

Klang-Massage-Therapie

Klangschalen als Kommunikationsmittel



Klangschalen als Kommunikationsmittel

Ein Forschungsbericht von Dr. Halina Portalska und Dr. Ing. Marek Portalski
(Technische Hochschule Posen)

Einführung

Viele von uns überlegen, warum Klänge und Schwingungen der tibetischen Klangschalen so stark auf den Körper einwirken, entspannen, die Regeneration stimulieren und nicht selten einen starken Einfluss auf das weitere Leben der mit ihnen in Kontakt kommenden Menschen haben. Die Antwort liegt in dem einzigartigen Klangspektrum der Schalen.

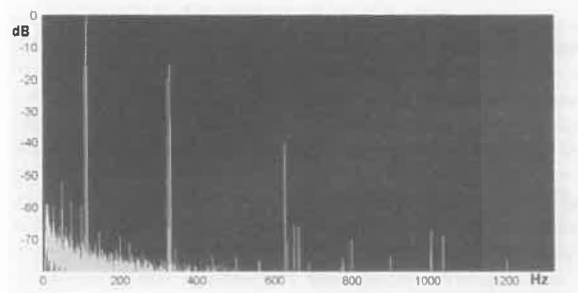


Abb. 1. Klangspektrum einer Bauchschaale

Auf dem Photo wurde das Klangspektrum einer Bauchschaale, die mit einem großen Filzklöppel angeschlagen wurde, gezeigt. Wie zu sehen ist, enthält es viele Komponenten – elementare Töne, die hier als vertikale Striche (Spektrallinien) abgebildet werden und die in charakteristischen Gruppen auftreten. Die typisch stärksten Komponenten eines solchen Klanges bilden drei Gruppen, seltener vier Gruppen. Wenn die Klangschale mit einem kleineren und härteren Klöppel angeschlagen wird, bekommen wir einen Klang, der um neue Komponenten der höheren Frequenzen reicher ist. Die Akustiker zählen einen solchen Klang zu der Reihe der disharmonischen Polytöne. Die meisten disharmonischen Polytöne klingen unangenehm. Die Klänge der Schalen sind die Ausnahme – ihr Klang ist äußerst angenehm. Die Kunst der tibetischen Meister – der Hersteller von Klangschalen bewirkte, dass die Komponenten in ihrer Zusammensetzung dieses Polytones erstaunlich gut den Bedürfnissen des Körpers angepasst sind. Die Forschungsarbeiten der Autoren haben gezeigt, dass die stärksten Töne

in Gruppen paarweise auftreten, was ein charakteristisches Dröhnen des Klanges bewirkt. Die Frequenz dieser Töne ist meistens niedriger als die Frequenz der hörbaren Klänge, allerdings liegt sie im Bereich der meisten mechanischen Resonanzen der Organe und der Frequenzen des funktionellen Gehirnstroms.

Diese Dröhnungen erleichtern dem Gehirn die Verlangsamung des Arbeitsrhythmus – den Übergang vom Zustand Beta zum Alfa und sogar bis in den Theta-Bereich hinein, der außer im Schlaf nur in der Zeit der tiefen Meditation auftritt.

Haben wir Angst, arbeitet das Gehirn im Zustand Beta. Die Furcht wird auch mit Aggression (schnelle Beta Welle) assoziiert. Die Dröhnungen der Klangkomponente der Schalen erleichtern dem Gehirn die Verlangsamung des Rhythmus Beta und den Übergang zu Alfa. Äußerlich offenbart sich dies als Beruhigung und Linderung der Ängste und Spannungen.

Entsprechende Klangspektren der Schale aktivieren das Biofeld

und erleichtern somit das Überwinden von Blockaden. Die Untertöne der ersten Gruppe der Spektrallinien aktivieren die unteren Teile des Biofeldes, was "Bodenständigkeit" fördert, das Gefühl der inneren Stärke und der Selbstsicherheit bewirkt. Dies erzeugt den Effekt der Linderung von Ängsten und Schüchternheit. Gleichzeitig aktivieren die Töne der höheren Gruppen die für die Kommunikation verantwortlichen Zentren, z.B. 5. und 6. energetisches Zentrum.

Diese einmaligen Eigenschaften entsprechend angepasste und richtig verwendeter Schalen können ferner dabei helfen, psychischen Barrieren, die Kommunikation erschweren, abzubauen und Zentren zu aktivieren, die sowohl im Gehirn als auch in dem der Kommunikation zugeordneten Biofeld gelegen sind.

Nonverbale Kommunikation

Die wortlose Kommunikation unter Verwendung des Musik-Klang-Codes kann besonders bei der Arbeit mit Behinderten, aber nicht nur mit ihnen, nützlich sein. Gerade in dieser Gruppe trifft man oft auf besondere Empfindlichkeit für akustische Reize. Der Musik- und Klang-Code ermöglicht die Erläuterung der Inhalte, die wir nicht in Worte fassen können. Dieser Code ist "alldedeutig" oder, wie es manche bezeichnen, "vieldeutig". Er ist der logischen Stabilität des Wortes entzogen. Der Expressionsgrad ist in einem solchen Kommunikatörs viel höher als in einem wörtlichen.

