

Sprachlosigkeit direkt, nonverbal oder innovativ überwinden

300 Teilnehmer diskutierten zur neunten Fachtagung des Traumanetzes Seelische Gesundheit

Dagmar Möbius

»Musik ist nicht jedes Mal gleich gut«, erklärt Professor Thomas Fritz vom Leipziger Max-Planck-Institut für Kognitions- und Neurowissenschaften. Mit dem »therapeutischen Potenzial musikalischer Euphorie« kennt sich der Biologe und Chemiker mit Kunst-Magisterabschluss aus: Er forscht zu musik-evozierter Hirnplastizität. Klingt sehr komplex und ist es auch. Laien staunen über das oft erstaunlich lange funktionierende Langzeitgedächtnis von Menschen mit Demenz und darüber wie sich diese Patienten mit Musik aktivieren lassen. Eine Studie von 2015 identifizierte das zuständige Areal im Gehirn. Positive Effekte von Musik kennen und nutzen auch Jogger, die sich beim Laufen vitaler fühlen. Dennoch gibt es für die Wissenschaftler noch viele offene Fragen. Fritz beschäftigt sich intensiv mit dem sogenannten »Jymmin«, einer Art sportlich-musikalischem Fitness-training. Dabei produzieren die Aktiven durch ihre Bewegungen an den Geräten Töne. »Wenn die Teilnehmer die Musik



Ein Exponat der Ausstellung »Sprache - Welt der Worte, Zeichen, Gesten« im Deutschen Hygienemuseum – Heft mit Sprache und Zeichnungen. Foto: Dagmar Möbius

selbst steuern können, kommt ihnen ihre Anstrengung nur halb so schwer vor«, sagte er. »Schon bei passivem Musikhören verbessert sich die Laune - verbunden mit sportlicher Aktivität wird sie

noch besser und hält länger an.« Zudem schätzten Probanden die Musik schöner ein, als wenn sie sie nur passiv hörten. Die Forscher nennen das den »Band-Effekt«. Die vermeintliche Spielerei ist

keine: Sie kann Angst und Schmerzen reduzieren. In einem Experiment mit Drogenabhängigen in der Rehabilitation stieg beispielsweise deren Selbstvertrauen. Auch das Immunsystem profitiert.

Rund 300 Teilnehmer, davon zwei Drittel aus Dresden und Umgebung sowie elf Prozent von außerhalb Sachsens nahmen an der 9. Fachtagung des Traumanetzes Seelische Gesundheit Anfang Dezember 2016 im Deutschen Hygienemuseum teil. In Vorträgen und Workshops unter dem Leitthema »Trauma und Sprache(-losigkeit)« bildeten sich die Angehörigen verschiedener Professionen über biologische Grundlagen von Traumata, traumatherapeutische Ansätze für die Arbeit mit Kleinkindern sowie über kunst- und körpertherapeutische Arbeit weiter. Das Projekt der »Psychologischen Flüchtlingslotsin«, einem Projekt des seit 2008 »aus sozialpsychiatrischer Intention in mühevoller Kleinarbeit« aufgebauten Traumanetzwerkes, so die wissenschaftliche Leiterin der Tagung, Dr. Julia Schellong, Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie/Psychoanalyse und Fachärztin

für Psychosomatische Medizin am Universitätsklinikum Dresden, wurde ebenfalls vorgestellt. »Sprache adressiert immer an ein Gegenüber. Traumatisierte sollen die Sprache wiederfinden«, sagte die auch als Vorsitzende des Fördervereins »Traumanetz Seelische Gesundheit e.V.« fungierende Spezialistin für Traumafolgestörungen. »Das Sprachzentrum ist nicht überlebenswichtig. Wenn ich weder kämpfen noch fliehen kann, werden zwar Überlebensstrategien aktiviert, aber die Energie bleibt im Körper«, erklärte Heike Gattnar, Heilpraktikerin aus München. Die von ihr praktizierte Methode des »Somatic Experiencing« hilft Patienten, aus ihrem inneren Dauererregungszustand zu finden, was rein rational nicht gelingt.

” Zur Thematik sind im Hygienemuseum zwei Sonderausstellungen zu besichtigen: »Sprache – Welt der Worte, Zeichen, Gesten« (bis 20. August 2017) und »Scham – 100 Gründe, rot zu werden« (bis 5. Juni 2017). Die 10. Trauma-Fachtagung wird am 7. und 8. Dezember 2017 stattfinden.