.

In diesem Feld der Spannungen und Entspannungen, der Bewegungen und der Ruhe innerhalb der Musik ist diese in der Lage, dynamische Kräfte widerzuspiegeln.⁶⁷

Musik wird, wie z.B. Richard Wagner 1851 schreibt, als „Sprache der Gefühle“ bezeichnet:

„Die Tonsprache spricht, als reines Organ des Gefühles, gerade nur das aus, was der Wortsprache an sich unaussprechlich ist, und von unserem verstandesmenschlichen Standpunkte aus angesehen als schlechthin das Unaussprechliche“⁶⁸

Gefühlszustände, wie Trauer, Freude, werden in Kompositionen auf einer anderen, als auf der sprachlichen Ebene ausgedrückt und ebenso erfahrbar gemacht.

⁶⁷ Vgl.: Hesse, Horst-Peter: Musik und Emotion. Wissenschaftliche Grundlagen des Musik-Erlebens. Springer, Wien 2003, Seite 170 ff

⁶⁸ Vgl.: Wagner Richard: Oper und Drama. In: Gesammelte Schriften und Dichtungen, Band III, 4. Auflage, Siegel, Leipzig 1907

Bei Carl Phillip Emanuel Bach finden wir in der Musik eine Appellfunktion: Der Zuhörer soll angehalten werden, bei bestimmter Musik bestimmte Gefühle zuzulassen:

„Indem ein Musikus nicht anders rühren kann, er sey dann selbst gerührt; so muss er nothwendig sich selbst in alle Affekten setzen können, welche er bey seinen Zuhörern erregen will; er giebt ihnen seine Empfindungen zu verstehen und bewegt sie solchergestalt am besten zur Mitempfindung.“⁶⁹

Busoni fordert als Gegensatz dazu eine psychische Distanz des Künstlers:

„So wie der Künstler, wo er rühren soll, nicht selber gerührt werden darf – soll er nicht die Herrschaft über seine Mittel im gegebenen Augenblicke einbüßen -, so darf auch der Zuschauer, will er die theatralische Wirkung kosten, diese niemals für Wirklichkeit ansehen, soll nicht der künstlerische Genuss zur menschlichen Teilnahme herabsinken.“⁷⁰

Hier wird Musik als „Kunstausdruck“ interpretiert und ihre Wirkung auf anderen Ebenen als auf der zusammenführenden emotional - kognitiven Ebene.

Hans-Peter Hesse schreibt in diesem Zusammenhang:

„Musik kann den Menschen auf verschiedenen Ebenen seiner Lebensfunktionen ansprechen. Daher ist ihre Wirkung sehr unterschiedlich. Sie tritt dem Menschen [...] als Klang, Struktur und Symbol gegenüber. Musik wirkt als Klang auf das Nervensystem, löst Reflexe der Muskulatur aus, regt die Ausschüttung von Hormonen an und beeinflusst dadurch die Stimmung. Der Mensch kann sich im Klang, der Melodik, dem Rhythmus hingeben, seine geistige Aktivität reduzieren und durch die Verdrängung lästiger Gedanken der Realität entfliehen.“⁷¹

Laut Hesse ist aber auch der umgekehrte Fall zutreffend: Die körperliche Beteiligung am Musikerleben kann weitgehend eingeschränkt werden. Man kann sich kontemplativ und mit geistiger Konzentration dem Musikerleben hingeben und psychische Bereiche der Funktionsschicht aktivieren.⁷²

⁶⁹ Bach, Carl Phillip Emanuel: Versuch über die wahre Art das Clavier zu spielen. 1. Auflage 1753, 3. Auflage Schwickert, Leipzig 1787, Seite 91

⁷⁰ Busoni, Ferruccio: Entwurf einer neuen Ästhetik der Tonkunst. 2. Auflage. Insel, Leipzig 1916, Seite 19

⁷¹ Hesse, Horst-Peter: Musik und Emotion. Wissenschaftliche Grundlagen des Musik-Erlebens. Springer, Wien 2003, Seite 175

⁷² Vgl.: Hesse, 2003, ebd.

„Pflege der Musik, das ist die Ausbildung der inneren Harmonie, sprach Konfuzius. Und wir fügen in der nüchternen Sprache der Neuzeit hinzu [...], die alle psychophysischen Schichten des Menschen umfasst.“⁷³

⁷³ Hesse, 2003, ebd., Seite 177

5. Musik als Kunst und Musik als spontaner Ausdruck

Musik lässt sich wie nachfolgend beschrieben unterscheiden:

Die abendländische Musik ist an eine bestimmte formale Musikstruktur gebunden, in der die Klänge, Tonlänge und Tonalität selbst bei größten „individuellen Kompositionen“ in einem Korsett verpackt sind.

In der östlichen Musik und jener, die für eine bestimmte Art von Therapie, Heilung und Selbstheilung geeignet ist, sind Klänge, die spontan aus dem Innersten des Menschen kommen, von zentraler Bedeutung. Dazu gehören auch freie Improvisation als Ausdruck der Seele, langgehaltene Vokale, Obertongesang und als eine der wenigen formal gebundenen Musikgattungen, die gregorianischen Gesänge.

Improvisierte Musik ist nicht festgeschrieben, sie kann (und soll) nicht exakt reproduziert werden, kann aber ähnlich und stets veränderbar wiederholt werden. Durch diese „Veränderbarkeit“ dieser Musik, verbunden mit den Empfindungen, die damit situativ wahrgenommen werden, kann der musikalische Ausdruck einer möglicherweise bedrohlichen Situation schrittweise neutralisiert werden.

Wie aus der Akustik bekannt ist, entstehen auf einer in Schwingung versetzten Metallplatte im Kreidestaub gleichmäßige Formen. Ebenso könnten in einem in Schwingung versetzten menschlichen Körper harmonische Formen (Zustände) entstehen.

Ich konnte an mir selbst feststellen, dass das Singen von Vokalen meinen Körper von Kopf bis Fuß auflockert. Es war mir möglich, Verspannungen „wegzusingen“. Derselbe Effekt zeigt sich durch die Schwingungen von Klangliegen und . Dieses Singen und Musizieren ist besonders bei Menschen mit verschiedenen Behinderungen möglich und kann von Therapeuten durch einfühlsames Mitspielen und –singen unterstützt werden. Dieser Prozess erfordert keine Notenkenntnisse und verlangt keine instrumentalen Fertigkeiten und ist somit nahezu für jedermann einsetzbar.

Schilderungen von Gesangslehrern, wonach die Stimme bei manchen Schülern nicht das gewünschte Volumen erreicht, können Hinweis sein, dass diese Schüler aufgrund bewusster oder unbewusster Blockaden nicht in sich hineinhören (wollen) und dadurch „nicht klingen“.

^x Diese Instrumente werden später beschrieben.

Dieses Hineinhören in den eigenen Körper zur bewussten Entspannung ist für mich eine Grundvoraussetzung, um den Körper in eine bewusste Grundspannung bringen zu können. Ist ein körperlicher Zustand als „verspannt“ zu bezeichnen, wird eine weitere Anspannung zu noch größerer Verspannung führen.

Dieses Hineinhören in den eigenen Körper bedeutet aber auch „loslassen“. Wer ständig festhält, kann nicht offen sein, um Neues aufzunehmen. Dies wurde mir bewusst, als übergewichtige Personen mit Klängen bespielt wurden. Es fiel ihnen meist schwer, sich auf den Klang einzulassen, gelang es aber, so klagten sie über Übelkeit.

Kinder, die von Lehrern als überaktiv bezeichnet werden, zeigen kaum Bereitschaft, lange Vokale zu singen. „O,A,E,I,U“ werden anfangs meist nur in Staccatoform ausgestoßen. Sind nach einiger Zeit dann doch langgezogene Vokale möglich, verändert sich auch deren gesamte Ausdrucksform, was ein bewusstes Wahrnehmen des Körpers bedeutet.

„Klangspiele“ mit der menschlichen Stimme lassen sich gut als Gruppenübungen mit ganzen Schulklassen gestalten. Die Reaktionen geben Aufschluss darüber, wer sich in den Klang einlässt und wer abblockt und stört. Die Wahrnehmung deckt sich laut Aussagen der Klassenlehrer in den meisten Fällen mit dem sozialen Verhalten der einzelnen Schüler. Jene, die abblocken – ich bezeichne ihren Zustand als „verspannt“ - , werden kaum gewillt, oder aufgrund ihres Verhaltens in der Lage sein, Lieder im herkömmlichen Sinn im Klassenverband zu singen, denn sie müssten auf ihrer, bewussten oder unbewussten, Grundspannung bewusst eine neue Spannung aufbauen. Einen möglichen Grund hierfür finde ich in der Art und Weise, wie Musik in unserer Zeit in den mir bekannten Grundschulen vermittelt wird: Wenn überhaupt gesungen wird, dann ausschließlich einstimmig, oft von einer CD begleitet. Erst zweistimmiges Singen würde bedeuten, dass sowohl nach außen, als auch nach innen gehört werden muss, um eine zweite Stimme möglichst harmonisch dazu zu singen. Diese einstimmige Singkultur, verbunden mit einem „Nichteingehen“ auf den Klang, lässt sich bereits seit längerer Zeit beobachten. Die Absolventen sind bereits Autofahrer und Discobesucher. Beides als Konsumenten extrem lauter Musik.

6. Folgen von überlauter Musik und Lärm

Über die Folgen von überlauter Musik und Lärm berichten mehrere Studien: Über 80 db steigt der Blutdruck, Magen und Darm arbeiten langsamer, Pupillen werden größer.⁷⁴ Eine weitere Studie besagt, dass bereits ab 50 db Dauerlärm Migräne ausgelöst wird und der Cholesterinspiegel steigt, sowie möglicherweise Krebs entsteht. Auch Kurz- und Langzeitgedächtnis, sowie die Leseleistung bei Kindern ist nachweislich schlechter.⁷⁵

Zu laute Musik kann nach Aussage eines belgischen Forscherteams über einen Hörsturz hinaus zu sogen. Pneumothorax führen (Presseausendung der Fachzeitschrift „Thorax“, Band 59, S. 722). Dabei fällt ein Teil der Lunge in sich zusammen. Besonders die Bassfrequenzen, die im ganzen Körper gespürt werden können, scheinen dafür verantwortlich zu sein, dass es durch die gleichen Frequenzen zu Rissen im Gewebe kommt, die schließlich zum Lungenkollaps führen.⁷⁶

Für mich bedeutet der Konsum von überlauter Musik einen Ausgleich zu mangelndem Selbstbewusstsein, eine Angst davor, nicht wahrgenommen zu werden. Vor allem junge Menschen öffnen hiermit ein emotionales Ventil, das keines sprachlichen Ausdrucks bedarf, diesen auch nicht ermöglicht. Durch Überlaute Musik lässt sich auch ein tranceähnlicher Zustand erreichen, auf den im nachstehenden Kapitel eingegangen wird.

⁷⁴ Vgl.: Berendt, Joachim Ernst: Das Dritte Ohr, a.a.O, Seite 154

⁷⁵ Quelle: Kupizik, Ingrid, in: Welt am Sonntag, vom 20.10.2002

⁷⁶ Quelle: www.rp-online.de/03.09.04, Zugriff am 23.12.2004

7. Klang und Trance

Mehrstimmiges Singen, freie Improvisation und das Erleben von Klängen (in sich hinein hören) lässt sich durchaus mit tranceähnlichen Zuständen vergleichen. Dass Menschen diesen Zustand herbeisehnen, lässt sich anhand anderer Möglichkeiten, diesen zu erreichen, erklären: Im Suchtverhalten nach Drogen, Alkohol und Nikotin. Trance ist aber auch eine sehr alte, bewährte Heilmethode.

Verändertes Wachbewusstsein ermöglicht ein intensiveres „nach innen hören“, das durch den geschützten Rahmen einer Therapie beleuchtet und gegebenenfalls aufgearbeitet werden kann.

Das Bewusstsein gliedert sich in Wach- und Schlaf-Bewusstsein. Das Wach-Bewusstsein unterteilt sich in ein normales Wach-Bewusstsein und in ein verändertes Wach-Bewusstsein (Trance und Ekstase). Das Schlaf-Bewusstsein wird als Traum bezeichnet.⁷⁷

„Die Musik ist eines der ältesten Zaubermittel der Menschheit, weil sie eines der ältesten Rauschmittel [...] ist. Beim Tanz wie bei der zugehörigen Musik führt die stete Wiederholung desselben Motivs zur Automatisierung der Bewegung, [...] der psychisch eine Einengung des Bewusstseins bei gleichzeitiger euphorischer Steigerung des Befindens entspricht. Diese Bewusstseinsenge lässt sich bis zur Ekstase steigern.“⁷⁸

Der Rhythmus von außen kann vegetarische rhythmische Funktionen, wie Atmung, Puls, Blutkreislauf und elektrische Aktivität des Gehirns beeinflussen.⁷⁹

Trance, aufgrund ununterbrochenem langen Tanzens oder Singens, aber auch durch Langzeitbelastung bei verschiedenen Sportarten, führt zur Reduzierung des Glucosespiegels und zu einer Erhöhung der Kohlendioxid-Konzentration im Blut und damit zu einer schlechteren Versorgung des Gehirns mit Sauerstoff.

„Diese bewirkt daher eine Dämpfung von Gehirnprozessen, die sich zunächst v.a. auf höhere, kontrollierend – d.h. hemmend – wirkende Schaltkreise im Nervensystem auswirkt. „Die Hemmung der Hemmung“ hat daher eine anregende Wirkung innerhalb

⁷⁷ Vgl.: Hesse, Horst Peter: musik und emotion, Springer, Wien 2003, Seite 50

⁷⁸ Bose, Fritz: Musikalische Völkerkunde. Atlantis, Freiburg i. Br. 1953, Seite 32

⁷⁹ Vgl.: Frank, Christel: Musikrhythmen als möglicher Synchronisator für biologische Rhythmen.

In: Gerhart Harrer (Hrsg), Grundlagen der Musiktherapie und Musikpsychologie. Zweite Auflage, Fischer, Stuttgart 1982, Seite 85-104

der rationalen Ebenen [...] zur Folge. [...] Es entsteht das Gefühl, sich dem psychischen „Reduzierventil“ zu entziehen [...], sich eine Zeitlang aus der Dominanz der rationalen Steuerung zu befreien.“⁸⁰

Mir ist es unverständlich, dass oben beschriebene Bewusstseinszustände, die durch überlaute Musik erzeugt werden, vom Gesetzgeber während Autofahrten geduldet wird.

Genauere Untersuchungen über auftretende Alpha- und Betawellen lassen sich im Elektroenzephalogramm (EEG), der Positionen- Emissions- Tomographie (PET) und der funktionellen Magnet- Resonanz- Tomographie (fMRT) sichtbar machen. Diese, auf Klang und Trance bezogenen Forschungsberichte finden sich im Aufsatz „Klang und Trance im EEG“ von Sabine Rittner und Jörg Fachner.⁸¹

7.1. Die fünf Gehirnwellenbereiche und ihre Bedeutung:

Deltawellen: 1 – 3 Hz, komatöse Zustände, Tiefschlaf, körperliche und geistige Regeneration.

Thethawellen: 4 – 7 Hz, Traumschlaf, hypnotische Tieftrance, die Imagination aus dem Unterbewusstsein ist besonders angeregt.

Alphawellen: 8 – 12 Hz, entspannter Wachzustand, leichte hypnotische Trance, Meditation, auch Nachdenkphase.

Betawellen: 30 – 40 Hz, angespannter Wachzustand, durchschnittlicher Alltag.

Gammawellen: 32 – 64 Hz, bei höchster Anspannung und Konzentration.⁸²

Zur Aufstellung der Gehirnwellenbereiche eine Anmerkung: die Wellenbereiche weichen bei manchen Autoren zum Teil erheblich ab, die Bedeutung wird aber übereinstimmend wiedergegeben .

Zur Bedeutung von Gammawellen schreibt Antonie Lutz von der Universität Wisconsin, dass diese möglicherweise bei der Kopplung neuronaler Prozesse zu geordneten kognitiven Funktionen eine entscheidende Rolle spielen.⁸³

⁸⁰ Hesse, Horst Peter: musik und emotion, Springer, Wien 2003, Seite 52

⁸¹ Vgl.: Rittner, Sabine/ Fachner, Jörg, Klang und Trance im EEG. In: Musiktherapeutische Umschau, 25,1, 2004. Vanderhoeck und Ruprecht 2004. Seite 70-79

⁸² Vgl.: Rohr, Wulfing von: Einklang. Heilen mit Musik. 1995, Droemerische Verlagsanstalt, München. Seite 59

Der Gehirnforscher Günter Haffelder kommt zu der Ansicht, dass Informationen bei vermehrten Alphawellen leichter über das Corpus Callosum transportieren, was Lernprozesse erleichtert. Die rechte Hirnhälfte kann viele Eindrücke ganzheitlich erfassen. Da dies jedoch unbewusst geschieht, ist die Kommunikation mit der linken Hirnhälfte wichtig, um Eindrücke und Gefühle leichter verstehen zu können.⁸⁴

Rittner und Fachner verweisen darauf, dass die weit verbreiteten Befürchtungen, veränderte Bewusstseinszustände, erzeugt durch klanginduziertes Tranceerleben würden einen Verlust der Selbstkontrolle bedeuten, widerlegt werden können. Wirkungen der Tranceinduktion durch das Ganzkörper-Monochord könnten ihrer Meinung nach vermehrt in der Musiktherapeutischen Praxis eingesetzt werden.



Klangliege (Eigenbau: Josef Wutzlhofer, Forchtenstein, Bgl.)

Sabine Rittner, Musikpsychotherapeutin in der Psychosomatischen Universitätsklinik Heidelberg sprach anlässlich des 2. internationalen Kongresses des Europäischen Collegiums für Bewusstseinsstudien im Februar 1996 in der Stadthalle Heidelberg über Erfahrungen mit dem Ganzkörpermonochord (Klangliege)⁸⁵. (Auszug)

„Der ganz besondere, obertonintensivierte, schwebende, richtungslos einhüllende Klang des Instrumentes vermag verborgene, allerfrüheste vorsprachliche pränatale Erinnerungen aktivieren. Darüber hinaus intensivieren die körperliche Übertragung der

⁸³ www. Wissenschaft.online.de vom 9.11.2004, Zugriff am 10.12.2004

⁸⁴ Vgl.: Haffelder, Günter: Kommunikation und Gehirnforschung. Video-Interview mit Liane Sophie Halasz, produziert von: Pyramid Film, Hamburg 2003

⁸⁵ www.somachord.de, Zugriff am 16.08.2004

Vibrationen über die Haut, von den Füßen bis zum Kopf, und die unmittelbare Aufnahme des Klages über die Knochenleitung die Wiederbelebung der Empfindungen aus dem allerfrühesten Klangraum, der den Menschen umgibt. Physiologisch lässt sich vermuten, dass der Fötus nicht nur über das ab der 16. Schwangerschaftswoche entwickelte Hörorgan, sondern ebenfalls über die gesamte Körperoberfläche Schwingungen des Fruchtwassers empfängt, die durch die verschiedensten Körpergeräusche der Mutter durch Körperresonanzen ihrer Stimme sowie durch Klang- und Geräuscheinflüsse von außen zustande kommen. Da der Fötus sich mit zunehmender Größe im Uterus an die Wirbelsäule der Mutter anschmiegt, werden vermutlich über diesen ersten direkten Körperkontakt zusätzlich tiefere Frequenzen über die Knochenleitung seines Rückgrates übertragen.“

Wolfgang Strobel schreibt zu Erfahrungsberichten von Personen, die therapeutisch mit dem Ganzkörper-Monochord behandelt wurden, dass es sich um paradiesische, ozeanische oder kosmische Gefühle von entgrenzt-, bedürfnislos, das gleichzeitige Alles sein – Aussagen handelt. Die Wortverbindungen Einssein, Einigsein, Inne sein, Innigkeit lassen verstehen, weshalb dieses Gefühl der Grenzenlosigkeit gleichzeitig auch Sich getragen fühlen und Geborgenheit beinhaltet.⁸⁶ Die Widersprüchlichkeit zwischen Auflösung der Körperlichkeit in Form von sogen. „ozeanischer Selbstentgrenzung“ und gleichzeitigem Getragen- und Gehaltensein kann in dieser Erfahrung überwunden werden.⁸⁷

Phylogenetisch betrachtet entspricht laut Strobel der Klangarchetyp des Monochordes der archaischen Bewusstseinsstruktur des Menschen, ontogenetisch ist er der intrauterinen Entwicklungsphase zuzuordnen.

Sabine Rittner führt weiter aus, dass die in der Klangtrance mit dem Monochord durch spontane Altersregression wiederbelebten Deprivationserfahrungen aus der Säuglingszeit in der Erinnerung auftauchen und mit Hilfe von aktiv hypnotherapeutischen Interventionen in einem Zeiteinsprung mit einer tröstenden, heilsamen Ressource der gerade jetzt erlebten Zeit verknüpft werden kann.

⁸⁶ Strobel, Wolfgang: Klang – Trance – Heilung. Die archetypische Welt der Klänge in der Psychotherapie. In: Musiktherapeutische Umschau. Forschung und Praxis der Musiktherapie. Band 9 Brochinsky/Fischer, Frankfurt/Stuttgart 1988, Seite 119 – 139

⁸⁷ Vgl.: ders.: Die klanggeleitete Trance. Eine analytisch orientierte Form der Hypnotherapie. In: Hypnose und Kognition, Band 9, Heft 1, 1992, Seite 102

Dittrich schreibt von Menschen, die einen Abtreibungsversuch überlebten, pränatal schwere Krankheiten der Mutter erlebten oder nach der Geburt mangelnde soziale Wärme erfuhren über deren Wahrnehmungen im Ganzkörper-Monochord. Diese berichteten von albtraumhaften Bildern, von lebensbedrohendem Gefühl des Ausgeliefert-Seins, des Verschlungen- oder Verletzt-Werdens, des Bodenlos-Fallens und des Mangels an Kontrolle. Frühere Traumata werden reaktiviert, verbunden mit einer angstvollen „Ich-Auflösung“, alles im Übergang in einen sich verändernden Bewusstseinszustand.⁸⁸

Sabine Rittner: Im geschützten Raum können solche auflebenden Gefühlszustände bearbeitet werden. Das klangliche Erleben und die körper-sinnliche Berührung ohne direkten Körperkontakt, die achtsame Gestaltung von Nähe und Distanz mit früh traumatisierten und auch mit missbrauchten Patienten kann für diese sehr hilfreich sein. Neben dem nonverbalen Erleben des Klanges bedarf es einer verbalen Aufarbeitung, da „Klang an sich“ weder heilt noch wirkt. Erst im Verbund mit dem situativen Kontext, dem Verstehen und dem Eingehen auf die Situation kann die Auflösung des traumatisierten Gefühlszustandes gelingen.

Ich meine aber, dass es doch möglich ist, Klänge auch verbal unbeantwortet stehen zu lassen. Manche Menschen fühlen sich im Ganzkörper-Monochord einfach wohl und dieses Wohlbefinden muss nicht unbedingt verbal hinterfragt werden. Sollte aber verbal nachgefragt werden, so ist es wichtig, den für das Sprechen und für das Sprachverstehen zuständigen Hirnanteil „wach“ zu halten, d.h. nicht in Trance zu versetzen. Wie das gelingen könnte, haben Vergleiche von Trancezuständen in den verschiedenen Religionen gezeigt. Hirnscans konnten belegen, dass in jenen Religionen, in denen während des Trancezustandes Gebete gesprochen oder gesungen wurden, bestimmte, für Sprachverarbeitung zuständige Hirnregionen angeregt waren, hingegen bei stummen Übungen diese Hirnareale ebenfalls inaktiv waren.

⁸⁸ Vgl.: Dittrich Adolf: Ätiologie-unabhängige Strukturen veränderter Wachbewusstseinszustände. O.O. 1985

8. Aktives Singen und Musizieren

8.1. Unterschiede zu rezeptivem Musikerleben

„Beim aktiven Musizieren ist die emotionale Beteiligung – gemessen an den dabei zu beobachtenden Veränderungen – sehr viel größer als beim rezeptiven Musikerleben. Das geht sogar so weit, dass auch jene Versuchspersonen, die bei passivem Musikhören durch eine rein kritisch wertende Einstellung ihre Emotionen zu unterdrücken vermögen, deren vegetatives Diagramm also stumm bleibt, bei der aktiven Musikausübung ihren Emotionen – gegebenenfalls sogar gegen ihren Willen – unterliegen. Es ist ihnen unmöglich, die Emotionen und deren vegetative Entäußerung zu unterdrücken.“

Harrer (ders.) schreibt an anderer Stelle:

„Bei ausgebrannten, autistischen, verpuppten Schizophrenen, bei denen das passive Musikhören keine Emotionen mehr zu erwecken vermochte, löste das aktive Musizieren die Patienten aus ihrer emotionellen und vegetativen Erstarrung, und es kam zu erstaunlichen, vegetativen Reaktionen, die wir bei den versteinerten Kranken kaum für möglich gehalten hätten.“⁸⁹

Beim Singen zeigen sich diese Unterschiede noch deutlicher, da es eine direkte Verbindung zwischen der Kehlkopfmuskulatur und dem parasympathischen Vagusnerv (vegetatives nervensystem) gibt. Zusätzlich beeinflussen Atmung und Muskelspannung direkt die vegetativen Prozesse im Gehirn.⁹⁰

Hieraus wird der Unterschied deutlich. Ich meine, dass es jedoch Zwischenstufen gibt. Je nachdem, wie tief man sich in ein Hörerlebnis einlässt, lassen sich emotionale Veränderungen feststellen. Oft entstehen durch das Hören einer bestimmten Musik emotionale Verknüpfungen zu bestimmten Lebenssituationen, die ebensolche Reaktionen auslösen. Ebenso gibt es einen Unterschied, ob die Musik von einem technischen Tonträger gehört wird oder Musik und Gesang „live“ dargeboten werden.

⁸⁹ Harrer, G.: Das Musikerlebnis im Griff des naturwissenschaftlichen Experiments. In: Harrer, G. (Hrsg.): Grundlagen der Musiktherapie Und Musikpsychologie. Gustav Fischer, Stuttgart, 1975, Seite 24, 25

⁹⁰ Vgl.: Hüther, G.: Ebenen salutogener Wirkungen auf das Gehirn. In: Musiktherapeutische Umschau Vandenhoeck und Rupprecht, Göttingen. 2004, Band 25 Heft 1 Seite 17

In der Arbeit mit behinderten Menschen habe ich ähnliche Erfahrungen gemacht. Zu selbst ausgewählter Musik wurde mit einfachen Instrumenten mitgespielt (oft nur getrommelt). Die Reaktionen glichen jenen, die Harrer oben erwähnte.

9. Durchklingen der Persönlichkeit

Um den Einstieg in das Singen von Vokalen zu erleichtern, „bespiele“ ich diese Personen mit Klangschalen, Monochord und Klangwiegen. Oft zeigt sich bereits hier Widerstand gegen das Zulassen von Klängen. Entweder die Personen werden unruhig oder es wird ihnen übel. Ich deute dies als ein Festhalten an einer bestimmten Grundhaltung, ein „nicht loslassen können“, um sich auf neue Klänge einzulassen. Als Beschreibung dieses Zustandes kommt meist spontan ein Unwohlsein aufgrund von kurz zuvor gelegenen, von Musik unabhängiger Situationen. Erst viel später, wenn diese Personen den Prozess des Klingens zulassen, kommen Beschreibungen wie:

- „Ich wollte niemanden an mich heranlassen“
- „Ich hatte Angst mich nicht unter Kontrolle zu haben“
- „Alles was von mir herauskommt ist schlecht“
- „Ich kann und darf in meinem Leben nicht lockerlassen“

Mit großer Behutsamkeit und gemeinsamem Singen von Vokalen lösen sich diese Blockaden langsam auf. In meiner Arbeit mit Kindern konnte ich feststellen, dass besonders unruhige, verhaltenskreative und aggressive Kinder anfangs nur kurze Vokale von sich geben (wenige Sekunden). Mit der Länge der Töne (auch längerer Atem) nehmen auch die Verhaltensauffälligkeiten ab. Der selbst erzeugte Klang scheint einen Abbau von aufgetauter Energie zu ermöglichen.

9.1. Personare

Decker Voigt sieht im „Personare“ ein Durchklingen der vier Grundkräfte der Persönlichkeit als Ausdruck unserer Grundängste.

„Aus negativer Sicht:

- Angst vor Chaos und Untergang (zwanghafte Kraft) führt zu Zwangsneurosen:
- Angst vor Immer Gleichem (hysterische Kraft) führt zu Hysterie und Manie
- Angst vor Selbstständigkeit (depressive Kraft) führt zu Gemütskrankheiten
- Angst vor zu großer Nähe (schizoide Kraft) führt zu Paranoia

Aus positiver Sicht:

- An die Kraft des Zwanghaften zu Verlässlichkeit führen und sich und anderen Sicherheit geben, ebenfalls zu Ordnung und Sauberkeit. Einschätzbar für sich und andere sein und zielbewusst und ausdauernd sein.
- Die hysterische Kraft (Wechselhaftigkeit) kann zu Spontaneität (Farbklebs im Alter einer Gruppe), Begeisterungsfähigkeit, Kontaktfähigkeit und Risikofreudigkeit verhelfen.
- Die depressive Kraft (nähesuchend) kann zu Hingabefähigkeit, Vertrauen zum Partner, Verwöhnen des anderen, Sensibilität gegenüber Bedürfnissen des Partners und zu Bescheidenheit verhelfen.
- Die schizoide Kraft (Distanzierung) kann zu Unabhängigkeit, zum sich Abgrenzen, zum Nein sagen können, zum mit sich allein etwas anfangen können, zur Kenntnis und Befriedigung eigener Bedürfnisse verhelfen.⁹¹

Diese Grundeigenschaften finden sich in den oben beschriebenen Personen mit aufgestauten Aggressionen als Überbetonung eines oder mehrerer von Decker-Voigt beschriebenen Punkten. Mit der Bereitschaft, Klänge von sich zu geben, beginnt auch der Prozess des bewussten Umganges mit den „durchklingenden Kräften“.

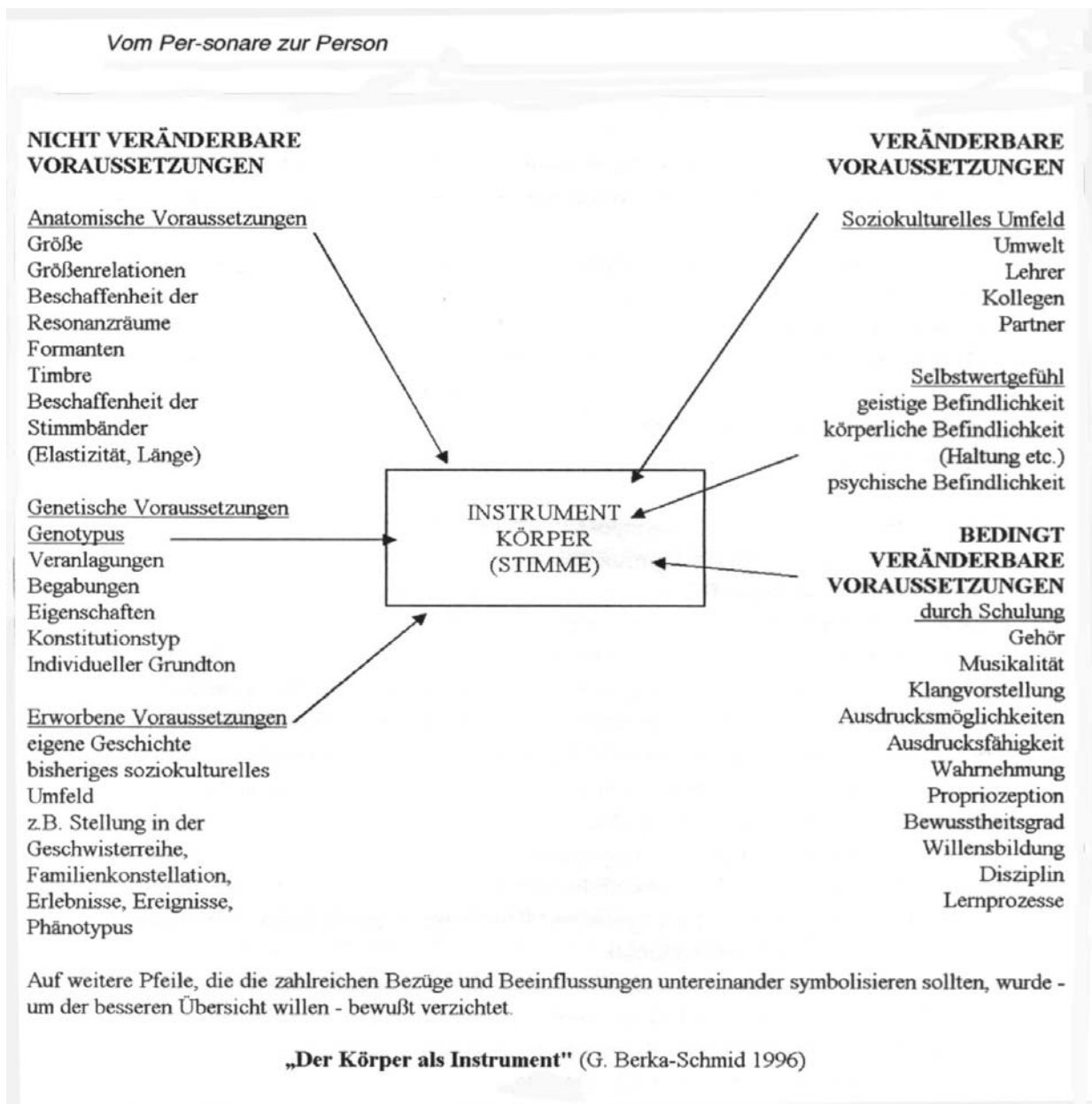
Gertraud Berka-Schmidt bezeichnet den menschlichen Körper, vor allem die menschliche Stimme als Instrument mit teils nicht veränderbaren Voraussetzungen und veränderbaren Voraussetzungen – vom Per-sonare zur Person.⁹²

Zitat von J. W. v. Goethe:
 Volk und Knecht und Überwinder
 Sie gestehen zu jeder Zeit
 Höchstes Glück der Erdenkinder
 Sei nur die Persönlichkeit.

⁹¹ Decker-Voigt, Hans-Helmut: Aus der Seele gespielt; Goldmann, München 1991, Seite 172ff

⁹² Vgl.: Berka-Schmidt, Gertraud in: Die funktionelle Entspannung, Bindeglied zwischen Prävention – Pädagogik – Therapie. Heft 30, Nov. 2003

9.2. Der Körper als Instrument



Anhand dieser Grafik ist die Bedeutung des direkten Ausdruckes des Körpers durch die Stimme erkennbar. Ich möchte aber zu bedenken geben, dass sich in der Zeit der Pubertät der Körper und somit auch das „Instrument Körper“ umbaut. Dies bedeutet, dass sich innerhalb kurzer Zeit auf beiden Seiten temporäre Veränderungen ergeben, die nicht immer übereinstimmen. Dies bedeutet aber auch, dass in dieser Zeit durch Musik und Gesang als übergeordnete Instanz dieses Auseinanderklaffen von Körper und Körper als Instrument gering gehalten werden kann.

Aus einer repräsentativen Studie hat Berka-Schmid funktionelle Schäden junger Menschen wie folgt aufgelistet: Problembereiche, die aus pädagogischer Sicht für ein erfülltes Leben, für

Voraussetzung zur Lernbereitschaft wichtig sind, dokumentiert. Ich halte diese Aussagen für eine wichtige Ausgangslage für die therapeutische Arbeit mit Musik, um mit ihr den Menschen wieder zum Klingen, zum Durchklingen der Persönlichkeit zu bringen:

1. „75 – 80 % der Schüler (Schularztstatistiken) weisen Haltungsschäden auf. Die äußere Haltung ist gleichzeitig Ausdruck der inneren Haltung und kann von dieser nicht getrennt werden.
2. 80 – 90 % weisen eine costo-claviculäre Hoch- und Flachatmung auf, costo-abdominale Tiefatmung fehlt. Das führt zu:
 - erhöhter Atemfrequenz
 - erhöhter Herzfrequenz
 - Verlust des Eigenrhythmus
 - Verminderter Zwerchfelltätigkeit
 - Minderbelüftung der Lungenblasen
 - Verminderter Sauerstoffsättigung
 - Verminderter Konzentrationsfähigkeit
 - Verminderter Anregung der Darmperistaltik und
 - Vermindertem venösen Rückstrom aus der Peripherie, durch die Vernachlässigung der Pumpfunktion des Zwerchfells
 - Daher oft Neigung zu orthostatischem Kollaps
 - Kippen des vegetativen Gleichgewichtes aus der Balance mit Vorherrschen des Sympathikotonus, in Ermangelung parasympathischer Innervationsstimuli (Leitung der Reize zu den Organen durch die Nervenbahnen).
3. Verminderte Wahrnehmungsfähigkeit in nahezu allen Sinnesmodalitäten „pathologische Überstimulierung kann zu den gleichen Ergebnissen führen wie fehlende Stimulation, nämlich zu Abstumpfung und Rückzug“. Durch die Abwesenheit einer genügenden Intensität der Stimulation (z. B.: glatte, plane Flächen) und durch Überstimulierung (akustischer und optischer Bereich) ergibt sich eine Defizienz der physischen Erfahrungen von taktilen – propriozeptiven – kinästhetischen Sensationen.
 - Die Entsinnlichung der Welt ist eine Folge des Ersetzens direkten Erlebens durch technische Geräte, die zwischen der Realität und den sinnlichen Erfahrungen stehen. Hierdurch wird auch die psychische

Repräsentanz des Körpers, das Körper-Selbst/Körperschema (Body image), beeinträchtigt.

- Die Anhebung der Reizschwelle als Schutzmaßnahme. Als Beispiel für Veränderungen im Bereich Reizschwelle und Sensibilität kann auch der Anstieg der Schmerzgrenze im Hörbereich von 80 db (etwa 1970) auf nun 100 db gesehen werden – wobei in manchen Diskotheken zwischen 110 und 120 db durchaus üblich sind.
4. Es finden sich Probleme in der Feinmotorik, Koordination und Balance (Reduktion der Motorik auf zu wenig, zu wenig differenzierte und zu gleichförmige Tätigkeiten.)
 5. Es besteht Unkenntnis des eigenen vollen Stimmklanges durch mangelnde Stimmentwicklung aus mangelnder Benützung der Stimmen. Motorik und Stimme gehen in ihrer Entwicklung immer Hand in Hand. Die so genannten „Kommunikationsmedien“ verhindern ausreichende direkte Kommunikation, wenn sie zu zeitintensiv eingesetzt werden. Fernsehen, Computer und Walkman als Babysitter reduzieren: Kreativität, Ausdruck mittels der Stimme (E-motio = Herausbewegung), eigenes Tun und Handeln, direktes Erleben, Sprechen, Gefühl der Sprache, Singen und Lautmalerei. Stimmausdruck ist gestaltetes Ausatmen und verlängert die Ausatemungsphase. Jeder verlängerten Ausatmung folgt reflektorisch eine vertiefte Einatmung, ist also Eigenrhythmus- und Mitte – orientiertes Tun. Bei klarer Artikulation, besonders durch das deutliche Benützen der Verschlusskonsonanten (Explosivlaute), kommt es ebenfalls reflektorisch zu einem starken Zwerchfellimpuls und einer damit verbundenen automatischen Einatmung. Jeder Sänger freut sich über Verschlusskonsonanten am Ende des Wortes wegen der darauffolgenden reflektorischen Einatmung.
 6. Probleme mit realer Kommunikation und Beziehung, verbal und nonverbal.
 7. Wenig Zugang zur eigenen Vitalität (zum Qi, zur eigenen Lebenskraft), körperlich manifestiert in der Hoch- und Flachatmung, ohne Zugang zum eigenen Becken, einem für viele weitgehend unbekanntem Bereich, der kaum wahrgenommen und wenig elastisch in der Bewegung/Atmung benützt wird.
 8. Probleme mit der Sexualität. Abgesehen von der niedrigen körperlichen Bewusstseinsstufe: Wo gibt es in dieser scheinbar völlig enttabuisierten Welt noch Möglichkeiten für Intimraum, Geheimnisse, Neugier und Behutsamkeit zur Entdeckung von Geheimnissen?

9. Mangelnde Entwicklung des Körper – Selbst (Gesamt – Selbst), oft „wenig inkarniert“ mangelndes Selbstverständnis – im wahrsten Sinne des Wortes. Das äußert sich u.a. in der Angst, sich selbst gerade hinzustellen, sich ohne Mikrofon mit eigenen nicht vorgeformten Äußerungen artikulieren zu können und in der Angst vor nahezu jeder Prüfung.
10. Dissoziation von Ratio und Emotio. (Wissen oft viel und begreifen wenig, können kaum Zusammenhänge und Vernetzungen von selbst herstellen). Ist es überhaupt eine Dissoziation oder eher eine nicht genügende Entwicklung der Herausbewegung (Emotio) durch zu hohe Hineinbewegung (Überstimulationen von außen)? Ist die Alexithymie – ein Leitsymptom in der Psychosomatik („Defizite auf der emotionalen Ebene. Gefühle können nicht beschrieben und kaum verbal ausgedrückt, bzw. unterschieden werden, als gebe es sie nicht“) – nicht ebenfalls eine Folge davon?
11. 60 % Übergewicht (Schularztstatistiken). Sind diese nicht als Ergebnis der soziokulturell bedingten Reduktion des kindlichen und adoleszenten Bewegungsdranges in Verbindung mit Junk-food und einem nicht adäquat entwickelten Körper – Selbst zu werten?“

Das alles zusammen ergibt ein hohes Maß an Fremdbestimmtheit aus mangelnder Kenntnis des eigenen Selbst und eine daraus resultierende Unsicherheit für dieses Selbst, eine geringe Entwicklung für eigene Werte, eigenes Urteilsvermögen und Eigenverantwortung.⁹³

Weiters verweist die Autorin, dass funktionelle Störungen in der Folge in organische Störungen übergehen. Berka-Schmidt stellt sich in diesem Zusammenhang folgende Fragen:

1. „Wie kommt eine ganze Generation dazu, dass sie nicht merkt, dass sie nichts merkt?“
2. „Wie weit hat die Übertechnisierung die realen Eigenerfahrungen bereits zurückgedrängt?“

und weiter: „Gibt es Möglichkeiten und Wege zur Bewältigung bzw. Vermeidung dieser Probleme und ihrer Folgezustände?“

⁹³ Berka-Schmidt, Gertraud in: Die funktionelle Entspannung, Bindeglied zwischen Prävention – Pädagogik – Therapie. Heft 30, Nov. 2003 Seite 34, 35

Für mich gibt es einen Weg! Singen von Vokalen und mit Instrumenten wie Klangliege, Klangschalen, Monochord, Klavier (freies Musizieren, Fingerübungen) als therapeutisches Musizieren, wie im 2. Teil meiner Arbeit beschrieben. Die Methode des Vokalsingens (in der Gruppe und einzeln) habe ich bei Frau Prof. Gertraud Berka-Schmidt in Seminaren erfahren und setze sie sowohl als Gruppenübung, als auch einzeln, teilweise mit direktem Körperkontakt ein (Kind sitzt auf meinem Schoß und nimmt dadurch meine Stimme als Mitschwingung wahr).

9.3. Aufarbeitung der Problembereiche im „Körper als Instrument“

Zu Punkt 1) Haltungsschäden, sofern sie noch nicht als organische Schäden manifestiert sind, haben oft eine sehr schwache Muskelspannung als Ursache. Hier kann durch kinesiologische Übungen, v. a. Überkreuzbewegungen – musikunterstützt gefördert werden. Auch Bewusstmachung der einzelnen Körperteile während Entspannungsübungen (mit Ballmassage) erzielen gute Ergebnisse. Ballmassage nehme ich deswegen, weil eine verbale Aufforderung, sich auf bestimmte Körperteile zu konzentrieren, ein anderer Zugang ist, als der taktile.

Zu Punkt 2) Da Hoch- und Flachatmung meist unbewusst abläuft und ein direktes Ansprechen auf die Problematik nicht den gewünschten Erfolg bringt, hat sich in meiner Arbeit das Bespielen in der Klangliege, Monochord und Klangschale bewährt. Schon nach kurzer Zeit (einige Minuten) lässt sich eine automatische Umstellung auf Tiefatmung feststellen. Im Feedback und aus eigener Erfahrung wird deutlich, dass es während des Klangerlebens nur schwer möglich ist, sich willentlich dieser Tiefatmung zu entziehen.

Ein wichtiger Folgeprozess ist die Bewusstmachung des Atemvorganges. Gute Erfahrungen hiermit habe ich mittels einer „Schlauchübung“ gemacht. Dabei wird ein kurzes Stück eines reinen (Garten)schlauches in den Mund genommen und langsam ein- und ausgeatmet. Gerade bei übergewichtigen Kindern zeigt sich, dass sich durch eine vergrößerte Atemöffnung die Bereitschaft, tiefer zu atmen erhöht (Vorsicht: anfangs kann die vermehrte Sauerstoffzufuhr Schwindelzustand hervorrufen. Auch ist für genügend Wasserzufuhr zu sorgen, da die Schleimhäute durch die Atmung durch den Mund austrocknen können).

Diese Atemübungen verwende ich auch im Bläserunterricht. Seit einigen Jahren stelle ich fest, dass nur mehr wenige Musikschüler in der Lage sind, längere musikalische Phrasen durchzuspielen ohne zwischenatmen zu müssen.

Summen und Singen von Vokalen verbessern ebenfalls Atmung und Körperbewusstsein.



Klangschale und 29 saitiges Monochord

Zu Punkt 3) Durch intensive Auseinandersetzung mit Klang und dem aktiven Erleben von Musik (oft erstmals für viele meiner begleiteten Schüler) steigt auch das Interesse, sich intensiver mit anderen Dingen des Lebens auseinander zu setzen. Dies kann aus Schülerbeschreibungen vor und nach der Klangarbeit ersehen werden. Oft hinterfragen Kinder während der Klangarbeit Dinge, für die sie offensichtlich vorher kein Interesse hatten oder keinen Ansprechpartner zur akuten Zeit der Wahrnehmung hatten. Am Beispiel der Lautstärke wurde mir bewusst, dass sich der Mensch das holt, nach dem er sich sehnt: Klang von außen, wenn er selbst nicht in der Lage ist, sich klanglich auszudrücken.

Zu Punkt 4) Motorik. Klavierspiel, bloße Fingerbewegungen, mit denen Töne erzeugt werden, einzeln, mit allen Fingern, gegengleiche Bewegungen, die Arme überkreuzt, Spaziergänge mit den Fingern über die gesamte Tastatur, das Bewerkstelligen der gleichen Anschlagstärke mit allen Fingern bewirken wahre Wunder im Bereich der Zunahme von motorischen Leistungen. Für mich ist dabei auch wichtig, den Kindern zu zeigen, was sich hinter der Klavierabdeckung mechanisch tut. Deshalb ziehe ich, sofern es die körperliche Voraussetzung zulässt, das Klavier anderen ähnlichen Instrumenten (Orgel, Keyboard) vor.

