

Ulla Janascheck

Klangsteine in der Esslinger geriatrischen Klinik

Archaische Klänge unterstützen Geist und Bewegung

Die Esslinger Aerpah-Klinik ist ein geriatrisches Fachkrankenhaus mit den Schwerpunkten Diagnostik und Behandlung der Muskel- und Knocheneinheit: Osteoporose, Gehstörungen, Stürze und Synkopen, Paresen und chronische Schmerzen des Bewegungsapparats. Das therapeutische Team arbeitet dort eng verzahnt an einem ganzheitlichen Konzept, dass sowohl auf die seelischen Belange der Patienten eingeht als auch deren Bewegungsapparat durch geeignete Krankengymnastik, Ergotherapie usw. wieder aufbaut. Dr. Runge, Chefarzt der Privatambulanz und spezialisiert auf Bewegungsstörungen, hat nun seit einigen Monaten ein neues Forschungsprojekt in das Therapieprogramm mit aufgenommen: es ist die Arbeit mit so genannten Klangsteinen. Entwickelt wurden diese auch im Hinblick auf ihre therapeutische Wirkung von Prof. Klaus Feßmann, der am Salzburger Mozarteum unterrichtet. Dr. Runge erforscht jetzt die therapeutischen Effekte der Klangsteine im Rahmen der Schulmedizin.

Dazu wurde im obersten Stockwerk der Klinik eine rechte Oase des Klangs und der gelösten Entspannung geschaffen. In den Behandlungsräumen stehen die riesigen Klangsteine (rollstuhlgerecht), sonst gibt es wenig Ablenkung. Es handelt sich hier z. B. um tonnenschwere Serpentine, die so bearbeitet wurden, dass sie archaische Klänge erzeugen, wenn sie durch streichende, gleitende, leicht massierende Bewegungen berührt werden.

Man findet z. B. einen Partnerstein, eine Klangliege mit Resonanzkörper, einen Stein, der auf halber Körperhöhe endet und einen stehenden Stein, an den man sich auch ganzkörperlich anlehnen kann. Die Klänge der mit

Lamellen versehenen Steine, die durch Wasser und Berührung hervorgerufen werden, sind ungewöhnlich tief, voll, pulsierend und archaisch, erinnern vielleicht am ehesten an die Zeit, zu der alles begann, sind wohltönend und recht mächtig, sobald es gelingt, sie hervorzurufen.

Ein ungewöhnlicher Therapiebaustein!

Den bisherigen Beobachtungen von Dr. Runge zufolge öffnen die beispielbaren Steine vier therapeutisch bedeutsame Wege:

Durch die Berührung der Klangsteine entstehen Vibrationen, die sich im Laufe der Behandlung von den Händen ausgehend auf den ganzen Körper übertragen. Das Spielen setzt eine gewisse Gleichmäßigkeit von massierenden Bewegungen voraus, und nur mit dem richtigen Druck entsteht ein reiner Klang. Der Patient sieht, hört, fühlt selbst, ob die Bewegung gleichmäßig ist. Das bringt aus Sicht der Bewegungstherapie einige Vorteile mit sich: Ganz wie von selbst wiederholt der Patient die Bewegung, korrigiert den Druck und bleibt konzentriert, weil ihm der Erfolg – wenn es endlich klingt – wichtig ist und Spaß macht. Besonders bei Schlaganfallpatienten kann so fast spielerisch ein tief greifender Lernprozess einsetzen. Reorganisation, ausgelöst durch die Wiederholung der Bewegungen, findet statt. Außerdem setzen die Klangsteine Signale im Sinne des Biofeedbacks, eine sensomotorische Rückkopplung wird möglich. Indem die tiefen vollen Laute mit bestimmten Körperbereichen in Resonanz gehen, kann eine entspannende Wirkung entstehen, wovon nicht nur der Körper, sondern auch die Seele profitiert. Vor Ort ließ sich bisher feststellen, dass die einfachen körperlichen Übungen an den Klangsteinen von den Patienten länger beibehalten werden als bei den anderen Therapien. Die älteren Patienten empfinden Freude über ihre Erfolge. Das baut den Selbstwert auf und gibt ihnen langfristig das Gefühl der Selbstanerkennung zurück. Davon profitieren besonders die Demenzkranken.

