

PFLEGE ZEITSCHRIFT

69. Jahrgang •• Juli 2016

7 | 2016

Fachzeitschrift für stationäre und ambulante Pflege



www.kohlhammer-pflege.de

Arbeiten im Team^x

Mehr Hände ans Bett
Durch einen Skill-Mix Pflegende entlasten

Mobbing
Rechte und Pflichten von Arbeitgeber und Arbeitnehmer

Musiktherapie
Biografiearbeit und Aktivierung

150 Jahre
Kohlhammer

› Kultur ist kein Luxus. Sie ist eine Notwendigkeit

Musikgeragogik: Aktivierung unter Berücksichtigung der Biografie

HEIKE BANDNER-WAPPLER

Der Begriff „Musikpädagogik“ ist allen geläufig: Ein Pädagoge führt Kinder und Jugendliche an die Musik heran. Aber „Musikgeragogik“? Wenn wir uns die Bedeutung des zusammengesetzten Wortes anschauen, wird klar: „Geraios“ bedeutet der Greis, „ago“ ich führe jemanden hin. Also: Ich führe den Greis zur Musik hin.



Musik ist in jedem Alter anregend: Senioren-Chorwerkstatt Körbecke

Es wird immer wieder offensichtlich – schaut man in die Altersheime hinein – dass gerade die Aktivierung häufig in den Händen von Erziehern liegt, die ihre Ausbildung für den pädagogischen Bereich, also für Kinder und Jugendliche, absolviert haben. Sie kommen in bester Absicht, sind froh, einen Job zu haben, denn aufgrund des Geburtenrückgangs sind die Stellen rar geworden. Nicht so jedoch bei den Heimen. Hier wird händelndes Personal gesucht.

Es passiert, was passieren muss: Ein Pädagoge macht die Arbeit eines Geragogen. So kursiert das Phänomen der Kindergartenpädagogik in der Heimlandschaft mit der Konsequenz, dass oftmals die älteren Bewohner wie Kinder angesprochen und behandelt werden. Nehmen wir aber an, ein Professor oder ein Arzt, ein Verwaltungsdirektor oder die ehemalige Chefsekretärin ist auf Grund eines Schlaganfalls pflegebedürftig. Schlimm genug, dass sie ihre häusliche Umgebung verlassen müssen, aber noch schlimmer, dass sie vielleicht jetzt Weihnachtssterne im Gruppenverband

ausschneiden müssen, diese an die Fenster im Tagesraum geklebt werden und sie dazu noch „Ihr Kinderlein kommet“ singen sollen.

Den Aktivierungskräften obliegt die verantwortungsvolle Aufgabe, die Balance zwischen Unter- und Überforderung zu finden. Denn im Optimalfall tragen die Beschäftigungen aus den verschiedensten Sparten dazu bei, dass ein sinnerfülltes Altern durch das eigene Tun möglich ist. Dies gelingt jedoch nur, wenn man sich mit dem Thema „Alter“ und der Biografie und Zeitgeschichte der jeweiligen Personen ausreichend beschäftigt hat.

In der Musikgeragogik finden diesbezüglich Ausbildungsinhalte zu folgenden Themen statt:

- Demografische Entwicklung und Alterstheorien
- Institutionen musikgeragogischer Bildung
- Musiklernen im Alter
- Praxisprojekte
- Altersbedingte Beeinträchtigungen und Musizieren

- Musikgeragogische Orientierungen und Haltungen

Die Musikgeragogik geht weit über das Singen von Volksliedern hinaus.

Inhaltlich und in der Praxis wird die Musikgeragogik in folgende Sparten unterteilt:

- Musik und Bewegung
- (Senioren-)Tanz
- Instrumentalspiel und Singen
- Verklangerung (Texte, Geschichten, Bilder etc.)
- Improvisation
- Ensemblespiel
- Musikhören

Wenden wir uns einmal dem Aspekt des Singens zu: Singen ist eine der beliebtesten Beschäftigungen für ältere Menschen. Gemeinsames Singen in der Gemeinschaft trägt dazu bei, sich in einer Gruppe wohl zu fühlen. Gemeinsames Tun schafft Gemeinschaftsgefühl. Altbekannte Lieder werten den Sänger auf, der dabei feststellt, dass er ja den Text noch kann –

ihn über die Jahrzehnte behalten hat. Das macht ihn stolz, er glaubt an sich und das Lob des Singleiters bestärkt die Gruppe. Auch das Lernen neuer Lieder macht viel Freude. Stimmt der Inhalt, dann wirken diese Singstunden stets stimmungsaufhellend. Und finden diese wöchentlich statt, hat man etwas Besonderes, worauf man sich immer wieder freuen kann. Musik und Gesang sind auch immer ein Verbindungsglied zwischen Jetztzeit und Jugend und haben biografische Bezüge und Bedeutungen. Die Erinnerung an die Kindheit und Jugend stellt sich oft sehr verklärt dar, deswegen werden auch die Lieder aus der Zeit gerne gesungen.

