

Musizieren nach Zahlen

Dass Musik jeden Menschen auf ganz unmittelbare Weise anspricht und es für die meisten von uns äußerst befriedigend ist, selbst Musik zu machen, ist längst nichts Neues mehr. Deshalb sucht die Musiktherapie ständig nach Wegen, es auch Menschen mit erheblichen Einschränkungen zu ermöglichen, selbst Musik zu machen. Die Hamburger Musiktherapeutin Christiane Becker hat mit ihrem Spiel nach Zahlen einen weiteren Ansatz hierfür entwickelt und damit ein neues Angebot für die musiktherapeutische Einzelförderung Erwachsener mit erworbenem Hirnschaden geschaffen.

Nein Jahre hatte Frau D. nicht mehr Gitarre gespielt – schließlich wusste sie auch nicht, wie sie das nach ihrem Schlaganfall weiter hätte tun sollen. Wie viele Betroffene hat sie nicht nur mit körperlichen Einschränkungen zu kämpfen – sie kann ihre rechte Hand nicht mehr zielgerichtet bewegen, sondern es gelang ihr auch nicht mehr, die Melodien und Akkordklänge in entsprechende Bewegungen zu übersetzen. Denn selbst bei bekannten Melodien liegt dem Vom-Blatt-Spielen ein überaus komplexer Denk- und Verarbeitungsprozess zu Grunde. Abstrakte Zeichen auf Papier müssen erkannt und mit einer exakten Bedeutung verknüpft werden, die dann wieder in eine (je nach Instrument) sehr präzise Bewegung umgesetzt werden muss. Selbst bei minimalen Ansprüchen an das Tempo, sind diese Schritte, um zu einem hörbaren Ergebnis zu führen, dann auch noch in einer bestimmten Zeit durchzuführen. Disexekutive Störungen bringen jedoch gerade die Schwierigkeit mit sich, gezielte Handlungen zu planen und umzusetzen. Was bedeutet dieses Zeichen auf dem Papier? Ein C! Aha, fragt sich nur, welches?

Diese und eine Vielzahl anderer Entscheidungen – wie schnell? Wie laut?

– müssen beim Musikmachen ständig getroffen werden.

Für Menschen, die Probleme damit haben, aus einer ganzen Fülle von Reizen die handlungsleitenden herauszufiltern und impliziten Anweisungen zu folgen, ist dies besonders schwierig.

Den komplexen Anforderungen gegenüber steht die ganz spontane Freude, das unmittelbare Erfolgserlebnis, wenn es Menschen gelingt, Instrumenten Töne zu entlocken. In Situationen, in denen die Kontrolle über Körper und Geist teilweise verloren ging, kann der Beherrschung (!) eines Instruments eine ganz besondere Bedeutung zukommen.



Durch die nummerierten Aufkleber am Gitarrenhals weiß die Spielende, welchen Bund sie greifen muss.

Die Erstellung von Medien für das Spiel nach Zahlen

Um die Spielvorlagen möglichst einfach und klar zu gestalten, wird jeder Schritt einzeln dargestellt. Der Abstand zwischen den einzelnen Buchstaben gibt die Länge der Töne an. Bei der Notation von Akkorden auf der Gitarre oder auf dem Klavier für die Begleitung eines Songs kann es sehr wichtig für Spielende sein, innerhalb eines Taktes jeden Schlag abzulesen zu können.

Beispiel: Hier die Akkordbegleitung zu „What shall we do with the drunken sailor?“

! a a a a ! E E E E ! a a a a ! E E a a !

In der gängigen Gitarren- und Klavierliteratur findet man den Akkord nur am Anfang des Taktes, das heißt Spielende müssen sich die restlichen drei Schläge innerhalb eines Vierteltaktes dazu denken. Beispiel:

! a ! E ! a ! E a !

