

Handbook

Fortbildungsangebot für MitarbeiterInnen in der  
Sozialbetreuung in Demenz und Senioren  
Einrichtungen

# Musiktherapie und Demenz



von Salam Riazy

Certified DMtG. & NMT

Musiktherapeut (MA) in der Sozialbetreuung im Seniorenwohnheim  
Agaplesion Maria von Graimberg, Heidelberg

[www.salam-riazy.com](http://www.salam-riazy.com)

## Inhalt

1. Therapeutische Maßnahmen .....	1
1.1. Was Musik als Therapie leistet.....	1
1.2. Was ist Musiktherapie?.....	1
1.3. Definition der deutschen musiktherapeutischen Gesellschaft (DMtG).....	1
1.3.1. Psychotherapeutische Musiktherapie.....	2
1.3.2. Neurologische Musiktherapie .....	2
1.3.3. Musiktherapie in der Geriatrie.....	2
2. Setting .....	3
2.1. Allgemeine Formen .....	3
2.1.1. Aktive Musiktherapie .....	3
2.1.2. Rezeptive Musiktherapie.....	3
2.2. NMT in der Gruppe und bei Einzelbehandlung.....	3
2.3. Stundenverlauf .....	3
3. Neurologische Musiktherapie (NMT); Ein evidenzbasiertes System standardisierter klinischer Techniken.....	4
3.1. Grundlegende Definitionen.....	4
3.2. Vorstellung der NMT Techniken.....	4
TIMP: Therapeutisches Instrumentalspiel .....	4
TS: Therapeutisches Singen.....	4
MMT: Musikalisches Mnemoniktraining.....	4
PSE: Patterned Sensory Enhancement (Musikalisches Sequenztraining).....	5
RSC: Rhythmic Speech Cueing (Rhythmisches Sprechtraining).....	5
MUSTIM: Musikalische Sprechstimulation .....	5
RAS: Rhythmisch-akustische Stimulation.....	6
Musikalisches Wunschkonzert, musikalische Biografiearbeit.....	6
Musikalisches „Fürspiel“ .....	6
4. Beständigkeit der Erinnerung; ein präventives musiktherapeutisches Modell für das schwindende Gedächtnis .....	7
Woher kommen die Probleme? .....	7
Wahrscheinlicher Grund .....	8
Das Modell “Beständigkeit der Erinnerung“ .....	9
Stimme .....	9
Improvisation .....	10
Instrumente.....	10
Thesen.....	10
Fazit.....	10
5. Ergebnisse .....	10
Literatur.....	12

# **1. Therapeutische Maßnahmen**

## **1.1. Was Musik als Therapie leistet**

Musiktherapeutisches Wissen befähigt das Team Soziale Betreuung dazu, Musik sensibel und wissenschaftlich fundiert zu nutzen. Nur so wird aus einem musikalischen Angebot Musiktherapie. Dieses Wissen ist die Basis, auf der multiprofessionelle Betreuungskonzepte gedeihen.

## **1.2. Was ist Musiktherapie?**

Musiktherapie ist ein anerkannter und wissenschaftlich fundierter therapeutischer Beruf. Mehrere in Deutschland seit etwa 30 Jahren etablierte Hochschulstudiengänge bieten eine akademische Ausbildung auf Bachelor und Master-Niveau. Es existiert eine Infrastruktur von Berufsorganisation sowie umfangreiche Fachliteratur.

Der Begriff Musiktherapie bündelt eine Vielzahl von Interventions- und Behandlungskonzepten, bei denen Musik eine zentrale Rolle spielt. Im Unterschied zu manch anderen Verwendungsformen von Musik- etwa Klangmassagen, Musikgeragogik, Musik in der Altenpflege- findet Musiktherapie immer im Rahmen einer therapeutischen Beziehung statt.

Die Altenarbeit im Allgemeinen und insbesondere die Arbeit mit Menschen mit Demenz werden von der Musiktherapie seit den 80er Jahren beachtet und beständig sowohl praxisbezogen als auch wissenschaftlich weiterentwickelt. Von den Ergebnissen musiktherapeutischer Forschung profitieren alle musikbezogenen Angebote an Demenzbetroffene.

In meiner Arbeit stelle ich konzeptionelle und praxisbezogene Untersuchungen an, die methodische, musikalische und erlebnisbezogene Qualitäten der Musiktherapie beschreiben und systematisieren. Dabei stelle ich zum Beispiel hochdetaillierte Fragen nach dem angemessenen musikalischen Material, nach musikbiografischem Wissen, nach der richtigen Art, die Kontaktfähigkeit des Patienten einzuschätzen (Muthesius et al. 2010), oder mit der Anwendung der Techniken der neurologischen Musiktherapie (Thaut 2014) oder durch den präventiven Einsatz Beständigkeit der Erinnerung lässt sich der Prozess des schwindenden Gedächtnisses positiv beeinflussen (Riazy 2017).

