

**Was wirkt in der Musiktherapie?**

**Theoretische Ansätze – Erfahrungen – Praxisbeispiele**

Überarbeitete Fassung

**DI Franz Kehl**

**A.**

Aus der Psychotherapieforschung wissen wir: der entscheidende Wirkfaktor in einer Psychotherapie ist die Beziehung.

Das ist unmittelbar einleuchtend und verständlich, wenn wir bedenken, dass die Klienten und Patienten, die zu uns kommen, in ihren frühen oder auch späteren Beziehungen manchmal leicht, oft schwer, manchmal sogar schwerstens traumatisiert, d.h. verletzt worden sind.

Natürlich brauchen diese Menschen nicht irgendein „Verfahren“, das über sie gestülpt, das „auf sie angewandt“ wird oder mit dem sie „behandelt“ werden. Sie brauchen eine heilende und heilsame Beziehung, die sie ernstnimmt, annimmt und innerhalb derer sie allmählich Vertrauen fassen, sich auch ausprobieren, und ihre Traumatisierungen anschauen, verarbeiten und vielleicht sich von ihnen lösen können.

Die Methode, die der Therapeut anwendet, ist das Werkzeug – ein notwendiges Werkzeug, denn ohne Werkzeug kann der Handwerker nicht arbeiten. Die Methode muß gut, funktionierend, wirkungsvoll und der Problemstellung angemessen sein. Das ist klar. Aber sie bleibt das Werkzeug. Wirksam ist die Beziehung.

**B.**

Als Musiktherapeut ist mein „Werkzeug“ die Musiktherapie, wie ich sie im Folgenden näher erläutern möchte. Ein meiner Meinung nach hoch wirkungsvolles und feines Werkzeug.

*Und so glaubte ich früher, in den Anfängen, als „Anfänger“: wenn ich doch so ein tolles Werkzeug habe, müssen das doch alle Patienten mit Begeisterung annehmen, und ich muß die größten Erfolge damit erzielen und werde sicher jeden damit „heilen“. Kein „Fall“ war mir zu schwer...*

*Es war für mich kränkend zu erleben, dass nicht alle Patienten, die ich damals im Psychiatrischen Krankenhaus zugewiesen bekam, sich mit Begeisterung in der Musiktherapie behandeln lassen wollten... und auch: dass ich nicht jeden noch so schweren Fall „heilen“ konnte.*

Wirkfaktor ist die Beziehung. Aber Patienten, die unter einer schweren oder schwersten Beziehungsstörung leiden, bringen diese eben auch dem Therapeuten entgegen. Egal, welche therapeutische Methode er anwenden mag: jeder Therapeut wird sich auf dieselbe oder ähnliche Weise an einem solchen Patienten „die Zähne ausbeißen“. Und so bin ich nach und nach von

der Überheblichkeit geheilt worden, die da heißt: „Was die anderen nicht schaffen – die Musiktherapie wird es schaffen!“

### C.

Heißt das nun, es ist eigentlich egal, ob wir Musiktherapie oder irgendeine andere Therapiemethode anwenden?

Nein, ich meine, das ist es nicht.

Es geht, wie gesagt, in der Behandlung unserer Patienten und Klienten um Beziehung – und die Musiktherapie kann ein besonderes, ein ganz spezifisches Beziehungsangebot machen. Ich möchte nun im Folgenden das Besondere des musiktherapeutischen Beziehungsangebots zeigen.

Dazu zunächst ein kurzer Rückgriff auf die Theorie der menschlichen Kommunikation. Watzlawick (1969) unterscheidet die digitale und die analoge Kommunikation. Jede menschliche Kommunikation beinhaltet einen digitalen und einen analogen Anteil. Was ist damit gemeint?



**Folie 1**

Im Beispiel a), b) oder c) (Folie 1) wird bei gleichen Worten (also gleichem digitalen Inhalt) dem Empfänger dennoch völlig Unterschiedliches mitgeteilt.

Die für die Beziehung entscheidende Botschaft ist also die analoge Mitteilung.

In einer Therapieform, die in erster Linie mit dem Gespräch arbeitet, erzählt jemand Inhalte, Sachverhalte usw. Der Therapeut versucht nun herauszuarbeiten: was ist der dahinterliegende emotionale Gehalt, was will der Klient auf der Beziehungsebene, bzw. was hat der Klient auf der Beziehungsebene erlebt, welchen Konflikt gibt es dort...?

