

„Musik ist nicht, was sie ist, sondern, was sie uns bedeutet“

Ein Mitbegründer der Musiktherapie in Österreich erklärt die heilende Wirkung von Musik; ob diese besser live oder über Tonträger funktioniert – und was das mit Resonanz zu tun hat.

STEFAN VEIGL

SALZBURG. „Die wirksamen Kräfte der Musik“ ist das Thema bei einem Kongress rund um Traditionelle Europäische Heilkunde (TEH), der von Freitag bis Sonntag in Unken im Pinzgau über die Bühne geht. Einer der Hauptreferenten ist Gerhard Tucek: Der promovierte Anthropologe und Musiktherapeut leitet an der Fachhochschule in Krems das Institut für Therapie- und Hebammenwissenschaften und gilt als einer der Mitbegründer der Musiktherapie in Österreich.

SN: Wie funktioniert die heilende Kraft von Musik genau?

Es gibt dazu heute drei Zugänge. Der eine ist der medizinisch-pharmakologische: Musik wirkt wie ein Medikament. Der zweite ist ein physikalischer, weil bestimmte Frequenzen angeblich spezifische Wirkungen im Körper erzeugen. Argumentiert wir hier oft, dass Menschen zu 70 Prozent aus Wasser bestehen, das durch diese Frequenzen in eine entsprechende Schwingung gebracht werden soll. Da spricht man gerne von Klangheilung. Der dritte Zugang ist jener der Musiktherapie: Den würde ich als soziales Phänomen beschreiben, also dass Musik als Kommunikationsmittel verwendet wird, bei dem es um spielerischen, künstlerischen Ausdruck ebenso geht wie um gegenseitiges Hin- und Zuhören. Auch beim Sprechen ist unser Gehirn darauf geeicht, die Klangfarbe des Gegenübers zu interpretieren – ob etwa das soeben Gesagte freudvoll oder aggressiv klingt. Somit ist Musik gleichermaßen eine Vernetzungs- und eine Beziehungskunst.

SN: Bei welchen Krankheitsbildern ist Musik besonders positiv wirksam?

Es gibt so gut wie kein gesundheitliches Feld, wo Musik nicht nutzbringend eingesetzt werden kann. Aber, historisch gewachsen ist Musiktherapie sehr stark in den Bereichen der Sonder- und Heilpädagogik und im Feld der Psychiatrie: Denken Sie etwa an Autismus bzw. Depression bis hin zu Persönlichkeitsstörungen. In den letzten Jahrzehnten kamen die Musiktherapie in Neurorehabilitation und Musiktherapie in der Intensivmedizin sowie Onkolo-



BILD: SHUTTER/NESEDENTH - STOCKADRECCOM

Mehr Wissen mit SN Plus

Wie Musiktherapie bei Frühgeborenen eingesetzt wird, wie sie wissenschaftlich untermauert ist und ob ihr gesetzlicher Status gefährdet ist, lesen Sie auf [SN.at/wissen](https://www.sn.at/wissen)

gie und Kardiologie oder bei Herzkreislauf-Patienten hinzu. Ich sage immer provokant: Ich habe noch nie einen Patienten gesundgespielt – aber viele Patienten auf ihrem Genesungsweg begleitet.

SN: Welche Art von Musik wirkt am heilsamsten, nur Klassik – oder auch AC/DC?

Beim Schädel-Hirn-Trauma auf der Intensivstation wird man ja kaum Hardrock à la AC/DC spielen. Das würde dort eher einer Folter gleichen als einer Therapie, weil ein verletzter Mensch über deutlich reduzierte Verarbeitungskapazitäten verfügt als ein gesunder. Bei erkrankten Menschen rufen gewohnte Aktivitäten Stressreaktionen hervor, die sich unter anderem in Form starrer Rhythmen im vegetativen Nervensystem – der Sympathikus ist für die Aktivierung und der Parasympathikus für die Erholung verantwortlich – zeigen. Mit anderen Worten, die Fähigkeit zur Selbstregulation ist bei erkrankten Menschen stark eingeschränkt. Um zu Musik und Therapie zurückzukommen: Auf physiologischem Weg lässt sich unser Vegetativum über die Atmung direkt beeinflussen, und Musik und Rhythmus beeinflussen ihrerseits wieder die physiologische Atmung. Wichtig ist zudem auch die Kontextgebundenheit von Musik: Musik am Krankenbett hat eine andere Funktion als die gleiche Musik im Konzertsaal. Was die musikalischen Geschmäcker anbetrifft, ist keine eindeutige Aussage zu treffen. Welches Genre auch immer gewählt wird, in der Regel gilt es, das Material so anzubieten, dass die Melodie erkannt wird.

SN: In welchem Setting wirkt sie besser – als CD, die ich zu Hause allein höre? Oder als Livekonzert im Festspielhaus gemeinsam mit 2000 anderen Menschen?

Das sind sowohl unterschiedliche Wirkungen als auch unterschiedliche Bedeutungen. Wenn wir von Musik mit 2000 anderen Zuhörern im Konzertsaal reden, schwingt immer auch ein soziales Element mit – wie etwa beim Opernball: Da steht gleichermaßen Kunst und Inszenierung im Zentrum, und damit einhergehend durchaus auch soziales Prestige. Wer sich eine Karte für

eine Premiere der Salzburger Festspiele sichert, ist ja ob des Preises in bestimmte soziale Kreise aufgestiegen. Wenn ich mir aber Musik zu Hause in CD-Form nach der Arbeit mit Kopfhörern anhöre, nutze ich Musik zur bewussten Entspannung oder Aktivierung, und soziales Prestige spielt hier eine geringere Rolle.

SN: Wie gehen Sie als Therapeut in der Praxis vor?

Ein kranker Mensch hat die Fähigkeit zur Selbstregulation verloren. Daher ist es entscheidend, dass ein Therapeut oder eine Therapeutin



Gerhard Tucek ist ein Mitgründer der Musiktherapie in Österreich.

BILD: SN/PRIVAT

den Zustand des Patienten erfasst und in dessen Atemrhythmus die Musik anbietet. Denn wenn man sich als Patient nicht an die angebotene Musik anpassen kann, erzeugt sie physiologischen und mentalen Stress. Als Patient sind Sie darauf angewiesen, dass jemand mit Ihnen in Resonanz tritt, die Musik an Ihre Verarbeitungskapazität anpasst und mit Ihnen einen gemeinsamen Bedeutungsraum teilt. Der Dirigent Sir Simon Rattle hat es schön auf den Punkt gebracht, als er einmal gesagt hat: „Musik ist nicht, was sie ist, sondern das, was sie uns bedeutet.“ Das weist auf den individuellen und sozialen Aspekt von Musik hin.

SN: Wie hilft Musiktherapie bei Demenz?

Bei dementen Menschen greift man im Rahmen der Musiktherapie auf frühe biografische Erinnerungen zurück. Zudem führt zum Beispiel gemeinsames Singen dazu, dass sich Atmung, Herzschlag und Bewegungsmuster zwischen den handelnden Personen zu synchronisieren beginnen. Und über dieses Miteinander-Schwingen machen sie aus anthropologischer Sicht die Erfahrung: Ich bin nicht allein, sondern Teil einer Gemeinschaft. Vergessen Sie bitte nicht: Ein zentrales Thema bei dementen Menschen ist die Empfindung der Isolation.