



2.
Auflage

Baumann • Bünemann

Musiktherapie in Hospizarbeit und Palliative Care

 reinhardt

Martina Baumann, Dorothea Bünemann

Musiktherapie in Hospizarbeit und Palliative Care

Mit einem Geleitwort von Rolf Verres
2., durchgesehene Auflage

Ernst Reinhardt Verlag München

Dipl.-Musiktherapeutin *Martina Baumann*, Heidelberg, Hypnotherapeutin (M. E. I.), KörperMusikerin (Liestal, CH), ist in Palliative Care, in einer psychosomatischen Klinik sowie in Seminararbeit und Weiterbildung tätig. Als professionelle Musikerin aktiv. E-Mail: martinasophiebaumann@gmx.de; www.koerpermusik-heidelberg.de

Dipl.-Psych., Dipl.-Gerontol. *Dorothea Bünemann*, Heidelberg, ist als Musiktherapeutin und Gestalttherapeutin (DVG) psychotherapeutisch (HP) in verschiedenen klinischen Institutionen, in eigener Praxis und in der Weiterbildung tätig. E-Mail: dbuenemann@gmx.de

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-497-02955-6 (Print)

ISBN 978-3-497-61365-6 (PDF-E-Book)

ISBN 978-3-497-61366-3 (EPUB)

© 2020 by Ernst Reinhardt, GmbH & Co KG, Verlag, München

Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung der Ernst Reinhardt GmbH & Co KG, München, unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen in andere Sprachen, Mikroverfilmungen und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Printed in EU

Covermotiv: Gustav Klimt, *La musique* (Ausschnitt)

Fotos im Innenteil von Martina Baumann, Heidelberg

Ernst Reinhardt Verlag, Kemnatenstr. 46, D-80639 München

Net: www.reinhardt-verlag.de E-Mail: info@reinhardt-verlag.de

Inhalt

Geleitwort von Rolf Verres	8
Vorwort der Autorinnen	10
Einleitung (<i>Martina Baumann & Dorothea Bünemann</i>)	13
1 Sterben, Tod und Trauer in der Musik (<i>Dorothea Bünemann</i>)	16
Musik als schöpferische, sinngebende Bewältigung von Trauer	18
2 Symptomatik und Leiden unheilbar erkrankter Menschen (<i>Dorothea Bünemann</i>)	21
Die unheilbare, lebensbedrohliche Erkrankung – ein traumatisches Erleben	23
3 Palliative Care und Musiktherapie (<i>Dorothea Bünemann &</i> <i>Martina Baumann</i>)	26
Zur Geschichte von Palliative Care	26
Die wichtigsten Leitsätze der Hospizarbeit und Palliativmedizin	28
Musiktherapie in Palliative Care	29
Musiktherapie im Forschungsprojekt „Netzwerk achtsame Sterbekultur“ (<i>Martina Baumann</i>)	31
4 Musiktherapie im institutionellen Zusammenspiel (<i>Martina Baumann</i>)	33
Zusammenspiel braucht Zeit	33
Drei hilfreiche Grundhaltungen für den Anfang	34
Wie Zusammenarbeit gelingt	36
Resonanz in der Begegnung von Mensch zu Mensch	39
Wie Behandlungsaufträge entstehen (<i>Dorothea Bünemann</i>)	41
5 Die „Holy Seven“ – die 7 musiktherapeutischen Bausteine (<i>Martina Baumann & Dorothea Bünemann</i>)	44
Sprache und Gespräch	44