Klänge können im Kommunikationsprozess zusätzliche, zwischen den Zeilen stehende, weniger konkrete, aber reichere, vielgestaltige Inhalte wiedergeben, übertragen und ausdrücken. Deswegen kann der Kommunikations-, Diagnose- oder Therapieprozess (Wirkung in beide Richtungen möglich) tiefer, differenzierter und breiter sein.

Klänge und Musik sind imstande das auszudrücken, was aus dem Unterbewusstsein entammt. Wir gehen von der Hypothese aus, dass Klänge und Musik das menschliche Verhalten positiv beeinflussen und somit auch an die tief im Inneren liegenden Konflikte und Emotionen gelangen können. Beispiele dafür können uns Personen mit Autismus oder Mutismus liefern, mit denen ein verbaler Kontakt schwierig ist. Da Musik und Klänge ohne Worte und belastende Formulierungen auskommt, können sie dazu beitragen, Hemmungen und Ängste zu mindern, die durch Diagnose oder Therapie oft hervorgerufen werden. Klänge und Musik tragen zur größeren Neutralität, Ungezwungenheit und Objektivierung der erhaltenen Informationen im Kommunikationsprozess bei. Diese Eigenschaften der nonverbalen Kommunikation nutzte

die Autorin in ihren 7- und 12-Töne-Tests sowie in der von ihr geschaffenen Codetabelle.

Für gewisse Personengruppen mit unterschiedlichem Grad von Geistesschwäche ist die Kommunikation mit der Umgebung ausschließlich über den nonverbalen Weg möglich. Für diese Gruppen kann diese Tabelle, die typische Abhängigkeiten zwischen den erzeugten Klängen, den Bedürfnissen sowie dem Zustand des Organismus bestimmt, den Kontakt, die Diagnose und die Therapie beträchtlich erleichtern.



Dr. Halina Portalska und Dr. Ing. Marek Portalski

Erfahrung der Autoren

Die Autoren nutzen die Schalen hauptsächlich am Anfang der Sitzung, zwecks Beruhigung der Teilnehmer und Konzentration ihrer Aufmerksamkeit. Manchmal dienen die Schalen – ähnlich wie Orff-Instrumente – auch für die Dialogführung. In Gruppen von Personen, die monotone, sich wiederholende Bewegungen ausführen, insbesondere in Form von monotonen Anschlägen z.B. auf den Tisch, bewährt sich gut die Anwendung von Schlagzeugtechniken. Nutzbar können auch Schalen sein (mit entsprechend unterschiedlichen Klanglängen). Bei Anwendung eines anderen Metrum-Codes ist es möglich, diese Handlung schnell zu unterbrechen und einen Dialog leicht aufzunehmen. Verfügt man über eine entsprechend große Sammlung von Schalen mit vorher geprüftem Klangspektrum und zeichnet man die vom Patienten gespielten Klänge auf, kann man viele diagnostische Informationen gewinnen. Der Patient wählt beim Anschlagen der Schale zumeist die Klänge, die er zur Verbesserung der Homöostase seines Organismus braucht.



Kennt man die Frequenzen, welche für die Stimulierung der einzelnen Organe charakteristisch sind, dann kann man daraus folgern, wie sie arbeiten und eventuell welche Störungen sie aufweisen. Eine derartige Diagnose kann mit anderen geeigneten Untersuchungen ergänzt werden. Auf ähnlichem Prinzip basiert der 7- und 12-Töne-Test. Die Schale kann auch für nonverbale Kommunikation genutzt werden. Sie kann als Einführung zur Vorbereitung des Körpers für eine Kommunikationsaufnahme oder als ein Instrument betrachtet werden, Dank welchem die Kommunikation zustande kommt. Es ist allerdings zu beachten, mit welcher Gruppe bzw. mit welcher Person wir arbeiten. Eine Variation kann ein Schalendialog oder ein Spiel mit einer Schale (mit Schalen) sein.

Klang-Codes

Die Autoren bemerkten im Laufe der vieljährigen Arbeit mit schwerbehinderten Personen charakteristische Eigenschaften bei den scheinbar bedeutungslos erzeugten Klängen. Die Untersuchungen und Analysen ermöglichten, eine Corde-Tabelle zu erstellen, in der diesen Klängen die meisten Bedeutungen zugeordnet werden. In der Tabelle 1 wurde eine Reihe von Klängen und ihre Bedeutungen dargestellt.

