

Kunst als Behandlungsoption

Teil 4: Musiktherapie

Der Augenblick in der Musiktherapie für Menschen mit einer Krebserkrankung

Musiktherapie als ein psychodynamisch orientiertes Behandlungsverfahren wendet im therapeutischen Prozess Musik als vertiefendes Medium zur Sensibilisierung der Wahrnehmung, Förderung des Ausdrucks, der Kommunikation sowie des Verhaltens an. Über erlebnis-, konflikt- oder übungszentrierte Modalitäten findet im Hier und Jetzt Begegnung statt, welche Vergangenes sowie Zukünftiges miteinbezieht. Zur Erreichung individueller Zielsetzungen werden aktive sowie rezeptive Methoden wie Improvisation, komponierte Instrumental- und Vokalmusik, imaginatives Musikerleben, Stille, der Körper und das Gespräch verwendet. Das Setting kann einzeln oder in Gruppen stattfinden. Patientinnen sowie Klientinnen benötigen dafür keine musikalischen Vorkenntnisse.

Alles, was der Mensch denkt, hört, empfindet, wahrnimmt, für die Zukunft plant, aus der Vergangenheit herholt, findet im Jetzt statt, im gegenwärtigen Augenblick. Vergangenheit und Zukunft sind Konstruktionen des Gehirns und konstituieren sich im Jetzt (1, 2).

Bei Menschen mit einer malignen Tumorerkrankung rückt die Zeit angesichts der existenziellen Bedrohung stärker ins Bewusstsein als bei gesunden Menschen. Schmerzen, Ängste sowie Störungen des einst mehrheitlich intakten Zeitkontinuums begleiten onkologische Patientinnen vielfach. Eine für den gesunden Menschen selbstverständliche Zukunftsplanung kann angesichts einer nicht heilbaren Tumorerkrankung auseinanderbrechen; die sichere Aussicht auf den Tod ist kaum auszuhalten. Der erdachte eigene «Zukunftsraum» wird zunehmend in die Gegenwart hineingezogen: Die Zukunft besteht nur noch aus einer nächsten Woche, einem Übermorgen, Morgen. Da selbst ein Morgen unsicher ist, zählen die verbleibenden Möglichkeiten im Augenblick. Aktuelle existenzielle Fragen zum Hier und Jetzt und die Sorge um Familie und Freunde werden wichtiger als die Beschäftigung mit der eigenen Vergangenheit. Auch der flüchtige Augen-

Jacqueline Stohler

MAS klinische Musiktherapeutin, SFMT
Diplomierte Flötistin
St. Claraspital
Kleinriehenstrasse 30
4016 Basel
E-Mail: jacqueline.stohler@claraspital.ch



blick ist sowohl im musiktherapeutischen Prozess wie im Leben eingebettet in ein Zeitkontinuum zwischen Vorher und Nachher, Biografie und Vision, Rückschau und Ausschau. Was uns im Augenblick als Gedanke, Idee, Eingebung, Inspiration zufällt, reiht sich zufällig zwischen Ordnung und Chaos ein.

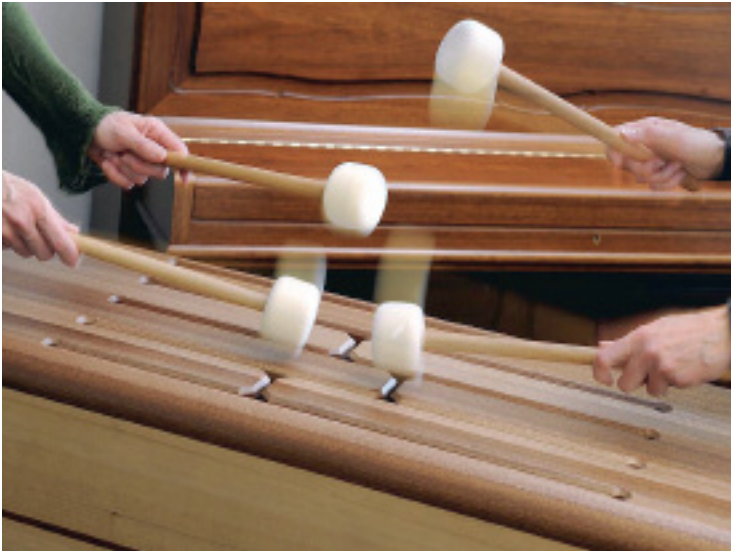
Sich auf den Augenblick einlassen?