	Lieder	45
	Klangreisen	47
	Improvisationen	50
	Tonträger	54
	Musiktherapie ohne Musik.	55
	Atmosphären im öffentlichen Raum (<i>Martina Baumann</i>).	57
6	„Besondere Menschen“ (<i>Dorothea Bünemann</i>)	74
	Das kollektive Trauma der Nazizeit.	74
	Der dementiell erkrankte Mensch.	82
	Die Angehörigen	86
	Künstler und Lebenskünstler (<i>Martina Baumann</i>)	92
7	Spiritualität und Musiktherapie (<i>Martina Baumann</i>).	105
	Spirituelle Fürsorge im Palliativbereich.	106
	Musiktherapie als Bindeglied zwischen psychosozialer und spiritueller Begleitung.	108
	Spirituelles Erleben in Liedern	110
	Singen vor, während oder nach dem Sterben	114
	Klänge können spirituelle Ressourcen wecken	116
	Fallen und geborgen sein	117
8	Hilfreiche innere Haltungen (<i>Dorothea Bünemann & Martina Baumann</i>)	119
	Absichtsvolle Absichtslosigkeit	120
	Aufsuchen	120
	Flexibel sein in Raum und Zeit.	121
	Im Hier und Jetzt sein	121
	Fragmentarisches Arbeiten	121
	Freie Improvisation im Schwebezustand.	122
	Ein Geheimnis lassen	122
	Mut zur eigenen Lebensenergie	123

Abschließende Gedanken <i>(Martina Baumann & Dorothea Bünemann)</i>	125
Literatur	129
Sachregister	135

Geleitwort von Rolf Verres

Das Zusammenspiel von Schönheit und Mitgefühl

In der wissenschaftlichen Medizin werden die Phänomene der geistig-seelischen Welt vor allem unter dem Aspekt betrachtet, wie man sie funktionalisieren, also unter möglichst sichere Kontrolle bringen kann. Neben dem Denken und Fühlen gibt es aber eine weitere Dimension der geistig-seelischen Welt, die mit Begriffen wie Phantasie, Kultur, Philosophie, Glaube, Musik, Theater, Malerei, Dichtung, Zauberei und Liebe beschrieben wird, vielleicht auch als Bedürfnis nach Aufgehoben sein in einem größeren Ganzen.

Man könnte auch von einer Tiefendimension der Heilkunst sprechen. Sie wird besonders deutlich spürbar, wenn Menschen ein Grundgefühl des gegenseitigen Vertrauens gewonnen haben. Gerade wenn es um das Loslassen geht, liegt die besondere Kraft der Musik darin, „Begleitschutz“ zu geben. Musik kann uns Menschen verzaubern.

Die Autorinnen Martina Baumann und Dorothea Bünemann geben in diesem Buch einen fundierten Einblick in die Möglichkeiten, im Einzelfall behutsam herauszufinden, welche Musik für welche Menschen in welcher Situation heilsam wirken könnte. Sie zeigen, dass dies nur auf der Grundlage einer guten zwischenmenschlichen Beziehungsgestaltung möglich ist, die ihrerseits auch durch das gemeinsame Musikerleben intensiviert werden kann.

Dabei geht es nicht nur um die jeweils einmalige Beziehung zwischen einem schwer kranken Menschen und einer Therapeutin. Auch von der Atmosphäre im betreffenden Haus hängt es ab, ob harmonisierende Energien vom ganzen Team mitgetragen werden. Wer in einem Hospiz oder einer anderen palliativmedizinischen Einrichtung Musiktherapie anbietet, beeinflusst die Atmosphäre als Ganzes, da jeder die Musik hören kann. Selbst wenn die Musiktherapeutin nur zeitweise kommt, lassen sich nachhaltige, wohltuende Wirkungen erzielen.

Mich persönlich beeindruckten besonders die Ausführungen der beiden Autorinnen zum „Zusammenspiel von Schönheit und Mitgefühl“. Manche Menschen glauben irrtümlich, Mitgefühl bedeute in erster Linie Mitleid. Schwer kranke Menschen haben aber auch Hoffnungen. Selbst wenn sie diese nicht mehr – wie zum Beispiel bei Demenz – ausdrücken können, brauchen sie nicht in erster Linie Mitleid, sondern eine möglichst freundliche Begleitung, die ihnen etwas mehr Sicherheit gibt. Wenn Martina Baumann und Dorothea Bünemann also von einem Zusammenspiel von Schönheit

und Mitgefühl sprechen, machen sie uns bewusst, dass in einer achtsamen Begegnung tatsächlich Schönheit als solche erlebt werden kann, selbst wenn Schmerzen oder Traurigkeit dabei sind.