Es gilt also, den Einstieg in das erstmalige oder erneute Spielen so leicht wie möglich zu machen und gleichzeitig so schnell wie möglich zu hörbaren Ergebnissen zu kommen – was immer das im Einzelfall heißen mag. Hierbei ist natürlich an die Hörgewohnheiten und die persönliche Motivation der Klienten anzuknüpfen, für die meisten bedeutet dies jedoch das Spielen eines bekannten Liedes, einer wiedererkennbaren Melodie. Da das übliche Spiel nach Noten, das hierfür erforderlich ist, für die allermeisten Menschen mit Behinderung oder Mehrfachbehinderung zu schwierig ist, geht es darum, den Abstraktionsgrad so weit wie möglich zu reduzieren. Die Spielenden benötigen möglichst leicht verständliche und gleichzeitig eindeutige Angaben. Dass die Umgebung dabei so reizarm wie möglich gestaltet wird, versteht sich von selbst.

Klavier- und Gitarrespiel nach Zahlen

Als äußerst erfolgreiche Strategie hat sich das Spielen nach Zahlen erwiesen. Auch Zahlen sind zwar

Symbole, jedoch durch ihre Verbreitung im Alltag uns allen erheblich geläufiger als Noten. Die Vereinfachung ermöglicht es Übenden ganz schnell, ein ihnen bekanntes Stück nachzuspielen.

Statt vieler unterschiedlicher Noten gibt es für jeden Finger eine Zahl: Die „1“ steht immer für den Daumen, die „2“ für den Zeigefinger und so weiter. Das gilt sowohl für die rechte als auch für die linke Hand. Ein Tastaturbild zeigt deutlich, wo die Hände positioniert werden sollen. Der Rhythmus wird ebenfalls vereinfacht, kurzer Abstand heißt schnell aufeinanderfolgende Töne, langer Abstand steht für lange Töne. Zusätzlich zu den Zahlen können diese mit Farben (zwei Farben, eine für jede Hand) verbunden werden.

Ähnliche Vereinfachungen wie für das Klavierspiel sind auch fürs Gitarrespielen möglich. Die Bünde werden mit runden Aufklebern mit Zahlen durchnummeriert, wodurch die Spielenden wissen, welchen Bund sie greifen müssen. Aufgeschrieben wird jeder einzelne Schlag.

Zu raschen Erfolgserlebnissen führt das Umstimmen der Gitarre in eine sogenannte „offene Stim-

FAHL

BLOM®

TRACHEALKANÜLEN-SYSTEM



Phonation unter
Beatmung

Für invasiv beatmungspflichtige Patienten

In 4 Größen für
Erwachsene erhältlich




Bitte besuchen Sie uns:

▶ MAIK 2012
26.–27.10.2012
München



ANDREAS FAHL

MEDIZINTECHNIK-VERTRIEB GMBH

August-Horch-Straße 4 a · D-51149 Köln · **Telefon 0 22 03/29 80-0**
Fax 0 22 03/29 80-100 · e-mail vertrieb@fahl.de · Postfach 92 03 44 · 51153 Köln

www.fahl.de

mung“. Das heißt, die Saiten werden so gestimmt, dass ein Durklang ertönt. Beispiel: statt der üblichen E-A-D-G-H-E-Stimmung stimmen wir die Gitarre auf D A D Fis A D. Dieser Akkord klingt schon, wenn man die Saiten anspielt, ohne etwas zu greifen harmonisch, wohl und voll. Verwendet man jetzt ein sogenanntes „Bottleneck“ (ein rundes Metallstück, das über den Spiel-Finger gezogen wird, wodurch nur durch das Auflegen auf alle Saiten ohne Druck schon ein weiterer Akkord erklingt), dann ermöglicht diese einfache Spielweise, das Nachspielen ganzer Stücke mit mehreren Akkorden.

Hier ist der oder die jeweilige TherapeutIn gefragt, um die persönlichen Vorlieben der Klienten herauszufinden und manchmal auch schlicht auszuprobieren, womit die Einzelnen am besten zurechtkommen.