Als Einstimmung auf eine erste Behandlung auf dem Klangbett wende ich mich an die 71-jährige Frau Bähler mit den Worten: «Einatmen, auch als Zulassen, ausatmen als Loslassen und die Atempause als Seinlassen.» Sie äussert sich danach: «Stimmt, zulassen sollte ich doch eigentlich, bevor ich loslassen kann! Das Zulassen war mir gar nicht wirklich bewusst.» Gesprochene Worte sind wie die Musik flüchtig. Ausgesprochen oder angeklungen, lassen sie «die Freiheit, die Resonanzbotschaft anzunehmen, zu modifizieren oder wie einen Windhauch vorbeiziehen zu lassen» (3).

Das Unvorhergesehene leiht der Improvisation ihren Namen. Das Ungeplante, Ungehörte, Ungedachte, Überraschende fällt im Augenblick in den Strom der Zeit ein. «Kreativität ist Erfindungsgabe im Moment, kann sich aber durch Verbindung mit allen Zeitdimensionen entfalten: Die Ressourcen des archaisch Vergangenen geben den Boden, das verfügbare Gegenwärtige erscheint als Inspiration und das unvorhergesehene Zukünftige verlangt nach Wachheit und Beweglichkeit» (4).

Wird der Augenblick wahrgenommen?

Die 83-jährige Frau Lohmann exploriert zum ersten Mal mit der grossen Schlitztrommel. Nach einer längeren Zeit erfindet sie mit ihren neu gefundenen Lieblingstönen eine kleine Melodie. Gegen Ende der Sitzung lade ich sie ein, sich auf den Rand der Schlitztrommel zu setzen. Frau Lohmann schliesst die Augen, ich spiele dazu ihre neue Melodie. Erstaunen und Überraschung sind in ihrem Gesicht zu erkennen: «Das hätte ich nicht gedacht und erwartet. Dieses Kribbeln – spürbar vom Becken bis zum Nacken. Nochmals. Ich bleib einfach sitzen!»



Grosse Schlitztrommel



Milltone



Behandlungsmonochord oder Klangbett

Unvorhergesehenes, Überraschendes in der Therapie lassen den Patienten für Augenblicke aus seinem Spitaldasein herausfinden und sich als einen am Leben teilnehmenden und zugehörigen Menschen erfahren: Augenblicke, die für den Moment gelten und/oder in die Zukunft oder Vergangenheit weisen. Augenblicke, in welchen Lebensqualität in einer Art anklingt, die verloren zu gehen droht. Das Zeitkontinuum von Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft bleibt erhalten, wenn auch in kleinerer Dimension.

Was spiegelt der Augenblick?

Die Erstdiagnose einer Tumorerkrankung lag vierzehn Jahre zurück. Seither begleiteten die 58-jährige Frau Quiero Operationen, Radio- und Chemotherapien, Progredienz und Remission von Metastasen. Wunsch und Ziel von Frau Quiero waren, in der Musiktherapie Entspannung und Ablenkung von ihrer Krankheit zu erfahren. Sie litt an Erschöpfung, Antriebs- und Energielosigkeit und war von Frustrationen geplagt: Aufgrund der Müdigkeit fehlte ihr die Kraft, ihr Leben wie früher aktiv zu gestalten. In bislang vier ambulanten Sitzungen wurde aktiv und rezeptiv gearbeitet.

