

Mit dem Atem Klavier spielen

Musiktherapie mit schwer mehrfach behinderten Menschen

Von Hansjörg Meyer

Ich lege meine Hände auf die weißen Plättchen und schwarzen Stifte vor dem großen schwarzen Kasten, die im schwachen Licht des Raumes schimmern und die sich wie Wellen bewegen können, wenn meine Finger auf ihnen tanzen – Tasten. Zuerst liegen sie nur auf der glatten Fläche. Noch ist alles still. Maria kann ihren eigenen langsamen Atem hören, so still ist es. Ein – aus. Pause. Ein – aus. Pause. Ein – aus. Pause. Irgendwann bewegt sich ein Finger von mir, drückt eine Taste herunter und der schwarze Kasten beginnt zu singen. Dann bewegt sich wieder ein Finger, wieder singt der Kasten. Dann noch einmal – immer, wenn Maria ein- und ausatmet, bewegen sich die Finger. Maria kann die Finger mit ihrem Atmen steuern, und nicht nur die Finger, auch die Klänge. Sie erschafft die Musik, die allmählich den ganzen Raum erfüllt. Und diese Musik passt zu dem, was in ihr ist – jeder Ton lässt das, was sie fühlt, hörbar werden, als würde sie mit ihrem Atem sprechen.

So könnte ein Mensch mit schwerer Behinderung den musikalisch-motorischen Dialog in der Musiktherapie erleben, den ich als „Musikbasierte Kommunikation“ bezeichne und dessen Wirksamkeit darin zu liegen scheint, dass durch die musikalische Beantwortung körperlicher Äußerungen Gefühle ausgedrückt und kommuniziert werden.

Menschen mit schweren Behinderungen und Musik

Klänge scheinen für Menschen mit schwerer Mehrfachbehinderung eine große Rolle zu spielen. Sie bringen etwas mit, das unmittelbar berührt, sie schütten es manchmal in einem aus, was mit dem ganzen Körper gefühlt werden kann. So sind beispielsweise Worte für diese Menschen nicht so sehr Träger einer Bedeutung, die sich dem Verstand erschließt. Worte sind Klänge, und ihre Bedeutung wird gefühlt. Sie hängt davon ab, wie diese Worte klingen, wie sich der Fluss der Worte anhört, welche Melodie dieser Fluss hat, welchen Rhythmus, die Lautstärke spielt eine Rolle und das Tempo. Klang, Melodie, Rhythmus, Lautstärke, Tempo – all das ist *Musik*! Musik kann mit dem Gefühl erfasst werden, denn sie transportiert emotionale Inhalte. Jeder weiß das, Musik kann zu Tränen rühren, trösten, aufheitern, anregen, eine Gänsehaut hervorrufen... Das liegt daran, dass Musik sehr eng mit der frühen Mutter-Kind-Kommunikation verwandt

ist, und in dieser spielen beispielsweise ein bestimmtes Sing- und Sprechtempo, Klangfarbe und Tonhöhe der Stimme, Körperrhythmen, deren gemeinsame Abstimmung und eine Kombination aus all dem eine Rolle und werden von beiden Partnern auf der elementaren Ebene produziert, wahrgenommen, erfasst und geteilt – und weiterentwickelt (vergl. Nitzschke 1984). Es scheint sogar so zu sein, dass Musik dem Menschen innewohnt. Denn der Körper steckt voller Musik, jede Bewegung, selbst die des Atems, und jeder stimmliche Laut enthalten musikalische Elemente, nämlich Tempo, Rhythmus, Takt (Stereotypen!), Töne, Lautstärke und gewissermaßen auch so etwas wie Klang, wenn wir die Stimmung eines Menschen mit Wohl- und Missklängen assoziieren. Antworte ich auf die Bewegung eines schwer behinderten Menschen mit passender Musik, entsteht sofort Kommunikation. Und da Körper und Gefühle sehr eng miteinander verwoben sind, kann die Musik auch auf den emotionalen Gehalt der körperlichen Äußerung antworten. So entsteht Kommunikation auf einer sehr unmittelbaren Ebene, nämlich der emotionalen. Schwer mehrfach behinderte Menschen sprechen hierauf in erstaunlicher Weise an. Musik scheint für diese Menschen (und nicht nur für sie) tatsächlich ein nahezu ideales Kommunikationsmittel auf dieser Ebene zu sein, weil sie als Bedeutungsträger emotionaler Inhalte erfasst und genutzt wird. Das geht weit über die allgemein bekannte positive und anregende Wirkung der klanglichen Vibrationen hinaus. Die Bedeutungen der Worte *communicare* (teilen, gemeinsam machen, mitteilen) und *therapeia* (dienen, ermöglichen) zeigen uns den Weg auf: durch das Teilen der Bedeutung von Klängen, mittels einer gemeinsamen Bedeutungsabstimmung musikalischer Elemente, jedes einzelnen Klanges können wir dem schwer behinderten Menschen Befreiung aus der behinderungsbedingten Isolation ermöglichen. Hierbei ist unerlässlich, dass beide Partner in einer ähnlichen achtsamen und sehr aufmerksamen Haltung kommunizieren – nur so kann wirkliche Kommunikation gelingen. „Every Note Counts“ lautet der Name eines Buches von Fraser Simpson über die Nordoff-Robbins-Musiktherapie, und dieser Titel gibt so recht wieder, worauf es ankommt: jeder Ton wird gemeinsam entwickelt, betrachtet, ausgekostet oder verworfen, von ihm aus begeben wir uns zum nächsten. Jeder Ton zählt. Jeder Moment zählt, und es gibt so gut wie nichts, das keine Bedeutung hat.

