

Klangbegleitung im Rahmen der Palliativpflege

von Stephanie Schneider

Durch kostbare Erfahrungen in der Wegbegleitung von Gästen und ihren Angehörigen habe ich die Anwendung von Klangmassage als sanfte und wohltuende Ergänzung in der Palliativpflege erlebt. Die intensiven, wertvollen Momente, die ich seit 2014 im Hospiz in der Begleitung von Menschen in ihrer letzten Lebensphase erleben durfte, haben mir gezeigt, dass jede Klangbegleitung mit all ihren neuen Herausforderungen und Geschenken wie das Geheimnis des Sterbens selbst ist: einzigartig.

Das Klang-Setting – Raum des Seins

Bei all dieser Einmaligkeit gibt es doch einige grundlegende Aspekte für das Klang-Setting, die ich hier vorstellen und mit Fallbeispielen ergänzen möchte.

Die Ausgangssituation

Fast alle Patienten aus dem Bereich der Palliativmedizin lassen sich gern auf die sanfte Methode der Klangmassage ein. Wenn ein Gast den Wunsch nach einer Klangmassage hat oder diese kennenlernen möchte, vereinbaren wir einen Termin. Manchmal werde ich auch vom Team angerufen und gefragt, ob ich bei einem Gast möglichst bald zur Klangersitzung kommen kann. Gelegentlich kontaktieren mich auch wohlwollende Angehörige, die davon ausgehen, dass der Gast eine Offenheit für die Klänge mitbringt.

„Bitte nicht stören, Klangmassage, danke!“ ... steht auf dem Schild, das ich zu Beginn jeder Klangersitzung an die Tür hänge. Das ist eine wichtige Voraussetzung für den Gast und wird sehr gut respektiert. Meist beginne ich dann mit einem kleinen Vorgespräch, das auch dem Beziehungsaufbau dient. Dabei lasse ich mein Gegenüber die Schalen hören, fühlen und/oder selbst anspielen. So erfahre ich etwas über den Menschen, nehme ihn wahr, seine Umgebung, das Zimmer, seine Lage. Ich kann schauen oder fragen, ob wir an der Position etwas ändern sollen, bevor die Sitzung beginnt. So kann ich sehen oder erfragen, ob der Gast im Moment Schmerzen hat oder ob es noch etwas „Mundpflege“ braucht. Ich weise meist auch darauf hin, dass eventuell die Darmgeräusche hörbar werden und dass dies ein gutes Zeichen der Entspannung ist. Ebenso ist es meist möglich herauszufinden, ob der Gast schon einmal Klang erfahren hat, und was ihm besonders guttut oder auch weniger gefällt, in Bezug auf z.B. Klangschale, Tonfrequenz etc.

Die Klangschalen sind als Klangkörper neutral, sie kennen keine Emotionen. Hier kann es wichtig sein, die Patienten – wenn möglich – selbst die Klangschalen aussuchen zu lassen. Oft gibt es eine „Lieblingsschale“. In jedem Fall sollte die vorwiegend verwendete Tonhöhe/Klangfarbe vom Gast als angenehm empfunden und positiv belegt sein.

*„Die Aufgabe wechselt
nicht nur von Mensch zu Mensch
- entsprechend der Einzigartigkeit
jeder Person -,
sondern auch von Stunde zu Stunde,
gemäß der Einmaligkeit jeder Situation.“*
(Viktor Frankl)

Meine Intention

Die Basis der Fragestellung bei einem Klangangebot in mir ist: Was kann ich anbieten, was tut dir gut und was möchtest du, das ich dir tue? Grundsätzlich gilt: Der Gast darf in den Klang hinein entspannen. Der Ablauf ist bestimmt von einem gleichbleibenden, sanften Anschlagrhythmus. Auch die Dauer der reinen Klangzeit wird individuell angepasst. Meist sind es 15 bis 25 Minuten. Die Schalen werden in ihrer Tonhöhe und in der Anspieltechnik variabel und symptombezogen eingesetzt, so, wie ich es in meiner Aus- und Fortbildung am Peter Hess® Institut (PHI) erlernt habe. So lassen sich im Rahmen eines Klangangebotes durch verschiedene Elemente, die in der Abfolge passend integriert werden, auch unterschiedliche Aspekte gut vereinbaren. Ob die Schalen auf den Körper aufgestellt werden oder im Körperumfeld bzw. Raum erklingen, ergibt sich jeweils aus der gegebenen körperlichen Situation und im Kontakt mit dem Gast. Ich schaue und versuche zu erfassen, ob der Gast eher etwas Umhüllendes, Schützendes braucht, oder ob er eher etwas unterstützend losgelassen werden will. Je nachdem setze ich Anspieltechnik und mein Wissen ein, verbunden mit diskreter Beobachtung und Im-Kontakt-Sein.

