

Unabhängigkeitsübungen aus dem Schlagzeugunterricht als Training kognitiver Fähigkeiten wie Aufmerksamkeit, Gedächtnis, Wahrnehmung, Konzentration und geistige Beweglichkeit.

Das Gehirn birgt die Fähigkeit der Neuroplastizität in sich: es ist trainierbar und in der Lage, sich umzustrukturieren, sich zu regenerieren und neue (Synapsen-)Verbindungen zu schaffen.¹

Die Methode des *kompensatorischen Musikunterrichts* eignet sich sowohl zur Steigerung kognitiver Fähigkeiten als auch zum Ausgleich von neurologischen Defiziten nach Erkrankungen, wie z. B. nach Schlaganfall². Hierzu müssen die Patienten/Klienten weder musikalische Vorbildung haben noch ein Instrument spielen können.

Die Ziele:

- Förderung der (Neu-)Vernetzung von Synapsen
- Förderung der Vernetzung von rechter und linker Gehirnhälfte
- Stimulation der Sinne (vorrangig das Hören wird gebraucht, sensibilisiert und trainiert)
- Wiedererlangung neurologischer Fähigkeiten wie Motorik, feinmotorische Kontrolle und Koordination
- Wiedererlangung kognitiver Fähigkeiten wie Aufmerksamkeit Gedächtnis, Wahrnehmung, Konzentration und geistige Beweglichkeit

Die Vorgehensweise:

- Nach ausführlicher Anamnese wird ein Rhythmik-Trainingsprogramm entwickelt, welches dem Patienten in Komplexität und Tempo individuell angepasst wird
- Zunächst wird anhand einfacher Übungen die Unabhängigkeit einzelner Gliedmaßen erlernt
- Dann werden die Aufgaben sukzessive gesteigert (shaping): Sobald die zunächst bewußten Bewegungen autonom funktionieren, also rein körperlich und damit automatisch, ist das Bewußtsein wieder aufnahmebereit für die nächste zusätzliche oder etwas schwierigere Aktion
- Hierdurch werden intuitive und bewußte Aktionen gekoppelt. Jeder kennt das aus dem Alltag: Spazierengehen und reden, Autofahren und Singen. Auf dieser grundlegenden Fähigkeit baut der Synapsentrainer auf.

Zu den Grundvoraussetzungen des Therapeuten gehören u.a. ein gutes Einfühlungsvermögen und ein gesundes Fingerspitzengefühl, um Erfolgserlebnisse zu erzielen, Überforderungen jedoch möglichst zu vermeiden.

Die Bereitschaft zu Veränderung, Ausdauer und Kontinuität seitens des Klienten, tägliches Üben, sowie regelmäßige, kurze und intensive Unterrichtseinheiten sind der Schlüssel zum Erfolg!

Zusätzlich sorgen klare Aufgabenstellungen und Erfolgserlebnisse für Struktur und Sinnhaftigkeit und können z.B. die übliche Schlaganfallnachsorge sinnvoll ergänzen und erweitern.



¹ M.Merzenich, P.Tallal, B.Peterson, S.Miller, W.M.Jenkins "Some neurological principles relevant to the origins of - and the cortical plasticity-based remediation of - developmental language impairments" (Springer 1999)

² F.Pulvermüller, B.Neiningger, T.Elbert, B.Mohr, B.Rockstroh, M.A. Koebbel, E.Taub "Constraint induced therapy of chronic aphasia after stroke" (2001)