Musiktherapie für Menschen mit schweren Behinderungen

Ausgehend von der Vorgehensweise der Nordoff-Robbins-Musiktherapie sitze ich am Klavier, neben mir, meist im Rollstuhl, ein Mensch mit schwerer Mehrfachbehinderung. Da er in der Regel weder sprechen noch mit einem Musikinstrument selbst etwas machen kann, betrachte ich seinen Körper als Instrument. Seine Äußerungen mittels Bewegungen, Stimme und Atmung enthalten, wie oben beschrieben, sämtliche musikalischen Elemente, und auf diese kann ich am Klavier antworten – als Melodie-, Harmonie- und Rhythmusinstrument verfügt es über ein breites Spektrum an musikalischen Ausdrucksmöglichkeiten. Beide Partner improvisieren, unterhalten sich also über alles Mögliche aus dem Stegreif (lat. *improvidere* kommt von der Verneinungsform des Verbs „vorhersehen“), und so entsteht ein musikalisch-motorisches Gespräch.

Maria

Die 16-jährige Maria sitzt neben mir am Klavier. Das Mädchen spanischer Eltern ist seit Beginn ihres zweiten Lebensjahres infolge schwerer epileptischer Anfälle schwer mehrfach behindert. Seitdem lebt sie im Heim. Sie kann sich fast gar nicht bewegen, nur ihren Kopf ein wenig, ihren Mund und ihre ausdrucksvollen dunklen Augen, mit denen sie meistens etwas ängstlich in die Welt schaut. Jeder noch so kleine Reiz wird von ihr wahrgenommen, und selten sind die Momente, in denen sie nicht unter ihnen leidet. Sie weint deswegen oft – leider bringt es der Alltag der Einrichtung, in der sie lebt, mit sich, dass es dort nicht immer so ruhig zugeht, wie sie es bräuchte. Auch ist sie sehr melancholisch veranlagt. Man sieht sie so gut wie nie lachen oder auch nur lächeln. Oft schaut sie lange und mit sehnsuchtsvollem Blick in den Raum, manchmal mit Tränen in den Augen, und wenn man sich ihr in solchen Momenten zuwendet, beginnt sie zu weinen. Sie genießt es dann, getröstet zu werden, mit viel Körperkontakt, vorzugsweise von ihrer Bezugsbetreuerin. Auch liebt sie Bäder, sanfte Massagen, Snoezelen – und Musik.

Maria atmet ein und aus, dann entsteht eine Pause, bevor sie wieder ein- und ausatmet. Ich beobachte sie während mehrerer Atemzüge und versuche herauszufinden, wie es ihr geht. Sie wirkt zwar relativ ruhig, aber in ihrem in den Raum gerichteten Blick

