

## 0.1 Atem und Stimme. Die heilende Kraft der Obertöne

Inge Kritzer, Siegen 1999

In der Mongolei werden von Schamanen bei Heilungszeremonien spezielle Kehlkopf-Obertontechniken praktiziert, und von konzertierenden ObertonsängerInnen, die sich in den letzten Jahren erfolgreich einem breiten Publikum präsentieren, oft mit Geigenspiel begleitet.

*Obertongesang*

In Tibet entstehen Obertöne beim langsamen Singen von heiligen Mantren und Silben.

Die Gyuto- und Gyumo-Mönche, die aus alten trantischen Schulen aus Tibet kommen, sind Eingeweihte dieses Singens der "Melodie des einzelnen Tones" (vgl. Goldmann 1994, 19).

Hierbei wird vorwiegend der Gesang von Untertönen gepflegt, und es gibt Mönche, die gleichzeitig den Grundton, und dazugehörige Ober- und Untertöne erzeugen können.

Im Zuge der New-Age-Bewegung Anfang der 60er Jahre dieses Jahrhunderts in den USA ist Obertonsingen als Verbindung zwischen Musik und Meditation nach Europa gekommen.

*New-Age-Bewegung*

Seit ca. 10 Jahren gewinnt dieses "lauschende Singen" (vgl. Adamek 1989, 6) immer mehr an Bedeutung und wird sowohl im künstlerischen als auch im therapeutischen Rahmen praktiziert.

Es ist möglich, Teile aus anderen östlichen Kulturen zu übernehmen, ohne deren spirituelle Bedeutung in allen Einzelheiten zu kennen und sich damit zu identifizieren. Insofern kann die Praxis des Obertonsingens auch von uns nutzbringend angewandt werden.

Durch das Obertonsingen werden die Selbstheilungskräfte aktiviert, psychische und physische Spannungen und Blockaden können bei diesem langsamen Singen von Vokalen und Obertönen gelöst werden. Das "lauschende Singen" gewinnt einen eigenen Stellenwert.

Oft sind es Menschen, die Interesse an außereuropäischer Musik haben, und bereits Meditation praktizieren, die sich für Obertonsingen interessieren. Den Anstoß, dieses zwei- bis mehrstimmige Singen erlernen zu wollen, gibt meist ein außergewöhnliches Hörerlebnis und die zunächst unvorstellbare Faszination, selbst auf solche Weise singen zu können.

„Ein musikalischer Ton erklingt nicht nur mit seiner Grundfrequenz, sondern mit einer Vielzahl von Obertönen, die die eigentliche Klangfarbe bestimmen. Die Schwingungszahlen dieser Obertöne sind jeweils ganzzahlige Vielfache der Grundfrequenz" (Berendt 1985 und 1985, Drury 1985, Cousto 1984, 1989, 258). Die Obertöne selbst sind normalerweise nicht hörbar.

Die Klangfarbe einer Tuba und einer Trompete z.B. ist deswegen so unterschiedlich, weil die Obertonspektren dieser beiden Instrumente sehr unterschiedlich sind. Die Obertonfrequenzen der Trompete sind sehr viel höher und enger als die bei der Tuba.

Alle Töne, die eine eindeutig gegebene Tonhöhe besitzen (also auch die Klänge von Tuba und Trompete, im Gegensatz zu den Geräuschen, die keine bestimmbar Tonhöhe haben) setzen sich aus einer Vielzahl von einzelnen Frequenzen zusam-

men, die zueinander in einer festen mathematischen Ordnung stehen. Diese Ordnung ist bei jedem Ton wie folgt gegeben:

Der erste Oberton ist zugleich der Grundton, also die Frequenz, die wir als Tonhöhe des Klanges identifizieren (z.B.: A). Der zweite Oberton besitzt die doppelte Frequenz des Grundtones und bildet die Oktave zum Grundton (also a). Der dritte Oberton hat die dreifache Frequenz des Grundtones und bildet die Quinte (also e), der vierte schwingt doppelt so schnell wie der zweite Oberton, bildet also dessen Oktave (a'), der fünfte Oberton hat die fünffache Frequenz des Grundtones und bildet die große Terz (cis'), der sechste hat die sechsfache Frequenz des Grundtones und die doppelte des dritten Obertones (also e'). Diesem Prinzip folgend bildet der siebte Oberton mit dem Siebenfachen der Grundton – Frequenz die Septime g, der achte wiederum die Oktave (a''), der neunte die None (h''), der zehnte (zugleich das doppelte Schwingungsverhältnis zum fünften) die Dezime (cis'').