Das In-Kontakt-Sein ist die Basis

Das Klangangebot erfolgt dann überwiegend schweigend. Während der Klangersitzung gebe ich allem einen Raum des Seins, ohne zu werten. Die Wahrnehmung des Emp-



Eine verstellbare Liege und vielfältiges Lagerungsmaterial ermöglichen auch beeinträchtigten Menschen eine bequeme Lagerung.

fangenden geht, wenn die Grundbeziehung gesponnen und tragfähig genug ist, von außen nach innen. Es findet eine innere Kommunikation statt, ein Lauschen, ein Horchen oder einfach ein Wohlgefühl, das als solches wahrgenommen wird. Das innere Erleben ist nicht immer erst mal nur friedlich. Manchmal sind da gerade große Ängste oder Verarbeitungsprozesse im Gang. Deshalb ist das In-Kontakt-Sein, so wie das Beobachten von Vitalparametern und das Wahrnehmen von Körpersignalen, sehr wichtig. Wenn nun eine verbale oder schriftliche Kommunikation nicht mehr möglich ist, so schaue ich auf die Zeichen wie Atmung, Mimik, Körperspannung, Darmgeräusche etc. Es bedeutet auch, besonders achtsam in der Ausführung zu sein. Erkennen, Beobachten, Handeln anpassen und Evaluieren im möglichen Maße erfolgen auch hier. Dies würde selbstverständlich mit einschließen, dass auch ein (späteres) Zeichen von „Nein“ oder „Es reicht mir“ gesehen, gegebenenfalls erfragt und natürlich dann entsprechend ein sanftes Beenden der Klangmassage bedeutet.

Zeit zum Nachspüren und Reden

Ich biete immer auch Zeit zum Nachspüren an. Ein Nachgespräch ergibt sich oft von allein, falls Kommunikation verbal möglich ist. Die Klangmassage mit den wichtigsten beobachteten Zeichen, der Verlauf, gespürte Wirkungen, wichtige Beobachtungen des Gastes, dokumentiere ich im Anschluss in einem dafür vorgesehenen Protokoll.

Die Wirkung der Klänge ist sehr vielfältig

Meist schlafen die Gäste während der Klangsituation ein oder sind kurz davor. Die positiven Rückmeldungen reichen

von einem sehr entspannten Gesichtsausdruck bis zu einer ausgesprochen tiefen Dankbarkeit. Häufig werden angenehme Empfindungen wie Kribbeln, Schwingungen fühlen, Leichtigkeit, oder den ganzen Körper wohlig spüren beschrieben. Manchmal erzählen die Gäste auch, welche Erinnerungen, meist in Form von Bildern, in ihnen aufsteigen. Manche sprechen freudig erstaunt von ihrem Musikbezug aus der Kindheit.

Natürlich kann es auch geschehen, dass Menschen sich dann trauen ihre tiefsten Ängste, Wünsche, grundsätzliche Fragen und Sorgen jeglicher Art auszusprechen. Je nach Situation gilt es, diese anzuerkennen, auszuhalten, hinzuhören und präsent zu sein. Durch den Kontakt zum eigenen Fühlen kann aus der inneren Quelle und aus der Stille jedoch ein neuer Impuls entstehen, der zu einer Ordnung oder Regelung einer Lebensfrage bzw. Situation beiträgt. So könnte z.B. gewünscht werden, noch eine Begegnung oder Aussprache mit einer bestimmten Person in die Wege zu leiten. Ob die andere Person dann diesem Wunsch nachkommt, sei dahingestellt. Bei Bedarf kann in Abstimmung mit dem Gast auch ein Seelsorger, Arzt oder Psychoonkologe hinzugezogen werden. Entscheidend ist, was im Moment dem Menschen noch als ganz wichtig und drängend in den Sinn kommt.