Man könnte sogar von seelischer Zärtlichkeit sprechen, die jeden Beteiligten in seinem innersten Kern berührt und uns immer wieder an unsere ursprüngliche Liebesfähigkeit erinnert, die wir in der Geschäftigkeit des Alltagslebens allzu oft vergessen.

Der Psychoanalytiker Erich Fromm hat darauf aufmerksam gemacht, dass man die Kunst des Liebens dann am besten erlernen kann, wenn man sich von dem Wunsch frei macht, geliebt werden zu wollen, und stattdessen die eigene Fähigkeit zu lieben zur Hauptsache erklärt. Verschiedene Untersuchungen haben ergeben, dass ein Empfinden des Ausgebranntseins (Burn-Out Syndrom) in palliativmedizinischen Einrichtungen seltener vorkommt als in den meisten Kliniken der kurativen Medizin. Damit soll nicht gesagt werden, die Arbeit mit schwerstkranken Menschen in der Palliativmedizin oder im Hospiz sei einfacher als die Arbeit in sonstigen Krankenhäusern. Das Geheimnis dürfte wohl darin liegen, dass man gerade dann, wenn man sich einem Menschen in einer existenziellen Notsituation zuwendet und ihm Erleichterung zu verschaffen versucht, auch seine eigene Kraft besonders gut spüren kann. Auch die Helferin „profitiert“ von der Musik, sie ist Mitgestalterin eines wohltuenden Resonanzfeldes, in dem sie sich auch selbst gut aufgehoben fühlen kann.

Die meisten Menschen meinen, Liebe sei in erster Linie ein „gerichtetes“ Phänomen: vom Anderen zu mir oder von mir zum Anderen. Sie kann aber auch ein „ungerichtetes“ Gefühl sein, ein transpersonales Phänomen des Verbundenseins. Das Empfinden von Liebe kann durch eine Aktivität *ausgelöst* werden, aber eigentlich kommt es gar nicht so sehr darauf an, ob hier ein *gerichteter* Energiefluss angenommen wird. Kommt in einer Situation von Achtsamkeit gut ausgewählte Musik hinzu, wird noch eine weitere Kraft wirksam, die nicht zuletzt auch mit der Liebesfähigkeit der Schöpfer dieser Musik zu tun hat, für die wir dankbar sein können.

Das Buch ging unter anderem aus unserem Heidelberger „Netzwerk achtsame Sterbekultur“ hervor. Wird Achtsamkeit praktiziert, entsteht ganz allmählich eine meditative Haltung im Leben. Dann können wir vielleicht darüber staunen, dass es möglich ist, die Gegenwart der Musen in allem was lebt zu spüren, und damit auch in uns selbst.

Prof. Dr. med. Dipl.-Psych. Rolf Verres

Ärztlicher Direktor des Instituts für Medizinische Psychologie im Zentrum für Psychosoziale Medizin der Heidelberger Universitätsklinik

Vorwort der Autorinnen

Wie kommt es zu diesem Buch? Die Entstehung dieses Buches speist sich aus unterschiedlichen Quellen. Der Grundstein wurde durch meine, Martina Baumanns, Mitarbeit in dem von Dr. Eva Saalfrank und Prof. Dr. Rolf Verres geleiteten Forschungsprojekt „Netzwerk achtsame Sterbekultur“ an der Universität Heidelberg gelegt. Rolf Verres unterstützte mich dabei, meinen Abschlussbericht „Musiktherapie für Sterbende und ihre Begleiter“ der Öffentlichkeit zugänglich zu machen und für ein Buch zu überarbeiten. Durch sein Engagement und seine Ermutigung entstand die Verbindung mit dem Ernst Reinhardt Verlag.