Dass das Spielen am Klavier (hören und die motorische Bewegung durch das Drücken der Tasten) bestimmte Hirnareale anregt, haben die Wissenschaftler Eckhart Altenmüller und Marc Bangert in einer Studie nachgewiesen. Hirnscans haben gezeigt, dass ein messbarer Zusammenschluss von Bewegungs- und Hörarealen nachweisbar ist. Zudem werden Areale der Hörregion im rechten Gehirn aktiv (Musikverstehen), die dem Broca-Areal auf dem linken Gehirn entsprechen (Begreifen der Sprache), das dabei ebenfalls aktiv ist.⁹⁴

Zu Punkt 5) Stimmklang und Stimmentwicklung. Als eine sehr wirkungsvolle Methode zur Nachhilfe in der Stimmentwicklung möchte ich die Arbeit mit Vokalen, wie sie Frau Prof. Berka-Schmidt beschreibt, erwähnen. Richtige Atmung beeinflusst das vegetative Nervensystem mit besonderer Verbindung zum Limbischen System (Emotionalität). Dieses System steht mit seinen peripheren Anteilen (sensibel, sensorisch, parasymphatisch, motorisch) in einem besonderen Bezug zum Mundraum, Schlund, den Artikulationsmuskeln, Gaumen, Kehlkopf, Stimmbändern und Plexus cardiacus. Ebenso sind über den Vagus Stimmbänder, Kehlkopf, Artikulations- und mimische Muskulatur verbunden. Wie beim Gähnen gleichzeitig Tränen und Speichelfluss angeregt werden, kann Atmungs- und Stimmarbeit als ineinandergreifende Beeinflussung für die Balance des Vegetativums betrachtet werden.⁹⁵

Meiner Erfahrung nach fehlt manchen Kindern die Hörwahrnehmung der eigenen Stimme. Mittels einer speziellen Sprech- Hörmaske kann hier nachgeholfen werden. Summen, Singen oder das Lesen von Texten mit der Maske, die einen Verbindungskanal vom Mund zu den eigenen Ohren aufweist, verbessert die Hörwahrnehmung und beeinflusst die Stimmgebung und Artikulation.

⁹⁴ Quelle: ddp/bdw/Anreas Wawrzinek/www.wissenschaft.de vom 15.10.2003 Zugriff am 16.08.2004

⁹⁵ Vgl.: Berka-Schmidt, Gertraud in: Die funktionelle Entspannung, Bindeglied zwischen Prävention – Pädagogik – Therapie. Heft 30, Nov. 2003, Seite 47



Solche Sprechmasken leiten die eigene, gesprochene Stimme direkt an die Ohren weiter, was eine Steigerung der Eigenwahrnehmung bedeutet. Sprechmasken sind als sonderpädagogischer Schulbehelf im Fachhandel (Lernmedien) erhältlich.



Zu Punkt 6 bis 11) Diese Punkte sind für mich teilweise eine Folge der vorangelegenen Punkte oder durch therapeutisches Singen und Musizieren (derzeit noch nicht) beeinflussbar.

Neben schulmedizinischem Ansatz, psychotherapeutischem Ansatz, pädagogisch-funktionellem Ansatz (Berka-Schmidt Seite 38) möchte ich auf die Arbeit mit Stimme und Vokalen eingehen. Über die Stimme gelingt es, mit sich selbst in Kontakt zu kommen. In anderen Kulturen, z.B. Indien hat sich in Verbindung mit Chakren und Intervallen ein eigenes Heilungssystem entwickelt.

In der mittleren Stimmlage (Sprechlage) befindet sich der Ton, mit der größten (Körper)-Resonanz. Diese, als persönlicher Grundton bezeichnete Tonhöhe kann - mit verschiedenen Vokalen zum Erklingen gebracht – Wohlbefinden auslösen. Studien mit Sprechstimme und Singstimme deuten darauf hin, dass die Sprechstimme in den akustischen Verarbeitungsarealen der linken Hirnhälfte, die Singstimme in denen der rechten Hirnhälfte verarbeitet werden.⁹⁶

⁹⁶ Vgl.: Spitzer, Manfred: Musik im Kopf, Schattauer, Stuttgart 2002, Seite 279

Berka-Schmidt bezeichnet diesen Komplex als stabile Ich-Kongruenz, Ich-Identität, Ich-Stärke, Authentizität und „die Beseelung des Körpers durch Klang“.

Monika Baumann verweist in der Musiktherapeutischen Umschau 25/1/2004, dass der Einsatz der Stimme der direkteste Weg vom „Ich“ zum „Du“ bedeutet. Internalisierte Lieder erlauben für die Neurorehabilitation ein Zurückgreifen auf frühere Erinnerungen und Gedankenleistungen. Die Beteiligung kann von Mitschwingen in Musik und Motorik über Mittönen oder –summen bis zur Textproduktion (Neuerwerb, bzw. Wiedererwerb der Sprache) gehen. Hierbei kann mit Stimme und Lautgebung experimentiert werden, ohne mit dem sprachlichen Defizit konfrontiert zu werden. Oft gelingt die Wortproduktion beim Singen bekannter Lieder besser als beim Sprechen.⁹⁷

Dagmar Gustorff berichtet über den Einsatz der Stimme, wie Singen oder Summen des Therapierens im Atemrhythmus des Patienten zur Behandlung komatöser Patienten, auch im Wachkoma. Hierbei werden die vegetativen Signale des Patienten wie Atemrhythmus, Spannungszustände im Körper, kleine Bewegungen, Gesichtsausdruck und Umfeld vom Therapeuten mit stimmlicher Improvisation aufgegriffen. Der Körperkontakt zum Patienten erfolgt vorwiegend über die Hände.⁹⁸

9.4. Vokalarbeit

Berka-Schmidt empfiehlt, mit lang klingenden geschlossenen Vokalen zu beginnen, z.B. mit einem geschlossenen „O“. Anhand dieses Vokales ist es möglich eine Einheitlichkeit in einer Gruppe zu erzeugen – man wird mitgetragen. Nach längerem Erklingen dieses Vokales wird „dieser Klang“ mittels Wasserfarben zu Papier gebracht.

Meine Erfahrungen damit haben ergeben, dass es für viele Kinder schwierig ist, lange Vokale zu erzeugen. Auch lassen sie sich von „Ausreißern“ (Lautstärke, allgemeines Stören in der Gruppe) schnell anstecken. Ist aber eine Homogenität in der Gruppe erreicht, scheinen sich alle wohl zu fühlen. In einer solchen homogenen Gruppe (Betreuer in einer

⁹⁷ Vgl.: Baumann, Monika: Musiktherapie in der neurologischen Rehabilitation. In: Preger, R. (Hrsg.). Klang als Brücke zur Seele des Menschen – Berichte vom 4. Symposium der Neurochirurgischen und neurologischen Fachklinik Kipfenberg. Eichstätt

⁹⁸ Vgl.: Gustorff, Dagmar: Lieder ohne Worte. Musiktherapie mit komatösen Patienten auf der Intensivstation. Musiktherapeutische Umschau. 11/ 1990 Seite 120 bis 126

Behinderteneinrichtung) nahmen beim anschließenden Malen alle Teilnehmer annähernd dieselbe Farbe.

Dieselbe Übung mit dem Vokal „A“ gibt die Möglichkeit, diesen einmal neutral, dann als freudigen Ausruf, oder als aggressiven Ausruf zu formulieren. Der aggressive Ausruf zu Papier gebracht, kann Aufschluss über die Richtung der Aggression geben: Meist verwenden Kinder hierfür Pfeile, die entweder in eine gezielte Richtung gehen, explosionsartig in alle Richtungen zeigen, oder als Autoaggression gegen sich selbst gerichtet sind.

Ich beginne diese Stimmübungen, wie auch Berka-Schmidt empfiehlt, zuerst im Liegen (frühkindliche Stimmerfahrung), danach im Sitzen, Stehen und Gehen. Nach anfänglichem Clusterklang pendelt sich der Klang, meist durch dominante Stimmen, zu einem harmonischen Gebilde ein. Nach weiteren Klangeinheiten kann es vorkommen, dass von einigen Kindern bewusst Dissonanzen gehalten werden, was bereits als Ausdruck von individueller Persönlichkeit gedeutet werden kann.

Berka-Schmidt beschreibt ihre Arbeitsschritte mit:

- Ich mit mir (Ich-Stabilität)
- Ich mit dir – du mit mir (Geben/Schenken und Empfangen/Beschenkt werden) Ich erfahre mich an dir.
- Wir mit uns (Tönen im Kreis)⁹⁹

Der schöpferische Akt versetzt die Übenden im Augenblick seiner Entstehung in einen ganzheitlichen Seinszustand (hic et nunc), in dem der Faktor „Zeit“ keine Rolle spielt.

Viktor von Weizsäcker nannte dies „die Einheit von Wahrnehmen und Bewegen“.

Kreativität ist eine, allem Lebendigen innewohnende Eigenschaft, ist Überlebensstrategie der Natur. Kreativität ist Identitätsstiftung. Der kreative Akt schafft im beglückendsten Fall das Gefühl des „Eins-seins“ mit sich selbst, des „Ganz-seins“, des „Heil-seins“.¹⁰⁰

⁹⁹ Vgl.: Berka-Schmidt, Gertraud in: Die funktionelle Entspannung, Bindeglied zwischen Prävention – Pädagogik – Therapie. Heft 30, Nov. 2003

¹⁰⁰ Vgl.: Berka-Schmidt, Gertraud in: Die funktionelle Entspannung, Bindeglied zwischen Prävention – Pädagogik – Therapie. Heft 30, Nov. 2003, Seite 51 f

Vokalübungen waren für mich persönlich der Einstieg ins Obertonsingen. Nicht die beschriebene Technik, oder das Üben mit verschiedenen Mund- und Rachenstellungen waren ausschlaggebend, sondern das Hineinhorchen ins eigene „Ich“, das Zulassen des Klanges.

10. Singen

Singen war ursprünglich immer ein Teil des sozialen Lebens und verbunden mit Gemeinschaft, Heilung, Ritual und Spiritualität. Singen diente zur Herstellung und Erhaltung kultureller Identität. Während in alten Kulturen das Singen als eine Verbindung des Innersten des Körpers und der Seele mit den Stammesmitgliedern, der Natur und darüber hinaus mit dem gesamten Kosmos betrachtet wurde, entwickelte sich im Laufe der Zeit das Singen zunehmend zu einer Kunstform, die in der abendländischen Musik ihren Höhepunkt fand. Die Heilkraft und vor allem das Wissen um die Heilkraft gingen verloren.¹⁰¹

Heute können wir Musik und Gesang in Form von Tonträgern zu jeder Zeit und an jedem Ort mit höchster Qualität passiv konsumieren. Diese hohe Qualität schließt aber einen Großteil der Menschen vom aktiven Singen und Musizieren aus, vor allem jene die den hohen Leistungsanforderungen nicht gewachsen sind und sich so entmutigen lassen.

10.1. Anatomie und Physiologie der Stimme

Unser Stimmorgan ermöglicht uns Sprache, Gesang, Lachen, Weinen, Flüstern, Ächzen, Stöhnen hervorzubringen. Vom Nervensystem gesteuert, verrichten Organe wie Lunge, Kehlkopf, Lippen, Zunge und Rachenraum feinmotorische Höchstleistungen.

Karl Adamek¹⁰² bezeichnet „Singen“ als „Ganzkörperaktion“. Neben den Stimmorganen sind das Herz, das Zwerchfell, die Bauchdecken-, Bein- und Gesäßmuskulatur als Körperregionen beteiligt.

Die Stimmbänder, die der französische Arzt Antonie Ferrein (1693-1769) aufgrund der Annahme, dass diese wie Saiten einer Geige funktionieren so benannte, arbeiten eher wie das Doppelrohrblattmundstück einer Oboe und müssten daher eher Stimtblätter heißen.¹⁰³

Die von der Lunge als gleichmäßiger Luftstrom zu den Stimmbändern geführte Luft wird in Luftstöße zerhackt und somit in Schall umgewandelt. Um aus Schall eine klingende Stimme zu machen sind Mund- und Nasenhöhle und Rachenraum als Resonanzraum von Bedeutung.

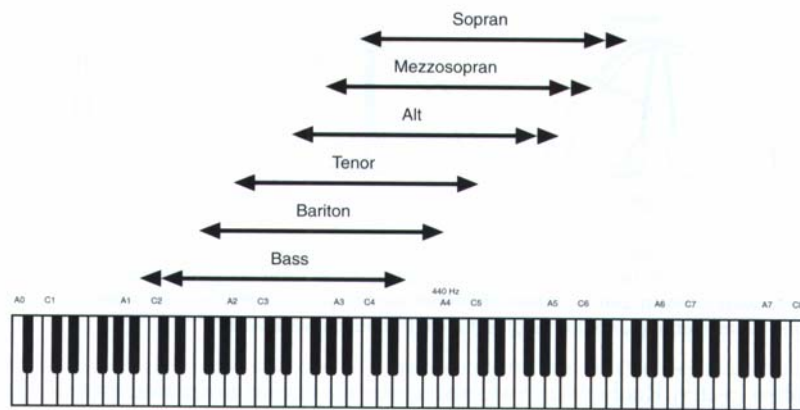
¹⁰¹ Vgl.: Bossinger, Wolfgang: Die heilende Kraft des Singens. Demand, Norderstedt 2005 (Intro Seite 11 ff)

¹⁰² <http://www.mensch-und-musik.at/> Musikwirkung: Singen hält jung und gesund, vom 15.09.2002, Zugriff am 03.01.2005

¹⁰³ Beyer, RT: Sounds of our times. Two hundred years of acoustics. AIP Press, Springer, New York 1999, Seite 11

Die Beschaffenheit der Resonanzräume beeinflusst u.a. das Mitschwingen von Obertönen und somit die Klangfarbe der Sing- und Sprechstimme.

Die Stimmbänder, die beim Neugeborenen eine Länge von etwa drei Millimetern haben, erreichen bis zum Erwachsenenalter einer Frau etwa neun bis dreizehn Millimeter, beim Mann fünfzehn bis zwanzig Millimeter. Je länger die Stimmbänder, desto tiefer klingt die Stimme.



Tonbereiche der menschlichen Stimmlagen¹⁰⁴

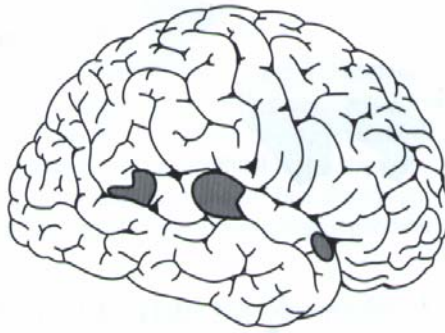
Spitzer (2002) führt weiter aus, dass das Gehirn während des Singens „mitsingt“:

„Der motorische Kortex zur direkten Bewegungssteuerung
 supplementär motorische Areale zur Programmierung der Bewegung
 der anteriore Gyrus cinguli zur Kontrolle
 auditorisch kortikale Areale zur gleichzeitigen Wahrnehmung des Gesungenen.“¹⁰⁵

Wie Spitzer weiter ausführt, weisen Untersuchungen darauf hin, dass sowohl beim Sprechen, als auch beim Singen einfacher Töne dieselben Hirnareale aktiv sind. Beim Sprechen sind aber eher linksseitige, sprachbezogene Areale aktiv, beim Singen rechtsseitige Entsprechungen dieser Areale.

¹⁰⁴ Vgl.: Spitzer, Manfred: Musik im Kopf. Schattauer, Stuttgart 2002, Seite 251 ff

¹⁰⁵ Spitzer, ebd. Seite 278, 279



Kortikale Areale zur Verarbeitung der menschlichen Stimme (menschliche Großhirnrinde von rechts betrachtet). Auf der linken Seite liegen entsprechende Areale mit Ausnahme des kleinen am Temporalpol gelegenen Areals, das sich nur rechts befindet.¹⁰⁶

Beim Sprechen und Singen geht es aber auch um weitere Begriffe, wie Sprachmelodie und Sprachrhythmus. Diese Inhalte vermitteln uns jenen Aspekt, der für die Kommunikation wichtig ist:

„Nicht nur was man sagt, sondern wie man es sagt“.

Dies kann sogar soweit gehen, dass man unabhängig von der sprachlichen Äußerung auf den Gefühlszustand des Sprechers schließen kann, was wiederum darauf hindeutet, dass nicht nur jene Hirnareale aktiv sind, die für die Verarbeitung der Wort- und Satzbedeutung zuständig sind, sondern auch jener Bereich, der die Emotionen steuert.

Auch zwischenmenschliche Beziehungen laufen großteils über den Stimmklang ab. Diese Botschaft, wie wir Sprache vermitteln, wird als Prosodie (= griechisch, bedeutet das, was dazu singt) bezeichnet. Unser Hirn entschlüsselt diese Signale

„über eine Analyse des Gesichtsausdrucks (besonders Augen- und Mundstellung), der Tönung der Stimme (Prosodie) und der Körperhaltung. Beteiligt daran sind vor allem die Amygdala und der insuläre Kortex (besonders rechtsseitig), sowie der rechte temporal-parietale Cortex (Gesichterwahrnehmung) und der orbitofrontale Cortex. Unbewusst wahrgenommener emotional gesteuerter Körpergeruch, der Furcht und Unsicherheit vermittelt, könnten ebenfalls eine Rolle spielen; auch dies wird in der Amygdala verarbeitet.¹⁰⁷

¹⁰⁶ Spitzer, Manfred: Musik im Kopf. Schattauer, Stuttgart 2002, Seite 192

¹⁰⁷ Stangltaller: Nonverbale Kommunikation in: <http://arbeitsblaetter.stangltaller.at/KOMMUNIKATION/>, Zugriff am 27.10.2004

Die Fähigkeit, über den Stimmklang zu kommunizieren, erlernen Kinder noch vor dem Spracherwerb.

Der „Klangausdruck“ wird ob der Tatsache, dass er für alle Menschen verständlich ist, auch als „Muttersprache der Menschen“ bezeichnet. Diese dient als Fundament der späteren unterschiedlichen verbalen Sprachen der Völker. Die Bedeutung der Wörter ergibt sich nur durch Einbeziehung von Sprachmelodie, Stimmklang und Gestus. „Der Ton macht also die Musik“.¹⁰⁸

Es gibt jedoch bedeutende Unterschiede, wie die ankommenden Signale im Hirn verarbeitet werden. Unser Hirn entschlüsselt die Signale auch danach, welches Gesichtsfeld und welche Hörwahrnehmung im Vordergrund steht. Obwohl Emotionen im limbischen System entstehen, welches nicht durch Hemisphären geteilt ist, gibt es rechts – links Effekte bei der Wahrnehmung dieser emotionalen Reize. Je nachdem, welche Hirnhälfte (gegenüberliegende Körperhälfte) die Reize schneller verarbeitet, werden:

Fröhliche Gesichter, fröhliche Lieder, fröhliche Prosodie von der linken Hirnhälfte verarbeitet,

traurige Gesichter und all das, was eine negative Stimmung verstärkt von der rechten Hirnhälfte verarbeitet.¹⁰⁹

Davidson folgert, dass fröhliche Gesichter im rechten Gesichtsfeld die Stimmung verbessern, traurige Gesichter im linken Gesichtsfeld die Stimmung verschlechtern.¹¹⁰

10.2. Bedeutung des Singens

Für Yehudi Menuhin bedeutet Singen:

„Das Singen ist zuerst der innere Tanz des Atems, der Seele, aber es kann auch den Körper aus jeglicher Erstarrung ins Tanzen befreien und uns den Rhythmus des Lebens lehren“¹¹¹

¹⁰⁸ <http://www.eltern-kind-singen.ch/texte.htm#Forschungsergebnisse>. Kurzreferat Singen: Die eigentliche Muttersprache des Menschen, Zugriff am 27.12.2004

¹⁰⁹ Vgl.: Reuter-Lorenz, P. & Davidson, R.J.: Differential contributions of the two cerebral hemispheres to the perception of happy and sad faces. *Neuropsychologia* 1981/19, Seite 609 – 613

¹¹⁰ Davidson, R.J.: Hemispheric asymmetry and emotion. In: Scherer, K.R. & Ekman, P. (Hrsg.), *Approaches to emotion*. Hillsdale, NJ. Erlbaum, Seite 39 – 57

¹¹¹ <http://www.comedweb.de/DE/page.php?pageID=185>, Zugriff am 27.10.2004

Wie am Beginn des Kapitels „Singen“ erwähnt stellt Singen eine Verbindung zwischen dem Innersten des Menschen und nach außen hin mit dem Kosmos her. Menuhin gibt dem Singen des einzelnen Menschen Bedeutung für die Möglichkeit, eine heilende Wirkung für die gesamte Menschheit zu erreichen:

„Wenn wir Menschen uns selbst als Klangkörper, als Musikinstrument in der Sinfonie der Schöpfung begreifen und uns singend immer wieder auf's Neue befrieden lernen, dann können womöglich – mit unserer eigenen Gesundheit durch die Musik einhergehend – auch die durch uns verursachten Verwundungen der Erde heilen.“¹¹²

Der Psychologe Mihaly Csikzentmihaly behauptet, dass alleinstehende Menschen mit wenig sozialem Kontakt stärker dazu tendieren, innenliegenden Krankheitssymptomen Aufmerksamkeit zu verleihen. Geliebt zu werden, sich jemandem anvertrauen zu können, in einer Gemeinschaft zu sein, miteinander zu tönen, singen, musizieren lässt hingegen Menschen gesünder erscheinen. Es geht um einen Austausch von Gefühlen.¹¹³

Der Neurologe Servan-Schreiber dazu:

„Der Schlüssel zu unserem emotionalen Gehirn liegt nicht allein in der Liebe zu unserem Partner, sondern in allen unseren Gefühlsbeziehungen, zu unseren Kindern, unseren Eltern, unseren Geschwistern, unseren Freunden und unseren Haustieren. [...]. Wir wollen lachen, aber auch weinen können, wollen uns mit unseren Gefühlen verstanden wissen. Wir wollen spüren, dass wir für ein anderes Lebewesen wichtig und hilfreich sind, und wir brauchen ein Minimum an warmherzigem Körperkontakt. Wie die Pflanzen sich zum Licht der Sonne drehen, so brauchen wir das Licht von Liebe und Freundschaft. Ohne das versinken wir in Angst und Depression.“¹¹⁴

Dieser Wunsch nach Gefühlsbeziehungen scheint auch der Wunsch vieler Sängerinnen und Sänger in unseren heimischen Chören zu sein. Dieses „Berührt werden“ auf emotionaler Ebene beim Singen lässt sie bis ins hohe Alter treue Mitglieder der Gesangvereine sein.

Diese „treuen Mitglieder“, die Singen zu ihrer eigenen Psychohygiene betreiben, sind aber nur bis zu einem gewissen Maße für einen homogenen Chorklang bei künstlerischen Aufführungen tragbar. Ihren Bedürfnissen Rechnung zu tragen, wird aufgrund einer

¹¹² <http://www.comedweb.de/> ,ebd.

¹¹³ Csikzentmihaly, Mihaly: Finding Flow: The psychology of engagement with everyday life. Basic Books 1997, New York, Seite 42

¹¹⁴ Servan-Schreiber, David: Die neue Medizin der Emotionen. Kunstmann, München. 2004, Seite 212 f

zunehmenden Überalterung in den heimischen Gesangvereinen eine neue Herausforderung für die Weitergabe der Singkultur an die nächste und bereits übernächste Sängergeneration sein.

Regelmäßiges „miteinander Singen“ mit Interessierten und ein gleichzeitiges „Aufgehobensein“ in einer Vereinsstruktur müssten meiner Meinung nach neu hinterfragt werden und zu neuen Formen des Singens führen.

10.3. Lebenslied

Vorgeburtliche Klänge

Häußler und Ammerbuch berichten von einem „Lebenslied“ aus einem ostafrikanischen Stamm. Sobald eine junge Frau bereit ist, ein Kind zu bekommen, lauscht sie in sich hinein und erspürt ein Lied für das Kind. Dieses Lied singt sie sowohl bei der Zeugung, während der Schwangerschaft und in den Stationen des weiteren Lebens, als auch den anderen Stammesbewohnern vor, damit auch diese das Kind im Laufe des Lebens – bis um Tod mit diesem Lied begleiten können.¹¹⁵

Diese vorgeburtlichen Klangerfahrungen festigen sich derart, dass Melodien, die die Mütter während der Schwangerschaft gesungen haben, im späteren Leben des Kindes als „internalisierte“ Lieder abgerufen werden können. Otto und Schuppan sprechen von frühen Prägungen.¹¹⁶

Schmidt berichtet, dass ein Fötus bereits ab der 20. Schwangerschaftswoche auf akustische Reize reagiert. Die Cochlea und die sensorischen Endorgane sind ab der 24. Schwangerschaftswoche voll entwickelt.¹¹⁷

Das Schlagen des mütterlichen Herzens, etwa 26 Millionen Mal bis zur Geburt eines Kindes muss prägende Wirkung haben, ebenso wie die Geräusche der Blutbahnen und der Gedärme. Die Mutterstimme ist ebenfalls von Bedeutung, da sie sowohl von außen wie auch über Knochen der Wirbelsäule und über das Fruchtwasser vom Fötus gut wahrgenommen werden kann.¹¹⁸ Solche vorgeburtliche Erfahrungen konnten von Murooka und Koie nachgewiesen werden. Neugeborene waren nach der Beschallung mit dem mütterlichen Herzschlag leichter

¹¹⁵ Vgl.: Häußler, H. und Ammerbuch, Y. (Hrsg.): Das Lebenslied, eine Geschichte aus Ostafrika. In: Zeitschrift in Hülle und Fülle, Seite 6

¹¹⁶ Vgl.: Otto, H. Schuppan, M.: Frühe Prägungen – Frühe Erfahrungen. In: Musiktherapeutische Umschau, Band 25, Heft 1, Vandenhoeck und Ruprecht. Göttingen 1993, Seite 90 – 98

¹¹⁷ Vgl.: Schmidt, H.: Die pränatale akustische Wahrnehmung. In: Musiktherapeutische Umschau, Band 25

¹¹⁸ Spitzer, Manfred: Musik im Kopf. Schattauer, Stuttgart 2002, Seite 145

zu beruhigen, sie atmeten tiefer und nahmen schneller an Gewicht zu.¹¹⁹ Säuglinge „erinnerten“ sich auch an jene Märchen, die ihre Mütter während der Schwangerschaft vorgelesen hatten. Sie reagierten mit veränderter Saugfrequenz an ihrem Schnuller.¹²⁰

10.4. Stimmerfahrungen in der frühen Kindheit

Die Musiktherapeutin Monika Nöcker-Ribeaupierre, selbst ein zu früh geborenes Kind entwickelte im Dr. von Haunerschen Kinderspital in München eine durch Forschungen überprüfte Form der auditiven Stimulation von Frühgeborenen. Sie verwendete auditive Aufzeichnungen, die die Mütter mit ihrer eigenen Stimme machten. Diese wurden im Inkubator vorgespielt. Als Ergebnisse stellten sich eine kürzere Beatmungszeit und schnellere motorische sowie sprachliche Entwicklung ein. Durch die aktive Mitwirkung der Mütter hatte diese Methode auch für die Mütter selbst eine therapeutisch positive Wirkung. Einer zu frühen „Ent“- Bindung folgte eine neue „Ver“- Bindung.¹²¹

Shmuel Arnon vom Meir-Allgemeinkrankenhaus in Israel machten ebenfalls Untersuchungen, in denen neugeborenen Kindern ein Schlaflied vorgesungen wurde. Der Gesang zeigte einen deutlichen Effekt auf die Kinder, ihr Schlaf war noch dreißig Minuten nach dem Lied messbar tiefer und die Herzfrequenz geringer. Arnon bemerkt weiter, dass auf Intensivstationen, wo Frühgeborene betreut werden, diese oft einem bedenklichen Lärmpegel ausgesetzt sind. Um die Lärmbelastung durch die lebenserhaltenden Apparate zu mindern, könnte Musik eine positive Wirkung haben.¹²²

Jedoch auch für „normal“ geborene Kinder ist die verbale und gesangliche Interaktion im Frühkindalter bedeutsam. Rene Spitz nennt in der ersten Musik der Außenwelt eine Reihe von kommunikativen Signalen und Reizen, die im affektiven Klima der Frühzeit zur Außenwelt für die Interaktion von Mutter und Kind wichtig sind:

„ Alle Signale und Reize im Hin und Her zwischen Mutter und Kind entsprechen nicht nur den Elementen dieser Musik, vielmehr sind sie identisch mit ihnen (und den Elementen der Bewegung). Zu den kommunikativen Signalen [zählen] Rhythmus,

¹¹⁹ Vgl.: Murooka, H., Koie, Y., Suda, N: Analyse des sons intra-uterin et leurs effets tranquillisants sur le nouveau-né, J. Gynecol. Obstet. Biol. Reprod. 5, Seite 367-376

¹²⁰ Vgl.: Otto, H. Schuppan, M.: Frühe Prägungen – Frühe Erfahrungen. In: Musiktherapeutische Umschau, Band 25, Heft 1, Vandenhoeck und Ruprecht. Göttingen 1993, Seite 91

¹²¹ <http://www.musictherapyworld.net/modules/archive/dissertations/pdfs/>: Ansätze in der Betreuung von Frühgeborenen – Literaturübersicht und Beobachtungen aus der Praxis. Diplomarbeit des Studienganges Musiktherapie der Fakultät Medizin, Universität Witten/Herdecke, 2001, Zugriff am 27.12.2004

¹²² Quelle: ddp/bdw – Ulrich Dewald /www.wissenschaft.de/04.09.2004, Zugriff am 05.09.2004

Tempo, Dauer, Tonhöhe, Klangfarbe, Resonanz, Schall, Gleichgewicht, Spannung (der Muskulatur und anderem), Körperhaltung, Temperatur, Vibration, Haut- und Körperkontakt [...].¹²³

Für Heiner Gembris wird dieses primäre, präverbale Kommunikation zwischen Mutter und Kind als „Ammensprache“, „Babytalk“ oder „Motherese“ bezeichnet, deren nonverbale Vokalisation ähnliche Parameter wie sie aus der Musik bekannt sind, (melodische Kontur, Rhythmus, Klangfarbe, Tempo, Tonhöhe, Intensität) aufweisen. Diese Parameter sind offenbar intrinsischer (von innen her) Natur, im Gehirn angelegt und für die Entwicklung des Menschen notwendig.¹²⁴

10.5. Einfache Lieder als Erinnerung gespeichert

Einer meiner Musikschülerinnen wurden in der 28. Schwangerschaftswoche Zwillinge durch Kaiserschnitt geholt. Beide, etwa 80 tag. schwer, kämpften mit dem Überleben. Die Mutter sang dem kleineren der beiden Kinder fast pausenlos ein frei erfundenes Lied von ihrer „kleinen Prinzessin“ vor. Beide Kinder überlebten und das Lied geriet in Vergessenheit. Am dritten Geburtstag der beiden Kinder kam der Mutter die spontane Erinnerung an dieses Lied und sie sang es den Kindern vor. Laut Bericht der Mutter schmiegteten sich die Kinder an sie und obwohl beide sehr lebhaft waren, wurden sie während des Liedes ganz ruhig. In ihren Erinnerungen muss dieses Lied Spuren hinterlassen haben.

Karl Adamek:

„In einfachen Volksliedern wie "Guten Abend, Gute Nacht . . ." erkennt das Gehirn etwas Vertrautes, immer Wiederkehrendes, was tief im Gefühlsleben verankert ist. Diese Redundanz ist oft das Einzige, was Menschen nach einem Schlaganfall noch abrufen können. So berichtet (.....) von Menschen, die nach einem Schlaganfall nicht mehr sprechen konnten und ihren Namen nicht mehr beherrschten, aber den Text von "Oh Tannenbaum" noch fehlerfrei hervorbrachten.“¹²⁵

Internalisierte Lieder sind in eigenen Zentren gespeichert. Funktionieren von diesen heraus die Nervenverbindungen zu anderen Hirnregionen, so können über diesen „Umweg“ andere

¹²³ Spitz, Rene: Vom Säugling zum Kleinkind. In: Decker-Voigt, Hans-Helmut: Aus der Seele gespielt. Eine Einführung in die Musiktherapie, Goldmann, München 1991, Seite 119

¹²⁴ Vgl.: Gembris, Heiner: Grundlagen musikalischer Entwicklung unter dem spezifischen Aspekt der Kommunikation. In: Bossinger, Wolfgang: Die heilende Kraft des Singens, Demand, Norderstedt 2005, Seite 56

¹²⁵ http://www.tomdoch.de/work/newsletter/archiv/02_09.15.02.html, Zugriff am 27.12.2004

Gehirnleistungen, etwa nach einem Schlaganfall oder einer Hirnverletzung wieder hergestellt werden.

Hans-Helmut Decker-Voigt (1991) berichtet von einer Mutter, die nach einem Unfall elf Tage lang im Koma lag und durch das Vorsingen eines Kinderliedes ihr Bewusstsein erlangte.

Arnold Mindell stellte in diesem Zusammenhang die Hypothese auf, dass bei Patienten, deren Bewusstseinsstufe ausgeschaltet ist, die nichtsprachlichen Signale durchdringen, ankämen und zu einer Kommunikation inmitten einer Bewusstlosigkeit führen könnten.¹²⁶

Der oben erwähnten Mutter musste ihr eigenes Kind ein Lied, das beide kurz vor dem Unfall gesungen hatten, am Krankenbett vorsingen. Da im gesungenen Lied „Ein Vogel wollte Hochzeit halten“ die eine Strophe, in der die Brautmutter Eule „Abschied mit Geheule“ nimmt, dem Kind in der aufgewühlten Situation (am Krankenbett der Mutter, die im Koma liegt) nicht über die Lippen ging, ließ es diese Strophe weg. Als die Mutter das Bewusstsein wiedererlangte, konnte sie sich erinnern, dieses Lied gehört zu haben und dass die Strophe mit dem Geheule fehlte.

Diese Beschreibung gibt Hoffnung, dass mittels eines gemeinsamen Liedgutes Erinnerungen in Teilen des Gehirnes wach bleiben, oder wachgerufen werden können, die möglicherweise für das Überleben entscheidend sind.

Sabine Rittner schreibt über den Gesang in der Vokalimprovisation:

„Innerpsychische und körperliche Phänomene sind in diesem Prozess nicht zu trennen: es handelt sich beim Singen um die direkteste tönende Erscheinungsform leib-seelischer Einheit, die den Menschen möglich ist. [...] Der Stimmeinsatz geht unmittelbar in die Psyche, tiefer als bei jedem anderen Instrument.“¹²⁷

Schon zweijährige Kinder drücken singend ihre emotionale und seelische Befindlichkeit aus. Auch wenn der Text dieser frei erfundenen Lieder meist sinnlos erscheint, entwickeln die Kinder hierbei wichtige Eigenschaften für das weitere Leben: Kreativität, Phantasie, sich selbst hören, mit der Musik in der eigenen Phantasiewelt leben, Entwicklung des Sprachsinnes, Erweiterung des Wortschatzes und eine bessere Aussprache.¹²⁸

¹²⁶ Vgl.: Mindell, Arnold: Schlüssel zum Erwachen, Sterbeerlebnisse und Beistand im Koma. Patmos, Freiburg 1989

¹²⁷ Rittner, Sabine: Stimme. In: Lexikon Musiktherapie, Göttingen 1996, Seite 365

¹²⁸ Vgl.: Rittner, ebd.

Christoph Schwabe betont, dass die über das Singen transportierten Bedeutungen im Vergleich zur Sprache weniger konkret sind, dafür aber stärker mit Emotionen besetzt. Durch die emotionale Besetztheit der Sprache ist die Hemmschwelle aber sehr groß, sich singend zu äußern. Die Stimme ist also ein äußerst intimes Musikinstrument.¹²⁹

Heute wird Singen oft in Nischen verbannt, institutionelle Chöre, Kirchenmusik u.a. geben die wenigen Möglichkeiten, in denen gesungen wird. Viele Menschen erzählen von Situationen in Schulen und Familien, wo sie aufgrund falschen Singens zum Schweigen verurteilt wurden.

Karl Adamek schreibt hierzu:

„Wer eine Abwertung des eigenen Gesanges erfährt, fühlt sich als ganze Person abgewertet.“¹³⁰

Da Emotionen stimmlich ausdrückbar sind, bedeutet eine Abwertung oder ein Verbot des Singens eine „Beschneidung“ der emotionalen Ausdrucksmöglichkeiten. Manche Menschen leiden unter dieser „Beschneidung“ ein Leben lang. Aufgestaute Emotionen münden nicht selten in Lebenskrisen. Bei emotional besetzten Zeitpunkten (Feiertage, Gedenktage,...) kommt es dann zu Ausbrüchen und Kurzschlusshandlungen.

Menschen, die mit solchen Verboten leben, versuchen durch Stimmbildung diese Defizite aufzufüllen. Hierbei ist das Erklären und Erlernen des Stimmsitzes durch Gesanglehrer zweitrangig. Es zählt oft der unbewusste Wunsch, sich (wieder) durch Singen emotional ausdrücken zu dürfen und erst in zweiter Linie singen, zu können.¹³¹

10.6. Förderung der Sprachentwicklung durch Singen

Mit Sprache und vor allem mit Stimme drücken Kleinkinder ihre Befindlichkeit aus. Mit derselben Sprache benennen sie Dinge, die sie motorisch erkunden. Die gleiche Sprache wird zum Aufbau von Kommunikation verwendet. Handeln, Begreifen, Sprechen und Denken sind Grundlagen der Intelligenzentwicklung.

¹²⁹ Vgl.: Schmidt-Rath, Heike: Möglichkeiten und Grenzen eines gestaltpädagogischen Unterrichtskonzeptes im Gesangsunterricht mit Erwachsenen, in: Kraemer, Rudolph-Dieter (Hrsg.): Musikpädagogische Biographieforschung, Fachgeschichte-Zeitgeschichte-Lebensgeschichte, ohne Verlag, Essen 1997, Seite 340

¹³⁰ Adamek, Karl: Elemente der Selbstorganisation des Singens, in: Musik- Tanz- und Kunsttherapie 3, 1990, Seite 127

¹³¹ Vgl.: Perls, Frederick/Baumgartner, Patricia: Das Vermächtnis der Gestalttherapie, Stuttgart 1990 Seite 55

Die Sprachentwicklung lässt sich mit Liedern fördern. Singen mit Kindern bedeutet persönliche Zuwendung. Sabine Hirtler verweist darauf, dass sich Erwachsene durch gemeinsames Singen mit Kleinkindern diesen auf ihrer altersentsprechenden emotionalen Ebene begegnen. Auf dieser Ebene können die Kinder in den Liedern dem Entwicklungsstand entsprechende Sinnesanregungen abholen und verarbeiten.

Beim Singen von Wiegenliedern wirken sowohl die beruhigenden Lieder an sich, als auch die Berührung und die Wiegebewegung. Singen fördert dabei das Zusammenspiel der beiden Hirnhälften.¹³²

10.7. Singen in der Grundschulzeit

Prof. Werner Deutsch, Leiter der Abteilung Entwicklungspsychologie am Institut für Psychologie der TU Braunschweig weist darauf hin, dass:

"Sprechen und Singen gemeinsame Wurzeln haben. Zu Beginn der Entwicklung sind beide Ausdrucksformen eng miteinander verbunden. Während aber fast alle Kinder bis spätestens zum sechsten Lebensjahr sprechen lernen, wird längst nicht jedes Kind ein guter Sänger oder eine gute Sängerin. Dabei gehört das Singen zu den besten Fördermaßnahmen, die es für die Entwicklung der Persönlichkeit gibt. Kinder, die gern singen, trauen sich auch später in anderen Zusammenhängen eher zu, selbstbewusst ihre Stimme zu erheben. Singen fördert die Persönlichkeit. Nachweislich werden dabei Emotionen erheblich stärker geweckt als beim Sprechen, diverse Bereiche des Gehirns werden gleichzeitig aktiviert. Singen macht Sinn, weil es Kinder in vielfacher Hinsicht positiv beeinflusst."¹³³

Um ein Lied aus dem Gedächtnis zu reproduzieren, nutzten drei- und vierjährige und in einer anderen Gruppe sechsjährige Kinder in einer Studie, die am Institut für Psychologie der Technischen Universität Braunschweig durchgeführt wurde, vorwiegend sprachliche und weniger musikalische Fertigkeiten. Beim Singen achteten sie vor allem auf den Text, während die Wiedergabe der Melodie unbewusst erfolgte.¹³⁴

¹³² <http://www.kindergartenpaedagogik.de/698.html>, Zugriff am 02.11.2004

¹³³ Quelle: Dr. Elisabeth Hoffmann/Pressemitteilung Technische Universität Carolo-Wilhelmina zu Braunschweig/23.12.2004, Zugriff am 27.12.2004

¹³⁴ Dr. Elisabeth Hoffmann, ebd.

Laut Adamek lernen „singende“ Kinder besser. Anhand der lebendigen finnischen Singkultur lässt sich nachweisen, dass Kinder, die viel singen, bessere Lernleistungen erbringen und kreativer mit dem Gelernten umgehen können. Adamek bezeichnet diese Kinder als lebenstüchtiger.

Yehudi Menuhin sagt dazu:

„Das Singen ist die eigentliche Muttersprache aller Menschen, denn sie ist die natürlichste Weise, in der wir ungeteilt da sind und uns ganz mitteilen können – mit all unseren Erfahrungen, Empfindungen und Hoffnungen.“¹³⁵

10.7.1. Singen als Teil des Musikunterrichtes in Grundschulen

In Zeiten der Stundenkürzungen und weiteren Einsparungen im Bildungswesen sind meist die musischen Fächer zuerst betroffen. Aus dem Schulleben meiner drei Kinder ist mir bekannt, dass darüber hinaus organisatorische Arbeiten, die den Schulalltag betrafen, in die Musikstunden verlegt wurden.

Der eigentliche Musikunterricht in Pflichtschulen (Ausnahme Schulen mit Musik als Schwerpunkt) ist geprägt von Theorie und Musikgeschichte. Dieser Lernstoff ist in verpflichtenden Prüfungen abfragbar, dadurch sind die Schüler zur Aufmerksamkeit gezwungen. Viele Lehrer beklagen sich, dass das Singen nicht „ankommt“ und bereits durch einige Störenfriede kein Klangerlebnis zu erzielen ist. Singen wird oft mit Begleit-CD's unterstützt, wodurch emotional gefärbte Temposchwankungen oder eine, dem Stimmumfang der Schüler entsprechende Tonartverschiebung unmöglich ist. Mit pubertierenden Stimmen, die sich oft über mehrere Schuljahre erstrecken, umgehen zu können, ist ebenfalls eine schwer lösbare Aufgabe für Schüler und Lehrer. Dazu kommt, dass es nicht in allen Pflichtschulen geprüfte Musiklehrer gibt.

Um der zunehmenden Gewaltbereitschaft an den Schulen vorzubeugen, wurde vor einigen Jahren das Fach „Soziales Lernen“ eingeführt. Singen in Gemeinschaft wäre meiner Meinung nach soziales Lernen und hätte mindestens dieselbe Wirkung, da im Singen Körper, Geist und Seele beteiligt sind, im genannten Fach jedoch nur zwischenmenschliche Probleme besprochen werden.

¹³⁵ <http://www.comedweb.de/DE/page.php?pageID=185>, Zugriff am 27.10.2004

Soziales Lernen bedeutet für mich, sich mit einem Thema „aus-einander-setzen“. Singen als soziales Lernen ist eine kollektiv stiftende Tätigkeit.

Die hier berichteten „Tatsachen“ werden in schulpolitischen Kreisen oft als Ausnahmen hingestellt. Für mich sind eher die wenigen Schulen, in denen Musik und Gesang eine wesentliche Rolle spielen eine Ausnahme.

Abhilfe könnte meiner Meinung nach eine Neubewertung des gesamten Schulverlaufes bringen. Veränderte Rahmenbedingungen, wie berufstätige (oft überforderte) Eltern und Bezugspersonen, das Freizeitverhalten (virtuelle Spiele, wenig ungerichtete Bewegung) bedingen ein verändertes Bewusstsein. Die Spannungen zwischen pragmatisierten und andererseits wegrationalisieren Arbeitsplätzen müssen Anlass geben, die Sinnhaftigkeit einiger bis dato gültiger Lerninhalte zu überdenken.

Teamfähigkeit, schnelleres Einstellen auf neue Situationen wären einige jener Parameter, die in der Zeit der Vorbereitung auf das Berufsleben zu vermitteln sind. Musik und Singen bieten diese Transfereffekte. So wie in allen anderen Berufen kompetente Fachkräfte gefordert werden, wären solche auch als (Musik-) Pädagogen wünschenswert. Die erforderlichen Rahmenbedingungen für die Umsetzung ist Aufgabe der Schulpolitik.

Eine Reihe von Studien (Bastian, Schweizer Studie) belegen, dass in Schulen, in denen gesungen und musiziert wird, die Gewaltbereitschaft abnimmt, weniger Schüler ausgegrenzt werden, ein besseres soziales Verhalten und ein besserer Gruppenzusammenhalt gegeben ist. Weiters wurden durch einen erweiterten Musikunterricht eine höhere Teamfähigkeit, emotionale Stabilität und eine verbesserte Reflexionsfähigkeit festgestellt. Sozial benachteiligte Kinder und solche, die kognitive Defizite aufweisen, haben durch die ganzheitliche Wirkung der Musik bessere Fördermöglichkeiten.

In der erwähnten Schweizer Studie zeigte sich, dass, obwohl drei Jahre lang je eine Wochenstunde weniger Mathematik und Deutsch unterrichtet wurde, dafür aber mehr Musik, kein Leistungsdefizit feststellbar war. Im Gegenteil, in kognitiver, sozialer, affektiver und motorischer Hinsicht hatten diese Schüler sogar höhere Kompetenzen, als die Vergleichsgruppe.¹³⁶

¹³⁶ Vgl.: Musik und Intelligenz/Sozialverhalten: Internationale Forschungsergebnisse, <http://www.schlossgymnasium-kirchheim.de/MUSIK/Verschiedenes/Musikp%E4dagogik/>. Zugriff am 29.12.2004

Adamek konnte nachweisen, dass singende Menschen sozialer eingestellt sind.

„Weibliche „engagierte Singer“ haben im Vergleich zu weiblichen „Nicht-Singern“ eine signifikant stärkere „soziale Orientierung“. Die „engagierten Singer“ sind stärker sozial verantwortlich, hilfsbereit und mitmenschlich im Unterschied zu den „Nicht-Singern“, die stärker selbstbezogen und unsolidarisch sind und die Eigenverantwortung in Notlagen betonen.“¹³⁷

Sänger erweisen sich als emotional „gelassener“ im Umgang mit Konflikten und haben eine bessere Selbstbeherrschung. Die psychische Funktion des Singens gilt als besondere Strategie der emotionalen Bewältigung. Das bewusste und unbewusste Singen in verschiedenen Konfliktsituationen scheint bessere Problemlösungsstrategien hervorzubringen.¹³⁸

10.8. Singen im weiteren Lebensweg

„Wer schon morgens dreimal schmunzelt, des Mittags nicht die Stirne runzelt und Abends singt, dass laut es schallt, wird hundertzwanzig Jahre alt.“ (Volksmund)

Karl Adamek berichtet im Vortrag „Gesund, glücklich und vital durch Singen“:

„Die Aktivierung der Vitalkräfte durch Singen funktioniert natürlicherweise im Prinzip heute noch genauso gut wie früher. Singen ist neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen zufolge für den Menschen wichtiger, als man bisher annahm. Es erfüllt unersetzbare Lebensfunktionen. Singen gehört zur Natur des Menschen. Wem das Singen verloren gegangen ist oder wer es nie für sich als Ausdrucksform entwickeln konnte, der ist in seiner natürlichen Lebensentfaltung behindert. Leider laufen heute viele Lebensverhältnisse gegen die Natur des Menschen und führen in der Summe zu den verschiedensten Krankheiten.“¹³⁹

Adamek führt weiter aus, dass Singen „selbständiges Tun“ bedeutet. Dieses selbständige Tun sollte bereits in früher Kindheit beginnen. Wir könnten dadurch:

- „eine schlechte Stimmung singend in eine gute Stimmung umwandeln,
- Trauer um einen verstorbenen Menschen singend aufarbeiten,
- Stress und Wut von der Seele singen.“¹⁴⁰

¹³⁷ Adamek, Karl: Singen als Lebenshilfe. Münster, New York 1996, Seite 191-192

¹³⁸ Adamek, Karl: ebd. Seite 192

¹³⁹ <http://www.balance-online.de/texte/186.htm>, Zugriff am 27.10.2004

¹⁴⁰ Ebd.: <http://www.balance-online.de/texte/186.htm>, Zugriff am 2.11.2004

Dasselbe Lied kann bei verschiedenen Personen verschiedene Reaktionen und Erinnerungen auslösen. Dies hängt damit zusammen, dass gemeinsam mit dem Lied andere Erinnerungen gespeichert werden.