Durch das Singen lassen sich auch schwer an Demenz erkrankte Bewohner gut aus ihrer Lethargie holen – Musik ist der Königsweg zu Menschen mit Demenz! Die Erfahrung zeigt immer wieder: Auch Menschen, die praktisch nicht mehr sprechen, werden durch Musik nach ca. 15 Minuten erreicht und singen ihnen bekannte Lieder mit. Wenn alle Zugänge versiegen, ist die Musik ein guter Türöffner zu den Emotionen und löst deutlich wahrnehmbare Reaktionen aus. Daher sind 10-Minuten-Aktivierungen gerade für Menschen in einem fortgeschrittenen Stadium der Demenz nicht geeignet, da sie eine „Aufwärmphase“ brauchen. Kaum hat die Aktivierung angefangen, ist das Ganze auch schon wieder vorbei. Die Reaktionszeit wird praktisch überhaupt nicht erreicht.

Auch das Wissen um die Wirkung von Musik auf Menschen einer bestimmten Kohorte (beispielsweise Kriegskinder) und die Wirkung der Inhalte muss beachtet werden. Denn Musik hat eine ungeheure Kraft, Erinnerungen wachzurufen. Dies können sowohl schöne als auch traumatische Erlebnisse sein. Daher ist bei der Liedauswahl Vorsicht geboten!

Erstes Beispiel: „Ein Heller und ein Batzen“ war ein beliebtes Marschlied der Nazis und die Melodie ist heute noch in Polen bekannt. Eine 26-jährige Polin, die in Polen lebt, hat diese Melodie als Kriegslied erkannt, obwohl sie schon der Enkelgeneration angehört. Übertragen auf Heimbewohner polnischer Herkunft könnte das Singen des Liedes der Trigger sein, der Angst, Panik und Entsetzen auslöst. Eine Erinnerung an traumatische Ereignisse im 2. Weltkrieg würde damit provoziert werden.

Zweites Beispiel: Das Lied von der „Lili Marleen“ wurde während des 2. Weltkriegs am Ende der Nachrichten täglich im Radio gespielt. Dies hatte den Zweck, die Soldaten an der Front „aufzumuntern“. Es hat daher eine zwiespältige Wirkung: Einerseits die Erinnerung an „das geliebte Mädchen“, die Braut, für die ein Soldat in den Krieg zog und der Gedanke an eine Rückkehr, um diese wieder zu sehen oder zu heiraten. Andererseits erinnert es jedoch auch an die Ereignisse im Schützengraben oder an andere Vorfälle, die auch tragisch gewesen sein können. Daher ist das Lied ebenso ein möglicher Trigger, der bewirken kann, dass traumatische Kriegserlebnisse wieder an die Oberfläche kommen können. Beachtet man jedoch geschichtsrelevante Aspekte, können diese Vorkommnisse durch entsprechende Liedauswahl reduziert werden.

Das Lernen neuer Lieder ist sehr gut möglich. Es sollte auf Wiederholung basieren. Text und Melodie können dabei je nach kognitiver Verfassung unterteilt werden. Neurologen konnten feststellen, dass das aktive Musizieren im Vergleich zu anderen Tätigkeiten die Methode ist, bei der die meisten Synapsen gebildet werden konnten.

Leider lassen die Budgets nicht immer die Anstellung eines ausgebildeten Musikgeragogen zu. Was das Sin-

gen mit nicht-professionellen Musikern im Pflegeheim angeht, möchte ich dem Pflegepersonal Mut machen. Denn Singen geht immer – auch bei der Pflegehandlung (Waschen, Essen, Anziehen).

Es wäre wünschenswert, wenn Musik ein Bestandteil der Ausbildung von Altenpflegern wäre. Musik steht gar nicht so weit außerhalb vom Leben junger Menschen. Sonst würde die Musik- und Unterhaltungsindustrie nicht derart boomen. Musik ist im Alltag überall gegenwärtig, ganz besonders bei den Jungen, die beispielsweise mit Ohrstöpseln unterwegs sind. Sie sind im Prinzip Tag und Nacht von Liedern umgeben. Außerdem sollte es das Unterrichtsfach „Zeitgeschichte“ geben. Geschichte, die relevant sein könnte für erlittene Traumata. Geschichte, die Verständnis schafft, für die Zeit, in der ein Bewohner in einer bestimmten Region gelebt hat.

Eine gute Pflege ist das Fundament einer funktionierenden Altenpflege. Darüber hinaus müssen jedoch Lebensinhalte geschaffen werden, die ein sinnerfülltes Altern in Freude und Würde ermöglichen. Satt und sauber reicht heutzutage nicht mehr aus. <<

Zusammenfassung

Altenpflege ohne Kultur bedeutet eine Vernachlässigung eines sehr wichtigen Aspekts im Leben älterer Menschen, wenn nicht sogar des Lebenselixiers an sich. Beim Einsatz von Liedern beispielsweise sind jedoch immer Biografie und geschichtsrelevante Zeitbezüge mit zu berücksichtigen. Andersfalls kann es zu unerwünschten Reaktionen kommen, die durch den unbedachten Einsatz hervorgerufen werden können.

Schlüsselwörter: *Musikgeragogik, Singen im Alter, Singen und Demenz, Singen und Pflege, Aktivierung auf Augenhöhe, Königsweg*

Autorenkontakt:

Heike Bandner-Wappler, Diplom-Musiklehrerin, Musikgeragogin, Kulturgeragogin.
Kontakt: www.heikebandner.de
E-Mail: heike.bandner@freenet.de