Arbeiten dieser Art tragen zu einem besseren Verständnis der Erfahrungen aus der Praxis der Musiktherapie bei und spezifizieren mehr und mehr nach den unterschiedlichen Diagnosen und Krankheitsphasen. Dabei wird jede Methode erst dann sinnvoll, wenn sie zu den handelnden Personen passt.

## **1.3. Definition der deutschen musiktherapeutischen Gesellschaft (DMtG)**

Musiktherapie ist der gezielte Einsatz von Musik im Rahmen der therapeutischen Beziehung zur Wiederherstellung, Erhaltung und Förderung seelischer, körperlicher und geistiger Gesundheit. Musiktherapie ist eine praxisorientierte Wissenschaftsdisziplin, die in enger Wechselwirkung zu verschiedenen Wissenschaftsbereichen steht, insbesondere der Medizin, den Gesellschaftswissenschaften, der Psychologie, der Musikwissenschaft und der Pädagogik.

Der Begriff „Musiktherapie“ ist eine summarische Bezeichnung für unterschiedliche musiktherapeutische Konzeptionen, die ihrem Wesen nach als psychotherapeutische zu charakterisieren sind, in Abgrenzung zu pharmakologischer und physikalischer Therapie.

Musiktherapeutische Methoden folgen gleichberechtigt tiefenpsychologischen, verhaltenstherapeutisch-lerntheoretischen, systemischen, anthroposophischen und ganzheitlich-humanistischen Ansätzen.

### **1.3.1. Psychotherapeutische Musiktherapie**

- Therapie zur Erhaltung, Wiederherstellung und Verbesserung seelischer und geistiger Gesundheit
- Psychotherapeutische Musiktherapeuten finden sich in:
  - Psychiatrie
  - Heilpädagogik
  - Autismus
  - Neonatologie (Bonding, Eltern-Kind-Beziehung, Traumaverarbeitung) Psychosomatik
  - Kinder- und Jugendpsychiatrie
  - Onkologie
  - Hospiz
  - Geriatrie
  - Schmerzerkrankungen

### **1.3.2. Neurologische Musiktherapie**

- Therapie auf funktioneller Ebene zur Verbesserung von Körperfunktionen (Gehen, Feinmotorik, Sprechen, Gedächtnisfunktionen wie z.B. Aufmerksamkeit/ Erinnerungsfähigkeit).
- Eine spezielle Methodik stellt die Neurologische Musiktherapie (NMT) von Michael Thaut / U.S.A dar, deren verschiedenen Methoden zur rehabilitativen Übungsbehandlung auf Forschungsergebnissen basieren (siehe Thaut et al. 2014).
- NMT's finden sich meist in:
  - Psychiatrie (Akutphase 1)
  - Heilpädagogik
  - Autismus
  - Menschen mit verschiedensten Behinderungen
  - Neonatologie (Erweiterung der sensorischen Fähigkeiten der Frühchen, Schluckhilfe etc) Neurologische Rehabilitation
  - Tinnitusserkrankungen, Hypoakusis, Cochlear Implant
  - Geriatrie
  - Onkologie (meist nicht im palliativen Bereich)

### **1.3.3. Musiktherapie in der Geriatrie**

Für die häufigsten psychischen bzw. psychiatrischen Erkrankungen im Alter - Depression und Altersdemenz - bietet Musiktherapie grundlegende Hilfen.

Depressiven Patienten, deren Gefühlswelt erstarrt ist, stellen einige Charaktereigenschaften der Musik basale Unterstützungspotentiale bereit. Der wichtigste Aspekt bei dieser Erkrankung ist die emotionalisierende Wirkung von Musik, die die

Gefühlsleere füllen und die Erstarrung verflüssigen kann. Wo die Gefühlsebene nicht mehr verbalisiert werden kann, ersetzt musikalisches Erleben die Worte und fördert differenzierende Wahrnehmung. Andere Aspekte der Musik sind beispielsweise ihre Funktion als Erinnerungsträger. Musik aktiviert Assoziationen an - meist positiv besetzte - Erlebnisse der Vergangenheit und kann helfen, Lebensbilanzen besser zu bewerten und die brüchig gewordene Identität zu stabilisieren. Musikmachen fördert darüber hinaus die Bereitschaft zu experimentieren, sich probenhalber auf neue Erfahrungen einzulassen und neue Lösungswege zu suchen.

Für altersdemente Patienten ist an erster Stelle eine Funktion der Musik zu nennen: Erinnerungen zu wecken. Da die Erkrankten schwerpunktmäßig in der Realität ihrer Kindheit und Jugend leben, knüpft die Musik hier an ihre Ressourcen an: Die prägenden musikalischen Erfahrungen werden in Kindheit und Jugend gemacht und erweisen sich als "resistent" gegen das Vergessen. Ein altersdementer Patient, der die Orientierung zu sich selbst verloren hat und seinen Namen nicht mehr aussprechen kann, kann aber mühelos ein vielstrophiges Volkslied singen. Die Erfahrung, dies noch zu können, trägt zum Identitätserhalt, zum Angstabbau und somit zur einem erheblichen Stück Lebensqualität bei. Die Emotionalität, über die Altersdemente noch sehr viel länger verfügen, als über kognitive Fähigkeiten, wird mit Hilfe vertrauter Musik gezielt angeregt und mündet nicht selten in erhöhte Wachheit und Verbalisierungsfähigkeit: Erlebnisse aus dem Altgedächtnis können wiedererzählt werden. Auch die äußere Beweglichkeit nimmt zu, und bei der Bewegung zur Musik werden wichtige Vitalfunktionen wieder angeregt.