Lieder, die zu bestimmten Anlässen gesungen werden, halten Erinnerungen zu dieser Situation wach (kennen lernen, verliebt sein, ...). So wünschten sich mehrmals Hinterbliebene für das Begräbnis des verstorbenen Partners jenes Lied, bei dem sich beide im Leben zum ersten Mal begegneten.

10.9. Lieder zur Aufarbeitung von Trauer, Schmerz, Verlust

Das Lied vom „Guten Kameraden“ hat für die Hinterbliebenen der Kriegsgeneration enorme Bedeutung. Von diesem Lied, das bei Begräbnissen ausschließlich instrumental vorgetragen wird, werden immer zwei Strophen verlangt. Als Musikstück klingen beide gleich, der zugrunde liegende Text vermittelt aber die Austauschbarkeit der aus den Kriegshandlungen bekannten Situation.

Text der beiden Strophen des „Kameradenliedes“:

Ich hatt´ einen Kameraden,	Eine Kugel kam geflogen:
einen bessern find´st du nicht.	Gilt´s mir oder gilt es dir?
Die Trommel schlug zum Streite,	Ihn hat es weggerissen,
er ging an meiner Seite,	er liegt vor meinen Füßen,
im gleichen Schritt und Tritt,	als wär´s ein Stück von mir.

Zur weiteren Bedeutung dieses Liedes:

Die Worte stammen von Ludwig Uhland (1787-1862), geschrieben 1809. Die Weise hat Friedrich Schiller (1789-1860) nach einem alten Soldatenlied des 19. Jhdts. verfasst.

„Dieses Lied erklang und erkling heute noch bei offiziellen und inoffiziellen Trauerfeiern und es hat vielen Menschen Trost in schwerer Stunde spenden können. Neben seinen Qualitäten als Lied verdankt es seine große Volkstümlichkeit der darin zum Ausdruck kommenden Heroisierung des Soldatentodes: Das Sterben auf dem

„Felde der Ehre“ wird als unveränderte Tatsache akzeptiert. Ebenso wird es als selbstverständlich hingestellt, dass immer weiter gekämpft wird.“¹⁴¹

Dies kommt in der dritten Strophe zum Ausdruck:

Will ihm die Hand noch reichen,
 derweil ich eben lad:
 „Kann dir die Hand nicht geben.
 Bleib du im ew'gen Leben,
 mein guter Kamerad!“

Obwohl dieses Lied in der Ich – Form steht, ist seine Funktion kollektiv. Mit ihm wurden und werden die Gefühle von Menschengruppen gelenkt.

Musik und Gesänge tragen in sich ein Bedeutungspotential, das bei der Aufarbeitung von Trauer, Schmerz und Verlust ein Ausdrücken von Spannungszuständen erlaubt und dadurch die Wiederherstellung eines inneren Gleichgewichtes einleitet.

In Klageliedern konnten ganze Stämme ihre Trauer zum Ausdruck bringen, wie im folgenden Klagelied des jüdischen Volkes, in dem Jeremia über die Zerstörung Jerusalems und des Tempels singt:

„Stimmet Klagelieder an!

Ich klage und weine über das Bergland, ich stimme ein Trauerlied an über Weiden in der Steppe. Denn sie sind verbrannt, kein Hirte zieht hindurch, und man hört keine Herden mehr. Die Tiere sind geflohen, selbst die Vögel sind fortgezogen.“¹⁴²

Milan Kuna beschreibt im Buch: „Musik an den Grenzen des Lebens“, wie Häftlinge in den Konzentrationslagern trotz Todesdrohungen durch die Aufseher gesungen haben, um in Gemeinschaft Kräfte anzuregen, die für das Überleben notwendig waren.¹⁴³

Beinahe alle Afrikaner, die vor 1865 in die „Neue Welt“ kamen, waren Sklaven. Da unter ihnen auch Christen waren, wurde ihnen wenigstens erlaubt, sich zu Gottesdiensten zu treffen. Mancherorts mussten diese Treffen auch geheim stattfinden. In diesen „camp meetings“ oder

¹⁴¹ Breckoff, u.a.: Liedermagazin. Bärenreiter Verlag. In: Fortin, Viktor/ Schwarz, Rudolf/ Wanker, Gerhard: Lieder der Zeiten. Leykam, Graz 1981, Seite 77

¹⁴² Die Bibel: Jeremia 9/9. 5. Auflage, Brunnen, Basel 2001

¹⁴³ Vgl.: Kuna, Milan: Musik an der Grenze des Lebens. Zweitausendeins, Frankfurt/Main 1993, Seite 353

„bush meetings“ wurde in Spirituals gemeinsam Freude, Leid und Hoffnung geteilt. Die ersten dieser Lieder wurden „corn ditties“ (Mais-Liedchen) genannt.

Den Sklaven wurde aber auch erlaubt, bei der Arbeit zu singen, um den Arbeitsablauf besser zu koordinieren (work songs). Einige Sklaventreiber („drivers“) erlaubten den Sklaven auch stille Lieder („quiet songs“) zu singen, solange diese sich nicht gegen die Sklaverei wendeten. Die Lieder dienten der Aufmunterung oder dem Ausdruck von Gefühlen.

Um fliehen zu können, bedienten sich die Sklaven einer verschlüsselten Sprache, die Spirituals zu geheimen Fluchtliedern machten:

„Die Underground Railroad (UGRR) half Sklaven zur Flucht in ein freies Land. Ein Flüchtling konnte verschiedene Wege wählen. Diese Wege wurden in verschiedenen Spirituals verschlüsselt erwähnt. Dadurch wurden die Spirituals auch zu einem Ruf nach Freiheit („Steal Away“). Die Flüchtlinge waten („waded“) durch Wasser um die Hunde abzuschütteln („Gospel: Wade in the Water“). Sie mussten nachts mit Lampen oder im Mondlicht gehen. Oder man sprang als blinder Passagier auf eine Kutsche („Swing Low, Sweet Chariot“). Eine bekannte entkommene Sklavin war Harriet Tubman, die in der Underground Railroad den Kodennamen Moses bekam („Go down, Moses“).“¹⁴⁴

In einer musikalisch- poetischen Bewegung der Schwarzen in Amerika entstand in den 20er Jahren des 20. Jhdts. eine Bewegung, die sich Black Renaissance bezeichnete. Afro-Amerikaner als Nachkommen der Sklaven besannen sich ihrer Geschichte, ihrer Werte und ihrer Traditionen. Historische Bezüge von Spirituals wurden wieder betont.

Ich meine, dass gerade durch die Neubelebung solcher Lieder (in diesem Fall Spirituals) neben dem direkten und aktuellen Ausdruck von Trauer, Verlust und Schmerz Spannungen in einer größeren Dimension, zwischen Völkern abgebaut werden können. Kognition und Emotion finden im Singen dieser Lieder ein gemeinsames Ventil. Geschichtlich bedingten Rivalitäten, die sich einerseits im Hass (Emotion) unter einzelnen Völkern widerspiegeln und andererseits möglicherweise aufgezwungene Verhandlungslösungen (kognitiv) entstehen lassen, wären durch Singen bereits im Vorfeld die Aggression genommen. Gerade interkulturelle und interreligiöse Konfliktherde könnten davon profitieren, vorausgesetzt es gibt ein solches Liedgut und es wird auch weitergegeben. Viel „singender

¹⁴⁴ <http://www.gospel-music.de/Gospel-Geschichte.html>. Zugriff am 21.01.2005

Spannungsausgleich“ von Einzelpersonen müsste, wenn man das innerpersonelle Modell auf ein Volk übertragen kann – eine ebensolche Wirkung ergeben.

Von Sklaven in den Baumwollfeldern und Inhaftierten in den Konzentrationslagern ist bekannt, dass sie sich „singend“ am Leben erhielten. Singend kann man offensichtlich mehr physische und psychische Ressourcen mobilisieren.

10.10. Heilende Wirkung des Singens

Wolfgang Bossinger berichtet in seinem Buch „Die heilende Kraft des Singens“ von den Anfängen einer Sing- und Heiltradition.¹⁴⁵ Es gibt übereinstimmende Berichte, wonach (angehende) Schamanen im Gesang ihre heilbringenden Kräfte erfuhren. Sie sollen dabei nicht willentlich gesungen haben, es „sang“ sie.

In musik- oder gesanginduzierter Trance erreichten sowohl Schamanen als auch die Patienten andere „Wirklichkeiten“. Der Gesang wurde aber auch direkt zur Heilung eingesetzt. Die „Vibrationsenergie“ des Gesanges und der Musik wurden auf ein krankes Organ gelenkt, und so der Patient mit dem Klang „berührt“.

Für die Heilung wurden spezielle Gesänge verwendet, die den Schamanen ihrerseits von ihren Lehrern offenbart wurden.

In den Heilritualen wurden teilweise Pflanzen mit psychoaktiver und bewusstseins-erweiternder Wirkung, wie Ayahuasca, Peyote oder Teonanacatl (ein mexikanischer Zauberpilz) verwendet. In Verbindung mit speziellen Heilgesängen wie „Icaros“ (Melodien ohne Worte) und „Mariris“ (Gesänge, die Worte aus der indianischen Quechua-Sprache verwendeten) wurden Heilriten abgehalten, von denen die Teilnehmer berichteten, dass sie aufgrund der bewusstseins-erweiternden Wirkung Energieströme und Leuchtbahnen, ausgehend von den Gesängen der Schamanen sehen konnten.

Nachstehend eine Beschreibung eines solchen Heilungsrituals:

...Das erste Mariri wird zusammen mit dem ersten Icaro gesungen, was die Heilungszeremonie eröffnet. Erbrechen und Visionen werden durch diesen Gesang in

¹⁴⁵ Vgl.: Bossinger, Wolfgang: Die heilende Kraft des Singens, Demand, Norderstedt 2005, Seite 79 ff

dem Patienten oder der Gruppe ausgelöst [...]. In dieser Phase des Rituals werden die vier Himmelsrichtungen – Osten, Süden, Westen und Norden angerufen und geehrt. Die Arch, ein harfenähnliches Instrument wird gespielt und ihr Klang kann in Form von Lichtstrahlen wahrgenommen werden. Diese Strahlen sind so fein, dass sie in den Körper eindringen und dort Heilungsoperationen durchführen können. Die Kraft der Imagination ist erweckt. Icaros werden in dieser Phase des Rituals auf einer Harmonika gespielt. [...]. Nach der Harmonikaphase folgt ein Mariri-Gesang, der die Energie hebt und den Patienten stärkt, während der auf seine erwartete Vision wartet [...]¹⁴⁶ (Übersetzung: Wolfgang Bossinger)

Im Gegensatz zu den Schamanen verüben in den Naturvölkern ganze Patientengruppen Heilungsrituale. Durch Gesang, aber auch mit Musik, vor allem Trommel- und Rasselrhythmen, verbunden mit repetitiven Gesängen verfallen die Patienten in kollektiven Trancezustand.

Der Musiktherapeut Thomas Maler dokumentierte ein Heilungsritual während seiner Feldforschungen in Kenia und Tansania. Maler schildert den Ablauf, in dem zuerst ein Gesangsthema a capella vom Mediziner und dem anwesenden Chor in einem „Call and Response“-Muster vorgetragen und beantwortet wird. Allmählich kommt Trommel- und Rasselrhythmus dazu. Dann beginnen die Frauen und die zu behandelnde Patientin zu tanzen. In dem folgenden Ritual, das mehrere Stunden dauert, werden Rhythmus und Gesang ständig gesteigert, dabei wird in der Patientin eine tiefe Trance induziert, sie stößt einen Schrei aus und fällt zu Boden. Während sich die Patientin in einem Zustand der kataleptischen Starre befindet, beginnt der Mediziner in einer Art „Singsang“ mit dem Geist, der so heraufbeschworen und nun anwesend ist, zu verhandeln. Die weitere Situation beschreibt Mahler folgendermaßen:

„Die Patientin befindet sich jetzt im Zustand einer automatisch gesteuerten Hyperventilation. Verbunden mit Hecheln, Röcheln und Stöhnen. Sie verharrt in kataleptischer Starre, besonders signifikant an den weit aufgerissenen Augen und an starker Schaumbildung an den Lippen. In singendem, dramatisierendem Tonfall beschwört der Mediziner den Geist, ihm zu sagen, welche Wünsche man ihm erfüllen könne. Der Geist versteht den Mediziner und antwortet ihm aus dem Mund der Patientin. Der Mediziner diskutiert mit dem Geist über seine Abfindung:

¹⁴⁶ Cook, P: Shaman, Jhankri und Nele – Music healers of indigenous cultures, Ellipsis Arts, New York, Seite 27

Honig, Mais, ein Hühneropfer; darüber hinaus ein neues Kleid, eine Halskette, eine Armbanduhr sowie einhundert Schillinge. Nach einer halbstündigen Verhandlungsdauer willigt der Geist schließlich ein, die Patientin wieder zu verlassen, wobei er die Krankheit, die er früher in ihr abgelegt hatte, mitnimmt. Der Geist verschwindet, der Mediziner beruhigt die Patientin und holt sie behutsam aus ihrer Hypnose heraus.¹⁴⁷

Der Patientin wurde unter Einsatz des gesamten musikalischen Angebotes der krankmachende Geist ausgetrieben. Sie wird in einer heiteren Atmosphäre nach einer Phase der Immunitätsstärkung wieder in die Dorfgemeinschaft integriert.

Die beschriebene, etwa dreißig jährige Frau litt unter (psychogener) Unfruchtbarkeit. Wenige Wochen nach dem Ritual wurde berichtet, dass sie schwanger sei.

Diese Beschreibung verdeutlicht, dass es sich hier um einen völlig anderen Ansatz von Heilung geht. Die Verbindung des Gesanges und der Musik mit der Psyche dieser Person hebt aber dieses Medium hervor. Von einer anderen Seite würde möglicherweise dem Mediziner oder die Beschwörung des Geistes die entscheidende Rolle zuerkannt werden. In diese Richtung gehen auch die Konzepte der Erikson'schen Hypnotherapie¹⁴⁸ und andere systemtherapeutische Ansätze, in denen mit sogenannten „inneren Anteilen“ gearbeitet wird.

Das „Verhandeln mit dem Geist“, das der Mediziner durchführt, hat Parallelen mit dem „Ergründen der guten Absicht“ der krankheitsverursachenden „inneren Anteile“ und dem Suchen nach ökologischen Lösungen in der systemischen und hypnotherapeutischen Teilarbeit.¹⁴⁹

Wolfgang Bossinger stellt in seinem Buch (Seite 82) die Frage, ob dieses Jahrtausende alte Heilungspotenzial des Gesanges noch existiert und wie es im Dialog mit Schamanen, Ärzten und Therapeuten durch weitere Forschungen für die modernen Menschen der westlichen Welt nutzbar gemacht werden kann.

¹⁴⁷ Maler, Thomas: Musik und Ekstase in einer ostafrikanischen Mediziner-Praxis. In: Willms, Harm: Musik und Entspannung. Fischer, Stuttgart 1977, Seite 37 f

¹⁴⁸ Vgl.: White, Michael; Epstein, David: Die Zähmung der Monster: Der narrative Ansatz in der Familientherapie. Carl-Auer-Systeme Verlag, Heidelberg 1998

¹⁴⁹ Vgl.: Mücke, Klaus: Systemische Beratung und Psychotherapie: ein pragmatischer Ansatz. Ökosysteme Verlag, Berlin 1998

Ich gebe hierbei zu bedenken, dass die Menschen der westlichen Welt andere Wurzeln haben. Auch wenn unser Inneres verborgene Möglichkeiten einer Heilung auf ähnliche Art bietet, müssen wir die Nutzbarmachung der schamanischen Gesang- und Heiltradition auf Basis der uns innenliegenden Grundstruktur ausrichten.

Wenn uns die Medizinmänner und Schamanen die Wirkungsweisen ihrer Verfahren (sofern sie dazu in der Lage sind, oder dies überhaupt wollen) preisgeben, oder die Forscher diesen Geheimnissen auf die Spur kommen, dann müssen wir erst die Grundlagen unseres (westlichen) Wesens erkunden, um diese Heilmethode einsetzen zu können.

Ein Forschungsansatz, wie Musik und Gesang (Klang insgesamt) im Menschen verarbeitet wird, könnten die, von Pribram (1991) beschriebene „Menschliche Informationsverarbeitung“ sein. Sowohl die Empfindung für Musik, als auch das, was innovativ (im gegenständlichen Fall heilend) daraus gemacht werden kann, wäre damit erklärbar.

10.11. Singen fördert die Hormonausschüttung

Hormone sind biochemische Botenstoffe, die Informationen im Körper weiterleiten (griechisch: Hormon = in Bewegung setzen). Wir Menschen sind zwar nicht ausschließlich „hormongesteuert“, Hormone beeinflussen aber oft – bewusst oder unbewusst unser Verhalten.

Am Beispiel des Hormons „Oxytocin“, das soziale Bindungen fördert, und das beim Singen, aber auch in geringerem Maße beim Musizieren und Musikhören produziert wird, kann die Bedeutung des Singens für eine soziale Bindung nachgewiesen werden. Oxytocin ist das Hormon für den Mutterinstinkt, zwischen Frauen und Männern ist es als „Treue- und Schmusehormon“ bekannt. Dasselbe Hormon wird auch durch sanfte Berührung und Körperkontakt freigesetzt. Es schafft die Voraussetzung, dass eine Bindung entsteht und dass sie lange erhalten bleibt und hat darüber hinaus entscheidende Auswirkungen auf das Kurz- und Langzeitgedächtnis. Weiters gibt es das Gefühl, ruhig, entspannt und zufrieden zu sein.¹⁵⁰

Schon die Wirkung dieses einen, durch Singen angeregten Hormons hätte schon entscheidenden Einfluss auf die Klassengemeinschaft in den Schulen und durch die Wirkung auf Kurz- und Langzeitgedächtnis auf die Lernleistung der Kinder. Die Zuwendung der Eltern

¹⁵⁰ <http://www.women-global-ethics: „Über heilende Hormone und vergiftende Stoffe, Oxytocin“>, Zugriff am 27.12.2004

hat ebenso Einfluss auf die Ausschüttung dieses Hormons und ist somit indirekt für den Lernerfolg der Kinder mit verantwortlich.

„Kortisol“ ist das Hormon, das Kampf- und Fluchtverhalten vorbereitet. Es kann unangepasste Verhaltensweisen hervorrufen und ist dafür verantwortlich, dass Erinnerungen nur lückenhaft abgerufen werden können. Vom Hormon Kortisol ist bekannt, dass es in Belastungssituationen äußerst wichtig ist, auf Dauer aber zu Schäden im Organismus führt. Zum Einen hemmt es die Bildung weißer Blutzellen, zum anderen greift es das Lymphgewebe und somit das Immunsystem an. Da Milz, Thymus und Lymphknoten an Substanz verlieren, sind gestresste Menschen anfälliger für Infekte, Magengeschwüre, Bluthochdruck und Herzinfarkt.¹⁵¹

Miluk Kolasa stellte fest, dass bestimmte Formen des Singens, aber auch spezielle Musik eine stark entspannungsfördernde und stressabbauende Wirkung haben. Während wir singen, sind wir in der Lage, den Kortisolspiegel, den Blutdruck und die Herzfrequenz zu senken.¹⁵²

Ein Lied vor einer Prüfungssituation in Schulen könnte somit Angst vor Erinnerungslücken abbauen.

Singen hemmt die Ausschüttung des Aggressionshormons „Testosteron.“¹⁵³ Zum Vergleich: Allein durch das Zuschauen bei Fußballspielen und bei aggressiven Handlungen steigt die Aggressionsbereitschaft. H. Fukui konnte nachweisen, dass bei Männern sowohl Testosteron als auch Kortisol unter Musikeinwirkung absank, bei Frauen Kortisol. Fukui stellt eine Verbindung zwischen Testosteron- und Kortisolabsenkung (durch Musik) und dem Abbau von sozialen Spannungen in größeren Gruppen her.

Das limbische Zentrum hat, während Musik wahrgenommen wird, Einfluss auf die hormonellen Zentren des Zwischenhirns. Die parasympatische Innervation wird verstärkt, dadurch tritt eine allgemeine Beruhigung ein. Der Neurotransmitter Serotonin wird ausgeschüttet, der den vorhandenen Stressreaktionen im gesamten Nervensystem entgegenwirkt.

¹⁵¹ Gleich, S., Wiek, M., Klähn, M., Entfellner, G.: Leitfaden zur Vermeidung von Prüfungsstress: Stress – was ist das eigentlich genau?. <http://www.tu-berlin.de/fb6/utex/studium/upm/pruefstress/Stress.htm>., Zugriff am 30.12.2004

¹⁵² Vgl.: Miluk-Kolasa, B: Effects of music treatment on salivary Kortisol in patients exposed to pre-surgical stress, Exp. Clin. Endocrinol. 1994/102, Seite 118 – 120

¹⁵³ Vgl.: Fukui, H. Yasmashita, M: The effects of music and visual stress on testosterone and Kortisol in men and women. Neuroendocrinol Lett., Juni – August, 24, (3-4), Seite 73 – 80

Auf endokriner Ebene führt Musik einerseits zum Abbau von Aggression, Spannung und Stress, andererseits fördert sie das Gefühl für Geborgenheit, Liebe, Zuneigung und Bindung. Singen könnte eine Schlüsselrolle in einer neu entstehenden multikulturellen Gesellschaft sein.¹⁵⁴

In früheren Zeiten wusste man zwar noch nichts über Hormonausschüttungen beim Singen. Das Gefühl der Zuneigung und Bindung durch Singen wurde aber erkannt und in der Zeit der Veränderung des gesellschaftlichen Lebens, Mitte des 19. Jhdts. bewusst eingesetzt. Friedrich Silcher erkannte, dass die beginnende bürgerliche Epoche des 19. Jhdts. ein Medium benötigte, das Souveränität und Identität schafft. Zuvor, in den Zeiten der Monarchie, des höfischen Lebens waren Kaiser und Könige der Inbegriff dieser Souveränität.

Volkslieder hatten bestimmte Themen, man identifizierte sich mit den Inhalten, die Einheit und Zusammengehörigkeit schafften. Das konnten Handwerkslieder sein, wie die von Bergleuten, Sennern oder Lieder einer ganzen Volksgruppe, einzelnen Talschaften, Aussiedlern und Religionsgemeinschaften.

Friedrich Silcher sammelte solche Volkslieder, setzte sie vierstimmig, gründete 1829 eine Liedertafel als Männervereinigung, somit einen Vorläufer unserer Männergesangvereine, die diese vierstimmigen Lieder gesungen haben. Die Lieder waren bewusst so gesetzt, dass sie auch von Laien, also vom Volk gesungen werden konnten.

Neben Volksliedern nahm Silcher Teile von Kunstliedern, wie z. Bsp. aus dem Lindenbaum, das aus dem Liederzyklus der Winterreise von Willhelm Müller u. Franz Schubert stammt, setzte es vierstimmig mit Volksliedharmonien und widmete es 1852 dem Kölner Männergesangverein.

Wer war das Volk, das da gesungen hatte? Es waren Konkurrenten in den neu entstandenen Handwerks- und Handelsberufen, nebeneinander lebende Bürger verschiedener Religionsgemeinschaften und ethnischer Gruppierungen. Im täglichen Leben waren sie Konkurrenten, abends sangen sie in trauter Harmonie im Männerchor. Solche Chöre schafften Einheit, Zusammengehörigkeitsgefühl, aber auch Abgrenzung gegenüber anderen.¹⁵⁵

¹⁵⁴ Vgl.: Vgl.: Hesse, Horst-Peter: Musik und Emotion. Wissenschaftliche Grundlagen des Musikerlebens. Springer, Wien 2003, Seite 158

¹⁵⁵ Vorlesung „Musiksoziologie“ an der KUG, Studienjahr 2003/04 bei Prof. Andreas Dorschel

Die gemeinschaftsstiftende Wirkung des Singens war also damals schon bekannt, beweisbar durch Forschungsergebnisse sind sie allerdings erst seit einigen Jahren.

10.12. Obertongesang

Die Kunst des Obertonsingens war durch Jahrhunderte in Tibet, Nordindien, beim sibirisch-mongolischen Stamm der Tuwans in buddhistischen Klöstern Japans und Chinas und bei wenigen, begnadeten Sängern der Südamerikanischen Anden zu finden.¹⁵⁶

„Der erste Schritt ist, einen Ton lange Zeit festzuhalten und ihn zu beobachten. Man nimmt den Ton und betrachtet ihn wie unter einem Mikroskop. Ein Tropfen Wasser mag auf den ersten Blick nicht viel von sich hergeben, aber genauer betrachtet trägt er das Universum in sich. Es ist vor allem eine Frage der Wahrnehmung, nicht der Aktion – sondern der Kontemplation. Der Ton wird gleichsam von innen beleuchtet.“¹⁵⁷

Das langgezogene Singen von Vokalen wirkt wie eine Massage der Organe von innen und hat auf sämtliche Körperfunktionen harmonisierenden Einfluss. Dazu betont Klara Schlaffhorst, dass hier nicht nur eine rein technische Frage des Singens zu klären war, sondern man sich plötzlich im Mittelpunkt der ganzen menschlichen Wesenheit befand. Im Obertonsingen passierte ein Umsturz auf allen Gebieten: Zuerst gesundheitlich, körperlich. Alte eingewurzelte Leiden verschwanden. Anklänge an längst überwunden geglaubte Zustände tauchten auf. Unerhörte Reinigungsprozesse wurden durchgemacht. Auch geistige und seelische Umwälzungen traten ein. Konzentrationsfähigkeit, Gedächtniskraft, Selbstvertrauen, Lebensmut und sogar Produktivität entwickelten sich.¹⁵⁸

Obertonsingen ist laut diesen Aussagen und meiner eigenen Wahrnehmung also weniger eine Frage der Technik, als ein Spielen mit der eigenen Stimme, den Rachen- und Mundraum verschieden weit zu öffnen, zu entspannen oder anzuspannen. Vokale „O, A, E, I, U“ nicht nur hervorzubringen, sondern einzeln zu formen, zu verändern, auszuhalten und dabei bewusst nach innen zu horchen – wie in Meditation – ist der Inhalt des Obertonsingens. Zur Unterstützung sind obertonreiche Instrumente geeignet.

¹⁵⁶ Vgl.: Berendt, Joachim Ernst: Das Dritte Ohr, a.a.O. Seite 298 f

¹⁵⁷ Berendt, Joachim Ernst: Das Dritte Ohr, Seite 303

¹⁵⁸ Vgl.: Schlaffhorst, Clara: Die Bedeutung des Atems, in: Lucy Heyer – Grote, Atemschulung als Element der Psychotherapie. Darmstadt 1970 Seite 36 ff

Klavierspieler z.B. lesen eine Note in der Partitur und schlagen diese Note dann auf der Klaviatur an. Der Obertonsänger hört die sich jeweils verändernde Möglichkeit in sich selbst. Er muss in sich hineinhorchen, um den Klang hervorbringen zu können, nach innen gekehrt lauschen und hineinfühlen, die Obertöne kommen lassen, nur behutsam nachhelfen. Wer Obertöne singen will, muss sein ganzes körperliches System umstellen, sich sensibilisieren, die inneren Antennen ständig auf Empfang stellen. Er gewinnt auf diese Weise ein anderes Verhältnis zur Zeit. Man glaubt, nur kurz gesungen zu haben, dabei ist aber eine beträchtliche Zeitspanne vergangen.

Auch im Zuhörer löst der Obertongesang Faszination aus. Eine schwerst- und mehrfach behinderte Schülerin, die ansonsten kaum Gefühlsregungen zeigt, bricht nach kurzer Erlebnisphase von Obertonmusik in schallendes Gelächter aus. Ihre allgemeine Muskelspannung erhöht sich, sie macht über längere Zeit einen wacheren Eindruck.

10.13. Gesang und Zauberei

Gesang und Musik werden nicht selten mit Magie in Verbindung gebracht. In vielen Sprachen haben sie einen gemeinsamen Wortstamm:

„Das alte norddeutsche Wort „galdr“ etwa bedeutet „Zauberspruch“ und ist abgeleitet aus dem Verbum „galan“ – „singen“. Das lateinische Wort für „singen“ – „cantare“ ist eng verwandt mit „canere“ – „weissagen“ und „camnen“ – „Zaubersprüche hersagen“. Im Spanischen finden wir „encantamiento“ – „Entzücken“ – und „Verzauberung“ und im Französischen die Verwandtschaft von „chanter“ – „singen“ und „Charme“ – „bezaubernde Ausstrahlung“. Auch im Englischen finden wir die enge Verbindung zwischen „to chant“ – „singen“ und „enchantment“ – „Verzauberung“ oder auch „incantations“ – „Zaubersprüche“.“¹⁵⁹

Wer im Internet nach musikalischen Themen sucht, findet sehr viele Eintragungen mit der Verbindung Musik und Magie. Bossinger zitiert Textstellen, in denen die Verbindung zwischen Zauberei und Musik und Gesang dokumentiert ist, ebenso über die Rolle der Frau als Göttin, Heilerin, Seherin, Geburtshelferin, Schamanin und Sängerin.¹⁶⁰

¹⁵⁹ Bossinger, Wolfgang: Die heilende Kraft des Singens, Demand, Norderstedt 2005, Seite 86

¹⁶⁰ Vgl.: Bossinger, ebd.

In einem Korintherbrief findet sich ein Hinweis, wo diese Rolle der Frau zurückgedrängt wird.

„Wie es in allen Gemeinden der Heiligen üblich ist, sollen die Frauen in der Versammlung schweigen; es ist ihnen nicht gestattet, zu reden. Sie sollen sich unterordnen, wie auch das Gesetz es fordert. Wenn sie etwas wissen wollen, dann sollen sie zu Hause ihre Männer fragen.“ (1 Kor 14, 33-35)

In der Zeit der Inquisition wurden die letzten Reste dieses Wissens mit den dazugehörigen Frauen (als Hexen) verbrannt.

11. Klang als eine Dimension der christlichen Religion

Viele Textstellen von Heiligen Schriften der verschiedensten Religionen rufen die Menschen auf, zu hören. Die Ohren sind jedoch auch nach innen gerichtet, was eine Verbindung von innerem Empfinden und äußerer Wahrnehmung zulässt.

Textstellen bei Jesaja: Höre, so wird deine Seele leben.

Moses sagt 91 Mal: Höre (Israel)

Ein japanisches Schriftzeichen für eine Zen – Meditation besteht aus den Zeichen für Hand, Herz und dreimal dem Zeichen für das Ohr.

Im Hebräischen, im Buddhismus: Höre die Stimme des Herrn.

Martin Luther: Das Reich Christi ist das Reich des Hörens. Und: „wachtet auf ruft uns die Stimme“

Im Koran: „Schließe deine Augen und höre“

In den Upanischaden (indisch): „Das Ohr ist der Weg“

In der Johannes Passion: „Herr Jesus Christ er – höre mich.

Der deutsche Sprachraum ist vom Protestantentum, mit einem intellektuellen Denkstil, geprägt. Dieser Denkstil beeinflusste auch die Denkweise der Entscheidungsträger der katholischen Kirche. Außerdem waren die Inhalte der Entscheidungen eher kirchenpolitischer, als theologischer Natur.

Dies führte mitunter auch zum Zweiten Vatikanischen Konzil (1962-1965). Die Bibel wurde nicht mehr so stark als spirituelle Lektüre gesehen. Es fehlte großteils das Verständnis für andere Empfindungen. Als wichtig wurde das Verstehen des Inhalts angesehen.

Rosenkranz und ähnliche Gebete, wie Litaneien, wurden demnach als langweilige Formeln, als etwas für dumme Menschen abgetan.¹⁶¹

Gerade diese Gebete waren aber ein direkter (klanglicher) Zugang zum Inneren des Menschen. Folgend einige Zitate, die die Zusammengehörigkeit dieser Aspekte belegen.¹⁶²

- Im ersten christlichen Jahrtausend wurden Chorgebet und Kontemplation, Liturgie und Kontemplation als Einheit empfunden. Erst um die Jahrtausendwende entstand ein Bruch zwischen der objektiven Liturgie und der subjektiven Privatfrömmigkeit.

¹⁶¹ Interview mit Kaplan Dr. Christof Lisewski am 24. Februar 2004. Z.Z. Seelsorger in Feldbach, Stmk.

¹⁶² Grün, Amselm OSB: Chorgebet und Kontemplation. Münsterschwarzacher Kleinschriften Band 50. Vier-Türme-Verlag 1989

- In der Meditation und im Gebet wird uns nicht von außen her etwas geschenkt, sondern wir kommen in Berührung mit unserem eigenen Seelengrund, in dem Gott schon wohnt.
- Im Singen der Psalmen erzeugt sie sich [die Sehnsucht] einen Klangkörper, durch den sie den ganzen Leib durchklingen und durchdringen kann.
- Beim Psallieren kommt es nicht darauf an, den Text genau zu verstehen und seine Bedeutung zu verinnerlichen. Das Sprechen der Psalmen an sich ist eine Methode, den Mönch vom Nachdenken zu befreien. Durch das monotone Sprechen der Psalmen können andere Gedanken nicht überhandnehmen und es entsteht eine kontemplative Stimmung. In der „meditatio“ selbst geht es nicht mehr um das Verständnis, sondern um das Auskosten der Worte. Man kann nach einem langen Gottesdienst anschließend innerlich still geworden sein. So ist es auch beim verklungenen Psalm. Man wird ganz still, stiller noch als bei einer Schweigemeditation. Durch die vielen Worte und Bilder ist der Geist ganz leer geworden und man ist in der Tiefe des Herzens angelangt, in der Gott selbst wohnt.
- Das Psalmbeten kann durchaus eine therapeutische Wirkung haben. Die Psalmengebete lösen den Gefühlsstau auf, der im Menschen durch das Zurückhalten der Emotionen entsteht. Denn in den Psalmen können in einer gesunden und geformten Weise Emotionen ausgedrückt werden. Unliebsame Kräfte können in richtige Bahnen gelenkt werden und die unbewusste Energie wird an Gott gebunden. Die Kontemplation wird dann nicht mehr behindert durch unangenehme Kräfte, die aus dem Unterbewusstsein aufsteigen.
- In der Psalmodie werden die Psalmen auf verschiedene Art und Weise gesungen. Die heiligen Texte werden singend aufgesagt, damit sie nicht nur in Schrift und Buchstabe, sondern auch in Klang und Laut der betenden Gemeinschaft gegenwärtig sind, und immer neu in Ohr und Herz behorcht und empfangen werden können.
- Wechselhöriger Gesang hält das kontemplative Gebet wach. Es entsteht eine Spannung des Betens, die durch das gegenseitige Abwechseln lange gehalten werden kann.
- Mit einem ruhigen Wellenschlag wird [vom Autor] die Psalmodie verglichen: „eine Welle übernimmt von der anderen die Bewegung und gibt sie wieder zurück – einem beständig wogendem Hin und Her, das doch von unfassbarer Ruhe ist“.
- Athanasius sagt, dass die Psalmodie die menschliche Seele „rhythmisiert“, sie in Ordnung bringt und in ihr eine gesunde Struktur schafft.

- Die ausschließliche oder weitgehende Beschränkung der Psalmodie auf eine einzige Tonhöhe, ihr beharrliches Festhalten am sogen. „Tenor“, fordert vom Sänger, dass er sich auf diesem (Tenor) und auf diesem Ton „sammele“. Dies erinnert letztendlich wieder an ein einförmiges Mantra. Die Meditation hat also immer mit etwas Einfachem zu tun, das lange wiederholt wird. Es ist ein großes Einswerden miteinander.
- Der kultische Gesang führt also zur Kontemplation. Viele Autoren haben dies auch am Thema des Jubilierens erläutert. „Jubilus“ meint das Singen ohne Worte, ein Singen voller Freude, das aus dem übervollen Herzen strömt.
- Der Gregorianische Choral hat sicher die reinigende Wirkung, die zu echter Kultmusik gehört. Er entspringt tiefer Meditation des Gotteswortes und führt Sänger und Hörer zur Meditation und zur Stille.
- Luigi Augustoni und Berchmanns Göschl¹⁶³ fordern eine Neubesinnung und Wiederbelebung des gregorianischen Chorals. Es geht ihnen dabei nicht um hohes künstlerisches Niveau, sondern um die unbestreitbare religiöse Tiefe der gregorianischen Gesänge und der ihnen eigenen Kraft, in der Tiefe zu wirken und zur Mitte zu führen. Die Rede ist von jenen Elementen des gregorianischen Chorals, die seine Bedeutung als hochstehende Form der Meditation begründen.

Steindl-Rast ist der Ansicht, dass uns jene Singart, wie sie beispielsweise auch gregorianische Choräle erlauben, wieder an den Ursprung bringen. Das – durchaus Nicht-Perfekte bietet Raum für den Lobpreis des Göttlichen, der direkt aus dem Herzen kommt:

„Singen ist ein wesentlicher Bestandteil aller religiösen Überlieferungen – der buddhistischen, jüdischen, hinduistischen, islamischen und anderer. Das kommt daher, dass an einem gewissen Punkt der religiösen Erfahrung das Herz einfach singen will, das Singen bricht aus ihm heraus [...]“¹⁶⁴

Steindl-Rast weiter: Zum Erreichen einer inneren Ruhe, einem „tiefer Gehen“ als dem hektischen oberflächlichen Leben eignen sich besonders Gregorianische Choräle. Durch ihre „Zeitlosigkeit“, die die Choräle auszeichnen, können uns diese Gesänge aus der chronologischen Zeit herausführen, in der das „Jetzt“ niemals gefunden werden kann. Sie führen uns ins ewige „Jetzt“, das als Zeit nicht zu finden ist.¹⁶⁵

¹⁶³ Vgl.: Augustoni, Luigi & Göschl Johannes Berchmanns: Einführung in die Interpretation des gregorianischen Chorals, Band 2 Ästhetik (Teilband 2). Con Brio Verlagsgesellschaft, Regensburg 1987

¹⁶⁴ Steindl-Rast, David: Musik der Stille. Knauer, München 1995, Seite 37

¹⁶⁵ Vgl.: Steindl-Rast, ebd., Seite 26

Diese kopflastige Einstellung könnte aber auch vom Menschenbild, das der französische Philosoph René Descartes 1637 geprägt hat und das bis heute Wirkung zeigt beeinflusst sein: „Ich denke, also bin ich“. Denken ist nach Descartes etwas, was völlig losgelöst ist, also eine vollständige Trennung von Geist, Gehirn und Körper.

11.1. Energie wird durch Musik (Klang) bewegt

Klang als durchdringende Energie

Rhythmische Gebete – laut gebetet – und Litaneien bewegen somit Energie: Wie im Buddhismus das Mantra, im Islam die Anrufung des Propheten oder im Christentum das Beten des Rosenkranzes (marianischer, barmherziger, lichtreicher Rosenkranz) ebenso wie Litaneien, Psalmen – auch mit Tanz.

Hazrat Inayat Khan bezeichnet Klang als Energie, die den menschlichen Körper (meist unhörbar) durchdringt. Der Mensch stimmt seine Wahrnehmung darauf ab, indem er den Innenraum des Körpers für diese subtile Energie öffnet und sich so auf „Energieresonanz“ vorbereitet. Der Mensch kann so Schwingungen als Lebensenergie aufnehmen und wahrnehmen. Für Khan müssen diese Schwingungen nicht physischer Natur sein, obwohl sie sich gerade im Physischen, also im Körperlichen und in körperlichen Prozessen manifestieren können.¹⁶⁶

Für mich stellt sich hier die Frage, ob der Mensch wirklich bereit ist, diese Energie – gerade im religiösen Bereich zuzulassen, oder ob bewusste und unterbewusste Ebenen aufgrund der vorherrschenden intellektuellen Denkweise diese Vorgänge unterdrücken. Weiters ist zu bedenken, ob dieser Teil des religiösen Empfindens heranwachsenden Menschen ohne Klang, (Gesang, Musik, klangähnliche Gebete) überhaupt vermittelt werden kann. Da die christliche Religion heute in unseren Breiten außer in Zuständen von Lebenskrisen viel an Bedeutung eingebüßt hat, scheint hier eine ganzheitliche Kette abubrechen.

¹⁶⁶ Vgl.: Hazrat Inayat Khan, P.: Musik und kosmische Harmonie aus mystischer Sicht. 2. Auflage, Verlag Heilbronn, Heilbronn 1987

11.2. Vermittlung von Religion

Da unser gesamtes Bildungssystem auf Intellekt und nicht auf Empfindungen ausgerichtet ist, werden religiöse Inhalte ebenso vermittelt, was zur Vernachlässigung der oben genannten Gebetsformen führen musste. Erst für Menschen im höheren Alter, bei denen das Denken eher mit dem Herzen, als mit dem Verstand vor sich geht, sind solche Gebetsformen offensichtlich wieder von Bedeutung.

Von Kennern der europäischen Denkstile wird die Behauptung aufgestellt, dass z. B. Deutsche in Vorträgen aller Art eine nüchterne Betrachtungsweise bevorzugen, für Franzosen zum Vergleich, spirituelle Inhalte von größerer Bedeutung sind.

Vergleicht man die Vermittlung eines Inhaltes sprachlich (intellektuell) und musikalisch (als musikalisch verinnerlicht erlebt), so kann man sagen, dass sprachlich aufgenommene Inhalte (Vgl. Geschichtliche Darstellung vom Leiden Christi) eben nur in jenen Regionen des Gehirns, die mit Sprache und deren Verarbeitung zu tun haben, aufgenommen werden. Musikalisch und rhythmisch, vielleicht noch mit Bewegung erreicht dieser Inhalt die Ganzheit eines Menschen, was diesen von einem – mit bestimmten Inhalten besetzten Ist-Zustand (Befindlichkeit) – in einen, durch Klänge und religiöse Inhalte durchdrungenen anderen Zustand bringen kann. Diese Befindlichkeit könnte ein erleichtertes „Hineinhören“ ins eigene „Ich“, verbunden mit einer Abgleichung mit bestimmten internalisierten religiösen Verhaltensnormen bedeuten.

Ein zusätzlicher Faktor, der möglicherweise zur Vernachlässigung des Hörens führte, war das Aufkommen und die rasche Verbreitung des Mediums „Fernsehen“ Mitte der sechziger Jahre des vorigen Jahrhunderts. Fernsehen verleitet uns zum Zuschauen, nicht zum teilnehmen!

Für mich wurde erkennbar, dass durch die Art, wie Religion vermittelt wird (über Intellekt) der für die Ganzheit bedeutende Teil der Spiritualität und der Klang und somit der meditative Charakter verloren gegangen sind. Meditation wurde nach und nach von außerreligiösen Organisationen wie Wellness Clubs und Veranstaltungen esoterischen Inhalts übernommen. Diese erfreuen sich heute großer Beliebtheit.

Zur Ganzheit von Religion gehört Wissen, Spiritualität und Erleben (Praxis). Im Buddhismus sind Meditation, intuitive Erfahrung und Begriffe besser vereint. Die Vermittlung erfolgt durch Werthaltungen, vergleichbar in der Musikvermittlung wie Singen – ohne viel

nachzudenken. Ebenfalls ist es in der Musik möglich, diese unmittelbar zu erleben, als Ganzes, samt seiner formalen Struktur zu erfahren. Im Buddhismus sind Handeln, Meditation und Erkenntnis insofern zusammenhängend, als alles mit Meditation beginnt. Meditation beeinflusst das Handeln direkt, dieses ist wiederum mit der Erkenntnis verknüpft, wie ich die Welt erkenne und mich selbst erkenne. Kopf und Sinne sind dadurch auf das Innigste miteinander verbunden.

Meditation hat im Buddhismus eine zentrale Bedeutung. Ihre Zustände werden seit Jahrtausenden beobachtet. Bei dieser Form der Meditation wird der Einfluss von außen unterbunden. Die Beobachtung ist nach innen gerichtet, z.B. auf den eigenen Atem. Zwischen Einatmen und Ausatmen wird ein „Innehalten“ gelegt, was ein Aufladen mit Energie zur Gestaltung des Lebens bedeutet. Der durch die Meditation erreichte Zustand fließt in das Alltagsleben ein. Somit entsteht eine intensivere Lebenswahrnehmung. Atmen, Gehen, Sitzen; Dinge des täglichen Lebens, sowie Emotionen und ruhiges Denken werden „würdevoll“ getan und dienen der Stabilisierung der Lebensenergie.

Um „auf den Grund schauen“ zu können, muss eine Wasseroberfläche ruhig sein. Ebenso bei menschlichen Gedanken, Handeln und Erleben.¹⁶⁷

Ich meine, dass es in der Religion kaum ein Zurück zu den erwähnten Gebetsformen geben wird, finde aber, dass der klanglich meditative Charakter zum ganzheitlichen Erleben von religiösen Inhalten dazu gehört. Wie Michael von Brück ausführt, wäre eine intensivere Auseinandersetzung mit (Meditations-) Techniken anderer Religionen ein Weg, eine intensivere, sinnerfüllte Erfahrung mit der eigenen – meist noch von der Kindheit geprägten – Religion zu finden.

¹⁶⁷ Von Brück, Michael: Wie können wir leben? Religion und Spiritualität in einer Welt ohne Maß. C.H. Beck Verlag, München 2002 (Zusammenfassung)

12. Meditation

Meditation ist keine Entspannung, sondern zielt auf eine Zentrierung des Bewusstseins. Zu Meditationen gibt es traditionelle und kulturübergreifende Musikformen. Die drei Prinzipien dieser Musik werden bei Herbert Bruhn beschrieben (Musiktherapie, 2000; Seite 25):

- „Wiederholungen ermöglichen ein Verlassen des normalwachen Bewusstseinszustands. Dies gelingt jedoch nur nach Anleiten und Übung und setzt eine geeignete Einstellung voraus.
- Die Reduktion bei Tonmaterial oder Musikstruktur lässt einen Freiraum zu, der Voraussetzung für die Konzentration auf ein bestimmtes Ziel ist.
- Kleine Veränderungen sorgen dafür, dass keine psychische Regression oder ein Trancezustand entsteht.“¹⁶⁸

Bruhn nennt als Musikbeispiele, die zur Meditation geeignet wären, elementare Klänge (Klangschalen, Gongs), Obertonsingen, Minimal Music (auch New Age Musik, bzw. „Weltmusik“), asiatische Gamelan-Musik und auch gregorianische Gesänge. Ebenso verweist der Verfasser darauf, dass Meditation vom gesunden und nicht vom kranken Menschen ausgeht.

