

GESUNDHEITSPRAXIS –MELANIE REIMERING-

Oststraße 44 | 59065 Hamm | zertifizierte Psychologische Beraterin, Musiktherapeutin, Yoga-Lehrerin
www.melanie-reimering.de | info@melanie-reimering.de | Telefonische Sprechzeiten:
freitags: 10-11 und 15-16 Uhr, Tel.: 02381-377123 oder Praxis-Handy: 0162-7301918 | Terminvereinbarungen auch jederzeit online!

Fallbeispiel: Klangtherapie mit dem Monochord

Vorwort:

In vielen Fällen ist die Musiktherapie die Methode der Wahl, weil sie oftmals die einzig mögliche Sprache darstellt. Musiktherapie bietet eine sogenannte "Haltefunktion" - die Sicherheit und generell beziehungsfördernd ist. Musik setzt das "Bindungshormon" Oxytocin frei, welches allgemein Schmerz und Stress reduziert.

Ein gleich bleibendes Tempo, ein verlässlich gespielter Rhythmus - hält den Menschen durch klare Struktur und Wiederholung.

Musik weckt Vertrauen, Sicherheit, Geborgenheit, Entspannung.

Die Haltefunktion hat einen beruhigenden Charakter.

Die Musik hat auch eine "Katalysatorfunktion": Musik gibt Halt und aus einer musiktherapeutischen improvisierten Haltefunktion heraus, kommt es bei vielen Behandelten zu einer Möglichkeit des emotionalen Ausdrucks (katalysatorischer Effekt).

Musik kann aus der "Haltefunktion" auch in eine "Vehikelfunktion" übergehen und beschreibt, wie ein dynamischer Rhythmus den Menschen antreibt und die gespielte Musik den Behandelten "mitnimmt" und die innere Dynamik ("Lebendigkeit") unterstützt. Ein Mangel an Impulskontrolle kann aufgefangen werden oder ein blockierter Impuls in Fluss kommen. Die Funktion (der Musik) als basaler Sinnesstimulus ist von großer Wichtigkeit, besonders für wahrnehmungsgeschädigte Menschen.

Menschen mit körperlichen/geistigen Einschränkungen müssen in ihren Sinneserfahrungen besonders stimuliert werden. Musik fördert und stimuliert Bewegungen und setzt hier oftmals einen Reiz. Musik kann sowohl als Vibration über die Haut gefühlt werden, aber auch gleichzeitig als Klang über die Ohren.

Als Musiktherapeutin nehme ich also wahr, wie atmet dieser Mensch, wie erlebe ich seinen Spannungszustand, seine Haltung, seinen Gesichtsausdruck, wie erreichbar wirkt er auf mich.

Das Wort „Monochord“ kommt aus dem Griechischen (monos = einzig, allein; chorde = Saite) und lässt sich als „Einsaiter“ übersetzen. Damit wurde ursprünglich ein sehr einfaches Instrument bezeichnet. Es bestand aus einem rechteckigen Resonanzkörper aus Holz, über den eine Saite gespannt war, die über zwei Stege lief und an den Seiten des Instruments befestigt war. Als Erfinder dieses Monochords gilt Pythagoras, der damit seine harmonikalen Studien anstellte. Musikhistorisch lässt sich dieses -auch heute noch- schlichte Instrument als Urform aller Saiteninstrumente betrachten.

Das Grundprinzip blieb der hölzerne Resonanzkörper, über den – je nach Größe – ca. 20 bis 60 Saiten gespannt sind, die alle auf denselben Ton gestimmt sind. Da eine

GESUNDHEITSPRAXIS –MELANIE REIMERING-

Oststraße 44 | 59065 Hamm | zertifizierte Psychologische Beraterin, Musiktherapeutin, Yoga-Lehrerin
www.melanie-reimering.de | info@melanie-reimering.de | Telefonische Sprechzeiten:
freitags: 10-11 und 15-16 Uhr, Tel.: 02381-377123 oder Praxis-Handy: 0162-7301918 | Terminvereinbarungen auch jederzeit online!

physikalisch absolut exakte Stimmung unmöglich ist, ergibt sich aus den minimalen Unterschieden ein Reichtum an Obertönen, der den charakteristischen schwebenden Klang des Instrumentes ausmacht. Dieser bewirkt eine Tiefenentspannung und bei Berührung mit dem Körper eine durch die Vibration intensivierte Körperwahrnehmung.