Die Verwendung zusätzlicher Medien hat sich am Klavier und der Gitarre bewährt. Selbst wenn – vor allem zu Beginn der Arbeit – nur mit Liedern gearbeitet wird, die den Klienten bekannt sind, ist der Einsatz von CDs hilfreich. So kann die Melodie mehrfach und bei Bedarf langsamer angehört sowie zur laufenden CD mitgespielt werden. Ebenfalls unterstützend wirken selbst gedrehte Filme und eigene Fotos. Der Blickwinkel ist dabei immer der des Spielenden, der dadurch auf die eigenen Hände schauen kann. Dies ermöglicht den Klienten, auch zwischen den betreuten Musikstunden alleine zu üben.

Therapeutische Einsatzmöglichkeiten

Aus mehreren Gründen kommt die dargestellte Methode in ihren



Zieht die GitarrespielerIn ein „Bottleneck“ über den Spiel-Finger, erklingt schon durch leichtes Auflegen auf alle Saiten ein weiterer Akkord, was das Nachspielen ganzer Stücke mit mehreren Akkorden ermöglicht.

unterschiedlichen Anwendungsformen – und derer sind noch ganz viele denkbar – Menschen mit Beeinträchtigungen der exekutiven Funktionen entgegen. Sie eignet sich sowohl für Personen mit erworbenen Hirnschäden als auch für Menschen im Autismuspektrum. Grundlagen sind die konsequente Reduktion von Komplexität und die Senkung des Abstraktionsniveaus. Die einzelnen Schritte sind möglichst klein und die Handlungsanweisungen klar zu gestalten. Die Wiederkehr gleichbleibender Elemente vermittelt Sicherheit und ermöglicht die Einübung von Routinen. Durch die Visualisierung stehen Informationen permanent zur Verfügung. Die Lernenden können entsprechend ihrem Bedarf darauf zurückgreifen, ohne nachfragen zu müssen.

Im Falle von Frau D. spielte ihr die Therapeutin zuerst die einzelnen Sequenzen sehr langsam vor, um ihr Zeit zu geben, sich diese zu merken. Außerdem wurde diese Anleitung auf Video in unterschiedlichen Tempi mitgeschnitten. Diese Aufnahme kann sich Frau D. auf dem PC nun so oft sie möchte anschauen und zum selbstständigen Üben nutzen – was einen sehr praktischen Vorteil gegenüber frei verkäuflichen CDs darstellt.

Für die meisten Klienten ist ihr Instrument durch diese Methode zu einem Hobby geworden, in das viel Zeit investiert wird und eine Beschäftigung, die zu einer spürbaren Steigerung des Selbstwertgefühls führt. Die Möglichkeit, schnell Erfolge zu erzielen, motiviert die Spielenden, weiter zu üben. Musik machen ist ein sehr selbst gesteu-

erter, kreativer Prozess und gerade in Lebensphasen mit geringen Handlungsspielräumen und wenig eigener Kontrolle, kann es ausgesprochen stärkend wirken, eigenständig Musik zu machen.

Auch als Kommunikationsform und zur Förderung der Kommunikationsfähigkeit eignet sich das Musizieren nach Zahlen. So konnte Herr M., Anfang 30, mit einer stark eingeschränkten Ausdrucksfähigkeit, sich das Klavierspiel als Möglichkeit, mit der Umwelt zu kommunizieren, nutzbar machen. Zunächst wurden gemeinsam Stücke ausgewählt, die er aus dem Radio kannte und nachspielen wollte. Nachdem er das Stück auf CD gehört hatte, konnte er es mit der Zahlenmethode auf dem Klavier spielen. Schlussendlich wurde das Stück mit Gitarrenbegleitung auf eine CD aufgenommen. Mit der CD, die sie auch weitergeben können, bekommen die Klienten die greifbaren Früchte ihrer Anstrengungen in sicht- und hörbarer Form.

Aufgabe der therapeutischen Begleitung ist es dabei, sich voll und ganz auf den jeweiligen Klienten einzulassen, unabhängig von eigenen Vorstellungen über gelingendes Musizieren. Die Methode bietet einen ganz niedragschweligen Zugang zur Musik. Menschen, die kompliziertere Stücke spielen können, brauchen keine derartigen Herangehensweisen. Mit dem Spiel nach Zahlen kann man auf dem Klavier zwei- und dreistimmig spielen, aber viele Lagenwechsel sind damit nicht möglich. Ziel ist es, ein vertrautes Stück nachzuspielen und darüber Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl aufzubauen.