Herbert Benson untersuchte in den Siebziger Jahren die Wirkung von transzendentaler Meditation, in der das Rezitieren oder Singen von Mantras im Mittelpunkt stehen. Er fand heraus, dass das wiederholte Singen des Mantras den Strom der Alltagsgedanken wirksam unterbrechen kann. Diese Alltagsgedanken bedeuten vor allem für Menschen mit depressiven Zuständen Stress, da sie meist defizitorientiert und negativer Natur sind. Den Zustand der Entspannung nach einer Meditation bezeichnet Benson mit „Relaxation Response“. Bei den mit Mantra singend meditierenden Personen stellte er eine langsamere Herzfrequenz, vermehrte Alphaswellen und verlangsamte Atmung fest. Auch ein gesundheitsfördernder niedrigerer Blutdruck war die Folge dieser Meditation. Weiteren Untersuchungen unter Verwendung anderer (religiöser) Worte wie Amen, Halleluja, Kyrie eleison und Schalom führten zu ähnlichen Ergebnissen.¹⁶⁹

Bagwan Shree Rajneesh bezeichnet Meditation hingegen als Nachdenken, kontemplative Übung, Exerzitien, Methode zur Entspannung und zur Rückführung auf sich selbst.

¹⁶⁸ In: Musik als Weg zum Unbewussten – Außereuropäische Musik. Regensburg. Con Brio, herausgeg. vom Staatsinstitut für Schulpädagogik und Bildungsforschung München. 1993

¹⁶⁹ Vgl.: Benson, Herbert: The Relaxation Response. William Morrow 1975

Meditation wird als Suche nach Harmonie mit sich und dem Göttlichen bezeichnet. Die Aufmerksamkeit ist nach innen gerichtet. Im Gegensatz zu den Ausführungen von H. Bruhn ist hier zielgerichtetes und zweckorientiertes Denken ausgeschaltet.

Die beschriebenen Musikgattungen, die in der Meditation Verwendung finden, sind ebenso ein wesentlicher Bestandteil zur eigenen Körperwahrnehmung in der Rehabilitation, u.a. auch bei Hirnschädigungen nach Unfällen.

Der Ursprung der Meditation mit seinen charakteristischen Übungen östlicher Regionen Asiens haben auch in westlichen Regionen Eingang gefunden und werden von Bildungseinrichtungen und Gesundheitszentren angeboten. Hierbei geht es nicht so sehr um die geistig-seelische Erneuerung, sondern um die Verbesserung des Energiehaushaltes. Bei wiederholter Anwendung können Stress und nervöse Spannungen abgebaut und innere Organe angeregt werden. Durch intensivere Durchblutung kann sogar beschädigtes Gewebe geheilt werden. Lebensgefühl und Wohlbefinden werden gesteigert. Nach dieser Beschreibung werden Meditationen u.a. durch Konzentration auf ein Mandala, über ritualisierte Bewegungen, als Sprech-Singsang, durch Berührung mit Hilfe von Massage und als stille Bild- und Naturbetrachtung ausgeführt.¹⁷⁰

Herbert Benson führt eine Reihe von gesundheitlichen Verbesserungen an, die durch Meditation (unter Einfluss des Singens) erzielt werden können: bei Angina Pectoris, Herzrhythmusstörungen, allergischen Hautreaktionen, Ängsten, milden oder mittelgradigen Depressionen, Bronchial-Asthma, Fieberbläschen, Husten, Verstopfung, Diabetes Mellitus, Zwölffingerdarm-Geschwür, Schwindel, Erschöpfung, Bluthochdruck, Unfruchtbarkeit, Schlafstörungen, Übelkeit und Erbrechen während der Schwangerschaft, Nervosität, allen Arten von Schmerzen, postoperativen Schwellungen, Prämenstruellen Syndromen, Rheumatischer Arthritis, Nebenwirkungen von Krebserkrankungen und von Aids.¹⁷¹

¹⁷⁰ Vgl.: Shree Rajneesh, Bagwan: Das Orangene Buch. Meditationstechniken. Köln 1987

Downing, George: Massage und Meditation. 5. Auflage Berlin 1984

¹⁷¹ Vgl.: Benson, Herbert: The Relaxation Response. Ebd.

13. Lernen von Musik

Wird Musik anhand ihrer schriftlichen Aufzeichnung rationell vermittelt, so führt dies dazu, dass Melodien, Lieder, Tänze nicht als ganzheitliches Erleben verinnerlicht werden. Wird dieser erlernte Aspekt der Musik im Laufe des Lebens nicht mehr gebraucht, gerät er in Vergessenheit. Da man im späteren Leben diese Art von Musik selten braucht (außer Berufs- und Hobbymusiker), fehlt auch die Bereitschaft, sich mit der ganzheitlichen Form der Musik zu beschäftigen. Die Folge ist zuerst ein Verweigern jeglicher Musik. Entsteht später aber Sehnsucht nach Musik, wird diese oft in Übermaß konsumiert (Techno, überlaute Musik in Autos von Jugendlichen, Diskotheken).

Dieser Kreislauf ist aber nicht nur im Bereich der Musik zu finden. Man ersetze nur „Musik“ durch „Religion“. Auch hier wird dieser Kreislauf spürbar. Ganz anders verhält es sich im Unterrichtsgegenstand Turnen. Hier gibt es kaum eine theoretische Vermittlung der Hintergründe. Vielmehr entstehen aus dem Handeln heraus ständig neue Trendsportarten.

Spricht man Pädagogen auf diese ungünstige Vermittlungsform an, so werden Aspekte, wie zu wenig Unterrichtszeit, mangelnde Aufnahmebereitschaft der Schüler und die eigene unzureichende Ausbildung als Ursachen genannt.

13.1. Elementares Singen und Musizieren

Elementares Musizieren kann als Ausgangspunkt meiner Arbeit mit dem therapeutischen Musizieren angesehen werden. Beim elementaren Musizieren handelt es sich um ein anthropologisch begründetes, künstlerisch-agogisches Konzept aktiver und kreativer Musizierpraxis. Da diese Musizierart unabhängig von Begabung, Behinderung und unabhängig vom Lebensalter ist, unterscheidet man hinsichtlich der Adressatenwahl:

- pädagogisch – musizieren mit Kindern.
- andragogisch – musizieren mit Erwachsenen
- geragogisch – musizieren mit alten Menschen.

Zentraler Inhalt ist die Verbesserung von Musik, Sprache und Bewegung.

Diese agogische Dimension berührt den Menschen in seinem ganzen Wesen und erfasst ihn in der körperlichen, seelischen und geistigen Existenz.

Die durch die Wirkung des elementaren Musizierens erzeugten „elementaren Ereignisse“ oder „Aha-Erlebnisse“ können Menschen verändern, ihre Persönlichkeit entfalten und die Liebe zur Musik erwecken und verstärken.

Pädagogische Prinzipien sollten immer vom Wissen um die Ganzheitlichkeit des Menschen ausgehen und ihn in allen seinen Dimensionen, der körperlichen, geistigen und seelischen ansprechen, fördern und entfalten.

Da die elementare Musizierart von der leiblichen Dimension ausgeht, ist diese auch aus den unterschiedlichen Aspekten der Leiblichkeit zu betrachten:

- „Sinnlich musizieren: Die Musik, Musizieren und die Verwendung unterschiedlicher Instrumente sollen alle Sinne anregen. Auch die Sinne selbst werden zum Ausgangspunkt für das elementare Musizieren genommen. Sinnliches Musizieren fördert die Wahrnehmung und den Ausdruck, belebt die Sinnlichkeit und die Intuition und bringt innere Quellen ins Fließen.
- Körperorientiertes Musizieren: Der Körper wird mit seinen klanglichen Möglichkeiten zum Ausgangspunkt des Musizierens genommen; körpereigene Instrumente (Klanggesten und Stimme) werden erkundet und Spielbewegungen gespürt, beobachtet und differenziert. Koordination und rhythmisches Erleben lassen sich fördern durch Spiele und Bewegungslieder. Die Einheit von Musik und Bewegung wird erlebbar und im gemeinsamen kreativen Gestalten deutlich.
- Improvisieren vom Leibe aus: Gefühle und Stimmungen, die im Leibe gespürt werden, sowie innere Bilder und Erinnerungen, die in der Phantasie generiert werden können oder im Leibgedächtnis „archiviert“ sind, werden zum Ausgangspunkt für musikalische oder tänzerische Improvisationen genommen. Wenn im Nachhinein die Eindrücke, Erfahrungen, Gedanken und Erkenntnisse in Worte gefasst und mit anderen ausgetauscht werden, dient das der Förderung geistig-kommunikativer Fähigkeiten und der Entwicklung einer differenzierten Sprache, in der auch Gefühle und Empfindungen ausgedrückt werden können.¹⁷²

¹⁷² <http://bidok.uibk.ac.at/library/cubasch-musizieren.html#id2858842>, Zugriff am 8. 2. 2005

Mein Ansatz geht noch mehr ins Detail und verbindet die über die Sinne wahrgenommenen Informationen mit Musik oder Klängen. Dies führt zu einer mehrfachen Absicherung der Wahrnehmung (z.B. sehen und zugleich hören) und ermöglicht dadurch eine mit größerer Sicherheit versehene Verarbeitung im Gehirn. Die oben erwähnten Parameter wirken ebenfalls.

13.2. Rhythmisch- musikalische Erziehung

In seinen Arbeits- und Forschungsschwerpunkten: “Der Körper als Instrument des Lernens und Handelns - didaktische und methodische Konsequenzen“ schreibt Prof. Dr. Antonius Sommer, Berater und Koordinator für Rhythmisch-musikalische Erziehung an der pädagogischen Hochschule Heidelberg, dass rhythmisch- musikalische Erziehung eng mit dem Wachstum und der Entwicklung des Menschen einhergeht. Viele differenzierte Fertigkeiten und Fähigkeiten motorischer, sensorischer, affektiver, kognitiver und sozialer Art spielen wechselwirkend und komplex ineinander und reagieren auf anregende und hemmende Einflüsse der menschlichen und räumlich- sächlichen Umgebung. Störungen, Schädigungen (etwa nach Unfällen), Behinderungen betreffen die gesamte menschliche Persönlichkeit.

Erziehung, Unterricht und Therapie müssen diese komplexen Zusammenhänge berücksichtigen und zur Förderung entsprechend vielseitige Impulse geben.

Sommer spricht von einer rhythmisch- musikalischen Erziehung als einem multidimensionalen, psychomotorischen, ganzheitlichen Verfahren. Dieses geht auf die Schweizerin Emile Jaques-Dalcroze zurück,¹⁷³ die ihrerseits die Musikerziehung nach (alt)griechischem Vorbild weiterentwickelte.

Dalcroze arbeitet mit Bewegung, Musik, Sprache und deren Wechselbeziehungen. Als grundlegende Faktoren kommen Gruppenarbeit, (Hand/Übungs-) Gerät und Einbeziehung und Gestaltung des umgebenden Raumes und des Zeitverlaufes hinzu.

Sensomotorische Bewegung, gesteuerte, differenzierte, kontrollierte, geführte, intelligente, kreative, gekonnte rhythmische Bewegungsabläufe sind Grundlage und Mittel für den Aufbau

¹⁷³ Vgl.: Jaques-Dalcroze, E.: Rhythmus, Musik und Erziehung. Reprintausgabe ,Wolfenbüttel, Göttingen 1977

der Wahrnehmungs- und Ausdrucksfähigkeiten, der Intelligenz, Kreativität und Sprache des Menschen. Musikalische Parameter wie Rhythmus, Takt, Tempo, Artikulation, Lautstärke, Klang, Form und Melodie beeinflussen die Bewegung, regen sie an, beschwichtigen und verändern sie. Diese Impulse aus der (durch musikalische Parameter veränderten) Bewegung übertragen sich auf die Sprache. Die Formung der Töne, Melodien, musikalischen Klänge und Laute, Wörter und Sätze sind nur durch gezielte und gekonnte Bewegungsvorgänge der Sprech-, Stimm- und Handmotorik ausführbar. Zusätzlich sind Musik und Sprache Sonderformen der motorischen Betätigung, die Geräusche, Töne und Laute erzeugen, die durch das Ohr kontrolliert werden können, ja sogar müssen!

Antonius Sommer bezeichnet das Medium Musik, das Medium Sprache, das verbindende Medium Rhythmus, (Hand-) Geräte, Raum und Zeit als Medium folgendermaßen:

- „Das Medium Musik (vorzugsweise improvisierte Musik, jedoch auch in Form von Liedern, Tänzen, Instrumentalstücken u. a. m.) bietet unzählige Möglichkeiten, das Gehör der Teilnehmer/-innen zu verfeinern, Übungen ohne verbale Erklärungen durchzuführen, eine gelöste Atmosphäre zu schaffen und gewissermaßen eine ‚objektive Ordnung‘ als Orientierungshilfe zur Verhaltens- und Haltungs-modifikation sowie zum Entwickeln einer ‚inneren Ordnung‘ erfahren zu lassen.
- Das Medium Sprache in Form einfacher Lautverbindungen, Silben, Wörter und Sätze, in Form von Reimen und Gedichten, Liedern, Geschichten und Märchen bietet ebensolche Möglichkeiten, Grob- und Sprechmotorik zu verbinden, darüber hinaus semantisch Sinnhaftes zu erleben und auf vielfältige Weise zu gestalten, sowie
- Das Medium Sprache in Form einfacher Lautverbindungen, Silben, Wörtern und Sätzen, befreit von persönlichen Hemmungen und Verkrampfungen zu erleben
- Sprache in der Gruppe als Kommunikationsmittel zu erleben und zu betätigen.
- Grundlegendes und verbindendes Medium ist der Rhythmus, der Bewegung, Musik und Sprache - und damit menschliches Handeln überhaupt - verbindet und zugleich rückbindet an das entsprechende kosmische, biologische und geistige Strukturprinzip, das wir allgemein Rhythmus nennen. Rhythmus und Fluss in Musik, Sprache und Bewegung können - in den Übungen geschickt aufgebaut und kombiniert - sich gegenseitig vorteilhaft beeinflussen.

- Handgeräte [...], jeder manipulierbare Gegenstand kann Gerät im Sinne rhythmischer Übungen werden. Geräte [...] können durch ihr Aussehen, ihre Eigenschaften und Manipulationsmöglichkeiten stimulieren, emotional und kommunikativ lösen, entspannen, befreien und zu kreativem Handeln anregen. Sie können zur Entfaltung von Selbsttätigkeit, Selbstkontrolle und Selbständigkeit einen wichtigen Beitrag leisten und die Grundlage für Sachkompetenz legen; ebenso können sie Symbol, aber auch Anreger und Mittler für kommunikative Prozesse werden.
- Raum und Zeit werden erlebend und gestaltend in die Übungen einbezogen, u.a. als Medien zur sensiblen Feinsteuerung der Motorik: der Raum in vielfältigen grob und feinmotorischen Aktionen, die Zeit nicht zuletzt als erlebter und gestalteter Rhythmus, als Musik-, Bewegungs- und Sprachrhythmus; denn Rhythmus ist ‚gestaltete Zeit‘.¹⁷⁴

13.2.1. Die Mehrdimensionalität der Rhythmik

E. Kiphard beschreibt fünf Dimensionen der Rhythmik und verweist darauf, dass diese Mehrdimensionalität der Rhythmik der Komplexität der menschlichen Persönlichkeit, aber auch der Mehrdimensionalität von Störungen und Behinderungen entspreche.

- **Motorische Dimension:** Die Rhythmik arbeitet mit den vielfältigen Möglichkeiten der menschlichen Bewegung. Auf Bewegung baut sie auf. Damit kommt sie dem natürlichen Bewegungsbedürfnis entgegen und regt neben geistig-seelischen auch körperliche Funktionen an wie Kreislauf, Atmung oder Stoffwechselforgänge; darüber hinaus kann sie psychisch und körperlich entkrampfen und entspannen.
- **Sensorische Dimension:** Bewegung und Wahrnehmung stehen dabei in einer engen Wechselbeziehung, in der die Bewegung durch Wahrnehmung immer besser geführt und kontrolliert, aber auch die Wahrnehmung durch den Bewegungseinsatz differenzierter und sensibler wird, vorwiegend in den akustischen, optischen, taktilen, haptischen und kinästhetischen Bereichen.
- **Affektive Dimension:** In den sensiblen Aktionen der einzelnen Übungen wachsen Behutsamkeit und Sorgfalt, aber auch Selbstvertrauen, Selbstsicherheit, Selbstwertgefühl, Selbstbewußtsein und korrigiert sich auf der Basis handelnder

¹⁷⁴ <http://www.ph-heidelberg.de/org/sprachbe/dozenten/rhy-einf.htm>, Zugriff am 9.2.2005

Erfahrung die Selbsteinschätzung. Wenn die Übungen reizvoll und dem Lern- und Entwicklungsstand angemessen sind, machen sie Freude.

- Kognitive Dimension: Auf der Basis handelnder Erfahrung entwickeln sich Begriffe, Denkfähigkeit, Wissen, Bewußtsein und Können.
- Sozial-kommunikative Dimension: Die Übungen vollziehen sich in der Regel in und mit einer Gruppe (s.o.) und sind oft auf einen Partner bezogen. Hier werden viele Formen der Kooperation und Kommunikation angeregt und geübt.¹⁷⁵

Da ich seit meiner Pflichtschulzeit (ab 1962!) bis heute durchlaufend Musikunterricht in Pflichtschulen, Musikschulen und sonderpädagogischen Einrichtungen mitverfolge, kann ich sagen, dass die oben beschriebenen Wirkungsweisen weder in der Auswahl der Unterrichtsliteratur, noch im Anwendungsbereich eine bedeutende Rolle spielen. Wie in anderen Schulbereichen (u.a. Sport) wird auch Musikunterricht aktuellen Trends untergeordnet. Diese können zwar, müssen aber nicht den Anforderungen einer ganzheitlichen Musikwahrnehmung und -ausübung entsprechen.

Ich behaupte, dass viele psychomotorische Störungen bereits im Vorfeld einer therapeutischen Intervention durch gezielte Auswahl der Literatur, Musiziertechnik und Singform minimiert werden könnten. Da aber schulisches Lernen offenbar in jene Richtung geht, dass immer mehr Detailwissen und -kenntnisse einem ganzheitlichen Wissen mit inkludierten Empfindungen vorgezogen werden, könnte dieser Bereich einer elementaren rhythmisch-musikalischen Erziehung in die Vorschulzeit verlagert werden.

In der eben genannten Sing- und Musizierform lassen sich Störungen und Behinderungen bereits vor Eintritt in die Regelschulzeit erkennen und einer Therapie zuführen. Dieser Musizierform muss aber mehr als nur eine wöchentliche Stunde „musikalischer Früherziehung“ eingeräumt werden.

¹⁷⁵ Vgl.: Kiphard, E.: Bewegungsdiagnostik bei Kindern. Beiträge zur schulischen und klinischen Heilpädagogik, Gütersloh 1972

13.3. Wissensvermittlung ist nicht mit Empfindung gleichzusetzen

Bereits in den frühen sechziger Jahren des vorigen Jahrhunderts umschrieb Leonard Bernstein anlässlich der damals berühmten Jugendkonzerte in New York die Bedeutung von Musik:

„Nun können wir wirklich verstehen, was Musik ausdrücken will: Es kommt darauf an, was ihr empfindet, wenn ihr die Musik hört. Wir haben jetzt endlich den letzten großen Schritt getan und wissen, was Musik bedeutet. Wir brauchen nicht alles über Halbtöne, Ganztöne und Akkorde zu wissen, um Musik zu verstehen. Wenn sie uns etwas sagt - nicht etwas erzählt oder ein Bild beschreibt, sondern ein Gefühl erweckt -, wenn sie eine Veränderung in uns bewirkt, dann verstehen wir Musik. Das ist alles. Denn diese Gefühle gehören zur Musik. Sie stehen nicht selbständig da wie die Geschichten und Bilder, über die wir vorher gesprochen haben. Sie sind nicht außerhalb der Musik. Um diese Gefühle geht es in der Musik.

Das Wunderbarste aber ist, dass die Gefühle, welche Musik in uns hervorruft, unendlich vielfältig sind. Manche kann man mit Worten gar nicht beschreiben. [...] ihr braucht weder Geschichten noch Bilder dazu, um zu sagen, was Musik bedeutet.“¹⁷⁶

Einen anderen Aspekt im Zusammenhang zwischen Wissen und Empfindung möchte ich im folgenden Zitat aufzeigen, in dem zusätzlich der religiöse Aspekt einbezogen ist.

„Vor langer Zeit riefen die Mönche in der Kirche laut ihre Gebete und Verehrungen. Obwohl die Töne ihrer Gesänge nicht wirklich harmonisch zur Melodie und zum Versmaß passten, sangen die Mönche unmittelbar aus ihrem Herzen – so wie sie es als stimmig empfanden. Eines Tages wurde entschieden, einen Dirigenten zu engagieren, der den Mönchen beibringen sollte, wie man richtig singt. Daraufhin machten die Mönche gesangliche Fortschritte, jedoch war die Kirche nicht mehr erfüllt von der hingebungsvollen, andächtigen Atmosphäre, sondern von geübten Stimmen, ausgebildet für einen guten Auftritt. An einem Sonntagmorgen öffnete sich die Kirchtür und Gott trat ein. „Warum singt ihr nicht mehr?“, fragte er die Mönche.“¹⁷⁷

¹⁷⁶ <http://home.arcor.de/ssd-sonderpaed/Unterrichtsfacher/musik.htm>, Zugriff am 10.2.2005. Und: Bernstein, Leonard: Konzert für junge Leute. München und Hamburg 1985, Seite 70ff

¹⁷⁷ Kustermann, Paul: Music is therapy –aninterview with the clown Patch Adams, Music Therapy Today, Vol. V. (12), Jan 2004, <http://www.musictherapyworld.net>. Zugriff: 29.12.2004

14. Musiktherapie als Einstieg zum therapeutischen Musizieren

Musizieren, mitspielen, begleiten, verstärken – nicht wertbesetzte Spielweisen geben die Möglichkeit, den Schüler in ein Gefühl zu versetzen, nichts falsch zu machen. Ein einfaches Instrument zum Erklingen zu bringen, lässt alle Lernsituationen vergessen und das Selbstwertgefühl steigen. Die Aufmerksamkeit ist zunächst auf den Menschen gerichtet, auf die eigene Ausdrucksmöglichkeit und nicht auf die Defizite. Diese Art der Kommunikation steigert oft allein schon das Selbstbewusstsein derart, dass auf Dinge des täglichen Lebens, sowie auf das Lernen mit einer anderen (stressfreien) Motivation hergegangen wird.

Musiktherapie als summarische Bezeichnung für unterschiedliche musiktherapeutische Konzeptionen ist nach folgender Definition auch das Verständnis für meine Arbeit, mit dessen Anteil an „therapeutischem Musizieren“ ich Menschen mit verschiedenen Wahrnehmungsstörungen und daraus folgenden eingeschränkten Handlungsmöglichkeiten zu einer verbesserten Lebensqualität, Kommunikationsmöglichkeit und Lernleistung verhelfen will.

14.1. Ausschnitt des Textes der „Kasseler Konferenz“ (1997)

„Musiktherapie ist eine praxisorientierte Wissenschaftsdisziplin, die in enger Wechselwirkung zu verschiedenen Wissenschaftsbereichen steht, insbesondere der Medizin, den Gesellschaftswissenschaften, der Psychologie, der Musikwissenschaft und der Pädagogik. Der Begriff „Musiktherapie“ ist eine summarische Bezeichnung für unterschiedliche musiktherapeutische Konzeptionen, die ihrem Wesen nach als psychotherapeutische zu charakterisieren sind. [...] Musiktherapie näher zu definieren, erfordert Aussagen zum zugrundeliegenden Psychotherapiebegriff und Musikbegriff. [...] Musik ist vom Menschen gestalteter Schall [...] Bei der musikalischen Gestaltung werden Töne, Klänge und Geräusche in übergreifende rhythmische, melodische und harmonische Strukturzusammenhänge gebracht. [...] Gestaltung schließt auch unbeabsichtigte Schallereignisse ein, sofern diese vom Rezipienten als bedeutsam wahrgenommen werden. [...] Schall ist die Bezeichnung für alle hörbaren Schwingungsvorgänge und schließt die Begriffe Ton und Klang als Phänomene universaler harmonikaler Gesetzmäßigkeiten und den Begriff Geräusch mit ein. [...] Als akustisches, zeitstrukturierendes Geschehen ist sie [die Musik] Artikulation des menschlichen Erlebens mit Ausdrucks- und Kommunikationsfunktion. [...] Diese

Artikulation ist nonverbal und präverbal. Auch das Verständnis der Musik als präsentatives Symbolsystem ist darin enthalten. [...] [Musik] befindet sich im dialektischen Spannungsfeld individueller-körperlicher, psychischer, spiritueller, sozialer- und gesellschaftlich-kultureller Bedingungen und ist dort wirksam und bedeutsam. Musik wird zum subjektiven Bedeutungsträger über den Prozess des Wiedererkennens interiorisierter Erfahrungen, die im Zusammenhang mit der Menschheitsgeschichte, dem Enkulturationsprozess und der aktuellen Situation stehen. [...] In der Musiktherapie ist Musik Gegenstand und damit Bezugspunkt für Patient und Therapeut in der materiellen Welt. An ihm können sich Wahrnehmungs-, Erlebnis-, Symbolisierungs-, und Beziehungsfähigkeit des Individuums entwickeln. Rezeption, Produktion und Reproduktion von Musik setzen intrapsychische und interpersonelle Prozesse in Gang und haben dabei sowohl diagnostische als auch therapeutische Funktion. Das musikalische Material eignet sich, Ressourcen zu aktivieren und individuell bedeutsame Erlebniszusammenhänge zu konkretisieren, was zum Ausgangspunkt für weitere Bedeutung genommen wird. [...] Musiktherapeutische Methoden folgen tiefenpsychologischen, verhaltenstherapeutisch-lerntheoretischen und gesundheitlich-humanistischen Ansätzen. [...] Voraussetzung für die Anwendung von Musiktherapie ist eine syndromatologische und eine therapieprozessbezogene musiktherapeutische Diagnostik. Daraus leiten sich Indikationsstellung und Zielformulierung ab. Das Wesen der musiktherapeutischen Diagnostik liegt in der Beschreibung der musikalischen Phänomene und ihrer Verbindung zu körperlichen, seelischen und sozialen Vorgängen.“¹⁷⁸

Ebenfalls Anwendung findet die „integrative Musiktherapie“, die folgendermaßen definiert wird:

„Integrative Musiktherapie ist eine tiefenpsychologisch fundierte und klinisch ausgerichtete Methode, deren Ziel es ist, über den verbalen Kontakt hinaus durch das Medium Musik eine Beziehung im nonverbalen und vorsprachlichen Bereich zu Patienten und Klienten und ihrer Erlebniswelt herzustellen. Musikalische Improvisationen an einfachen Instrumenten ermöglichen, dass Gefühle, Atmosphären, Einstellungen, Verhaltensweisen wieder-erlebt und ausgedrückt werden können.“¹⁷⁹

¹⁷⁸ Kasseler Konferenz Musiktherapeutischer Vereinigungen in Deutschland. Kasseler Thesen zur Musiktherapie. In: Musiktherapeutische Umschau 19,1998, Seite 233 ff

¹⁷⁹ Europäische Akademie für psychosoziale Gesundheit & Fritz Perls Institut. Jahresprogramm. Selbstverlag 1999, Seite 25

„Die Integrative Musiktherapie ist eine [...] Methode, die mit psychotherapeutischer, klinischer und heilpädagogischer Zielsetzung im Bereich von Krankenbehandlung, Rehabilitation und Prophylaxe bei verschiedenen Zielgruppen wie Kindern, alten Menschen, Suchtkranken und Patienten mit neurotischen, psychosomatischen und psychiatrischen Erkrankungen eingesetzt werden kann.“¹⁸⁰

Für Gertraud Katja Loos liegt die zentrale Bedeutung in der regressiven Wirkung von Musik. Musik vermag in frühe personale und transpersonale Bereiche eindringen und kann extravertale Schichten des Unbewussten berühren. Traumata aus vorsprachlicher Zeit können wiederbelebt und bearbeitet werden. Loos vertraut auf die Wirkkräfte von Klang und Rhythmus und der Verbalisierung hervorgeholter Bereiche früher Störungen, die es für die Behandlung aufzuarbeiten gilt.¹⁸¹



Zwei pentatonisch gestimmte Instrumente ermöglichen ein musikalisch harmonisches Zwiegespräch als Beginn einer Kommunikation. Es gibt kein „richtig oder falsch“.

¹⁸⁰ Europäische Akademie, ebd., Seite 90

¹⁸¹ Loos, Gertraud Katja: Spielräume. Musiktherapie mit einer Magerstichtigen und anderen frühgestörten Patienten. Gustav Fischer, Stuttgart 1986 (Zusammenfassung)

14.2. Wer hat Anrecht auf psychotherapeutische Behandlung

Was rechtfertigt den Einsatz nichtsprachlicher Therapien (Musik, Tanz)?

Musiktherapie ist in unseren Breiten kaum offiziell bekannt und selten anerkannt. Nach meiner berufsbegleitenden Zusatzausbildung im Fach Musiktherapie betreute ich acht Jahre lang Schützlinge der Lebenshilfe, ehe ich Schüler mit besonderem pädagogischen Bedarf nach den damals bekannten Indikationsgebieten betreute. Die Zuweisung erfolgte meist von den Lehrern der Integrationsklassen in Zusammenarbeit mit dem Sozialhilfeverband des Wohnbezirkes. Ausdrücklich empfohlen wurde Musiktherapie von betreuenden Kinderärzten – oft mit der Meinung, dass kaum mehr Besserung aus medizinisch-therapeutischer Sicht erreichbar sein würde und Musiktherapie ja kaum Schaden zufügen könne.

Ich bin überzeugt, dass – je früher mit dem therapeutischen Musizieren begonnen wird, die Erfolge größer sind. Nach der Pubertät sind Verhaltensweisen oft schon derart gefestigt, dass sie nur mehr sehr schwer formbar sind.

Die Arbeitsgruppe „Musiktherapie“ im Europäischen Verband für Psychotherapie (EAP) hat weitere Indikationsgebiete exemplarisch beschrieben.¹⁸² Nach damalig gängiger Lehrmeinung musste ein Patient einsichtsfähig, reflexionsfähig, verbalisierungsfähig, sowie intellektuell differenzierungsfähig sein.

Meine bisher wohl größten musiktherapeutischen Erfolge hatte ich bei einem Achtjährigen, einem Zehnjährigen und einem Siebzehnjährigen, die erst durch musiktherapeutische Arbeit verbalisierungsfähig wurden. Sie hätten nach der oben beschriebenen Lehrmeinung keinen Zugang zu dieser Therapieform bekommen.

Die Musiktherapeutin Barbara Gindl hat bzgl. der Indikationsfrage eine Änderung der Blickrichtung hin zum Medium Klang vorgeschlagen:

„Ändert man die Blickrichtung der Indikationsfrage auf das Medium der Intervention, so ergeben sich durch den Einsatz des präverbalen Interaktionsmediums „Klang“ und „Rhythmus“ Möglichkeiten, den Bedürfnissen geistig Behinderter, Hirnverletzter, Psychotiker, gerontopsychiatrischer Patienten, dissozialer Jugendlicher, Autisten, Mutisten [...] besser gerecht zu werden als bisher. Sie alle haben, bei ungenügenden reflexiven und/oder sprachlichen Möglichkeiten, ein hohes Ausdrucks- und

¹⁸² Vgl.: Jochims, S., Halmer-Stein, R., Gindl, B., Naarden, M. & Obereglsbacher, D.: Wer braucht eigentlich Psychotherapie? Who actually needs psychotherapy? Gemeinschaftsvortrag des EAP-Arbeitskreises „Musiktherapie“, gehalten am 2. Weltkongress für Psychotherapie, Wien 1999

Beziehungsbedürfnis sowie einen erhöhten Regressions- und Katharsisbedarf. Wie häufig ringen gerade diese Menschen um eine existenzielle Daseinsberechtigung! Wird sie gespürt, ist auch bei kognitiver Einschränkung eine emotional fokussierende Krankheitsverarbeitung auf konkret handelnder Ebene realisierbar.“¹⁸³

Es dürfte also nicht die Therapiefähigkeit ausschlaggebend sein, sondern ein Medium zur Therapie, das einen menschenwürdigen Zugang zum Patienten ermöglicht.

So sehe ich auch jenen Teil meiner Arbeit, in dem ich die verschiedenen Ebenen der Wahrnehmung mit dem Medium „Klang“ verbinde.

Mit musiktherapeutischer Arbeit beginne ich jede musikalische Einheit. Sie garantiert, dass sich die zu betreuenden Kinder als Personen in ihrem jeweiligen „Jetzt-Zustand“ ausdrücken können. Diese Arbeit hat so lange zentrale Bedeutung, bis sichergestellt werden kann, dass sich die Kinder anders (verbal) ausdrücken können und wollen. Ich muss die Gewissheit haben, dass von den Kindern keine Spiel- und Handlungsweisen abverlangt werden, die diese noch nicht in der Lage sind, stressfrei auszuführen, oder wenn andere Themen Vorrang haben, die musiktherapeutisch aufzuarbeiten sind!

Wenn der stressfreie Zugang zum Schüler erreicht ist, beginnt die weitere Arbeit, das therapeutische Musizieren. Bewegungsabläufe, wie im produktorientierten Musizieren werden geübt, rhythmische Sequenzen erarbeitet und musikalische Themen anderen Arbeiten unterlegt.

Herbert Bruhn bezeichnet diesen Teil der Musiktherapie als „Lerntheoretisches Modell – Verhaltenstherapie“. Er geht davon aus, dass verschiedene Verhaltensformen erlernt wurden, weil dies sich als nützlich erwiesen hat. Demzufolge kann Verhalten auch umgelernt werden, wenn andere Verhaltensformen sich als nützlicher herausstellen.¹⁸⁴

Für mich bedeutet „mit Musik lernen“ darüber hinaus ein Anregen verschiedener Hirnregionen, die in ihren Mehrfachfunktionen eben auch für das intellektuelle Lernen von Bedeutung sind. Somit ist diese Musizierart ein Vorbereiten auf eine stressfreie Lernsituation und die Schaffung der Grundlage, dass nachfolgend mit dem gesamten (vernetzten) Gehirn Lerninhalte aufgenommen, verknüpft, gespeichert und wiederverwendet werden können.

¹⁸³ Gindl, Barbara: Anklang. Die Resonanz der Seele. Über ein Grundprinzip therapeutischer Beziehung. Junfermann, Paderborn 2002, Seite 224 f

¹⁸⁴ Vgl.: Bruhn, Herbert: Musiktherapie. Hogrefe, Göttingen 2000, Seite 72

Durch diese Musizierart kommen auch jene Kinder, denen niemand ein herkömmliches Musizieren zubilligt, in den Genuss der „Musikwirkung“. Eine Voraussetzung für den Erfolg gibt es jedoch: So, wie gesunde Kinder müssen auch Kinder mit Teilleistungsstörungen

regelmäßig üben!

Über das Musikpädagogische in der Musiktherapie schreibt Hartmut Kapteina in der Musiktherapeutischen Umschau.¹⁸⁵ Für ihn ist der musikpädagogische Anteil jene Zusammenarbeit zwischen Musikpädagogen, Therapeuten und Patienten, die sicherstellt, dass das musikalische Spiel von Patienten als wertvoll bezeichnet wird, als der wahre Teil, der die Musik ausmacht. Als Musizierorschlag verweist Kapteina auf Lilli Friedemanns Lehrbücher zur musikalischen Improvisation und Trommeln Tanzen, Tönen.¹⁸⁶

Friedemann möchte hierbei den Patienten anhand von musikalisch-theatralischen Improvisationen die Möglichkeit geben, sich selbst auszudrücken. Sie sieht das Ziel darin, dass Musikpädagogen ein „improvisiertes, musikalisches Kunstwerk inszenieren, welches durch Spielanleitungen vorgegeben ist. Dieses Kunstwerk muss den Vorgaben gehorchen, um nicht belanglos und banal zu gelten. Für Kapteina und Friedemann bedeutet dieser musiktherapeutisch/pädagogische Ansatz also ein Erarbeiten und die Bewertung eines Kunstwerkes.

Mein Ansatz hingegen verlangt das Üben von Fingerbewegungen, von Bewegungsabläufen, links – rechts Übungen (Bewegungsabläufe über die Körpermitte hinweg) und das Erarbeiten von rhythmischen Abfolgen, immer als musikalische Aktionen und mit dem Ziel, Instrumente bedienen zu können, die Stimme zu aktivieren und zur Abstimmung der Wahrnehmung dynamische Augenbewegungen und Koordinationsmöglichkeiten mit Ohren und Händen zu erlernen. Der Hintergrund ist das Anregen von Gehirnfunktionen und deren Vernetzungen, um nach einer Übephase mit geforderten Lern- und Gedächtnisinhalten besser umgehen zu können.

Diese Übungen alleine ersetzen aber nicht die Lerninhalte in anderen Gegenständen!

Oft verändert allein ein Wechsel der Spielhand die improvisatorische Ausdrucksmöglichkeit, eröffnet neue Spielmöglichkeiten und neue „Möglichkeiten“ im Leben.

¹⁸⁵ Vgl.: Kapteina, Hartmut: Über das Musikpädagogische in der Musiktherapie. In: Musiktherapeutische Umschau 12. Bochinsky, Frankfurt am Main 1991, Seite 298 – 307

¹⁸⁶ Friedemann, Lilli: Gemeinsames Improvisieren auf Instrumenten. Kassel 1964; Trommeln, Tanzen, Tönen. Wien 1983

14.3. Prinzipien musikpädagogischer Arbeit im Rahmen des therapeutischen Musizierens

(nach Wagner in Beierlein & Wagner, 1999)¹⁸⁷

Ohne Umschweife zum musikalischen Handeln und damit zum musikalischen Erlebnis kommen (keine langen Einführungen oder Ansagen – musikalisches Handeln kann auch Hören oder Bewegung sein).

Frustrationserlebnisse vom Instrument fernhalten (schwierige Aufgaben sollten ohne Instrument mit körpereigenen Instrumenten vorbereitet werden).

Eine Aufgabe durch Zusatzaufgaben reizvoll halten (nicht gleich an alle Kinder Instrumente verteilen, sondern dies als Belohnung für erbrachte Leistungen ansehen).

Geeignete Sozialform wählen (Gruppenarbeit ist angeraten, da therapeutisches Musizieren zum gemeinsamen Erlebnis führen soll).

Konzentrationsfähigkeit berücksichtigen (nicht jeder Schüler ist gleich konzentrationsfähig – außerdem ist ihre Tagesform unterschiedlich).

Struktur der Arbeitsanweisungen vorbereiten (Anweisungen einfach und in ein deutliches zuerst/danach gliedern. *Eine* Anweisung sollte lediglich *eine* einzige Aussage beinhalten. Bei falschen Reaktionen nachprüfen, ob die Anweisung verstanden wurde).

Einzelleistungen in einen Gesamtzusammenhang stellen (die Teilnahme mit einer einfachen Begleitung – mit körpereigenen oder „richtigen“ Instrumenten – reicht aus, wenn der Schüler sein Tun als Teil des Ganzen erkennt).

Vom Gekonnten ausgehend lernen (auch Teilaspekte einer Arbeit sollen als fertig und vollständig erklärt werden, damit hieraus die nächste Arbeit entstehen kann).

Nachfragen (Fragen nicht offen stellen, sondern mit klaren Antwortalternativen versehen).

Handlungen verbalisieren lassen (wenn Handlungen Namen erhalten, lassen sie sich einfacher erneut verwenden).

Fördern, dass die Schüler sich gegenseitig unterrichten (Kommunikationsförderung – nebenbei erfährt der Lehrer, ob alles verstanden wurde).

Struktur von Notenvorlagen (so einfach wie möglich gestalten, nicht durch Zeichnungen überfrachten, Zusammenhänge optisch darstellen).

¹⁸⁷ Vgl.: Beierlein, J. & Wagner, R. (Hrsg): Musik mit Behinderten an Musikschulen. Grundlagen und Arbeitshilfen. Broschüre des Verbandes Bayerischer Sing- und Musikschulen, Weilheim 1999

15. Therapeutisches Musizieren

Musiktherapie, Sonderpädagogik

Wiederherstellung, Erhaltung und Förderung seelischer und körperlicher Gesundheit sind Ziele der Musiktherapie.

Therapie bezieht sich auf die Beseitigung von Beeinträchtigungen und Behinderungen, auf eine Veränderung vom Krankhaften zum Gesunden.

Sonderpädagogik bezieht sich auf das Lernen im Umgang mit einer dauerhaften Behinderung.

Pädagogik bezieht sich auf die Veränderung und Differenzierung von Kenntnissen und Fertigkeiten von einem mittleren auf ein höheres Niveau (Bruhn, 1999).¹⁸⁸

In der Sonderpädagogik findet bereits eine Überschneidung zwischen Musikpädagogik und Musiktherapie, aber auch mit anderen Fächern statt. Hier trägt der Musikunterricht zur Psychohygiene und Problemprophylaxe bei und hat positive Auswirkungen auf den Schulalltag.¹⁸⁹

In den Musikschulen wird fast ausschließlich mit dem Produkt „Musik“ gearbeitet, d. h. Musikstücke erarbeitet, Beschäftigung mit der dahinterliegenden Theorie und Aufführungspraxis geübt. Wer jedoch die Arbeit mit behinderten Menschen nicht scheut, wird dieses Angebot um das „therapeutische Musizieren“ erweitern.

15.1. Therapeutisches Musizieren als prozessorientierte Musizierart

Therapeutisches Musizieren ist nicht als Ausgangspunkt der Musiktherapie anzusehen, da therapeutisches Musizieren eine Musizierart ist, bei der nicht das Produkt, sondern der Prozess das Musizierens im Vordergrund steht.¹⁹⁰ Hier geht es um das Erleben von gespielten Situationen und um das Üben einfacher Instrumentenbetätigung. In der Musiktherapie dominiert zwar auch das prozessorientierte Musizieren. Musik selbst steht aber für Ausdruck des Menschlichen und als Zugang und Bindeglied zwischen Therapeuten und Patienten.

¹⁸⁸ Vgl.: Bruhn, Herbert: Musiktherapie, Geschichte-Theorie-Methoden. Hogrefe, Göttingen 2000, Seite 125 ff

¹⁸⁹ Vgl.: Decker-Voigt, Hans-Helmut. (Hrsg.): Handbuch Musiktherapie. Eres, Lilienthal 1983

¹⁹⁰ Vgl.: Decker-Voigt, Hans-Helmut. (Hrsg.): Handbuch Musiktherapie. Eres, Lilienthal 1983, S. 30 f

Fleming beschreibt, was sich Eltern als Ergebnis dieser Musizierform wünschen:

- „Den Rhythmus der Sprache verbessern
- Gezielte Bewegungen fördern
- Freude und Entspannung bieten
- Musikalische Fähigkeiten aktivieren
- Kommunikation und Konzentration fördern
- Selbstbewusstsein fördern.“¹⁹¹

Dieser Aufzählung möchte ich noch das Fördern der sozialen Integration hinzufügen. Menschen mit und ohne Behinderung musizieren auf dem selben Instrument, spielen den selben Rhythmus, bewegen sich gleich zur Musik, stehen somit auf der gleichen Stufe und werden als gleichwertige Mitspieler unserer Gesellschaft wahrgenommen. Im Vordergrund steht nicht das Lernen von Musik, sondern das Lernen mit Musik.

Ebenso kann das therapeutische Musizieren ein Wiederherstellen ehemals erlernter kognitiver Fähigkeiten und Erinnerungen nach Unfällen mit Hirnschädigungen erleichtern. Bildgebende Verfahren von Hirnuntersuchungen geben Aufschluss, wie einzelne Gehirnteile auf Musik reagieren und wie ein Prozess unter Einfluss von Musik bzgl. Aktivierung veränderbar ist. Da viele Hirnregionen eingrenzend lokalisierbar sind, lässt sich ihre Zuständigkeit für die Steuerung einzelner Handlungen nachweisen. Viele dieser Regionen haben aber Doppel- und Mehrfachfunktionen und lassen sich durch Musikeinwirkung und den dazugehörigen Bewegungen, etwa beim Klavierspiel positiv beeinflussen.

15.2. Instrumente für das therapeutische Musizieren

Beim therapeutischen Musizieren lassen sich alle jene Instrumente verwenden, die auch in der Musiktherapie zur Anwendung kommen. Die Instrumente sollten jedoch leicht zu handhaben und der Körpergröße des Spielers angepasst sein. Da „richtig“ und „falsch“ als Beurteilungskriterien nicht zielführend sind, ist darauf zu achten, dass Instrumente nicht all zu sehr wertbesetzt sind. Das verlangte Spiel auf einer Violine etwa könnte zur Aussage verleiten: „das kann ich nicht spielen, das habe ich nicht gelernt“.

¹⁹¹ Vgl.: Fleming, B.: Fördern – Heilen – Erziehen? Musiktherapie zwischen Musikschule und Sonderschule. Musiktherapeutische Umschau 15/1994, Seite 214-220

Um ein gemeinsames Musizieren (zu zweit oder in einer größeren Gruppe) harmonisch klingend gestalten zu können, empfiehlt es sich die verwendeten Instrumente aufeinander abzustimmen. Schlecht gestimmte Saiteninstrumente, aber auch allzu sehr dissonierende Klänge tragen nicht unbedingt zu einem Erfolgserlebnis bei.

Trommeln, Rasseln, einfache Saiteninstrumente lassen sich aus Altmaterialien selbst basteln. Dadurch lässt sich ein besserer Bezug zum Instrument herstellen. Außerdem können damit andere Unterrichtsfächer, wie technisches, textiles Werken und bildnerische Erziehung mit einbezogen werden.

Huges und Robbins¹⁹² empfehlen zusätzlich das Singen, Tanzen, Musikhören, Bewegen zur Musik und kreatives Komponieren als Teilbereiche des therapeutischen Musizierens einzubeziehen.

15.3. Spielmöglichkeiten

Jedes Instrument ist für eine oder mehrere Bedienungsarten gebaut. Diese „Grundspielarten“ zu erlernen - sofern sie sich nicht von selbst ergeben - ist meines Erachtens ein sinnvoller Einstieg in das therapeutische Musizieren. Das Üben von Fingerfertigkeit und rhythmischer Abfolgen verbessert die Ausdrucksmöglichkeit am Instrument. Therapeutisches Musizieren kann keine einmalige Wissensvermittlung sein, es folgt den „Übe- und Wiederholungsgesetzen, sowie dem Vertiefen und Automatisieren von Bewegungsabläufen. Probst¹⁹³ ist ebenfalls der Meinung, dass therapeutisches Musizieren zwar selbstgewählte Spielweisen erlaubt, aber durchaus ein gewisser Qualitätsanspruch gestellt werden darf.

Wenn Eckhard Altenmüller feststellt, dass zwanzig Minuten Klavierspiel die Hirnfunktion verändert, so ist dies nicht mit ein mal zwanzig Minuten abgetan, sondern bedeutet tägliches Üben. Altenmüller hat festgestellt, dass durch diese tägliche Übephase im Klavierspiel eine Hörregion in der rechten Gehirnhälfte aktiv wurde, die dem Broca- Areal auf der linken Kopfseite entspricht. Das Broca- Areal spielt eine zentrale Rolle beim Begreifen von Sprache.

