

Therapie mit Tönen

 www.luzernerzeitung.ch/nachrichten/panorama/therapie-mit-toenen;art9645,1054204

PSYCHOLOGIE · In der Musiktherapie lernt man weder singen noch ein Instrument spielen. Vielmehr kommt Musik bei Blockaden und schulischen oder familiären Belastungen zum Einsatz, speziell bei Kindern und Jugendlichen.

Pirmin Bossart

piazza@luzernerzeitung.ch

Ein Zimmer, das klingt: Flöten, Gitarren, verschiedene Blasinstrumente, Kontrabass, Violine, Monochord und jede Menge an Perkussionsinstrumenten liegen und stehen herum. Ein Traum für alle, die gerne Musik machen und etwas ausprobieren möchten. Es ist das Reich von Regina Steiner. Sie ist ausgebildete klinische Musiktherapeutin sowohl für die Musikschule Zug wie für die Heilpädagogische Schule Zug.

Auch wenn Regina Steiner an der Musikschule immer mal wieder Menschen begleitet, die rein aus Kreativitätsgründen mit ihr arbeiten möchten, kommen die allermeisten zu ihr, weil sie gewisse Blockaden haben, schulische oder familiäre Belastungen erfahren, eine Behinderung haben oder an einer Krankheit leiden. «In der Regel werde ich von einer Lehrperson oder einem anderen Therapeuten empfohlen. Oft sind es Kinder und Jugendliche mit Traumatisierungen, Entwicklungsverzögerungen oder autistischem Verhalten. Aber ich begleite teils auch erwachsene Personen, die Gründe für eine Therapie können ganz unterschiedlich sein.»

Die Musiktherapie ist keine Wohlfühlstunde

Im Gegensatz zu einer herkömmlichen Stunde in der Musikschule geht es in der Musiktherapie nicht darum, ein Instrument oder Lieder zu lernen, zu Hause zu üben und sich so musikalisch zu entwickeln. Das musiktherapeutische Angebot ist auch keine Wohlfühlstunde, in der Klänge zum esoterischen Raumdekor werden. Stattdessen handelt es sich um eine anerkannte Therapieform, die das Medium Musik bewusst als Ausdrucks- und Kommunikationsmittel einsetzt. «Für die Musiktherapie sind keine musikalischen Vorkenntnisse notwendig», sagt Regina Steiner, «im Zentrum steht die Dynamik der Psyche.»

Weil Musik so unmittelbar auf Emotionen und Körper wirkt, ist sie ein hervorragendes Medium, um damit innerpsychische Vorgänge auszudrücken und sie so bewusst werden zu lassen. Sie ist eine Sprache, die auch diejenigen anwenden können, die sich verbal sonst nur schwierig oder gar nicht mitteilen. Wer mit therapeutischer Begleitung musiziert, kann Gefühle, körperliche Befindlichkeiten oder belastende Themen ausdrücken, gestalten und wandeln. Dieser Prozess wirkt heilsam. Die Klientinnen und Klienten finden sukzessive einen Umgang mit ihren Problemen. Diese können gemildert und oft erstaunlich verarbeitet und transformiert werden.

Musiktherapie in der Zentralschweiz

In Zug, Neuenkirch und neu auch in Luzern kann die Musiktherapie an der Musikschule in Anspruch genommen werden. Die Musikschule Luzern hat das «Musizieren mit therapeutischer Begleitung» neu im Angebot. Es richtet sich an Kinder und Jugendliche, die in ihrer Entwicklung oder in einer schwierigen Lebenssituation besondere Unterstützung brauchen, Belastungen im schulischen oder familiären Kontext erfahren oder im Bereich Sprache, Ausdruck und Kommunikation eine Förderung benötigen. Mehr Infos: www.musikschuleluzern.ch (unter der Schaltfläche «Kinder & Jugendliche») findet man das erwähnte Angebot.

Der Schweizerische Fachverband für Musiktherapie (SFMT) wurde 1981 gegründet und zählt rund 270 Mitglieder. Ein Grossteil der SFMT-Mitglieder arbeitet in öffentlichen und privaten psychiatrischen oder psychosomatischen Kliniken sowie in heilpädagogischen Einrichtungen, Alters- und Pflegeheimen, onkologischen und Neonatologie-

Abteilungen von Spitälern. 40 Prozent der SFMT-Musiktherapeuten haben private Praxen.

In der Zentralschweiz haben die heilpädagogischen Schulen der Stiftung Papilio Altdorf, die Heilpädagogische Schule Zug, die heilpädagogische Schule Rodtegg/Luzern sowie die Heilpädagogische Schule Luzern musiktherapeutische Angebote. Zu den Spitälern, die Musiktherapeuten und Musiktherapeutinnen beschäftigen, gehören das Paraplegiker-Zentrum Nottwil, das Kantonsspital Luzern, die Hirslanden-Klinik St. Anna und die Psychiatrische Klinik Zugersee/Oberwil. (pb)

In Zug, Neuenkirch und neu auch in Luzern kann die Musiktherapie an der Musikschule in Anspruch genommen werden. Die Musikschule Luzern hat das «Musizieren mit therapeutischer Begleitung» neu im Angebot. Es richtet sich an Kinder und Jugendliche, die in ihrer Entwicklung oder in einer schwierigen Lebenssituation besondere Unterstützung brauchen, Belastungen im schulischen oder familiären Kontext erfahren oder im Bereich Sprache, Ausdruck und Kommunikation eine Förderung benötigen.

