



Foto: Hospiz St. Hedwig

Musiktherapeutin
Kathrin Grewe-Heitfeld spielt einen Bordunstab. Nah am Körper gespielt, sind die Schwingungen intensiv spürbar.

MUSIKTHERAPIE IN DER STERBEBEGLEITUNG

Berührt und beruhigt durch Musik

Musik kann Emotionen, Erinnerungen und Assoziationen auslösen.



„Ich bin so herrlich ruhig in mir“, äußert eine Frau kurz vor ihrem Tod während der Musiktherapie. Dieses Gefühl von innerer Ruhe wünschen sich die meisten Menschen beim Übergang vom Leben zum Tod. Mit Musik kann dies, so Musiktherapeutin Kathrin Grewe-Heitfeld, erfahren werden, weil Musik in besonderer Weise emotional anzusprechen vermag.

„Eine Mutter sitzt am Bett ihres Sohnes. Mehrere intensive Begegnungen mit dem Sohn im Rahmen von Musiktherapie liegen hinter mir, als ich ihn nun – zum wahrscheinlich letzten Mal – frage, ob ich für ihn spielen darf. Zum Zeichen des Einverständnisses schlägt er die Augen einmal auf und zu. Während der Musik nimmt seine Unruhe ab. Seine Atmung wird gleichmäßiger und die Gesichtszüge entspannen sich. Auch seine Mutter wird sehr ruhig. Anschließend äußert sie sich erstaunt, auch erfreut, über die tröstende Wirkung der Musik“, berichtet die Kölner Musiktherapeutin.

Sie erläutert gegenüber dem Deutschen Ärzteblatt die Wirkung von Musiktherapie. Musik habe die Kraft, sowohl emotional zu berühren als auch körperliche Reaktionen auszulösen, ohne dass man dies steuern könne. Die unmittelbare Verbindung

zwischen Musik/Klang und Gefühlen sei durch eine direkte Verbindung zwischen dem Ohr und dem limbischen System, dem Sitz der Emotionen zu erklären. Welche Art von Musik beruhigt, kann Grewe-Heitfeld zufolge individuell unterschiedlich sein und hängt von den jeweiligen Hörgewohnheiten sowie der jeweiligen Lebensgeschichte ab. Unabhängig davon gebe es Klänge, die für viele Menschen diese beruhigende Wirkung hätten. Lange nachschwingende, warme Klänge oder auch pentatonisch gestimmte Instrumente vermittelten in besonderem Maß eine Atmosphäre von Geborgenheit und Harmonie. Im Kölner Hospiz St. Hedwig bietet Grewe-Heitfeld den Patienten an, an ihrem Bett Musik für sie zu spielen.

Kantele, Klangschale oder Bordunstab

„Aufgreifend, was ich an meinem Gegenüber wahrnehme – den Rhythmus des Atems oder die emotionale Verfassung oder einen konkret geäußerten Wunsch – beginne ich für die Gäste eine Musik zu entwickeln“, berichtet die Musiktherapeutin. Oft spiele sie eine Kantele, Klangschalen oder einen Bordunstab (ein tiefes, in Quinten und Oktaven gestimmtes Saiteninstru-

ment). Eine Frau erzählt, „sie habe sich mit den Tönen fortbewegt“, also mental von ihrem kranken Körper entfernt. Sich noch einmal anders als in der aktuellen Situation zu erleben, kann, so Grewe-Heitfeld, wichtig, erleichternd und auch stärkend sein. Musik könne Emotionen, Erinnerungen und Assoziationen auslösen. So wurde eine andere Hospizbewohnerin bei einem Intervall an die Sprachmelodie ihres Vaters erinnert, wodurch noch einmal das Gefühl, als Mädchen vom Vater geliebt zu sein, wach wurde.

„Musiktherapie bei Sterbenden bedeutet, bei jedem Patienten nach der Spur zu suchen, die Musik in seinem Leben eingegraben hat; Musik muss die ‚ganze Person‘ – den Körper, den Geist, das Herz und die Seele – erreichen. In der Musiktherapie bedeutet dies, dem Patienten Musik auf seine Weise und für seine spezifische Lebenssituation erlebbar zu machen“, schreibt Prof. Dr. med. Christof Müller-Busch in der Zeitschrift „Palliativmedizin“ (2006;7). Angehörige würden die musikalisch unterstützte Sterbebegleitung häufig als eindrucksvolle und das eigene Leben prägende Erfahrung erleben.

Informationen unter E-Mail: Grewe-Heitfeld@netcologne.de. ■

Gisela Klinkhammer