

Klang-Stein-Therapie

nach Prof. Feßmann und Dr. Runge



Medizinische Indikationen und allgemeine therapeutische Zielsetzungen

1. Klang-Stein-Therapie als Vibrationsbehandlung
2. Klang-Stein-Therapie als sensomotorisches Lernen mit akustischer und haptischer Rückkoppelung
3. Klang-Stein-Therapie am Partnerstein als nonverbale Partnerarbeit
4. Klang-Stein-Spiel als Meditation und Weg zur Entspannung

Medizinische Indikationen und allgemeine therapeutische Zielsetzungen

Medizinische Indikationen:

Im strengen Rahmen medizinischer Diagnostik werden folgende gesundheitliche Störungen mit der Klang-Stein-Therapie als komplementärer Maßnahme behandelt:

- Bewegungsstörungen nach Verletzungen
- degenerative Veränderungen von Händen, Armen und Schultern
- Bewegungsstörungen, Schmerzen und Muskelverspannungen
- Schmerzen im Bereich von Rumpf, Armen, Schultern, Wirbelsäule
- Bewegungs- und Balancestörungen beim Parkinson-Syndrom
- bei Paresen nach Schlaganfall
- Thoraxvibrationsbehandlung bei verschleimenden Bronchialerkrankungen
- Stress, Unruhe, Heraus-Forderndes Verhalten bei Demenz.

Allgemeine therapeutische Zielsetzung:

- seelische Entspannung, Wohlbefinden, Beruhigung von Unruhezuständen
- Fokussierung bei Nervosität und Aufmerksamkeitsstörungen
- Stoffwechsellanregung und Steigerung der Durchblutung durch die Übertragung der Schwingungsenergie
- Muskellockerung und Schmerzlinderung durch Wirkung der Klänge
- Harmonisierung der Bewegungen
- eröffnen neuer Erfahrungen und nonverbaler Kommunikationsformen im Partnerspiel

1. KlangSteinTherapie als Vibrationsbehandlung

Die physikalischen und physiologischen Dimensionen sind vielfältig. Die Vibrationen des Steines übertragen beim Spielen und berühren Schwingungsenergie auf Hände, Arme und den ganzen Körper.

Die Übertragungen der Schwingungen richten sich nach den physikalischen Gesetzmäßigkeiten der Resonanz, und verteilen sich in Abhängigkeit von Frequenz, Kontakt zum Stein, Muskeltonus und Körperhaltung, in verschiedene Abschnitte des Körpers.

Vibrationen werden in der Medizin in vielen Formen eingesetzt (Ultraschall, verschiedene Formen der Vibrationstherapie, Ganzkörpervibration nach Nazarov), hier schließt sich die KlangSteinTherapie an Bewährtes an.

Die Übertragung von Vibrationen auf den Körper hat eine Reihe nachgewiesener Wirkungen:

- Anregung von Gewebestoffwechsel und Durchblutung,
- Lockerung von Bronchialverschleimungen und Muskelverspannungen.

Hier kann die Klang-Stein-Therapie auf wissenschaftliche Ergebnisse und klinische Erfahrungen anderer Therapieansätze zurückgreifen.

Inwieweit die ästhetische Schönheit der KlangSteinTherapie hier verstärkend oder motivierend wirkt, ist interindividuell sicher unterschiedlich, aber beeindruckend oft festzustellen.

2. KlangSteinTherapie als sensomotorisches Lernen mit akustischer und haptischer Rückkoppelung

Eine weitere physiologische Wirkung entsteht aus dem Zusammenspiel von Bewegungen des Klangsteinspielenden mit den selbst erzeugten Klängen.

In der Gleichmäßigkeit und Harmonie der Klänge spiegelt sich die angestrebte Gleichmäßigkeit der Bewegungen wieder. Intakte Motorik als Therapieziel ist gekennzeichnet durch Gleichmäßigkeit.

Unsere lebensnotwendigen Körpersysteme wie Herzschlag, Atmung und Gehen sind gekennzeichnet durch Gleichmäßigkeit von Schwingungen.

Im Bereich der Willkürmotorik ist Gleichmäßigkeit ein universelles Qualitätskriterium intakter Bewegungen. gehen, atmen, kauen, sich kratzen sind zyklische Vorgänge, deren In"takt"heit an der Gleichmäßigkeit abgelesen werden kann. Üben der Gleichmäßigkeit ist das Kernelement von motorischem Lernen, das hier unterstützt wird durch unmittelbare Rückmeldungen des Hörens und Fühlens.

Der Klangsteinspielende hört und fühlt, wie gleichmäßig er sich bewegt. Auch dies ist ein lernpsychologisch gut untersuchtes und vielfach therapeutisch und allgemein kulturell eingesetztes Prinzip. Die bessere zeitliche Auflösung des akustischen Sinneskanals prädestiniert das Hören zum unterstützenden Feedback von Bewegungen. Die klassische Weise, wie Musik zur Förderung und Aufrechterhaltung von Bewegungen eingesetzt wird, ist natürlich der Tanz, aber auch die Marschmusik im soldatischen Drill.

Hier erzeugt der Tanz der Hände auf dem Stein die Musik als direkte sensorische Rückmeldung. Dies bezieht sich sowohl auf die Geschwindigkeit der Bewegungen, aber auch auf ihren Spannungszustand (Muskeltonus). Der Stein meldet durch seinen Klang, wie er berührt wird. Das therapeutisch gewünschte „Lockern“ verspannter Muskulatur findet hier eine Unterstützung. Hände und Arme sind dabei Teile des Rumpfes, der einbezogen wird in die Bewegungen am und auf dem Stein.

