

Was hat Basale Kommunikation mit Musik zu tun?

Winfried Mall

Was ist Basale Kommunikation?

Basale Kommunikation entstand Anfang der 1980er-Jahre (vgl. Mall 1987). An meiner ersten Arbeitsstelle hatte ich mit einem Jungen zu tun – keine Sprache, ständig in Hochspannung, motorisch sehr ungeschickt, voller Angst und Panik, am Tag nach der Geburt von der Mutter verlassen und in Klinik und Säuglingsheim aufgewachsen – dem ich in regelmäßigen Therapiestunden mit „Heilpädagogischer Übungsbehandlung“ helfen sollte (vgl. Falldarstellung aus Mall 1980). Nachdem ich erkannt hatte, dass seine abgründige Angst ihn am meisten behinderte, suchte ich einen Weg, dieser Ur-Angst einen Impuls des Vertrauen-Könnens entgegen zu setzen. Anregungen dazu fand ich im psychosomatischen Ansatz der Funktionellen Entspannung von Marianne Fuchs (vgl. Fuchs 1989). Sie beschrieb darin die ersten, nicht-sprachlichen Erfahrungen mit ihrem eigenen Sohn. Entscheidende Entdeckung war, hier den Atemrhythmus als authentische Begegnungsebene zu erleben, die weit vor jeder sprachlichen Verständigung eine direkte Begegnung „von Seele zu Seele“ ermöglicht.

Im Laufe der Jahre zeigte es sich immer wieder aufs Neue, wie sich Begegnung im gemeinsamen „Tanz“ im geteilten Rhythmus des Atems ereignen konnte, mit Menschen mit umfassender Beeinträchtigung, in ausgeprägt „autistischem“ Rückzug, selbst mit einem Mann im Wachkoma, selbst mit hochgradig dementen Personen. Begegnung findet statt in Berührung, Bewegung, Vibration, Tönen, Lageveränderung, sprachlicher Zuwendung, im direkten Kontakt von Leib zu Leib – eingebettet in das gemeinsame Aus-Atmen. Darüber hinaus wird alles, was mir der andere „bietet“ – sein stereotypes Wedeln oder Schaukeln, seine Bewegungen, seine Körperhaltung, seine Blicke – zum Ausdruck, der mir über ihn erzählt, und auf den ich passend zu antworten versuchen kann. Auf diese Weise kann man wirklich „nicht nicht kommunizieren“ (Watzlawick u. a. 1996, S. 53).

Der folgende Abschnitt beschreibt eine konkrete Begegnung im Sinn der Basalen Kommunikation. Sie fand vor ca. 20 Jahren statt und wird hier entlang der Videoaufzeichnung beschrieben. Sie dauerte ca. 20 min.

Begegnung mit Andreas

Andreas ist Anfang zwanzig und lebt in einer großen Komplexeinrichtung für behinderte Menschen. Körperlich sieht man ihm seine Behinderung nicht gleich an, doch sein Verhalten fällt sofort auf, und sein Interesse, sich aktiv mit seiner Umwelt auseinander zu setzen, ist sehr eingeschränkt. Man würde ihm wohl stark ausgeprägtes Verhalten aus dem Feld der Autismus-Spektrum-Störungen zuschreiben. Ich kenne ihn bisher nicht, sondern begegne ihm zum ersten Mal im Rahmen einer Weiterbildung über Basale Kommunikation für Mitarbeiter der Einrichtung, während einer der Teilnehmer mir eine ca. 20-minütige Begegnung mit ihm ermöglicht. Der Mitarbeiter ist dabei und bedient die Videokamera, als ich Andreas im Wohnzimmer seiner Gruppe besuche.

Ich treffe ihn auf einem Sofa an, anscheinend sein Stammpflicht. Er sitzt mit über einander geschlagenen Beinen und hält sich mit den Fingern die Ohren zu. Ich hocke mich seitlich vor ihn und ahme seine Haltung nach, halte mir auf die gleiche Weise die Ohren zu. Andreas schaut mich offen an. Nach einigen Sekunden beuge ich mich zu ihm vor, spreche ihn mit „Hallo!“ an, ziehe ihm dann die Finger aus einem Ohr, damit er mich hören kann, und wiederhole meine Begrüßung. Als er sich ablehnend zurückzieht, lasse ich von ihm ab, richte mich vor ihm auf und halte wieder meine Ohren zu, kommentiere dazu: „Da hört man ja gar nichts mehr“ und bleibe ein wenig so sitzen. Dann ziehe ich meine Stiefel aus (es ist Winter und im Raum ziemlich warm), kommentiere dies, verweise darauf, dass auch Andreas keine Schuhe anhat. Er beobachtet mich dabei, mit den Fingern in den Ohren. Schließlich mache ich es mir neben ihm auf dem Sofa bequem, sortiere die Kissen darauf, biete ihm zwei Plüschtiere an, die dabei sind. Einen Teddy gebe ich ihm in den Arm, er hält ihn, schüttelt ihn dann und lautiert dazu eher ungehalten, blickt mich dabei aber offen an und hat auch die Finger aus den Ohren. Ich setze mich seitlich von ihm auf das Sofa und halte mir erneut die Ohren zu, was er dann auch wieder tut.