So wie es ist, ist es gut

In der besonderen Situation der Palliativpflege gilt es in besonderem Maße auf die Bedürfnisse des Klienten einzugehen. Das kann z.B. auch bedeuten, dass jemand kurzfristig eine Klangmassage absagt, weil unerwartet der Nachbar zu Besuch kommt – vielleicht zum letzten Mal. Es gilt immer

Klangbegleitung Herr R.

Herr R. war ein 40-jähriger Gast, alleinstehend, mit Hypopharynxca, Tracheostoma, Niereninsuffizienz, Tumorkachexie, zunehmender Atemnot, COPD.

Herr R. forderte uns als Team sehr heraus, da er sehr viel Aufmerksamkeit beanspruchte. Eigentlich eher verschlossener Natur, freute er sich, wenn wir beim Betten zu zweit waren und ihn mit einbezogen, um die Haut am kachektischen Körper zu pflegen, und dabei das eine oder andere Späßchen mit ihm machten. Es brachte ihn zum Lächeln, weil wir ihm mit Humor und respektvoll begegneten. Manchmal ließ sein Zustand es zu, dass wir ihn auf einem Stuhl mobilisierten, sodass er wieder eine andere Perspektive bekam. Er genoss es in gewisser Weise sichtlich, im Mittelpunkt zu stehen. Natürlich war er in allen Tätigkeiten stark auf uns angewiesen. Manches Mal klingelte er, kaum hatten wir das Zimmer verlassen und eigentlich mit ihm verabredet, dass wir in einer gewissen Zeit wiederkämen. Oft wollte er dann eine Zigarette oder seine Kanüle gewechselt haben. Da er nicht mehr sprechen konnte, konnte er sich nur schriftlich äußern.

Er rauchte auch im Bett und ließ sich manchmal auf kleine Kompromisse ein: so z.B. erst nach der Pflege eine Zigarette und nicht zwischendurch. Eine Person war gut mit ihm beschäftigt. Er las gern, am liebsten Auto-, Motor- und Sportzeitschriften, die von einer Kollegin oft vor dem Dienst besorgt wurden. Besuch erhielt er sonntags von seinem Bruder und dessen Frau. Die Stimmung war während des Besuches bedrückt, vor allem auch auf der Angehörigenseite. Ein Austausch fand auch schriftlich kaum statt. Herr R. meinte in einem „Schreibgespräch“, dass sein Verhältnis zum Bruder ein gutes sei.

Obwohl ich erst zögerte, Herrn R. Klang anzubieten, erklärte ich ihm nach meiner intuitiven Entscheidung, dass ich ihm etwas Entspannendes anbieten könne und erzählte ein wenig von den Klangschalen. Da Herr R. positiv darauf reagierte, brachte ich die Idee im Team ein. So kam ich

denn an einem Vormittag mit meinem Klangmaterial und installierte dieses entsprechend auf dem mit einem Tuch vorbereiteten Sofa.

Ich hatte die Idee eines Klangbades. Bei diesem werden die Klangschalen um den Gast herum im Zimmer angespielt, sodass die Wirkung zuerst von weiter weg erfahren werden kann. Das schien mir stimmiger und ich wahrte so die aus meiner Sicht angemessene, vorsichtige Nähe. So setzte ich dies auch um, da es weiterhin passend schien. Nachdem ich eine Schale auch nahe bei ihm anschlug, damit er direkt die Vibration und den Klang unmittelbarer spüren und hören konnte, begann ich im gleichmäßigen Rhythmus die entsprechenden Klangschalen anzuspielen. Ich hatte dabei immer wieder Sichtkontakt. Wir hatten verabredet, dass er mir gern ein Handzeichen geben kann, wenn es ihm reiche. Er las während der Klangsituation mehr oder weniger, war aber doch sichtlich mit der Aufmerksamkeit bei den Klängen. Ich konnte beobachten, dass seine Atmung ruhiger wurde und er auch kaum noch hustete. Nach ca. 15 Minuten fragte ich ihn, ob ihm der Klang angenehm sei, da mir wichtig war auch etwas von ihm mitgeteilt zu bekommen. Er verlangte mit Handzeichen und Sprechbewegung seinen Block und schrieb mir Folgendes auf: „Es tut gut, bitte weitermachen, es ist so entspannend.“ So spielte ich noch weitere zehn Minuten. Diese Erfahrung ließ auch mich strahlen. Auch im Gesicht schimmerte für kurze Zeit ein Lächeln, das den Menschen in seinem inneren ursprünglichen Wesen und hinter seinem Leid annähernd zeigte. Bei Herrn R. blieb es bei einer Klangbegleitung, es wäre aber durchaus noch öfter machbar gewesen.