3. KlangSteinTherapie am Partnerstein als nonverbale Partnerarbeit

Die Begegnung am Partnerstein ist eine besondere Variante der KlangSteinTherapie. Partnersteine sind symmetrische Klangsteine, die wie eine Brücke zwischen zwei Klangsteinspielenden stehen, und gleichzeitig oder alternierend gespielt werden. Die Partner sitzen sich spielend gegenüber. Sie sehen, hören und fühlen sich über das Medium Klangstein. Sie können eine imitierende, lernende, lehrende, anregende, kompetitive oder kooperative Kommunikation aufnehmen.

Der leicht erlernbare manuell-motorische Zugang zum KlangSteinSpiel ermöglicht auch für psychomotorisch gestörte oder behinderte Menschen eine Aktivität, die als eigengestaltet / eigen kontrolliert wahrgenommen wird.

Die Neuheit und Andersartigkeit des Klangsteinspiels befreit von selbst- und fremd kritisierenden Blockierungen.

In manchen partnerschaftlichen Situationen eignet sich die KlangSteinTherapie am Partnerstein für einen Neuanfang, der unbelastet von bisherigen Kommunikationsformen sein kann. Da lediglich elementare Bewegungen erforderlich sind, können auch Menschen mit Demenz einen Zugang finden.

Wenn differenzierte sprachliche und kognitive Möglichkeiten fehlen, ist der unmittelbare Zugang zu Klängen und Bewegungen ein Mittel, sich mitzuteilen / auszudrücken / abzureagieren.

4. KlangSteinSpiel als Meditation und Weg zur Entspannung

Klänge und Musik dienen seit Urzeiten zur Fokussierung der sinnlichen Erfahrung, zur Entspannung, zur Beruhigung.

Wir lassen uns auf Musik und Klänge ein, um uns loslassen zu können. Dabei wird auf das musikalische Prinzip der Repetitio zurückgegriffen:

die lang anhaltende Wiederholung des Gleichen. Beispiele sind Wiegenlieder, der Gregorianische Gesang, das ewige Jesusgebet des russischen Pilgers, das Om der buddhistischen Mönche, das Harre Krishna, der Rosenkranz, indische Musik, Sufimusik, Tänze der Naturvölker, und vieles mehr. Die Wiederholung führt zur inneren Ruhe, zu Selbstvergessenheit, Loslassen, aber auch zur Ekstase.

Auch im Naturerleben suchen wir Entspannung in der Wiederholung des Gleichen, im Hören und im Sehen: im Meeresrauschen, im Knistern des Feuers, im Wogen eines Ährenfeldes, im Prasseln des Regens.

Wir entsprechen dabei physiologischen Gesetzmäßigkeiten unseres Gehirns und besonders der Wahrnehmungssysteme, die nicht ohne „Stoff“ sein können, durch grundsätzlich Neues aber stark erregt werden (Differentialfühler!). Hier bietet das Klangsteinspiel ein ideales Medium:

gleichmäßig genug, um zu beruhigen, abwechslungsreich genug, um ein bestimmtes Anregungsniveau zu halten. Die langsamen, selbst erzeugten Klänge sind Bewegung und Wahrnehmung zugleich, fokussieren die Aufmerksamkeit, lassen Raum und Zeit vergessen, führen zur Selbstvergessenheit. Bei vielen Menschen kann man diesen besonderen Zugang zur „Selbstvergessenheit“ am KlangStein beobachten.

KlangSteinSpiel und KlangSteinTherapie haben also eine künstlerische, d.h. ästhetisch-perzeptive und eine physikalisch-physiologische Seite.

Die psychische Wirkung der Musik wird zuerst einmal akustisch vermittelt und ist in ihrer therapeutischen Dimension Alltagserfahrung und etabliertes therapeutisches Konzept. Musik bewegt die Seele, zur Freude, Anregung, Ablenkung, auch zur „süßen Trauer“. Musik kann diesen besonderen Zustand des „Thrill“ erzeugen, wenn etwas „unter die Haut“ geht, sich die Haare sträuben, ein „Schauer über den Rücken läuft“. Diese besonderen Zustände werden immer wieder von Menschen berichtet, die der Musik der Steine begegnen.

Musikalische Wahrnehmung und Musikalische Gestaltung der KlangSteine weisen eine Reihe von Besonderheiten auf, die sehr günstig für den therapeutischen Einsatz sind. Das Hörerlebnis ist grundsätzlich neu und anders im Vergleich zu den kulturell in Europa etablierten musikalischen Traditionen. Dass keine individuellen Vor-Erfahrungen vorliegen, bedeutet eine geringe Wahrscheinlichkeit negativer Assoziationen. Keine präjudizierenden negativen Wertungen, kein „Ich kann das nicht! Ich hab das nie gekonnt“. Kein Auftauchen negativer Erfahrungen aus traditionellem Musikunterricht, kein entmutigender, das Selbstgefühl mindernder Vergleich mit unerreichbarer Virtuosität.

Die besondere musiktherapeutische Qualität des Klangsteinspielens ergibt sich auch aus dem niedrigschwelligen motorischen Zugang zum Klangsteinspielen, das auf langsame Alltagsbewegungen zugreift, die auch bei vielen motorischen Störungen noch verfügbar sind.