Nr.	Klänge	Bedeutung
1	__aaa...(kurz)	zeigen, führen
2	aaaa...(scharfe Modulation)	gehen, zu demjenigen kommen, der den Klang erzeugt
3	aa_	genug, nun ja, schnell, gehen wir, nimmst du mich? Ungeduld
4	a_	Verwunderung, Überraschung
5	a__(u)	Tier (meistens Hund)
6	a_	Aufregung, Gefahr, keine Unterstützung
7	a_	Gefühl der Sicherheit, der Ruhe, Beruhigung (Beruhigung)
8	a(j)	Schmerz, Ungeduld, Unbequemlichkeit
9	a a _	ja
10	a _	nein
11	a_	Bedürfnis nach Nähe einer anderen Person
12	a (milde Modulation)	Kuscheln, Beruhigung, Bedürfnis nach Berührung
13	aaa	bekommen, Bedürfnis befriedigen

Tab. 1. Beispielhafte Mengen der erzeugten Klänge und ihre Bedeutung

Erläuterung:

- * - Betonung
- _ - Intervall nach oben in der Skala (z.B. Sekunde)
- ___ - Intervall nach oben in der Skala (z.B. Quarte)
- - - - Intervall nach unten in der Skala (z.B. Sekunde)
- ___ - Intervall nach unten in der Skala (z.B. Quarte)
- ___ - sehr schnelle Änderung oben - unten

Zur Erleichterung der Interpretation wurden die beispielhaften Änderungen der Höhe der Klänge aus der Tabelle 1 in der Abbildung 3 dargestellt. Entsprechend der gleichstufig temperierten 12-tönigen Stimmung wird die Oktave in 1200 Cent (Ct) unterteilt. Intervalle zwischen den erzeugten Klängen müssen nicht immer genau den in der Abb. 3 angegebenen Werten entsprechen. In individuellen Fällen können Abweichungen vorkommen/aufreten.

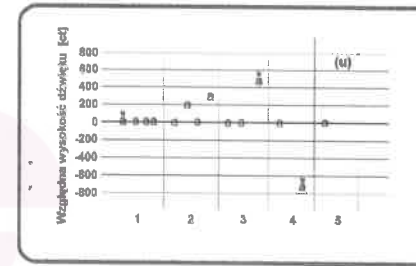


Abb. 3. Grafische Darstellung der ausgewählten Änderungen der Höhe des Klanges aus der Tabelle 1.

Zusammenfassung

Für gewisse Personengruppen mit unterschiedlichem Grad von Geistesschwäche ist die Kommunikation mit der Umgebung ausschließlich über den außerverbalen Weg möglich. Die hier dargestellten Beispiele zeigen, dass man auf einfache und günstige Weise die nonverbalen Kommunikationsmethoden bei der Arbeit mit Behinderten bereichern kann. Der Klang kann nicht nur eines der Medien im Dialog mit dem Kranken sein, sondern auch eine gute Möglichkeit die eigene Werkstatt zu bereichern und die Erholung von gesunden Menschen zu fördern. Der Einfallreichtum und das Wissen in diesem Bereich können die Prozesse der Erziehung, der Therapie oder des Dialogs bereichern. Die eigenen Beobachtungen sowie die Arbeit mit diesen Personen bestätigen dies im vollen Umfang.

Klang und Klangmassage nach Peter Hess® in der Pädagogik

Erfahrungsberichte über Klangerfahrungen mit Kindern und Klangschalen am Institut für Klang-Massage-Therapie

Herausgeber: Peter Hess

Peter Hess vermittelt seit 1984 die von ihm entwickelte Methode der Klangmassage, die inzwischen in verschiedensten Berufsfeldern zum Einsatz kommt. Zahlreiche positive Erfahrungen wurden mittlerweile in Kindergärten und Schulen gemacht und diese zum Teil schon in der ersten Fachzeitschrift veröffentlicht. Diese ist wegen der großen Nachfrage vergriffen. Die wichtigsten Berichte finden sich in diesem Buch wieder und werden durch weitere Erfahrungsberichte aus der Klangpädagogik bereichert. Dieses Buch ist zur Zeit noch in der Vorbereitung und wird voraussichtlich im Juli 2005 im Verlag Peter Hess erscheinen.

ISBN: 3-938263-02-4

Broschur, 92 Seiten

Preis: 6,90

Vorbestellung möglich per Email: info@klang-massage-therapie.de oder per Tel.: 04252-2411

Anzeige



Klang-Massage-Therapie

Organ des Europäischen Fachverbandes Klang-Massage-Therapie e.V.

4/2005

Klang und Klangmassage in Heil- und Heilfachberufen

- Klangmassage
 - in der Massagepraxis
 - bei Schlaganfallpatienten
 - bei Wachkomapatienten
 - in der Sterbebegleitung
- Weiterbildung
Klangmassage-Therapie

Titelfoto:
Fabian Valentin

Verkaufspreis: € 4,-