Musikalische Kommunikation hingegen ist analoge Kommunikation. Sie betrifft und verdeutlicht unmittelbar die Beziehungsebene zwischen zwei oder auch mehreren Partnern.

Musikalische Kommunikation läßt sichtbar, erlebbar und spürbar werden, was zwischen den Spielpartnern auf der Beziehungsebene vor sich geht.

*(Am Klavier wird ein musiktherapeutisches Partnerspiel, einmal mit gegenseitiger Abgrenzung, einmal mit Kontaktaufnahme demonstriert.)*

In der musikalischen Kommunikation geht es also nicht um Mitteilung von Sachinformationen, sondern um genau das, was wir in der Therapie brauchen: nämlich das Anschauen dessen, was auf der Beziehungsebene vor sich geht: Schwierigkeiten, Ängste usw.

**D.**

Für meinen zweiten Ansatzpunkt möchte ich die unterschiedlichen Funktionen unserer beiden Großhirnhemisphären gegenüberstellen (Folie 2).

<u>Unterschiedliche Funktionen der beiden Großhirnhemisphären</u>	
Linke Hemisphäre	Rechte Hemisphäre
Erfassen von <b>Details</b>	Erfassen von <b>Ganzheit/Gestalt</b> Komplexer Zusammenhänge  mit „Pars-pro-toto-Funktion“  und unter versch. Perspektiven
<b>Sprechen</b> in Grammatik, Syntax, Semantik	Sprechen metaphorisch, Wortspiele, assoziative Verwechslungen, ... → eher „sprachlos“
<b>Denken</b> in Begriffen	Denken in Bildern, Mythen, Handlungen,
Logisches Schlußfolgern	Widersprüchlichkeiten sind kein Problem
Erfassen von <b>Zeitabläufen</b>	Kennt <b>nur das Jetzt</b> (Gegenwart) → eher „zeitlos“
<b>Zählen</b> , Rechnen	Genaue <b>Mengenwahrnehmung</b>  Raumempfinden
⇒ <u>Analysiert die Welt</u>	⇒ <u>Erzeugt „Bild“ der Welt</u>

Was hat das nun mit meinem Thema zu tun? Was hat das mit der Musiktherapie zu tun?  
Schauen wir uns an Hand der folgenden Folie die Eigenschaften der Musik an:

### Rechtshemisphärische Funktionen der Musik

- Musik evoziert Stimmungen, Bilder
- Musik kennt die Pars-pro-toto-Funktion (z.B.: ein Leitmotiv kann für ein Ganzes stehen)
- Musik hat keine zwingende Logik
- Verschiedene Themen, Melodien können sich überlagern
- Gegensätzliche (widersprüchliche) Themen können miteinander verwoben sein und miteinander das Ganze ausmachen
- Ein Motiv wird auch in „verzerrter Perspektive“ wiedererkannt (andere Tonart, Tonhöhe, Klangfarbe, Tempo etc.)
- Es gibt keine festgelegten „Begriffe“ (Beliebige Nuancen sind in musikalischer Darstellung möglich)
- Musik findet immer im Jetzt statt („zeitlos“)



Die Eigenschaften der Musik korrelieren mit den Eigenschaften der rechten Hemisphäre

#### **Folie 3**

Es besteht eine enge Verbindung von Musik und rechter Hemisphäre.

Das heißt: Musik stellt äußerst geeignete Ausdrucks- und Gestaltungsmittel für „Rechtshemisphärisches“ zur Verfügung. Anders gesagt: Musik ist die „Sprache“ für die rechte Hemisphäre!

Wir könnten in Folie 2 der linken Hemisphäre die (intellektuelle) Sprache, der rechten Hemisphäre die Musik zuordnen.

Das bedeutet für uns in der Therapie: Musik eignet sich hervorragend zur Darstellung der in der rechten Hemisphäre gespeicherten Erinnerungsbilder, Lebenssituationen, Wahrnehmungen und der damit zusammenhängenden Empfindungen. Musik kann diese Bilder wieder evozieren, dem Klienten in ihrer Ganzheit wieder „gegenwärtig“ (im übertragenen und im wörtlichen Sinn!) machen, „zeitlos“, nämlich im Jetzt, und dabei genauso, wie sie damals erlebt und gespeichert wurden, mit allen dazu gehörenden Gefühlen. Durch die Pars-pro-toto-Funktion der

Musik können dazu manchmal wenige Töne, eine plötzlich Erinnerungen weckende Melodie, manchmal sogar nur ein einziger Ton oder Klang genügen (siehe F. Praxisbeispiele).