Nach diesem Prinzip geht es immer weiter, bis zur Hörschwelle und darüber hinaus. Die Abstände zwischen den einzelnen Obertönen werden nach oben hin immer enger. Unser Gehör hat gelernt, Klänge mit dieser akustischen Binnenstruktur als Töne mit eindeutig gegebener Tonhöhe zu identifizieren. Alles, was diese akustische Binnenstruktur nicht hat, wird als Geräusch wahrgenommen; wenn die Binnenstruktur durch Frequenzen gestört ist, die aus dem mathematischen Prinzip der ganzzahligen Vielfachen herausfallen, so registriert unser Gehör dies als einen rauhen, unsauberen oder unreinen Ton.

### *Klangfarbe*

Das Phänomen der Klangfarben, also die Tatsache, dass die Töne der einzelnen Instrumente oder auch der verschiedenen menschlichen Stimmen als klanglich verschiedenen Binnenstruktur besitzen, d.h. reine Töne hervorbringen) beruht darauf, dass die einzelnen Obertöne wahrgenommen werden können (wo sie doch exakt identisch bei den verschiedenen Instrumenten und Stimmen mit unterschiedlicher Lautstärke ertönen). Komplexe aus dem Obertonspektrum der einzelnen Instrumentalklänge werden durch die Beschaffenheit des Instruments verstärkt oder zurückgenommen. Die so entstehenden „Formantebereiche“ realisiert unser Gehör als die Klangfarbe (vgl. Reimann/Berendt u.a.).

Bei der menschlichen Stimme entstehen die Obertöne durch die individuelle Artikulation, also die Art und Weise, wie der einzelne Mensch das Zusammenspiel der Artikulationswerkzeuge Lippen, Zunge, Rachenraum etc. sowie seine körpereigenen Resonanzräume regelt.

Mit Analogien des streng gesetzmäßigen Aufbaus der Obertonreihe in Chemie, Astrophysik, Astronomie, Physik, Mathematik, Architektur haben sich bereits Pythagoras, Hans Kayser als harmonikaler Grundlagenforscher (vgl. Reimann 1991, 12) und in astrologischen Forschungen Hans Cousto in seinem neuesten Werk „Klänge Bilder Welten“ eingehend beschäftigt. Die harmonikalen einfachen Zahlenverhältnisse, die wir in der Obertonreihe vorfinden, können wir in der Natur, im Kosmos wie im Mikrokosmos in vielfältigster Weise entdecken und mit Fug und Recht als Bauprinzip der Welt verstehen. Im Gesang der Obertöne „reflektieren“ wir quasi dieses Prinzip nachdem die Welt geschaffen ist, und so kommt es, daß ObertonsängerInnen ihr Erleben oft so als „zu Hause angekommen sein; an das eigene Selbst und an den Kosmos angeschlossen sein“ beschreiben

J. E. Berendt beschreibt in seinem Buch „Nada Brahma“, daß die Planeten sich in der unendlichen Fülle möglicher Bahnen genau die gewählt haben, die in den einfa-

chen Proportionen der Obertonreihe sich bewegen, schwingen und (für unsere Ohren unhörbar) klingen (vgl. 1984, 93). Er hat auch elektroakustische Versuche beschrieben und entsprechende Klangbeispiele veröffentlicht, bei denen diese makrokosmischen Verhältnisse vielfach oktaviert und in den menschlichen Hörbereich transponiert und als Rhythmen, Akkorde und Melodien hörbar gemacht wurden.