Kommunikation am Partnerstein

Am Beispiel des Partnersteins erklärt mir Dr. Runge einige weitere positive Wirkungen. Therapeut und Patient sitzen sich hier an einem ovalen Klangstein gegenüber und arbeiten im Spiegelsystem, der Patient ahmt die Bewegungen des Therapeuten nach. Dabei gelangt der Klang über die Hände in den Körper. Der Behandler hat durch das Spiegelverfahren die Möglichkeit, sowohl die Bewegung als auch den Klang zu steuern. Im Falle eines Patienten mit Oberschenkelhalsbruch, der sich vor Schmerzen kaum bewegen konnte, zeigte dieses Vorgehen z. B. ein gutes Ergebnis. Durch das Üben mit dem Klangstein änderte sich der Fokus seiner Aufmerksamkeit; Bewegung, Klang und Wahrnehmung fanden zusammen, und dadurch konnten die Beschwerden während des Übens in den Hintergrund treten. Durch die Entfaltung der Klänge wurde die Psyche so positiv beeinflusst, dass sie vorüber-



Abb. 1: An den Klangsteinen sind Lamellen angebracht. So lassen sich ganz verschiedene Töne erzeugen.



Ulla Janascheck

arbeitet als freie Journalistin und beschäftigt sich mit weiblicher Spiritualität unter Einbeziehung der mythologischen Hintergründe und Astrologie. Ausbildung zur Focusing-Beratung, DAF. Autorin von Transit-Tagebuch; Erlebnisraum Astrologie; Göttin der Gezeiten, zur weiblichen

Kraft mit Mond, Mythen und Märchen; Göttinnenzyklus, von weisen Frauen, ihren Künsten und Werkstätten, Krisengeschenke, der kreative Umgang mit Wegkreuzung, Loslösung und Neuorientierung, Kessel, Ofen, Feuer, köstliche Rezepte zum Feiern der Jahreskreisfeste.

Kontakt:

Klosterstr. 10, D-55270 Klein-Winternheim
Tel.: 06136 / 997689
ulla.janascheck@gmx.de,
www.ulla-janascheck.de

gehend die Schmerzen „vergaß“, die Vibrationen erfassten darüber hinaus sowohl den Körper als auch den mentalen Bereich des Patienten. Er konnte entspannen.

Anscheinend motiviert diese Art der Behandlung den Patienten recht stark, dies demonstriert die Bemühung einer 82-jährigen. Stark demotiviert konnte sie in den Wochen ihres Aufenthalts ihr Zimmer nicht von selbst verlassen. Nach ihrer ersten Begegnung mit den Klangsteinen fand sie aus eigener Kraft noch am gleichen Tag den Weg zurück zu den Behandlungsräumen, die fünf Stockwerke entfernt von ihrem Zimmer lagen. Dort erschien sie und wollte weiterspielen. „Niemand weiß, wie ihr das gelungen ist“, erklärt Dr. Runge.

Die Psychologin Dr. Hullmann ergänzt die Beobachtungen: „Mit Hilfe des Partnersteins findet das statt, was wir „Controlled Perception“ nennen. Außerdem werden die Menschen durch das Spielen in eine beruhigte Stimmung versetzt.“

Die Patienten möchten „schön“ klingen und arbeiten konzentriert am harmonischen Klang, der nur dann zustande kommt, wenn man eine gelassene Haltung einnehmen kann und loslässt.

Mein Spezialgebiet ist die Beobachtung der Mimik und Gestik, der nonverbalen Reaktionen dementer Menschen. Auffällig ist,

dass die Bewegung, der Erfolg der selbst erzeugten Klänge, das Taktile Auswirkungen auf die Mimik der Patienten haben. Sie sehen erfüllt aus, glücklich und haben eine hohe Akzeptanz, zeigen deutlich weniger Widerstand als gegenüber den anderen Therapien. Ihr Rollenverhältnis ändert sich. Sie bleiben keine unfähigen Opfer mehr, sondern werden zu Menschen, die etwas können, und erhalten so ihre verlorene Würde zurück. Ich wünsche mir sehr, dass dieses Projekt an Eigenständigkeit gewinnt.“

Die Vielschichtigkeit archetypischer Phänomene

Prof. Feßmann erklärt sich die Wirkung aus Sicht des Künstlers: „Klänge tun dem Menschen einfach gut. Sie wirken auf das allgemeine Wohlbefinden und natürlich darüber hinaus. Die Musik hat eine lange Geschichte – wir unterscheiden hier das magische Zeitalter, in dem Musik und Bewegung durch Repetiti-

onsphänomene zur Ausübung der Magie eingesetzt wurden, dann das mythische Zeitalter mit beispielsweise dem türkisch-mongolischen Obertongesang und der Gregorianik, die Musik und Sprache verbindet, das mentale Zeitalter, das u. a. die Barockmusik, die Klassik und die Spezialisten, auch die Surrealisten hervorbrachte und das integrale Bewusstsein, das musikalisch mit der Mitte der 1970-er Jahre einsetzte.

