

Vorwort

Ob Lebenskrisen, Wirtschaftskrisen oder Umweltkrisen – Krisen begleiten uns durch das ganze Leben, ob wir wollen oder nicht. Eine angemessene Begleitung in diesen oftmals schwierigen Lebensphasen erhalten wir im günstigen Falle durch Familie, Angehörige oder Freunde. Viele Menschen bleiben jedoch in ihren Krisen alleine. Sie geraten oft durch ein Nicht-mitteilen und Nicht-verarbeiten-Können krisenhafter Erlebnisse in immer größere persönliche Schwierigkeiten, die sie nur mit therapeutischer Hilfe bewältigen können.

Dieser Tagungsband der 18. Musiktherapietagung 2010 am Freien Musikzentrum in München zum Thema „Musiktherapie in Lebenskrisen“ beinhaltet die Beiträge der sechs ReferentInnen, die exemplarisch persönliche und berufliche Erfahrungen beschreiben und damit einen großen Bogen über dieses weitgreifende Thema spannen.

Zu Beginn stellt Dorothee von Moreau mit ihrem Artikel „Krisen in der Entwicklung – Entwicklungskrisen“ dar, wie manche Theorien in der Entwicklungspsychologie den Lebenslauf als eine Aneinanderreihung verschiedener Entwicklungskrisen verstehen. Darüber hinaus zeigt sie auf, dass es an bestimmten Punkten in unserem Leben noch zusätzliche Krisen geben kann, die es immer wieder zu bewältigen gilt. Anschließend geht sie der Frage nach, welche Faktoren zur Entwicklung von Resilienz oder zum Scheitern in der Krise beitragen.

Der zweite Artikel von Susanna Scherbaum „Psychiatrische Krisenintervention – Die interdisziplinäre Aufgabe, mit akuter seelischer Not umzugehen“ setzt hingegen dort an, wo Menschen in der Krise (zunächst) gescheitert sind. Sie verdeutlicht ihre Behandlungsrichtlinien, die sie aus ihrer psychotherapeutischen Arbeit mit Menschen in und nach der Akutphase ihres psychiatrischen Aufenthaltes entwickelt hat. Sie beschreibt, wie sich der Schwerpunkt der therapeutischen Behandlung, der Eingrenzung von Selbst- und Fremdgefährdung sowie der krisenimmanenten Chancenerkennung, allmählich in Richtung Eigenverantwortlichkeit und Selbstbestimmung verlagern kann.

Ist die Perspektive der ersten beiden Autorinnen entwicklungspsychologisch bzw. kriseninterventions-psychotherapeutisch orientiert, berichtet Claus Roeske aus seiner musiktherapeutischen Praxis über „Musiktherapie im Notfallkoffer – Musik bei ressourcenorientierten stabilisierenden Kriseninterventionen“. Konzeptionell nimmt er Bezug auf neuere Erkenntnisse der Traumatherapie und der systemischen Therapie. Ausgehend von der Utilisation musikbezogenen Alltagsverhaltens der Klienten entwickelt er individuelle klientenbezogene Konzepte, wie Musik bei der Emotionsregulierung und Krisenbewältigung helfen kann.

Bettina Kandé-Staehelin beginnt zunächst mit ihrem theoretischen Konzept der „Vielfältigen Identität“, welches sie ihrem musiktherapeutischen Ansatz zur Unterstützung von Menschen in Lebenskrisen zugrunde legt. Sie zeigt uns anhand von Fallvignetten Möglichkeiten der musiktherapeutischen Begleitung – wie es schon in ihrem Titel heißt – als einen Weg auf... „Vom Sandkorn zur Perle – Lebenskrisen als Herausforderung und Entwicklungschance“.

Einen persönlichen Beitrag leistet Sigrid Schulz mit ihrem Artikel „Ich fahr dahin mein Straßen – Schwierigkeiten und Chancen des Lebens in der Fremde“. Sie rückt ein Thema in den Vordergrund, das aus psychotherapeutisch-medizinischer Sicht noch immer wenig Beachtung erfährt: Migration und Emigration; ein Thema, das für die Behandlung vieler Patienten, die heute professionelle Hilfe benötigen, eine große Rolle spielt. Eigene Erfahrungen mit ihrem Leben in der Fremde verknüpft sie mit dem Erleben und der Lyrik der jüdischen Schriftstellerin Hilde Domin, die aus dem Nazi-Deutschland in die Dominikanische Republik geflohen war. Sigrid Schulz beleuchtet durch diese Perspektive die besonderen Herausforderungen und Erlebnisweisen einer Existenz in fremder Kultur und erarbeitet hieraus spezifische Möglichkeiten der Musiktherapie.

Zum Abschluss entwickelt Rainer Deschler seine Gedanken zum Thema „Sinn in der Krise?“. Das Fragezeichen befreit ihn vom Zwang, die Bewältigung einer Krise dem Diktat des Gelingens zu unterwerfen. Er plädiert für die enthaltenden Ambivalenzen beantwortbarer und unbeantwortbarer Fragen, doch gleichwohl für das Leben mit Krisen wesentlicher Fragen. Der Autor beschreibt Seelsorge als die Kunst der Balance, die dynamisch-lebendiger Zustand ist, sowie die Kunst der Begleitung von Betroffenen als die Fähigkeit, in der Aggression und Depression nahe bleiben zu können, ohne die eigene Hilflosigkeit verbergen zu müssen. Musik kann in seinem Konzept von Seelsorge wertvolle Anregung und Hilfe sein.

Es wird deutlich, dass allen Krisensituationen die Chance gemeinsam ist, sie im Sinne einer Neuorientierung zu bewältigen oder kreativ zu lösen – wenn auch häufig diese Chance erst nach dem Ende der Krise als solche erkannt werden kann. Weil Krisen jedoch oftmals durch die Unmöglichkeit, sich verbal mitteilen zu können, um das eigene seelische Erleben auszudrücken, gekennzeichnet sind, stellt die Musiktherapie eine besondere Zugangsmöglichkeit dar. Musiktherapie kann durch die emotional-musikalische Verarbeitungsmöglichkeit den nötigen spielerisch-bewertungsfreien Raum bieten, um neue Handlungs- und Lösungsansätze finden zu können, deren verbale Reflektion, wenn überhaupt, erst zu einem späteren Zeitpunkt möglich wird.