Der Zugang über die Musik ist außerdem – wie Sie sehen – nicht an die Wortsprache und Sprachfähigkeit gebunden. Das heißt, Musik kann auch Erfahrungen und Erinnerungsbilder aus präverbaler Zeit (der Zeit vor der Entwicklung von Sprachfähigkeit, also der frühesten Lebenszeit) ansprechen und zum Ausdruck bringen.

#### **E.**

Ich fasse zusammen:

1. Musiktherapie zeichnet sich aus durch die Möglichkeit, unmittelbar auf der Beziehungsebene arbeiten zu können (analoge Kommunikationsebene).
2. Musiktherapie zeichnet sich aus durch die Möglichkeit des direkten Zugangs zu Erinnerungsbildern und den damit zusammenhängenden Empfindungen (Musik als „Sprachform“ der rechten Hemisphäre).

Die Musiktherapeutin Rosemarie Tüpker beschreibt dies folgendermaßen:

*„Das Spielen selbst belebt frühe Formenbildungen und frühe Formen des Erlebens, die verdrängt sind, aber dennoch weiter wirksam und an der Lebensgestaltung beteiligt. ... Die durch das Spielen auftauchenden Erinnerungen sind oft völlig anderer Qualität als die, die man z.B. durch die Anamneseerhebung erfährt. Es scheint, als richte die Musik andere Fragen an das Seelische als die Sprache. Es scheint, als sei die klangliche Assoziationskette, die Erinnerungen hervorruft, eine andere als die sprachliche.“*

Rosemarie Tüpker: „Ich singe, was ich nicht sagen kann“, (Regensburg 1988)

## **F. Praxisbeispiele:**

Anhand einiger ausschnittthafter Szenen aus der Praxis möchte ich Ihnen diese Aspekte nun veranschaulichen.

### **a. Zum Thema: Beziehungsebene anschauen, Beziehungsmuster entdecken:**

(Einladung: „Spielen wir einmal miteinander und schauen, was sich da ergibt...“)

1. 50 j. Frau, Alkoholikerin, vom Mann schwerstens unterdrückt, Anfangsphase der Therapie.  
Dämpft „Misstöne“ abrupt ab, sogar bei Partnerspiel Kantele (wenn sie nicht genau den zu meinem Spiel passenden Ton erwischt) → Völlig an mir und am „Richtigmachen“ orientiert!  
Daheim? Sie muß sich pausenlos „abdämpfen“.  
Folgende Stunde: Sie meint, vielleicht solle sie Mißtöne eher aushalten... Versuch am Monochord... sie dämpft weniger ab... → „die klingen ja gar nicht so schlecht...!“
2. 35j.Frau, spricht von „Kommunikationsproblemen“ mit Partner, Anfangsphase der Therapie.  
Partnerspiel mit Klanghölzern, wir gehen dabei beide durch den Raum, rhythmisch eher ein „Nebeneinander“ (von ihrem und meinem).  
Im Gespräch: Es ist ein Bild aufgetaucht: ein Weg, am Waldrand, sie ist allein... aber hätte gern einen Begleiter... → bricht in Tränen aus, erzählt: sie sei so viel unterwegs mit dem Auto, laufe eigentlich oft weg... Aber hätte so gern Kontakt und Beziehung!  
→ Mein Angebot: Partnerspiel Stabspiele. (Wir sitzen zum ersten Mal vis-a-vis). Sie ist im Spiel tief berührt vom Angenommen-Sein und Antwort-Bekommen. Will trotz Tränen immer weiter spielen, nicht aufhören...

(Oder: Klient erzählt eine bestimmte Situation. Meine Einladung: „Schauen wir uns das einmal an! Spielen wir miteinander!“)

3. Frau, Mitte 50, erzählt unkonkret von Problemen mit Partner...  
Mein Angebot: Partnerspiel am Klavier. Sie weicht darin ohne Widerstand bis auf die letzte Taste zurück. Hört dann ganz zu spielen auf.  
Gespräch: „Ja, so ist es. Ich überlasse meinem Mann das ganze Feld. (Erzählt dann, der Mann habe eine Freundin ...)  
→ Mein Spielvorschlag: Ob sie versuchen wolle, sich etwas zu wehren?  
Zeigt dann im Spiel zumindest ein wenig Widerstand.  
Folgende Woche: Sie sei von sich „überrascht“: habe in der vergangenen Woche völlig unerwartet ihrem Mann ein „Nein“ gesagt.  
Im weiteren Therapieverlauf stellte sich nach und nach ein Hintergrund mit schwersten Mißhandlungen durch den Vater und vollständiger Unterwerfung heraus. Eigene Impulse konnten immer wieder nur unter großer Angst ausgedrückt werden. Lange Zeit wurde ich als „haltender, Sicherheit gebender Begleiter“ benötigt.

