

9. Fachtag Demenz in Weinsberg

Mit **Musik** geht alles besser – auch bei Demenz



(ok/uh) Bereits zum 9. Mal fand am 15. Juni 2013 der Fachtag Demenz in Weinsberg statt, diesmal zum Thema **Musik und Demenz**. Rund 140 Ehrenamtliche, Fachkräfte und angelernte Betreuungskräfte in niederschwelligen (ambulanten) und stationären Betreuungsangeboten für Menschen mit Demenz waren der Einladung der Klinik für Gerontopsychiatrie im Klinikum am Weissenhof und der Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg gefolgt. Sie sorgten dafür, dass dieser Fachtag bereits vier Wochen zuvor ausgebucht war, ein großer Erfolg für die Veranstalter und ein Zeichen für das große Interesse an diesem Thema.

Dr. Rainer Schaub, Chefarzt der Klinik für Gerontopsychiatrie in Weinsberg, und Ute Hauser, u.a. verantwortlich für das Fortbildungsangebot der Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg, begrüßten mit aktuellen Informationen zum Pflege-neuaustrichtungsgesetz und führten in das Thema ein. Mit einem gemeinsam gesungenen indianischen Lied, dem »Travel-Song«, sorgte dann die Musik- und Gestalttherapeutin Margarete Schnaufer für die musikalische Einstimmung auf die Reise in verschiedene musikalische Welten.

Der Hauptreferent Prof. Dr. Bernd Fischer, bis zu seiner Pensionierung Chefarzt der Memoryklinik Nordrach-Klausenbach, stellte in einem lebendigen, humorvollen und begeisternden Vortrag die Wirkung von Musik auf die Gehirnfunktionen, auf



Sie haben diesen Fachtag organisiert und moderiert: Ute Hauser (links) und Dr. Rainer Schaub (Mitte). Prof. Bernd Fischer bei seinem anschaulichen Referat (rechts).

das Befinden allgemein und insbesondere von Menschen mit Demenz dar. Durch anschauliche Beispiele verstand er es, den Teilnehmern auch komplizierte Sachverhalte gut verständlich nahezubringen, was bei der interessierten Zuhörerschaft sehr positiv ankam. So erfuhren die Fachtag-Teilnehmer, dass...

- ... Musikhören die Hirndurchblutung um 25 bis 75% erhöhen kann. Auch beim Worte lesen oder hören kommt es zu einer verbesserten Durchblutung des Gehirns. Es ist deshalb sinnvoll, Menschen mit Demenz – mit einer sehr guten Betonung – vorzulesen. Auch wenn Inhalte nicht mehr unbedingt verstanden werden, fördert das die Hirndurchblutung.
- ... beim Hören (zum Beispiel durch Mitbewegen von Körper, Händen, Füßen) und Machen von Musik sogenannte neuronale Schleifen im Gehirn entstehen, d.h. es werden motorische (= Bewegungs-) Fähigkeiten gefördert.

Fortsetzung

9. Fachtag Demenz in Weinsberg:

»Mit Musik geht alles besser – auch bei Demenz«

- ... Musik und Lieder verschiedene Regionen des Gehirns fördern. So ist zum Beispiel der melodische Aspekt der Sprache in der rechten, der linguistische (= sprachliche) Aspekt der Sprache in der linken Gehirnhälfte angesiedelt.
- ... Musik und Geschichten hören den Hirnstoffwechsel anregt.
- ... Musik stark auf der emotionalen Ebene anspricht, was besonders bei Menschen mit Demenz von großem Nutzen ist, da diese gerade im kognitiven (= geistigen) Bereich nicht mehr gut zu erreichen sind.
- ... Musik bei Menschen mit Demenz die Aufmerksamkeit und Wachheit fördert, weil zum Beispiel Erinnerungen wachgerufen werden.
- ... regelmäßiges Musikhören bei Menschen mit Demenz einen guten Schlaf fördert. Die Aufmerksamkeit, die Erinnerungs-, Interaktions- und Planungsfähigkeit nehmen zu, Agitiertheit (= motorische Unruhe, Gefühl des Getriebenseins), verbale Verhaltensauffälligkeiten, Ängstlichkeit und Depressionen dagegen ab.
- ... einmal pro Woche Musizieren, Brettspiele oder Tanzen das Risiko, später eine Demenz zu entwickeln, um ca. 7% vermindern. Die am häufigsten an diesen Freizeitaktivitäten teilnehmenden Personen wiesen in einer Untersuchung ein um 63% vermindertes Demenzrisiko auf im Vergleich zu jenen, die am seltensten an den Aktivitäten beteiligt waren.