¹⁹² Huges, J.E. & Robbins, B.J. Music therapy for learners who are mainstreamed in a district-wide K-12 program. In Wilson, B.L. (Hrsg.), Models of musictherapy interventions in school setting: From institution to inclusion. Silver Spring 1996. National Association for Music Therapy, Seite 252

¹⁹³ Vgl.: Beierlein, J. & Wagner, R. (Hrsg): Musik mit Behinderten an Musikschulen. Grundlagen und Arbeitshilfen. Broschüre des Verbandes Bayerischer Sing- und Musikschulen, Weilheim 1999

Sein Pendant auf der rechten Hirnhälfte scheint eine ähnlich wichtige Rolle beim Verstehen von Musik zu spielen.¹⁹⁴

Sind gewisse Grundlagen der Bedienung eines oder mehrerer Instrumente einmal erlernt, so können meines Erachtens auch Improvisationen ausgeführt werden. Improvisationen können dann auch mit anderen Inhalten wie das Gestalten von Geschichten und anderen Lebenssituationen versehen werden. Dies führt in der Folge auch zu Auftrittsmöglichkeiten, was wiederum eine weitere Gelegenheit therapeutischer Interventionen bieten kann.

Eine Reihe von Spielideen in einer Gestaltungsbreite vom Musizieren auf einfachen Klangstäben, über Liedbegleitungen bis zum Entwurf eines Schattentheaters sind im Buch „Musik aktiv erleben“ zu finden.¹⁹⁵

Ebensolche Spielvorschläge sind in den Büchern „Gemeinsames Improvisieren auf Instrumenten“ und „Trommeln, Tanzen, Tönen“ zu finden.¹⁹⁶ Ebenso eignen sich – vor allem zum Erwerb von Fingerfertigkeiten – verschiedene Klavierschulen für Vorschulkinder (Runze u. a.). Darin ist die geforderte Spielart abgebildet (Hand auf der Tastatur) und daneben ein Liedtext, der musikalisch umzusetzen ist. Für den Lehrer ist in Kleinformat die Notenzeile abgedruckt. Instrumentalschulen dieser Art sind deswegen zu empfehlen, da Bezugspersonen, die mit den Kindern üben keine besonderen Vorkenntnisse im jeweiligen Instrumentalspiel besitzen müssen. (Auszug auf übernächster Seite).¹⁹⁷

Es können auch eigene Spielgeschichten erfunden und musikalisch umgesetzt werden (Katze und Vogel; ein Bär tritt aus dem Wald; Tastenwanderung, ...) oder einfach bekannte Kinderlieder rhythmisch werden rhythmisch begleitet.

Eine Vielzahl von Spielmöglichkeiten (auch für mehrere Kinder) ergeben sich durch das Spielen auf den schwarzen Tasten am Klavier oder Keyboard. Die Anordnung der schwarzen Tasten ergeben eine Tonreihe, die keiner Auflösung bedürfen, somit entstehen keine „falschen“ Klänge. Einzige Voraussetzung: die schwarzen Tasten dürfen nicht verlassen werden!

¹⁹⁴ Quelle: ddp/bdw/Andreas Wawrzinek/www.wissenschaft.de vom 15.10.2003 Zugriff am 29. 02. 2004

¹⁹⁵ Tischler, Björn. & Moroder-Tischler, R.: Musik aktiv erleben: Musikalische Spielideen für die pädagogische und therapeutische Praxis. Frankfurt/M.: Diesterweg (4. erw. Auflage 1998)

¹⁹⁶ Friedemann, Lilli: Gemeinsames Improvisieren auf Instrumenten. Kassel 1964; Und Trommeln, Tanzen, Tönen. Wien 1983

¹⁹⁷ Runze, Klaus: Zwei Hände – Zwölf Tasten. Band 1 Schott, Mainz 1982

Durch Veränderung der Spieltechnik (spielen mit einer Hand, wechseln der Hand, beidhändig, überkreuzt) und das Spielen auf Tasteninstrumenten im Allgemeinen lässt sich schon nach kurzer Zeit eine Verbesserung der Hirnleistung feststellen. Diesbezügliche Forschungsberichte sind u. a. in Internet unter www.wissenschaft.de vom 15.10.2003 und bei Maria Spychiger¹⁹⁸ zu finden.

Weitere Spielinhalte als einfache Übungen zur Bewusstmachung verschiedener Sinneswahrnehmungen und zur Verbesserung der Feinmotorik sind in weiterer Folge beschrieben. Solche Übungen tragen meiner Meinung nach zu einem beträchtlichen Teil zu positiven Verhaltensänderungen bei Kindern mit Teilleistungsstörungen bei.

Wichtig ist, dass die Spielangebote unterhalb der oberen Leistungsgrenze liegen. Dazu ist es oft dienlich, Spielangebote erleichternd abzuändern.

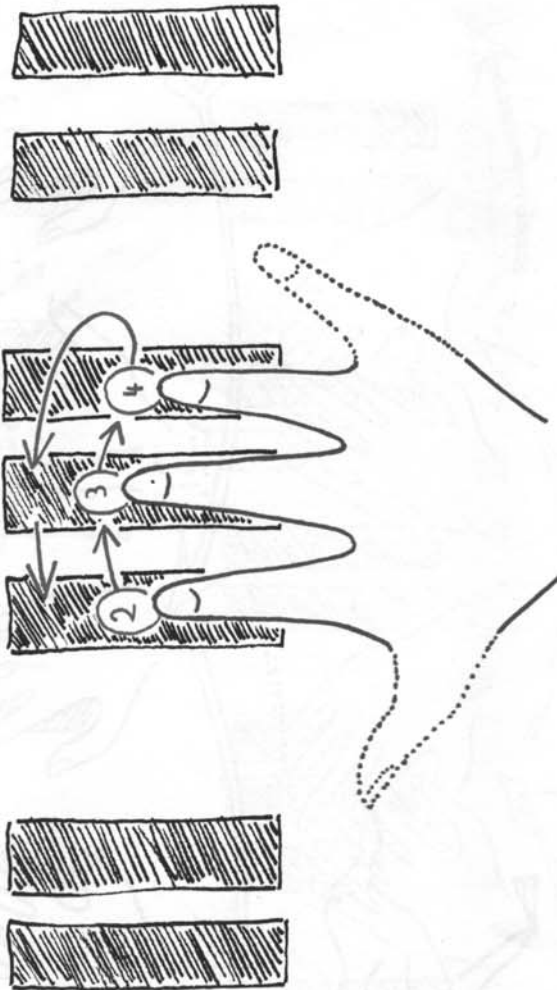
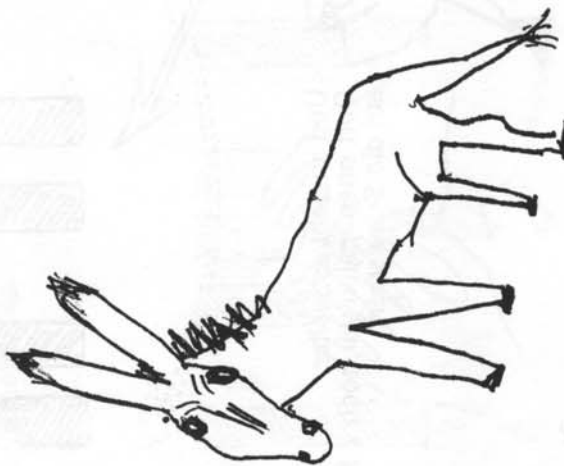
Diese Übungen setzen an der Wahrnehmungsseite der Informationsverarbeitung an, d. h. die darauffolgenden Handlungen können bewusst gesetzt werden.

¹⁹⁸ Vgl.: Spychiger, Maria. In: Gembris, H., Kraemer, R.D., Maas, G. (Hrsg.): Macht Musik wirklich klüger? Musikalisches Lernen und Transfereffekte. Musikpädagogische Forschungsberichte Bd. 8. Wißner, Augsburg 2001, Seite 13.

Welches Tier hat 3 Beine ?

Die 3 mittleren Finger spielen unser erstes Lied.

Wir singen oder sprechen dazu: „Welches Tier
hat denn 3 Beine ?
Müllers Esel,
Bäckers Kuh ? –
Ich glaube,
3 hast du!“



Spielanleitung:

Die 3 Schwarzen werden mit 2 → 3 → 4 gleichzeitig niedergedrückt. Der Text wird dazu gesprochen. Das Kind findet selbst eine rhythmische Folge, die den gesprochenen Worten entspricht. Dann wird der Text gesungen und dazu jede der 3 Schwarzen einzeln niedergedrückt es geht hin und her, bis das Lied zu Ende ist.



16. Therapeutisches Singen

Wenn therapeutisches Musizieren Wirkungen hervorruft, muss es meiner Meinung nach solche (oder ähnliche) auch beim therapeutischen Singen geben. In meiner Arbeit mit Kindern, die verschiedene Teilleistungsstörungen aufweisen, stellte ich fest, dass einfache Kinderlieder, von mir vorgesungen, emotionale Erregung hervorrufen und die Kinder dazu aus eigenem Antrieb rhythmisch trommeln oder klatschen. Wird dies ähnlich dem therapeutischen Musizieren wiederholt, so beginnen die Kinder die Lieder mitzusingen, was zu einer verbesserten Sprachleistung, zumindest die Liedtexte betreffend führt. Ein Anteil an dieser Verbesserung dürfte der Hörleistung zuzuschreiben sein, denn durch das wiederholte Hören der eigenen Stimme lässt sich auch das Gehör trainieren.

Bei den Funktionen des menschlichen Stimmapparates ist zwischen Gasaustausch und dem Schutz der Lungen während der Nahrungsaufnahme, Zerkleinerung und Beförderung der Nahrung, sowie der differenzierten Lautgebung und in späterer Folge der phylogenetischen Entwicklung als "emotionales Ventil" zu unterscheiden. Dieses hochempfindliche physiologische Schutz-Organ kann eine „Selbstschutzreaktion“ entwickeln, die sich aufgrund seiner Ventilfunktion als funktionelle und psychogene Stimmstörung manifestiert.

„Menschen, die ihrer stimmliche Ausdrucksfähigkeit auf dem Wege der Selbsterfahrung über Atem,- Stimm- und Körperübungen in der Gruppe erweitern, finden Zugang zu eigenen Ressourcen, die sich positiv bei der Bewältigung aktueller und/oder chronischer Lebenskonflikte auswirken.“¹⁹⁹

Als „therapeutisches Singen“ kann meiner Meinung nach auch jede Art von guter Stimmbildung hilfreich sein (chorisch ebenso wie einzeln), denn Stimmbildung soll die bestmögliche Klangentfaltung des einzelnen Menschen vorbereiten. Therapeutisches Singen muss dasselbe Ziel verfolgen: den gesamten Menschen bestmöglich zum Klingen zu bringen. Dies bezieht sich nicht bloß auf bestmöglich für den Zuhörer, sondern als das eingangs erwähnte „emotionale Ventil“ des eigenen Ausdrucks.

¹⁹⁹ <http://www.med.uni-heidelberg.de/psycho/medpsych/sabinerittnerforschungsprojektartikel.html>. Zugriff am 02.01.2005

Hier kann therapeutisches Singen sowohl für die Gesundung des Stimmapparates dienen, als auch im selben Maße das Durchklingen und die Bewältigung der Lebenskonflikte ermöglichen.

Wie an anderer Stelle bereits ausgeführt, hat der Stimmbildungslehrer hier eine Doppelfunktion: den Stimmapparat zu schulen und die bio-psycho-sozialen Hintergründe zu erkennen und gegebenenfalls eine fachkundige Aufarbeitung zu veranlassen.

17. Therapeutisches Umfeld

Orte, an denen therapeutisches Singen und Musizieren stattfinden kann:

Eigener Ort (Klangraum, Therapieraum):

Vorteile: Viele Instrumente, gute Auswahlmöglichkeit, der jeweiligen Situation entsprechend einsetzbar. Schwere Instrumente müssen nicht immer von einem Ort zum anderen geschleppt werden. Die Stimmung der Saiteninstrumente hält länger. Aufnahmegeräte für die Dokumentation der Arbeit können so eingebaut werden, dass sie einerseits nicht von der Arbeit ablenken, aber auch den gesamten Bewegungsbereich erfassen können. Für einzelne Kinder bedeutet der Weg in eine Einzeltherapie etwas Besonderes.

Nachteile: Für die Kinder ist der Raum immer wieder neu und muss immer erkundet werden. Die vielen Instrumente lenken ab. Werden die Kinder über weite Entfernungen zum Therapieort gebracht, dauert es oft sehr lange, bis sie sich „eingewöhnt“ haben. Die Angst vor der ungewohnten Umgebung verlangt oft nach einer zusätzlichen Begleitperson. Diese kann wiederum in der Therapiesituation zu einer ungewollten Dreieckbeziehung führen, d.h. dass die Aufforderungen des Therapeuten von der Begleitperson wiederholt oder vorweggenommen werden.

Therapieraum in der Schule oder am Ort der Betreuung:

Hier finden sich meist behindertengerechte Zugänge, auch zu den WC Anlagen. Das Kind kennt die Umgebung, der Blick aus dem Fenster ist ähnlich dem des übrigen Wohnortes, ebenso der Geruch des Hauses, wie auch der Klang und die Geräusche (Pausenglocke, Grundgeräusche). Das Kind weiß, wo es nach der Therapieeinheit hingehen muss. Ebenso ist den meisten Kindern bewusst, dass ein vorzeitiges Beenden - Wollen der Therapieeinheit zu keiner Belohnung mit neuen Umweltreizen führt. Sie werden einzig wieder in ihren Klassenraum zurückgebracht.

Gruppenspiele, die Erfolg versprechen, gemeinsam mit anderen Kindern können in einen Klassenraum verlagert werden. Die Mitschüler werden mit der musikalischen Arbeit vertraut, was auch zur Integration auf musikalischer Ebene führt. So spielen behinderte Kinder und Regelschulkinder auf denselben Instrumenten und erzeugen dieselben Klänge.

Dieser Schulalltag kann bei Bedarf vom Therapeuten beobachtet werden. Oft zeigt sich in diesen Beobachtungen, dass verschiedene Verhaltensweisen, die in der Einzeltherapie erarbeitet werden, in der Gruppe nicht zielführend sind (Schülerbeschreibungen).

Die Wahrnehmungen der Lehrer können in die therapeutische Arbeit einfließen, ebenso die Wahrnehmungen des Therapeuten. Im therapeutischen Musizieren erarbeitete Inhalte können Bestandteil des Schulalltags werden und schulische Aufgaben musikalisch unterstützt werden (zeichnen, malen mit Musik,). Der Turnsaal bietet Raum für Körperwahrnehmung in Bewegung (Tanz und andere Bewegungsspiele).

Nachteile dieses Standortes: Meist müssen die Instrumente zu jeder einzelnen Einheit mitgebracht werden, Saiteninstrumente immer neu gestimmt werden. Solche Therapieräume in Schulen werden meist von mehreren Therapeuten genutzt. Da meist jeder ein eigenes Grundinstrumentarium im Raum stationär untergebracht hat, erweckt dieses wieder die Aufmerksamkeit der Kinder und lenkt somit von der eigentlichen Arbeit ab.

Einen weiteren Nachteil im Therapieort „Schule“ sehe ich darin, dass die Eltern nicht fortlaufend über die Therapieschritte informiert werden können. Da viele Alltagssituationen den therapeutischen Erfolg mitbeeinflussen, diese aber außerhalb der Schule stattfinden, ist hier ein zusätzlicher Informationsfluss zwischen Eltern, Schule und Therapeuten wichtig.

18. Resonanz als inter- und intrapersonelle Verbindung

Wie soll ich meine Seele halten,
 dass sie nicht an deine rührt?
 Wie soll ich sie hinheben über dich zu anderen Dingen?
 Ach, gerne möchte ich sie bei irgendwas Verlorenem im Dunkel unterbringen
 an einer fremden stillen Stelle, die nicht weiterschwingt,
 wenn deine Tiefen schwingen. Doch alles, was uns anrührt, dich und mich,
 nimmt uns zusammen wie ein Bogenstrich,
 der aus zwei Saiten eine Stimme zieht.
 Auf welches Instrument sind wir gespannt?
 Und welcher Geiger hat uns in der Hand?
 O süßes Lied.
 Rainer Maria Rilke

Jede Beschäftigung mit Musik bedarf einer Zuneigung, einer Einstimmung, einer Resonanz, auf der Seite des Gebenden und auf der Seite des Nehmenden.

Dieses Aufeinander-Bezogenheit ist seelischer, körperlicher, geistiger und energetischer Natur und läuft in einer therapeutischen Beziehung ebenso ab, wie unter Musikern und Sängern in einer Gruppe und schließt auch Dirigenten und Zuhörer ein. Gute Dirigenten schaffen es sogar, die Atmung in Resonanz zu bringen. Die italienische Mezzosopranistin Cecilia Bartoli sagt darüber:

„Was ich in der Arbeit mit [dem Dirigenten] Harnoncourt so speziell finde: Lui respira come me. Non solo con me, ma come me. Er atmet wie ich. Das ist mehr, als wenn ein Dirigent mitatmet. Natürlich sind wir verschiedene Personen, aber dass jemand in einer Weise atmet wie man selbst, passiert doch selten. Man kann es nicht erklären, und man kann es nicht verlangen; es ist da – oder eben nicht. Ich glaube, dass es aus der Seele kommt. Vielleicht ist das die Inspiration.“²⁰⁰

In der Musikinstrumentenkunde wird das Mitschwingen eines Körpers (Luftsäule, Schallstück, Resonanzboden) als Resonanz bezeichnet. Beim singenden Menschen sind Kopf,

²⁰⁰ Mertl, M.: „Lui respira come me“ Cecilia Bartoli über ihre künstlerische Partnerschaft mit Nikolaus Harnoncourt. Musik und Theater, 2001,21,3 (März), Seite 19

Brustkorb, Rachenraum und Bauchraum die Resonatoren. Sie entscheiden über die klangliche Qualität des musikalischen Ausdrucks.

Ein Musikinstrument kann mit einem zweiten in Resonanz gehen, sodass das zweite zu klingen beginnt. Empfängt ein Mensch in seinem Resonanzraum Musik von einem Anderen, von einem Instrument, oder dem eigenen Gesang, so kann eine (harmonische) Verbindung entstehen.

Resonanz zwischen gesungenen Tönen in bestimmten Tonhöhen, sowie bestimmten Vokalen wurden in der indischen Tradition bestimmten Chakren zugeordnet. Den Tönen wurde energetische Wirkung auf damit korrespondierende Organe zuerkannt.²⁰¹

Um in Resonanz zu kommen, gibt es bestimmte Voraussetzungen. Barbara Gindl schreibt dazu:

„Resonanzbereitschaft ist ein Zustand des Zulassens und der nicht agierenden Aktivität [...] [eine] spielerisch- ernste Versunkenheit, [...] ein Zustand der Leere, aber gleichzeitig der höchsten, wenn auch ungerichteten Aufmerksamkeit. [...] [Dieser Zustand ist zu finden bei] spielenden, kreativ – schaffenden, meditierenden und wirklich liebenden Menschen.“²⁰²

Lenken diese spielenden, kreativ- schaffenden, meditierenden, sich wirklich liebenden Menschen die Aufmerksamkeit auf ihre Tätigkeit , so wird die Resonanz auf die Haltung der Hingabe an das Gegebene wachsen. J. Kornfield dazu:

„[...] denn gesammelte Aufmerksamkeit ist an sich schon eine Übung der Hingabe. Man gibt sich dem hin, was jeweils gerade geschieht, ohne zu versuchen, etwas daran zu ändern oder es in ein begriffliches Korsett zu zwängen. [...] Bei dieser Aufmerksamkeitsschulung werden Gefühle, Impulse und Gedanken nicht unterdrückt, aber man lässt sich auch nicht auf sie ein, geht ihnen nicht nach. Das erzeugt und festigt einen Geisteszustand, in dem wir offen bleiben für die Beobachtung und Erfahrung der ganzen Breite unserer mentalen und physischen Wirklichkeit, ohne sie jedoch unterdrücken oder ausleben zu müssen.“²⁰³

²⁰¹ Berendt, J.E.: Nada Brahma. Die Welt ist Klang. Rohwohlt bei Hamburg 1985, Seite 36 ff

²⁰² Gindl, Barbara: Anklang. Die Resonanz der Seele. Über ein Grundprinzip therapeutischer Beziehungen. Jungfermann, Paderborn 2002, Seite 155

²⁰³ Kornfield, J.: Aspekte einer Theorie und Praxis der Meditation. In: R, N. Walsh & F. Vaughan (Hrsg). Psychologie in der Wende. Grundlagen, Methoden und Ziele der transpersonalen Psychologie des neuen Bewusstseins. Scherz, Bern 1985, Seite 173 (Original erschienen 1980: Beyond ego: Transpersonal dimensions in psychology)

Resonanz gehört auch zu einer Grundhaltung im religiösen Leben. Resonanzbereitschaft für das „Göttliche“ ist eine zentrale Haltung für spirituelle Übungen.

C. Schafetter definiert Spiritualität als:

„eine Haltung, eine Lebensführung der Pflege, Entwicklung, Entfaltung, Öffnung des eingeschränkten Alltagsbewusstseins hinaus über den Ego- und Personbereich in einen individuumsüberschreitenden, transzendierenden, deshalb transpersonal genannten Bewusstseinsbereich.“²⁰⁴

F.-X. Jans bezeichnet diesen Weg der Kontemplation als ein bildloses Verweilen in der Einheit mit dem göttlichen Geheimnis der Liebe im Innenraum des Herzens (Mitte unseres ursprünglichen Wesens).²⁰⁵ Für K. Wilber ist eine mystische Versenkung eine reine Resonanzerfahrung jenseits der Worte.²⁰⁶

Resonanz ist meiner Meinung ein Zustand, der sowohl in der Musik, in der Verbindung von Mensch zu Mensch und zwischen dem Menschen und dem Göttlichen vorhanden sein muss, um Inhalte transportieren zu können. Resonanz ist aber auch ein Zustand, der nur Inhalte transportieren kann, die in Bewegung (Schwingung) sind. „In Resonanz treten“ bedeutet daher, aus einem erstarrten Zustand heraustreten. Gehen musikalische Prozesse zwischen Menschen während einer musikalischen Improvisation (zwischen Therapeut und Patient, zwischen Musikern oder Sängern) derart in Resonanz, dass physiologische Koordinationen beobachtbar (EKG) sind, kann man von Synchronisation sprechen. Synchronisation stellt sich auf musikalischer und emotionaler Ebene ein und kann sogar zur Synchronisation des Herzschlages führen.²⁰⁷

²⁰⁴ Scharfetter, C.: Der spirituelle Weg und seine Gefahren. Enke, Stuttgart 1992, Seite 1

²⁰⁵ Vgl.: Jans, F.-X.: Das Tor zur Rückseite des Herzens. Vier – Türme Verlag, Münsterschwarzach 1994, Seite 19

²⁰⁶ Vgl.: Wilber, K.: Eros, Kosmos, Logos. Krüger, Frankfurt am Main 1996, Seite 365

²⁰⁷ Vgl.: Neugebauer, L.: Musik als Dialog- eine Untersuchung zu physiologischen Veränderungen während der Musiktherapie. Musiktherapeutische Umschau 19/1998, Seite 29 – 43

19. Koordinationsübungen für Auge, Ohr und Hand

In der Folge habe ich Übungen zur Verbesserung der Auge- Hand- Koordination, z. T. mit Hilfe von Klängen zusammengestellt. Fehlende Koordination wird zwar oft diagnostiziert, Verbesserungsvorschläge werden aber kaum mitgereicht.

19.1. Trainieren des Sehsinnes

Als Teil unserer Außenwahrnehmung mit der Hörwahrnehmung gekoppelt.

David Alais aus Pisa und David Burr aus Florenz kamen zur Erkenntnis, dass das Sehen in der Hierarchie der Sinne an oberster Stelle steht. Beide stellten fest, dass Versuchspersonen akustische Eindrücke dort wahrnahmen, wo sie laut optischer Wahrnehmung zum Eindruck passten. Nach diesem Wahrnehmungsprinzip scheinen auch die Täuschungen von Bauchrednern und Puppen zu funktionieren. Erst bei unscharfen optischen Eindrücken dominieren wieder die Ohren die Wahrnehmung.²⁰⁸

Obwohl meine Arbeit eher auf die Verbesserung der Hörwahrnehmung zielt, kann man anhand dieses einen Beispiels erkennen, dass auch ein gut funktionierender Sehsinn für eine ganzheitliche Wahrnehmung, für das Lernen und für die Orientierung im täglichen Leben wichtig ist. Nachstehend sind Möglichkeiten beschrieben, den Sehsinn zu trainieren.

19.2. Jonglieren

Jonglieren hat zwar nichts mit Musik zu tun, trainiert aber den Sehsinn (u.a. bei Bewegungsblindheit) und trägt viel zur Steigerung der Hirnleistung bei. Wissenschaftler der Universität Regensburg und der Universität Jena (Dr. Arne May) verglichen in einer Studie Kandidaten, die das Jonglieren erlernten mit einer Kontrollgruppe, die kein solches Training hatten. Nach drei Monaten war bei den Jongleuren eine deutliche beidseitige Vergrößerung der grauen Substanz erkennbar. Die Studie belegt, dass dieser Lernprozess strukturelle Veränderungen der Gehirnrinde bewirkt:

„Die beobachteten Veränderungen fanden weniger im motorischen als vielmehr im visuellen Bereich der Hirnrinde statt, wo es um das Erfassen von räumlichen Bewegungsabläufen geht. Patienten mit einer Läsion in dieser Region sind

²⁰⁸ Online-Dienst der Fachzeitschrift Nature ddp/bdw/Ilka Lehnen-Beyel/www.wissenschaft.de vom 3. Februar 2004, Zugriff am 06.02.2004

bewegungsblind, die Bewegung z. B. eines vorbeifahrenden Autos erscheint für sie wie „eingefroren“. Die zweite bei den Jongleuren veränderte Region (intra-partieller Sulcus) ist für das Ergreifen von Gegenständen verantwortlich. Wie das Anwachsen der Areale für das Bewegungssehen beweist, liegt die Schwierigkeit beim Jonglieren offenbar darin, die Bewegung der Bälle visuell zu erfassen und zu analysieren.²⁰⁹

In Skripten zu Vorlesungen zur Wahrnehmungspsychologie wird Bewegungsblindheit mit Störungen im visuellen Cortex beschrieben. So können Personen zwar Objekte sehen, wissen aber nicht ob sie sich bewegen und schon gar nicht, in welche Richtung, was verschiedene Tätigkeiten wie Kaffee einschenken oder Strassen überqueren beinahe unmöglich macht. Verschiedene Teile des visuellen Cortex „sehen“, bzw. analysieren Objekte nach verschiedenen Aspekten. Nicht alle Aspekte werden zur gleichen Zeit gesehen. Die einzelnen Teile des Kortex sind auf Farbe, auf Form, auf Bewegung, usw. spezialisiert. Nimmt ein Teil verspätet „wahr“, kann schon eine Entscheidung (oft voreilig) getroffen worden sein.

Meine Erfahrung mit dem Jonglieren

Kinder, die dominantsichtig sind (rechtes oder linkes Auge dominierend benützen) tun sich sehr schwer, das Jonglieren zu erlernen. Meines Erachtens sind Bälle durch die schnelle Fallgeschwindigkeit für den Anfang weniger geeignet. Ich verwende dazu leichte Tücher in verschiedenen Farben. Diese Tücher sind in der Bewegung einfacher beobachtbar, da sie mehr Luftwiderstand und dadurch langsamere Fallgeschwindigkeit haben.

Die Übephase beginnt – je nach Schwere der Wahrnehmungsstörung – mit dem Zuwerfen und Fangen von zuerst einem Tuch, dann gleichzeitigem Werfen und Fangen von zwei Tüchern. Wichtig dabei ist, dass immer mit derselben Hand geworfen und mit der anderen Hand gefangen wird. Der Wechsel der Wurfhand und der Fanghand geschieht nach Aufforderung.

Wird neben der Schwahrnehmung auch eine Hand bevorzugt verwendet (auch nach Unfällen festzustellen), empfiehlt es sich, beide Hände zum Fangen des Tuches zu verwenden.

Die Schwierigkeit der ersten Phase liegt meist darin, dass Kinder aus Angst vor dem zugeworfenen Tuch wegschauen oder die Augen schließen und dadurch nicht fangen können. Erst nach einwandfreier Beherrschung dieser Übung ist ein nächster Schritt sinnvoll: der Übergang vom Zuwerfen durch eine andere Person zum „Selbst in die Luft werfen“ und

²⁰⁹ May, Arne: Nature 427, Seite 311-312 vom 22. Jänner 2004, Holtzbrinck, Stuttgart 2004

„Selbst fangen“. Die zweite Übephase beginnt mit zwei Tüchern, ein Tuch in der linken, eines in der rechten Hand. Wichtig dabei ist, dass immer dieselbe Hand wirft, die jeweils andere Hand fängt und dazwischen wird das noch nicht geworfene, es ist nach dem ersten Wurf das gefangene Tuch von der Fanghand in die Wurfhand gegeben. Während dieser Tätigkeit verfolgen die Augen das geworfene Tuch. Das Überkreuzen der Körpermitte (vertikal) bereitet anfangs oft Mühe. Oft vergessen Kinder die geworfenen Tücher loszulassen.



Graphische Darstellung der zweiten Übephase beim Jonglieren mit zwei Tüchern.

Bei Kindern, die Schwierigkeiten haben, diese Bewegungsabläufe nachzuvollziehen, kann der Betreuer das geworfene Tuch in der Luft anhalten, bis der Wechsel des zweiten Tuches vollzogen ist (Betreuer steht hinter dem Kind).

Gelingt diese Übung mit zwei Tüchern, so lässt sich meist schon eine positive Verhaltensänderung feststellen: sichererer Gang, rundere Augenbewegungen, verbesserte Schreibbewegung, bessere Leseleistung und durch die verbesserte visuelle Wahrnehmung ein allgemein höheres Arbeitstempo.

In einem weiteren Übungsschritt wird ein zusätzliches Tuch in der Fanghand gehalten, ohne dieses loszulassen. Das Fangen muss mit den freien Fingern erfolgen. Sobald sich die Bewegungsabläufe gefestigt haben (nebenbei sprechen, singen oder Fragen beantworten), wird dieses dritte Tuch in die Gegenrichtung geworfen. Ist dieser Prozess einmal erlernt, verhält er sich wie Rad fahren, wird also kaum mehr vergessen.

Die Auflösung der Bewegungsblindheit führt zu einer Veränderung des Selbstgefühles. Bewegungsblindheit ist für mich ein zentrales Erscheinungsbild von zurückgezogenen Kindern. Da in der oben angeführten Studie „Neuroplastizität“ des Gehirns erwähnt wird, d.h. das Gehirn ist bis ins Hohe Alter veränderbar, kann diese Art des Jonglierens auch nach

Unfällen und daraus erworbenen Hirnschädigungen zur Beseitigung von Wahrnehmungsstörungen eingesetzt werden.



Jonglieren mit drei Tüchern

Wenn sich das Jonglieren gefestigt hat, hat sich meist die Wahrnehmung (vor allem Sehen und Bewegungssehen, verbunden mit Hörwahrnehmung) soweit verändert, dass sich dies positiv auf schulische Leistungen (messbar) auswirkt. (Derartige Berichte in meinen Schülerbeschreibungen).

Alle Jonglierübungen werden musikalisch „gespiegelt“, d. h. die Bewegungen von einer dritten Person auf einem Musikinstrument, den Bewegungsimpulsen entsprechend begleitet. Dadurch werden Sehwahrnehmung und Handbewegungen mit der Hörwahrnehmung gekoppelt. Diese verbesserte Wahrnehmung erleichtert die Verarbeitung der Abläufe im Gehirn.

19.3. Klangunterstütztes Augentraining

Blicksteuerung, Blicktüchtigkeit, Lesefertigkeit, dynamisches Sehen

Für das Lesen lernen, Buchstaben erkennen, Silben einzeln erkennen und später miteinander verbinden ist ein gut entwickeltes dynamisches Sehen erforderlich. Die Augen müssen eine bestimmte Zeit auf einem Objekt bleiben, um dieses zu erkennen, im Hirn mit Erfahrungen abzugleichen und dann zum nächsten Objekt weiter springen. Die Blicksprünge dürfen also nicht vorher geschehen, bevor die Bedeutung eines Buchstabens, einer Silbe, eines ganzen Wortes erkannt wurde. Es kommt also zu einem ständigen Wechsel zwischen Fixation und Blicksprung. Bei geübten Lesern kann dies mehrmals pro Sekunde sein. Um flüssig lesen zu können bedarf es eines dynamischen Weitergleitens der Stelle des schärfsten Sehens in der Mitte der Netzhaut der Augen, der Fovea.

Kommt es in diesem Prozess der Blicksteuerung zu Stresssituationen, in denen diese Blickfolge nicht automatisch abläuft, wird Lesen lernen sehr schwierig. Oft können Buchstaben nicht zu Silben und diese wiederum nicht zu Worten zusammengefügt werden. Somit ist auch der Sinn des Gelesenen nicht zu erkennen. Die Leseleistung wird noch schlechter, wenn zusätzlich Zeilen übersprungen, oder dieselbe Zeile zweimal gelesen wird. Dadurch kann sich auch das Bild einer Legasthenie entwickeln, deren Ursache nicht nur in einer mangelnden akustischen Sprachverarbeitung liegt, sondern darin, dass die Blicksteuerung nicht perfekt funktioniert (aus einem Aufsatz zur Bedeutung der Blicksteuerung beim Lesen und bei Legasthenie).²¹⁰

Prof. Fischer vom Institut für Biophysik an der Universität Freiburg hat in einer Studie festgestellt, dass Blicktüchtigkeit und Lesefertigkeit von gemeinsamen Hirnfunktionen abhängig sind und sich parallel entwickeln.²¹¹ Dieses Institut hat in seinem Blicklabor eine eigenes Testgerät und ein Übungsgerät entwickelt.

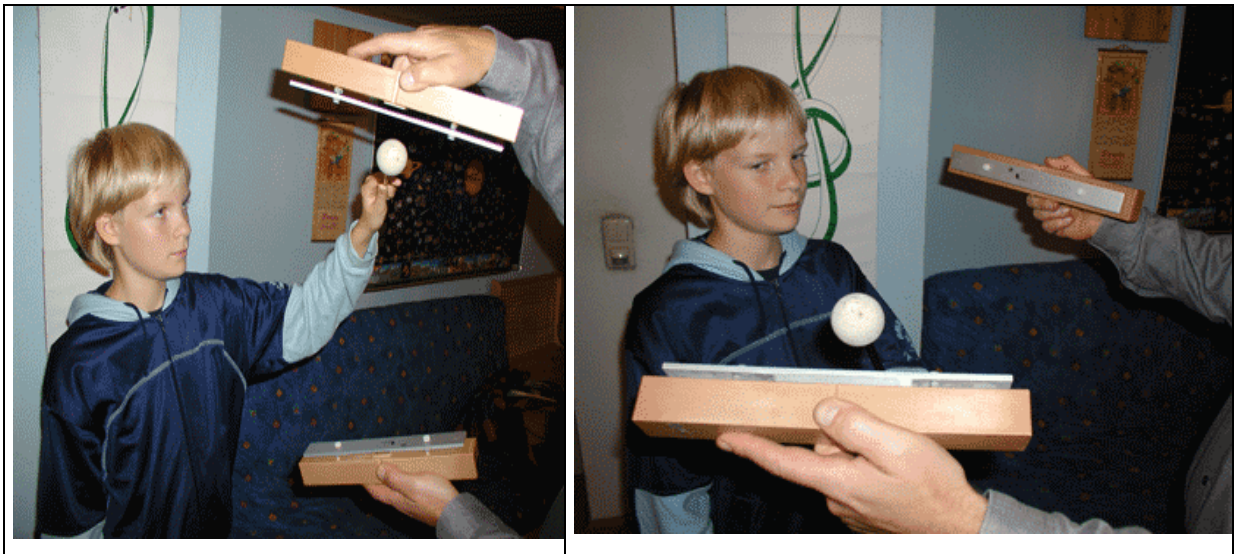
Ich meine hingegen, dass es einfachere Möglichkeiten gibt, diese Augenbewegungen und darüber hinaus die „Auge- Handkoordination“ zu üben. Die Auge- Handkoordination ist im Schulalter für die Schreibleistung von großer Bedeutung.

²¹⁰ Vgl.: Fischer, B. Institut für Biophysik, Universität Freiburg (<http://www.brain.uni-freiburg.de/fischer/>) Zugriff am 29. 02. 2004

²¹¹ Online-Dienst der Fachzeitschrift Nature ddp/bdw/Ilka Lehnen-Beyel/www.wissenschaft.de vom 3. Februar 2004, Zugriff am 29. 02. 2004

19.4. Auge- Handkoordination mit Klangstäben üben

Die Auge- Handkoordination lässt sich mit Klangstäben effizienter ausführen. Die erzeugten Klänge dienen als Zielpunkt der Bewegung und als klingende Belohnung. Zwei Klangstäbe (unterschiedliche Tonhöhe von Vorteil) oder andere klingende Objekte werden senkrecht, dann diagonal, waagrecht, später entgegengesetzt bewegt so vor das Gesichtsfeld des Kindes gehalten, dass ein Klangstab über Kopfhöhe, einer in Brusthöhe ist. Das Kind klopft mit einem Schlägel abwechselnd auf einen der beiden Klangstäbe. Der Vorteil: die Schläge haben eine genau vorgegebene Zielrichtung, die Bewegung wird mit Tönen belohnt. Dadurch kommt zur Augenübung eine Hörwahrnehmung und durch die Möglichkeit, die Klangstäbe laufend anders zu positionieren wird die Auge- Handkoordination geübt. Wie alle anderen therapeutischen Musizierarten ist auch diese übungsabhängig. Durch die verbesserte Eigenwahrnehmung kommt es aber bereits nach wenigen Übeeinheiten, die nur einige Minuten dauern, zu einem merklich verbesserten Schriftbild und zu besserer Leseleistung.



Klangunterstütztes Augentraining,
dabei ist wichtig, dass die Augen jeweils dorthin gerichtet sind, wo der Schlägel den
Klangstab im Augenblick berührt!

Hierbei gibt es für das Informationsverarbeitungssystem im Gehirn eine dreifache positive Rückmeldung:

- Die Hand folgt den Augen (zum Klangstab)
- Die Ohren vernehmen einen selbst erzeugten Klang, der durch das

- Zusammenspiel von Auge und Hand

erzielt wurde. Auch diese Übung setzt auf der Seite der Wahrnehmung an.

19.5. Weitere Koordinationsübungen von Auge, Hand und Gehörsinn

Auge- Hand- Koordination ist für die Schreibleistung von großer Wichtigkeit. Diese Koordination auf direktem Wege zu verbessern, kann aufgrund von Dominantsichtigkeit schnell an Grenzen der Machbarkeit stoßen, vor allem dann, wenn sich die dominante Hand auf der selben Seite wie das dominante Auge befindet. Obwohl beide Tätigkeiten hauptsächlich von derselben Gehirnhälfte gesteuert werden, ist meist das Schriftbild durch die Schreibhand verdeckt.

Um jedoch Auge- Hand –Koordination trotzdem verbessern zu können, empfiehlt es sich einen Umweg über den Gehörsinn zu machen. Dies kann entweder mit dem oben beschriebenen Augentraining erzielt werden, oder man verwendet dazu eine Taschenlampe, (zur Erhöhung der Motivation mit farbigem Scheinwerfer) und Musik, die zum Tanzen anregt. In einem verdunkelten Raum liegt dann ein, oder liegen mehrere Teilnehmer am Fußboden. Die Zimmerdecke wird als Tanzparkett benutzt. Mit den Händen werden zur Musik passende Bewegungen mittels des Lichtkegels der Taschenlampe ausgeführt. Ursache und Wirkung werden hierbei meist schnell erkannt und die Koordination vom Ohr zur Hand und weiter zum Auge wird verbessert. Durch Veränderung des Musikangebotes, der Tanzbewegungen und durch Auswahl der Spiel- (Tanz)partner ist dieses Spiel sehr lustbetont und bietet nebenbei auch gute Kommunikationsmöglichkeiten unter den Mitspielern.

Für Menschen mit Gehbehinderung (Rollstuhlfahrer) bietet sich in diesem Spiel oft die einzige Möglichkeit zu tanzen. So kann ein kleines (Taschenlampen)-Spiel entscheidend zu einer Verbesserung von Lebensqualität beitragen.

19.6. Augentest zur Feststellung von Dominantsichtigkeit

Als „dominantsichtig“ bezeichne ich Personen, die trotz zweier gesunder und leistungsfähiger Augen nur jeweils eines benutzen. Dadurch kommt die visuelle Information um einen geringen, aber zeitlichen bedeutenden Vorsprung in die gegenüberliegende Hirnhälfte und wird hier möglicherweise einseitig verarbeitet.

Augentest:

Das zu testende Kind steht in einer Entfernung von einigen Metern und zielt mit seinem Daumen auf meine Nase. Das Kind muss zugleich seinen Daumen und meine Nase anvisieren. Ist dabei für mich als Beobachter ein Auge des Kindes verdeckt, so besteht Dominantsichtigkeit auf diesem Auge. Sehe ich den Daumen des Kindes zwischen seinen Augen, so ist Normalsichtigkeit gegeben. Der Test wird nacheinander mit den Daumen beider Hände durchgeführt.

19.7. Blickprobleme durch Dominantsichtigkeit

Blickprobleme durch Dominantsichtigkeit entstehen, wenn beide Augen unterschiedliche Dinge sehen und sich ein Auge gegen das andere durchsetzt. Da das Sehzentrum mit weiteren Hirnregionen verknüpft ist, werden jene Bilder, die als erstes wahrgenommen werden auch vorrangig weiterverarbeitet. Sehen beide Augen unterschiedliche Objekte, so kommt es zu einem Konflikt:

„Innerhalb von Sekunden springt das wahrgenommene Bild zwischen dem, was das linke Auge sieht und dem Eindruck des rechten Sehorgans hin und her... Findet der Wettstreit auf einer niedrigen Ebene zwischen den Nerven aus den einzelnen Augen im Kniehöcker oder im primären Sehzentrum statt, oder entscheiden Rückkopplungsprozesse aus höheren Zentren über die Dominanz eines Auges?“²¹²

Diesen Konflikt erkennt man im Augentest, wenn einmal der Daumen der linken Hand ein Auge, der Daumen der rechten Hand das andere Auge verdeckt. Dieser Zustand deutet auf Wechselsichtigkeit hin und kann mittels der beschriebenen Augenübungen grossteils aufgelöst werden.

²¹² Schaller Katrin/www.wissenschaft-online.de, Zugriff am 15.01.2005

Oft scheitert ein Lesen lernen schon in der Schuleingangsphase, wenn Buchstaben zum ersten Wort zusammengesetzt werden sollen. Durch Wechselsichtigkeit kann es dazu kommen, dass Kinder „rechts“ und „links“ verwechseln und somit die Leserichtung nicht erkennen.

Tamara Watson, Joel Pearson und Colin Clifford von der Universität Sydney konnten feststellen, dass dieser Wettstreit in der Bildverarbeitung zwischen den Augen durch Rückkoppelungsprozesse aus höheren Gehirnzentren verarbeitet werden. Dabei werden die Eindrücke eines Auges auf einer niedrigeren Verarbeitungsstufe – der primären Hirnrinde – nachträglich unterdrückt. Durch diesen Vorgang kann aber eine recht subjektive Wahrnehmung die Folge sein.

Blickprobleme durch Dominantsichtigkeit kann man auch durch Nachzeichnen einer „Liegenden Acht“²¹³ verringern, unter bestimmten Umständen sogar beseitigen. Die Liegende Acht (als Unendlichkeitssymbol bekannt) wird im Lehrerhandbuch Brain-Gym von Paul Dennison²¹⁴ als Integrierübung für das linke und rechte Gesichtsfeld (Sehtraining) und als Möglichkeit der Kreuzung der Mittellinie ohne Unterbrechung zur Anwendung empfohlen. Hierbei wird abwechselnd mit der linken, der rechten oder mit beiden Händen die Figur der Liegenden Acht nachgezeichnet. Dennison fordert, diese Acht in Augenhöhe und mit Nachschauen der Zeichenhand zu üben. Die Liegende Acht entstammt einem Übungsprogramm der Kinesiologie, die in den sechziger Jahren des vorigen Jahrhunderts in den USA von Dr. John Goodheart entwickelt und von Paul und Gail Dennison mit speziellen Bewegungsübungen zur Gehirnintegration erweitert wurde.

Diese Augenübung bringt aber bei vielen Kindern nicht den gewünschten Erfolg. Kinder mit Störungen im Bewegungsapparat (hirngesteuert) können die Mittellinie meist nicht kreuzen, d. h. sie zeichnen immer im Kreis (eine Hälfte der liegenden Acht). Andere schaffen es nicht, mit den Augen der Hand zu folgen. Außer mit verbalen Aufforderungen gibt es keine Möglichkeit, unterstützend bei dieser, meiner Meinung sinnvollen Übung einzugreifen.

Anhand der Ausführung der liegenden Acht kann man auch die Dominanz einer Hirnhälfte erkennen. Dadurch wird eine, meist jene Seite, bei der die Schreibhand die Körpermitte kreuzen muss größer ausgeführt. Personen mit Störungen im Bewegungsapparat (spastisch) zeichnen meist auf einer Seite, speziell im unteren Bereich der Zeichnung anstatt einer geschwungenen Linie knieförmige Ecken. Dadurch wird auch ersichtlich, dass das motorische Zentrum und Auge – Hand – Koordination sich beeinflussen.

²¹³ Dennison, Paul. Lehrerhandbuch Brain-Gym [Übers.: Arien Berthoud.] 6. Auflage, VAK, Freiburg 1995

²¹⁴ Dennison, Paul. Lehrerhandbuch Brain-Gym, ebd.



Rechts unten eine typische knieförmige Linienführungen. Der linke Teil der Zeichnung fehlt, weil Kinder mit eingeschränkter Auge - Hand - Koordination oft über den Blattrand hinauszeichnen.

19.8. Augenübungen als Gleichgewichtstraining bei Dominantsichtigkeit

Augenübungen, wie vorhin beschrieben können auch Teil von Bewegungsübungen zum Gleichgewichtstraining, etwa für Menschen mit spastischen Lähmungen sein. Gleichgewichtsstörungen gehen nicht selten Hand in Hand mit Lesestörungen. Wenn dazu noch der Blick starr in eine Richtung geht, ist ein Lesen kaum mehr möglich. Ein solcher Zustand ist meist dadurch erkennbar, dass der Kopf etwas seitlich gedreht wird, um einen gezielten Blick zu haben. Wird ein weiterer gezielter Blick erfordert, wird meist der Kopf ruckartig in die andere Richtung gedreht, um mit dem anderen Auge dominant zu schauen. Ich vermute, dass dadurch versucht wird, einen Gesamteindruck eines Objektes herzustellen.

Spastiker, sowie Menschen, die Schwindel als Körperwahrnehmung empfinden, erhalten vom Gehirn widersprüchliche Informationen über die Stellung von Kopf und Körper.²¹⁵

Oft helfen einfache „Body – percussions“, um die gedachte Körpermitte zu kreuzen und alle oben erwähnten Augenübungen, ebenso das Jonglieren, um eine Verbesserung der Körperwahrnehmung, speziell in der Bewegung zu erzielen. Dies geht dann Hand in Hand mit einer verbesserten Seh- und Leseleistung.



Hier wird abwechselnd auf dem Xylophon und auf der Handtrommel, die in verschiedenen Höhenlagen dargeboten wird gespielt. Ebenfalls wird die Trommel abwechselnd links und rechts, näher und weiter weg angeboten. Dieses Spiel lässt sich auch austauschen, d. h. der Schüler hält die Trommel in verschiedenen Lagen, entscheidet somit, wo er den Trommelschlag im nächsten Moment wahrnimmt. Durch diesen Teil der Übung muss bereits das Gleichgewicht ausbalanciert werden.

Dieses Spiel, das keine musikalischen Vorkenntnisse erfordert, wäre meiner Meinung nach ein geeignetes Spiel, um bereits im Kindergarten die Auge- Hand – Ohrkoordinationen zu üben.