## **2. Setting**

### **2.1. Allgemeine Formen**

Am MGH wird aktive und rezeptive Musiktherapie durchgeführt.

#### **2.1.1. Aktive Musiktherapie**

Für die aktive Musiktherapie sind besonders Bewohner geeignet, die durch die vielfältigen Wirkungen des Musizierens auf Körper und Psyche angesprochen werden sollen

#### **2.1.2. Rezeptive Musiktherapie**

Die rezeptive Musiktherapie wird für bestimmte Bewohner durchgeführt, die dabei besonders die entspannende und regulative Wirkung von klassischer Musik erfahren können. Die damit verbundenen Gesprächsrunden berücksichtigen den kommunikativen Aspekt und fordern und trainieren daneben kognitive Leistung (wie z.B. das Gedächtnis).

### **2.2. NMT in der Gruppe und bei Einzelbehandlung**

*Indikationen:* Demenz, Dystonie, Dysarthrie, Dysphonie, Fazialisparese, Gedächtnistraining, gestörte Wortflüssigkeit, Hemiparese, infantile Zerebralparese, M.Parkinson, schwere Sprachproduktionsstörung.

### **2.3. Stundenverlauf**

Einleitung und Begrüßung

- Interventionen
- Abschluss

### **3. Neurologische Musiktherapie (NMT);**

#### **Ein evidenzbasiertes System standardisierter klinischer Techniken**

##### **3.1. Grundlegende Definitionen**

- Neurologische Musiktherapie ist definiert als der therapeutische Einsatz von Musik bei Patienten mit kognitiven, sensorischen und motorischen Dysfunktionen, die auf eine neurologische Erkrankung des menschlichen Nervensystems zurückzuführen sind.
- Neurologische Musiktherapie basiert auf einem neurowissenschaftlichen Modell der Musikperzeption und Produktion und des Einflusses von Musik auf funktionale Veränderungen nicht-musikalischer Gehirn- und Verhaltensfunktionen (R- SMM).
- Behandlungstechniken der Neurologischen Musiktherapie basieren auf wissenschaftlicher Forschung und sind auf funktionale therapeutische Ziele ausgerichtet (TDM).
- Behandlungstechniken sind standardisiert und diese sogenannten "Therapeutic Music Interventions (TMI)" können in der Therapie den jeweiligen Bedürfnissen des Patienten angepasst werden.
- Neurologische Musiktherapeuten sind von der RF Unkefer Academy for Neurologic Music Therapy zertifiziert und werden in ihrem Register aufgeführt.

##### **3.2. Vorstellung der NMT Techniken**

###### **TIMP: Therapeutisches Instrumentalspiel**

*Def.:* TIMP beinhaltet das Spiel auf Musikinstrumenten mit dem Ziel funktionale Bewegungsmuster zu trainieren und zu stimulieren. Die Musikinstrumente werden entsprechend dem Therapieziel ausgewählt um Bewegungsausmaß, Ausdauer, Kraft, funktionale Handbewegungen, Fingerfertigkeit oder Koordination anzusprechen (Elliot 1982; Clark & Chadwick 1980). Bei TIMP werden die Instrumente auf unkonventionelle Art gespielt und räumlich so angeordnet, dass die angestrebte Bewegung geübt werden kann. Es werden zahlreiche Hilfsmittel eingesetzt, um den motorischen Einschränkungen der Patienten Rechnung zu tragen.

###### **TS: Therapeutisches Singen**

*Def.:* Mit therapeutischem Singen (TS) werden allgemeine Sprech-, Sprach- und Atemfunktion durch Singen angesprochen. TS zeigt nachweisbaren positiven Einfluss auf eine Vielzahl neurologischer und entwicklungsbedingter Dysfunktionen des Sprechens und der Sprache (Glover, Kalinowski, Rastatter, & Stuart, 1996; Jackson, Treharne, & Boucher, 1997). Beim Singen werden sprachliche (Liedtext) und musikalische Elemente in einer Ausführung zusammengefasst. Mit hoher Wahrscheinlichkeit wirkt sich Singen durch seine automatische Silbenzusammenfassung und rhythmischer Antizipation vorteilhafter in der Sprach- und Sprechrehabilitation aus als das Sprechen.