So weit möglich, beobachte ich ständig den Rhythmus seines Atems und versuche ihn zu übernehmen. Mein linker Ellbogen berührt seinen rechten; so stupse ich ihn wiederholt sachte in sein Ausatmen damit an, blase ihn auch mal leicht an. Während ich über den Ellbogen eine feine Schwingung zu ihm schicke, vermeide ich Blickkontakt, achte darauf, mit seinem Atem synchron zu bleiben. Dann singe ich ihm in sein Ausatmen in tiefer Tonlage seinen Namen zu: „Andre-as! Hal-lo, An-dre-as!“, wiederhole dies ein paar Mal, streiche vom Ellbogen an seinen rechten Unterarm entlang bis zu den Fingern. Da nimmt Andreas Blickkontakt auf, nimmt die Finger aus den Ohren, lacht mich an und deutet mit der Hand in den Raum, macht dann aufgeregte Wedelbewegungen mit den Händen und hält sich schließlich wieder die Ohren zu.

Ich versuche spaßhaft, mit meiner Hand zwischen seine und seinen Kopf zu gelangen, damit ich ihm das Ohr zuhalten kann, bis er deutlich abwehrt und sich mit dem Oberkörper in die Sofaecke von mir zurück zieht. Gleichzeitig hält er den Blickkontakt aufrecht, zeigt eine freudig aufgeregte Mimik, lautiert auch entsprechend. Ich kommentiere seinen Rückzug, lehne mich ebenfalls zurück, beobachte ihn, lege dann eine Hand auf seine Hüfte und vibriere so in sein Ausatmen in seinen Körper hinein. Er hält sich wieder die Ohren zu, wendet schließlich den Blick ab. Ich nehme den kleinen Teddy von vorhin und „spaziere“ mit ihm an seinem Oberkörper hinauf. Er wendet sich ablehnend zur Seite. Als ich den Teddy neben ihn auf die Armlehne setze, Andreas wieder ins Gesicht schaue und ihn mit „Na – hallo!“ anspreche, kommt er mit dem Oberkörper auf mich zu, wedelt mit den Händen und lautiert freudig, während er mir direkt ins Gesicht schaut. Ich imitiere sein Wedeln, aber da blickt er auf die Seite, sein Gesicht verschließt sich wieder, er lehnt sich zurück, hält sich die Ohren zu. Ich kommentiere dies, ahme es nach, lehne mich auch zurück. Da lacht er wieder, schaut mich an, wedelt erneut mit den Händen.

Ich versuche, mit seinen wedelnden Händen Kontakt aufzunehmen, er weicht aber aus. Ich beobachte ihn, halte dann mir die Ohren zu. Er ahmt dies tatsächlich nach. Mein linkes Knie berührt sein rechtes, ich stupse es mit meinem Knie an, wieder passend zu seinem Atemrhythmus. Mit dem Oberkörper halte ich mich zurück, meine Hände sind bei mir. Wir haben uns seitlich im Blick. So sitzen wir eine kleine Weile. Ich beginne, in sein Ausatmen zu brummen, da öffnet er seine Haltung wieder, lacht und deutet in den Raum, evtl. auf den Mitarbeiter, der an der Kamera steht. Ich benenne diesen, Andreas schaut zu mir, wird ruhiger, schaut wieder zur Kamera, riecht an seiner Hand, hält sich dann wieder die Ohren zu. Ich singe wie vorhin einige Male seinen Namen, stupse ihn über den Ellbogen an, „mische mich ein“ bei seinen Ohren. Er blickt mal vor sich hin, mal zu mir, lehnt sich schließlich abweisend zurück. Ich lasse meine Hand auf seinem Rücken, „rüttle“ ihn ein wenig in sein Ausatmen. Dann beuge ich mich vor, lege seinen Ellbogen an meine Kehle, brumme und lasse ihn die Vibration meiner Stimme spüren. Er ist mit seinem Kopf relativ nahe bei mir. Er beginnt, mit der linken Hand recht kräftig an seinen Haaren zu zupfen, als ob er damit die Spannung abbauen müsste, die durch die große Nähe in ihm hoch kommt. Ich greife das Zupfen – weniger stark – auf, bis er sich schließlich wieder die Ohren zuhält und die Distanz vergrößert. Ich nehme nochmals seinen Ellbogen an meine Kehle und brumme dazu. Er lässt es eine Weile geschehen, zieht sich dann zurück, wehrt auch ab, als ich mit meiner Hand an sein Ohr will. So lasse ich es.

