Schwingen und Klingen

Die Klangwiege im pädagogischen Umfeld. Alle Fotos: Allton-Archiv

Regenerieren durch Musikresonanz

Regina Raab

Über die basale Fähigkeit, Schwingungen wahrzunehmen und mit ihnen in Resonanz zu treten, verfügen Menschen bereits vor ihrer Geburt. Unsere Autorin stellt innovative Klangmöbel und ihre vielfältigen therapeutischen Einsatzmöglichkeiten vor.

In einer Zeit, in der die Bedeutung von psychischer Gesundheit immer mehr anerkannt wird, bietet Musikresonanz durch Instrumente – wie beispielsweise Klangschalen und Monochorde sowie Klangmöbel wie Klangwiege und Klangmassage-Schaukelstuhl – einen wirksamen Weg zur Förderung von Entspannung und innerem Wohlbefinden. In einer harmonischen Klangumgebung können Menschen leichter einen Moment der Ruhe finden und mit sich selbst und ihrer Umgebung in Einklang kommen.

Was ist Musikresonanz?

Caspar Harbeke, Entwickler und Produzent der Klangwiege, prägte den Begriff „Musikresonanz" und erklärt diesen wie folgt:

„Bei der Definition von Resonanz werden Gegenstände gleicher Frequenz von der Frequenz der Frequenzquelle angeregt, mitzuschwingen. Wenn zum Beispiel auf einer Trompete der Ton A (440 Hz) gespielt wird und sich in dem Raum eine Gitarre befindet, fängt die A-Saite der Gitarre an, mitzuschwingen, während alle anderen Saiten nicht mitschwingen. Als Musikresonanz definiere ich beispielsweise folgende Situation: Die Person, die mit einem Klangmöbel oder Resonanzinstrument Kontakt hat und von einer anderen Person bespielt wird, nimmt die Schwingung der Frequenzen akustisch und vibratorisch über die Haut wahr. Dies ist nicht nur ein physiologischer Vorgang, sondern es entsteht dabei auch über die Musikwahrnehmung eine zwischenmenschliche emotionale Resonanz."

Entspannung in der Klangwiege

Die Klangwiege bildet einen halbrunden Resonanzraum, in dem sowohl Kinder als auch Erwachsene mit den Saitenklängen, die auf ihr gespielt werden, intensiv fühlbar in Resonanz ge-

hen. In unterschiedlichen Therapiebereichen und im pädagogischen Umfeld – etwa in Kindergärten und Schulen – eröffnet sie die Möglichkeit, tiefe Entspannungszustände und Wohlbefinden zu erleben. Sie unterstützt daher ganz wesentlich den Erfolg therapeutischer Anwendung. Die Klangwiege ist ein Klangmöbel, das den Menschen als Wesen von Körper, Geist und Seele harmonisch mit sich selbst verbinden kann.

Was ist eine Klangwiege?

Die Klangwiege ist eine Verbindung von Musikinstrument und Entspannungsmöbel. Musikinstrumente werden entwickelt und gebaut, um Töne und Tonfolgen im hörbaren Bereich herzustellen, vorwiegend zum akustischen Hörgenuss. Vibroakustische Resonanzinstrumente, wie die Klangwiege, aber auch Monochorde oder Klangschalen, werden speziell für den Einsatz zum Hören und Fühlen hergestellt. Durch Körperkontakt mit der Klangwiege werden die Schwingungen der Frequenzen am ganzen Körper spürbar. Mit kleineren Instrumenten erfolgt dieser Effekt punktuell.

Wer in der Klangwiege liegt, kann gleichzeitig hören und spüren, was auf ihren Saiten gespielt wird. Eine Klangwiege hat auf der rechten und linken Außenseite jeweils 18 Klaviersaiten, die auf den gleichen Ton gestimmt sind. So können Kinder und Erwachsene ein erstaunliches Klangerlebnis mit vielen Sinnen wahrnehmen und genießen. In der Wiegeschale befindet man sich in einem Resonanzraum. Die Klänge sind hörbar, als säße man im Inneren einer Harfe, und sind gleichzeitig im ganzen Körper zu spüren. Dabei noch sanft gewiegt, erreicht man in kürzester Zeit eine Tiefenentspannung mit ausgleichender Wirkung.

Regeneration ist vielseitig

In der Musiktherapie, Psychotherapie und Pädagogik hat die Klangwiege in den letzten Jahren stark an Bedeutung gewonnen. Ihr Einsatz führt zum Beispiel zu Entspannung und Beruhigung, Bindungsförderung, Stimulation der Sinne, Förderung von Selbstregulation und Selbstbewusstsein sowie Kreativität und Ausdruck.