###### **MMT: Musikalisches Mnemoniktraining**

*Def.:* MMT besteht aus musikalischen Übungen, um verschiedene Funktionen des sich Rememberns und Wiederabrufens anzusprechen. Unmittelbarer Wiederabruf von Klängen oder gesungenen Wörtern mit musikalischen Stimuli wird für das Training von

Kurzzeitgedächtnis genutzt. Musikalische Stimuli werden als mnemonisches Hilfsmittel oder Erinnerungsschablone in Liedern, Reimen, Gesängen oder zum Lernen nichtmusikalischer Information durch Sequenzierung benutzt. Dadurch werden die Informationen in zeitlich strukturierte Muster oder Ketten (Chunks) angeordnet (Deutsch 1982, Gfeller 1983, Wallace et al. 1994, Claussen 1997, Maclcr 1996).

#### **PSE: Patterned Sensory Enhancement** (Musikalisches Sequenztraining)

*Def.:* PSE ist eine Technik bei der rhythmische, melodische, harmonische und dynamisch-akustische Elemente der Musik so gestaltet werden, dass sie zeitlich, räumlich oder kraftbezogene Anker für die Bewegungsausführung bieten. Geübt werden Bewegungen, welche funktionale Übungen oder ADL darstellen. PSE hat ein breiteres Anwendungsspektrum als RAS, da es 1) auf nicht biologisch rhythmische Bewegungen (wie die meisten Arm- und Handbewegungen, oder funktionale Bewegungsabläufe wie sich anziehen, Transfer vom Sitz-zum-Stand) angewandt werden kann und 2) werden hier nicht nur zeitliche Anker präsentiert.

Es werden musikalische Muster genutzt, um einzelne, feine Bewegungen (wie z.B. Arm- und Handbewegungen beim Ausstrecken und Greifen) als funktionale Bewegungssequenzen zu trainieren. PSE schafft eine akustische Schablone, welche eine zeitliche, räumliche und dynamische Vorlage für das Training bietet (Thaut et al. 1991).

#### **RSC: Rhythmic Speech Cueing** (Rhythmisches Sprechtraining)

*Def.:* RSC beschreibt die Benutzung rhythmischer Stimuli, um die Sprechinitiation und -rate zu manipulieren. Der Therapeut kann dabei die Hand des Patienten, eine Trommel, oder ein Metronom nutzen um Sprechrhythmus und Sprechrates zu triggern. Die Technik ist hilfreich bei der motorischen Planung von Apraxiepatienten, bei der muskulären Koordination bei Dysarthrie oder bei der Unterstützung von Wortflüssigkeitsstörungen.

#### **MUSTIM: Musikalische Sprechstimulation**

Mit Liedern, Reimen und Gesang bietet sich dem aphasischen Patient die Möglichkeit aussagefähige Sprechmuster zu produzieren. Besonders bewährte sich in diesem Zusammenhang das Singen bekannter Lieder, da der Liedtext durch das häufige Singen überlernte, automatisierte Sprechmuster beinhaltet. Beispielsweise Volkslieder wurden von den Patienten häufig gehört und gesungen, was bedeutet, dass deren neuronale Repräsentation nicht nur enge Verbindungen zu deren musischen und lyrischen Inhalten zeigt, sondern ebenso eng mit den motorischen Aktivierungsprogrammen während des Singens dieser Liedtexte verknüpft ist. Einen ähnlichen Effekt bieten ebenso häufig wiederholte automatisierte Formulierungen wie das Aufzählen der Monate eines Jahres, das Alphabet, oder das Zählen bis zehn. Diese. Diese automatisierten Sprechmuster erweisen sich als weniger störungsanfällig als die Fähigkeit des freien Sprechens.

Lieder und andere überlernte Informationen werden im Langzeitgedächtnis gespeichert.

Auf diese Weise kann der Patient beim Singen eines ihm bekannten Liedes damit verbundene Erinnerungen aktivieren, die ebenso die Produktion situationsadäquater Wörter zur Benennung damit verbundener Erlebnisse oder Gefühle aktivieren können.

Zusammengefasst kann MUSTIM angewendet werden, um durch das Singen bekannter Lieder funktionale Sprechreaktionen zu erzeugen. Zum anderen kann das Singen bekannter Lieder Assoziationen hervorrufen, die die Produktion passender Sprachreaktionen fördern können (Basso, Capitani, & Vigndo, 1979).

### **RAS: Rhythmisch-akustische Stimulation**

*Def.:* RAS fasilitiert intrinsisch biologisch-rhythmische Bewegungen, v.a. das Gehen. RAS baut auf den physiologischen Effekten von auditorischem Rhythmus auf das motorische System auf um die Bewegungskontrolle bei funktionalen, gleichmäßigen und adaptierten Gangmustern zu verbessern. RAS kann auf zwei Arten benutzt werden: 1) als ein unmittelbarer Ankopplungsstimulus, der rhythmische Anker während einer Bewegung bietet und 2) als ein Fazilitationsstimulus für ein Training um ein besseres Gangbild zu erreichen.