Gerade für Menschen, die früher Musik gemacht haben und sich als erfolgreich dabei erlebt

haben, kann die Wiederbegegnung mit Musik bei reduzierten Möglichkeiten schwierig sein. Dies galt auch für Frau D., welche sich, bevor sie erneut Spaß am Gitarrenspiel entwickeln konnte, mit ihren Leistungsansprüchen auseinandersetzen musste. Aber auch für Menschen, die vorher nie aktiv Musik gemacht haben, eignet sich das Spielen nach Zahlen.

So gelang es Frau L., einer Klientin Mitte 40 mit ausgeprägter Selbstwertproblematik, die infolge eines missglückten Suizidversuches einen Schlaganfall erlitten hatte, zum ersten Mal in ihrem Leben, überhaupt ein Lied zu spielen. Das Sehvermögen von Frau L. ist auf einer Seite stark eingeschränkt, außerdem hat sie Probleme mit dem Kurzzeitgedächtnis. Die gut sichtbaren

Punkte auf den Bündeln der Gitarre und die farblichen Marker helfen ihr bei der Orientierung am Instrument und bilden einfach zugängliche Hinweise, die sie jederzeit abrufen kann. Mit Hilfe der Zahl auf dem „Notenblatt“ und der auf dem Gitarrenbund kann sie den richtigen Akkord oder Ton erzeugen. Sie wird in die Lage versetzt, eine Lösungsstrategie für ihre Gedächtnisprobleme zu trainieren und damit wieder zunehmend Selbstständigkeit zu erlangen. Auch in diesem Fall erwies sich der bereits geschilderte Einsatz einer Videokamera als ausgesprochen hilfreich: Frau L. übt mit den Aufnahmen zwischen den Musikstunden und trainiert dadurch auch ihr Gedächtnis.