Die sanften Klänge der Klangwiege reduzieren Stress und haben eine beruhigende Wirkung. Dies ist besonders hilfreich für Menschen, die unter Angstzuständen, Schlafstörungen oder anderen stressbedingten Problemen leiden. Die Wiegebewegungen mit den dazu harmonischen Klängen der Klangwiege können eine emotionale Verbindung zwischen Therapeut* und Klanggästen (ob Erwachsene oder Kinder) fördern.

Gleichzeitig mehrere Sinne, einschließlich des Gehörs und des taktilen Sinns, werden durch die Arbeit mit der Klangwiege angesprochen. Dies kann besonders wirksam sein, um Menschen mit Regulationsstörungen, sensorischen Verarbeitungsstörungen oder anderen neurologischen Erkrankungen zu unterstützen. Durch das Spüren der beruhigenden Klänge und der Bewegungen der Klangwiege können Menschen lernen, sich selbst zu beruhigen und ihre Emotionen besser zu regulieren. So wird das Selbstbewusstsein gestärkt und das allgemeine Wohlbefinden verbessert. Darüber hinaus bietet die Klangwiege Raum für kreativen Ausdruck und Improvisation, der besonders in der pädagogischen Arbeit geschätzt wird.

Insgesamt bietet die Klangwiege eine einzigartige Möglichkeit, verschiedene therapeutische Ziele zu erreichen und das Wohlbefinden von Menschen auf ganzheitliche Weise zu fördern.

Vestibuläre Wahrnehmung

Vestibuläre Wahrnehmung ermöglicht dem Menschen den aufrechten Gang, Orientierung im Raum und das Halten des Gleichgewichts bei Bewegungen des Körpers. In einer Studie ließen Forscher 25 demenzerkrankte Menschen täglich mindestens eine Stunde lang schaukeln. Das Ergebnis: Die geschaukelten Menschen benötigten weniger Schmerzmittel, waren weniger ängstlich, weniger depressiv und das Gleichgewichtsorgan wurde stimuliert (Watson et al. 1998).

Die Klangwiege ist bewusst so konzipiert, dass man in ihr wiegen, schaukeln oder gewiegt werden kann. Eine gezielte Links-Rechts-Bewegung mit akustischer Begleitung auf der entsprechenden Seite kann durchgeführt werden, was unter anderem in der Neurologie Anwendung findet.

Studien mit der Klangwiege

Im Gesundheitszentrum Sokrates in der Schweiz (klinik-sokrates.ch) wird die

Dipl. Musiktherapeutin, Heilpraktikerin Psychotherapie und Psychoonkologin Cordelia Fischer mit der Klangwiege (l.). Der Klangmassage-Schaukelstuhl (r.).

Klangwiege bei Durchblutungsstörungen, Stoffwechselerkrankungen und als Therapeutikum zur Schmerzlinderung eingesetzt. Der Musiktherapeut Thomas Schröter führte in den Jahren 2003 und 2004 eine Pilotstudie mit der Klangwiege bei Schmerzpatienten durch. Die Einzelbehandlung wurde von allen Patienten während und zum Teil auch noch einige Tage nach der Behandlung als entspannungsfördernd und schmerzlindernd beschrieben (Bernatzky et al. 2007).

Die Entstehung der Klangwiege

Vor gut 30 Jahren wurde die erste Klangwiege von Caspar Harbeke entwickelt. Das Thema Schwingung und Gesundheit sowie die Entwicklung multisensorischer Klanginstrumente stehen heute im Mittelpunkt seiner Arbeit. Neben anderen Instrumenten wurde insbesondere die Klangwiege zu einem wichtigen Unterstützungsinstrument in unterschiedlichen Praxen. Von der Musiktherapie über Ergotherapie bis zur Psychotherapie.

„Das Instrument Klangwiege löst ein Kribbeln im ganzen Körper aus, so als würde man von Innen gestreichelt."

Auf der europäischen Musiktherapie-Tagung 1994 in Aalborg (Dänemark) begegnete Caspar Harbeke dem Musiktherapeuten Eyjòlfur Melsted aus Island. Dieser fragte, ob Harbeke sich vorstellen könne, seine Idee eines neuartigen Instrumentes umzusetzen. Er zeigte ihm eine Skizze mit einer Halbröhre, die außen mit Saiten bespannt war und erklärte seine Idee wie folgt: „Schon weit vor der Geburt ist das Hörorgan des Menschen fertig ausgebildet. Es ist in der Lage, zu hören und zu schwingen sowie Schaukelbewegungen wahrzunehmen. Im geschützten Raum der Mutter sind das intensive und tiefe Sinneserlebnisse, die zumeist mit Wohlbefinden und Entspannung verbunden sind. Diese Erlebnisse möchte ich in einem Instrument auch für Erwachsene fühlbar machen und mit einem Patienten ausprobieren."

* Aus Platzgründen wurde im Text die männliche Form gewählt, dennoch beziehen sich die Angaben auf Angehörige aller Geschlechter.