Seit vielen Jahren sind wir, die Autorinnen Dorothea Bünemann und Martina Baumann, im regen Austausch über unsere musiktherapeutische Arbeit mit schwerstkranken und sterbenden Menschen. Die Früchte unserer kreativen und anregenden Treffen standen unter dem Motto: „Zusammen ist man weniger alleine.“ So entstand auch vor einem Jahr die Idee, eine fortlaufende Fortbildung für „Musiktherapie in der Sterbebegleitung“ ins Leben zu rufen, die im Frühjahr 2009 in Heidelberg begonnen hat. Es bot sich an, den genannten Bericht ebenfalls nach dem obigen Motto zu überarbeiten. Unsere bewährte Zusammenarbeit erweiterte sich nun um das gemeinsame Buchprojekt.

Zum Schreiben haben wir immer wieder Inseln der Ruhe in landschaftlich schöner Umgebung aufgesucht, um in die Inselwelt der Hospizarbeit gedanklich einzutauchen. Wir haben das Festland des Alltagslebens in Heidelberg und unsere sonstigen alltäglichen Lebens- und Berufsfelder zeitweise hinter uns gelassen.

Wir blicken auf ein Jahr zurück, in dem wir uns mit den vielfältigen Facetten musiktherapeutischen Arbeitens in Palliative Care auseinandergesetzt haben. Dabei hatten wir immer wieder sehr unterschiedliche Positionen und unsere Zusammenarbeit war von kontroversen Diskussionen geprägt, wie zum Beispiel über den Begriff und die Bedeutung des Traumas einer lebensbedrohlichen Erkrankung: Ist die Sichtweise, dass eine lebensbedrohliche Erkrankung ein Trauma ist, überhaupt hilfreich für unsere Arbeit? Worauf fokussieren wir unsere Aufmerksamkeit bei schwerstkranken Menschen – auf die Krankheit oder auf die gesunden Inseln oder etwa auf beides? Oftmals stritten wir auch darüber, ob unsere Arbeit mit sterbenden Menschen als psychotherapeutische oder vielmehr als empathisch-musikalische Begleitung zu betrachten ist. Auch der heiligen Kuh „Spiritualität“ haben wir uns unterschiedlich angenähert.

Sogar unsere musikalischen Vorlieben gehen extrem weit auseinander. Wir haben es geschafft, uns mit unseren Unterschiedlichkeiten positiv zu beeinflussen. Im Ergebnis liegt nun ein Buch vor, das die Musiktherapie in der Sterbebegleitung aus vielen Blickwinkeln heraus beschreibt und vor allem durch ein illustres Spektrum an musikalischen Beispielen angereichert wird. Keine von uns beiden hätte allein solch ein Repertoire zu Verfügung stellen können. Für unsere respektvolle, freundschaftliche, kontroverse und liebevolle Zusammenarbeit sind wir einander dankbar.

Nun wollen wir auch den anderen von Herzen danken, die zum Gelingen des Buches beigetragen haben:

Uwe Loda für liebevolle Fürsorge und klaren Kopf in unklaren Augenblicken, anregende Gespräche und geduldiges Korrekturlesen, Prof. Dr. Rolf Verres für Förderung, Ermutigung und die Idee, ein Buch zu schreiben, Dr. Eva Saalfrank, der Initiatorin des Projektes „Netzwerk achtsame Sterbekultur“, für wissenschaftliche und spirituelle Wegbereitung in die Arbeit mit sterbenden Menschen, Prof. Dr. Liz Nicolai für Anregungen zum systemisch-konstruktivistischen Denken und zum Thema Resilienz und unserer Lektorin Ulrike Landersdorfer vom Ernst Reinhardt Verlag für die ermutigenden Rückmeldungen.

Wir danken den Kollegen im Palliativbereich für Resonanz und Vertrauen, insbesondere Frank Schoeberl, Leiter des Hospizes Louise in Heidelberg, für Anregungen im Sinne integraler Zusammenarbeit. Den Betroffenen und ihren Angehörigen danken wir vor allem für ihre Bereitschaft, uns an ihrem Erleben teilhaben zu lassen.

Letztlich danken wir der Musik – unserer Schutzpatronin – mit einem Lied, das Franz Schubert, vertonte.