Ich lehne meinen Oberkörper zurück, lege Andreas dafür mein linkes Bein über seine Oberschenkel, lasse es da liegen und beobachte, was geschieht. Als er es lässt, vibriere ich sanft über mein Bein in seinen Körper hinein. Auf eine ableh-

nende Regung von seiner Seite lege ich mein Bein weiter Richtung Knie, weg von seinem Bauch, setze dort das auf seinen Atemrhythmus abgestimmte Vibrieren fort. Er blickt mit den Fingern in den Ohren vor sich hin, ich beginne wieder, seinen Namen zu singen. Auf einmal wendet er sich mir zu, seine linke Hand kommt zu mir und berührt meine Linke, als ob er sie greifen wollte, er zieht die Hand aber gleich wieder zurück. Ich reagiere mit einem „Hallo!“ und greife nun meinerseits nach seiner Hand, beginne mit ihr zu spielen, greife einzeln seine Finger und rüttle sanft daran. Er lässt es geschehen. Als seine Hand zurück ans Ohr geht, lege ich meine Hand unter seinen Ellbogen, setze von da aus das Rütteln fort. Er bleibt dabei ruhig, lachte einmal kurz. Ich beuge mich vor, damit ich besser in sein Gesicht schauen kann, setze das Rütteln ganz sanft fort, singe wieder betont ruhig und gelassen einige Male mein „Hallo! – Andreas!“.

Als ich das Singen beende und seinen Ellbogen loslasse, zeigt Andreas einmal nach rechts, einmal nach links durch den Raum, blickt mich dabei an; ich greife das Zeigen auf, kommentiere es, zeige meinerseits durch den Raum. Er hält sich dann wieder die Ohren zu. Ich nehme mein Bein von seinen Oberschenkeln herunter, setze mich aufrecht. Andreas verändert seine Sitzhaltung, nimmt die Beine in Hockstellung auf das Sofa. Ich ahme dies nach und sitze genauso. Er nimmt die Hände von den Ohren, beginnt wieder zu zeigen. Ich greife es auf, kommentiere, wo er hin zeigt. Er blickt auch in die entsprechende Richtung. Mein Knie lehnt an seinem, ich schicke ihm wieder ein kleines Vibrieren hinüber. Er blickt mich an, die Hände halb geöffnet neben seinem Kopf. Schließlich zeigt er auf mein Gesicht oder meine Brille, kommt mir mit dem Finger sehr nahe. Ich weiche etwas zurück, er wiederholt das Zeigen, wedelt und lautiert dazwischen. Ich nehme die Brille ab, lege sie beiseite, zeige dann selbst auf sein Gesicht, worauf er ebenso zurück weicht. Ich kommentiere das Geschehen, er lacht. Dann legt er wieder die Hände an die Ohren, schaut mich weiter an, lacht immer wieder, wird dann ruhig.

Ich nehme seine Beine und lege sie jetzt über meine Oberschenkel. Er lässt es zu, die Hände an den Ohren, den Blick auf mich gerichtet. Ich wippe ein wenig mit meinen Beinen, was sich in seinen Körper überträgt, weiter im Einklang mit seinem Atemrhythmus. Nach einer Weile wird Andreas lebhafter, schaut Richtung Kamera, setzt dann zu einer Greifbewegung in meine Richtung an, bricht sie jedoch ab. Ich nehme seine Hand und versuche, die Bewegung zu meinem Kopf ans Ende zu führen. Er sträubt sich, es kommt zu einem kurzen Hin und Her, dann lasse ich ihn wieder, entschuldige mich. Er nimmt die Hände zusammen vor den Körper, lacht aber dabei, schaut mich an. Schließlich setzt er sich aufrechter hin, blickt zur Kamera, zu mir, wiegt sich etwas vor und zurück, setzt zu seinem Wedeln an. Ich will meine linke Hand auf seinen Rücken legen, er weicht aus, ich entschuldige mich wieder. Er bleibt lebhafter, schaut mich an, hält dann die Hän-

de zu lockeren Fäusten geformt vor seiner Brust. Ich ahme mit meinen Händen diese Handstellung nach, nehme dann so mit seinen Händen Kontakt auf, boxe leicht gegen seine Hand. Er lacht, schaut hin und her, wird dann wieder ruhiger. Ich nehme seine rechte Hand in die Linke, lockere sie im Ellbogen, lege dann meine Rechte an seinen Ellbogen, beginne, mit den Gelenken seines Armes zu spielen – Ellbogen, Handgelenk, Finger – auch hier wieder im Einklang mit seinem Atemrhythmus, mit kleinen Pausen, mit Blickkontakt, mit leisen, verbalen Kommentaren. Er riecht an seiner linken Hand, blickt vor sich hin.