Die Klangsteine sind für mich der Weg, der die Grundverbindung zu allen Richtungen herstellen kann. Mit ihnen ist ein direktes Arbeiten an Klangstrukturen möglich, das Herausarbeiten archetypischer Phänomene, gleichzeitig kann das mentale Bewusstsein mitwirken und Einfluss nehmen. So lässt sich mit jedem Menschen auf jeder Ebene arbeiten – auch Kultur übergreifend. Die Steine bieten ein Netzwerk an Möglichkeiten. Diese in Beziehung zu setzen ist für mich eine spannende Aufgabe.

Auf der medizinischen Ebene bringt das natürlich auch Vorteile mit sich. Zum einen gibt es im musikalischen Zusammenhang keine negativen Vorerfahrungen (wie z. B. beim Singen durch das berühmte Notensingen in der Schule), und jeder bringt nach einer Weile einen Ton zustande. Für mich ist das Steinspielen ein Medium der Offenheit und der Verbindung. Die Patienten können sich vergessen und vertiefen, während sie Stabilität in ihren Bewegungsabläufen entwickeln und die Klänge in die Blutbahn gelangen. Das ist wunderbar!“

Chefarzt Dr. Runge ergänzt: „Der Rhythmus des Steins gibt den Bewegungsimpuls. Die Patienten bleiben gerne an den Steinen. Selbst bei Menschen mit Aufmerksamkeitsstörungen lässt sich die Willensbildung durch den Umgang mit den Steinen fördern. Menschen mit einer Antriebsstörung kann durch Klang und Musik geholfen werden – sie erfahren ganz direkt: der regelmäßige Klang ist die Voraussetzung zur regelmäßigen Bewegung. Und, das gilt für alle: das Gefühl des Spielens wirkt noch einen längeren Zeitraum in den Händen nach. Diese bleiben für eine gewisse Zeit sensibilisiert. Unser Projekt ist so angelegt, dass auch Besucher und Angehörige mit den Patienten, die sich z. B. sprachlich nicht mehr mitteilen können, lernen, über die Steine zu kommunizieren. So lassen sich verlorene Familienbande wieder aufnehmen, indem ihnen ein neues Kommunikationsmedium zur Verfügung steht. Natürlich sollen die Patienten auch lernen, früher oder später alleine zu spielen. Denn durch das relative schnelle Erfolgserlebnis wächst der Stolz und die verlorene Selbstachtung kehrt zurück.“

Auch die Physiotherapeutin Frau Gutowska ist recht begeistert von dem Forschungsprojekt: „Die Patienten freuen sich auf die Behandlung und bleiben entspannt. Es ist für sie wie Ferien. Besonders die Menschen mit Schlaganfall und spastischer Lähmung suchen diese Therapie. Die schönen Klänge bestärken und motivieren sie. Sie ermöglichen die Freiheit elementarer Bewegungen, die einfach und lang-



Abb. 2: Zwei ältere Menschen am Partnerstein

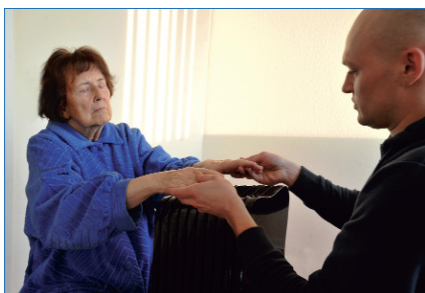


Abb. 3: Entsprechender Klangstein

sam sind. Selbst Patienten mit Problemen an der Hand können binnen kurzem über die Steine hinweg gleiten. Dies geschieht an einem Klangstein, der bis auf halbe Körperhöhe reicht. Patient und Therapeut bilden hier einen Kreislauf. Der Therapeut führt die Hände des Patienten, bis die Klänge entstehen und sich über die Hände auf ihrer beider Körper übertragen.

Kunst und Medizin

Einmal pro Woche führt der Entwickler der Klangsteine, Prof. Feßmann, eine interne Schulung mit den Therapeuten der Klinik durch. Langfristig findet hier eine Verbindung zwischen Kunst und Medizin statt. Das therapeutische Team setzt sich nun zusammen aus Musiker – Bewegungswissenschaftler – Psychologin und Neurotherapeuten – eine kreative Mischung, die mit Sicherheit dazu beiträgt, dass die Freude in das häufig triste und recht hoffnungslose Leben alterserkrankter Menschen wieder einziehen kann. Darüber hinaus verbessert das therapeutische Arbeiten mit den Klängen auch den körperlichen und geistigen Zustand der Patienten – wie stark die Auswirkungen langfristig sind, bleibt noch weiter zu beobachten.



Literaturhinweise

Klaus Feßmann, Klangsteine, Begegnung mit dem ewigen Gedächtnis der Erde, Südwestverlag, 2008

Klaus Feßmann, Michael Kaufmann, ReSonanz und Akzeptanz, Kinder mit Musik und Bewegung stärken, Kösel Verlag, 2009