„Jeder Mensch hat etwas Heiles in sich, einen Funken, der nie vergeht. Wir können niemanden vor dem natürlichen, unvermeidlichen, körperlichen Sterben bewahren. Aber wir können in jeder Phase da sein, um das Wohlbefinden und die Qualität der Lebenszeit im achtsamen Umgang mit uns und allen Anvertrauten zu steigern. Aspekte, die ich für außerordentlich wichtig halte, sind Präsenz im Hier und Jetzt, Raumgeben und das Motto „weniger ist mehr.“

(Stephanie Schneider)



Klangbegleitung Frau T.

Frau T. war 63 Jahre alt, Diagnose: Mamma Ca, Knochenmetastasen, Meningeosis, symptomatische Epilepsie unter entsprechender Medikation.

Sie kam mit Therapieempfehlung „Best Support Care“ zu uns. Frau T. kannte die Arbeit mit Klang. Sie freute sich sehr, als ich ihr dieses Angebot unterbreitete. Zuvor hatte ich in Hinblick auf Medikamente und Krankheitsbild den Arzt informiert und mit einbezogen. Es war aber im Abwägen ersichtlich, dass bei der Klangmassage der Entspannungseffekt und das Wohlbefinden im Vordergrund stünden. So gab es, sorgsam ausgeführt, keine echte Kontraindikation. An unserem Termin erzählte Frau T. etwas von ihrer Begegnung mit Klangschalen, während ich das Klangsetting vorbereitete. Ein Duft, den ihre Angehörigen mitgebracht hatten, wurde von mir neu in die Duftlampe gegeben. Es war ein Rosenöl von reiner Qualität, dessen Duft sie gerne mochte. Auch ein Bild im Zimmer, das von den Angehörigen mitgebracht wurde, schaute sie sehr gerne an. Es führte in die Ferne, fast hinein in eine grüne Waldlandschaft. Es erinnerte sie an einen Weg, den sie mit ihrer Schwester schon öfter gelaufen war. Es tat ihr gut, in dieses Bild hineinzuschauen. Sie hörte auch gerne mal Musik. Vor allem die CD einer korsischen Folkloreband, die ich ab und an bei der Pflege schon eingelegt hatte, wenn es ihr gefiel. So kamen wir in unterschiedlichste Gesprächsthemen. Frau T. sprach auch offen über das Sterben, ohne Angst. Sie hatte viel darüber gelesen und sich in ihrem Leben mit vielem auch geistig auseinandergesetzt. Sie wirkte fast abgeklärt, wissend, manchmal auch abwesend. Sie ruhte in sich – abgesehen von den Absencen, die trotz Medikamenten in den epileptischen Anfällen auftreten konnten, und der Koordination, die sie oft nicht mehr steuern konnte und sich dessen bisweilen schmerzhaft oder verdrängend gewahr wurde. Sie brauchte in dieser Zeit bei allem Unterstützung oder Übernahme der Pflgetätigkeiten. Sie konnte sich nicht mehr an die Ausfälle, die häufiger wurden, erinnern. Vor allem brauchte sie viel Zeit, Ruhe und Präsenz. Sie zeigte sich als offener, feinfühler und an anderen interessierter Mensch – selbst in der letzten Lebensphase. Sie hatte zu ihrem Sohn und zu ihrer Schwester ein sehr gutes Verhältnis. Auch ihre Enkel und weitere Angehörige besuchten sie regelmäßig. Es war schön, diese Art der echten Fürsorge zu erleben. Natürlich war es oft auch traurig, weil der Abschied und die zunehmende Veränderung im Raum standen. Dies verlangte auch den Angehörigen viel an inneren Prozessen ab und brachte auch den Sohn an seine Belastungsgrenze. Aber die Zeit wurde von ihnen bestmöglich und bewusst mit Leben und schönen Momenten sowie mit früheren Erinnerungen angefüllt.