Diese Beispiele zeigen, wie wir in der Musiktherapie unmittelbar auf der Beziehungsebene arbeiten können: einerseits diagnostisch, um Beziehungsmuster zu erkennen, und andererseits, um Veränderungen anzuregen.

**b. Zum Thema: Bildhaftes Darstellen und Erleben komplexer Zusammenhänge (Rollenspiel)**

(Einladung: „Wollen Sie sich einmal genauer anschauen, was da los ist?“)

1. Frau, Mitte 30, erzählt von diffusem Ärger über ihren Bruder.  
Angebot Rollenspiel: Sie beschreibt den Bruder als besserwisserisch, er sage einfach seins, gehe auf anderes nicht ein. Er tue so souverän.  
(Sie wählt für den Bruder das Klavier, für sich das Xylophon)  
Spiel: Sie beginnt, „erzählend“ ... ich (in der Rolle des Bruders) lasse sie eine Weile spielen, setze dann am Klavier ein mit einem massiven C-Dur-akkordhaften Spiel, ohne jeden Bezug zu ihrem... → Sie lacht: „Genau das ist es!“  
Es folgt ein langes Gespräch: es gehe ihr eigentlich um Kontakt mit ihrem Bruder, er sei so ungreifbar, und wie sie vermute auch einsam in seinem selbstgefälligen Spiel.

Derartige Darstellungen führen zu einem sehr genauen und klaren emotionalen Erfassen der Situation. (Ebenso für Gruppen-, Familien-, Kindheitssituationen, Träume etc.)

2. Frau, Mitte 40, leidet an Depressionen.  
Sie könne schwer Wünsche äußern. Wie war das als Kind? Sie sagt, ihre Mutter habe ihr jeden Wunsch erfüllt (!)  
Mein Vorschlag: Darstellen!  
Großmutter (Becken), Mutter (Kantele), sie (Handtrommel)  
Sie spielt: GM, M streiten, Kind ist ruhig, nach langer Zeit zaghafte Äußerung, Mutter „zerreißt“ sich zwischen GM und Kind .  
Ihr Gefühl in der Rolle des Kindes: „bin eigentlich unheimlich weit weg von den beiden“ (die Handtrommel müsste eigentlich bis hinter die Tür des Therapieraumes hinaus gelegt werden, damit die Situation stimmig dargestellt ist)  
Jetzt erkennt sie klarer, wie ihre Situation in der Kindheit wirklich war.

**c. Zum Thema: Entdecken: Was ist mit mir los? Wie geht es mir?**

(Einladung: „Versuchen Sie einfach einmal zu spielen, ihrer Stimmung nachzugehen...“)

Frau, Mitte 50, psychosomatische Erkrankung (Neurodermitis), äußerst unbefriedigende Partnerschaft, sie möchte die Scheidung.

Wirkt im Reden immer wieder weitschweifig und „gefühllos“, ist sich unklar über ihre Gefühle, macht oft nur sehr allgemeine Äußerungen (gehe ihr „nicht gut“).

Ihre Situation: Mitleid dem Partner gegenüber angesichts bevorstehender Scheidung sei wieder stärker, sie habe Zweifel ob sie das Richtige tue...

Mein Vorschlag: Spielen... Mal schauen, was da kommt...

Sie vertieft sich in ein langes Spiel auf dem Metallophon (für mich als Zuhörer ist dabei gar nicht viel verschiedener Ausdruck spürbar).

Nach dem Spiel beschreibt sie ihre inneren Wahrnehmungen sehr differenziert:

- Freude (Vorfreude auf die kommende Zeit, nach der Scheidung)
- Mitleid u. Zweifel haben im Lauf des Spiels abgenommen
- Klarheit ist wieder gekommen (es sei ganz richtig so, wie sie es vorhabe)
- Auch Schmerz und Verzweiflung, dass es so habe kommen müssen, dass es keinen anderen Weg gegeben habe. Auch über die „Unmöglichkeit von Beziehung“ mit diesem Partner...