Personen mit Gleichgewichtsstörungen gelingt es anfänglich kaum, die gedachte Mittellinie vor dem Körper zu kreuzen. Gelingt dies dann aber, können die Trommelschläge sehr heftig

²¹⁵ Vgl.: Thurgauisches Kantonsspital, 8596 Münsterlingen. Information über Schwindelzustand und Bewegungsübungen zum Gleichgewichtstraining, <http://www.spitaeler-tg.ch/ksm/Med-Klinik/Kontakt/kontakt.htm>, Zugriff am 29.02.2004

sein (Trommel sehr fest halten). Wichtig bei dieser Übung ist wiederum das Nachschauen der Spielhand. Der Kopf ist immer geradeaus gerichtet, nur die Augen ändern die Blickrichtung. Sollte diese Übung große Schwierigkeiten bei der Ausführung bereiten, empfiehlt es sich, den Spielradius zu verkleinern, oder eine Begleitperson fixiert vorsichtig den Kopf des Spielers (darauf achten, dass die Ohren nicht verdeckt sind!).

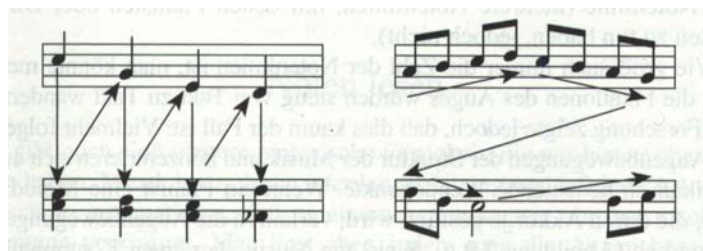
Diese Spielart wird von den Kindern sehr gerne ausgeführt, was dem Übeeffect sehr zu gute kommt und dementsprechend gute Resultate bringt.

19.9. Blicksprünge

Blicksprünge beim Musizieren, speziell beim gleichzeitigen Lesen mehrerer Notensysteme unterscheidet sich grundlegend vom oben beschriebenen Lesen von Texten.

19.9.1. Blicksprünge beim Musizieren

Beim Notenlesen muss die Grundstruktur eines Akkordes erkannt werden, die meist auf zwei Systeme aufgeteilt ist und gleichzeitig muss ein Teil der Melodielinie verfolgt werden. Sind in beiden Systemen verschiedene Melodieverläufe, muss die Blickbewegung für kurze Momente sogar rückwärts, also entgegen der Leserichtung erfolgen.



Blickbewegung beim Notenlesen²¹⁶

Sollten Noten vom Blatt gespielt werden, was dem Lesen eines Textes, der zum ersten Mal gesehen wird entspricht, so ist zusätzlich eine Abgleichung mit den Regelvorgängen der gelesenen Komposition, die im Gehirn gespeichert ist, von Bedeutung. Das Notenlesen, wie oben beschrieben, stellt Menschen mit Dominantsichtigkeit vor fast unlösbare Aufgaben. Erst

²¹⁶ Jourdain, Robert: Das wohltemperierte Gehirn. Spektrum Akademischer Verlag, Heidelberg 2001, Seite 276

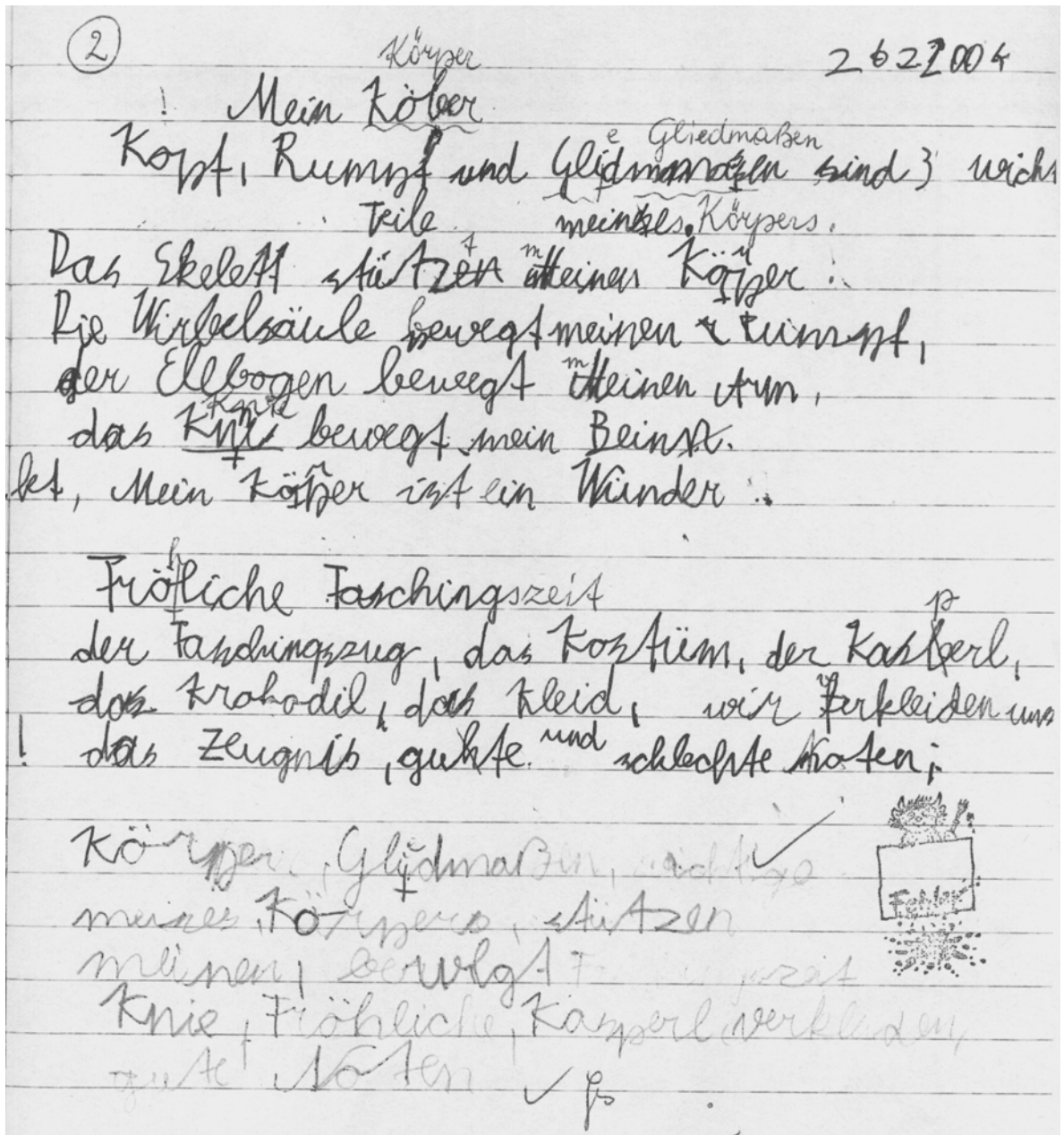
ein Augentraining mit dem Ziel, dynamische Augenbewegungen bewusst einsetzen zu können, würde vielen Musikschülern das Notenerfassen erleichtern.

Aus eigener Erfahrung, ich habe an beiden Augen unterschiedliche Sehstärken, was auch zu Schwierigkeiten im räumlichen Sehen führt, weiß ich wie Klavierspiel hierbei abläuft: solange üben, bis eine Hand die dazugehörigen Noten und Melodieverläufe auswendig kann. Dann läuft das Spiel mehr oder weniger automatisch ab, ein (dominantsichtiges) Auge verfolgt linear eine Notenzeile. Das beidhändige Musizieren insgesamt bedeutet gewaltigen Stress!

19.9.2. Blicksprünge beim Lesen von Texten

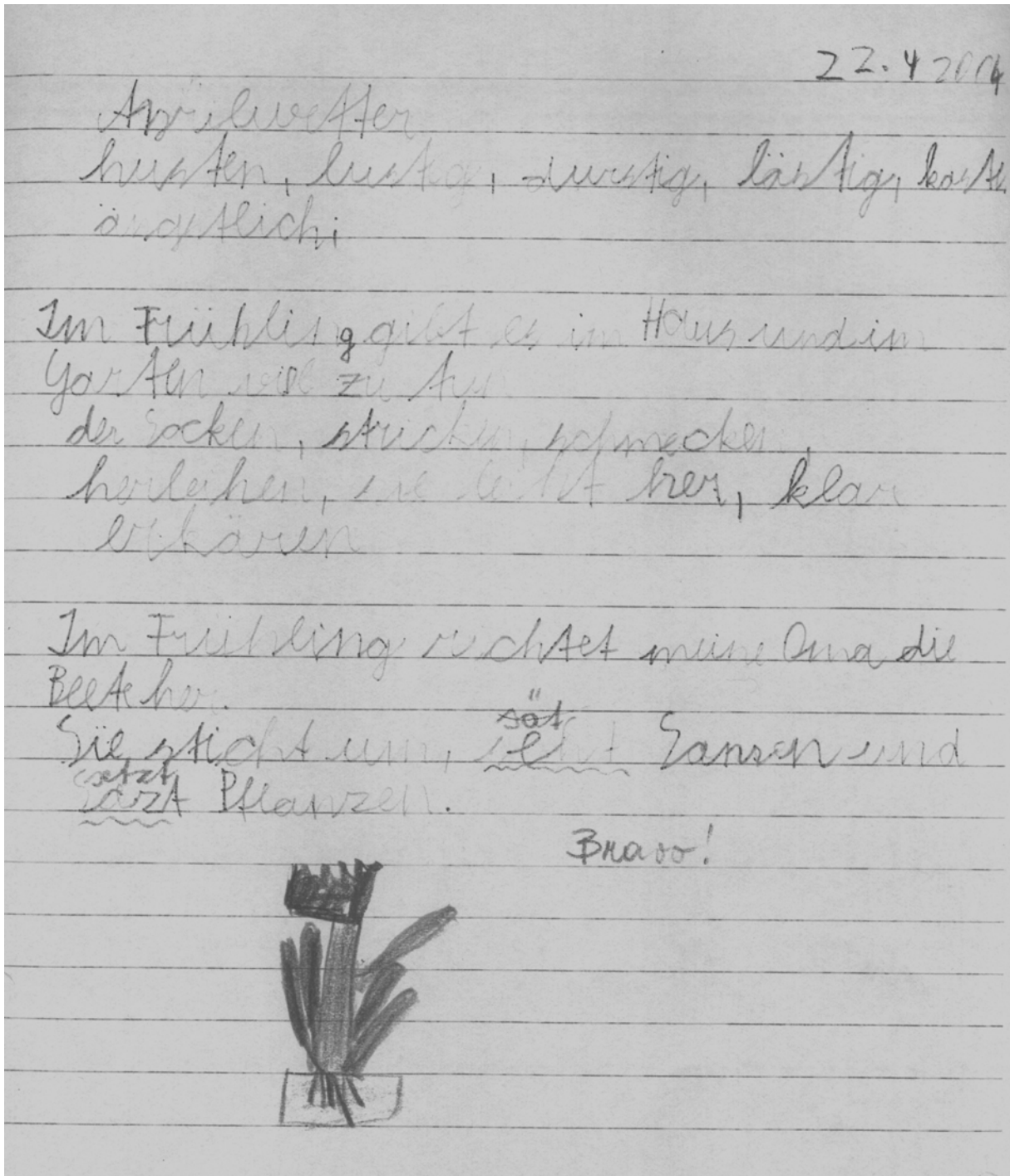
Gehen die oben erwähnten Blicksprünge zu schnell vor sich, hat dies zur Folge, dass schon vorher eine Entscheidung über diesen einen Blickpunkt getroffen wird, bevor der Sinn des Gelesenen erkannt und verstanden wurde. Dies lässt sich durch musizierend unterstütztes Lesen verlangsamen. Der Leser muss solange auf einem Objekt bleiben, bis er dieses sicher benennen kann, spielt dann einen Ton auf einem bereitgestellten Instrument und darf erst dann ein weiteres Objekt betrachten. Dies führt zu einer (gewollten) Verlangsamung des Lesens. Hierbei empfiehlt es sich, anfangs ein Lesezeichen in Form einer Stimmgabel zu verwenden, mit dem das nachfolgende Wort zugedeckt wird. Zusammen mit dem Spielen eines Tones ergibt dies eine doppelte (Selbst) Kontrolle.

Zu schnelles Lesen und Schreiben ist oft ein eingelerntes Verhalten. Alle Versuche, eine Besserung herbeizuführen scheitern, wenn der schnellen Erledigung eine Belohnung erfolgt. Der, aus der schnellen Erledigung des Schreibens und Lesens entstandene Zeitvorsprung darf keinen Motivationsgrund darstellen.



Schriftbild und Rechtschreibleistung vor Beginn des therapeutischen Musizierens

Hier kommen schlechte Hörwahrnehmung, zu schnelles Entscheiden, wenig Bildgedächtnis (auch in der Verbesserung auf der selben Seite ein gleicher Fehler) und wohl auch fehlende Motivation (Erkennen der Sinnhaftigkeit des Tuns) zusammen. Um Fördermöglichkeiten zu erhalten, musste dieser Schüler unter dem Begriff „Legastheniker“ geführt werden.



Derselbe Schüler nach etwa 2 Monaten therapeutischem Musizieren.

Der Erfolg hält jedoch nur an, wenn zusätzliches Fehlverhalten aufgearbeitet wird und keine Belohnung für übereiltes Handeln gegeben ist.

19.10. Lesen und gleichzeitiges Klavierspiel

Eine weitere Verbesserung der Leseleistung sehe ich in der Kombination mit dem Klavierspiel. Richard Restak hat in einem Versuch festgestellt, dass Klavierspieler, die ein Musikstück gut geübt haben und dann eine Melodielinie daraus mitsingen öfter danebengreifen. Dies passiert offensichtlich nur beim Spielen mit der rechten Hand, da diese wie das Sprachzentrum von der linken Hirnhälfte gesteuert wird.²¹⁷ Die beiden Tätigkeiten – singen und Finger auf der Klaviatur bewegen beeinträchtigen einander, und zwar so lange, bis beide Tätigkeiten gut geübt sind.

Beim Lesen mit Klavierspiel zeigt das Kind mit einer Hand den aktuellen Text mit, während es mit der anderen Hand wahllos mit den einzelnen Fingern am Klavier spielt. Währenddessen liest das Kind den mitgezeigten Text. Wichtig ist mir dabei, dass Lesen und Klavierspielen gleichzeitig ablaufen. Nach einiger Zeit, bzw. einem Textabsatz werden Spiel- und Mitzeighand gewechselt, später wird nicht mehr mitgezeigt, sondern mit beiden Händen gespielt. Meist unterbricht das Kind in der Anfangsphase entweder das Lesen oder das Klavierspielen dann, wenn der Text zu schwierig ist oder in der Bedeutung eines Wortes nicht verstanden wurde. Lesen bei gleichzeitiger motorischer Betätigung scheint also schwierig zu sein.

Von Pflichtschullehrern und aus eigener Erfahrung ist mir bekannt, dass manche Kinder beim Einlernen von neuem Lernstoff ständig in Bewegung sind, aber dadurch den Inhalt schneller erlernen, bzw. besser behalten.

Mir ist wichtig, dieses Lernen in Verbindung mit Bewegung und Musik zu machen, da dadurch mehrere Hirnanteile beim Erarbeiten von neuem Lernstoff aktiviert sind.

²¹⁷ Restak, Richard: Geist, Gehirn und Psyche. Psychobiologie: Die letzte Herausforderung. Umschau Verlag Frankfurt/Main 1981, Seite 189

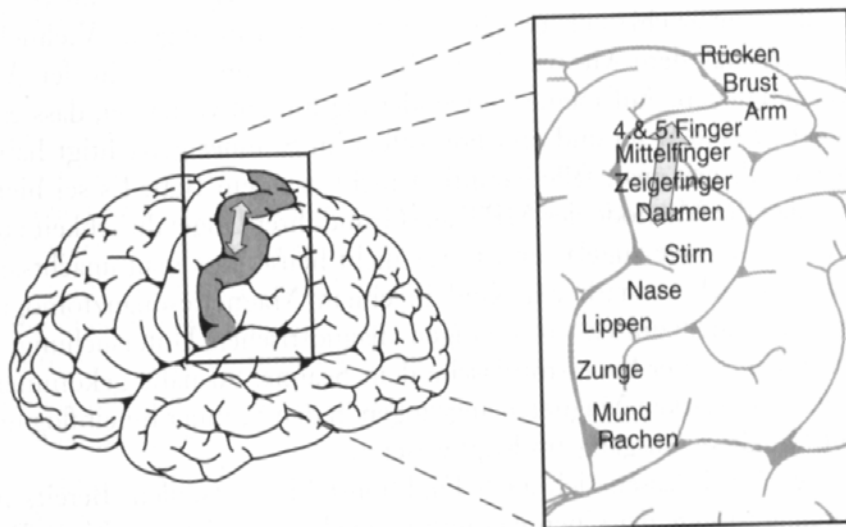
19.11. Bewegte Töne

Die Forschergruppe um Christine Ducommun von der Universität Genf stellte fest, dass eine eigene Hirnregion für das Wahrnehmen bewegter Klangquellen zuständig ist. Dieser Bereich im Gehirn deckt sich nicht mit dem, welcher zur Bestimmung einer exakten Position einer Klangquelle zuständig ist. Dieses Gebiet nennt sich Gyrus temporalis superior und ist mitunter auch für die Sprachverarbeitung zuständig.²¹⁸

Das Hören von bewegten Tönen ist vor allem im Straßenverkehr lebenswichtig, um die Entfernung herannahender Fahrzeuge richtig einschätzen zu können.

Um allgemeine Bewegungswahrnehmung zu üben, verwende ich Übungen zur Auge- Hand – Ohrkoordination, die ein bewusstes Hinhören, verbunden mit den übrigen Wahrnehmungen verbessern.

Repräsentierte Körperbereiche in einem zusammenhängenden Hirnbereich



Auf dieser somatotopischen Karte des linken Kortex sind jene Gehirnteile als ein zusammenhängendes Gebilde (grau hervorgehoben) zu sehen, die gemeinsam repräsentiert und somit auch gemeinsam beeinflussbar sind. Auffallend ist, dass die Finger, sowie Lippen und Zunge einen vergleichsmäßig großen Raum beanspruchen.²¹⁹

²¹⁸ Vgl.: Steinhauer K, Alter K, Friederici AD: Brain potentials indicate immediate use of prosodic cues in natural speech processing. Nature Neuroscience 1999, 2, Seite 191-196

²¹⁹ Spitzer, Manfred: Musik im Kopf, Schattauer. Stuttgart 2002, Seite 184

19.12. Augenbewegungsmuster im Neurolinguistischen Programmieren

Hierbei wird argumentiert, dass kurze, unbewusste Augenbewegungen in verschiedene Richtungen im Neurolinguistischen Programmieren (NLP) eine zentrale Rolle spielen. Diese verschiedenen Blickwinkel geben Aufschluss, aus welchem Repräsentationssystem zu einem bestimmten Zeitpunkt Informationen abgefragt werden.

Einer verallgemeinerten Darstellung (lt. Verfasser) von Devore und Pribram²²⁰ zur Folge bedeuten Blicke nach:

- Rechts oben – visuelle Konstruktion
- Links oben – erinnerte Bilder (gelerntes Wissen)
- Rechts gerade – auditive Konstruktion
- Links geradeaus – auditive Erinnerung (gelerntes Wissen)
- Rechts unten – Bewegungen, taktile Gefühle, Emotionen
- Links unten – innere Stimme, innerer Dialog

Bandler und Grindler, ebenfalls NLPler gehen davon aus, dass visuell konstruiert und visuell erinnert bei Linkshändern vertauscht sein könnte.²²¹

Dieser Annahme zur Folge habe ich an meinen Schülern folgenden Test durchgeführt: Zuerst die Frage nach Rechts- oder Linkshändigkeit, danach Augendominanztest. Nun wurde jeder Schüler (17 Buben, 11 Mädchen zwischen sieben und vierzehn Jahren, 6 Linkshänder, 23 dominantsichtig) aufgefordert, ein bekanntes Kinderlied vorzusingen. Ich beobachtete dabei die Blickrichtung. Wusste ein Kind im Text oder in der Melodie nicht weiter, so gingen die Augen in der Tat ungefähr in die beschriebene Richtung, eben bei Rechtshändern nach links oben und bei Linkshändern nach rechts oben. Die ungenaue Richtungsabgrenzung erkläre ich mir daraus, dass manche Kinder die Lieder als Texte speichern (erlerntes Wissen), andere als Melodien (auditive Erinnerung).

In der Folge mussten die Kinder den Rhythmus dieses Liedes verändern, was einer Konstruktion (auditiv oder visuell) gleichkommt. Schon bei der Suche nach einem geeigneten Rhythmus war ein Abfragen aus den oben genannten, jeweils entgegengesetzten Repräsentationssystemen festzustellen. Bei jenen Schülern, bei denen ich keine

²²⁰ <http://www.imladhrim.net/data/science/repsys/daten/azh.htm> Zugriff am 01. 03. 2004

²²¹ www.imladhrim, ebd.

Dominantsichtigkeit feststellen konnte, war die Blickrichtung immer geradeaus. Ein Schüler (linkshändig) benutzte die Blickrichtung der Rechtshänder.

Vertauschte Zugänge bei der Verwendung von Blickrichtungen und Hirndominanzen könnten meiner Meinung auch Grund für fehleranfälliges Instrumentalmusizieren sein. So könnten Fingerbewegungen beeinflusst sein, wenn das Sprachareal aktiv ist (Doppelfunktion). Ich möchte es aber nur bei der Feststellung belassen, da gerade solche Kombinationen durch bewusstes Üben die Koordination der Hirnleistungen verbessern können.

Bei einem Schüler, der eine Operation neben dem linken Auge hatte, stellte ich fest, dass er nicht mehr in die linke Richtung schaute. Er hatte massive Leseschwierigkeiten, die mit den erwähnten Augenübungen und dem darauffolgenden Lesetraining verschwanden (Dauer: etwa vier Monate).

19.13. Augenbewegungen und Traumverhalten (REM- Phasen)

Dynamische Augenbewegungen und Augenbewegungen in verschiedene Richtungen könnten ebenso das Traumverhalten (REM- Phasen) beeinflussen. Hierbei könnten die Augenbewegungen ein Nachbearbeiten von Sinneseindrücken und darauffolgendem vernetzten Speichern in den verschiedenen Repräsentationssystemen bedeuten.

Während des REM-Schlafes kann man beobachten, wie sich die Augen des Schlafenden unter geschlossenen Augenlidern bewegen. Manche Wissenschaftler vermuten, dass zwischen dem Bewegungsmuster der Augen und den im Traum gesehenen Bildern ein Zusammenhang besteht. Während des REM-Schlafes befindet sich unser Organismus überwiegend in einem Zustand der muskulären Erschlaffung - nur das Herz, das Zwerchfell, die Augenmuskeln und die glatte Muskulatur (dazu gehören die Muskeln des Darmes und der Blutgefäße) bleiben ausgespart.²²²

²²² Vgl.: <http://www.uni-marburg.de/sleep/dgsm/fachinfo/tutorial/fragen/f001.htm>, Zugriff am 18.01.2005

20. Wege, die zu einem Ganzen führen

Friedrich Schillers Briefe „Über die ästhetische Erziehung des Menschen“ als Grundlage für die Erreichung eines Ganzen mit künstlerischen Therapien.

In einem Brief an Wilhelm von Humboldt (Jena, 21 März 1796) schreibt Friedrich Schiller, dass der „Idealist“ zu Wahrheiten vordringen muss, die nicht nur unter bestimmten Voraussetzungen gültig sind, sondern Voraussetzungen allem anderen sein müssen. Der „Realist“ unterwirft wiederum alles seinem Denkvermögen – sogar die Gesetze des menschlichen Geistes. Wenn dadurch die Vernunft unter der Erfahrung stünde, würde demnach keine Erfahrung möglich sein. Den Idealisten und den Realisten bescheinigt Schiller zwar, dass sie es zu absoluten Wahrheiten gebracht haben können, die zuletzt notwendigen allgemeinen Gesetze aber nicht erkennen, die nach zufälligen und besonderen Regeln aus Einzelheiten der Natur zu einem Ganzen führen.²²³

In den Briefen „Über die ästhetische Erziehung des Menschen“, die Schiller an den Herzog von Holstein-Augustenburg gerichtet hat, lenkt er die Aufmerksamkeit auf den Schauplatz der schönen Kunst, um sich nach einem Gesetzbuch für eine ästhetische Welt umzusehen, das zum vollkommensten aller Kunstwerke, dem Bau einer wahren politischen Freiheit führen sollte. Die Kunst als „Tochter der Freiheit“ muss den politischen Zeitumständen folgend ihr „Kunstideal“ verlassen und regulierend eingreifen. Schiller im zweiten Brief:

„[...] und wer nur immer fähig ist, sich in das Centrum des Ganzen zu versetzen und sein Individuum zur Gattung zu steigern, darf sich als einen Besitzer jenes Vernunftgerichtes betrachten, sowie er als Mensch und Weltbürger zugleich Partei ist und näher oder entfernter in den Erfolg sich verwickelt sieht. Es ist also nicht bloß seine eigene Sache, die in diesem großen Rechtshandel zur Entscheidung kommt; es soll auch nach Gesetzen gesprochen werden, die er als vernünftiger Geist selbst zu diktieren fähig und berechtigt ist.“²²⁴

Um politische Probleme zu lösen, ist es für Schiller wichtig, den ästhetischen Weg zu wählen:

„[...] weil es die Schönheit ist, durch welche man zur Freiheit wandert.“

Im dritten Brief bescheinigt Schiller dem Menschen aus der Vernunft heraus Schritte zu setzen, um Gesetze, die eine physiologische Notwendigkeit besitzen, auf künstlerische Weise

²²³ Vgl.: <http://www.wissen-im-netz.info/literatur/schiller/briefe/humboldt/50.htm>, Zugriff am 22.02.2005

²²⁴ <http://gutenberg.spiegel.de/schiller/aesterz/aesterz.htm>, zweiter Brief. Zugriff am 22.02.2005

und in freier Entscheidung zu solchen zu machen, die dem Menschen als höchster Endzweck seiner Persönlichkeit dienen.

Die Würde des Menschen darf auch in der Phase des (politischen) Umbaus nie in Gefahr geraten. Schiller vergleicht:

„Wenn der Künstler an einem Uhrwerk zu bessern hat, so lässt er die Räder ablaufen; aber das lebendige Uhrwerk des Staats muss gebessert werden, indem es schlägt, und hier gilt es, das rollende Rad während seines Umschwunges auszutauschen. Man muss also für die Fortdauer der Gesellschaft eine Stütze aufsuchen, die sie von dem Naturstaate, den man auflösen will, unabhängig macht.“²²⁵

In der darauffolgenden Zeit hat die „Kunst“ diese Überlebensschritte mit einer Überbetonung des jeweiligen politischen Gegensatzes kompensiert: harmonische Volkslieder, gesungen von den Konkurrenten des täglichen Lebens (Silcher), Überbetonung des Beschaulichen, des Fühlens in der Romantik als Gegensatz zum rational denkenden Menschen.

Im vierten Brief greift Schiller den Gegensatz zu gesetzlichen Normen, die das „Individuum Mensch“ aufhebt und zum „Individuum Staat“ werden lässt und den freien Willen des Menschen zwischen Pflicht und Neigung auf:

„Der Wille des Menschen steht aber vollkommen frei zwischen Pflicht und Neigung, und in dieses Majestätsrecht seiner Person kann und darf keine physische Nöthigung greifen. Soll er also dieses Vermögen der Wahl beibehalten und nichts desto weniger ein zuverlässiges Glied in der Causalverknüpfung der Kräfte sein, so kann dies nur dadurch bewerkstelligt werden, dass die Wirkungen jener beiden Triebfedern im Reich der Erscheinungen vollkommen gleich ausfallen und, bei aller Verschiedenheit in der Form die Materie seines Wollens dieselbe bleibt, dass also seine Triebe mit seiner Vernunft übereinstimmend genug sind, um zu einer universalen Gesetzgebung zu taugen.

Jeder individuelle Mensch [...] trägt, der Anlage und Bestimmung nach, einen reinen, idealischen Menschen in sich, mit dessen unveränderlichen Einheit in allen seinen Abwechslungen übereinzustimmen, die große Aufgabe seines Daseins ist.“

„Mechanische Künstler“, „schöne Künstler“, „Staatskünstler“ und „pädagogische Künstler“ legen Hand an, um Material, Natur und Mensch zu formen. Sie dürfen dies aber nicht um der

²²⁵ Friedrich Schiller, ebd. Dritter Brief

Teile willen tun, sondern müssen die Teile um des Ganzen willen formen. Sie dürfen die Sinne nicht täuschen und sollen Eigentümlichkeit und Persönlichkeit schonen.

Musiktherapeutische Handlungen sind in diesen Punkten Schillers ästhetischen Erziehungsidealen durchaus gleichzusetzen. Die Gesamtheit muss zwar keinem staatspolitischen Ganzen untergeordnet werden, jedoch führt die künstlerische Formung des menschlichen Handelns zu eben jener Freiheit, die zu einer Ganzheit des menschlichen Daseins, der Formung der Teile um des Ganzen willen führen.

Schiller im vierten Brief: Wer Gefühle über Grundsätze herrschen lässt, erkennt die Natur als seinen unumschränkten Gebieter, er wird die Kunst verachten, wenn Grundsätze die Gefühle zerstören, wird der Mensch Sklave seiner Grundsätze. Diese Verhaltensformen sind oft Ausgangslage meiner musiktherapeutischen Arbeit. Schiller weiter: „Der gebildete Mensch macht die Natur zu seinem Freund und ehrt ihre Freiheit, indem er bloß ihre Willkür zügelt.“ Das Zügeln der Willkür in Form geänderter Wahrnehmung ist Ziel meiner Arbeit.

Im sechsten Brief nimmt Schiller Bezug auf die griechische Natur, die sich mit allen Reizen der Kunst und mit aller Würde der Weisheit vermählte, ohne jedoch das Opfer derselben zu sein. Sinne und Geist waren noch nicht gespalten, kein Zwiespalt reizte sie.

„Beide konnten im Notfall ihre Verrichtungen tauschen, weil jedes nur auf seine eigene Weise die Wahrheit ehrte. So hoch die Vernunft auch stieg, so zog sie doch immer die Materie liebend nach, und so fein und scharf sie auch trennte, so verstümmelte sie doch nie. Sie zerlegte zwar die menschliche Natur und warf sie in ihrem herrlichen Götterkreis vergrößert auseinander, aber nicht dadurch, dass sie sie in Stücken riss, sondern dadurch, dass sie sich verschiedentlich mischte, denn die ganze Menschheit fehlte in keinem einzigen Gott. Wie ganz anders bei uns Neuern! Auch bei uns ist das Bild der Gattung in den Individuen vergrößert auseinandergeworfen – aber in Bruchstücken, nicht in veränderten Mischungen, dass man von Individuum zu Individuum herumfragen muss, um die Totalität der Gattung zusammenzulesen. Bei uns möchte man fasst versucht werden zu behaupten, äußern sich die Gemütskräfte auch in der Erfahrung so getrennt, wie der Psychologe sie in der Vorstellung scheidet, und wir sehen nicht bloß einzelne Subjekte, sondern ganze Klassen von Menschen, nur einen Teil ihrer Anlagen entfalten, während dass die übrigen, wie bei verkrüppelten Gewächsen kaum mit matter Spur angedeutet sind.“

Genau an diesem Punkt müssen wir auch heute bei einzelnen Menschen ansetzen. Sei es, dass einzelne Sinneswahrnehmungen nicht zu gespeicherten Wissensinhalten passen, ja sogar konkurrieren, oder angelnde und verschüttete Wahrnehmungen zu keinem „Ganzen“ zusammengefügt werden können.

Schiller: „Die Kultur selbst war es, welche der neuen Menschheit diese Wunde schlug. Sobald auf der einen Seite die erweiterte Erfahrung und das bestimmtere Denken eine schärfere Scheidung der Wissenschaften, auf der anderen das verwickeltere Uhrwerk der Staaten eine strengere Absonderung der Stände und Geschäfte notwendig machte, so zerriss auch der innere Bund der menschlichen Natur, und ein verderblicher Streit entzweite ihre harmonischen Kräfte. Der intuitive und der spekulative Verstand verteilten sich jetzt feindlich gesinnt auf ihren verschiedenen Feldern, deren Grenzen sie jetzt anfangen mit Misstrauen und Eifersucht zu bewachen, und mit der Sphäre, auf die man seine Wirksamkeit einschränkt, hat man sich auch in sich selbst einen Herrn gegeben, der nicht selten mit Unterdrückung der übrigen Anlagen zu endigen pflegt.“

Schiller spricht die Spezialisierung und Aufsplitterung von Tätigkeiten an, die die Sicht auf das Ganze (harmonische Kräfte) oft nur mehr durch Unterdrückung ermöglicht. Selbst der einzelne Mensch bildet sich nur als Bruchstück des Ganzen aus und er wird an Bruchstücken des Ganzen gefesselt.

Die heutigen Bruchstücke heißen für mich u.a. virtuelle Spiele (im Gegensatz zur realen Wahrnehmung), Operationen (gegenüber ganzheitlicher, bio-psycho-sozialer Medizin) und in sich geschlossene schulische Wissensgebiete (gegenüber fächerübergreifender Kombinationen).

Für Schiller ist die ästhetische Erziehung jener Weg, der den einzelnen Menschen wie auch den Staat in einen Zustand des Ganzen als einen Zustand des Schönen hinführt. Kunst kann aber auch den Ausgleich zu fehlender „Schönheit“ (oder fehlender Ganzheit) herstellen, wobei sogar das Ideal der Kunst verlassen darf. Künstlerische Therapien werden die ausgleichende Form der Kunst in Anspruch nehmen, um zu einem Ganzen zu kommen. Der Begriff des „Schönen“ wird nach Maßgabe der Fähigkeiten und dem gegenseitigen Übereinkommen der Beteiligten zu definieren sein. All dem muss aber eine künstlerisch-therapeutische Kompetenz zugrunde liegen.

21. Wie verbindet sich Geist mit Materie mit und ohne Musik

Friedrich Schiller, andere Philosophen seiner Zeit, David Bohm, Religionsphilosophen, Psychologen und Mediziner befassten sich mit der Frage wie Geist und Materie, Körper und Seele sowie Physis, Psyche und soziales Verhalten miteinander verbunden sind oder in Wechselwirkung stehen. Diese Arbeiten dienten als Grundlage meiner Überlegungen, auf welcher Seite Musik wirkt wie Musik diese genannten Verbindungen beeinflusst und ihrerseits Wechselwirkungen hervorruft.^x

21.1. Friedrich Schiller: Verbindung zwischen Geist und Materie

Friedrich Schiller begann 1777 ein Medizinstudium und seine Philosophie über die Natur des Menschen. Er schob alle „Hindernisse“ und Nebensächlichkeiten beiseite, um rasch mit dem Studium weiterzukommen. Er wollte vor allem Freunden beweisen, dass er auch im Gebiet der Medizin Erfolge aufweisen kann.

Medizin war eng mit Philosophie verbunden, begünstigt von einer aufklärerischen, empirischen Denkweise.

Philosophen wollten im Geist das Körperliche suchen, Mediziner im Körper das Geistige.

Der Arzt und Naturwissenschaftler Boerhaave warnte die Mediziner vor philosophischen Ausschweifungen:

„Die Erforschung der letzten metaphysischen und der ersten physischen Ursachen ist für den Arzt weder notwendig, nützlich, noch möglich“

Gerade diese Verbindung vom Physischen und Metaphysischen trieb herausragende Ärzte damals an. „Philosophische Ärzte“ wie Albrecht von Haller, Johann Georg Zimmermann und Ernst Platner vertaten die Ansicht, dass man nur über die Kenntnis zu den Geschehnissen des Geistes vordringen kann.

Philosophen wie Diderot entgegneten, dass ohne Anatomie und Physiologie gute Metaphysik und Moral nicht machbar sei. Goethe schrieb damals, dass die „Natur“, wie sie die Mediziner verstanden, „zum alles erklärenden Lösungswort“ erhoben wurde.

^x Als Materie verstehe ich hier den physischen Körper des Menschen.

Boerhaave und Haller vertraten die Ansicht, dass die Körpersäfte einen entscheidenden Einfluss auf die Nerven, auf geistige und seelische Vorgänge haben. Man glaubte, die Wirkungsweise von Geist und Seele entschlüsselt zu haben und forderte von den Schülern der oben genannten, basierend auf diesen Annahmen weiterzuarbeiten.

Goethe hatte keine Freude mit diesen, seiner Meinung nach „Nerventheoretikern“, die die Körperkunde des Menschen als Maschinenwissen zu erklären versuchten. Boerhaave hatte aber durchaus Heilerfolge vorzuweisen, was jedoch anderen, v. a. nicht seinen Theorien zugeschrieben wurden.

Boerhaaves Schule, die auf die Grundsätze eines körpermaterialistischen Determinismus aufbaute, stand die Auffassung des Hallenser Mediziners Georg Ernst Stahl gegenüber, einer animalistischen Konzeption, wonach die Seele den Körper regiere. Körperliche Erkrankungen hatten demnach seelische Ursachen.

Schiller wendete sich dem Kreis um Albrecht von Haller und Gottfried Brendel, die das Konzept der Neurophysiologie vertaten zu. Ihre These: Die Nerven sind Bindeglied zwischen Materiellem und Immateriellem. Die Nerven galten als die „materielle Seele“, als feinstoffliche Verbindung.

Als Haller die Irritabilität der Nerven in einzelnen Körperteilen messen und somit nachweisen konnte, glaubte man das „noch“ Materielle und das „schon“ seelische Verbindungsglied zwischen Körper und Geist gefunden zu haben. Dieses Bindeglied – so nahm man an, sollte nicht nur metaphorisch, sondern in der Tat bestehen.

Die Vertreter dieser neuen Theorie verstanden sich nicht ausdrücklich als philosophische Ärzte, die spekulativ erkunden, sondern glaubten streng wissenschaftliche Grundlagen zu haben. Aus ihrer Philosophie wurde in diesem Bereich Neuropsychologie. Die neu entstandenen Schriften von Conbruch zur Zeit des Studiums von Schiller zeugten vom neuen Selbstbewusstsein eines „Somatikers der Seele“:

„Vom Einfluss der Gesundheit des Körpers auf die Seelenkräfte“

„Dass die Stärke des Gedächtnisses vom guten Zustand des Körpers abhängt“

„Von Einfluss der Organisation des Hirns auf das Genie“

„Vom Einfluss der physikalischen Erziehung auf die Bildung der Seelenkräfte“

1779 reichte Schiller seine erste Dissertation über das Thema „Philosophie der Physiologie“ ein, die wegen Schillers spöttischer Rhetorik über die Theorien seiner Zeitgenossen den Gutachtern missfiel. Schiller musste ein weiteres Jahr an der Akademie bleiben. Seine zweite Dissertation über die Unterschiede von entzündungsartigen Fiebern und Faulfiebern wurde wegen fachlicher Mängel ebenfalls abgelehnt. Erst die dritte, philosophisch noch mehr ausgebaut und an die erste Dissertation angelehnte wurde angenommen. Der „Versuch über einen Zusammenhang der tierischen Natur des Menschen mit seiner geistigen“ wurde von ihm selbst folgendermaßen dokumentiert:

„Schriften, deren Wert nur in den Resultaten liegen, die sie für den Verstand enthalten, [...], werden in dem selben Maße entbehrlich, als der Verstand entweder gegen diese Resultate gleichgültiger wird, der auf einem leichteren Weg dazu gelangen kann: dahingegen Schriften, die einen von ihrem logischen Gehalt unabhängigen Effekt machen und in denen sich ein Individuum lebend abdrückt, nie entbehrlich werden und ein unverilgbares Lebensprinzip in sich enthalten, eben weil jedes Individuum einzig und weithin auch unersetzlich ist.“ (4. August 1795)

Wie der Aufbau von Schillers Dissertation, von der nur mehr das erste Kapitel existiert zeigt, hat er sich an eine vollständige Anthropologie gewagt: „Das geistige Leben“, „Das nährendes Leben“, „Zeugung“, „Zusammenhang dieser drei Systeme“ und zum Abschluss „Schlaf und natürlicher Tod“. Dieser Aufbau ist die Umkehr der Lektüre Adam Fergusons, der die Grundfunktionen der menschlichen Natur von unten beginnt: Nahrung, Geschlecht und Schlaf bilden die animalischen Funktionen, die mit den seelischen, geistigen Trieben verknüpft werden.

21.2. Schillers Theorien aus heutiger Sicht

„Monopolare Leib – Seele-Theorie“

Aus heutiger Sicht zählen Schillers Theorien zu den „monopolaren Leib-Seele-Theorien“, Krankheit wird als Störung empfunden, die es zu reparieren gelte. Tod wird als totale Störung angesehen. Monopolare Ansätze sind sachliche kausal-lineare Ansichten der objektiven äußeren menschlichen Welt, welche bewusst, oft auch unbewusst subjektive Bereiche des Menschen vernachlässigen. Die empirisch-analytische Weltsicht wurde von deren Vertretern folgend unterteilt:

Physikalischer Materialismus: die Seele ist Funktion der Materie (Demokritus, Epikur, Hobbes).

Eliminativer Materialismus, Behaviorismus: Die Seele existiere nicht als primäres Wirkprinzip (Watson, Skinner).

Emergentischer Materialismus: Die Atome besitzen eine potenzielle Kraft, welche Bewusstsein erzeugen kann, bzw. die Seele wird als Funktion der Hirnaktivität gesehen (Diderot, Darwin, Bindra).

Schillers Ansatz (neben Fichte und Novalis) folgt ebenfalls dem monopolen Ansatz, allerdings mit umgekehrter Aussage: Der Leib ist Funktion der Seele oder des Geistes. Krankheit und Tod werden hier romantisch verklärt. Dieser Ansatz wird als Idealismus, Panpsychismus bezeichnet.²²⁶

Schiller beschäftigte sich mit der Frage: wie entstehen aus körperlichen Reizen die Phänomene der Bewusstseinswirklichkeit. Die Vorgänge der Umwandlung des Physikalischen ins Psychische soll analysiert werden. Schillers Untersuchungen eröffneten neue philosophische Möglichkeiten, weg von der körpermaterialistischen Ebene und hin zur Philosophie als kosmisches Prinzip der Liebe.

In seiner ersten Dissertation beschreibt Schiller „Liebe“ als drei präzise Funktionen in der fachwissenschaftlichen Argumentation:

„Die Liebe führt erstens in die Maschine der Körperwelt das beseelende Prinzip ein“

„Die Liebe ist zweitens dasjenige Prinzip, wodurch gewährleistet wird, dass er zwischen Materie und Geist einen gleitenden Übergang gibt“ Es darf im Übergang keinen Riss geben. Die Liebe gewährleistet dies.“

„Die Liebe ist drittens ein Wahrheitsprinzip. Sie überwindet den Dualismus zwischen erkennender und erkannter Wirklichkeit“

Schiller bezeichnet „Liebe“ als den schönsten, edelsten Trieb der menschlichen Seele, als die große Kette der empfundenen Natur. Sie ist nichts anderes als die Verwechslung meines Selbst mit dem Wesen des Nebenmenschen. Sollten wir uns als einzelner auch vorläufig irren, sind wir doch weltoffen genug, um dem wahren Wesen der Welt zu entsprechen. Erkennen geht ins Erkannte über, Erkenntnis ist ein Liebesakt und der Liebende somit wahrheitsfähig.

²²⁶ Pieringer Walter: Skriptum zur Vorlesung Medizinische Psychologie an der Karl-Franzens Universität Graz

Schillers Untersuchungen lassen den fließenden Übergang von Geist und Materie auch mit „Liebe“ nicht eindeutig erklären. Die Gegensätze (Sprünge) wurden dadurch aufgelöst, dass man einen der beiden Pole zum Verschwinden brachte. Materialisten redeten von der denkenden Materie und waren somit den Geist los, Animisten vom materialistischen Geist und waren somit die Materie los.

Schiller erkannte hier ein bis heute ungelöstes Problem:

„Wie kann ein messbarer materieller Vorgang in einer ganz anderen Dimension als Bewusstsein erlebt werden?“

Denken und Empfinden sind etwas ganz anderes als der neurophysiologische Vorgang als solcher. Neurophysiologische Prozesse sind auch nicht Ursache des Empfindens. Als eine Brücke für den Übergang von Geist und Materie baute Schiller die „Mittelkraft“ als ein Konzept der Verursachung ein. Seiner Auffassung nach muss es eine Substanz in den Nervenbahnen geben, die den Geist mit der Materie verbindet. Zwischen Peripherie der Sinnesorgane (Ohr, Auge, Haut, Nase), wo Sinnesreize empfangen werden und dem Gehirn, wo diese umgearbeitet werden und als Bewusstseinsphänomen erscheinen muss diese Mittelkraft angesetzt sein.

Ist die Mittelkraft jetzt geistig oder materiell anzusiedeln? Schiller weiß selbst keine Lösung. Da es aber – wie die Erfahrung beweist – die Verbindung zwischen Geist und Materie gibt, muss es die Mittelkraft geben. Schiller philosophiert weiter: Ein ewiges Gesetz hat die Veränderung des Nervengeistes zu Zeichen der veränderten Kräfte gemacht: Eine Veränderung der äußeren Reize verursacht eine Veränderung der Nervensubstanz, diese Veränderung wird von irgend einer Instanz im Gehirn als Zeichen aufgenommen und gelesen. Die Wahrnehmung ist also eine Verschlüsselung einer Botschaft von außen, die dann bewusst wird. Diese Theorie beinhaltet aber keinen fließenden Übergang von Materie zu Geist, sondern einen „Riss“, da „Zeichen und Wirklichkeit“, sowie „Zeichen und Instanz im Gehirn“ nicht dasselbe sind.

Adam Ferguson bezeichnet denselben Vorgang als „Mittelursache“.²²⁷

Die Philosophie der damaligen Zeit fordert daneben auch die Beseelung der Maschine: Wenn eine Kette von Reiz, Vorstellung, Denken und Handeln als kausaler Zusammenhang

²²⁷ Vgl.: Ferguson Adam: Grundsätze der Moralphilosophie, 1787

vorgegeben ist, dann kann es keine Freiheit geben. Dem Menschen muss es aber möglich sein, mittels dem Subjekt der Seele Denkvorgänge zu steuern. Aus freiem Willen müssen Eindrücke ausgewählt und Ideenverbindungen hergestellt werden können. Schiller nennt diesen Vorgang „Freiheit der Aufmerksamkeit“ und „schöpferische Intelligenz“. Kliment nennt dies später „Einbildungskraft“.

In Schillers dritter Dissertation spielt die „Theorie der Aufmerksamkeit“ eine wesentliche Rolle. Zwar grenzt er den Vorgang der Reizaufnahme und des –verarbeitens als naturegegeben ein, streicht aber die Bedeutung eines Alarmsystems hervor. Um kreativ und geistig überleben zu können muss die Seele in das Interesse des Körpers gezogen werden. So können Notsituationen (Durst, Hunger, Bedrohung) den Menschen Dinge tun lassen, die ihn zum Mörder und Kannibalen werden lassen. Die tierische Fühlung wirkt also auf den Geist, hinter dem Rücken arbeitet der Körper aber an der Erhaltung der Maschine.