Schließlich entzieht er mir seine Hand, wendet sich mir zu und schaut mich an, wippt mit dem Oberkörper vor und zurück, wedelt und lautiert dazu. Ich greife sein Wedeln auf, spiegle seine Stimmung, seine Laute. Da wendet er sich wieder ab, nimmt den Kopf zwischen die Hände. Seine Mimik und Körperhaltung machen auf mich den Eindruck, als ob es ihm peinlich sein könnte, dass ich die unbeholfene Art, seine Freude auszudrücken, imitiere. Er wendet den Kopf mir zu, die Hände seitlich an ihn gehalten, wirkt auf mich so, als ob er gern den Kopf an meine Schulter lehnen wollte. Ich spreche dies aus, lade ihn ein, es auch zu tun. Er geht nicht darauf ein, so lasse ich es wieder, wippe ein wenig mit seinen Beinen, die noch über den meinen liegen.

Ich wende mich seinen Füßen zu, massiere sie ein wenig, beobachte dabei sein Gesicht. Er schaut her, immer noch die Hände seitlich am Kopf. Dann beugt er sich nach vorn, wippt mit Kopf und Oberkörper, lacht dazu. Ich verbalisiere: „Schön? – Gefällt's dir?“ Er nähert sich mit seinem Kopf dem meinen an, beginnt wieder, an seinen Haaren zu zupfen, schlägt sich dann plötzlich seitlich an den Kopf. Ich reagiere überrascht, gehe dann mit meinen eigenen Händen an seinen Kopf, drücke ihn kräftig, zupfe auch ein wenig an seinen Haaren, massiere seinen Kopf kräftig mit den Fingerspitzen. Ich will damit die Energie spiegeln, die er auf seinen Kopf richtet, ohne dass ich ihm Schmerzen verursache. Er ergreift meine Hände, es wird nicht klar, ob er sie entfernen will oder nicht. Dabei lehnt er sich nach hinten, ich neige ihn zu mir her, bis sein Kopf tatsächlich auf meiner Schulter liegt. Auf einmal geht seine Hand zu meinem Kopf, und er beginnt, ganz zart an meinen Haaren zu zupfen. Gleich darauf greift er sich jedoch wieder an den eigenen Kopf und reißt sich kräftig an den Haaren. Ich gehe mit meiner Hand dazu, kraule und massiere seinen Kopf ebenfalls mit mehr Kraft, „störe“ ihn so mit meiner Hand beim Haare Reißen. Er setzt sich, immer noch an seinen Haaren reißend, auf, schaut mich kurz an – ich spiegle seine Haltung mit den Händen am Kopf – und legt dann wieder den Kopf auf meine Schulter. Ich drücke seinen Kopf kräftig gegen mich, halte ihn mit flachen Händen, massiere ihn, hindere ihn so indirekt am Haare Reißen. Er nimmt schließlich meine Hände weg, setzt sich wieder auf, „bearbeitet“ weiter seinen Kopf, worauf ich auch weiter mit den Händen an seinem Kopf bleibe.

Als er ruhiger wird, führe ich seine Hände von seinem Kopf weg und bewege seine Arme in kleinen Kreisbewegungen. Er dreht den Kopf von mir weg. Ich versuche, seine Arme im Einklang mit seinem Atemrhythmus zu lockern, zu strecken und auf seinem Körper abzulegen. Als der linke Arm fast locker ist, entzieht er ihn mir, kratzt sich an der Nase, schaut mich an und zupft sich – diesmal sanfter – an seinen Haaren. Ich verbalisiere dies, zupfe ebenfalls sanft an seinen Haaren, nehme dann die Hände von ihm weg. Ihn beobachtend, wippe ich leicht mit meinen Knien, auf denen noch immer seine Beine liegen. Mich auf seine in sich gekehrte Mimik beziehend sage ich ihm, er sehe traurig aus. Er berührt sich unter der Nase.

Ich berühre seine rechte Hand, die seitlich am Kopf liegt. Er wendet sich wieder offen mir zu, wedelt mit den Armen, hüpfte dabei im Sitzen auf und ab und gibt lachende Laute von sich. Ich spiegle seine Bewegungen nur kurz, nenne seinen Namen, er dreht sich von mir weg und schaut nach vorn geneigt in den Raum. Ich lehne mich mit dem Oberkörper zurück, streiche dann mit der linken Hand in seinem Ausatmen seinen Rücken hinunter. Er entzieht sich meiner Hand, wendet sich mir wieder zu und rückt nach hinten gegen die Sofalehne. Dabei blickt er mich fortgesetzt offen an, lacht und wedelt mit den Armen. Sein Lachen wird immer heftiger, dazu reißt er sich wieder an den Haaren, schlägt sich einmal auf den Oberschenkel. Offensichtlich freut er sich und weiß es nicht anders zu äußern.

