

Das Leben erhorchen

Die jungen Menschen von heute sind das Publikum von morgen. Musikvermittlung und Education stehen daher auf der Agenda eines jeden Konzerthauses. In der Düsseldorfer Tonhalle setzt man dabei sogar vor der Geburt an, wie Anja Renczikowski herausfand. Doch wie wichtig ist **Musik bei der Entwicklung von Ungeborenen und Säuglingen?**

Sanft streicheln einige Frauen über die Rundungen ihres Bauches, andere haben die Augen geschlossen – ein ungewöhnliches Bild in der Rotunde der Düsseldorfer Tonhalle. Wo sonst vor dem Konzert reges Treiben zu beobachten ist, herrscht eine außergewöhnlich entspannte Atmosphäre. Etwa 30 schwangere Frauen – zum Teil in Begleitung der werdenden Väter – lauschen den Klängen der Musik Schumanns und Brahms'. Sie sitzen oder liegen bequem auf Gymnastikmatten oder lehnen sich an ein Stillkissen, dazu gibt es Tee und zwischen der Musik einige Yoga-Übungen. Initiator der Konzertreihe „Ultraschall“ ist Michael Becker, Intendant der Düsseldorfer Tonhalle – selbst Vater dreier Töchter. „Als meine Frau im fünften Monat schwanger war, hat sie einen Klavierwettbewerb gewonnen, und wir haben dann später festgestellt, dass unsere Tochter eine starke Affinität zu den beim Wettbewerb gespielten Stücken hatte“, erklärt Becker zu seiner Motivation, diese Reihe zu starten. In der Tat zeigen wissenschaftliche Untersuchungen, dass das Kind im Mutterleib Musik wahrnehmen und sich auch nach der Geburt daran erinnern kann. Ab dem vierten Schwangerschaftsmonat, wenn die Entwicklung von Innenohr und Gehörknöchelchen im Mittelohr anatomisch abgeschlossen ist, hört der Fötus Stimmen und Geräusche und speichert diese als Protowahrnehmungen (Vor-Wahrnehmungen).

Wie differenziert diese Wahrnehmung ist, beschreibt Prof. Dr. Hans-Helmut Decker-Voigt, Leiter des Instituts für Musiktherapie an der Hamburger Hochschule für Musik und Theater: „Schon im Mutterleib erleben wir alle Elemente der Musik: Rhythmus, Dynamik, Klang, Melodie und Form, und das prägt uns ein Leben lang. Etwa 26 bis 28 Millionen Mal hört das Kind den Herzschlag der Mutter in der Schwangerschaft. So erlebt der Embryo und dann der Fötus Rhythmus und Tempo, den Wechsel zwischen schnell und langsam – wenn die Mutter etwa schnell läuft, Treppen steigt oder einfach schläft.“ Bereits der französische Ohrenarzt und Professor für Psycholinguistik Alfred A. Tomatis ging seit den 1950er Jahren der Frage

nach, welche Bedeutung die pränatale Wahrnehmung für die spätere Entwicklung der Kommunikation des Menschen hat. Eine der wesentlichen Erkenntnisse beruht auf der Tatsache, dass der Fötus aus dem Durcheinander von Geräuschen Töne und Klänge selektiert. Er sucht sich aus der Fülle diejenigen heraus, die er entschlüsseln kann. Dazu zählt in erster Linie die Stimme der Mutter, die jenseits der Sprache ohne semantischen Inhalt als bloßes Klangerlebnis wahrgenommen wird.

Michael Becker möchte mit seinen Konzertreihen, die sich ab der nächsten Spielzeit in kleinen Etappen allen kindlichen Altersstufen widmen, die Tonhalle für alle Besucher öffnen: „Wir möchten Musik als lebenslange Begleitung er-