Der Mensch kann aber auch kreative Dinge tun, um zu überleben. In Schillers späterem Leben und durch seine angegriffene Gesundheit wurde für Schiller selbst diese Freiheit der Aufmerksamkeit zum Inbegriff jener Kräfte, mit denen er, sowie alle anderen Menschen die Attacken des Körpers widerstehen und sich Spielräume erobern kann.²²⁸

21.3. Musik als Bindeglied zwischen Geist und Materie

Friedrich Schiller setzte in seinen philosophischen Überlegungen am Übergang zwischen Geist und Materie an. Musik, Klang und Rhythmus sind meiner Meinung nach – zumindest im therapeutischen und empfindenden Bereich ebenfalls dort angesiedelt.

Eines vorweg: mit Schillers Mittelkraft-Theorie, sowie Fergusons Mittelursache-Theorie lässt sich Musik nicht gleichsetzen. Würde nämlich die Musik diese verbindende Aufgabe zwischen Geist und Materie übernehmen, dann gäbe es bei „Nicht-Musik“ auch keine Verbindung zwischen Geist und Materie. Der Einfluss der Musik auf die Verbindung zwischen Geist und Materie lässt sich aber nicht leugnen.

Musik auf der Seite der Materie ist einerseits der, dem Klang ausgesetzte Körper des Menschen. Klang verändert durch seine regelmäßigen Schwingungen messbar die

²²⁸ Vgl.: Safranski Rüdiger: Friedrich Schiller oder die Erfindung des Deutschen Idealismus. Carl Hauser Verlag, München, Wien 2004, Seite 78 ff

verschiedensten Körperfunktionen, löst Blockaden auf und kann somit eine verbesserte Kommunikation in Richtung Geist herstellen.

Wie Klang auf Materie wirkt, hat Dr. Hans Jenny, ein Schweizer Wissenschaftler anhand von Metallspänen, Sand, Flüssigkeiten beobachtet. Er beschallte diese mit Klängen und stellte fest, dass sich diese Materie während des Klanges zu organischen Mustern formt, die an Seeigel oder spiralförmige Muschelschalen erinnern. Wurden diese Gegenstände mit Meditationsgesängen beschallt, bildeten sich ausgewogene geometrische Muster. Britische Labors stellten fest, dass sämtliche Punkte der Wellenflächen den gleichen Schwingungszustand hatten. Als die Wellenflächen des letzten Akkords von Händels Messias graphisch dargestellt und übereinandergelegt wurden, ergaben sie einen vollkommen regelmäßigen fünfzackigen Stern.²²⁹

Wie erlebte Klänge körperlich wirken, hängt von der Art der erlebten Musik ab: Aufmunternd, aufpeitschend (ergotrop) oder beruhigend (trophotrop).

Wissensinhalte, Liedtexte, positive und negative Botschaften, die mit Musik oder als Musik dargeboten werden, lassen Musik an der Seite des Bewusstseins ansetzen und über hirnpfysiologische Verbindungen in die körperliche Ebene eingehen. Musik geht direkt zum limbischen System und somit in die Gefühlsebene (körperliche Wahrnehmung). Botschaften können somit direkt von der geistigen in die körperliche Ebene gelangen.

Wenn Schiller an die Grenzen seiner Überlegungen bezüglich Übergang von Geist in Materie stößt, bringt der „Liebe“, als einen der schönsten Triebe der Seele ins Spiel. F. Cramer behauptet hingegen, dass „Liebe“ nicht wissenschaftsfähig sei.²³⁰ Philosophisch denkende Menschen unserer Zeit erheben diesen Übergang (der noch immer nicht messbar ist) ins Göttliche, ins Universelle, wo plötzlich alles - Geist und Materie eins ist und es somit keines Überganges bedarf. Solche religionsphilosophische Betrachtungen sprechen mitunter von mehr als nur einem Übergang von Materie ins Bewusstsein:

“Einer meiner Freunde hat durch ein Fieber seinen Gehörsinn vollständig verloren. Bevor dieses Unglück eintrat, war er ein Liebhaber der Musik; und so sonderbar es ist, auch nachher stand er gern neben dem Klavier, wenn es von einem guten Pianisten gespielt wurde. Also kannst du noch ein bisschen hören, sagte ich zu ihm. Nicht im

²²⁹ Vgl.: Jenny Hans, Dr.: Aus dem Buch Cymatics, Basilus Presse, Vol. 2, 1974

²³⁰ Vgl.: Cramer, F.: Symphonie des Lebendigen. Versuch einer allgemeinen Resonanztheorie. Insel, Frankfurt/Main 1996, Seite 211

geringsten, gab er zur Antwort, doch ich kann die Musik mit meinem ganzen Körper fühlen. Wie, rief ich, wie ist es möglich, dass sich in ein paar Monaten eine neue Sinneswahrnehmung entwickelt! Es geht nicht um eine neue Sinneswahrnehmung, gab er zur Antwort, sondern jetzt, da ich das Gehör verloren habe, entdecke ich, dass ich diese Art Bewusstsein immer schon hatte, die ich früher nur wie alle anderen als Hören missverstand.

Auf dieselbe Weise werden wir im Augenblick des Todes, wenn das sinnliche Bewusstsein vergeht, mit einem Mal wahrnehmen, dass wir die ganze Zeit schon ein lebendiges spirituelles Bewusstsein hatten, das wir nur irrtümlich für etwas anderes hielten.“²³¹

Diesen Aussagen folgernd gibt es mehrere Übergänge zwischen Geist und Materie, wie auch in der folgenden Annahme des Physikers David Bohm.

²³¹ Peirce, Charles Sanders: Religionsphilosophische Schriften. Meiner, Hamburg 1995, Seite 206/207

22. Implizite Ordnung als Bindeglied zwischen Geist und Materie

Nach David Bohm (1991) existiert eine gewisse „innere Ordnung“, die das gesamte Universum untereinander so verbindet, dass jeder „einzelne Seiende“ mit dem „Ganzen“ verbunden ist. Diese „implizite Ordnung“ sei ein dynamischer und ein ständiger Entwicklungsprozess.

Bohm beobachtete in der gesamten physikalischen Forschung, dass zwischen den Teilchen Wechselwirkungen auftreten, die zur Annahme führen, alle Teilchen wären durch untrennbare Verbindungen zu einem Ganzen verknüpft. Obwohl diese Teilchen einen makroskopischen Abstand voneinander haben, können sie sich gegenseitig in gewisser Weise beeinflussen.

„Anhand der Forschungen der Quantenphysik beginnt sich ein neues Paradigma langsam durchzusetzen, welches verdeutlicht, dass sich die Welt in Form voneinander unabhängiger Teilchen analysieren lässt.“²³²

Bohm geht davon aus, dass sich diese Theorie der impliziten Ordnung auf das Verhältnis von Geist und Materie anwenden lässt. Aktive Informationen, die vom Quantenfeld jedes Teilchens beeinflusst werden, besitzen gestalt- und formgebende Eigenschaften. Auf diesem Quantenfeld manifestiert sich – über Einfluss der aktiven Information, eine geistähnliche Qualität der Materie.

Denken ist demnach ein Prozess, der durch aktiven Informationsaustausch sowohl physischer, als auch geistiger Natur zustande kommt. Materie ist nach dieser Theorie durch Gedanken - meiner Meinung nach durch aktive Musik beeinflussbar, sowie auch Gedanken durch den Zustand – wiederum musikalisch veränderbar, der Materie beeinflussbar sind.

„Aktive Information vermag daher als Art Verbindung oder „Brücke“ zwischen diesen zwei Seiten der Wirklichkeit als Ganzem zu dienen. Diese zwei Seiten sind untrennbar in dem Sinne miteinander verbunden, dass die Information, die in dem Denken enthalten ist, und die wir der „geistigen Seite“ zuschreiben, gleichzeitig eine verwandte neurophysiologische, chemische und physiologische Aktivität besitzt.“²³³

²³² Bohm, David: Eine neue Theorie zur Beziehung zwischen Geist und Materie. In: P. Michel (Hrsg.), Wissenschaftler und Weise. Die Konferenz. Grafing, Aquamarin, 1991, Seite 47

²³³ Bohm, Ebd., Seite 57

Da Singen und Musizieren für mich durchaus als aktive Informationen zu betrachten sind und deren Auswirkungen auf Geist und Materie wahrnehmbar und nachweisbar sind, beeinflussen sie diese Brücke. Ich glaube, dass man bestimmte musikalische Informationen sogar als „brückenbauend zwischen Geist und Materie“ bezeichnen kann.

Für Bohm existiert eine Vielzahl verwobener grobstofflicher (Materie) und feinstofflicher (geistig) Ebenen dieser impliziten Ordnung, die ein Kontinuum bilden.

Bohm schreibt:

„Jede einzelne Ebene kann dann von der geistigen oder materiellen Seite her gesehen werden. Von der geistigen Seite her handelt es sich um einen potenzell aktiven Informationsinhalt, aber von der materiellen Seite her haben wir es mit einer tatsächlichen Aktivität zu tun, die darauf abzielt, die weniger subtilen Ebenen zu organisieren, was dann wiederum als „die Materie“ auf der Ebene wirkt, auf der diese Operation abläuft. Daher bildet Information auf jeder Ebene die Verbindung oder Brücke zwischen beiden Seiten.“²³⁴

Und weiter:

„Das bedeutet, das, was wir als Geist erfahren, wird bei seinen Bewegungen durch die Ebenen unterschiedlicher Subtilität auf natürliche Weise letztlich den Körper bewegen, indem es die Ebene des Quantenpotenzials und des „Tanzes“ der Teilchen erreicht. Es gibt keine unüberwindliche Schlucht oder Barriere zwischen den Ebenen. Im Gegenteil wird die Brücke auf jeder Stufe durch irgend eine Art der Information gebildet.“²³⁵

„Der Inhalt unseres eigenen Bewusstseins stellt dann einen Teil dieses Gesamtprozesses dar. Das beinhaltet wiederum, dass eine rudimentäre, geistähnliche Qualität selbst auf der Ebene der Teilchenphysik gegenwärtig ist, und diese geistähnliche Qualität stärker und ausgebildeter wird, je weiter wir uns subtilen Ebenen zuwenden.“²³⁶

Bohm beschreibt die Beziehungen, durch die jede Ebene am Ganzen teilhat als „Partizipation“. In dieser durchgängigen Ganzheit

²³⁴ Bohm, Ebd., Seite 58

²³⁵ Bohm, Ebd., Seite 59

²³⁶ Bohm, Ebd., Seite 60

„befinden sich der Intellekt, die Emotionen und der körperliche Zustand in einem Fluss grundsätzlicher Partizipation. Daher gibt es keine wirkliche Trennung zwischen Geist, Materie, Psyche und Soma. Der gebräuchliche Ausdruck Psychosomatik mag in diesem Sinne als missverständlich angesehen werden, da er die kartesische Begriffswelt zweier voneinander getrennter Substanzen aufgreift, die miteinander wechselwirken [...].“²³⁷

Wenn in dieser durchgängigen Ganzheit sowohl der Intellekt, die Emotionen und der körperliche Zustand sich in einem Fluss grundsätzlicher Partizipation unter Einfluss von Musik befinden, so hat Musik gesamtheitsstiftende Wirkung auf Körper, Geist und Seele.

Da stimmlicher Ausdruck und Singen als psychosomatische Einheit gesehen werden können, in der der Körper als Resonanzraum die Materie (mit all den lebensgeschichtlichen Erfahrungen) darstellt, ist auch hier der Übergang von Geist zu Materie und umgekehrt erkennbar. So betrachtet verbinden der stimmliche Ausdruck und das Singen in wechselwirkender Weise jene „Teile“, die die Gesamtheit eines Menschen ausmachen.

Diese lebensgeschichtliche Gesamtheit, die geprägt ist von Erinnerungen, die bis in die pränatale Zeit reichen, beeinflussen immer dann, wenn ähnliche Situationen im Leben auftauchen, über Emotionen und Körperempfindungen sowohl Geist als auch Körper und werden durch veränderten stimmlichen Ausdruck hörbar. Mittels Stimmarbeit lässt sich sogar dieser Übergang zwischen Geist und Körper verändern.

²³⁷ Bohm, Ebd., Seite 60

23. Unterbrechung der Verbindung zwischen Geist und Materie

Durch aktives Musizieren, vor allem aber durch Singen kann es sogar zu einer Unterbrechung der Verbindung zwischen Geist und Körper kommen: Durch das Lenken der Aufmerksamkeit auf das verbindende Element (Gesang, Musik) kann zumindest für den Zeitraum des aktiven Singens und Musizierens der biopsychische Zustand entkoppelt werden. Oft sind dies die kleinen Sequenzen, die eine Gesundung von Geist und Körper einleiten.

Horst Peter Hesse schreibt dazu, dass Musik den Cortex so beschäftigen kann, dass Umweltreize kaum oder gar nicht wahrgenommen werden und die Skelettmuskulatur nachhaltig entspannt wird.²³⁸

Ein Mensch, der diese Übergänge zwischen Geist und Körper mit Musik zu seinem Vorteil verändern kann, hat meines Erachtens weit größere Möglichkeiten zur Gestaltung des Lebens und zur Bewältigung von Krisen.

²³⁸ Vgl.: Hesse, Horst-Peter: Musik und Emotion. Wissenschaftliche Grundlagen des Musikerlebens. Springer, Wien 2003, Seite 158

24. Kann Musik Materie herstellen?

Dass Musik, Klang, Schwingung und das Wort Materie herstellen kann, geht sowohl aus der religiösen Vorstellung hervor: „Und das Wort ist Fleisch geworden“, aber auch aus neuen hirnpfysiologischen Forschungen, wonach musizierende Menschen nachweisbar mehr graue, nicht alternde Hirnsubstanz haben.²³⁹

Das Forscherteam Schlaug, Jänke, Lutz, Hunag, Staiger und Steinmetz stellte 1995 in einer Untersuchung fest, dass der vordere Teil des Corpus Callosum (Verbindung der beiden Gehirnhälften) bei musizierenden Menschen größer ist, vor allem bei jenen, die vor dem siebenten Lebensjahr mit dem Musizieren begonnen haben.²⁴⁰ Die Tätigkeit des Musizierens unterstützt demnach den Aufbau der genannten Gehirnssubstanz.

²³⁹ Fachzeitschrift „Journal of Neuroscience“ Oktober 2003 , Vol. 23(27), Seite 9240-9245 (Internetausgabe), Zugriff am 02.11.2004

²⁴⁰ Vgl.: Schlaug, Gottfried, Jänke, Lutz, Huang, Yanxiong, Staiger, Jochen, Steinmetz, Helmut 1995 Increased Corpus Callosum Size in Musicans. Neuropsychologia. Vol 33, Nr 8, Seite 1047 – 1055

25. Schülerbeschreibungen

In der Folge habe ich einige Schüler und die Verläufe des therapeutischen Musizierens, bzw. musiktherapeutische Maßnahmen beschrieben. Mir geht es dabei darum, zu beschreiben, wie mit einem maßgeschneiderten Paket an Musik (aktiv als auch passiv) die Wahrnehmung der beschriebenen Kinder verändert werden kann. Die Palette reicht von einer minimalen Erhöhung oder Erhaltung von Lebensqualität bis zur Aufbereitung eines Grundzustandes, auf dem schulisches Lernen möglich gemacht werden kann. Oft ist die musikalische Arbeit nur ein Mosaikstein in der Fülle von Fördermöglichkeiten und Angeboten, aber jener, der nicht direkt die Defizite der Betroffenen ansprechen muss und trotzdem wirkt. Ich erhebe auch keinen Anspruch, dass musikalische Therapieangebote alleine jene beschriebenen Veränderungen bewirken, sie aber in jedem Falle positiv beeinflussen.

Um die Anonymität der beschriebenen Schüler zu wahren, habe ich jedes Kind mit einem, von seinem Namen unabhängigen Buchstaben bezeichnet.

Ich habe jene Kinder ausgewählt, die ein markantes Verhaltensprofil aufweisen. Ich bin der Überzeugung, dass jedes Schicksal einzigartig ist, doch lässt sich eine gewisse Regelmäßigkeit feststellen.

M, ein Kind mit Autismus

Autismus, früher als kindliche Psychose bezeichnet, (Strobel u. Huppmann)²⁴¹ kann als Entwicklungsstörung, einhergehend mit anderen neurologischen Beeinträchtigungen, angesehen werden. Karin Schumacher beschreibt Autismus als ein Defizit im Austausch von Emotionen. Diese Defizite in der Entwicklung lassen sich weitgehend auf eine gestörte intermodale Wahrnehmung und eine mangelnde Integration der Reize zurückführen.²⁴²

Als Symptome für Autismus sind folgende Verhaltensweisen anzusehen:

„Qualitative Beeinträchtigung der zwischenmenschlichen Beziehungen,

²⁴¹ Vgl.: Strobel, W & Huppmann, G.: Musiktherapie. Grundlagen, Formen, Möglichkeiten. Göttingen: Hogrefe. 1978,(3. unveränderter Nachdruck 1997) Seite 138

²⁴² Vgl.: Schumacher, Karin :Musiktherapie und Säuglingsforschung. Zusammenspiel. Einschätzung der Beziehungsqualität am Beispiel des instrumentalen Ausdrucks eines autistischen Kindes. Lang, Frankfurt/M, 1999, Seite 48

qualitative Beeinträchtigung der verbalen und nonverbalen Kommunikation sowie der Phantasie und ein deutlich beschränktes Repertoire von Aktivitäten und Interessen.²⁴³

Beschreibung des Schülers

M kam im Alter von neun Jahren zu meiner Musiktherapiegruppe. Zu dieser Zeit kam er gerade vom zweiten Versuch, in eine Integrationsklasse aufgenommen zu werden zurück in diese Sonderschule. Begründung: „M steht entweder vor dem Fenster und schaut auf den Straßenverkehr, oder läuft mit seinem Spielzeugauto, das er dicht vor seinem Gesicht hält, wie ein Wirbelwind durch die Klasse, oder er steht – monoton wippend, vor dem Spiegel. Geht es irgendwann etwas lauter zu, was in der Regelschule nicht zu verhindern ist, rastet er völlig aus. Dieses Verhalten ist derart störend, dass eine Integration derzeit undenkbar ist.“

Musiktherapie mit M

Genau so verhielt sich M auch in meiner Musikstunde. Schnell wurde klar, dass auch eine Gruppenarbeit zu dieser Zeit unmöglich war. Also bekam er 15 bis 20 Minuten Einzeltherapie.

Diese Einzeltherapie hatte von Beginn an ein bestimmtes Ritual. Egal ob die Klassenlehrerin, die Klassenbetreuungsperson oder ich M in den Therapieraum begleiteten, er setzte sich mitten auf der Stiege ins untere Stockwerk kreischend nieder und konnte nur mehr in den Musikraum getragen werden. Dort stand er am Fenster (wie eingangs beschrieben ...).

Mein Musikangebot (Kinderlieder, trommeln, Keyboard spielen, summen) nahm er, wenn überhaupt, dann nur als Begleitung für seine Wippbewegungen wahr. Wie von Karin Schumacher (1999)²⁴⁴ beschrieben, war mir auch wichtig, dieses „So-Sein“ zunächst auszuhalten, anzunehmen und zu akzeptieren und erst in einem weiteren Schritt dem Kind diesen „So-Zustand bewusst zu machen.

M beobachtete aus einem Fenster den Straßenverkehr und machte die Autogeräusche nach, ich schaute aus dem danebenliegenden Fenster und machte dieselben Geräusche nach. Manchmal wechselte ich zu einem Instrument, um darauf die Autos zu imitieren. Irgendwann fuhr ein Rettungswagen mit Folgetonhorn vorbei, M machte ta tüü, ta tüü und ich auf dem

²⁴³ Bruhn, Herbert: Musiktherapie, Geschichte-Theorie-Methoden. Hogrefe, Göttingen 2000, Seite 102

²⁴⁴ Vgl.: Schumacher, Karin: Musiktherapie und Säuglingsforschung. Zusammenspiel. Einschätzung der Beziehungsqualität am Beispiel des instrumentalen Ausdrucks eines autistischen Kindes. Lang, Frankfurt/M. 1999, Seite 35 und Seite 55 f

Keyboard dasselbe. Dies hat M so irritiert, dass er zu mir rannte und fragte, „wo ta tüü“. Ich spielte es noch einmal, dann schrie er es nach. Das ging ein paar mal hin und her, M war sehr aufgeregt.

Etwa zu dieser Zeit und auf meine Anregung bekam M zu Hause ein Keyboard. Ebenfalls erfuhr ich etwas über die Familiensituation. Die wichtigste Erkenntnis daraus: M war Einzelkind, der Haushalt war „klinisch“ rein, ein abgegrenzter Bewegungsbereich für M.

In weiterer Folge wechselten Fensterschauen, Schaukelbewegungen, Schreianfälle und Keyboardspielen je nach Laune in unserer Musikeinheit ab. Wenn M nicht gerade am Instrument spielte, hielt er ein Spielzeugauto mit beiden Händen dicht vor seinem Gesicht und rannte durch das Zimmer. Es war sogar möglich, während seiner Schaukelbewegungen, die er meist vor dem Spiegel machte, mit ihm Kontakt aufzunehmen. Er stellte dabei Fragen, beantwortete auch meine Fragen. Währenddessen beobachtete er mich im Spiegel. Kam ich ihm zu nahe, rannte er weg oder schrie. Seine Fragen hatten meist traurigen Charakter (weh weh getan) oder bezogen sich auf Autos. Diese waren allgegenwärtig, Autozeitschriften lesen war seine Hauptbeschäftigung in der gesamten Schulzeit. Autos gaben ihm Sicherheit, wurden sie ihm weggenommen, war er kaum zu beruhigen.

Während einer seiner Schaukelphasen machte ich ganz einfach diese Bewegungen mit. Als M dies bewusst wurde, hat er auf einmal damit aufgehört und mich ganz verständnislos angeschaut. Ich konnte mir so einen neuen Zugang zu M schaffen.

Immer nach Ferien merkte ich, dass sich dazu gewonnene Muster gefestigt hatten. So wurden seine Musizierphasen am Keyboard immer länger, ich durfte sogar leise mit einem anderen Instrument mitspielen. Hatte ich seine Wahl nicht getroffen, sprang er vom Instrument auf und fiel in alte Muster. M teilte mir auch schon Instrumente zu.

Das bis jetzt Geschilderte hat sich über ein Schuljahr erstreckt. Im nächsten Schuljahr kam wieder ein Versuch, mit M in der Klassengruppe zu arbeiten. Während des Tages machte M kleine Aufgaben wie Puzzles zusammenbauen, Autos und andere Formen ausmalen, kleine Rechenaufgaben – unterbrochen von Fensterschauen und Wippbewegungen. Diese Wippbewegungen wurden aber merklich seltener. Sein verbales Kommunikationsangebot wurde zwar größer, M redete von sich aber nur in einer abstrakten dritten Form. (Der M sitzt dort, der M spielt Klavier, ...).

Zu Praktikantinnen baute M in der übrigen Unterrichtszeit so viel Vertrauen auf, dass ein gemeinsames Musizieren wenigstens in den Wochen des Praktikums möglich wurde. Die Gespräche, deren Inhalt einmal Autos waren, oder ständig wiederkehrende Ängste (Mama kommt nicht und sie kommt nicht) wurden zunehmend länger. Trotz vieler hinführender Gespräche, dass Mama arbeiten muss und sie M immer abholt, ausnahmsweise einmal eine Bekannte der Mama M aber ganz sicher abholt, kam immer wieder der Satz: Mama kommt nicht und kommt nicht!

In dieser Zeit war meiner Meinung nach Reden wichtiger als Musizieren. Im Hintergrund lief oft eine ruhige Musik. Jede rhythmische Akzentuierung hatte für M Aufforderung zum Wippen bedeutet. Ich saß meist hinter einer Djembe in einer Ecke des Musikraumes, um nicht zu sehr im Zentrum zu sein. M schaute aus dem Fenster. Jedes besondere Fahrzeug auf der vorbeiführenden Straße war ihm wichtig.

Einen Versuch, eine Einheit im danebenliegenden Snoozelenraum, der keinen Blick aus dem Raum zulässt (Fenster verbarrikadiert, nur künstliches Licht), hat M total aus dem Konzept gebracht, der Blick aus dem Raum war also wichtig, abnorme Situationen stürzten M in totales gedankliches Chaos. Solche Situationen waren für ihn offensichtlich bedrohlich. Alle Änderungen mussten in kleinen Schritten geschehen, um mit seinen Denkstrukturen nachvollziehbar zu sein.

Improvisieren oder andere bekannte Methoden waren zu dieser Zeit mit M nicht machbar. Ich wollte jedoch das Musizierangebot erweitern, d.h. auch mit anderen Instrumenten spielen. Um gewisse Handhabungen anderer Instrumente zu probieren, versuchte ich Handkontakt mit M aufzunehmen, was er zwar grundsätzlich zuließ, jedoch eine gewisse Überwindung für ihn bedeuteten.

Ballmassage (zu ruhiger Musik mit einem weichen Ball Rücken, Beine, Arme, Bauch abrollen) ließ M nicht zu, vielmehr nahm er mir den Ball weg und warf ihn fort. Darauf besorgte ich mir aus dem Bestand der Schule einen Massageroller, der die Form eines Autos hatte. Beim Versuch, mit diesem über seinen Arm zu fahren, nahm er mir auch diesen weg, warf ihn aber nicht weg, sondern begann der anwesenden Praktikantin über den Rücken zu fahren. M hatte, vielleicht auch durch die (Auto)Geräusche, die die Praktikantin von sich gab, hörbar Spaß an diesem Spiel. Durch dieses Spiel, das später auch mit einem Massageball möglich war, nahm er zum ersten Mal Körperkontakt mit anderen auf. Kurze Zeit später ließ sich auch M sowohl von der Lehrerin, als auch von mir mit dem Ball massieren. Diese neue

Begegnungsart veränderte M total. Er massierte seine Mitschüler und auch Erwachsene, die sich dafür bereitstellten.

M's Musizierweise hat sich von einem linearen Spiel (dem untersten oder obersten Ton) am Keyboard zu einem sehr kreativen Spiel, auch im ganzen Raum verteilt, sowie in Kommunikation mit mir und anderen Bezugspersonen entwickelt. An dieser Stelle möchte ich auf die „Modi der Beziehungsschritte“ zwischen Musiktherapeut und Klient von Karin Schumacher (1999) verweisen.²⁴⁵

In der letzten Zeit unseres gemeinsamen Musizierens habe ich auch versucht, seinen Ängsten einen Namen zu geben, sie ernst genommen und ihn selbst nach Auswegen suchen lassen (Was kannst du in dieser Zeit machen, wenn deine Mutter einmal etwas später kommt?). Dadurch, dass M zum Schluss hin mit mir sehr viel redete, wurden seine Gedankengänge für mich besser nachvollziehbar.

Im folgenden Jahr wurde ein täglicher Morgenkreis in der Sonderschule eingeführt. Lieder, gemeinsames Musizieren, Gespräche, Vorbereiten von Feiern waren Inhalt dieser Stunde. Sie sollte das Gruppengefühl stärken, das Wahrnehmen der Mitschüler ermöglichen und von direkten Aufforderungen zu Gruppenaufforderungen überleiten (minimalste Schritte). M war immer im Kreis, beantwortete Fragen, musizierte – auch für andere Kinder. Sein anfängliches Verhalten ist gänzlich verändert.

Ob der Erfolg der Musik zuzuschreiben ist, oder dem Gespräch, das ich zwischendurch der Musik vorgezogen habe, oder meinen eigenen Körperbewegungen, die ich jenen eines autistischen Kindes angepasst habe, kann ich nicht beantworten.

Nach einem Schuljahr ohne Musiktherapie kommt M jetzt wieder regelmäßig. M nimmt alle Musizierangebote an, singt Vokale mit. Alle Tätigkeiten sind „Ich – bezogen“, M benennt auch Gefühlszustände im Zusammenhang mit Arbeitsaufträgen (ich lege das jetzt weg, weil ich müde bin). M arbeitet schulisch gut mit, ist beim Einkaufen dabei, nimmt selbst verbalen Kontakt auf – auch mit Personen, mit denen er nicht regelmäßig zusammenkommt.

M ist ein gutes Beispiel, dass jeder Mensch als Subjekt zu betrachten ist, der auf ihn persönlich zugeschnittene Therapieangebote braucht, obwohl die Grundzüge dieser Störung

²⁴⁵ Schumacher, Karin: Musiktherapie und Säuglingsforschung. Zusammenspiel. Einschätzung der Beziehungsqualität am Beispiel des instrumentalen Ausdrucks eines autistischen Kindes. Lang, Frankfurt/M. 1999, Seite 118 ff

durchaus als modellhaft bezeichnet werden können. Die Umgebung mit einzubeziehen, wäre für die Betroffenen ebenso wichtig, ist aber kaum machbar.

S, in der 32. Schwangerschaftswoche geboren

S, in der 32. Schwangerschaftswoche geboren, ständig suchend, hält es nirgends lange aus. S ist ständig in Bewegung, lehnt die meiste Zeit direkten Körperkontakt ab, oder fordert diesen ad hoc ein (Beschreibung der Mutter). Wenn S eine Frage stellt, so fordert er umgehend eine Antwort auf all das, was ihm gerade wichtig ist – und das ist ständig! Dadurch stört er den Klassenunterricht. S kann auch kaum bei ein und dem selben Thema bleiben.

Meine Grundannahme und der Ausgangspunkt für die musiktherapeutische Arbeit mit S stützt sich einerseits darauf, dass Musiktherapie eine Begegnungsform ist, die den Patienten als Menschen meint und nicht seine Funktionen und Defizite in den Vordergrund stellt. Der Patient kann bleiben, wie und wer er ist, und sich dennoch mit der Umwelt verbinden (Gustorff, Hannich 2000).²⁴⁶ Musiktherapie ist hier ein ergänzender Ansatz zu den funktionellen Therapien (Physio-, Ergotherapie und Logopädie), als Angebot einer Begegnung, einer Beziehung von Mensch zu Mensch, basierend auf dem musikalischen Geschehen (vgl. ebda), welches vor allem die Gefühlsebene des Menschen anspricht, womit eine wichtige Indikation für die Musiktherapie gegeben ist. Die Musiktherapie bietet in der neurologischen Frührehabilitation einen sehr entscheidenden Beitrag dahingehend, dass über die Musik eine Beziehung zwischen Patient und Therapeut auf der Gefühlsebene stattfinden kann, und Gefühle über die Musik zum Ausdruck kommen können.

Weiters hat ein frühgeborenes Kind eine bestimmte „Enge“ und die damit verbundene klangliche Erfahrung durch die Schallübertragung tieferer Frequenzen über die Knochenleitung seines Rückgrats nicht intensiv genug wahrgenommen, da sich der Fetus erst ab einer bestimmten Größe an die Wirbelsäule der Mutter anschmiegt und diese Erfahrung zulässt.²⁴⁷

²⁴⁶ Vgl.: Gustorff, D.; Hannich H.-J.: Jenseits des Wortes – Musiktherapie mit komatösen Patienten auf der Intensivstation. Verlag Hans Huber Bern u.a. 2000 Seite 62 f

²⁴⁷ Vgl.: Auszug des Vortrages von Sabine Rittner, Musikpsychotherapeutin in der Psychosomatischen Universitätsklinik Heidelberg, anlässlich des 2.Internationalen Kongresses des Europäischen Collegiums für Bewusstseinsstudien. Unter: www.somachord.de, Zugriff am 20.12.2004

Therapeutische Maßnahmen:

Direkte klangliche Kontaktaufnahme mit verschiedenen Instrumenten war immer nur von kurzer Dauer. Auch Summen und Singen von Vokalen scheiterte an der fehlenden Bereitschaft des Kindes. Erst wenn S auf meinem Schoß saß, nahm er bewusst mein Singen wahr und er war auch bereit, einige Töne von sich zu geben. S hört nur mit dem linken Ohr, obwohl sein rechtes auch funktionstüchtig ist. Setzt man sich rechts neben ihn, so dreht er den Kopf soweit nach rechts, dass das linke Ohr besser wahrnimmt. Alle Sing- und Spielangebote waren nur von sehr kurzer Dauer, S suchte ständig nach Neuem.

Ein einschneidendes Erlebnis für S war die Erfahrung in der Klangliege. S drehte sich, während ich spielte, in der Klangliege zur Seite, winkelte die Beine an und steckte den Daumen in den Mund, was auf ein Wohlbefinden hindeutete. S blieb aber nur kurz liegen, drehte sich in Bauchlage, um sich kurze Zeit später der Klangerzeugung zuzuwenden. Er wollte plötzlich selbst spielen. Nachdem er ein paar Mal über die Saiten gestrichen hatte, forderte er die Betreuerin auf, sich in die Klangliege zu legen. S spielte weiter, ich griff in das Spiel ein, um einen gleichmäßigeren Klang zu erzeugen. Plötzlich legte sich S zur Begleiterin in die Klangliege und blieb in dieser doch beengten Lage für etwa 15 Minuten ruhig liegen. In den folgenden Tagen legte sich S mit anderen Mitschülern in die Klangliege und blieb ebenfalls ruhig liegen. Dies schien ein Schlüsselerlebnis für S zu sein, da er in weiterer Folge auch alleine in der Klangliege blieb.

S singt gerne, liest aber den Text von den Lippen der Lehrerin ab. Sein Gesang ist melodisch richtig, auch die Tonhöhe stimmt, nur die Ausdrucksweise ist als „eckig“ zu bezeichnen. Als die Lehrerin hinter S steht, er sich also auf sein Gehör verlassen muss, klingt sein Lied „rund“.

S's Allgemeinzustand ist zur Zeit mehr aufgewühlt, er lässt auch aufgestaute Aggressionen heraus. Seine Aufmerksamkeitsphasen und die Zeit, in der er an einer Sache verweilt, sind deutlich länger geworden.

T. ein frühgeborenes Kind

„Lasst mich in Ruhe, ich will in meiner Welt leben und das tun, was ich will“. T ist in der Gruppe nur unter Aufsicht zu halten, da er unerwartet mit allen Gegenständen, die gerade erreichbar sind umherwirft. Später kam ich drauf, dass „Fliegen“ für T ein zentrales Thema ist.

T war sehr klein, als er – viel zu früh geboren wurde. Er erfuhr sehr viele lebenserhaltende Maßnahmen. Als Kleinkind aß er Unmengen an Lebensmitteln, ist seither stark übergewichtig (Aussage des Vaters: „wenn du gesehen hättest, wie klein T war, bist du froh, dass er jetzt so ist“).

T zeichnet sich selbst im Alter von 9 Jahren noch als „Kopffüßler“, d. h. Hände und Füße entspringen dem Kopf, der Rumpf ist nicht vorhanden. Auf seinen Bildern ist fast immer eine blaue Sonne, irgend ein fliegendes Objekt (Vogel, Flugzeug), das völlig ausformuliert ist. Irgend ein Teil der Zeichnung ist immer bis zur Unkenntlichkeit überkritzelt. Während T zeichnet, hört er Musik und erlaubt – mit der Zeit immer länger – Körperkontakt in Form von Ballmassage (Zeichnung auf nächster Seite).

Wenn T musiziert, dann immer nur ein paar Töne, diese mit voller Lautstärke. Danach fliegen die Fäuste über die Klaviertasten oder die Trommelschlägel durch die Luft. Dieser „Anfall“ dauert kurz, dann verschwindet T mit irgend einem Gegenstand unter das Klavier oder hinter den Vorhang. Während dieser Zeit ist er für keinen Kontakt zugänglich.

Die therapeutische Kontaktaufnahme war eine sehr lange und schwierige Phase. Sie bedurfte einer Vielzahl unterschiedlicher und vor allem robuster Instrumente. Am besten gelang der Zugang, wenn er seine mitgebrachten Sachen in das therapeutische Geschehen einbeziehen konnte. Vor allem liebte er, wenn ich seine mitgebrachten Geschichten immer wieder (theatralisch) vorlas und er dazu trommeln oder Klavier spielen konnte.



Erste „Kopffüßler“

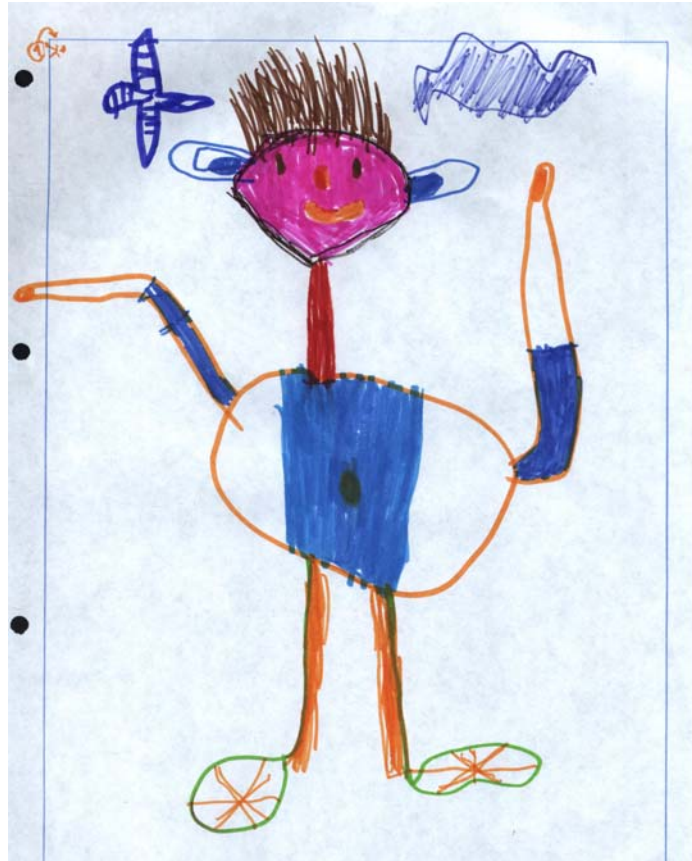
Diese Körperwahrnehmung verändert sich durch Ballmassage zu ruhiger Musik, auch während des Zeichnens. In späterer Folge lasse ich jene Körperteile (Rücken, Bauch, Arme, Hände, Teile der Beine,), die ich gerade mit dem Ball berühre, benennen, um sie auch auf kognitiver Ebene bewusst zu machen.

Das therapeutische Musizieren umfasste nahezu alle beschriebenen Angebote. Wichtig war, dass immer etwas in Bewegung war. Seine Wahrnehmung war anfangs sehr stark auf „Sehen“ ausgerichtet, obwohl er sich selbst im Spiegel nicht sehen wollte und auch „Gesehenes“ kaum annähernd zu Papier bringen konnte. Erst durch Körperkontakt mit Ballmassage und durch mein Mitsingen der Lieder seiner eigenen CD's setzte auch vermehrt die Hörwahrnehmung ein.

T erlebte einige Schulwechsel. Ich arbeite jetzt das vierte Jahr mit T. Das Singen von Vokalen änderte sich von anfangs staccatoähnlichen Stößen einzelner Vokale über geschrieene längere Vokale bis zu heuer erstmals langgezogenen gesungenen Vokalen. T's Verhalten ist längst

nicht mehr so auffällig, seine Zeichnungen haben Körperform, auch „fliegen“ ist kein übermächtiges Thema mehr.

Hatte ich in der Anfangsphase den Eindruck, T koche bei jeder Frage innerlich, so ist jetzt beinahe jedes Gespräch möglich. Er stellt Fragen, beantwortet meine Fragen, erzählt unaufgefordert, wirkt ausgeglichener. T hat ein jetzt ein Grundverhalten, auf dem man ein schulisches Lernen aufbauen kann.



T hat einen Körper bekommen

A, verminderte Wahrnehmung der linken Körperhälfte nach einem Sturz vom Wickeltisch

A ist als Säugling vom Wickeltisch gefallen und hatte kurz darauf (als Folge?) eine Gehirnblutung. Ihre linke Hand hängt lahm herunter und wird durch die rechte Hand in verschiedene Lagen gebracht. A kann gehen, sie geht immer so, dass sie rechts neben ihr eine Wand hat, hat aber kaum räumliche Wahrnehmung und stößt dadurch oft an Hindernissen an. A kann sprechen und wunderschön singen. A ist bereit überall mitzumachen, wenngleich sie keine große Ausdauer hat. Auffällig ist, dass sie ihren Körper so ausbalanciert, als hätte sie nur eine Körperhälfte, d.h. der gesunde Körperteil hat zentrale Lage bekommen, die offensichtlich nicht wahrgenommene linke Körperseite wird aus dem Schwerpunkt hinausverlagert. A scheint damit gut zurechtzukommen. Einzig beim Stiegensteigen hat sie Angst, das Gleichgewicht zu verlieren. Gesprächen mit der Mutter entnehme ich große Schuldgefühle (über die Ursache des Sturzes), sie will ihr Kind bestmöglich fördern.



Das einseitige Körperempfinden spiegelt sich in ihrer Zeichnung (Selbstdarstellung) wider.

Grundannahme: Durch die Verlagerung des empfundenen Körperschwerpunktes nimmt A großteils nur jene Dinge wahr, die sie mit der linken Hirnhälfte verarbeiten kann. A kann diesen Körperausdruck sogar zeichnerisch wiedergeben. Die gesunden Hirnanteile der rechten Hirnhälfte bleiben ungenutzt.

Therapeutisches Musizieren:

Da A sehr bereitwillig musiziert, fällt die Phase des Kennenlernens kurz aus. Wir beginnen sofort mit klangunterstütztem Augentraining. Hier zeigt sich, dass sie nur sehr schwer und auch ungern die Körpermitte kreuzt. Sie trifft die Klangstäbe, die ich ihr in verschiedenen Positionen bereithalte selten, was sich jedoch nach einer kurzen Übephase merklich bessert. A fängt zugeworfene Tücher nur seitlich, schließt dabei reflexartig immer die Augen (Bewegungswahrnehmung gestört). Ich versuche, die gelähmte Hand so zu führen, sodass sie ein Tuch mittig vor dem Körper fangen kann. Nach einigen Versuchen stelle ich fest, dass A sehr wohl die Muskel der linken Hand anspannen kann und so zumindest ihre Körperbalance unterstützen kann.

Wir improvisieren auf einem Xylophon mit zwei Schlägel. Wichtig dabei ist, dass der Schlägel in der schwächeren Hand einen sicheren Griff hat, um nicht abrutschen zu können. Ich umfasse zusätzlich diese Hand und verstärke ihre Spielimpulse, die anfangs noch sehr schwach sind. So gelingt A erstmals ein Spiel „mit sich selbst“. A führt mit jener Körperseite, die sie bis jetzt beiseitegeschoben hat, Tätigkeiten aus, die sie (klanglich) wahrnehmen kann.

A schafft es auch schon, die Tasten am Keyboard mit einigen Fingern der linken Hand zu drücken und kann so selbst mehrstimmige Klänge erzeugen. Da ihr dieses Spiel Freude bereitet, macht sie weiter, während sie bei anderen Bewegungsübungen rasch aufgibt.

A's linke Hand ist zwar viel schwächer und wird es wohl immer bleiben, dadurch dass sie aber benützt wird, hat ihr Körper eine andere Balance. Jene gesunden Hirnanteile, die durch die einseitige Wahrnehmung ungenützt waren, tragen aber zu einer verbesserten Wahrnehmung und Lernleistung bei. A wirkt insgesamt viel sicherer.

U, ein Kind, das sich aus der Gruppe ausgestoßen fühlt

U ist ein ungewolltes Kind (Schilderung der Lehrerin), hat einen Abtreibungsversuch überlebt und findet sich zur Zeit in einer zerrütteten Familie, die mehrmals den Wohnsitz gewechselt hat (zieht gerade wieder um), wieder. U fühlt sich in der Gruppe absolut unwohl, verlässt die Gruppe und macht einen sehr verlorenen Eindruck. Er fühlt sich selbst von der Gruppe (Klasse) ausgeschlossen. U nimmt die Welt vorwiegend mit dem Gehörsinn wahr, die Welt ist ihm aber zu laut! U ist außerdem dominantsichtig, d. h. er schaut nur mit einem Auge bewusst.

Neben dem Zurückziehen hat U, immer dann, wenn er seinen Willen nicht durchsetzen kann derartige Wutausbrüche, aus denen er kaum herauszuholen ist. So ist er einmal im Schulhof auf einen Baum geklettert und musste vom Schulwart heruntergeholt werden. U muss dann zu seinem eigenen Schutz und zum Schutz seiner Mitschüler festgehalten werden. Während dieser Anfälle schreit er, tritt nach jedem, wirft mit Gegenständen, er weint jedoch nicht. Erst wenn er erschöpft ist, nimmt er über den Hörsinn die Umgebung wieder wahr (etwa meine Klavierimprovisation), nimmt am Spiel oder Unterricht teil als ob nichts vorgefallen sei!

Grundannahme: Mich mag niemand, darum ziehe ich mich auch zurück, lasst mich in Ruhe! Ein musikalisches Zusammenspiel endet meist damit, dass U sich zurückzieht, er schleicht leise rückwärtsgehend davon und sucht mit einem Plüschtier ein Versteck auf.

Mein Ziel ist es, die Hörwahrnehmung und die Sehwahrnehmung aufeinander abzustimmen. Beim Fangenspiel mit Tüchern (Vorstufe zum Jonglieren) und beim klangunterstützten Augentraining stelle ich fest, dass bei U immer alle Körperteile beim Lösen dieser Aufgaben beteiligt sind. Er springt und verlagert den Oberkörper. Spielt eine Hand, so geht die andere spiegelgleich mit.

Alle Spielangebote sind so ausgerichtet, dass U sowohl differenziert wahrnehmen und seine Handlungen mit ausgewählten Bewegungen ausführen lernt. U braucht Halt, um Körperteile einzeln bewegen zu können. U nimmt bereits wahr, dass verschiedene Abläufe dadurch leichter zu bewältigen sind, dieses Verhalten muss sich aber erst festigen.

Mir ist auch wichtig, dass U nach seinen Wutanfällen nicht alleine gelassen wird, das „Danach“ in einer musikalischen Improvisation (zur Zeit noch ohne viel zu verbalisieren) klanglich aufgearbeitet wird.

Laut Auskunft der Klassenlehrer hat sich seine Arbeitshaltung und Ausdauer bereits wesentlich gebessert. Es gibt aber zwischendurch immer Tage, an denen U mein gesamtes Musikangebot mit dem Vorwand verweigert, dass er in Ruhe gelassen werden will. Ich akzeptiere das und habe mit seinen Klassenlehrern vereinbart, dass es während dieser Zeit für U kein Alternativangebot gibt, er muss in seiner Ruheecke verweilen, oder mein Angebot wahrnehmen.

Leider musste ich auch bei U, wie bei vielen anderen Kindern feststellen, dass das Spieleangebot, Musik und andere kommunikative Wahrnehmungen von seinen Bezugspersonen nicht dem Alter und der Verarbeitungsmöglichkeit der Kinder gemäß gewählt wird.

P, Trisomie 21

P hat in seiner Familie eine Sonderstellung (darf mit 10 Jahren noch im Einkaufswagen sitzen), ist umsorgt, hat sehr wenig Muskelspannung, spricht (besser gesagt murmelt). Sein beliebtester Ausspruch: „kann nicht“. Sein Blick ist zu Boden gerichtet. Ist P nicht beschäftigt, so macht er monotone Bewegungen. Da er nachts wenig schläft, sitzt er oft im Bett und macht Wippbewegungen. Um zu mehr Bewegung zu kommen, hat der Kinderarzt P ein Stützrad bewilligt.

Annahme. Da P sehr umsorgt ist, hat er kaum zusätzliche Bedürfnisse. Ein „ich will“ kennt P nicht und braucht er in seiner Umsorgtheit nicht.