Augenfälligstes Beispiel ist Leonardo da Vincis menschliche „Quadratur des Kreises“, in der in auffallender Weise die harmonischen Proportionen im Körper des Menschen sichtbar werden. Das Prinzip der Naturton- bzw. Obertonreihe, die Teilung 1:2, 3:4 etc. ist im menschlichen Körper wiederzufinden. Im Vergleich zwischen Kopf und Schulterbreite ist das Verhältnis 1:2, 3:4 im Verhältnis der Wirbelsäule und der Beinlänge und die Abstände der Schultergelenksnähe mit der des Hüftgelenkes ergeben 3:4. (vgl. Reimann 88).

„Obertöne und Harmonik können uns sehr viel über das Universum und unsere Beziehung zu ihm lehren. Auf wissenschaftlicher und spiritueller Ebene erfahren wir immer neue Geheimnisse über uns selbst und die Welt, in der wir leben. (...) Es gibt Bereiche in Musik und Medizin, die wir noch nicht erkundet haben“ (Goldmann 1994, 206).

Beim Obertonsingen ist es möglich, während einer lang ausgehaltenen Grundfrequenz, dem Grundton, durch minimale Veränderungen der Artikulationsstellung von Zunge, Lippen, Mund- und Rachenraum die über der Grundfrequenz aufgebauten Obertöne hörbar werden zu lassen, und so dem Inneren des Klanges Ausdruck zu geben.

Mit der Bereitschaft, sich auf das Atemgeschehen einzulassen, und die eigene Stimme zum Ausdruck zu bringen, ohne künstlich eingreifen zu wollen, lassen wir uns auf das Abenteuer Stimme ein, und erleben dabei Unvorhersehbares.

Im Lauschen nach Innen entsteht ein leichter Trance-Zustand, die Gehirnströme verlangsamen sich, und wir verlassen das Alltagsbewußtsein.

*Trance-Zustand*

Das langsame Singen von Vokalen wirkt wie eine Massage der Organe von innen und hat auf sämtliche Körperfunktionen harmonisierenden Einfluß. Herzschlag-, Puls- und Atemrhythmus stellen sich harmonisierend wieder aufeinander ein, die Gehirnrinde wird wie eine Batterie mit Energie versorgt und aufgeladen.

Der HNO-Arzt und Forscher Alfred Tomatis belegt in seinen Forschungen, daß wir nur das singen können, was wir imstande sind zu hören. Das Ohr versorgt durch die Aufnahme und Wiedergabe hoher Frequenzen, wie es beim Obertonsingen geschieht, das Gehirn mit Energie (1987).

.

Für die intensive und oft auch intime Arbeit mit Menschen wie in der Musiktherapie ist es erforderlich, sich ständig in seine eigene Mitte zu pendeln, Atem zu schöpfen, und das eigene persönliche Kräfte-Potential weiter zu entwickeln und zu pflegen.

*harmonikales  
Prinzip*

Obertonsingen ist dafür als aktives Musizieren und entspannendes Hören ideal geeignet, weil es die Möglichkeit bietet, sich aus seinem eigenen Zentrum heraus mu-

sikalisch auszudrücken, dabei immer wieder neu zu reflektieren und sich ständig neuen Erfahrungen gegenüber sich selbst und der Musik zu öffnen.

Obertonsingen als Weg der Stimme ist eine Möglichkeit, sich kreativ-künstlerisch auszudrücken und dabei in intensivem Kontakt und Auseinandersetzung mit sich selbst zu bleiben.

Clara Schlaffhorst betont, daß sie „mit Staunen und wachsender Ehrfurcht gewahr geworden“ ist, „daß es hier nicht nur eine rein technische Frage zu lösen galt, sondern daß wir uns plötzlich im Mittelpunkt der ganzen menschlichen Wesenheit befanden. Wir erlebten bei uns und unseren Schülern einen Umsturz auf allen Gebieten; zuerst gesundheitlich, körperlich. Alte eingewurzelte Leiden verschwanden. Anklänge an längst überwunden geglaubte Zustände tauchten auf. Unerhörte Reinigungsprozesse wurden durchgemacht, alle Körperformen veränderten sich. Aber auch geistige und seelische Umwälzungen traten ein. Konzentrationsfähigkeit, Gedächtniskraft, Selbstvertrauen, Lebensmut, sogar Produktivität entwickelte sich“ (Schlaffhorst 1970, 36 ff).