Was guttut

- Dem Kind tut das gut, was auch der Mutter guttut. Ihre akustische Belastbarkeitsgrenze entspricht auch der des Kindes. Gefällt ihr die Musik, wird sie auch dem Kind nicht unangenehm sein. Hört sie hingegen dem Kind zuliebe mehr Musik und Musik, die sie gar nicht mag, führt dies auch schnell zu einer „Überfütterung“ des Ungeborenen.
- Besonders positiv reagiert der Fötus im Alter von vier Monaten auf Summtöne und die Stimme der Mutter und des Vaters (gerne aber auch auf die nahestehender Menschen wie Großeltern oder Geschwister).
- Auch die Sprechstimme beinhaltet „Musik“ in Form von Rhythmus, Dynamik, Klang und Melodie. Somit können auch gerne Geschichten erzählt werden. Zwar kann das Kind die Bedeutung nicht verstehen, sehr wohl aber die individuelle Klangfarbe der Stimme, die es mit einer positiven Form der Kommunikation besetzt.
- Spontanes Singen, Summen und Erzählen, das aus dem Augenblick heraus geschieht, ist genauso gut wie ritualisierte Formen der Kontaktaufnahme. Das Singen am Abend beispielsweise als Ruhepol des Tages wird das Kind als solchen wahrnehmen. Ein Ritual hat etwas mit Wiederkehr zu tun, was Struktur und Sicherheit vermittelt.



Ob Musik schlau macht, ist wissenschaftlich zumindest umstritten. Unstrittig ist jedoch, dass sie guttut, schon vor der Geburt.

möglichen, und dazu gehört eben auch das vorgeburtliche Leben.“ Bei „Ultraschall“ können die Mütter entspannt Kammermusik hören. „Die Frauen sollen sich hier wohl fühlen“, betont Becker und geht auch ungewöhnliche Wege, an ein neues Publikum heranzutreten: Informationen zu „Ultraschall“ sind in Arztpraxen und bei Babyausstattungen zu finden. Im Hinblick auf ein überreiches Angebot für Schwangere und dem immensen Bedürfnis, in unserem hektischen Lebensalltag nach Ruhe und Entspannung zu suchen, betont Becker: „Wir möchten hier keinen Wellness-Club aufmachen. Es geht eher darum, eine kleine Anleitung zu geben: Was tut mir und meinem Kind gut.“ Wichtig ist ihm dabei die Qualität des Angebots, die er in der organisch produzierten Musik sieht. Die Musiker der Düsseldorfer Symphoniker beteiligen sich gerne an dem Projekt – auch wenn die Publikumskulisse für den einen oder anderen Musiker zunächst ungewöhnlich war.

Die Fülle der Angebote, angefangen

von verschiedenen Schwangerschaftskursen, Yoga, Schwimmen bis hin zu CDs mit Musik für das Ungeborene, machen es werdenden Eltern heutzutage schwer. Verschiedenste Medienberichte haben in den letzten Jahren immer wieder darauf hingewiesen, wie wichtig die Musik für die Entwicklung des Kindes ist. Nicht selten erhofft sich der ein oder andere, durch intensive Beschallung ein kleines Wunderkind zur Welt zu bringen, das die Musik liebt und auch recht schnell selbst zu Violine greift. Fest steht: Kinder erkennen die Musik, die sie im Mutterleib häufig gehört haben, nach der Geburt wieder. Doch welchen Einfluss diese Erkenntnis auf die Entwicklung des Kindes hat, ist noch nicht ganz geklärt. Eine CD mit dem Prädikat „Einschlafmusik“ oder „Music For Babies“, auf der wahllos Musikstücke von Mozart, Brahms und Schubert zusammengestellt wurden, garantiert weder,

Schon ab dem vierten Monat kann das Kind im Mutterleib Musik wahrnehmen

dass das Kind schnell einschläft, noch eine lebenslange Präferenz für klassische Musik. Es wäre also falsch zu sagen, klassische Musik ist generell gut und

Techno schlecht für das Kind. „Es ist nicht die Leistung der CD, die angenommen wird“, so Decker-Voigt. „Wenn aber die Mutter oder der Vater ganz entspannt eine Mittagsruhe machen und dabei

die eigene Lieblingsmusik hören, dann ist die Wahrscheinlichkeit groß, dass auch das Kind die Situation positiv besetzt und dann auch diese Musik gerne zum Einschlafen hört.“

Die Musik aus der Konserve erhält jedoch in einem ganz anderen Zusammenhang immense Bedeutung. Bis zu zehn Tage nach der Geburt befindet sich noch Fruchtwasser im Innenohr des Babys. Diese Schutzfunktion ermöglicht dem Kind, sich langsam an die neue akustische Welt zu gewöhnen. Schwierig wird die Situation, wenn ein Kind zu

Buchtipps

Hans-Helmut Decker-Voigt: Mit Musik ins Leben. Ernst Reinhardt, München, Basel 2008

Alfred A. Tomatis: Der Klang des Lebens. Vorgeburtliche Kommunikation – Die Anfänge der seelischen Entwicklung. Rowohlt, Reinbek 2007

Termine

Im Rahmen zweier Konzertreihen bietet die Tonhalle in Düsseldorf auch in der Spielzeit 2009/2010 spezielle Programme für Schwangere und Neugeborene an:

Ultraschall – Musik für Schwangere

01.09./17.11./02.02./13.04./01.06.