Ich Sorge mich allmählich, ob es Andreas gelingen wird, seine Erregung unter Kontrolle zu behalten, und beginne deshalb allmählich, mich zurückzunehmen, auch mit dem absehbaren Ende unserer Begegnung im Blick. Ich lehne mich mehr zurück, vergrößere so den Abstand zwischen unseren Oberkörpern. Als er immer weiter freudig erregt lacht und mit den Armen wedelt, verbalisiere ich seine Aufregung, nehme seine Hände in meine und versuche, im Einklang mit seinem Atemrhythmus seine Energie zu mir hin abzuführen. Er wehrt mich ab, reißt sich erneut an den Haaren. Ich gehe mit meinem Kopf an seinen und nehme seinen Kopf kräftig zwischen meine Hände, bis er sich wieder daraus befreit und ich den Abstand erneut vergrößere. Schließlich schiebe ich seine Beine von meinen Knien herunter, sie bleiben noch auf meinem linken Unterschenkel liegen. Seine Erregung verklingt, er wendet sich von mir ab, schaut dann immer wieder zu mir und neigt sich mir zu, stimuliert sich mit der Hand am Kopf, hält sie unter die Nase, wirkt verunsichert. Ich lächle ihn an, er hält den Blickkontakt. Meinem Versuch, mich mit meiner Hand „einzumischen“, entzieht er sich. Dann macht er mit der Rechten eine deutlich abwehrende Geste, ich antworte mit einer geöffneten Hand, biete ihm verbal an, sie zu halten. Als er sich wieder an den Haaren reißt, spiegle ich sein Verhalten an meinem Kopf. Ich ziehe auch mein linkes Bein unter seinen Beinen heraus, setze mich mit etwas Abstand neben

ihn. Er neigt den Kopf, hält sich wieder die Ohren zu, scheint sich in sich selbst zurückzuziehen.

Mit seinem Ausatmen sende ich mit meinem linken Knie, das noch an seinem Bein anliegt, eine leichte Schwingung in seinen Körper hinein, halte mich ansonsten zurück. In ein Ausatmen von ihm hinein äußere ich ein kleines Aufatmen. Er scheint wieder ganz bei sich, geht auch auf mein Blickkontaktangebot nicht ein. So wende ich mich ab und hole meine Brille vom Tisch. Ich habe den Eindruck, Andreas hat sich auf das Ende unserer Begegnung eingelassen, spreche auch aus, dass ich jetzt dann gehe, hole meine Schuhe und ziehe sie an. Er sitzt weitgehend regungslos. Als ich ihn zwischendurch länger anschau, nochmals hörbar mit ihm ausatme und ihn dazu anlächle, lacht er zurück. Dann habe ich die Schuhe angezogen und wende mich im Aufstehen erneut zu ihm, nenne seinen Namen.

Da öffnet er seinen Körper wieder, kommt auf mich zu, wedelt mit den Armen. Meiner antwortenden Berührung entzieht er sich. Ich will ihm zum Abschied die Hand geben, er geht nicht darauf ein, setzt sein Wedeln fort. Ich nehme seine Hand dennoch und schüttle sie kurz, worauf er lacht. Er wippt mit dem Oberkörper vor und zurück, weiter mit den Armen wedelnd. Ich meine, er solle es sich gut gehen lassen, berühre ihn zum Abschied am Knie, stehe auf. Da er mir nicht die Hand geben will, ziehe ich als Abschiedsgeste leicht an seinen Zehen, reiche ihm dann beide Hände hin. Er setzt sich vorübergebeugt mir gegenüber, die Hände am Kopf, den Blick zu mir. Ich streiche mit beiden Händen seine Arme entlang, vom Kopf zu den Ellbogen, stehe dann auf.

Als ich weggehen will, greift Andreas nach meiner Hand, zieht mich aktiv zu sich zurück, so dass ich auf seinen Knien zum Sitzen komme. Mit der anderen Hand schlägt er sich einmal an den Kopf, dann umfasst er meinen Nacken und zieht mich zu sich herunter. Ich spreche aus, dass er mich am liebsten nicht gehen lassen wolle, streichle seine Schultern und Arme. Er schaut ruhig und mit traurigem Ausdruck, beginnt dann mir sanft den Nacken zu kraulen. Als ich sage, dass ich jetzt gehen müsse, lacht er in verlegenem Ton, reißt sich mit der rechten Hand an den Haaren. Ich greife ihm auch in die Haare, löse mich von ihm und stehe auf. Mit hoher Körperspannung wippt er vor und zurück, hält mich weiter fest und lacht dazu. Den Teddy, den ich ihm zum Abschied reiche, beachtet er gar nicht, sondern hält mich an den Händen fest. Auch auf meinen Vorschlag, mich zum Abschied an die Tür zu begleiten, geht er nicht ein. Ich löse mich von ihm, er greift erneut nach meinen Händen und zieht mich her, lässt mich dann los und wedelt. Ich klatsche mit meinen Händen ein paar Mal auf seine, lasse ihn meine Hände erneut ergreifen, schüttle seine Arme und sage dazu: „Tschüs!“ Er wippt aufgeregt im Sitzen. Dann gehe ich.