Caspar Harbeke

Im Anschluss an seine Ausbildung zum Bankkaufmann studierte Caspar Harbeke von 1983 bis 1988 an der Gesamthochschule Kassel Architektur und schloss dieses Studium als Diplomingenieur ab. In all den Jahren begleitete ihn seine Leidenschaft für das eigene Musizieren sowie sein Interesse am Bau von Instrumenten.

Bereits im Alter von sieben Jahren spielte er Gitarre. Sein Interesse am Handwerk, speziell im Bereich der Holz- und Metallverarbeitung, wurde in seiner Jugend durch die Schmiede seines Vaters geweckt und geprägt. Während seines Studiums besuchte er einen Trommelworkshop und beschloss spontan, seine eigenen Trommeln zu bauen.

Er machte seine Leidenschaft zum Beruf und gründete nach seinem Studium 1988 gemeinsam mit Silke Hausser die Firma Allton, die sich auf die Produktion von Klangmöbeln und Musikinstrumenten spezialisiert hat. Für Allton ist er seit Gründung als Produktentwickler und gemeinsam mit Silke Hausser als Geschäftsführer tätig. Seit gut 30 Jahren ist er darüber hinaus bundesweit als Dozent für Musik, Harmonie und Entspannung in Pädagogik und Therapie tätig. Im Oktober 2021 gründete Caspar Harbeke die Musikresonanz-Akademie in Bad Zwesten (Hessen).

Mit dieser Erklärung war das Interesse von Caspar Harbeke geweckt und er begann mit Planung und Konstruktion der heute vielfach eingesetzten Klangwiege mit einer Länge von damals 130 Zentimetern, in die sich sowohl Kinder als auch Erwachsene hineinlegen konnten. So wurde eines der ersten Musikinstrumente geschaffen, in das eine Person im Inneren des Resonanzraumes liegen und gewiegt werden kann. Durch Spielen der außen angebrachten Saiten wurden die so erzeugten Schwingen innen hör- und spürbar. Melsted nannte dieses, damals noch neuartige, Instrument „Klangwiege", das ein Kribbeln im ganzen Körper auslöste, so als würde man von Innen gestreichelt.

Caspar Harbeke sagt heute: „Nun ist es schon 30 Jahre her, dass ich mit der Entwicklung der ersten Klangwiege begonnen habe. Nie hätte ich damals gedacht, dass dieses Instrument in den kommenden Jahrzehnten einen so entscheidenden Einfluss auf mein Leben und Schaffen nehmen würde."

Körperwahrnehmung und Tiefenentspannung

Die Klangwiege gibt es heute in unterschiedlichen Längen und Breiten, ausgestattet mit Stimmstöcken für die Stimmstabilität, hergestellt aus möglichst regionalen Materialien. Sie bietet durch die Eigenschaften ihrer Bauweise vielfältige Nutzungsmöglichkeiten der therapeutischen Anwendung.

Ein Jahr nach Herstellung des ersten Prototyps wurde die Klangwiege beim Musiktherapie-Weltkongress in Hamburg erstmalig einer breiten Öffentlichkeit präsentiert. Dort wurde sie beim Instrumenten-Wettbewerb 1996 prämiert, und schnell war klar, dass dieses damals neue Instrument nicht nur für Melsted ein wichtiges Therapiegerät war, sondern auch das Interesse anderer therapeutisch tätiger Menschen weckte.

Heute ist sie in vielen Therapiepraxen, Reha-Kliniken, Kindergärten und Entspannungsstudios langjährig erfolgreich erprobt. Sie wird geschätzt wegen ihres Potenzials zur Förderung der Körperwahrnehmung und Tiefenentspannung.

Caspar Harbeke sagt dazu: „Die Klangwiege ist so konzipiert, dass sie flexibel, stabil und variabel wie kaum ein anderes Klangmöbel oder Therapie-Instrument verwendet werden kann: im Liegen als Wiege, umgedreht als Kuppel/Tunnel, senkrecht aufgestellt als ‚Klangdusche' oder mit einem Sitzeinsatz verbunden als Klangstuhl. Die ‚Klangmassage' mit der Klangwiege schafft intensive und vielfältige Erlebnisse für Menschen jeder Altersstufe." ■

Auf der Internetseite musemap.de erhalten Interessierte einen kleinen Überblick darüber, wer wo mit Klang und Musikresonanz arbeitet.

Quellen

Bernatzky, G./Likar, R./Wendtner, F./Wenzel, G./Ausserwinkler, M./Sittl, R. (Hg.) (2007): Nichtmedikamentöse Schmerztherapie. Wien/New York: Springer VS.

Watson, N.M./Wells, T.J./Cox, C. (1998): Rocking chair therapy for dementia patients: Its effect on psychosocial well-being and balance. In: American Journal of Alzheimer´s Disease 13(6), S.296–308.

Regina Raab
ist Zertifizierungsbeauftragte der Musikresonanz-Akademie.
post@musikresonanz-akademie.de