Himmelblau – Musik für Kinder von 0 bis 2 Jahren

12.11./17.12./21.01./18.02./18.03./29.04./27.05./24.06.



früh auf die Welt kommt, dann muss es sich nicht nur ganz abrupt auf die neue Geräuschkulisse einstellen, sondern auch die Lautstärke von Hightech-Apparaten und Inkubator ertragen. Die Stimme der Mutter und des Vaters werden zu wichtigen Konstanten, die vom Kind sofort wiedererkannt werden. In Kliniken

mit Frühchenstationen wird daher oft mit einer „auditiven Stimulation“ gearbeitet. Das Kind hört über einen Tonträger die zuvor aufgenommene Stimme der Mutter im Inkubator. Dabei konnte nicht nur beobachtet werden, dass sich das Kind körperlich besser entwickelt, sondern die Kommunikation mittels der Stimme die Bindung zwischen Mutter und zu früh geborenem Kind fördert. Ganz nebenbei bekommt die Mutter das Gefühl, in ihrer oft als hilflos empfunden Situation etwas tun zu können.

Dass die Stimme der Mutter ein Lebenselixier ist, wurde in vielfachen Forschungsergebnissen bewiesen. Dennoch fällt es vielen Menschen schwer, auf die Kraft der eigenen Stimme zu vertrauen. Das Auge erträgt viele Bilder, scheint weniger wählerisch als das Ohr. „Singen ist für die meisten heute eine extreme Entblößung“, so Becker. „Und deshalb ist es auch so schwierig, in unserer perfekten Gesellschaft die Leute zum Singen zu bewegen. Die Netrebko ist es dann, aber wenn die Nachbarin auch ganz gut singt, wollen wir das nicht hören.“ Dabei ist die Stimme nicht nur die erste, sondern auch die wichtigste Hörquelle für das ungeborene Kind. Die Erkenntnis, dass die Stimme auch Musik ist, findet dabei wenig Beachtung. Die Melodie der Mutterstimme begleitet ein Kind auf einzigartige Weise. Am

Melos, am spezifischen Auf und Ab der Tonhöhen erkennt ein Kind seine Mutter ebenso deutlich wie an Rhythmus oder Dynamik ihrer Stimme. „Selbst wenn es sich um 30 Sopranistinnen handelt, das Kind wird nach der Geburt die Sopranstimme der eigenen Mutter wiedererkennen“, so Decker-Voigt.

Wichtig ist die Stimme der Mutter außerdem für die Sprachentwicklung. So erkennt schon das Ungeborene die spezifische Muttersprache. „Das Kind speichert die feinsten Differenzierungen der Musik der Sprache, und dies erlaubt ihm, später diese Sprache flüster als Verbalprache zu erlernen“, erklärt Decker-Voigt. Erwachsene, die mit einem Baby sprechen, verändern intuitiv ihre Stimme und passen sich damit automatisch der akustischen Informationsverarbeitung des Kindes an. Auch beim Vorsingen einfacher Kinderlieder verwenden Eltern immer wieder die gleichen Melodien und singen wesentlich höher und mit mehr Betonungen. Das wird von den Ungeborenen und von den Säuglingen besonders wahrgenommen. Auch Summen oder Pfeifen sind hilfreiche Alternativen für diejenigen, die sich nicht trauen zu singen. Diese Beispiele machen deutlich, welche Auswirkung eine positiv besetzte Stimme, das Singen der Mutter als frühkindliche Erfahrung auf das spätere Leben haben. Die Forschungsergebnisse im Bereich der pränatalen Hörerfahrungen sind daher auch ein Plädoyer für elementarste Erfahrungen, die uns heute größtenteils verloren gegangen sind: Die Stimme ist und bleibt unser wichtigstes Musikinstrument. ■



Die „Ultraschall“-Veranstaltungen sind eine Mischung aus Konzert, Yoga-Kurs und Schwangerschaftsgymnastik.