Dieses Zitat verdeutlicht die Vielzahl von verschiedenen Ebenen, die beim Obertonsingen und dem Singen von Vokalen angeregt werden. Die Hinwendung zu außereuropäischen Gesangs-Stilen wie Mantra-Singen, Chanten, Obertonsingen, Singen archaischer Lieder, etc. ist ein Ausdruck davon, wie groß das Bedürfnis des Menschen nach ganzheitlichen Erlebnissen und somit an die Anbindung zum Kosmischen ist.

Wer in seinem Berufsalltag in ständiger Begegnung und Auseinandersetzung mit Musik und deren Wirkung auf Menschen gefordert ist, kann das Praktizieren von Obertonsingen als eine zunächst ungewöhnliche Art des Musizierens sehr bereichernd für die Entwicklung der eigenen Persönlichkeit erleben, und dadurch für sich selbst und die Arbeit mit anderen Menschen neue Wege und Möglichkeiten tiefer Selbsterfahrung und Begegnung entdecken.

In meinen Seminaren „Einführung in die Kunst des Obertonsingens“ geht es in erster Linie darum, eine hohe und gleichzeitig entspannte Aufmerksamkeit für das Geschehen bei sich selbst und für die Außenwelt zu entwickeln.

### *Wahrnehmungs- entwicklung*

Das Lauschen auf den eigenen Atem, die eigene Stimme bis hinein in deren innerstes Klanggefüge, das Obertonspektrum, und somit den eigenen inneren Klang und die Klänge, die uns ständig umgeben, geht mit einer beträchtlichen Verfeinerung der Wahrnehmung einher.

Die Hinwendung zum eigenen Atem in der Weise, daß wir das Atemgeschehen beobachten, ohne bewußte Veränderungen herbeizuführen, ermöglichen es, den Atem als Träger der Stimme zu entfalten.

Dabei kommt es zu einer Harmonisierung des sogenannten „Stimmapparates“, bei der Lippen, Zunge, Mund- und Rachenhöhle, Stimmbänder, Luftröhre, Zwerchfell, Artikulationsmuskulatur und Wirbelsäule sowie die darin zusammenströmenden Nervenbahnen in ein natürliches Zusammenspiel kommen.

### *Hatha-Yoga*

Durch Entspannungs- und vorbereitende Atem- und Körperübungen aus dem Hatha-Yoga und der Atemtherapie bereiten wir uns darauf vor, die eigene Stimme zu lockern und uns von Verspannungen zu befreien. Dadurch nähern wir uns einem Zustand, welcher in der Balance zwischen Spannung (großer Aufmerksamkeit und

Bewußtheit) und Entspannung besteht und es uns ermöglicht, Alltägliches, das im Moment nicht benötigt wird, loszulassen.

Der Atem als Träger der Stimme stellt die Verbindung des inneren Raumes mit der Umwelt her und bildet die Brücke zwischen Unbewußtem und Bewußtem. Er wird feiner und weiter, und kann sich in den verschiedenen Atemräumen des Körpers ausdehnen.

In dieser Weise vernachlässigt scheint mir auch die „Eigentontherapie“ von Paul F. Scherber zu sein (vgl. Streich 1986, 72 ff). Derzufolge hat jeder Mensch einen eigenen, in ihm innewohnenden Ton, der geweckt und entfaltet werden will. Es ist mit etwas Übung und Geduld leicht möglich, diesen Ton herauszufinden, und dessen Tonhöhe zu bestimmen: am besten im entspannten Zustand morgens nach dem Aufstehen einige Minuten lang tönen; mit Hilfe der Aufnahme der Stimme auf einen Recorder oder der Hinzunahme eines Instrumentes ist dann die Tonhöhe herauszufinden. Das wird mittags und abends über einige Wochen hinweg wiederholt; nach einiger Zeit wird festgestellt, daß fast immer nahezu derselbe Ton gesungen wird; das ist dann der Eigenton.

