

3. SEGEBERGER SYMPOSION

Morbus Parkinson, Medizin trifft Kunst

Projektthema:

Pflegende Angehörige

und

Die künstlerisch aktivierenden Verfahren

Projektbeschreibung:

Historisches

Seit grauer Vorzeit nutzt der Mensch die das Wohlbefinden stärkenden Elemente der Musik. Eine der wohl ersten Nennungen der Parkinson Krankheit findet sich in den ayurvedischen Archiven 1500 vor Christus. Eine der ältesten Fundstellen zur Musikwirkung bietet die Bibel:

„Der Geist aber des Herrn wich von Saul, und ein böser Geist vom Herren machte ihn sehr unruhig. Wenn nun der Geist Gottes über Saul kam, so nahm David die Harfe und spielte mit seiner Hand, so erquickte sich Saul und es war besser mit ihm, und der böse Geist wich von ihm“ (Altes Testament, 1. Samuel 16. Vers 14 und 23).

Johann Sebastian Bach (1685 – 1750) komponierte die Goldberg Variationen für den Grafen Kayserling, der sie sich nachts von seinem Cellisten, Goldberg, vorspielen ließ um den ersehnten Schlaf zu finden.

Eine Wechselwirkung musikalischer Erfahrung mit körperlichen Prozessen nahm schon Immanuel Kant (1724 – 1824) als Wirkungsmechanismus für Musik wahr. Er lehnt jedoch eine rein „verkopfte“ Sichtweise der positiven Effekte der Musik ab. „Alles wechselnde freie Spiel der Empfindungen [...] vergnügt, weil es das Gefühl der Gesundheit befördert“.

Musik spiegelt sich auch in unserer Alltagssprache: mögen wir etwas, ist es Musik in unseren Ohren, wer den Ton bestimmt, spielt die erste Geige und nicht zuletzt, wem der Marsch geblasen wird, der pfeift auf dem letzten Loch. Diese Beispiele mögen genügen anzudeuten, wie komplex und filigran das Wirkungsgefüge Musik - Mensch beschaffen ist, hier bezogen auf den an Parkinson erkrankten Menschen und den oder die pflegenden Angehörigen.

Parkinson, motorische Störungen

Morbus Parkinson ist eine neurodegenerative Krankheit, die langsam, bis heute unheilbar, voranschreitet. Als Kardinalsymptome gelten Akinese, Rigor und Tremor. Stand, Gang, Haltung, Schlucken und Mimik können zu weiteren motorischen Einschränkungen führen. Bis vor wenigen Jahren galt das Interesse der Medizin der Reduktion der motorischen Störungen, die heute mit den zur Verfügung stehenden Medikamenten in den ersten 5-10 Jahren gut behandelbar sind. Im Verlauf der Erkrankung treten dann oftmals andere motorische aber auch nicht-motorische Störungen insbesondere psychische Störungen in den Vordergrund, die eher schlecht auf Medikamente ansprechen, aber die Lebensqualität deutlich beeinträchtigen.

Parkinson, nicht-motorische Störungen

Die nicht-motorischen Störungen sind einerseits autonome Störungen wie zum Beispiel Blasenentleerungsstörung, Obstipation, Schmerzen, andererseits im weitesten Sinne neuropsychiatrische Störungen, wie zum Beispiel Apathie, Anhedonie, Depressionen, Angst, Affekt- und Antriebsstörungen sowie Impulskontroll-Störungen. Diese Symptome zu lindern, das individuelle Wohlbefinden und damit die Lebensqualität zu verbessern, ist oftmals weder durch die Medikamente noch durch Sport oder die klassischen übenden Verfahren (Physiotherapie, Ergotherapie, Logopädie) möglich. Diese Situation führt sehr schnell zu sozialem Rückzug, Isolation und Vereinsamung. Die Belastung der Angehörigen nimmt weiter zu, oft werden unbemerkt Belastungsgrenzen überschritten.

Künstlerisch aktivierende Verfahren

Spätestens hier beginnt der Einsatz der künstlerisch aktivierenden Verfahren, die in der Selbsthilfe optimal eingesetzt werden können, das sind Tanzen, Singen, Musizieren, und Theaterspielen. Das Interesse der Medizin an diesen Verfahren nimmt zu. Gab es vor vier Jahren erst eine Studie zum Thema Theaterspiel, wächst die Zahl der Studien zu diesen Themen jetzt überproportional - mit sehr ermutigenden Ergebnissen. Was wir aus unserer praktischen Erfahrung der vergangenen vier Jahre nur bestätigen können.

