



Frühstart ins Leben

Musik und
Medizin

Musik als Therapie für frühgeborene Kinder und ihre Eltern **Friederike Haslbeck**

Zu früh geboren und zu früh Eltern geworden, zu früh aus der Geborgenheit des Mutterleibs gerissen und zu früh ein Kind entbunden, zu dem das Band noch nicht geknüpft war: Es ist für Kinder wie für die Eltern eine große Herausforderung, wenn nicht gar eine traumatische Erfahrung, wenn ein Kind vor der 37. Schwangerschaftswoche als Frühchen geboren wird. Oft folgen Wochen bis Monate der Angst und Unsicherheit auf der Frühgeborenenstation, und auch nach der Entlassung aus der Klinik bleibt für viele Familien die Sorge um die gesunde Entwicklung ihres Kindes.

Frühgeborene Kinder sind vielen Reizen und Umgebungslärm ausgeliefert, vor denen sie im Mutterleib geschützt wären. Denn der Mutterleib ist die perfekte Umgebung für die geistige und körperliche Entwicklung aller Kinder, insbesonde-

re in Bezug auf die Qualität, die Intensität und die Dauer aller Reize.

Tiefe, rhythmische und Geborgenheit spendende Klänge – wie beispielsweise der stete Herzschlag der Mutter, das Rauschen ihres Bluts, aber auch die Stimme der Mutter –, die mütterlichen Bewegungen und der Hormonaustausch über die Plazenta prägen die frühe Sinneserfahrung des Ungeborenen. Erste Formen der Kommunikation und der Bindung zwischen Mutter und Kind werden bereits im Mutterleib angelegt.

Kommt es dann zu einer Frühgeburt, tritt an die Stelle dieser wertvollen Erfahrungen eine Flut von stressauslösenden Reizen, wie das schrille Piepen der Monitore. Mutter und Kind werden zu früh voneinander

getrennt und viele Fürsorgeaufgaben, die Eltern in ihre neue Rolle hineinwachsen lassen, müssen zunächst an das Krankenhauspersonal abgegeben werden.

Musiktherapie bei Frühgeborenen

Um sowohl der Gefahr der Reizüberflutung als auch der Gefahr einer Reizarmut entgegenzuwirken und die Eltern-Kind-Bindung von Anfang an zu stärken, wird inzwischen auf einigen Neonatologiestationen – den Stationen zur Betreuung und Behandlung von Frühgeborenen – Musiktherapie angeboten. So wird z. B. am Universitätsspital Bern und am Universitätsspital Zürich „Schöpferische Musiktherapie“ in das psychosoziale Angebot der Station integriert. Das Universitätsspital Zürich untersucht darüber hinaus mögliche positive Auswirkungen von Musiktherapie auf die Gehirnentwicklung der Kinder.

In der „Schöpferischen Musiktherapie“ werden Rhythmen und Affekte der Kinder, wie z. B. ihr Atemrhythmus, ihre Mimik und Gestik, in ein musikalisches Kontaktangebot übergeleitet, um die Kinder individuell zu stimulieren und den in dieser Anfangszeit so wichtigen menschlichen Kontakt anzubieten. Einfache, wiegenlied-ähnliche Lieder werden auf dem Atemrhythmus der Kinder gesungen und mit ruhigen Instrumentalklänge begleitet. Auch die kleinsten Bewegungen der Kinder werden beobachtet und in Musik umgesetzt. Starker Anspannung der Kinder wird z. B. durch den bewussten Einsatz beruhigender Klänge, sanfter Lieder oder leiser Melodien entgegengewirkt. So kann Musiktherapie die Kinder dabei unterstützen, sich zu entspannen, sich zu stabilisieren, ruhiger und regelmäßiger zu atmen sowie ruhiger und tiefer zu schlafen. Musiktherapie kann auch den Eltern helfen, Ängste und Stress abzubauen.

Wie werden Eltern einbezogen?

Die Eltern werden ihren Bedürfnissen entsprechend in die Therapie mit einbezogen. Kulturelle Unterschiede, die sich auf den heutigen Frühgeborenenstationen als immer größere Herausforderung erwei-

sen, können dabei besonders gut berücksichtigt werden. Und so hört man auf den Stationen in Bern oder Zürich nicht nur Schweizer Wiegenlieder, sondern auch afrikanische Kinderlieder, tibetische Heilgesänge oder brasilianische Melodien.