Aus der zweiten Sitzung: Das Leben rollt nicht mehr

«Komme ich je wieder in einen normalen Zustand oder serble ich nun einfach dahin?» Mit diesen Worten fasst Frau Quiero ihre derzeitige Befindlichkeit zwischen Hoffnung und Verzweiflung zusammen – ich lasse sie ein Instrument aussuchen, das symbolisch für Lebensqualität, -kraft und -energie steht. Frau Quiero wählt die Oceandrum. Ihr Spiel beginnt stark und laut, alle Kugeln rollen. Nach einigen Minuten beruhigt sich die rauschende Musik; nun rollen einzelne Kugeln in verschiedenen Tempi, stoppen, pausieren und geraten wieder in Bewegung. «Ich mag es, einzelne Kugeln auf die Reise zu schicken. Dies macht meinen Weg überschaubar. Manchmal kommen die Ereignisse von allen Seiten, dann werde ich völlig überrannt. Die Kugeln faszinieren mich; dieses Rollen – mein Leben rollt nicht mehr. Es stockt, steht immer wieder an. Die Krankheit überrollt mich manchmal. Dann ist es bedrohlich. Jetzt, hier kann ich die Kugeln anhalten und den Klang stoppen, wann immer ich es möchte. Wenn ich stoppe, dann stoppt es!»

Im Spiel mit der Oceandrum war Frau Quieros Gesichtsausdruck entspannt. Sie war neugierig, experimentierend und konzentriert und konnte sich selbstwirksam und selbstbestimmend erleben. Die Musik und das Instrument wurden ihr zum «modifizierbaren Gegenüber», die Kugeln zum Symbol ihrer Krankheits- und Lebenssituation.

Aus der vierten Sitzung: ungestörtes Sein

Frau Quiero ist ohne jegliche Energie und beschreibt ihr Dasein als frustrierend: «Liege ich erschöpft auf dem Sofa, kann ich nicht wirklich dort sein, denn eigentlich möchte ich doch in meinem Garten arbeiten!» Ich realisiere Enge, Ohnmacht, Unruhe, Zerrissenheit. Was Frau Quiero kräftemässig tun kann, missfällt ihr, und was ihr gefällt, kann sie nicht verrichten.

Anders auf dem Klangbett: Frau Quiero erlebt sich in einem schwebenden Zustand, ohne störende Bilder und Gedanken: «Ich konnte sein. Nichts hat mich geplagt, nichts hat mich gestört! Ich verspüre auch mehr Energie in mir und würde so gleich in den Garten gehen.»

Frau Quiero gelang es, sich auf den Augenblick einzulassen und anzunehmen, was gegenwärtig war – Synchronizität der Zeitlichkeit.

Bei Behandlung über einen längeren Zeitraum können einem Patienten in Abhängigkeit von dessen Gesundheits- und inner-

psychischem Zustand intensivierende, (heraus-)fordernde, auch konfrontierende Augenblicke zugemutet werden. Bei Eintritt in den präterminalen Zustand hingegen erfahren Therapieziele, Instrumenten- und Musikauswahl sowie Interventionen eine Änderung: In den Mittelpunkt rücken sanftere Klänge, ruhigere Improvisationen, Stille, das Erlangen von Momenten des Umhüllens, Haltens, Beruhigens, Zentrierens. Auch an der Grenze zum Tod können Wunder des Lebens in gemeinsamen Augenblicken erfahren werden. **X**

Dieser Artikel ist ein Auszug aus der an der Zürcher Hochschule der Künste (ZHdK) entstandenen Masterarbeit (2014), welche 2017 in Form eines Buchbeitrages in den Zürcher Schriften der Musiktherapie erscheinen wird.

Literatur:

1. Foster J (2011): Das Wunder des Seins. Hamburg: Noumenon Deuter, M. (2010). Polaritätsverhältnisse in der Improvisation. Wiesbaden: Reichert.
2. Tolle E (2000): Jetzt! Die Kraft der Gegenwart (3. Auflage). Bielefeld, Kamphausen.
3. Lutz Hochreutener S (2009): Spiel – Musik – Therapie. Methoden der Musiktherapie mit Kindern und Jugendlichen. Göttingen, Hogrefe.
4. Hegi F, Rüdissüli M (2011): Der Wirkung von Musik auf der Spur. Theorie und Erforschung der Komponenten. Wiesbaden, Reichert.