Die Begegnung hinterlässt in mir ein Gefühl von Trauer und Betroffenheit. Andreas' Sehnsucht nach Begegnung und Kontakt ist so offen zum Ausdruck gekommen, und doch muss ich ihn enttäuschen, da ich ihm unter den gegebenen Bedingungen einfach nicht mehr anbieten kann. Meine Hoffnung ist, dass sich die Teilnehmenden der Weiterbildung davon genügend beeindruckt lassen, um das Bedürfnis nach Nähe und Begegnung bei ihren Bewohnerinnen und Bewohnern künftig deutlicher zu sehen und aktiver aufzugreifen, sowie dass sie in den Möglichkeiten der Basalen Kommunikation einen konkreten Weg erlebt haben, dies praktisch umzusetzen.

Was hat Basale Kommunikation mit Musik zu tun?

Dies soll ein Beispiel sein, wie eine Begegnung mit den Mitteln der Basalen Kommunikation konkret verlaufen kann. Selbstverständlich wird jede Begegnung zwischen zwei Menschen immer wieder neu und anders sein, doch gibt es Aspekte, die die Besonderheiten Basaler Kommunikation ausmachen (vgl. Mall 2008, v. a. S. 79 ff.):

- Der *Atemrhythmus* wird als Begegnungsebene erlebt und aufgegriffen, die jedem lebendigen Menschen zu eigen ist. Das ist das zentrale Moment Basaler Kommunikation. Im Atemrhythmus spiegeln sich unmittelbar körperliche und seelische Befindlichkeit der Person, er spielt am Übergang zwischen Körper und Seele wie auch zwischen bewusst und unbewusst. Sich auf dieser Ebene zu begegnen, schafft unmittelbares Erleben von Verbundenheit. Dabei wird die Eigendynamik der verschiedenen Atemphasen beachtet: Das Ausatmen als Phase der Aktivität, im Loslassen, Leerwerden und Entspannen wie auch im kraftvollen Tun; das Einatmen als Phase des Aufnehmens und Geschehens; die Pause dazwischen als Ursprung von Veränderung, die sich Raum schaffen will.
- Die *tönende Stimme* ist direkt verbunden mit dem Ausatmen, macht dieses hörbar und dadurch auch über Entfernung miterlebbar. Das Tönen in das Ausatmen des andern hinein lässt diesen spüren, dass man den gleichen Rhythmus teilt und in ihm verbunden ist.
- *Vibration*, fein abgestimmt in das Ausatmen des andern hinein, erreicht ihn zutiefst in seinem Körper. Sie kann unmittelbar im Körperkontakt mit der eigenen Stimme erzeugt oder über das Vibrieren von Muskeln im eigenen Körper übertragen werden. Passende Musikinstrumente oder eine schwingungsfähige Unterlage können Vibration auch ohne direkte Berührung vermitteln.

All dies sind Elemente, die sich im weitesten Sinne auch der Musik zuordnen lassen. Es ist ein gemeinsames Improvisieren entlang dem Leitrhythmus des Atems, so wie er sich beim andern entwickelt und verändert. Der Umgang damit geschieht spielerisch, ist ganz individuell, spontan und alles andere als schematisch. Er entwickelt sich aus dem Moment, in der geteilten Situation, so dass jede Begegnung sich wieder neu und unvorhersehbar gestaltet.

Dabei werden durchaus auch Grenzen berührt, die die eigene Verantwortlichkeit erfordern. So wird immer wieder die Ambivalenz vieler Menschen bezüglich Nähe greifbar und die Frage aufgeworfen, wie das Einlassen auf den Angst auslösenden Kontakt vielleicht doch als reizvoll und bereichernd erlebt und die Selbstisolation aufgeweicht werden kann. Oder eine grenzenlose Sehnsucht nach symbiotischem Geborgensein bricht auf, dem behutsam, jedoch klar realitätsgerechte Grenzen zu setzen sind. Nicht zu vergessen die selbstkritische Reflexion der eigenen Motivationslage: Wird die Nähe hier (miss-) braucht, um eigene Sehnsüchte zu kompensieren (vgl. Mall 2008, S. 112 ff.)?