Oft wird die Therapie beim „Känguruhen“ angeboten, sodass sich auch die Eltern entspannen können. Sich zu entspannen gelingt den Eltern auf Grund all der Sorge um das Kind insbesondere in der Anfangszeit nicht immer, ist für eine gesunde Bindungsentwicklung zum Kind jedoch sehr wichtig.

Viele Eltern lieben das speziell für die Neonatologie angefertigte Wiegemonochord, das im Gegensatz zu dem hohen, digitalen Piepen der Monitore einen tiefen Klang hat und bei Kontakt zum Ellenbogenknochen die entspannenden Vibrationen auch im Körper der Eltern spürbar werden lässt. Die Eltern werden auch zum eigenen Singen für ihr Kind angeleitet, denn egal, ob als Laien oder musikalisch ausgebildet: Für die Kinder gibt es keine schöneren und wichtigeren Stimmen als die der Eltern.

Abgerundet wird das musiktherapeutische Angebot durch Elterngespräche und eine musikpädagogische Nachsorgeberatung inklusive Broschüre zur musikalischen Förderung durch Musik im ersten Lebensjahr. In Zürich wird zusätzlich in Zusammenarbeit mit der Seelsorge und Psychologie ein monatlicher Elternabend zum Austausch untereinander angeboten.

Musik stärkt die Beziehung

Gerade in der heutigen Zeit, in der das aktive Musizieren für und mit Kindern nicht mehr selbstverständlich ist, sollte das Singen von Liedern und speziell von Wiegenliedern als eine Entspannung, Kraft und Freude spendende Quelle wiederentdeckt werden. Viele Eltern greifen erfreulicherweise auch nach der Krankenhauszeit darauf zurück. Musik kann nicht nur die Entwicklung der Kinder fördern, sondern auch zu einem gemeinsamen positiven Erleben führen, die Feinfühligkeit der Eltern fördern und so die Beziehung zwischen Eltern und Kindern stärken – von Anfang an.

Medizinische Fortschritte

Heute kann ein Frühchen, das nach 27 Schwangerschaftswochen mit einem Gewicht von 800 g und einer Körpergröße von 30 cm das Licht der Welt erblickt, überleben.

Känguruhen

Beim Känguruhen wird das Kind für eine oder mehrere Stunden nur mit einer Windel auf die nackte Brust von Mutter oder Vater gelegt, wo es den Hautkontakt genießen und den aus dem Mutterleib vertrauten Herzschlag hören kann. Känguruhen sorgt dafür, dass die Kinder erholsamer schlafen, stabiler atmen und weniger Anzeichen von Stress zeigen. Es fördert zudem die emotionale Bindung zwischen Eltern und Kind.

Linktipps

- Der Bundesverband „Das frühgeborene Kind e.V.“ setzt sich für die Belange und Bedürfnisse von frühgeborenen Kindern und deren Eltern ein. Informationen unter: www.frühgeborene.de
- Beschreibung des Arbeitsfelds Musiktherapie in der Neonatologie und Übersicht über Kliniken mit Betreuungs- und Behandlungsangebot: www.musiktherapie.de > Musiktherapie > Arbeitsfelder > Neonatologie

Interview

••• *Wie sieht Ihr ganz normaler Arbeitstag aus?*

Friederike Haslbeck: Mein Arbeitstag beginnt in der Regel um 8.30 Uhr. Ich gehe zunächst über die Station und bespreche mit dem Stationsteam, ob und wann heute Musiktherapie für die Kinder, die ich betreue, sinnvoll erscheint. Dann beginne ich zunächst mit den Therapien ohne Eltern. Später kommen die Eltern auf die Station. Oft biete ich Musiktherapie während des Känguruhens an, begleitet von Gesprächen und Anleitung zum eigenen Singen.

Zudem treffe ich mich regelmäßig mit den Stationsleitungen und dem psychosozialen Team, bestehend aus PsychologInnen und SeelsorgerInnen, um mich über die Bedürfnisse der PatientInnen auszutauschen. In Zürich bin ich darüber hinaus als Projektleiterin eines Projekts zur Untersuchung der Gehirnentwicklung unter Musiktherapie tätig. So bitte ich z. B. Eltern um die Teilnahme an der Studie und dokumentiere nicht nur den Therapieprozess an sich, sondern organisiere und archiviere auch Videoaufnahmen und Untersuchungsergebnisse.