Bei der Klangmassage hatte es Frau T. der Ton der Beckenschale besonders angetan. Sie erspürte den Klang und die Vibration mit der Hand. Sie wünschte, diese Schale gerne auf dem Bauch angeschlagen zu bekommen. Dies tolerierte sie auf Nachfragen auch gut und freute sich über das Gefühl der Vibration. Die restlichen Schalen stellte ich zu Beginn eher um die Patientin herum auf und schlug sie in langsamem Rhythmus im Wechsel mit der Beckenschale an. Später stellte ich die Schalen auch abwechselnd auf die Hände, wie ich es zu Beginn mit ihr abgesprochen hatte. Dazu nutzte ich ein samtähnliches, kleines, waschbares Kissen, das mit leitfähigen Kügelchen gefüllt ist. (Dieses Kissen kann schön anmodelliert werden oder zum Unterlegen nützlich sein, ohne dass die Klangschwingung beeinträchtigt wird. Ebenso brauche ich dadurch weniger an der natürlichen Haltung des Gastes zu ändern. Somit stehen die Schalen auch nicht kalt auf der Haut. Auch ein dünnes Tuch würde diesen Zweck erfüllen. Meine Hand legte ich in diesem Fall unter ihre Hand.) Nun hatte die Klangschale gut Kontakt und Frau T. brauchte selbst nichts zu halten, was sie angestrengt hätte und die Hand wahrscheinlich hätte zittern lassen. Außerdem fühlte sie so zusätzlich die direkte Berührung über die Hand, was in diesem Fall stimmig war. Ebenso habe ich im Verlauf auch die Herzschaale auf dem Körper aufgestellt. Diese wurde im Wechsel zur Beckenschale mit einbezogen, worauf sie auch positiv reagierte. Dies äußerte sie auch. Frau T. spürte den Energiefluss gut und genoss den Klang. Es brauchte nicht mehr geredet zu werden. Es war eine subtile Resonanz da. Den Abschluss gestaltete ich mit Koshis – einem Klangspiel mit sieben Klangstäben und einem feinen Klangbild, das von ihr auch als sehr angenehm empfunden wurde. Zuvor hatte ich noch mit der Beckenschale „geerdet“. Sie schaute mich am Ende der Klangsituation mit einem noch nie erlebten tiefen und warmen Blick an. „Dankeschön“, sagte sie.

Das war für mich ein sehr besonderes Dankeschön. Diese Momente sind manchmal so, dass ich sie gerne teilen würde, aber im Sagen würden sie ihren Wert ein bisschen verlieren, weil manches nicht so passend in Worte zu fassen ist.

zu schauen, an welchem Punkt sich mein Gegenüber gerade befindet – von Mensch zu Mensch. Die Freiheit und Würde wahren bedeutet ein sensibles Gespür dafür zu entwickeln und im Annehmen dessen zu bleiben, was gerade ist. Denn genau so, wie es ist, ist es gut.

Begrifflichkeiten von Übertragung und Gegenübertragung sollten vertraut sein, wenn man in diesem Bereich mit den Klängen tätig sein möchte. Ebenso die Bereitschaft, sich damit auseinanderzusetzen. So sollte die Absicht stets klar bleiben. Sie sehen: Es ist einfach und zugleich nicht. Es bedarf eines Wissens, aber auch einer bestimmten Haltung. Die Erfahrungen in diesem Arbeitsfeld sind oft sehr direkt, sehr echt, weil die Endlichkeit des Lebens drängt.

Wie ist das eigentlich mit dem Glauben?