Weitere Beispiele

Matthias – ein junger Mann mit einer frühkindlich erworbenen Hirnschädigung – und ich liegen neben einander auf seiner Matte im Gruppenraum der Tagesstätte, wo ich alle zwei Wochen für drei Tage tätig bin. Er hat seinen Arm um meinen Hals gelegt, ich halte ihn in meinen Armen. So hat es sich im Laufe unserer gemeinsamen „Geschichte“ des letzten Jahres entwickelt. Wir liegen dicht an einander, so dass wir uns atmen spüren. Ich greife seinen Atemrhythmus auf, versuche ihn aus meiner eigenen Entspannung heraus zu spiegeln.

Auf einmal merke ich – ich kann selbst nicht genau sagen wie – dass Matthias heute anders „drauf“ ist. Er wirkt auf mich verhalten, in sich gekehrt, ja, traurig. Ich spüre den Impuls, ihn kräftiger zu halten, er lässt es zu. Ich halte ihn noch stärker, am Ende so kräftig, dass mir später die Arme schmerzen – da beginnt er zu weinen. Noch nie hat jemand Matthias weinen gesehen.

Was genau seine traurige Stimmung verursacht hat, bleibt unklar – ist auch für den Umgang damit nicht so zentral. Doch erst das eindeutige Gehalten-Werden macht es ihm möglich, seine Trauer loszulassen und zu weinen.

Als ich *Herrn T.*, der im Wachkoma in einem Heim für hirnverletzte Menschen lebt (vgl. Mall 2001), das vorletzte Mal in meiner Hospitationswoche begegne, setze ich mich wieder so bequem wie möglich hinter ihn ins Bett, halte ihn gegen

mich gelehnt, spiegle ihm seinen Atemrhythmus zurück. Ich achte darauf, dass ich ihn gut unterstütze, halte seinen Kopf, versuche die spastischen Arme zu lockern. Ab und zu lasse ich ein feines Vibrieren aus meinem Körper in unser Ausatmen einfließen, manchmal auch ein ruhiges Tönen.

Nach etwa einer halben Stunde spüre ich auf einmal, dass in Herrn T. eine Emotion hochsteigt: Eine Anspannung, ein Aufatmen. Hinter ihm sitzend sehe ich nicht seine Mimik, nehme aber an, dass es ein Gefühl von Trauer oder Schmerz sein könnte, das in ihm Raum greift. Ich versuche über meinen Atem, mein Tönen und meinen Körper, ihm seine Emotion zu spiegeln.

Als ich später das Video unserer Begegnung anschau, das die ständig mitlaufende Kamera aufgezeichnet hat, sehe ich, dass in diesem Moment seiner Emotion ein großes Lächeln über sein Gesicht geht. Von wegen Trauer und Schmerz.

Frau St., Demenz-Patientin der gerontopsychiatrischen Station, auf der ich für eine Woche hospitiere, steht an der Küchentür und schaut der Praktikantin beim Aufräumen zu. Ich stelle mich nach einer Weile zu ihr, spreche sie an, komme in eine Art Konversation mit ihr. Sie erwähnt – auch später immer wieder – dass sie Angst habe (Angst vor dem Dunkeln), oder dass sie raus wolle. Ich schlage ihr vor, mit mir über die Station zu spazieren, biete ihr meinen Arm an, den sie annimmt. Wir spazieren einige Male über die Flure, setzen uns zwischendurch auf die bereit stehenden Sofas. Ich gehe so weit möglich auf ihre verbalen Äußerungen ein, kann sie aber nicht immer verstehen, richte mich auch sonst weitgehend nach ihren Impulsen und Wünschen. Dabei achte ich verstärkt auf Ansätze zu körperlichem Kontakt von ihrer Seite und gehe akzeptierend darauf ein. Verbal-sprache tritt immer mehr in den Hintergrund.

Seitlich neben ihr auf einem Sofa sitzend lege ich meinen Arm um ihre Schulter, so dass sie seitlich meine Atmung spüren kann, gehe auf ihren Atemrhythmus ein. Sie atmet relativ rasch, sehr „weit oben“ – ich antworte mit meinem Atem in ihrem Rhythmus, jedoch von „weiter unten“, aus meiner Entspannung heraus, mit Betonung auf das Ausatmen. Nach ca. einer Stunde „Kontaktpflege“ lehnt sie sich intensiver von der Seite bei mir an, lässt auch den Kopf gegen meine Schulter sinken. Ich unterstütze ihn mit der Hand. Zwischendurch kommt ein Patient vorbei und macht eine laute Bemerkung über uns, die sie aufschreckt.