*Eigenton*

Der Eigenton wird immer als angenehm empfunden, und das eigene Gefühl sagt sehr genau, welches der Eigenton ist (vgl. Hamel 1986, 192 ff, Streich 1986, 72 ff). Auch ist es einfacher, vom Eigenton aus das Obertonsingen zu erlernen.

Mit einem entfaltetem und gefestigten Eigenton können Menschen in Sprech- und Singberufen mühelos stundenlang sprechen oder singen, ohne die Stimme zu schädigen. Allerdings bedarf es der ständigen Hinwendung und Pflege der Stimme. Im Laufe eines Lebens kann sich der Eigenton verändern. Nach meiner Erfahrung wird er mit zunehmendem Alter tiefer und gefestigter. Das Singen des Eigentons ist wie eine Oase inmitten belastender und hektischer Alltagserfahrungen; kurzfristig können wir aussteigen und uns erholen, um uns den Tätigkeiten anschließend mit neuen Kräften wieder zuzuwenden.

Das Tönen von Vokalen in einer Gruppe erzeugt eine Stimmung, die etwas Unfaßbares, Unaussprechliches, ja Sacrales hat. Die Schwingungen und Energieströme, die dabei entstehen und sich gegenseitig beeinflussen und verstärken, haben körperliche und seelische Wirkungen.

*Tönen von  
Vokalen in der  
Gruppe*

Körperliche Wirkungen werden oft so wahrgenommen, daß bestehende Atemblockaden nach Aussagen von TeilnehmerInnen wie: „Ich habe das Gefühl, zu wenig Luft zu bekommen, immer außer Atem zu Sein“, gelöst werden können, indem nicht bewußt auf das Atemgeschehen Einfluß genommen wird, sondern der Atemvorgang so akzeptiert wird, wie er ist, und durch die Stimme zum Ausdruck und zur Entfaltung kommt. Während und nach dem Singen werden Veränderungen der Körpertemperatur an und in verschiedenen Organen, der Durchblutung oder des Muskeltonus beschrieben.

Während des Tönens tasten wir Brustkorb, Hals, Nacken und Kopf ab und erfühlen so, wo die Stimme Vibrationen erzeugt, wie stark diese Vibrationen und wie unterschiedlich sie in den verschiedenen Körperbereichen sind.

*Vibrationen*

Dies kann auch als Paarübung gestaltet werden: eine Person sitzt hinter dem Rücken der anderen, tastet mit den Händen Vibrationen beim Singen am Rücken ab, legt auch einmal ein Ohr an den Rücken der Singenden, um die Töne zu hören.

Dies ist auch eine gute Hörübung.

Nach diesen ersten Erfahrungen wird Bekanntschaft mit den einzelnen Vokalen gemacht: U – O – A – E – I , die von den TeilnehmerInnen in der persönlich gewünschten Reihenfolge gesungen werden. Manchmal ist es jetzt schon möglich, den Sitz eines Vokals im Körper festzustellen. Es können aber auch intensive Erlebnisse beim Singen von den einzelnen Vokalen gemacht werden.

Zum Beispiel: „Das E wollte nicht gesungen werden, es gab da eine Sperre bei mir.“ Oder: „Das I hat eine Stelle im Kopf verengt und fühlt sich jetzt sehr unangenehm an. Oder: „Das I hat eine Stelle im Kopf verengt und fühlt sich jetzt sehr unangenehm an.“ Oder: „Das A floß wie ein wohliger Schauer durch meinen Körper.“

Nach Prof. Ilse Middendorf haben die Vokale folgenden Sitz im Körper:

<p><b>U</b> - ist im Becken, wirkt beruhigend (macht schläfrig, wenn zuviel geübt)</p>	<p>- ist im Becken, wirkt beruhigend</p>
<p><b>O</b> - befindet sich in der Mitte des Rumpfes, ist nach innen gerichtet, umschließend (Gefühl des eingeschlossenseins, wenn zuviel geübt)</p>	<p>- befindet sich in der Mitte des Rumpfes, ist nach innen gerichtet, umschließend (Gefühl des eingeschlossenseins, wenn zuviel geübt)</p>
<p><b>A</b> - Raum wird in der Mitte erfahren, erfrischt, wirkt nach aussen, öffnend; es umschließt alle Konsonanten und Vokalräume (leichtes Schwindelgefühl kann entstehen, wenn zuviel geübt)</p>	<p>- Raum wird in der Mitte erfahren, erfrischt, wirkt nach aussen, öffnend; es umschließt alle Konsonanten und Vokalräume (leichtes Schwindelgefühl kann entstehen, wenn zuviel geübt)</p>
<p><b>E</b> - Raum ist im Schultergürtel, in den Flanken zu erfahren, und kann erheiternd sein, aufhellend, gut gegen depressive Verstimmungen (Zerstreuung kann sich einstellen, wenn zuviel geübt)</p>	<p>- Raum ist im Schultergürtel, in den Flanken zu erfahren, und kann erheiternd sein, aufhellend, gut gegen depressive Verstimmungen (Zerstreuung kann sich einstellen, wenn zuviel geübt)</p>
<p><b>I</b> - befindet sich im Kopf, macht wach (benommen, wenn zuviel geübt).</p>	<p>- befindet sich im Kopf, macht wach (benommen, wenn zuviel geübt).</p>

### Resonanzräume der Vokale

Die Wirkung der Vokale wird am Anfang sehr unterschiedlich empfunden. Nach einer Zeit des Übens werden die Resonanzräume der einzelnen Vokale gut wahrgenommen und können beim Singen sicher angeregt werden. Die momentane Befindlichkeit bestimmt allerdings die (un- oder vorbereitete) Bereitschaft, verschiedene Resonanzräume zu öffnen oder auch verschlossen zu lassen, weil damit der Kontakt zu Gefühlen verbunden wäre, die in der jeweiligen Situation nicht erlebt werden wollen.

Die von Micha Dümpelmann und mir entwickelte "Vokalspirale" ermöglicht es, die Atemräume der Vokale zu öffnen und sie gleichzeitig miteinander zu verbinden.



Nebenstehende Skizze verdeutlicht dies:

Von links oben beginnend singen wir einige Male die Verbindung der Vokale A – O, dann O – E, E – U, U – I, dann weiter von rechts oben nach unten der Skizze folgend von – U, U – E, E – O und wieder von O – A

Seelische Wirkungen zeigen sich in einer gelösten Stimmung nach dem Singen; es stellt sich oft eine Erleichterung ein, so, als wäre

Beispiel:

Die Gruppe geht tönend mit geschlossenen Augen durch den Raum.

Es können Stimm-Kontakte zu zweit, in Kleingruppen, in der ganzen Gruppe entstehen.

Als Abschluß einer Einheit biete ich oft an, daß sich ein Mitglied aus der Gruppe einen Vokal von der Gruppe gesungen wünscht. Dazu richtet sich dieses Mitglied in der Mitte des Kreises der Gruppe bequem sitzend, stehend oder liegend ein und bekommt von der Gruppe den gewünschten Vokal gesungen.

Diese Übungen habe ich bei Peter Michael Hamel, Peter Müller, Friedrich Glorian kennengelernt, und viele ähnliche Übungen selbst entwickelt.

Um Obertonsingen im musiktherapeutischen Setting einzusetzen, bedarf es einer intensiven Auseinandersetzung mit der eigenen Stimme und einigen Erfahrungen in diesem Bereich.

Ein Beispiel aus der musiktherapeutischen Praxis mit einem autistischen und mutistischen Kind, bei dem Obertonsingen erfolgreich eingesetzt wurde:

Mario kommt mit 7 Jahren zum ersten Mal zu mir in die Musiktherapie.

Er ist autistisch und mutistisch, nimmt keinen Blickkontakt auf, lautiert, und spricht zusammenhanglos einzelne Worte wie „Mama“ und „Papa“.

Die Musik, die in diesen Stunden entsteht, verläuft auf zwei Ebenen:

1. Kontaktaufnahme nach experimentieren mit Instrumenten und Klängen und Erweiterung in der Musiktherapie; Beziehungsgestaltung in der Musik.
2. Intrauterine Erlebnisse durch Obertongesang und Klangmassage.