Bei der Anwendung von RAS in der Behandlung von Gangstörungen, umfasst das Protokoll ein sogenanntes schrittweises Ankoppeln an den Grenzyklus. Man benutzt diese Strategie zur Optimierung, indem der Therapeut anfangs die Frequenz auf den aktuellen Grenzyklus einstellt, bzw. die bevorzugte Kadenz. Sobald der Patient an die rhythmische Stimulation ankoppelt, wird die Frequenz erhöht, um auf die prämorbid Kadenz des Patienten hinarbeiten. Ein normaleres Gangbild wird erreicht, soweit die neurologischen und mechanischen Einschränkungen dies zulassen. Diese bedeutet, dass das RAS-tempo die Fähigkeit des Patienten nicht überschreiten sollte. (Thaut et al. 1999, s. Anhang)

### **Musikalisches Wunschkonzert, musikalische Biografiearbeit**

Der Patient wird eingeladen, eine Musik mitzubringen, die er besonders gerne mag oder - im Falle musikalischer Biografiearbeit- die in seinem Leben oder während eines bestimmten Lebensabschnitts für ihn eine besondere Bedeutung hatte (wobei die Lieblingsmusik sich oft auch als biografisch wichtig herausgestellt). Im gemeinsamen Anhören diese Musik wird Erleben geteilt (Sharing) und im anschließenden Gespräch ihre besondere Bedeutung für den Patienten herausgearbeitet.

Das musikalische Wunschkonzert eignet sich als ressourcenorientierte, die musikalische Biografiearbeit eher als problemzentrierte oder lebensorientierte Interventionen; die Interventionsformen finden psychodynamisch bei stark abwehrenden Patienten gerne als Therapieeinstieg Verwendung, können aber auch als lebensorientierte Einstieg in die Analyse kognitiver Inhalte und Prozesse verstanden werden.

### **Musikalisches „Fürspiel“**

Dabei spielt der Therapeut (im Gruppensetting auch mit der Gruppe) für einen Patienten, um diesem Empathie, Nähe und Präsenz erlebbar zu machen. Der Patient wird dabei unterstützt, genau festzulegen, welche Spielweise an welchen Instrumenten (Klang, Atmosphäre, Tempo, Dynamik und Spielbewegung) geeignet wären, um von ihnen als supportiv und wohltuend erlebt werden zu können. Diese ressourcenstärkende Form rezeptiven Arbeitens eignet sich besonders in Krisen während des Therapieverlaufs oder nach einer anstrengenden therapeutischen Arbeitsphase. Indem der Patient sich aktiv um Fürsorge und Unterstützung kümmert und diese ihm musikalisch gewährt wird, erlebt er



Selbstwirksamkeit. Im Gruppensetting kann diese Interventionsform die Kohärenz und emotionale Nähe unter den Gruppenteilnehmern erhöhen.

#### **4. Beständigkeit der Erinnerung ein präventives musiktherapeutisches Modell für das schwindende Gedächtnis**

von Salam Riazzy

Das menschliche Gedächtnis und die Erinnerung verursachen Wachstum, Entwicklung und sind bezeichnend für die Identität. Diese Faktoren sind verantwortlich für das Erkennen und die Kompatibilität mit der Umgebung.

Die Frage, wie man einer Schwächung des Gedächtnisses vorbeugt und dessen Leistung stärken kann, ist gegenwärtig in der Forschung noch immer nicht klar beantwortet.

Medizin und Pharmaindustrie versuchen sehr kostenintensiv Präparate zur Prävention/Verlangsamung des geistigen Abbaus zu produzieren, dabei bewirken auch Angebote Effekte, die Geist und Emotion aktivieren, so dass der Mensch mit seinem Wesen und Dasein übereinstimmt.

Denn jeder Mensch hat das Grundbedürfnis, mit der Menge seiner Erinnerung und seinem Gedächtnis, ein qualitativ, gutes Leben zu führen. Besonders wichtig ist es, dass der Umgebung, in der dieses stattfindet, die Aufgabe zukommt, einen Übergang zu schaffen und somit die geistigen Fähigkeiten des Menschen aufzuwerten.

##### **Woher kommen die Probleme?**

Louise L.Hay zeigt in ihrem Buch "Heile deinen Körper", dass sich mit affirmativen Sprüchen sich die Gedankenmuster ins Bejahende umwandeln lassen. Die neuen Muster führen zu Gesundheit und Heilung. Das Denken wird flexibler und führt dazu, dass Menschen befähigt werden, andere Ansichten mit liebevollem Verständnis anzunehmen.

Sie stellt als Ergebnis tabellarische Affirmationen zur Heilung in drei Abschnitten vor: Problem, wahrscheinlicher Grund, Neues Gedankenmuster mit der Frage, ob man zwischen seinen damaligen oder jetzigen Körperproblemen mit der Tabelle einen Zusammenhang findet.

Anhand der Tabelle kann man verstehen, welche Gedankenmuster diesen Zustand und diese Störung mitbringen.

Wenn wir also die Ursache für das Bestehen eines gewöhnlichen Gedankenmusters erkennen, können wir uns durch das Wiederholen eines neuen Gedankenmusters in Richtung eines Heilungsweges orientieren.

##### *Veränderung der Gedankenmuster*

Was denkst du jetzt, in diesem Augenblick?