Zielgruppe

Unsere Zielgruppe sind von Parkinson Betroffene Menschen deren "Pflegerinnen" Angehörigen, Freunde sowie alle mit Parkinson befassten Fachkräfte. Im Besonderen auch Organisationen, die sich um die wachsende Gruppe der mehr oder weniger eingeschränkten Senioren und Seniorinnen kümmern. Geographischer Schwerpunkt ist Südholstein – strahlt aber inzwischen bundesweit aus.

Methode

Methodisch wird an einem konkreten Bewegungsthema, welches Elemente aus dem Theater enthält, unterstützt durch Rhythmik und Musik, der notwendige Kommunikationsprozess improvisiert getanzt. Um den Rahmen nicht zu sprengen betrachten wir beispielhaft die Theaterarbeit. Integraler Bestandteil der Theaterarbeit sind Musizieren, Singen, Tanzen; sie ist ganzheitlich angelegt, d.h. es werden neben den physischen auch die psychisch-sozialen sowie die kognitiven Aspekte angesprochen, allgemein: Körper, Seele und Geist. Praktisch bedeutet dies, dass sich in der Theaterarbeit alle Übungen wieder finden, die ein von Parkinson Betroffene/r täglich absolvieren sollte.

Künstlerische Arbeit

Mit der künstlerischen Arbeit wird trainiert: die Stimme, das Sprechen, die Mimik, Ausdauer, Balance, Gleichgewicht und Bewegung vom sicheren Stand bis zu großamplitudigen Bewegungen. Das schult die eigene Präsenz. Die Teilnehmenden können in andere Rollen schlüpfen, ausprobieren wie es ist verschieden bzw. anders zu sein. Mit Hilfe der Fantasie die eigenen Grenzen erfahren und gegebenenfalls überwinden; ein richtig oder falsch gibt es in der Kunst nicht und die Bühne bietet den geschützten Raum, in dem sich die Künstler öffnen und ausprobieren können.

Psychisch-sozialer, physischer, kognitiver Aspekt

Des Schauspielers Instrument ist sein Körper mit all seinen Funktionen, mit welchen Beeinträchtigungen die einzelne Funktion auch immer belastet sein mag. Doch repräsentieren diese Einschränkungen, die das Anderssein bedingen, kein Manko, sie sind künstlerisches Element. Im Ensemble wächst durch die gemeinsame Arbeit das Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen eines jeden einzelnen kontinuierlich, die emotionale und soziale Kompetenz wird entwickelt.

Das Spiel mit den Emotionen, die Auseinandersetzung mit dem künstlerischen Element unterstützt die Fähigkeit zur Differenzierung von Gefühlen und verbessert so die Affektmodulation- und Regulierung. Über Bewegungen im Raum, durch Imagination, Gesten, Mimik, Standbild, Musik und Rhythmik können Gefühle durch angeleitete Improvisation zum Ausdruck gebracht werden. Die Reflexion des individuellen Gestaltungsprozesses unterstützt zudem die Etablierung von überraschenden Perspektiven, effektiven Problemlösungsstrategien unter neuen Sinnzusammenhängen.

Lebensqualität

Insgesamt wird durch die künstlerische Arbeit das eigene Wohlbefinden wieder hergestellt, verbessert und/oder gestärkt und kommt einer deutlichen Verbesserung der Lebensqualität zugute. Der Einzelne kann für sich Selbstbewusstsein und Selbstsicherheit gewinnen und so gestärkt in seinen Alltag zurückkehren. Jedoch muss deutlich gesagt werden, dass diese Aktivitäten mit dem künstlerisch-aktivierenden Verfahren keine Heilung des Morbus Parkinson bewirken können. Sie können aber wesentlich dazu beitragen, Symptome zu lindern und leichter mit der Krankheit, bzw mit der Rolle des Angehörigen umgehen zu können.

Voraussetzung

Um an diesem Projektwochenende teilzunehmen ist das vorgenannte Wissen hilfreich wird aber keineswegs vorausgesetzt; künstlerische Vorkenntnisse sind nicht notwendig - entscheidender ist die Neugierde des Menschen, Freude am experimentieren und Spaß daran haben in der Gemeinschaft etwas zu tun. Diese Fähigkeiten zu stärken, sie vielleicht wieder zu entdecken.

Bad Segeberg, den 17.10.15

Bernd Braun

Leiter dPV Regionalgruppe
Bad Segeberg
Stellverttr dPV Landesbeauftragter
Schleswig-Holstein