Erstkontakt: Frau V. K. ist in ihrer Mobilität stark eingeschränkt. Bei Frau V. K. bestehen multiple körperliche Einschränkungen, sowie eine linksseitige Spastik. Frau V. K. ist eingeschränkt in ihrer Ausdrucksweise, sie kann nicht sprechen aber setzt Zeichen- und/oder Lautsprache ein. Kopf : Kopfwenden möglich, Nicken möglich, Oberkörper: minimale Bewegungsmuster, Atmung normal, Arme/ Hände : linksseitige Spastik, rechtsseitige Bewegung des Arms/der Hand möglich, "Kommunikationsarm", Beine: nach einer Hüfterkrankung kein Laufen mehr möglich, Mimik: mimischer Ausdruck vorhanden: Freude, Wut, Trauer... Lachen, Blick: offen, interessiert, Gesichtsausdruck: offen, freundlich, entspannt Kommunikationsfähigkeit: versteht einfache Fragen/Aufforderungen. Antwort durch Lautsprache oder Einsatz des "Kommunikationsarms", leichtes Nicken... Deutlichere Signale gibt sie meistens durch Lachen und „sich öffnen im Brustkorbbereich“ und zuwenden wollen, zum Beispiel bei Ansprache und Berührung. Ihre vegetativen Funktionen (Körpertemperatur, Atmung, Herzschlag, ...) sind, soweit mir bekannt ist, stabil. Ich habe Frau K. bisher als sehr aufgeschlossen und interessiert erlebt, was sie im Rahmen ihrer Möglichkeiten auch zum Ausdruck bringt. Sie freut sich jedes Mal auf "ihre Klangtherapie" und ich habe das Gefühl sie genießt die dadurch entstehende Aufmerksamkeit.

Ablauf der Klangtherapie mit dem Monochord:

Zuerst spielt Frau K. auf dem Monochord mit dem rechten Arm bzw. der rechten Hand. Die Spielbewegungen mit der Hand/den Fingern sind in den Musiktherapiestunden immer sicherer und gezielter geworden. Eine Unterstützung erhält Frau K. nur (noch) selten, d. h. ein ganz leichtes Umgreifen (mit zwei Fingern) ihres Handgelenkes erfolgt nur, um Verletzungen der Fingerkuppen (die Monochord-Saiten bestehen aus Stahl und bei zu starker bzw. unkontrollierter Spielweise kann die Haut verletzt werden) zu vermeiden. Frau K. spielt mit der Handrückseite und so gleiten die Finger mit den Fingernägeln über die Saiten, dieses haben wir in einer Musiktherapiestunde eingeübt. Nach einigen Minuten gehe ich um das Bett herum und stelle das Monochord "hochkant" auf die Matratze und im richtigen Abstand zur linken Hand/zum linken Arm auf; so dass Frau K. genügend "Platz" zum Spielen der Saiten hat. Das Monochord wird von mir rückseitig sicher gehalten. Hier umgreife ich wieder ganz leicht und locker das

GESUNDHEITSPRAXIS –MELANIE REIMERING-

Oststraße 44 | 59065 Hamm | zertifizierte Psychologische Beraterin, Musiktherapeutin, Yoga-Lehrerin
www.melanie-reimering.de | info@melanie-reimering.de | Telefonische Sprechzeiten:
freitags: 10-11 und 15-16 Uhr, Tel.: 02381-377123 oder Praxis-Handy: 0162-7301918 | Terminvereinbarungen auch jederzeit online!

Handgelenk von Frau K. und sie führt selbständig die Spielbewegungen über die Monochord-Saiten aus. Die Spastik ist hier in ihren Bewegungen erkennbar, die nicht so "flüssig" ausgeführt werden können. Die Bewegungen sind aber von Stunde zu Stunde "lockerer" geworden; so dass man von einer Verbesserung in den Bewegungen der Hand/des Armes sprechen kann. Dieser "schöne Nebeneffekt" freut mich sehr. Außerdem wird dieser aktive Teil mittlerweile von Frau K. "ausgedehnt" und sie zeigt Lust daran, aktiv auf dem Monochord zu spielen. Nachdem mit dem Monochord "beide Körperseiten" angesprochen wurden, folgt die Tiefenentspannung. Das Monochord wird auf den Oberkörper -bis kurz unter der Hüfte- aufgelegt. Frau K. legt die Arme seitlich mit den Handflächen nach unten. Frau K. ist zugedeckt. Anfangs spiele ich im "schnelleren" Tempo die Klänge auf dem Monochord; das Spielmuster soll Frau K., Leichtigkeit, Offenheit und Weite vermitteln. Frau K. reagiert erstaunlich emotional und in fast jeder Stunde, wechseln sich Gefühle bei ihr von Trauer und Freude ab. Manchmal beobachte ich wie bei Frau K. anscheinend Erinnerungen "wach" werden; dieses spiegelt sich besonders in ihrer Mimik wieder. Auch Erlebnisse des Tages/der letzten Tage scheint sie in der Klangtherapie "aufarbeiten" zu können. Frau K. wird dann merklich ruhiger und "zufriedener" und so spiele ich die Saiten des Monochords "ruhiger" an, um ihr so die Möglichkeit zu geben die aufkommenden Gefühle zu erleben. In der letzten Phase der Klangtherapie geht es um eine tiefe Entspannung auf die Frau K. sehr gut anspricht und diese auch gut annehmen kann. Die Klänge werden langsam gespielt und es zeigt sich die besondere Wirkung der Obertöne, die das Monochord erzeugt. Die Klangfarbe ist nun meditativ und Frau K. wird so in eine tiefe Entspannung und Regeneration geführt.

Melanie Reimering: Musiktherapeutin, www.melanie-reimering.de

Gesundheitspraxis Melanie Reimering