Nach Prof. Fischers Vortrag stand aktives Mitmachen auf dem Programm, die Entscheidung für je zwei von acht angebotenen Workshops war schon mit der Anmeldung erfolgt:



Traudel Theune

- *Folkloretänze als Anregung zur Gestaltung von (Sitz-) Tänzen* war das Thema der Diplompädagogin Traudel Theune aus Pfnzthal. In Sitztänzen, so Theune, vereinen sich die beiden Elemente Musik und Bewegung

auf besonders anregende Weise. Sitztänze können oft ohne lange Erklärungen im »Nachahmeverfahren« umgesetzt werden.

Nicht immer passen jedoch die bekannten Tanzanleitungen zur jeweiligen Gruppe. Dann bietet es sich an, selbst Sitztänze zu »erfinden«. Eine gute Quelle hierfür sind einfache Folkloretänze. Mit ihnen hat man bereits einen Musikvorschlag und Bewegungsabläufe. Sie müssen dann nur noch auf eine Eignung im Sitzen und für Menschen mit diversen Einschränkungen, etwa einer demenziellen Erkrankung und/oder einer Bewegungseinschränkung, angepasst werden.

Und natürlich – wie kann es bei einem solchen Thema anders sein: keine Theorie ohne Praxis – wurde unter der Anleitung der Referentin der eine oder andere Sitztanz gleich ausprobiert.

- Die Karlsruher Musiktherapeutin *Barbara Weinzierl* ging der Frage nach, wie sich *Musik in der Arbeit mit demenzkranken Menschen einsetzen* lässt. Musik begleitet den Menschen sein ganzes Leben lang. Selbst oder vor allem dann, wenn Menschen an einer fortschreitenden Erkrankung leiden, kann Musik, so die Referentin, ein Mittel der Kommunikation und der persönlichen Aus-



Sabine Korn-Luick und Barbara Weinzierl

drucksmöglichkeit sein. In der Begleitung und Betreuung demenzkranker Menschen spielt Musik häufig eine entscheidende Rolle zur Verbesserung der Lebensqualität. Die Teilnehmenden erfuhren, was dies konkret in der praktischen Umsetzung in der Betreuung bedeutet, auf welche Weise Musik auf Menschen mit Demenz wirkt und welche Bedeutung Musik im Alltag dieser Menschen hat.

- *Sabine Korn-Luick*, Diplompädagogin und Musikgeragogin* aus Hilzingen, widmete sich dem *Singen zur Aktivierung und Tagesstrukturierung*. Sie vermittelte Anregungen für die Alltagsgestaltung mit Musik – für einzelne Personen wie auch für Gruppen. Sie ging auf die Stimme selbst ein, wie sie sich im Alter verändert und wie man mit ihr umgehen sollte. Außerdem wurde die Frage nach dem geeigneten Repertoire, vor allem im Hinblick auf die individuellen Voraussetzungen und den jeweiligen biographischen Hintergrund der betreuten Personen behandelt.

* *Musikgeragogik* beschäftigt sich mit der musikalischen Bildung im Alter.

- Die Musik- und Gestalttherapeutin *Margarete Schnaufer* aus Stuttgart stellte in ihrem Workshop *Mit Klängen kommunizieren* dar, dass emotionales Verstehen vorwiegend auf nonverbaler (= nicht-sprachlicher) Ebene stattfindet. Dabei spielen musikalische Elemente eine wichtige Rolle. Mittels Übungen wurde die Wahrnehmung der Teilneh-



Margarete Schnaufer

mer sensibilisiert und die kommunikative Kompetenz erweitert.