Dann habe ich den Eindruck, dass sie noch näheren Kontakt zulassen könnte, schlage ich vor, die Beine auf das Sofa hochzulegen und sich mit dem Rücken an meine Seite anzulehnen. So bleibt sie etwa eine Viertelstunde, ich atme mit ihr, stütze ihren Kopf, lege nach einer Weile meine Hand sachte auf ihren Bauch,

lasse die Hand mit ihrem Atem ganz leicht mitgehen. Ihr Rhythmus wird etwas ruhiger und tiefer, jedoch nur ein wenig. Dann wird es in unserer Nähe lauter, weil ein Patient von Sanitätern geholt wird. Sie wird aus ihrer Ruhe gerissen, setzt sich auf und will aufstehen. Ich begleite sie in den Aufenthaltsraum, biete ihr einen Platz auf einem der Sofas an. Sie bemerkt, sie habe schön geschlafen. Ich lasse sie allein.

Am nächsten Tag erfahre ich, dass sie am Abend wohl sehr unruhig war und ihre Bedarfsmedikation bekommen musste. Sie verhielt sich distanzlos zu anderen Männern auf der Station, sprach wiederholt von dem „jungen Mann“ und „Kavalier“, womit sie offensichtlich mich meinte. – Mir wird klar, dass mein Eingehen auf ihre Bereitschaft zu körperlicher Nähe an ein tiefes Bedürfnis nach Körperkontakt und Verbundenheit gerührt haben dürfte, dem in der konkreten Situation der Klinikstation kaum angemessen zu begegnen ist. Ich erkenne, hier eine Grenze berührt zu haben, die weiter zu überschreiten unverantwortlich gewesen wäre. In der Folge gestalte ich meinen Umgang mit Frau St. aus einer größeren Distanz heraus und gehe nicht mehr so dicht auf sie ein.

Resümee

- Basale Kommunikation lässt sich vielleicht als eine Art „Vor-Musik“ oder „Proto-Musik“ begreifen. Sie greift alle körpereigenen Rhythmen und Signale auf und „spielt“ mit ihnen in einer Weise, die durchaus einem musikalischen Gestalten nahe kommt. Es sind fließende Übergänge in ausdrücklich musikalisches Geschehen möglich (Rhythmen, Töne, Klänge, Melodien).
- Basale Kommunikation sieht sich viel verwandter zu Musik, Tanz und Rhythmik als zu therapeutischen Ansätzen, die eine streng methodische und kontrollierte Gestaltung verlangen. Sie will ausdrücklich spielerisch, spontan, lustverbunden sein.
- Wie im gemeinsamen Musizieren propagiert Basale Kommunikation keine grundsätzlichen Statusunterschiede. Selbstverständlich ist die eigene Rolle bewusster gestaltend als die des Partners, aber dennoch ohne hierarchisches Gefälle zwischen beiden. Die Begegnung geschieht nicht aus einer vorgegebenen „Therapeutenrolle“ heraus, sondern direkt und schutzlos von Mensch zu Mensch, riskiert dabei, im Wortsinn angreif- und verwundbar zu sein. Gleichzeitig ist eine therapeutische Achtsamkeit gefordert, wie sie auch z. B. in der Musiktherapie nötig ist.

Literatur

- Fuchs, M. (1989): Funktionelle Entspannung: Theorie und Praxis einer organismischen Entspannung über den rhythmisierten Atem. Stuttgart.
- Mall, W. (1980): Entspannungstherapie mit Thomas – Erste Schritte auf einem neuen Weg. In: Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie, 29. Jg., Heft 8/1980, S. 298-301.
- Mall, W. (1987): Basale Kommunikation – ein Weg zum andern. Zugang finden zu schwer geistig behinderten Menschen. In: Bundesvereinigung Lebenshilfe (Hrsg.): Hilfen für geistig Behinderte – Handreichungen für die Praxis II. Marburg.
- Mall, W. (2001): Das Lächeln des Herrn T. Basale Kommunikation bei Menschen im Wachkoma. In: „Wachkoma und danach“, Heft 2/2001, Verein Schädel- und Hirnpatienten in Not e.V. Amberg.
- Mall, W. (2008): Kommunikation ohne Voraussetzungen mit Menschen mit schwersten Beeinträchtigungen. Heidelberg.
- Watzlawick, P.; Beavin, J.; Jackson, D. (1996): Menschliche Kommunikation – Formen, Störungen, Paradoxien. Bern; Stuttgart; Wien.
- Siehe auch im Internet: www.basale-kommunikation.de
– dort sind auch die genannten Zeitschriftenbeiträge zu finden.

aus

Meyer, H., Zentel, P., Sansour, T. (Hg.):
Musik und schwere Behinderung.
Karlsruhe (v.Loeper) 2016
ISBN 978-3-86059-208-3