••• *Wie gestaltet sich das Miteinander zwischen Ihnen, Eltern und Kindern?*

Friederike Haslbeck: Ob ich allein mit den Kindern arbeite oder die Eltern in die Therapiearbeit mit einbeziehe, richte ich individuell an den Bedürfnissen der Eltern aus. Manche Eltern sind froh, wenn ich immer dann zu den Kindern gehe, wenn sie selbst nicht anwesend sein können. Anderen Eltern ist es möglich, viele Stunden auf der Station zu verbringen und sie genießen die gemeinsame Therapie beim Känguruhen.

Oft arbeite ich zusätzlich mit dem Monochord, sodass sich auch die Eltern entspannen können. Ich versuche immer, Eltern und Kind als Einheit zu betrachten und mich nicht zwischen sie zu drängen.

Friederike Haslbeck ist Musikerin, diplomierte Musikpädagogin und promovierte Musiktherapeutin (Dr. rer. medic.). Als Expertin auf dem Gebiet der Musiktherapie für frühgeborene Kinder und ihre Eltern arbeitet sie am Universitätsspital Bern und am Universitätsspital Zürich, wo sie auch forscht. Sie lehrt an der Züricher Hochschule der Künste, Fachbereich Musik/Weiterbildung und dem Freien Musikzentrum München.



Mein Ziel ist es, die Eltern-Kind-Bindung zu fördern, indem ich z. B. beim Känguruhen mithilfe der Musik einen Raum für Begegnung und Emotionen zwischen Eltern und Kind anbiete.

Oft lasse ich die Eltern ein persönliches Lied für die Kinder aussuchen, das ich in der Therapie aufgreife. Manchmal komponieren wir auch ein eigenes Lied für das Kind. Manche Eltern singen mit, andere Eltern hören lieber zu und genießen den innigen Moment mit ihrem Kind. Fast alle Eltern beginnen jedoch beim Känguruhen zu summen, wenn sie mit ihrem Kind alleine sind.

••• *Was gefällt Ihnen an Ihrer Arbeit besonders gut?*

Friederike Haslbeck: Die Begegnungen! Die Begegnungen mit den Kindern, die beginnen, der Musik zu lauschen, sich zu entspannen, zu lächeln, die Finger sanft zur Musik zu bewegen. Die Begegnungen mit den Eltern, die in der Musik oft ein Mittel wiederentdecken, das ihnen in dieser schweren Zeit einen neuen Zugang zu ihrer Rolle als Eltern ermöglicht und ihnen etwas an die Hand gibt, das nur sie anbieten können. Denn die Stimme der Eltern ist für die Kinder unersetzbar. Sehr berührend ist oft die erste Therapieeinheit mit Eltern und Kind. Die Eltern spüren und sehen, wie ihre Kinder auf die Musik reagieren, vielleicht sogar lächeln, und sind erfüllt von Freude in diesem kostbaren Mo-

ment der Begegnung inmitten all der Hightech-Medizin.

••• *Welchen Rat geben Sie betroffenen Eltern?*

Friederike Haslbeck: Nutzen Sie Ihre Stimme, vertrauen Sie Ihrer Stimme. Ganz egal, ob man Ihnen früher möglicherweise gesagt hat, Sie könnten nicht singen. Ihre Stimme ist für Ihr Kind die allerschönste! Atmen Sie tief und ruhig, entspannen Sie sich, summen oder brummen Sie. Erzählen Sie Ihrem Kind alles, was Ihnen auf dem Herzen liegt, und alles, was sie ihm wünschen. Ihre Stimme kann all Ihre Liebe für Ihr Kind transportieren, selbst an Tagen, an denen Känguruhen nicht möglich ist. Achten Sie dabei auf die Signale Ihres Kindes. Sie werden spüren, wann es Ihr Singen genießt und wann es Ruhe braucht. Summen und singen Sie nur, wenn Sie selbst Lust dazu verspüren. Nutzen Sie einfache, ruhige Lieder, die Wiegenliedern ähnlich sind. Scheuen Sie sich nicht vor Wiederholungen und Pausen. Je einfacher und nachvollziehbarer Ihr Summen ist, umso besser für Ihr Kind.

Haben Sie in der Schwangerschaft gesungen oder eine bestimmte Musik gehört? Gibt es ein Lied, das Ihnen, Ihrer Familie oder Ihnen als Paar viel bedeutet? Dann nutzen Sie dieses Lied für Ihr Kind als Ihre ganz persönliche Musik der Familie, als Ihren ganz persönlichen Raum der Begegnung.