

Doris Mäder, Musik- und Maltherapeutin

von Linda Mülli, Text, und Alex Spichale, Bild

Doris Mäder lebt zusammen mit ihrem Mann seit sieben Jahren in Ennetbaden. Wenige Meter ennet der Gemeindegrenze, in Rieden, befindet sich ihr vor sechs Jahren eröffnetes Gemeinschaftsatelier für Musiktherapie.

Musik belebt oder entspannt. Sie berührt unser Innerstes. Sie führt uns in imaginäre Welten, regt zum Träumen an. Musik tröstet und fährt uns manchmal in alle Glieder, sodass unsere Gefühle, Erinnerungen und Wünsche an die Oberfläche treten – sie werden uns bewusst.

An dieser Stelle setzt die Musiktherapie an: Musik wird gezielt eingesetzt, um den Kontakt zwischen Therapeut und Patient durch gemeinsames Musizieren oder Musikhören zu gestalten. Dabei werden die Kommunikations- und die Ausdrucksfähigkeit gefördert. Im gemeinsamen Spiel wird Befindlichkeit hörbar. Mit anderen Worten: «Das Spiel zeigt mir als Therapeutin, wo ich die Klienten abholen soll.»

Doris Mäder, 59, sitzt in ihrem Atelier auf einem weissen Sessel. In der Ecke blühen ein paar Orchideen. An der Wand hat es mehrere Regale, in ihnen Musikinstrumente aus aller Welt: Neben Gitarre und Geige liegen ein Regenrohr, verschiedene Trommeln, Rhythmusinstrumente, eine keltische Harfe, diverse Blasinstrumente auf den Tablaren. Am Boden steht ein Balaphon und mitten im Raum ein schwarzer Flügel.

Musiktherapie sei für sie der ideale Beruf, sagt Doris Mäder. Doch beinahe wäre sie nicht Therapeutin, sondern Pianistin geworden. «Ich wäre gerne ans Musikkonservatori-

um gegangen. Doch meine Eltern waren dagegen.» Gegen Ende der Kantonsschulzeit interessierte sie sich immer mehr dafür, Menschen zu helfen. Also lieber Medizin oder Psychologie studieren? Am Ende absolvierte Doris Mäder eine Ausbildung zur Kinder- und Erwachsenenkrankenschwester – «so hiess das damals noch». «Ich hatte das Gefühl, auf diese Weise näher beim Patienten zu sein.» Kurz nach Abschluss der Ausbildung bereitete sie sich aber doch aufs Konservatorium vor und erfuhr «mehr zufällig» von einer neuen Profession: Musiktherapie. «Meine Vision, Musik mit der Therapie für kranke Menschen zu verbinden, hatte plötzlich einen Namen.»

Die junge Frau zog 1981 nach Wien. Wien war damals eine der wenigen Städte, wo die Ausbildung zur Musiktherapeutin angeboten wurde. Die Anzahl der Studenten war überschaubar: «Wir besuchten Psychologie-Vorlesungen, waren am Musikkonservatorium und absolvierten auch Praktika in Kliniken.» Als 28-Jährige kam sie zurück in die Schweiz. «Langsam etablierte sich die Musiktherapie auch in unserem Land.»

Nach mehreren Stationen – inklusive einer dreijährigen Weltumsegelung mit Mann und Sohn – landete Doris Mäder schliesslich in der RehaClinic Bad Zurzach und baute die Stelle für Musiktherapie auf. Bis heute arbeitet sie dort in einem Teilzeit-Pensum und therapiert insbesondere neurologische Patienten nach Schlaganfall, Hirnblutung, mit Parkinson oder Multipler Sklerose, aber auch Schmerzpatienten. «Gerade bei Neuropatienten kann Musik helfen, beide Hirnhälften anzuregen und neue Verbindungen zu bahnen. Wenn wir Musik

machen, werden weite Teile in unserem Gehirn aktiv.» Doch bei der Musiktherapie stehe nicht primär das Funktionale im Vordergrund. «Ebenso wichtig sind die Emotionen. Musik kann ein wunderbares Medium sein, um Menschen mental im Krankheitsprozess zu begleiten.» Nicht selten komme es vor, dass die Gefühle so stark werden, dass die Klienten in Tränen ausbrechen. Auch das Gegenteil geschieht oft: Freude und befreites Lachen. Erlebte Lebendigkeit.

Wie stark Musik im Bereich der Neuro-Rehabilitation unterstützend wirken kann, zeige sich auch im Aphasiechor, den Doris Mäder in Baden leitet, zusammen mit einer Logopädin. Dabei ist nicht das Ziel, dass Menschen, die das Sprachvermögen teilweise oder ganz verloren haben, möglichst schön singen lernen. Vielmehr sollen die Melodien das Sprachzentrum anregen. Doris Mäder: «Worte, die an eine Melodie gebunden sind, kommen leichter über die Lippen.»

«Das Arbeitsfeld ist weit, die Anforderungen an die Therapeutin sind gross.» So hat sich Doris Mäder stets weitergebildet, unter anderem in Maltherapie. Denn: «Manchmal ist es gut, das Medium zu wechseln, ist doch Musik flüchtig.» Bei Schmerzpatienten sei oft hilfreich, wenn das Produkt, also das gemalte Bild, angeschaut und mit nach Hause genommen werden kann. «Beim Malen erlebt sich der Patient kreativ und selbstwirksam. Malen kann vom Schmerz ablenken. Ein Bild kann zudem an die in der Therapiestunde gemachten, oft positiven Erfahrungen und Gefühle erinnern.»

Ist Doris Mäder in ihrer Freizeit nicht am Wandern, Lesen oder hegt die Pflanzen in ihrem kleinen Garten, macht sie gemeinsam mit einer Freundin Musik. Die Beiden nennen sich Duo Saitenflug. Dabei spielt Doris Mäder Harfe oder Flöte und sagt: «Wir musizieren für uns.» Kreativ zu sein und etwas zu entwickeln, bedeute ihr viel: «Musikmachen nährt mich.» Offenbar gefällt diese Musik auch anderen: «Ab und zu geben wir ein kleines Konzert.»



Therapeutin Doris Mäder: «Musik kann helfen, das Hirn anzuregen.»

Doris Mäder erzählt all dies mit ruhiger Stimme. Man könnte ihren Tonfall als warm und geerdet bezeichnen. «Keine Sorge, ich kann auch laut werden», sagt sie allerdings lachend.

www.musiktherapie-maeder.ch