

Therapie mit Tönen

Der Zusammenhang zwischen Musik und Gesundheit war augenscheinlich schon den alten Griechen bewusst: Zumindest war Gott Apollon der Schutzheilige von beidem. In den letzten Monaten hat sich die Musiktherapie einen festen Platz in der komplexen Behandlung von Tumorerkrankungen, hirndegenerativen Erkrankungen sowie Schlaganfällen erobert. Am französischen Raphaël Institut in Paris etwa erzielt man gute Erfolge mit der musiktherapeutischen Nachsorge von Patientinnen mit Mammakarzinom. Damit ist die Musiktherapie natürlich auch prädestiniert für den Einsatz im Bereich von Mental Health. Die britische App «Spoke» beispielsweise kombiniert Musik mit therapeutischen Techniken zum Thema Mindfulness und richtet sich dabei vor allem an junge Menschen. Derzeit verfügbar ist das für die Musikgenres Lo-Fi Hip Hop, Neo Soul, Afrobeats, House und Jazz.

Mit der Eventreihe «Bassbath» adressiert man explizit junge Menschen – und zwar hörende und Menschen mit Höreinschränkungen. Mithilfe von Visuals und Vibrationen sollen alle Besucher der Veranstaltungen die Musik erleben können, um so deren positive, gesundheitsfördernde Kraft zu nutzen und die Ausdrucksfähigkeit über Body Language anzuregen. Erleben kann man dieses Baden in tiefen Bässen im Shanghaier Techno Club «Heim».

Dann gibt es noch die Hoffnung, dass Menschen durch die Verbindung aus Wellness und positiven Klangerfahrungen nachhaltig ihre Gesundheit bewahren können. «Feelgoodness» nennen das etwa die Verantwortlichen der britischen Kaufhauskette Selfridges, die ihrem Präventionsangebot in ihren Warenhäusern so eine neue Facette hinzufügen wollen. In speziellen Räumen und Health Pods können die Besucherinnen und Besucher nun multisensuelle Erfahrungen machen, bei denen neben Tönen und Melodien mit Farben und Düften gearbeitet wird. Vielleicht stellt dies auch eine Idee für die moderne Offizin der Zukunft dar?

Corinna Mühlhausen