[mehr »](#)

Über Klänge die Angst angehen und Blockaden lösen

Während die Musiktherapie an der Musikschule Zug bereits seit 1989 verankert ist, wurde an der Musikschule Luzern ein solches Angebot erst letztes Jahr initiiert (siehe dazu auch Kasten). «Was wir machen, ist ein Bildungsauftrag. Alle Kinder und Jugendlichen sollen die Möglichkeit haben, einen Zugang zur Musik zu finden», sagt die Musiktherapeutin Brigitta Iseli, die in Luzern das Angebot mit aufgebaut hat.

Als Musiktherapeutin arbeitet die ausgebildete Klavierlehrerin Brigitta Iseli mit Kindern, die von Entwicklungsverzögerungen oder Sprachschwierigkeiten betroffen sind. Mit Rhythmusspielen wird zum Beispiel die Bewegungskoordination unterstützt oder mit Liedern und Versen eine bessere Sprachartikulation angeregt.

«Über Klänge und damit verbundene Rollenspiele kann ich das Thema Angst angehen. In einem solchen Prozess können Blockaden subtil abgebaut werden. Die Kinder lernen, mit ihren Schwierigkeiten besser umzugehen und sie im besten Falle zu integrieren.»

Die Musiktherapeutin ist selber immer wieder erstaunt, wie vielfältig die Möglichkeiten sind, sich mit Musik auszudrücken. «Musik» wird in der Musiktherapie ohnehin anders definiert und eingesetzt als im herkömmlichen Musikunterricht. «Wir arbeiten mit Klängen, Geräuschen, stimmlichen Ausdrücken, mit Improvisation und auch mit der Stille. Damit kann ein riesiges Emotionsspektrum abgebildet werden.» Es ist die Aufgabe der Musiktherapeutinnen, mit dieser Palette die spezifischen Probleme eines Kindes zu erkennen, diese auszudrücken und auf diese Weise die persönliche Entwicklung des Kindes zu fördern.

Regina Steiner hat schon erstaunliche Erfahrungen gemacht. Während längerer Zeit begleitete sie ein mutistisches Kind, das nicht redete und sich von der Umwelt abkapselte. «In der ersten Stunde versteckte es sich hinter dem Flügel, zog eine Decke über sich und verharrte stumm.» Nach und nach konnte die Musiktherapeutin über kurze Improvisationen mit ihm Kontakt aufnehmen und es allmählich in eine musikalische, später auch verbale Kommunikation einbeziehen. «Heute spricht das Kind.»

Versteckt hinter einer Burg aus Trommeln

Ein anderes Erlebnis hatte sie mit einem Zehnjährigen, der ein abweisendes Verhalten zeigte und im Alltag in der Verweigerung verharrte. Am Anfang verschanzte er sich hinter einer Burg aus Trommeln und Perkussionsinstrumenten, die er im Kreis aufgestellt hatte. Mit Klanghölzern, die er wie eine Pistole auf sie richtete, schoss er auf die Therapeutin, wann immer sie sich näherte.

Mit musikalischen Rufen nahm die Therapeutin spielerisch Kontakt zu ihm auf. Mit der Zeit kamen musikalische Signale zurück. Schritt für Schritt entstand eine Kommunikation. Der Bub öffnete sich, die Burg bekam Risse.

Regina Steiner: «Irgendwann hat er die Burg nicht mehr gebraucht. Er war bereit für die Verarbeitung seiner Themen.»

Musiktherapeutinnen müssen lesen können, was in den Kindern abgeht. Ein wichtiger Bestandteil sind nebst der Improvisation auch Rollenspiele, Lieder und der Einbezug des Körpers. Die Therapeutinnen sind musikalisch breit ausgebildet und verfügen über ein psychologisch vertieftes Fachwissen, um mit Improvisationstalent auf alle Arten von Reaktionen eingehen zu können. Sie schlüpfen in szenische Umsetzungen, spinnen Geschichten, machen körperzentrierte Musikspiele.

«Vielfach ist es wie ein kindliches Spiel. Als Musiktherapeutin spiele ich mit, bin mir aber gleichzeitig bewusst, was abgeht. So kann ich den musikalischen Prozess mitgestalten und wenn nötig auch kontrollierend lenken», sagt Brigitta Iseli.

Schicht um Schicht nähern sich die Musiktherapeutinnen dem Kern eines Problems oder eines schwierigen Verhaltens und wirken so integrativ. Dabei werden ganz verschiedene Emotionen durchlebt. «Hinter Wut und Aggression liegt oft versteckte Trauer oder hinter der Verweigerung eine Angst.» Die grosse Kunst sei es, den nötigen Raum zu geben, damit das Thema eines Klienten hervortreten könne, sagt Regina Steiner.

«Deswegen ist der Anfang einer Musiktherapie sehr anspruchsvoll. Vielleicht passiert in den ersten paar Stunden sehr wenig. Diese Offenheit muss man aushalten können, aber gleichzeitig auch einen Rahmen geben. Dann beginnen sich die Themen zu zeigen.»

Menschen stärken und ihre Kräfte mobilisieren

Die Musiktherapeutin ist fasziniert davon, wie jedes Kind eine andere Welt mit in die Therapie bringt. «Was liegt hinter der Stummheit? Hinter der Ausdrucksnot? Was kommt da für ein Mensch zum Vorschein? Das beschäftigt mich immer und motiviert mich in meiner Arbeit.» So viele Kinder würden in unserem genormten Schulsystem durch die Maschen fallen und könnten ihre Qualitäten nicht entfalten, sagt Regina Steiner. «Die Musiktherapie kann helfen, diese Menschen zu stärken und deren eigene Kräfte zu mobilisieren. So finden auch sie einen Weg, sich im Leben selbstständiger zu behaupten.»