Sie ist immer wieder ganz angetan davon, dass das Spielen diese Dinge so klärt.

Es gibt Meinungen, dass es bei psychosomatischen Erkrankungen zu einer „funktionellen Trennung“ der beiden Großhirnhemisphären komme. An den gezeigten Beispielen kann man sehen, wie die Musiktherapie dazu beitragen kann, wieder mehr Verbindung zwischen beiden zu schaffen.

#### **d. Zum Pars-pro-toto-Effekt**

1. Frau, 50 Jahre, Alkoholikerin  
Findet auf mehreren Instrumenten jeweils einen „toten“ Ton (oder ob sie nicht richtig höre?) (Schlitztrommel, Rührtrommel).  
Drei Therapiestunden später am Klavier (tiefes Fis): „gewaltig... endgültig... da ist alles aus... ein „toter“ Ton...“  
Im Gespräch: ob sie so etwas Gewaltiges, Endgültiges einmal erlebt habe? → Da erzählt sie vom Tod ihrer Lieblingstante, „vor 20 Jahren“ (einzige gute Bezugsperson in ihrem Leben). Weint. Bisher noch nie betrauert. Ihr Mann hat kein Verständnis für Gefühle.  
Im Weiteren nennt sie dies Betrauern: „erwachsen werden...“ ... Sie ist verwundert: „...dass so viel in einem Klavier stecken kann...!“

Es ist natürlich nicht der Ton „Fis“ im Klavier, sondern das was durch diesen Klang bei dieser Frau an Erinnerung wachgerufen wurde (Pars-pro-toto-Effekt).

2. Mann, Mitte 60, hat bei Verkehrsunfall Frau und Mutter verloren.  
Hat in Therapie über Verlust und Schmerz gesprochen.  
Dem folgt eine Phase vermehrter körperlicher Symptome/Schmerzen, im Sprechen stagniert es, wie wenn etwas nicht herauskommen sollte.  
Mein Vorschlag: Herumgehen, Spielen, etwas suchen...  
Am Bassxylophon spielt er die Anfangstöne des Liedes „Wenn ich groß bin, liebe Mutter“ → Tränen strömen, er erzählt: er hätte der Mutter zurückgeben wollen, was sie für ihn getan hatte, hätte sie im Sterben trösten wollen, bei ihr sein wollen...  
(Dies war aufgrund seines eigenen Aufenthaltes auf der Intensivstation nicht möglich gewesen).  
In der Folgezeit: Nachlassen der körperlichen Symptome, vermehrte Entspannung ...

#### **G.**

Grundprinzipien bei all diesen Spielen sind Echtheit und Stimmigkeit (Schmölz).

Letztlich wirkt die echte emotionale Zuwendung des Therapeuten, das Ernstnehmen des Klienten und seines Problems.

Die Musik und die musikalische Kommunikation geben uns ein sehr schönes „Mittel“ an die Hand, dies dem Klienten/der Klientin zu „übermitteln“. Sie sind eine sanfte Form von Zuwendung. Sie ermöglichen, nahe zu kommen, ohne zu nahe zu treten.

Mit Respekt und Verbundenheit. In einer „emotionalen Sprache“.

Ich danke Ihnen.

### **Literatur:**

**Kehl, Franz:** Entdeckung und Veränderung rechtshemisphärischer Weltbilder in einer Einzelmusiktherapie mit einer Magersüchtigen.

Abschlußarbeit des Lehrgangs für Musiktherapie an der Hochschule für Musik und darstellende Kunst, Wien 1990

**Klausmeier, Friedrich:** Der psychische Primärprozeß und die musikalische Interpretation.

In: Musiktherapeutische Umschau, Band 5, Heft 2, Stuttgart 1984

**Tüpker, Rosemarie:** Ich singe, was ich nicht sagen kann. Regensburg 1988

**Watzlawick, Paul, et. al.:** Menschliche Kommunikation. Bern 1969

**Watzlawick, Paul:** Die Möglichkeit des Andersseins. Bern 1978

### **Anschrift des Autors:**

DI Franz Kehl  
Musiktherapeut (ÖBM)  
Neustiftgasse 38/27, A-1070 Wien  
Tel.: 01/990 111 6  
E-Mail: franz.kehl@chello.at