„Ich bin die erste Musik-Pharmakologin“

Sie arbeitete lange Jahre als Konzertveranstalterin, organisierte das legendäre „Köln Concert“ von Keith Jarrett. Dann hatte sie einen schweren Autounfall mit zahlreichen Knochenbrüchen.

Während des Krankenhausaufenthaltes danach erlebte **Vera Brandes** die heilende Wirkung von Musik, die sie seitdem wissenschaftlich erforscht. Über die therapeutischen Möglichkeiten von Musik sprach sie in Köln mit Mario-Felix Vogt.

Sie erlebte jeden Tag im Krankenzimmer die buddhistischen Sprechgesänge von den Angehörigen ihrer Bettenachbarin. Eigentlich sollte Vera Brandes mindestens zwölf Wochen im Bett bleiben, tatsächlich war sie nach drei Wochen gesund. Diesen Zusammenhängen wollte sie nachgehen. So wurde aus der Geschäftsfrau eine Forscherin. Sie studierte in Köln psychologische Morphologie und bildete sich in den USA weiter. Schließlich landete sie an der Paracelsus Medizinischen Privatuniversität in Salzburg und baute ein Forschungsprogramm für Musik-Medizin auf, das den Einfluss von Musik auf psychische und körperliche Krankheiten untersuchen soll.

Schlafstörungen, Bluthochdruck und Depressionen lassen sich positiv von Musik beeinflussen. Allerdings gebe es kein musikalisches Standardprogramm für eine Krankheit wie zum Beispiel Depression, so Brandes. Je nach Art und Schwere der depressiven Schübe können sich die Zusammenstellung der Musiken und die Dosierung erheblich voneinander unterscheiden; bei schweren Fällen von Depression oder auch Epilepsie wird den Patienten allerdings eine stationäre psychiatrische Behandlung empfohlen.

Buddhistische Sprechgesänge sorgten bei Vera Brandes für schnelle Heilung

Die Stücke für die Therapie werden von einem ganzen Team um Vera Brandes produziert, das aus Elementen von Klassik, Pop und Weltmusik eine spezifisch wirkende Musik schafft.

Dass diese individuell zugeschnittenen Programme auch nachhaltig wirken, konnte anhand einer Placebo-Vergleichsstudie mit depressiven Patienten nachgewiesen werden: Einer Gruppe von Probanden wurden die musikalischen Eigenproduktionen vorgespielt, die andere bekam als Placebo Naturklänge wie Vogelgezwitscher und rauschende Bäche zu hören. Kurzfristig ergaben sich zwar auch bei der Beschallung mit Naturgeräuschen positive Effekte auf das Krankheitsbild, so Brandes, allerdings „baute sich bei diesen nicht nachhaltig etwas im Körper um; die Wirkung verpufft nach einiger Zeit“.

Wichtig sei vor allem, „dass man den Patienten dort abholt, wo er steht“. Konkret heißt das, dass man ihn zunächst mit Klängen beschallt, die seiner depressiven Stimmung entsprechen, und die Musik nach und nach abwandelt. So hat der Körper die Chance, sich allmählich mit der Musik zu verändern. Wenn man hingegen den Patienten direkt mit Klängen konfrontiert, die sei-



Foto: Franz Helmreich

Die Wirkung von Musik als Medikament ist bisher nur unzureichend erforscht worden. Vera Brandes und ihr Salzburger Team versuchen, das zu ändern.

ner momentanen Befindlichkeit gar nicht entsprechen – etwa einen nervösen Bluthochdruckpatienten mit reduzierter Meditationsmusik – dann können sich die Symptome sogar zunächst verschlimmern. Interessanterweise wirkt diese Musikbehandlung bei Erwachsenen unabhängig von Gesellschaftsschicht, musikalischer Sozialisation und persönlichem Musikgeschmack. Nur bei Jugendlichen, die sich über eine ganz bestimmte Musik definieren wie beispielsweise Hip Hop, funktioniert die Therapie nicht immer, räumt Brandes ein.

Wenn sich die Musikmedizin durchsetzen sollte, dürften die Apotheker ihr Sortiment bald mit Tonträgern ergänzen. Und für den Patienten gibt's dann Musik auf Rezept. ■