Was ich bisher nur einmal erlebte, war die Frage, wie das denn mit dem Glauben sei. Eine Patientin meinte, sie sei doch evangelisch und gehe eigentlich in die Kirche. Da wird sehr deutlich, was einen Menschen beschäftigen kann und welche Prägungen und Bilder eine Rolle spielen können. Ich habe der Frau dann gesagt, dass ich auch gern in einen schönen Gottesdienst mit guter Predigt gehe. Oder einfach so, im Stillen in einer Kirche sitze. Ob sie meine, das würde sich nicht vertragen. Darauf blieb sie nachdenklich lächelnd an der Bettkante sitzen, und wir haben uns noch ein wenig unterhalten. Über Plätze im Freien, über schöne Kirchen etc. Das Interessante dazu: Die liebe Frau N. war zuvor während der Klangmassage fest eingeschlafen und wirkte wunderbar entspannt und berührt. Aber eben dieses anders in Berührung-Kommen war ihr irgendwie fremd. Deshalb war es gut, dass sie das artikulieren und wir das besprechen konnten.

Auch Angehörige profitieren von den Klängen

Manchmal werde ich gerufen oder frage bei meinen Kollegen nach, wem Klang heute gut tun könnte. Einmal habe ich auch einer Angehörigen spontan vor Ort im Rückzugsraum für unser Team eine Klangmassage gegeben. Sie war so dankbar, dass sie dies erfahren durfte. Es war für sie eine Unterstützung im Prozess des Loslassens ihrer Mutter, die sie so dringend benötigte. Sie beschrieb die Erfahrung als sehr angenehm und sie war sehr berührt. Sie meinte wörtlich: „Dass ich das jetzt in dieser Situation erfahren durfte, es ist ein Geschenk.“ Eigentlich war ich gekommen, um ihrer Mutter eine Klangmassage zu geben. Die Mutter hatte dennoch etwas davon. Sie schlief, als die gestärkte und genährte Tochter sie dann wieder in ihrem Zimmer aufsuchte. Das Ergebnis war beobachtbar positiv.

Natürlich wäre es besser, eigens für solche Situationen einen Raum vor Ort anzubieten, aber in dem Moment war es passend. Da war die Ausnahmesituation dieser Frau entscheidend. Der Ort war zweitrangig, und gestört haben wir

an diesem Tag zum Glück niemanden. Zu diesem Zeitpunkt hatte sie dort die nötige Ruhe.

Ein andermal, als ich einer Patientin eine Klangmassage gab, war deren Angehörige mit im Zimmer. Hier endete die Klangmassage mit einem wunderbar friedlichen Lächeln der Patientin. Die Tochter erkannte die Veränderung im Gesicht ihrer Mutter und weitere Details. Es war nicht ich, die sie darauf hinwies. Sie war zu Tränen gerührt und berührt. Sie fühlte sich getröstet und erzählte davon. Der Bruder, der ebenfalls im Zimmer war, blieb in skeptischer Haltung mit dabei. Ich hatte ihm die Entscheidung zu bleiben, im Vorfeld überlassen.

Tochter und Mutter standen aber im Vordergrund. Bei ihnen hat sich etwas Wichtiges ereignet. Es ist sehr schön, wenn auch diese stillen Momente durch den Klang getragen, geteilt werden und zu einer tieferen Begegnung führen.

*Die Erfahrungen in
diesem Arbeitsfeld
sind oft
sehr direkt,
sehr echt,
weil die
Endlichkeit des Lebens
drängt.*



Stephanie Schneider

ist seit 1987 diplomierte Krankenschwester, Peter Hess®-Klangmassagepraktikerin und Yogalehrerin (3HO). Sie arbeitet seit 1990 im Bereich Frauenheilkunde am SLK Klinikum in Heilbronn (Teilzeit). Im Rahmen ihrer Zusatzausbildung „Palliative Care“ beschäftigte sie sich in ihrer Abschlussarbeit intensiv mit dem Thema „Klang in der Palliativpflege“. Seit 2014 begleitet sie im „Hospiz der Gezeiten“ in Bad Friedrichshall Menschen und ihre Angehörigen mit Klang und ist zudem in eigener Praxis tätig. An der RKH Akademie Markgröningen gibt sie ihr Wissen zu diesem Thema als Gastdozentin weiter.

Kontakt

E-Mail: neuerraum@web.de · www.neuerraum.net