ist auch Verunsicherung zu erkennen, es hat den Anschein, als sei sie mit irgendetwas beschäftigt – gerade eben im Aufzug hat sie noch heftig geweint, weil ein Wagen mit Essgeschirr laut klirrend und polternd mit hineingeschoben wurde, und erfahrungsgemäß dauert es einige Zeit, bis sie sich nach solchen Erlebnissen beruhigen kann. Ich will zuerst nur einen einzelnen, neutralen Ton anbieten, vom dem aus wir dann gemeinsam entscheiden können, wie es weitergeht. So spiele ich synchron zur Atmung das zweigestrichene C, weil es mir gerade ins Auge fällt, jeweils im Moment des Ein- und im Moment des Ausatmens, und zwar immer dann, wenn der Atemzug beendet ist. Das wiederhole ich mehrmals. Währenddessen bemerke ich, dass Maria aufmerksamer wird, ihr Blick wirkt etwas präsenter. Es hätte auch passieren können, dass sie den akustischen Reiz mit neuerlichem Weinen quittiert, aber heute scheint sie sich auf die Musik einlassen zu können. Ihre Stimmung ist noch nicht sicher auszumachen. Ich spiele das eingestrichene A für mehrere Atemzüge simultan dazu, mit folgenden Optionen: ist zu spüren, dass ihre Stimmung gut ist, könnte ich das eingestrichene F dazu nehmen, es entstände ein F-Dur Dreiklang. Dur drückt für Maria fröhliche Stimmung aus, das weiß ich aus sechsjähriger Erfahrung mit ihr. Wäre die Stimmung melancholisch, könnte ich statt des F auch das E nehmen, und wir wären in A-Moll. Der Charakter und der weitere Verlauf der Musik wäre dann ein ganz anderer, ein eher trauriger, ernster. Doch jetzt ist ihr Blick auf einmal weder fröhlich noch melancholisch, sondern leicht irritiert und angespannt – ich spiele zu den anderen beiden Tönen das eingestrichene Fis und nehme das eingestrichene Es und C mit der linken Hand dazu, um den Klang kräftiger erscheinen zu lassen. Dieser verminderte Akkord drückt Spannung aus. Maria bleibt angespannt, scheint aber den Fortgang der Musik zu wollen, ich verstärke das Ganze noch etwas, indem ich das eingestrichene Es durch das zweigestrichene Es ersetze. Ich spiele diesen Akkord vier Atemzüge lang mit, bis ich eine leichte Abnahme ihrer Spannung wahrnehme, als sei darüber genug gesprochen worden. Mich überrascht das, denn in der Regel steigert sich Maria eher in so eine angespannte Stimmung hinein und bricht in Tränen aus. Ich beschließe, diesen Wechsel der Stimmung mit der etwas unerwarteten harmonischen Wendung in einen Es-Dur-Akkord auszudrücken und spiele auf ihr Ausatmen etwas lauter mit der linken Hand das kleine B, mit der rechten dazu das eingestrichene G, B und das zweigestrichene Es, also einen Es-Dur-Sextakkord über der Dominante. Wie eine Erlösung klingt das nach dem spannungsreichen verminderten Akkord – und Maria lächelt. Das bestätigt mich in der Wahl, und

ich fahre in strahlendem Es-Dur fort. Recht leise ist die Musik, weil sie keine lauten Töne mag. Ihr Blick geht an die Zimmerdecke und wirkt sehr sehnsuchtsvoll.

Maria kennt dieses Gefühl sehr gut, sie ist mit Sehnsucht und Traurigkeit großgeworden. Eine unbewusste Erinnerung an ihr erstes Lebensjahr, als sie zu Hause lebte und die Welt für sie noch in Ordnung zu sein schien, könnte das namenlose und unerreichbare Ziel ihrer Sehnsucht sein. Sehnsucht ist zu einem Lebensgefühl für sie geworden, zu einem Teil ihrer Identität, und sie braucht und genießt es, diesem Gefühl nachzugehen, um sich selbst zu spüren.

Die Musik orientiert sich weiter an der Atmung. Es ist ein Dreier-Takt entstanden (ein – aus – Pause – ein – aus – Pause, wobei das Ausatmen die erste Zählzeit belegt, die Pause die zweite und das Einatmen die dritte und gleichzeitig den Auftakt). Ich entscheide mich, die Pause auch mit Tönen zu versehen, um die Musik fließender werden zu lassen und Maria mehr das Gefühl des Getragenwerdens zu geben. Wichtig ist, dass die musikalischen Zählzeiten mit ihren Atemzügen synchron zusammenfallen. Mittlerweile spiele ich sogar Achtelnoten in der rechten Hand (während die linke sicherheitsgebend Viertel im Bass spielt), also auf jede Zählzeit zwei Töne, die ich in einer Art barocker Motorik ruhig dahinfließen lasse. Ich lasse mich leiten von Marias Blick, dem Gefühl, das von ihr ausgeht und ihren vermuteten Bedürfnissen in diesem Moment. Das alles und natürlich die jahrelange Erfahrung, die wir teilen, bestimmt die Wahl der Melodieführung und der Harmonik. Die Akkorde enthalten viele und recht dicht beieinanderliegende Töne, um der Musik Fülle und etwas Näheres zu geben. Die Harmonik ist emotional mit sanfter Spannung geladen, was ich durch viele sich auflösende Vorhalte und verminderte Akkorde, von denen ausgehend die Tonart hin und wieder wechselt, erreiche – die Musik wird dadurch interessanter und entspricht mehr ihrem reichen und intensiven Erleben. Hin und wieder seufzt Maria, und auf ihrem Gesicht deutet sich ein Lächeln an. Ihr Atem wird im Verlauf der Sitzung langsamer und tiefer, ihre gesamte Körperspannung nimmt ab. Am Ende so einer Sitzung wirkt sie gelöst und zufrieden.