Die Veränderung der Gedankenmuster ist für uns als Mensch sehr wichtig. Die Tür für die Veränderung ist: Jeder sollte sich selbst im Hier und Jetzt bestätigen und akzeptieren. Das in unserem Leben Geglückte und das Missglückte sind oft die Ergebnisse unserer

Gedankengänge, die unsere Erfahrungen formen. Es ist das Grundmuster, womit wir uns herumschlagen. Mit anderen Worten: Jeder Gedanke baut die nächsten Momente und somit die Zukunft auf.

Gerade da, wo verbale Kommunikation erschwert oder unmöglich ist, bietet Musiktherapie eine Möglichkeit, Interaktion zu fördern, Dialoge aufzubauen und möglicherweise Zugang zu nicht (oder noch nicht) verbalisierbaren Problemen zu schaffen.

Mit Musik lässt sich die größere Nähe zum emotionalen Bereich schon neurophysiologisch mit der Tatsache begründen, dass Sinnesreize über das Gehör, über den Thalamus das limbische System erreichen.

Auf der anderen Seite ist die Musik eine universelle Sprache und wird vom Menschen hervorgebracht. Um zu kommunizieren, benötigen wir Sprache.

Diese macht sich die Musiktherapie in der Form zunutze, dass sie den musikalischen Ausdruck ins Zentrum der Behandlung rückt.

### **Wahrscheinlicher Grund**

Hays Tabelle zufolge ist der wahrscheinliche Grund von Alzheimer und Demenz:

- Weigerung, mit der Welt so umzugehen, wie sie ist
- Hoffnung und Hilflosigkeit
- Wut
- Angst (od. eine Form der Machtausübung und Kontrolle über die Menschen in der Umgebung)
- Fluchtversuche vom Leben

### *Warum?*

- Halte ich meine Probleme lang aus?
- Trete ich mit Entschlossenheit für meine Sache ein?
- Kann ich nicht mit anderen einen vertrauten Kontakt aufnehmen?
- Fühle ich mich so, dass andere mich nicht verstehen?
- Sehe ich das Leben durch eine pessimistische Brille?
- Erlaube ich anderen, mich innerlich durcheinanderzubringen?
- Trage ich für mich Verantwortung?
- Fühle ich mich leer und wertlos?

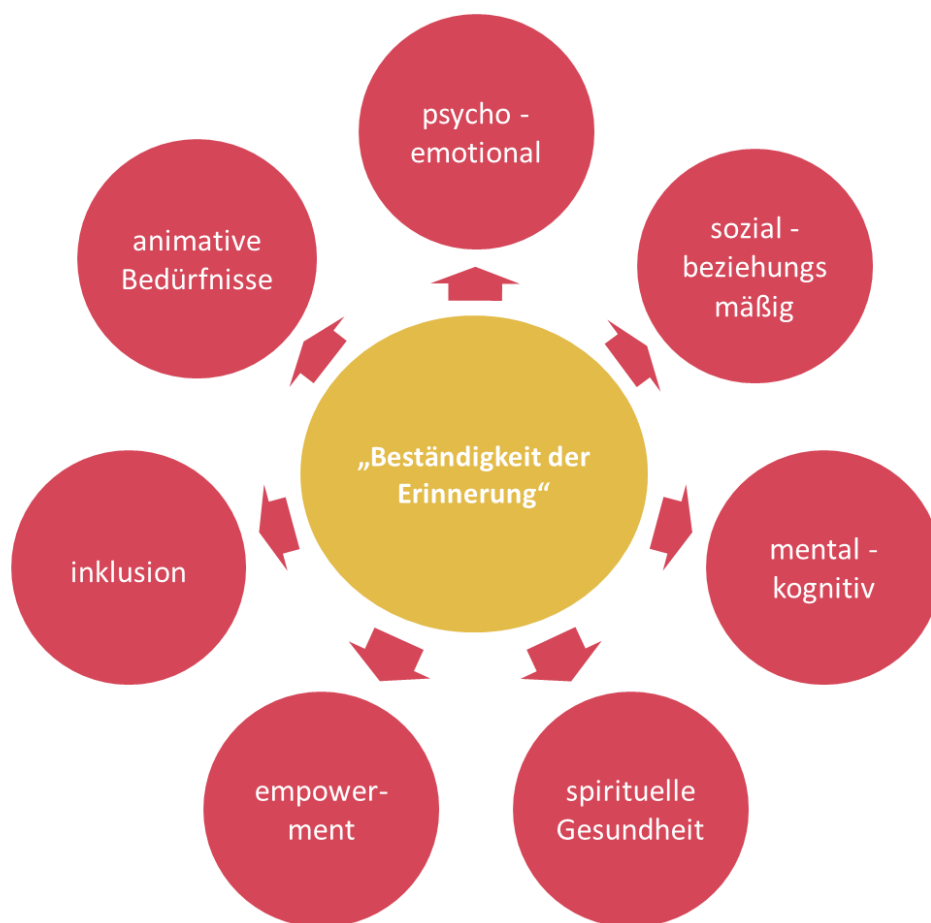
### *Neues Gedankenmuster*

- Es gibt für mich immer einen neuen und besseren Weg, das Leben zu erfahren.
- Ich vergebe der Vergangenheit und lasse sie los.
- Ich schreite weiter zur Freude.
- Die Intelligenz des Universums wirkt auf jeder Ebene des Lebens.
- Ich bin an meinem perfekten Platz und zu jeder Zeit in Sicherheit.