Durch dieses Vorgehen konnte Frau L. trotz heftiger Zweifel zum

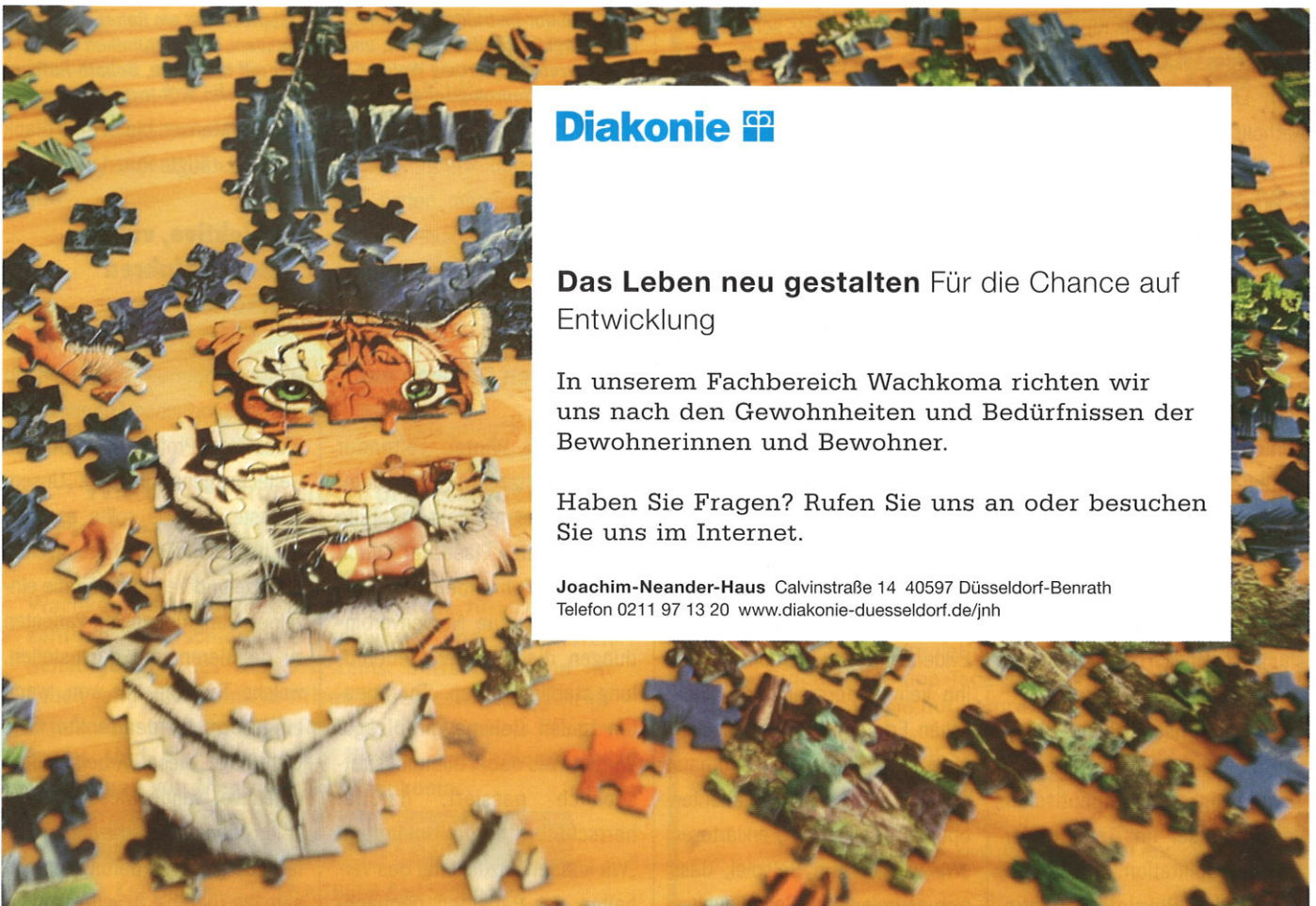
Gitarrespielen bewegt werden und wenige Monate später bei einem Weihnachtsfest ein Stück vortragen. Ein Riesenerfolg für sie; der Zuwachs an Selbstvertrauen durch diese Leistung, die ihr außerdem die Bewunderung ihrer gesamten Familie eintrug, lässt sich vorstellen.


Von den Therapeuten ist beim Spiel nach Zahlen Geduld und Empathie gefordert. Mit nahezu detektivischem Forschergeist gilt es herauszufinden, wie die Klienten die Welt wahrnehmen und welche Zugänge die Musik zu diesen Welten bieten kann. Dabei folgt man den erfolgversprechenden Spuren und ignoriert die Dinge, die nicht klappen. Stets nährt man die feste Überzeugung, dass die Klienten ihren eigenen Weg finden werden. Für

misserfolgsgewohnte Menschen in einer extrem schwierigen Lernphase eröffnet dieser Ansatz Chancen auf Entwicklung, die sie auch auf andere Gebiete übertragen können (Text: Susanne Feess (mail@susanne-feess.de)).

kontakt

Christiane Becker
Petra Steinborn
Praxis für Musik
und Psyche
Eimsbütteler Straße 25
22769 Hamburg
☎ 040/29881999
christianebecker@
musikundpsyche.de
p.steinborn@
abc-autismus.de
www.musikundpsyche.de
www.tastenspass-
hamburg.de
www.tasteandsmile.de



Diakonie 

Das Leben neu gestalten Für die Chance auf Entwicklung

In unserem Fachbereich Wachkoma richten wir uns nach den Gewohnheiten und Bedürfnissen der Bewohnerinnen und Bewohner.

Haben Sie Fragen? Rufen Sie uns an oder besuchen Sie uns im Internet.

Joachim-Neander-Haus Calvinstraße 14 40597 Düsseldorf-Benrath
Telefon 0211 97 13 20 www.diakonie-duesseldorf.de/jnh