

Musik bewegt Körper und Geist

Musiktherapie im Schwabgut

Seit drei Jahren leitet Frau Ramette-Schneider die Musiktherapie im Domicil Schwabgut. Frau Ramette-Schneider beschreibt im folgenden Beitrag die Bedeutung und Wirkung einer Musiktherapie und stellt ihre Tätigkeit im Domicil Schwabgut vor.



Diana Ramette-Schneider

lic.phil. Musikologin, Musiktherapeutin MAS, eidg. dipl. Kunsttherapeutin, Psychotherapeutin HPG und Singer-Songwriterin

„Musiktherapie: Was ist denn das?“ Ja, diese Frage begegnet mir als Musiktherapeutin immer noch des Öfteren, obwohl immer mehr Menschen zumindest davon gehört, oder deren Wirksamkeit und Nutzen sogar selbst erfahren haben.

Eine Definition von Musiktherapie kann dabei erste Abhilfe schaffen: Ziel der musiktherapeutischen Behandlung ist die Vorbeugung, Heilung, Linderung und Nachsorge von seelischen und/oder körperlichen Leiden. Dabei verstehen wir Musiktherapie als ein psychodynamisch orientiertes Behandlungsverfahren, in der alle denkbaren musikalischen Ausdrucks- und Erlebnisformen den Kern der Behandlung bilden. Über die Musik hinaus kann die verbale Reflektion von hoher Bedeutung sein. Für die musiktherapeutische Behandlung ist keine musikalische Vorerfahrung erforderlich. Als eine praxisorientierte Wissenschaft bezieht Musiktherapie die jeweils neusten Erkenntnisse aus Natur- und Geisteswissenschaften ein.

Wie spielt sich aber konkret eine solche Musiktherapie-Sitzung ab? Dies hängt natürlich stark vom Zielpublikum ab. Von Frühgeborenen, über Menschen mit psychischen Störungen oder Behinderung bis hin zur Sterbebegleitung: Als nonverbale Therapie kann sie in sehr vielen Bereichen eingesetzt werden und auch Menschen ansprechen, die nicht (mehr) reden können oder wollen. Musik ist eine leibliche Erfahrung und hat einen direkten körperlichen Einfluss auf den Menschen: Veränderungen von physiologischen Prozessen wie Blutdrucksenkung, bessere Sauerstoffsättigung sowie die Ausschüttung von sogenannten

Glückshormonen durch den fachkundigen Einsatz von Musik sind von der Forschung bestens bewiesen. Musik aktiviert uns motorisch, fördert uns kognitiv, berührt uns emotional, strukturiert uns innerpsychisch durch ihre eigene Struktur und fördert soziale Kontakte und Kompetenz.

Wie sieht es denn in der wöchentlich stattfindenden Musiktherapie im Domicil Schwabgut aus? Die Bewohner*innen bekommen kleine, für sie angemessene Musikinstrumente und dann wird gemeinsam musiziert, gesungen und improvisiert sowie Lieder geraten und zur Musik bewegt.



Das Gähnen und Ins-Leere-Schauen werden zum engagierten Mitmachen, das weinerliche Gemüt hellt sich auf und lacht durch die Klänge hindurch, das unruhige Hin- und Herlaufen findet ein Ende und es kann wieder volle Präsenz gefeiert werden. Austausch und Begegnung sind wieder möglich. Ich gehe als Musiktherapeutin auf das musikalische Schaffen jedes einzelnen Menschen ein und antworte darauf – musikalisch. Etwas grundlegend Menschliches und Zwischenmenschliches passiert dann, das von keiner CD hervorgerufen, während keines Konzertes aufgefangen, und durch keine Diskussion über musikalische Erinnerungen erzeugt werden kann.

Werdegang und Privates

Als Musiktherapeutin bin ich gelernte Musikerin mit einem Zusatzstudium der Musiktherapie an der Michigan State University (USA).

Ich lebe mit meinem Mann und unseren zwei Kindern in Bern, wo ich in der eigenen Musiktherapie-Praxis SONO (www.sonomt.ch), als Lehrbeauftragte bei der Berner Fachhochschule BFH im Bereich Gesundheit und im Vorstand des SFMT, Schweizerischer Fachverband für Musiktherapie (musictherapy.ch), tätig bin.