### VOKAL - SPIRALE

Wir haben die Vokal-Spirale als Übung zum Mitsingen entwickelt.

Sie kann die Atemräume öffnen und deren Verbindung untereinander herstellen.

A-O

O-E

E-U

U-I



I-U

I

U-E

E-O

O-A

*Vokalspirale*

Nach ca. einem  $\frac{3}{4}$  Jahr beginne ich, an einer mir geeignet erscheinenden Stelle während der Sitzung ihm Obertöne vorzusingen. Das erste Mal zeigte er sich sehr überrascht, und er hörte – wie später auch – sehr aufmerksam zu, ca. 3 Minuten lang.

Manchmal singt und klatscht er anschließend. Nach dem ersten Mal Obertonsingen ging er an den großen Gong, spielte und sang gleichzeitig mit ihm.

Zu Beginn des zweiten Jahres in der Musiktherapie sagte er einmal nach dem Obertonsingen, mit dem Zeigefinger auf meinen Mund zeigend, „noch mehr“.

Von da an wurden die Stunden immer lebhafter – er wurde selbständiger in seinen Aktionen. Nach Aussage der Mutter spricht er jetzt mehrere Worte, halbe Sätze, auch zu anderen Menschen.

Er beginnt, meine Mundbewegungen nachzumachen, wenn ich ihm Obertöne vorsinge. Er kann sich sehr viel differenzierter als am Anfang der Musiktherapie mitteilen.

Singen ist sein Schwerpunkt. Manchmal winkte er mich an einen Platz, an dem er mich haben möchte, und sagt dazu „Komm“, oder „Komm her“.

Gegen Ende der Musiktherapie beginnt er, auf Fragen von mir deutlich mit „Ja“ oder „Nein“ zu antworten, z.B. wenn ich ihn frage, ob er dieses oder jenes Instrument spielen möchte, und nimmt Blickkontakt auf.

Dies ist für seine Umwelt eine große Erleichterung in der alltäglichen Verständigung.

#### Obertonsingen mit Dominik, 7 J.:

Durchgeführt im Haus St. Joseph in Düsseldorf-Unterrath, Träger: Deutscher Orden, von Stefan Güssen, Dipl.-Sozialpädagoge, Sozialmusiktherapeut (DMVO).

Diagnose: Frühgeburt in der 28. Schwangerschaftswoche mit Langzeitbeatmung, therapieresistentes Krampfleiden, progrediente neurodegenerative Erkrankung unklarer Genese, Tetraspastik.

Durchführung des Settings: Dauer: 30 – 40 Min., 2 x wöchentlich.

Ablauf: Kontaktaufnahme am Bett oder Rollstuhl, Sitzung im Stuhl – Dominik liegt mit dem Rücken auf der Brust des Therapeuten – Abschluß im Bett oder Rollstuhl.

Beobachtungsprotokoll einer Kollegin von zwei Sitzungen:

„Bei beiden Sitzungen schien Dominik richtig aus seiner Apathie zu erwachen und das Singen als einen für ihn sehr angenehmen Reiz zu erleben. Dominik wirkte dabei sehr entspannt und sah zufrieden aus. Beeindruckend war, wie wach und aktiv er dabei wirkte. Ich selbst bin bei der ersten Sitzung sehr müde und entspannt geworden und wäre sicherlich eingeschlafen, hätte ich mich hinlegen können.

Die zweite Sitzung unterschied sich grundlegend von der Ersten, da noch M. und D. dabei anwesend waren und beide auf ihre Weise diese Situation erlebten, mit gestalteten und indirekt sogar steuerten. Für mich war es total spannend, alle drei Kinder zu beobachten, wie sie auf das Obertonsingen reagierten und mit dem Musiktherapeuten in Kontakt kamen. (M., der mit sang, und D. der sich mit dem Musiktherapeuten unterhielt). Erstaunt war ich über Domeniks Fähigkeit, genau unterscheiden zu können, an wen das Singen gerichtet war. „



Diese Beobachtungen werden auch durch die anderen KollegInnen bestätigt:

- Domenik kommuniziert mit Stefan auf seine Art
- Domenik macht den Eindruck, als würde er die Musik aufnehmen
- Der Musiktherapeut hat den Eindruck, D. hört wirklich zu
- Während des Singens entspannte er sich sichtbar
- Er konnte seine Finger entspannt ausstrecken und bequem ablegen.