Menschen mit schweren Behinderungen sind mit Musik zu erreichen – Musik spricht in ihnen etwas an, das von den Beeinträchtigungen nicht betroffen zu sein scheint, bemerkenswerte

Fähigkeiten, die in ihnen schlummern und die durch unsere Bemühungen, mit ihnen zu kommunizieren, geweckt werden.

Musikbasierte Kommunikation – auch für andere Berufsgruppen
Das ist keineswegs nur professionellen Musiktherapeuten vorbehalten! Die verbale Sprache, die beispielsweise in einer psychotherapeutischen Behandlung das Kommunikationsmedium ist, wird auch in jedem Alltagsgespräch benutzt. Ebenso verhält es sich mit der Musik – sowohl in der Musiktherapie als auch in allen möglichen alltäglichen Situationen kann sie zur Verständigung eingesetzt werden. Auch Nicht-Musiker können die musikalische Erreichbarkeit schwer behinderter Menschen nutzen, um über die musikalischen Elemente von Bewegungen, Lauten und Atmung mit oft ganz einfachen Mitteln in Kontakt zu kommen. Mit der Stimme oder den fast in jeder Einrichtung verfügbaren Off-Musikinstrumenten kann man auf körperliche Äußerungen eingehen, indem man sie begleitet oder irgendetwas auf sie erwidert und dann einfach schaut, was passiert. Fast immer passiert etwas! Dafür muss man weder Klavier spielen noch Noten lesen können noch über irgendein musiktheoretisches Wissen verfügen. Oft höre ich den Einwand von pädagogischen oder pflegerischen Fachkräften, dass sie ja nicht musikalisch seien. Deshalb zum Schluss vor dem Hintergrund der obigen Ausführungen eine Antwort auf die Frage, was denn Musikalität überhaupt ist – ich glaube, dass ein Mensch, mit und ohne Behinderung, musikalisch ist, wenn er sich von Klängen emotional berühren lassen kann. 🌈

Siehe auch:

Hansjörg Meyer

Musikbasierte Kommunikation für Menschen mit schwerer Behinderung – Das Konzept.

Großformat, spiralgeb., mit zahlreichen Fotos von Marie Ebert, Vorwort von Prof. Andreas Fröhlich, 128 Seiten, 29,90 €

Loeper Literaturverlag

ISBN 978-3-86059-209-0



Hansjörg Meyer, M.A., ist Musiktherapeut (DMTG), Dipl. Sozialpäd. (FH), musikalische Ausbildung in Klavier und Musiktheorie, Studium der Sozialpädagogik (Schwerpunkt Heil- und Behindertenpädagogik), Studium der Musiktherapie, mehrjährige Tätigkeit als Musiktherapeut für Menschen mit schweren Behinderungen.

meyerhansjoerg@aol.com

Literatur

Fröhlich, Andreas (1998):
Basale Stimulation. Düsseldorf:
Selbstbestimmtes Leben

Mall, Winfried (2008):
Kommunikation ohne Voraussetzungen mit Menschen mit schwersten Beeinträchtigungen – ein Werkheft (6. Auflage).
Heidelberg: Universitätsverlag Winter

Meyer, Hansjörg (2012):
Musikbasierte Kommunikation für Menschen mit schwerer Behinderung – Das Konzept. Karlsruhe:
Von-Loeper

Meyer, Hansjörg (2012):
Komponisten mit schwerer Mehrfachbehinderung.
In: Horsch, U./Wanka, A. (Hrsg.): Inklusive Bildungsmomente bei Kindern mit CHARGE-Syndrom.
Heidelberg: Median

Meyer, Hansjörg (2010):
Komponisten mit schwerer Behinderung.
Freiburg: Lambertus

Nitzschke, Bernd (1984):
Frühe Formen des Dialogs.
Musikalisches Erleben – Psychoanalytische Reflexion;
Musiktherapeutische Umschau 5: 167-187

Nordoff, Paul/Robbins, Clive (1986):
Schöpferische Musiktherapie.
Stuttgart: Fischer

Nordoff, Paul/Robbins, Clive (1975):
Musik als Therapie für behinderte Kinder,
Frankfurt: Klett-Cotta

Simpson, Fraser (2008):
Every Note Counts,
London: James & James