„An die Musik

Du holde Kunst, in wieviel grauen Stunden,
 Wo mich des Lebens wilder Kreis umstrickt,
 Hast du mein Herz zu warmer Lieb' entzunden,
 Hast mich in eine beßre Welt entrückt!
 In eine beßre Welt entrückt!
 Oft hat ein Seufzer, deiner Harf' entflossen,
 Ein süßer, heiliger Akkord von Dir
 Den Himmel beßrer Zeiten mir erschlossen,
 Du holde Kunst, ich danke dir dafür!

*(Text: Franz von Schober, 1796–1882;
 Musik: Franz Schubert; 1797–1828)*

Zum Schluss eine Anmerkung hinsichtlich unseres sprachlichen Umgangs mit geschlechtsspezifischen Endungen: Wir erlauben uns eine transparente Willkür zwischen beispielsweise: Ärzte, Musiktherapeutin, Patient etc. und sprechen damit grundsätzlich Interessierte beiderlei Geschlechts an.

Thülsfelder Talsperre, Ostern 2009

Martina Baumann

Dorothea Bünemann

Einleitung

Martina Baumann & Dorothea Bünemann

„Musik ist von höchster Wichtigkeit, weil Rhythmus und Harmonie machtvoll in das Innerste der Seele dringen.“ (*Platon in Müller 2003, 66*)

„Die Sensation war, dass es so etwas wie eine neurobiologische Resonanz gibt. Die Beobachtung einer durch einen anderen vollzogenen Handlung aktivierte im Beobachter [...] ein eigenes neurobiologisches Programm, und zwar genau das Programm, das die beobachtete Handlung bei ihm selbst zur Ausführung bringen könnte.“ (*Bauer 2006, 24*)

Als Joachim Bauer, Internist, Psychiater und Facharzt für psychotherapeutische Medizin in dem Buch „Warum ich fühle, was du fühlst“ das Geheimnis der Spiegelneuronen und der neurobiologischen Resonanz erklärte, hätte sich Platon sicher gefreut. Musik dringt nicht nur in das „Innerste der Seele“, sondern wird sichtbar in unserem Gehirn. Wir können mit den sogenannten bildgebenden Verfahren (funktionelle Kernspintomographie und Positronen-Emissions-Tomographie, Bauer 2006, 24) beweisen, dass etwas Wunderbares geschieht, wenn wir Musik hören, vor allem dann, wenn wir etwas hören, das wir lieben, das uns erinnert, das uns zutiefst berührt. Wenn Musik erklingt, geschieht ein greifbares Feuerwerk neuronaler Vernetzung in unserem Gehirn; es geschieht Musik im Kopf (Spitzer 2014). Was wir als „dort draußen“ hören, findet als Simultangeschehen in unserem Inneren statt und gerät (vor allem wenn wir gerne und freiwillig hin-hören-wollen) mit uns in Resonanz und wird ein Teil von uns, unser Gehirn spielt mit und unser Körper schwingt mit. Resonanz ist ein musikalischer Begriff. Er kommt aus dem lateinischen und bedeutet Wiedererklingen oder Zurückerklingen. Zugleich ist Resonanz ein physikalisches Phänomen: Pythagoras untersuchte schwingende Saiten und stellte fest, dass diese andere Saiten zum Mitschwingen und zum Mitklingen bringen können (Bauer 2006, 23).

„Frau B. welche Musik wollen Sie hören?“ – „Spielen Sie einfach etwas Schönes.“ Hört ein körperlich schwerstkranker Mensch schöne Musik, und ist sie noch persönlich für ihn mit Gefühl gespielt, dann kann ein kleines Wunder geschehen – mitten im Alltag des Krankseins. Ein „Now-Moment“, so werden in der Resonanzforschung diese wundersamen Momente genannt (Gindl 2002). Dieses Zusammenspiel von Schönheit und emotionaler Resonanz kann Leiden nicht verhindern. Es kann jedoch einen Raum des Berührtseins