Für alle Beobachter war besonders auffällig, daß, wenn andere Kinder im Raum anwesend waren, häufig eine Interaktion zwischen Kindern, Domenik und dem Musiktherapeuten feststellbar war.

Die Gruppenmitarbeiter lernen jetzt das Obertonsingen und den Umgang und Einsatz mit der Stimme als Kommunikationsmittel mit geistig und schwerstmehrfachbehinderten Menschen. Die Großmutter von Domenik, die bei einer Sitzung anwesend war, versucht jetzt auch über das Summen von Tönen eine andere Art von Kontakt zu D. aufzunehmen und ist von dieser Art der Interaktion total begeistert. Es entsteht eine entspannte Art der Kommunikation.

Ein Kollege sagte, daß er es beim Windelwechseln einsetzt, wenn die Beine Verkrampft sind. Er summt ein paar Töne und nimmt mit den Händen Kontakt zu den Beinen auf. Oft kann so die Spastik gelöst werden und das Wechsel der Windeln kann für beide Seiten streßfreier durchgeführt werden.

Beobachtung der Medikation:

Bei besonders großer Unruhe oder Spastik erhält er, neben der seit Oktober 1998 gleichen Grundmedikation, als Bedarfsmedikament Chloralhydrat.

In 45 Tagen vor Therapiebeginn (5.2. – 23.3.99) 33 x Chloralhydrat

In 45 Tagen nach Therapiebeginn (24.3. – 6.5.99) 5 x Chloralhydrat

Anzahl der Sitzungen in dieser Zeit: wöchentl. 2 x à 30 – 40 Min., = ca. 10 Std.

Die Atem- und Musiktherapeutin Sabine Rittner, die in mehreren Forschungsprojekten über die Wirkung der Stimme in verschiedenen Bereichen tätig ist, stellt fest, daß die „...große Bedeutung, die der Arbeit mit der Stimme in der Musikpsychotherapie zukommt, (...) bedauerlicherweise bisher in der musiktherapeutischen Fachdiskussion nur sehr peripher wahrgenommen worden“ ist. (196, 365).

#### Literaturverzeichnis:

Adamek, Karl: Die Stimme – Quelle der Selbstheilung, Freiburg 1989

Adamek, Karl: Singen als Lebenshilfe, Münster/New York 1996

Berendt, Joachim-Ernst: Das dritte Ohr, Reinbek 1985

Berendt, Joachim-Ernst: Nada Brahma. Die Welt ist Klang, Reinbek 1985

Cousto, Hans: Die kosmische Oktave. Der Weg zum universellen Einklang, Essen 1984

Cousto, Hans: Klänge Bilder Welten, Berlin 1989

Drury; Nevill: Musik. Pforte zum Selbst. Brücke zum Kosmos, Freiburg i. Br. 1985

- Goldmann, Jonathan, Heilende Klänge, München 1994  
Hamel, Peter Michael: Durch Musik zum Selbst, Kassel 1980  
Middendorf, Ilse: Der erfahrbare Atem, Paderborn 1986  
Reimann, Michael: Der unendliche Klang, Saarbrücken 1991  
Rittner, Sabine: Stimme, in: Decker-Voigt u.a. Hg.: Lexikon Musiktherapie , Göttingen 1996  
Schlafhorst, Clara, Die Bedeutung des Atems, in: Lucy Heyer-Grote, Atemschulung als Element-  
der Psychotherapie, Darmstadt 1970, 36 ff.  
Streich, Hildemarie: Rückschau zu den Anfängen – Paul Friedrich Scherber (1899-1970). Ein  
Pionier der Musiktherapie des 20. Jahrhunderts, Musiktherapeutische Umschau 1986, 69-81  
Tomatis, Alfred, A.: Der Klang des Lebens, Reinbeck 1987