

Markus Risch  
Dr. sc. hum.

## **“Musik berührt meinen Schmerz” – Entwicklung und Evaluation musiktherapeutischer Kopfschmerzgruppen**

Geboren am 30.1.1963 in Kassel  
Reifeprüfung am 21.6.1982 in Kaiserslautern  
Studiengang der Fachrichtung Psychologie SS 1984 bis SS 1990  
Vordiplom am 3.4.1986 an der Technischen Universität Berlin  
Diplomprüfung am 4.4.1990 an der Technischen Universität Berlin  
Studiengang der Fachrichtung Musiktherapie WS 1990/91 bis SS 1993  
Diplom-Prüfung am 25.5.1993 an der Hochschule der Künste Berlin

Promotionsfach: Psychosomatik  
Doktorvater: Prof. Dr. med. Dipl.-Psych. Rolf Verres

Ausgehend von der Symptomatik und Psychophysiologie chronischer Kopfschmerzen – speziell Migräne und Kopfschmerzen vom Spannungstyp – werden psychologische und musiktherapeutische Theorien und Behandlungsansätze vorgestellt. Mögliche Zusammenhänge und Berührungspunkte von Schmerz und Musik werden ausführlich erörtert und musiktherapeutische Zielsetzungen in der Arbeit mit chronischen Schmerzpatienten herausgearbeitet. Anschließend wird ein selbstentwickeltes und erprobtes multimodales Behandlungskonzept für PatientInnen mit chronischen Kopfschmerzen dargestellt und im empirischen Teil mit Hilfe von qualitativen und quantitativen Methoden evaluiert. Es handelt sich dabei um eine aus verschiedenen musiktherapeutischen Verfahren zusammengestellte erlebnis- und körperorientierte Kurztherapie im Umfang von acht Gruppensitzungen mit jeweils einem Einzelgespräch vor und nach der Gruppenbehandlung.

Vier Kopfschmerzgruppen mit insgesamt 34 TeilnehmerInnen wurden in einer teilkontrollierten Therapiestudie untersucht. Dabei wurde mit Hilfe von Interviews und Fragebögen einerseits eine Bewertung der Wirkungen und des Therapieprozesses aus Nutzerperspektive erhoben und andererseits der Frage nachgegangen, inwieweit dieses Angebot zu einer Verminderung der Schmerzaktivität, zur Verbesserung des Befindens, der Lebensqualität und Schmerzbewältigung beiträgt.

Insgesamt haben die TeilnehmerInnen die musiktherapeutische Behandlung gut angenommen. Sie berichteten von einer Vielzahl bedeutsamer Therapieerfahrungen, die in dieser Studie dokumentiert und analysiert werden. In einer Bewertung der Therapiebausteine haben die

TeilnehmerInnen rezeptive Therapiebausteine insgesamt hilfreicher eingeschätzt als die aktiven Therapiebausteine.

In Einzelfallbeschreibungen wurden die Erfahrungen zweier hochgradiger Nutzerinnen und einer geringgradigen Nutzerin anhand von einfachen Kategorien dargestellt und systematisch miteinander verglichen. Dabei wurde deutlich, daß die Erfahrung von (partiell) Kontrollverlust bzw. Reduzierung der Affektkontrolle vor allem während der Klangtrance therapeutisch bedeutsame, wirksame Erfahrungen und kreative Lösungsprozesse anstößt, die langfristig zu einer Kopfschmerzreduzierung führen können. Bei beiden hochgradigen Nutzerinnen kam es kurzfristig zu einer psychischen Labilisierung, die zu bedeutsamen Verhaltensänderungen und nachfolgend zu Symptomverbesserungen führte.

Im Prä-Post-Vergleich ergaben sich wenige statistisch bedeutsame Therapieeffekte. So reduzierten sich im Vergleich zu einer kleinen Warte-Kontrollgruppe (n=9) nach der Gruppentherapie die Schmerztage und die Depressivität tendenziell, während das Copingverhalten "Suche nach sozialer Unterstützung" tendenziell zunahm. Im Einklang mit den Ergebnissen der Einzelfallbeschreibungen deutete sich als langfristiger Therapieeffekt an, daß sich bei den TeilnehmerInnen der Therapiegruppen 6-12 Monate nach der Behandlung die Kopfschmerztage signifikant reduziert haben und die Selbstwirksamkeitserwartung (Schmerzkontrolle) signifikant gestiegen ist. Die vorliegende Studie liefert Hinweise auf eine eher langfristig wohltuende seelische und körperliche Wirkung einer kurzfristigen musiktherapeutischen Behandlung bei PatientInnen mit chronischen Kopfschmerzen.