Selbst wenn der Gedächtnisspeicher sichtbar zu schwinden beginnt, haben wir dennoch alte Denkmuster schon hinter uns. Wir können den alten Unsinn endlich loslassen. Jetzt, in diesem Moment. Auch der kleinste Anfang ändert schon etwas.

## Das Modell "Beständigkeit der Erinnerung"

- beschreibt Musiktherapie als die geschickte Nutzung von Musik und musikalischen Elementen von einem akkreditierten Musiktherapeuten. Das Hauptanliegen ist es, psycho-emotional, sozial-beziehungsmäßig, mental-kognitiv und spirituelle Gesundheit zu stabilisieren, zu validieren sowie Empowerment, Inklusion, animative Bedürfnisse zu fördern.
  - In der Musiktherapie schaffen die Menschen eine musikalische Sprache mit spielbaren Instrumenten, ihren Stimmen und allen erdenklichen Gegenständen, die ihre emotionalen und körperlichen Zustände widerspiegeln.
- arbeitet mit Gedankenmuster der TeilnehmerInnen durch musiktherapeutische Interventionen, um das Defizit des Vergessens zu senken und die schönen Erinnerungen wieder zu steigern.



Handlungsleitend sind animative Bedürfnisse, die der Stabilisierung und Förderung unterschiedlicher Ebenen dienen. In diesem individuellen Prozess lässt sich Inklusion einfacher umsetzen und Empowerment steigern.

- Die Sitzungen finden kurzzeitig oder über einen längeren Zeitraum in aktiven, rezeptiven Formen als Einzel- und Gruppentherapie statt.

## Stimme

So wie bestimmte Grundgefühle wie Trauer und Wut, Freude usw. in allen Völkern, die gleiche körperliche Ausdrucksform haben (lachen, weinen...), gibt es auch in der Musik universelle Darstellungen von diesen Gefühlen. Die Stimme als körperliches Instrument

teilt uns sofort die Stimmung oder die persönliche Befindlichkeit unseres Gegenübers mit. Auch über andere Instrumente kann solchen inneren Zuständen eine Stimme verliehen werden.

Die bekannten Lieder zu singen ist besonders eng mit der eigenen Lebensgeschichte und Biografie verknüpft.

### Improvisation

Das freie Spiel der TeilnehmerInnen auf einfach spielbaren Instrumenten/Gegenständen, ohne Noten oder sonstigen Vorgaben, ermöglicht ihnen, ohne Worte Gefühle auszudrücken. Es kann aufregend oder beruhigend, freudig oder ergreifend sein, kann Erinnerungen berühren und kraftvoll mit unseren Gefühlen in Resonanz treten, die uns unterstützen, sie auszudrücken und mit anderen zu kommunizieren.

### Instrumente

- Melodische: Klavier, Gitarre, Orffinstrumente, Veehharfe
- Klanginstrumente: Monochord, Körpertambura, Sansula/Kalimba, Ocean Drum, Klangschale, Klangspiele, Stimmgabel
- Rhythmus: Trommeln, Kleinperkussion, Orffinstrumente
- Tonträger

### Thesen

- Erkenntnisse und Erfahrungen aus der Musiktherapie können im täglichen Leben zur Prävention von erstarrenden Gedankenmuster dienen
- Eine therapeutische Beziehung hat als Hauptanliegen, das Leben auf eine qualitativ höheren Ebene zu führen
- Das vorliegende musiktherapeutische Angebot sollte für sämtliche weiteren Fälle erweitert werden

### Fazit

- Durch den präventiven Einsatz des musiktherapeutischen Modells „Beständigkeit der Erinnerung“ lässt sich der Prozess des schwindenden Gedächtnisses positiv beeinflussen.
- Das Leben ist überhaupt nicht passiv und statisch. Sei bereit, deinen Ton und Gedanken zu ändern, und beobachte, wie dein Leben sich verändert. Es liegt in deinem Willen und ist deine Wahl. Niemand denkt in deinem Kopf außer Dir.

## 5. Ergebnisse

Die Arbeit mit Senioren in den letzten drei Jahren, die Erfahrungen sowie Studien zeigen mir folgende Punkte:

- *In Bewegung kommen*

Musik ist ein dynamischer Prozess und hilft, Erstarrung und Antriebsarmut zu begegnen, indem körperliche Bewegungen aktiviert werden.

➤ *Leere Räume und Leere Zeiten mit Lebendigkeit füllen*

Musik verschafft Lebensqualität, weil sie zu den menschlichen Grundbedürfnissen gehört und hilft, Strukturen zu schaffen.

➤ *Sinnliche Wahrnehmung aktivieren*

Musik und Musizieren ist nicht nur ein akustischer Sinneseindruck, sondern auch ein haptischer und ein visueller.