- Praxisnah gestaltete *Sandra Zeitler*, Musiktherapeutin am Stuttgarter Richard-Bürger-Heim, ihren Workshop *Musikalische Angebote im stationären Bereich initiieren*. Menschen in Alten- und Pflegeheimen mit Musik zu begegnen, ist eine schöne Aufgabe, so Zeitler. Gerade bei Menschen mit Demenz gewinnt die Musik an Bedeutung, da sie an deren verbliebenen Fähigkeiten, den prägenden Erfahrungen der Kindheit und Jugend ansetzt. Nach einem kurzen



Sandra Zeitler

theoretischen Einstieg zur Wirkung und den Zielen von musikalischen Angeboten vermittelte die Referentin Ideen und das nötige Handwerkszeug, wie eine Gruppenstunde mit Musik im stationären Rahmen aussehen kann.

- In unserer Zeit ist es nicht einfach, zur Ruhe zu kommen. Sowohl in der Arbeit, als auch im Privaten begegnen wir immer wieder Situationen, die uns fordern. Musik beeinflusst nachweislich die körperlichen als auch seelischen Vorgänge. Wie man *Mehr Gelassenheit durch Musik* erreichen kann, vermittelte der Musiktherapeut und Sozialpädagoge *Andreas Steinfels*

Fortsetzung

9. Fachtag Demenz in Weinsberg:

»Mit Musik geht alles besser – auch bei Demenz«



Andreas Steinfels

aus Neuenbürg. Mit vielen praktischen Beispielen und Übungen zeigte er auf, wie die Teilnehmenden das Wissen um den Einfluss der Musik auf die körperlichen wie auch seelischen Vorgänge für ihre berufliche Arbeit als auch für sich persönlich nutzen können.



Ingeborg Thurner

verschiedene Wahrnehmungszugänge über Berührung und Bewegung, Geruch und Geschmack, das Hören, den Tastsinn und über das Sehen. Zentral ist dabei das Hören. Ohne die Fähigkeit zu hören ist der Mensch von der Außenwelt isolierter als zum Beispiel ohne die Fähigkeit zu sehen, da die Kommunikation der Mittelpunkt menschlichen Austauschs ist. Das zeigt sich auch in der Betreuung von Menschen mit Demenz, die mit Singen und Musizieren oft noch zu erreichen sind, auch wenn sie sonst kaum mehr kommunizieren.

* *Basale Stimulation* ist eine Methode in der Pflege, mit der die Fähigkeit zur Wahrnehmung, Kommunikation und Bewegung gefördert oder erhalten werden soll.



Ursula Meier

• *Herausforderndem Verhalten mit Musik begegnen* lautete der Titel des Workshops, den die Schweizer Gesangspädagogin *Ursula Meier* anbot. Unter herausforderndem Verhalten werden zum Beispiel Unsicherheit, Nervosität, Depressionen, Aggressionen und Frustrationen verstanden, die, so Meier, gut durch Musik abgebaut werden können. In ihrem Workshop spannte sie den Bogen von der musikalischen Einstimmung über die verschiedenen Phasen der Demenz, den emotionalen Aspekt, der Liedern in der Biografie eines Menschen zukommt, bis hin zu den Wirkungsweisen von Musik und den eigenen Entlastungsmöglichkeiten als Pflegeperson.



Zum Abschluss des Fachtages trafen sich die Teilnehmenden noch einmal zur Zusammenfassung der Workshops im Plenum. In den Rückmeldungen der Teilnehmenden wurde deutlich – neben dem großen Beifall für das Referat von Prof. Fischer, dass diese vor allem die Vielfalt und die praktische Orientierung der Workshops schätzten. So nahmen sie viele Anregungen und Ideen für den Alltag und die Arbeit mit Menschen mit Demenz mit, nicht ohne sich selbst zum Schluss noch einmal kräftig unter Traudel Theunes Anleitung zur Musik bewegt und für den Heimweg aktiviert zu haben.