Das Musizieren wirkt zuerst eintönig, lustlos. Wenn ich neue Spielweisen fordere, kommt ein „kann nicht“. Alle Improvisationen enden melodisch und rhythmisch in einem einheitlichen Muster. Ob beim Zeichnen oder Musizieren, beim Aus- und Anziehen der Überbekleidung, P wartet immer auf Hilfe. P schafft es nicht, mit den einzelnen Fingern Klaviertasten so fest zu drücken, dass ein Ton entsteht. Einzig Überkreuzbewegungen (klangunterstützt) und das Spielen auf dem Monochord holen ihn aus seiner passiven Grundhaltung heraus. P hat dabei eine höhere Muskelspannung und einen offeneren Gesichtsausdruck.

Als weiterführende Musizierart erlernten wir „überkreuzt Klavierspielen“. Dabei schaffte es P, selbst Töne zu erzeugen. Im Laufe der Zeit lernt P das Xylophonspiel lieben. Er placiert dieses mitten im Raum und „gibt ein Konzert“. Während dieses Konzerts hört er auf keinen Mitspieler, benutzt das gesamte Instrument und alle erlernten Spieltechniken. Am (selbst gewählten) Ende verbeugt er sich, tritt als „Star“ ab. Derartige „Konzerte“ musste ich immer ans Ende der Stunde setzen, denn danach hatte er zu nichts mehr Interesse. Dieses Spiel gab ihm aber Selbstvertrauen und war der Beginn einer neuen Lernphase im Schulunterricht.

Etwa um die selbe Zeit erlernte P das Radfahren (ohne Stützräder!). Dadurch hatte P wieder eine neue Wahrnehmung kennen gelernt. Von dieser Zeit an war sein Blick zumindest zeitweise nach vorne und nicht ausschließlich auf den Boden gerichtet.

Als eine weitere Ausdrucksweise arbeiteten wir an der Stimme. Sein Summen und das Singen von Vokalen war fast unhörbar, jeder erzeugte Ton war nur von ganz kurzer Dauer. P hatte zum Glück sehr früh Stimmbruch. Seine tiefe Bassstimme ließ P Töne hervorbringen, an denen er selber Gefallen hatte. P brach danach oft in schallendes Gelächter aus. P's Vokale wurden immer länger. Er selbst spielte dazu auf dem Monochord, was ihn plötzlich hellwach erscheinen ließ. Seit dieses Spiel gelingt, ist P's Sprache für alle deutlicher zu verstehen.

Das Singen von Vokalen und das gleichzeitige Spielen auf dem Monochord versetzen P in eine andere Stimmungslage. P ist danach meist zu kleinen „Späßen“ aufgelegt, zupft seine Nachbarn oder klopft beim Weggehen an alle Türen, an denen er vorbeigeht.

P besucht zur Zeit das vorletzte Regelschuljahr. Mittlerweile schafft er auch mit den einzelnen Fingern am Klavier Töne hervorzubringen. Diese Art zu musizieren verbinden wir mit Leseübungen. Durch eine erhöhte Muskelspannung (und der dazugehörenden Gehirnaktivierung) liest P flüssiger. Da er sich die Texte mehr oder weniger auswendig einprägt, konnten wir feststellen, dass er sie auch besser im Gedächtnis behält.

Hat P längere Zeit keine musikalische Betätigung, sinkt er wieder tief in den anfangs beschriebenen „mag nicht - kann nicht“ Zustand (interesselos) und ist verbal kaum zu verstehen. P wird wohl sein Leben lang Musik als Begleitung für den Alltag benötigen. Die Eltern haben dies erkannt. Meine Aufgabe zur Zeit ist es, P's Interesse an Musik soweit zu wecken und zu festigen, dass er selber das musikalische Angebot zur Steigerung seiner Lebensqualität einfordert. Erfreulich ist, dass seine Eltern mehrere Musikinstrumente bereitstellen.



Aufwachen und einen neuen Tag beginnen. Für P eine Erfahrung, die er ständig aufs neue machen muss, um aus einem Zustand des „Tagträumens“ herauszukommen.

N, Kind mit spastischen Lähmungen

N wird bis zur dritten Volksschulklasse über sämtliche Stiegen getragen, spricht undeutlich, hat fast kein Gleichgewichtsgefühl (sucht im Stehen und im Gehen Halt). Wenn N zu Sprechen versucht, bewegen sich seine Hände mit. N wirft den Kopf auf eine Seite, um einen Gegenstand anzusehen, kurz darauf geht der Kopf in die andere Seite, N sieht also nur Standbilder, nimmt keine Bewegung wahr. Dies erklärt auch seine Angst vor sich bewegenden Gegenständen oder Personen und Situationen. N kann auch kein zusammengezogenes Wort aus Einzelbuchstaben bilden. N bewegt auch seine Augen nicht, sie scheinen mit den Gesichtsmuskeln fest verbunden zu sein. Zu allem Überfluss sitzt N zu Hause stundenlang vor der Play-Station und starrt immer nur geradeaus.

Da N immer dann, wenn, er das Gleichgewicht betreffend stabilisiert ist, verschiedene Bewegungen bewusst ausführen kann, beginne ich diese mit Musik zu begleiten. Da er für Musik zugänglich ist, spielt er auch selber auf Trommeln und Klangstäben, jedoch immer mit abwechselnden Blickrichtungen. Wird sein Kopf stabilisiert, oder eine bestimmte

Bewegungsrichtung vorgegeben, rebelliert er. Ein Kreuzen der Körpermitte ist ohne Hilfe unmöglich. Auf zugeworfene Tücher reagiert N nicht, er kann auch kein Tuch werfen, da er es nicht loslässt. Auf der Klaviertastatur einzelne Töne mit nur einem Finger zu produzieren verweigert er.

Ein therapeutisches Musizieren mit N ist nur mit einer zusätzlichen Begleitperson möglich. Zum Einen müssen die Instrumente in eine Lage gebracht werden, die dem kleinen Bewegungsradius von N gerecht wird, zum Anderen müssen seine Handbewegungen verstärkt werden. Für Übungen zur Erweiterung des Blickfeldes und der Bewegungswahrnehmung ist es zusätzlich wichtig, seinen Kopf zu stabilisieren. Da N vor allem auf Klangstäben Töne erzeugen will, ist er bereit Bewegungen zu machen, die er ohne musikalische Belohnung nie ausführen würde.

Der Erfolg stellt sich bei N in ganz kleinen Schritten ein. Die verbesserte Sehwahrnehmung – N braucht den Kopf nicht mehr nach zwei Seiten zu drehen, um Gesehenes einzuordnen, führte Schritt für Schritt dazu, dass er nach einigen Monaten mit Unterstützung Stiegen aufwärts ging. Ein Jahr danach schafft er es, vorausgesetzt dass sich niemand auf der Stiege befindet, ohne fremde Hilfe und ohne sich am Geländer anzuhalten. Fangen und Werfen von Tüchern, sowie klangunterstütztes Augentraining sind ohne größere Anstrengung und ohne Stabilisierung des Stützapparates möglich. N spricht deutlich, seine Hände bleiben dabei ruhig und er macht auch im Lesen Fortschritte. Da N jetzt auch Bewegung wahrnimmt und zuordnen kann, kann er (eingeschränkt) alleine auf Gehsteigen gehen.

Beim therapeutischen Musizieren waren ziemlich alle Instrumente, sowie alle Spielarten eingesetzt, um einerseits die Freude am Musizieren aufrecht zu erhalten und andererseits jene Teile herauszufinden, die eine Verbesserung seiner Bewegungs- und Wahrnehmungsmuster bewirkten. Ebenso Klangerfahrung zur Entspannung und Stimmarbeit.

Neben einer verbesserten Seh- und Hörwahrnehmung, einer Steigerung des Gleichgewichtsgefühles, verschiedener Hand- und Fingerfertigkeiten ist wohl das enorm gesteigerte Selbstwertgefühl von N dasjenige, was meine Arbeit rechtfertigt.

D, Kind mit spastischen Störungen, verbunden mit Sprachproblemen

D kam, im Alter von sechs Jahren zum therapeutischen Musizieren. D hat spastische Störungen. Zu den Bewegungsstörungen kommt noch dazu, das D nicht sprechen kann. Setzt er zu einem Wort an, bringt er bestenfalls einen Buchstaben hervor, dabei bewegen sich Hände, Füße und Kopf. D ist dann total aufgeregt, muss nach diesem einen Buchstaben nachatmen, formt den nächsten, Dabei wühlt er sich innerlich derart auf, dass ein Weitersprechen nicht möglich ist. Nach einigen Versuchen gibt er frustriert auf und sitzt teilnahmslos im Rollstuhl.

Wenn sich die Gelegenheit bietet, zieht er jedem, der ihm nahe kommt an den Haaren und lässt diese nicht mehr los. Dies scheint seine einzige Möglichkeit zu sein, um Kommunikation auf seine Art herstellen zu können.

Meine Annahme: D verbindet Sprachproduktion (mit Wortbedeutung) mit Emotionalität, jeder Versuch zu sprechen schaukelt ihn emotional derart auf, dass er kein Wort ausformulieren kann. D's Sehprobleme scheinen nicht so groß zu sein. Wie sich später herausstellt, kann auch er aber nur Standbilder erkennen und wechselt beim Betrachten von Bildern und Gegenständen von einem Auge zum anderen.

D hat eine Anzahl von Therapien hinter sich. Tomatis-Methode, Frühförderung, Logopädie, um nur einige zu nennen. Meine musikalische Arbeit begann mit dem „Besummen“, d. h. D saß auf meinem Schoß, während ich summete oder Vokale sang. Dadurch konnte ich ein „Ruhig werden“ feststellen. Musizieren über Hand- und Fingerbewegungen brachte zum damaligen Zeitpunkt keinen gewünschten Erfolg, da diese Tätigkeiten D zusätzlich aufstachelten. Diese Art des ruhigen „Besingens“ liebte er derart, dass er jeweils am Ende der Stunde gegen das Aufhören protestierte.

Außer Ballmassage, summen – wobei D nach einiger Zeit sogar selber mitmachte, sowie das Bespielen mit Klangschale und in der Klangliege war im ersten Jahr kaum eine andere Musizierart möglich. D wollte immer was erzählen, scheiterte aber immer am oben genannten Verhalten und daran, dass seine Umgebung diese Wortansätze nicht deuten konnte.

Danach folgte eine Unterbrechung vom therapeutischen Musizieren für ein Schuljahr, da D in eine Pflichtschule in seine nähere Wohngegend wechselte. Erst im darauffolgenden Schuljahr entschlossen sich die Eltern wieder, D musiktherapeutisch betreuen zu lassen. Von den Eltern

erfuhr ich, dass D die musikalischen Übungen, die er im ersten Schuljahr mit mir machte, als Spiel zu Hause immer einforderte, was die Eltern schließlich zum Weitermachen bewog.

Eine Beobachtung in seiner Schulklasse ergab, dass D zwar am Unterricht teilnahm, auch in der Gruppenarbeit kleine handwerkliche Tätigkeiten, wie Aufkleben von Lernkarten machte, wenn ihn aber gedanklich was anderes beschäftigte, so war seine Aufmerksamkeit für lange Zeit dahin gelenkt (z.B. das Putzen seiner Nase, Vorbereiten von Schulsachen).

Der beobachtete Turnunterricht gab für mich Anlass, von den Lehrern eine Veränderung einzufordern. D wurde anfangs zwar gut in ein Abfangspiel integriert, am Ende lag er jedoch frustriert am Boden, da er die gestellte Aufgabe (als Schlange am Boden kriechend andere Schlangen fangen) nicht zu seiner Zufriedenheit ausführen konnte. Sein Liegen am Boden wurde als Erschöpfung gedeutet, ich konnte aber aus ihm herausbringen, dass er es wieder nicht schaffte, jemand zu fangen.

Durch die Beobachtung in der Schulklasse fand ich auch eine Bestätigung für ein anderes Verhalten: Bewegungsabläufe, wie alleine mit dem Rollstuhl fahren funktionierten dann gut, wenn D alleine das Tempo bestimmen konnte. Dem Integrationsgedanken entsprechend, wird D beim Wechseln in einen anderen Klassenraum in die Reihe der gehenden Schüler eingeordnet. Er kann selbständig mit dem Rollstuhl fahren. Nur – dir anderen Kinder sind schneller und so bricht die Reihe vor ihm ab. Dies veranlasst ihn, seinem Rollstuhl einen schnelleren Bewegungsimpuls zu geben. Dabei bewegt er aber nicht nur seine Hände kräftiger am Schwungrad, er verkrampft sein gesamtes Wesen, stößt einen Schrei aus, wie in den Anfängen seiner emotionalen Übererregtheit. Hier wurde mir klar, dass die Belohnung für sein Verhalten – er konnte den Anschluss an seine Klassenkameraden wieder erreichen, den Bemühungen in der Therapie entgegenarbeiteten.

Daraus wurde erkennbar, dass Therapie nicht losgelöst von anderen Lebenssituationen stattfinden sollte. In Einzeltherapien zu Erfolgen führende Handlungsabläufe, die in anderen Gruppensituationen nicht zum Ziel führen, ergeben wenig Sinn und erklären auch die Widerstände während mancher therapeutischer Handlungen.

Im laufenden Schuljahr kam D bereits mit langsam gesprochenen, einzelnen Worten. Konnte er nicht weitersprechen, so schrie er ein weiteres, oft unverständliches Wort heraus, was zur Folge hatte, dass er bereits Knoten auf den Stimmbändern hat und seine Stimme sehr rau klingt.

D sitzt am liebsten auf meinem Schoß, dabei singe ich Vokale und er singt bereitwillig mit. Der Vokal, der den schönsten Klang ergibt und den D am liebsten singt ist das „U“. Das „U“ klingt weich, es kommt keine Luft mit und entspannt D vollkommen. Aus dem „U“ heraus formen wir Wörter wie Uhu, Uhr, rund, g´sund – alle mit langgezogenem „U“. Beim Nachatmen versuchen wir, die Luft tief in den Körper zu bringen, was auch immer besser gelingt. Bei den anderen Vokalen und Gesprächsansätzen hebt D bei jeder Atmung (und das viel zu oft) die Schulter. Von den Eltern erfuhr ich, dass D dieses Singen allabendlich vor dem Schlafengehen – ohne Aufforderung – in einem Ritual, wie es bei mir in der Musikstunde abläuft, macht. Er selbst hält dabei ein großes Plüschtier auf dem Schoß und spielt selbst dabei meine Person. Dieser Übeeffect festigt seinen Stimmsitz. D erfährt, dass er durch eigenes Zutun seine Stimmqualität verbessern kann.

Als weitere Maßnahme zur Verbesserung der Spracherzeugung und gleichzeitiger Entkoppelung von emotionaler Übererregbarkeit liegt D in der Klangwiege, wird bespielt und macht gleichzeitig die von der Logopädin vorgeschlagenen Sprechübungen.

Meine Grundannahme dazu: Laut Studien von Sabine Rittner und Jörg Fachner (a.a.O.) versetzt der so erzeugte Klang das Gehirn in einen Trancezustand. Untersuchungen der Hirnaktivitäten von betenden Mönchen während einer Trance ergaben jedoch, dass das Sprachzentrum dabei aber im Wachzustand geblieben ist. Diesen Effekt konnte ich auch bei D feststellen. D war völlig entspannt und wiederholte ohne hörbare Anstrengung die Sprechübungen. Nach dieser Übung erzählte D ohne Aufforderung und für ihn offensichtlich ohne Anstrengung von seiner Geburtstagsfeier.

Dieser Entwicklungsschritt gibt mir Hoffnung, D mit Hilfe des gewählten musikalischen Ansatzes ein sprachliches Artikulieren zu ermöglichen, das Sprechen und gleichzeitig übermäßige emotionale Erregung zu entkoppeln und trotzdem die Stimme als Ventil für Emotionen benutzen zu können.

Alle anderen Übungen wie klangunterstütztes Augentraining und Überkreuzung der Körpermittellinie werden weitergeführt, um die Wahrnehmung von akustischen Reizen, von Bewegung, sowie Seh wahrnehmung differenzieren zu können und mit der vorhandenen Erfahrung über Zusammenhänge abzugleichen. Diese Übungen sind mir auch deshalb wichtig, da sie nicht direkt auf ein vorhandenes Defizit gelenkt sind. Ich mache keine Übung um meine steife Hand beweglich zu machen oder ein Wort zu produzieren, das auf Grund einer Behinderung nur schwer zu schaffen ist, sondern versuche über Umwege die Grundlage

für diese Tätigkeiten – noch dazu klingend herzustellen. Dabei wird nicht direkt auf ein Problem hingewiesen.

Die zuletzt genannten Übungen verbessern auch sein Gleichgewichtsempfinden, was sich in einer, wenn auch nur ganz geringen verbesserten Gehleistung niederschlägt.

B, allgemeine Entwicklungsverzögerung

Als B in der zweiten Schulstufe zum therapeutischen Musizieren kam, machte er einen sehr unsicheren und zurückgezogenen Eindruck. Er musste beim Gehen geführt werden, obwohl nichts dagegensprach, dass er dies nicht alleine könne. B sprach fast nicht, gab kaum Antworten. Redete er einmal, klang es wie „Brei“ (keine Gesichtsmuskelspannung). Auch an den Fingern war keine Spannung vorhanden, B schaffte es nur mit der ganzen Hand, am Klavier Töne zu erzeugen. Er wurde nach dem Schwerstbehindertenplan unterrichtet.

Alles sprach über B, jedoch niemand sachlich mit ihm. B konnte einigermaßen lesen, dies ist aber eher einer übereifrigen Hilfestellung seiner Mutter zuzuschreiben. B musste offensichtlich so lange und so oft lesen, bis er den Text auswendig kannte. Diese ständige Anspannung, die Bloßstellung, Dinge nicht so zu begreifen wie seine Mitschüler, machten B mutlos und lustlos.

Aktiv musizieren ergab bei B dasselbe Ergebnis. Alle Versuche, Spielweisen vorzuzeigen ergaben den Eindruck, als würde B dies nur irgendwie beiläufig aufnehmen oder es ihn nichts angehen. Meine wichtigste Aufgabe war, Instrumente und Spielarten anzubieten, auf die B ansprach.

Die ersten Erfolge gab es bei klangunterstützten Überkreuzbewegungen. Diese haben bei B erstmals den Muskeltonus erhöht. Das Fangen und Werfen von Tüchern war lange nicht möglich, B schloss entweder beim Fangen die Augen oder er ließ das Tuch beim Werfen nicht los. Durch das Augentraining veränderte sich bei B die Blickwahrnehmung von einem „Geradeaus-Blick zu einer Fähigkeit, Dinge, die rund um B vor sich gehen, richtig einzuschätzen. Dadurch wurde er sicherer, da er erkennen konnte, was ihn selbst betraf und was nicht.

Durch die Bereitschaft der Eltern, nicht nur Schulstoff mit B zu pauken, sondern auch die Übungen vom therapeutischen Musizieren, wurden diese Übungen auch sicherer. Die erzeugten Töne begannen zu „klingen“. B hatte Freude daran und war bereit, Neues zu lernen und auch zu üben. Die Überkreuzübungen verbesserten sein Gleichgewichtsgefühl. B schaffte es sogar manchmal, auf einem Bein zu stehen und so bessere Kontrolle über seinen Körper ausüben zu können.

Zwischendurch arbeiteten wir mit Klängen. B saß auf meinem Schoß, wir sangen Vokale. Jeder erzeugte Vokal war von kurzer Dauer (einige Sekunden) und sehr leise. Als die Tondauer dann länger wurde, zuckte B am ganzen Körper, ein Zeichen für mich, dass B irgend etwas am Durchklingen des Körpers blockierte.

Den größten Fortschritt machte B, als er mit einzelnen Fingern am Klavier Töne produzieren konnte. Vor allem die beiden kleinen Finger, die sehr lange nicht in der Lage waren, eine Klaviertaste so zu drücken, dass ein Ton entstand, leiteten ein neues Bewusstsein ein. B spielte am Klavier (als Vorgabe nur das Drücken von einzelnen Tasten) und las dazu seinen aktuellen Lesestoff. Das Klavierspielen bewirkte unter anderem, dass B lauter lesen musste, andererseits hatte er durch die körperliche Betätigung eine höhere Muskelspannung. Bei diesem Spiel konnte ich feststellen, dass B, sobald er ein Wort nicht verstanden hatte, das Klavierspiel unterbrach. Diese Unabhängigkeit zu trainieren galt die nächste Phase. Ebenso hatte ich die Gelegenheit, jene Worte, deren Begriff B nicht verstand so zu umschreiben, dass das Gelesene einen Sinn ergab.

Sprachtherapeuten empfehlen in diesem Zusammenhang Ballspiele, Kinderturnen, schwimmen, malen, kneten, Perlen auffädeln und andere Spiele zur Förderung der Fingerfertigkeit. Sie vermuten einen Zusammenhang von Geschicklichkeit und Sprachstörungen.²⁴⁸

Ich hinterfragte alle unsicheren Wörter und kam dahinter, dass B wohl viele Wortbilder kannte, den Sinn der Worte aber nicht verstand. So gesehen ergab das Lesen für B auch keinen Sinn. Gemeinsam mit den Klassenlehrern und den Eltern konnten wir dies durch

²⁴⁸ Vgl.: Crickmay, Marie C.: Sprachtherapie bei Kindern mit zerebralen Bewegungsstörungen auf der Grundlage der Behandlung nach Bobath. Berlin, Haupt, U.: Sprachheilbehandlung zerebral gelähmter Kinder. Schriften zur Sonderpädagogik Dortmund, Neuhäuser, Gerhard: Orofaziale Funktionsstörungen bei infantilen Cerebralpareesen. In: Berndsen, Klaus-Jürgen (Hrsg.): Neuromotorische Koordinationsstörungen und Auswirkungen auf die orofaziale Muskulatur. 9. Kongress für Myofunktionelle Therapie Frankfurt/M.

„sinnerfülltes Lesen“ aufarbeiten. Jetzt, mehr als zwei Jahre später, liest B besser als viele seiner Klassenkameraden in der Regelschule.

Eine weitere Steigerung seines Selbstwertgefühls gab es, als B dank der Hilfe seines Vaters das Radfahren (ohne Stützräder) erlernte. Ich erwähne hier sein Selbstwertgefühl deswegen, da er immer dann, wenn er eine, ihm gestellte Aufgabe nicht lösen kann, mit dem Fahrrad stürzt.

B wird längst nicht mehr nach dem Schwerstbehindertenlehrplan unterrichtet. Er löst seine Aufgaben zwar etwas langsamer, jedoch mit vollem Eifer. Seine Angst vor allem, was sich bewegt, hat er völlig abgelegt.

Zur Zeit arbeiten wir an einer verbesserten Artikulierung seiner Sprache. Durch Trainieren der Wangen- und Lippenmuskulatur, sowie Zungenbewegungen wird seine verbale Kommunikation verbessert möglich sein. Wir verwenden dazu ein Mundstück eines Blechblasinstrumentes, das durch ein etwa 10 cm langes Schlauchstück verlängert wurde. Seiner Mundgröße entsprach ein Baritonmundstück. Durch die Verbindung mit dem Schlauchstück entsteht durch das Anblasen – wie beim herkömmlichen Instrumentalunterricht ein sonorer Ton. Zuerst hat B dabei seine Wangen ungewollt aufgeblasen. Dies entstand durch die fehlende Muskelspannung im Wangen- und Lippenbereich, die auch dafür verantwortlich war, dass B's Sprache „breiig“ klang und für den Zuhörer schwer zu verstehen war.

Sprachtherapeuten fordern ebenfalls ein Trainieren der Geschicklichkeit der Mundbewegungen. Ihre Empfehlung: Essen von festen Speisen, ordentliches Kauen, Essen von rohen Äpfeln, rohen Karotten und das Kauen von Kaugummi. Getränke sollten mit einem Trinkhalm eingenommen werden. Auch Blaspiele mit Watte bringen Erfolge.

Trotz Umsetzung all dieser Empfehlungen hat bei B das Blasen mit dem Mundstück den größten Erfolg gebracht. Dies deshalb, weil das Blasen mit dem Mundstück eines Blasinstrumentes weit mehr Kraftanstrengung erfordert als die oben beschriebenen Empfehlungen und dadurch die Wangen- und Lippenringmuskel besser trainiert. Durch das Erzeugen von lang gehaltenen Tönen mit dem Mundstück eines Blasinstrumentes wurde auch das langsame Ausatmen trainiert, was nebenbei zur Folge hatte, dass B jetzt lange Vokale ohne Körperzuckungen produzieren kann.

Alle, die den sprachlichen Zustand von B kannten, wundern sich, wie dieser in relativ kurzer Zeit (drei Monate) viel deutlicher zu verstehen ist (das Wort „zwanzig“ klang „sfanfi“).

Beim Abfragen aller Übungen, die B im Rahmen des therapeutischen Musizierens erlernt hat, stellt sich heraus, dass B immer am Beginn eine kurze Unsicherheit hat. Kann er jedoch erkennen, dass sich die Spielweise so weit gefestigt hat, dass er in der Lage ist, diese gut ausführen zu können, erhellt sich sein Gesichtsausdruck und er spielt, als hätte er dies schon immer gekonnt.

F, als Kleinkind am Herzen operiert

F kam aufgrund einer Beurteilung, die ihm noch keine Schulreife bestätigte in die Integrationsklasse. Allgemeiner Eindruck: Verunsicherung auf allen Ebenen der Wahrnehmung. Redete F, so hatte man den Eindruck, er habe was angestellt und warte auf die Bestrafung. Nach mehr als einem Jahr wurde mir klar, dass bei F alle verbalen Äußerungen, die an ihn gerichtet waren, emotional und nicht sachlich angekommen waren. Jede Aufforderung hatte den Charakter einer Bestrafung.

Aufgrund von Sehschwierigkeiten (die Brille hatte er überall liegen gelassen) war sein Blick immer auf den Boden gerichtet. F hatte, wie andere beschriebene Kinder auch, Angst vor Bewegungen. F wechselte die Dominantsichtigkeit von einem Auge zum andern, konnte rechts und links nicht unterscheiden und hatte somit keine Möglichkeit zu lesen. Sah er mit dem rechten Auge einen bekannten Buchstaben zuerst, las er von rechts nach links, mit dem linken Auge lief es umgekehrt. Da für F die Leserichtung nicht klar war, ergab das Gelesene auch keinen Sinn.

Augentraining und die anderen Musizierarten gingen sehr zögerlich voran. F hatte nie eine Brille bei sich und alle noch so sanften Aufforderungen zum Ausführen von Fingerbewegungen u. dgl. fasste F, wie er mir ein Jahr später selbst erklären konnte, als Angriff, als Androhung einer Strafhandlung auf.

Die Eltern mussten mit Nachdruck dazu bewegt werden, darauf zu achten, dass F seine Brille immer trägt, was irgendwann doch auf Dauer der Fall war. Erst danach brachten Bewegungs- und Augentraining verbesserte Ergebnisse.

F hatte lange Zeit Angst vor Berührungen, was ich auf Erfahrungen seiner frühen Kindheit (Herzoperation) zurückführe. Durch Summen und Singen von Vokalen, sowie das Bespielen in der Klangliege hat sich dies aber gelegt.

Dadurch, dass F meine Musizierungsangebote nicht in direkten Zusammenhang mit Lernsituationen in der Schule und zu Hause brachte, fasste er die Aufforderungen zum Mitmachen bald nicht mehr als Angriff auf. Anfangs nur im geschützten Raum, wo das Musizieren stattfand, später auch in der Schulklasse legte F seine „weinerliche“ Sprache ab. Dadurch ist ein Arbeiten auf sachlicher Ebene möglich geworden. Seine Lese- und Schreibleistung konnte noch nicht viel verbessert werden. Ich bin mir aber sicher, dass die erworbene Fähigkeit zur Unterscheidung von emotionaler Ebene und Sachebene zu einer besseren Lernleistung beitragen werden.

J. ein Kind mit Mutismus

Der (s)elektive Mutismus ist eine nach vollzogenem Spracherwerb erfolgende Hemmung der Lautsprache gegenüber einem bestimmten Personenkreis. Die Hör- und Sprechfähigkeit ist erhalten, d.h. es liegen keine peripher-impulsiven oder peripher-expressiven organischen Störungen vor sowie keine zentralen Schädigungen der am Sprechvorgang beteiligten Sprachzentren und der Innervation. Eine direkte Ursache ist nicht bekannt. Es kommen hier sowohl psychologische Faktoren (abweichende Problemlösungsmechanismen, Konditionierungsprozesse und Milieueinflüsse) als auch physiologische Faktoren (Entwicklungsstörungen, psychotische Grunderkrankungen und familiäre Dispositionen) in Frage, die zumeist in einer gegenseitigen psychophysiologischen Ergänzung zur Sprechverweigerung führen.²⁴⁹

²⁴⁹ Vgl.: Hartmann, Boris: Mutismus - Zur Theorie und Kasuistik des totalen und elektiven Mutismus
Schriften zur Sprachheilpädagogik Band 1, 4. Auflage; Hrsg.: M. Grohnfeldt; Volker Spiess Verlag, Edition
Marhold, Berlin 1997; (Umfassende Monographie mit Fallbeispielen zum Thema partielles bzw. totales
Schweigen, 7 ätiologische Ansätze!)

J spricht nur mit seiner Mutter, höchstens mit seinen Geschwistern und unbeabsichtigt mit Schulfreunden, in keinem Fall aber nach Aufforderung. Lernen und nachfolgendes verbales Überprüfen von Lerninhalten ist nicht möglich.

Meine Annahme: J hat durch Sprachverweigerung (s)eine angespannte Familiensituation im Griff (über seine Besonderheit sind sich Vater und Mutter einig, im übrigen Leben nicht!).

Die musikalische Arbeit mit J gestaltete sich schwierig, da J zwar bereitwillig musizierte, jedoch jeden Körperkontakt vermied und ich keine Rückmeldung erhalten konnte. J bekam von mir die Zusicherung, bei mir nicht sprechen zu müssen!

Unsere musikalische Kommunikation lief über vierhändiges (improvisiertes) Klavierspiel mit Themen, die ich vorgab. Wir spielten über einzelne Familienmitglieder, Klassenlehrer, Schulkameraden. J konnte die Instrumente selbst wählen, auch mir Instrumente zuteilen. Für Verständnisfragen hatten wir drei Instrumente ausgesucht: Klangstab c´ bedeutet „ja“, Klangstab g´ bedeutet „nein“, ein Schlag auf die Handtrommel seinerseits bedeutet „weiß nicht“. So war eine Kommunikation, die zwar ich einseitig vorgeben musste – zumindest eingeschränkt möglich.

J lernte mit den von mir vorgegebenen Themen spielerisch umzugehen. Er lieferte auch eine harmonische Grundlage (Quintintervalle auf verschiedenen Instrumenten) zu meinen Obertongesängen, die er aus Alternativangeboten im „ja– nein Spiel“ auswählte. Hierbei war er auch bereit, seinen Rücken an meinen Körper anzulehnen, um die Klänge zu spüren.

Zwischendurch berichtete seine Mutter, dass er dieses „Geklimpere“ (= mein Musikangebot) nicht mehr mag, er sei aber jedes Mal freiwillig hergekommen, der Mutter verweigerte er aber ein Mitkommen ins Musikzimmer.

J's Spiel wurde immer sicherer, teilweise ausgelassen, er lachte dabei – aber unhörbar. In der Übertragung zwischen J und mir wurde die Situation aber immer angespannter. Wir konnten beide – auf Instrumenten richtig streiten! Nach etwa acht Monaten erfuhr ich vom Klassenlehrer, dass er zuerst in der Klasse, dann der Schuldirektorin ein Gedicht vorgelesen hat. Seit damals spricht J in der Schule, ich selbst habe – wie versprochen, keinen Ton von ihm gefordert, aber auch noch keinen gehört.

V, extrem linksdominant

Linksdominant zu sein bedarf normalerweise keiner therapeutischen Fördermaßnahme. V's Gesichtsausdruck: die rechte Gesichtshälfte ist angespannt, das rechte Auge scheint kleiner zu sein (angestrenzter Blick), die linke Gesichtshälfte hingegen scheint unbeteiligt, locker zu sein. Das linke Auge wirkt dadurch größer. Sein ganzes äußeres Erscheinungsbild ist als „schief“ zu bezeichnen. V lehnt jede Tätigkeit mit der rechten Hand ab. Da die Schulleistungen nicht zufriedenstellend waren, war für die Eltern und Lehrer therapeutischer Handlungsbedarf gegeben.



Am linken Bild ist deutlich die Dominanz der linken Körperseite zu erkennen, der Blick ist rechtsdominant (von der linken Hirnhälfte gesteuert). Das rechte Bild entstand nach dem Jonglieren mit drei Tüchern. (Für die Verwendung der Fotos hatte ich am 10.02.2005 die ausdrückliche Erlaubnis der Eltern eingeholt.)

V arbeitete in der Schule nur widerwillig mit, die musikalischen Übungen mussten schnell gehen. War er für seine Begriffe mit einer Arbeit fertig, stellte er sich mit verschränkten Händen in eine Ecke. Auf weitere Aufforderungen reagierte er mit erbosten Blicken. Gelang ihm eine Aufgabe gut, war er sehr erfreut. V wollte immer neue Aufgaben, Wiederholungen

langweilten ihn. Sprach V mit der Lehrerin, so blickte er in ihre Bauchhöhe (entsprechend seiner Körpergröße - geradeaus), auf Antworten wartend drehte er lediglich den Kopf etwas zur Seite, d. h. er blickte nicht dorthin, woher er eine Antwort erwarteten konnte (Mundhöhe der Lehrerin).

Zugang zu V finde ich nur mit Übungen, an denen abwechselnd und zusammenspielend beide Körperhälften beteiligt sind. Diese Spielaufforderungen machen ihn zuerst stutzig, dann übt er sie solange, bis er sie beherrscht. Ist dies erreicht, so ist sein Körperausdruck nicht mehr „einseitig“, V ist für Fragen und Antworten zugänglich.


V bekommt seit einiger Zeit ein Medikament, um seine Hyperaktivität zu dämpfen. Für mich zeigt sich diese Hyperaktivität höchstens in Passivität und innerlichem „Kochen“. Seit dieser Medikamentengabe sind sowohl sein Lerneifer, als auch seine Fingerfertigkeit gedämpft. Während des Klavierspiels fühlen sich seine Finger wie leicht spastisch gelähmt an.

Den entscheidenden Durchbruch in seinen schulischen Leistungen brachte das Schlüsselerlebnis des Jonglierens mit drei Tüchern. Seit dieser Zeit hat V eine höhere Leseleistung und ein verändertes Schriftbild (schreibt auf der Zeile, nicht darunter oder in der Luft, Bildervergleich unten). Seine Körperhaltung lässt seine linke Seite nicht mehr dominant erscheinen. Der Augentest ergab ebenfalls, dass V nach dem Jonglieren beidseitig (räumlich) sieht.

V zeigt bei allen sich bietenden Gelegenheiten, dass er mit drei Tüchern jonglieren kann. Für mich gilt es jetzt, das Erlernte zu festigen und mit Lerninhalten zu verknüpfen.

30.9.2004 Namenwörter
 Georg hat eine blaue
 Füllfeder. Andreas
 hat eine braune Hose
 Martin hat eine gute
 Jause
 Bravo!

8.11.2004 Wörter zerlegen
 das Würfelspiel: der Würfel
 das Spiel die Gartenbank
 der Garten, die Bank
 der Stoffelefant: der Stoff
 der Elefant
 Spitze!



Das Schriftbild veränderte sich ab dem Zeitpunkt, an dem V das Jonglieren beherrschte. Räumliches Sehen und eine verbesserte Auge – Hand – Koordination waren ausschlaggebend.

E., 17 non verbale Jahre

E's Tagesablauf in der Schule begann morgens mit einem (befohlenen), ausgedehnten WC Aufenthalt. Danach saß er am großen Gemeinschaftstisch in der Schulklasse und wartete auf die Jause. Auf die Tischplatte hatten die Lehrer Fotos mit Dingen des täglichen Lebens aufgeklebt. E sollte (dazu gebracht werden,) seine Bedürfnisse mittels Fingerzeig kundtun. Das Einnehmen der Jause beanspruchte dann den Rest des Vormittages. Es konnte vorkommen, dass E mit vollem Mund dasaß und vergaß, das Essen zu schlucken.

E ist mongolid und obwohl sein Stimmapparat funktionierte, sprach er kein Wort. Einzig wenn in es in der Klasse laut wurde, lachte er hörbar.

Wenn ich mit E musizieren wollte, blickte er mich verständnislos an, führte ich seine Hände beim Musizieren, lachte er. Ich musste einen anderen musikalischen Zugang finden. Da ich zur damaligen Zeit nur wenige Instrumente hatte, an denen man den Klang körperlich spüren konnte, besorgte ich eine Schlitztrommel. E setzte sich darauf, ich führte seine Hand und wir erzeugten einen fühlbaren Trommelschlag. E sprang, sobald er die Schwingungen spürte, von der Trommel auf und lachte, dass er kaum zu beruhigen war.

Die Klassenlehrer: Endlich etwas, um E aus seiner Lethargie herauszuholen!



Die Schlitztrommel blieb in der Klasse und als ich eine Woche später wieder kam, saß E auf der Trommel und trommelte selbstständig. Er fand Gefallen am Trommeln, mir blieb nur mehr, mich daran zu beteiligen. Ich bot E zusätzlich weitere Trommeln an und forderte ihn auf, darauf einzelne Schlägen auszuführen. Auch dieses Angebot nahm er an. Die Trommeln blieben während der darauffolgenden Wochen in der Klasse. Die Lehrer bauten ihm daraus ein ganzes Schlagwerk mit Trommeln, Schachteln und Dosen. E trommelte und lachte dazu.

Die aufmunternden Zurufe, wie „super“ beantwortete E mit einem gebrummen Ton. Dieser Ton ähnelte immer mehr dem Wort „super“. E war morgens immer sehr früh in der Klasse. Er wurde von allen, die in die Klasse kamen, persönlich mit „guten Morgen, E“ begrüßt. E antwortete lautmalerisch und trommelte den Wortrhythmus dazu.

Die betreuenden Personen rund um E erkannten in den Lautmalereien bereits erste Worte. Obwohl das Trommeln auf Dauer für alle in der Klasse belastend war, wurde auf die Besonderheit, dass E im Zusammenhang mit dem Trommeln verbale Ausdrucksmöglichkeiten verknüpfte, Rücksicht genommen.

Gegen Ende des Schuljahres hatte E bereits einen geringen Wortschatz, der deutlich zu verstehen war. Im folgenden, E's letztem Schuljahr wurde die Musizierform im Wesentlichen beibehalten. E's verbaler Ausdruck glich einer monotonen Computersprache. E war jedoch dadurch bereits in der Lage, seine Wünsche zu äußern.

Nach Ende seiner Schulzeit kam E in eine betreute Werkstatt. Zwei Jahre später wollte in dieser Einrichtung niemand glauben, dass E erst mit siebzehn Jahren zu sprechen begann.

L, findet kein Ventil für Emotionen

L kommt morgens in die Schule, steht im Stiegenaufgang oder sitzt am Fensterbrett und redet ununterbrochen. Der dargebotene Wortschatz reicht von ständig wiederholten einzelnen Wörtern, Begriffen aus Fernsehsendungen (des vorigen Abends) über „Attacke“, Geräuschen von Fahrzeugen bis zu unverständlichen Lautmalereien. Dazu imitiert er Bewegungen von Comicfiguren oder er hält irgendeinen Gegenstand als Mikrofon vor den Mund. L's Gesichtsausdruck verrät dabei, dass die verbalen Ausdrücke aus seinem Inneren kommen, also keinen realen Bezug zur „Jetzt-Situation“ haben.

Die Schulleistungen betreffend zählt L zu den besseren Schülern. Dadurch, dass er aber ständig stört, bewusst jeden Schüler anrempelt oder andere Dinge anstellt, müssen seinem Verhalten im Klassenverband Grenzen gesetzt werden.

Therapeutisches Musizieren:

L kann auf Anhieb alle Spielweisen im therapeutischen Musizieren, ebenso improvisiert er am Klavier, jedoch ohne Kontaktaufnahme zu Mitspielern. L ist bereit, lange Vokale zu singen. Diese klingen jedoch wie „auf Abruf“ produziert. Er will keine Lieder singen. Seine Sehnehmung ist besonders gut, er kann auch das Bewegungsverhalten anderer Kinder (v.a. jener mit Behinderung) originalgetreu nachmachen. Muss L passiv an einer Übung teilnehmen (Klangliege), so ist ständig irgendein Körperteil in Bewegung.

Meine Annahme: L kann sich auf emotionaler Ebene mit seinen Mitteln (sprachlich, taktil) nicht ausdrücken. Sein emotionaler „Speicher“ ist aber übervoll.

In weiterer Folge verbinden wir alle Tätigkeiten mit Klang. L wird beinahe täglich, wenn sein Verhalten unerträglich wird, ans Klavier gesetzt, wo er seine aufgestauten Aggressionen und Emotionen „wegspielen“ kann. Als weiteren Zugang zu sich selbst wird L angehalten, einzelne Teile seiner Körperoberfläche selbst zu trophotroper Musik zu massieren oder abzuklopfen. Ziel ist, dass L sich „spürt“ und nicht nur wie eine Maschine „funktioniert“.

Ich hoffe, dieses Ventil zur Emotionalität in verbindenden Übungen zur äußeren und inneren Hörnehmung zu erreichen. Der Weg dorthin ist schwierig, da L sein eigenes Verhalten offensichtlich noch nicht wahrnimmt.

26. Folgerung für meine Arbeit

Ein Ziel meiner Arbeit ist es, mit Musik eine Übereinstimmung der verschiedenen Formen der Wahrnehmung (Hören, Sehen, taktile Wahrnehmung,...) zu erreichen. Dies deshalb, da die Verarbeitung dieser Wahrnehmungen zentral geschieht und Voraussetzung für adäquate nachfolgende Handlungen ist. Wenn ich aber etwas anderes fühle, als ich höre, oder etwas anderes sehe, als ich empfinde, wird die Entscheidung aufgrund des stärksten wahrgenommenen Reizes oder der aktuellen gedanklichen Präferenz ausfallen.

Hier unterscheiden sich auch die Therapiezugänge. Setzen Therapien an der Handlungsseite, also nach der Verarbeitung im Gehirn an, können sie zwar Fertigkeiten verbessern, eine veränderte Wahrnehmung muss aber nicht die Folge sein. So kann eine Fertigkeit in anderen Situationen, die es wahrzunehmen gilt, plötzlich als nicht dazupassend empfunden werden.

Musiktherapie und vor allem der Teil des therapeutischen Musizierens setzt an der Wahrnehmungsseite an und beeinflusst diese. Eine Veränderung passiert bereits vor der Verarbeitung im Gehirn.

In meinem Ansatz des therapeutischen Musizierens verbinde ich die verschiedenen Wahrnehmungen mit Klang (Musik). So ist ein Sehproblem plötzlich mit einer Hörwahrnehmung gekoppelt. Führt die Hörwahrnehmung zu einem sichereren Ergebnis, wird sie die Seh wahrnehmung dadurch verändern und als Lernvorgang verbessern. Die Hörwahrnehmung ist unter Einfluss von Musik ebenfalls formbar. Gekoppelt mit der Seh wahrnehmung wird auch diese dadurch formbar.

Am Ende einer veränderten Wahrnehmung erfolgt eine veränderte Verarbeitung. Danach erfolgt eine veränderte Handlung, die wieder zu einer veränderten Wahrnehmung führt. Ein so entstehender Zyklus hat einen spiralförmig vertiefenden Charakter.

Als Therapeut muss ich zwar vordergründig akzeptieren, welcher Reiz zu welcher Entscheidung führt. Anhand von Defiziten im sozialen Bereich, von Lernschwierigkeiten, von unkoordinierten Bewegungsabläufen, sowie von negativ besetzten Emotionen lassen sich die Wahrnehmungsabläufe und auf der anderen Seite die Handlungsabläufe nachvollziehen.

Durch den Facettenreichtum des gesamten Musikspektrums, der aktiv als auch passiv, reproduzierend oder kreativ – in Verbindung mit Bewegungsabläufen, emotionalen,

situativen, bewusst und unbewusst wahrgenommenen Lebenssituationen, lässt sich der gesamte Verarbeitungsweg von der Wahrnehmung, über Empfindungen, mit gespeicherten Lerninhalten abgleichen und bis zur bewussten Steuerung von Handlungen beeinflussen.

Erst durch eine Gesamtheit dieser Wahrnehmungsverarbeitung, verbunden mit der Vorbereitung einer Handlung, kann ein Mensch „Persönliches“ und seine Persönlichkeit ausdrücken.

Führen unzusammenhängende oder konkurrierende Wahrnehmungen bereits vor der Verarbeitung im Gehirn zu Handlungen, ist deren Folgerichtigkeit nicht gewährleistet. Auch wenn Menschen mit verschiedenen Behinderungen und Teilleistungsstörungen Handlungen nur nach Maßgabe ihres erreichbaren Potentials ausführen können, muss es meines Erachtens das Ziel sein, den Weg für diesen Gesamtprozess durch musiktherapeutisches Handeln auf einen, für jeden Menschen bestmöglichen Stand vorzubereiten.

Der Mensch kann von verschiedenen Seiten betrachtet werden (bio – psycho – sozial; Körper, Geist, Seele). Zum Menschen in seiner Gesamtheit kommt man durch unzählige Einzelwahrnehmungen. René Descartes': „ich denke, also bin ich“ führte dazu, dass dem Denken alle anderen körperlichen und geistigen Funktionen untergeordnet wurden. Der Mensch besteht aber untrennbar aus Körper, Geist und Seele, er funktioniert nur als Einheit, deren einzelne Komponenten sich gegenseitig bedingen.

Diese Betrachtungsweise muss den Schluss zulassen, dass:

der ganze Mensch empfindet,

der ganze Mensch urteilt,

der ganze Mensch handelt.

Der ganze Mensch den Weg geht, den er gehen will.

Am Ende jeder therapeutischen Maßnahme ist ein „ganzer Mensch“ auf diesem Weg und Teilbetrachtungen sind bedeutungslos.

Durch Klang (Rhythmus, Musik, Gesang, Schwingung, Resonanz) kann sich ein Mensch „ganz“ wahrnehmen und als solcher lebendig an unserer Welt teilhaben. Im Klang lässt sich körperlich- seelisches Empfinden nonverbal und verbal ausdrücken. Aus diesem Klang heraus kann der Mensch Handlungen setzen, die seiner ganze Persönlichkeit entsprechen.

Im therapeutischen Singen und Musizieren zeige ich Wege auf, mittels klanglicher Begleitung jene Wahrnehmungs- und Verarbeitungsbereiche oft über Umwege zu aktivieren, die aufgrund verschiedener Ursachen weniger oder gar nicht benutzt werden.

Musik in verschiedenen Ausprägungen muss nur der notwendige (notwendende) Stellenwert im gesamten Leben, vor allem aber in der Zeit der pädagogischen Formbarkeit zugeteilt werden.

Dieselben Überlegungen möchte ich auch als Grundlage für religiöses Leben anstellen. Wissensvermittlung (geschichtliche Darstellung) wird für das Empfinden nicht reichen. Wie auch beim Menschen Teilbetrachtungen zu einem Ganzen führen müssen, ergeben Teilbetrachtungen (Vater, Sohn und Heiliger Geist) ebenfalls ein gesamtes Gottesbild.

Erst durch die gesamte menschliche Wahrnehmung, der Verarbeitung und der daraus resultierenden Gesamtheit des Empfindens, kann meines Erachtens eine Verbindung vom Innersten eines Menschen mit dem „Göttlichen“ entstehen. Dies wiederum ist durch eine singend-betende (klingende) Tätigkeit, die die Aufmerksamkeit zentriert, leichter erreichbar als eine, womöglich von Zweifeln begleitete denkende Verarbeitung von geschichtlichen (biblischen) Hintergründen.