➤ *Eigene Wirksamkeit spüren*

Musik hilft, sich selbst als kompetent zu erleben und Entscheidungen für sich selbst zu treffen.

➤ *Erinnerungen ermöglichen*

In der Musik und in der Erinnerung mischen sich Gefühle – widersprüchliche Gefühle können gleichzeitig erlebt werden.

Musik und Klänge können auch angstbesetzte Erinnerungen oder Traumata beleben oder an alltägliche Aufgaben erinnern.

## Literatur

- Altenpflege Aktivieren; Das Magazin für die Soziale Betreuung, 2.2016
- Am Ende des Lebens von Anni Reiber. Protokoll einer musiktherapeutischen Sterbebegleitung. (Hg.: Deutsche Gesellschaft für Musiktherapie, Reihe: Beiträge zur Musiktherapie Nr. 454, C. Steinert/ D. Muthesius, 2004
- Demenz und Atmosphäre; Musiktherapie als ästhetische Arbeit, Jan Sonntag, Mabuse-Verlag, 2013
- Depression im Alter. Ein Beitrag der Musiktherapie zur Trauerarbeit, In: Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie 25 (6), S. 391-396, S. Jochims 1997
- Gib mir mal die große Pauke; Musikalische Gruppenarbeit im Altenwohn- und Pflegeheim, Maris Marchand, Waxmann, 2012
- Handbook of neurologic music therapy, Edited by Michael H. Thaut & Volker Hoemberg, Oxford University Press, 2014
- Heile deinen Körper; Seelisch-geistige Gründe für körperliche Krankheit, Louise L. Hay, Lüchow in J. Kamphausen, 1988
- Improvisation erforschen- improvisierend forschen; Beiträge zur Exploration musikalischer Improvisation, Reinhard Gagel & Matthias Schwabe (Hg.), transcript Verlag, Bielefeld, 2016
- Inszenierungen des Sterbens – innere und äußere Wirklichkeiten im Übergang. Eine psychoanalytische Studie über den Prozess des Sterbens anhand der musiktherapeutischen Praxis mit altersdementen Menschen. B. Dehm-Gauwerky, Marburg: Tectum Verlag, 2006
- Music Therapy for non-musicians, Tes Andrews, Dragonhawk Pub., 1997
- Music Therapy in Psychiatry, Medicine an Psychology, Ali Zadeh Mohammadi, Asrare Danesh Verlag. 2002
- Music therapy world. Musiktherapie in der Behandlung von Demenz. David Aldridge(Hrsg.), Books on demand GmbH. Norderstedt, 2003
- Musik – Demenz – Begegnung. Musiktherapie für Menschen mit Demenz. D. Muthesius/ J.P. Sonntag/ B. Warme/ M. Falk: Frankfurt: Mabuse-Verlag, 2010
- Musik bewegt; Mit Evergreens Herz und Hirn aktivieren, Bettina M. Jasper & Simone Willig, Vincentz Network, Hannover, 2016
- Musik bis ins hohe Alter. Fortführung, Neubeginn, Therapie, Rosemarie Tüpker/ Hans Hermann Wickel (Hg.), LIT-Verlag, Münster, 2001
- Musiktherapeutische Techniken. In W. Senf & F.-P. Begher (Hrsg.), Techniken der Psychotherapie. Ein methodenübergreifendes Kompendium. Stuttgart u.a: Thieme, 2013
- Musiktherapie bei Alzheimerpatienten. Eine Meta-Analyse von Forschungsergebnissen, In: Musiktherapeutische Umschau, Bd. 18, Heft 4, S. 268-283, H. Smeijsters, 1997
- Musiktherapie in der Gerontopsychiatrie. Ein Lehrfilm (DVD). M. Schnauffer: Stuttgart, Vandenhoeck & Ruprecht, 2009

Musiktherapie mit Senioren, Albrecht v. Blanckenburg, Schulz-Kirchner Verlag, 2008

„Schade um all die Stimmen...“. Erinnerungen an Musik im Alltagsleben, Reihe: Damit es nicht verloren geht..., D. Muthesius(Hg.), Bd.46, Hg: M.Mitterauer, P.P.Kloß, Wien: Böhlau Verlag, 2001  
Aktivieren mit Sprichwörtern, Liedern und Musik; Praxismodelle für die Begleitung hochbetagter und demenzkranker Menschen, Schott Music, 2013

[www.bamt.org](http://www.bamt.org)

[www.mit-musik-geht-reha-besser.de](http://www.mit-musik-geht-reha-besser.de)

[www.mpg.de](http://www.mpg.de)

[www.musictherapy.ca](http://www.musictherapy.ca)

[www.musiktherapie.de](http://www.musiktherapie.de)

[www.psychotherapie-berthold-mohr.de](http://www.psychotherapie-berthold-mohr.de)

[www.zantopp.de](http://www.zantopp.de)

<http://holistic-bodywork.org>

<http://kbo-agatharied.de>

<http://www.pflegeportal.ch>