

Mit Rockmusik gegen Spastiken

Station24 | 03.08.2015



Daniel Fernholz ist examinierter Krankenpfleger und arbeitet seit einiger Zeit als freiberuflicher Musikgeragoge. Seit rund zwei Jahren singt er regelmäßig nicht nur für, sondern vor allem mit demenzerkrankten Bewohnern im Helenenhof im niedersächsischen Burgdorf.

„Es geht beim Singen um Erinnerungsmusik und um das Gemeinschaftserlebnis“, erläutert der 57-jährige Alterspädagoge, der mehrere Fortbildungen im Umgang mit Demenzerkrankten absolviert hat. Alle Lieder, die er mit den Bewohnern singt, haben einen biografischen Hintergrund und sind den Bewohnern aus der Jugend oder Kindheit bekannt. Mit dieser Musik könne man Demenzerkrankte erreichen und Emotionen wecken.

Wenn Fernholz mit den Bewohnern Lieder wie „Heimweh“ oder „Wenn alle Brunnlein fließen“ anstimmt, stellt er die Gitarre leiser und nimmt sich selbst ein wenig zurück. „Ich will, dass die Bewohner ihre eigene Stimme und die der Mitsänger hören“, sagt der Musiker, der beim Singen im Kreis immer wieder den direkten Kontakt mit einzelnen Bewohnern sucht.

Zunächst singen etliche die Lieder leise mit, einige haben die Augen geschlossen und lauschen einfach nur, andere werden mit der Stimme etwas lauter, wenn Fernholz sie direkt ansingt. Der Musikgeragoge verbreitet gute Stimmung, Spaß mit den Bewohnern und erntet ein zustimmendes Kopfnicken, wenn er in den Kreis ruft: „Rote Lippen soll man küssen.“

Richtige Töne sind sekundär

Fernholz verteilt seine musikalische Aufmerksamkeit gleichmäßig und fordert die Bewohner auf, ihre Musikwünsche mitzuteilen. „Man ist nie zu alt zum Singen“, ruft er aufmunternd. Ein Herr, der schon fast blind ist, liegt im Rollstuhl mit geschlossenen Augen und lauscht den Melodien. Eine andere Dame wird unruhig und möchte wieder in ihr Zimmer. Eine Pflegekraft schiebt ihren Rollstuhl behutsam aus der Runde.

„Es geht darum, die Menschen in ihrem musikalischen Ausdruck zu bestärken und nicht darum, sie zu übertönen“, sagt Fernholz. Ob die Töne richtig oder falsch herauskämen, sei sekundär. Entscheidend ist für ihn vielmehr, dass über die Musik eine Begegnung auf gleicher Augenhöhe möglich werde. Das sei für die Bewohner, die im Alter etliche Fähigkeiten verloren hätten, wichtig.

Welche Bedeutung die Musik auch für andere Erkrankungen hat, macht Fernholz an einem Beispiel deutlich. „Wir haben im Helenenhof“, sagt der Musikgeragoge, „einen älteren Menschen, der beim täglichen Waschen unter heftigen spastischen Zuckungen litt.“ Das sei auch für die Pflegekräfte nicht einfach, damit gut umzugehen.

Als man ihm Rockmusik vorgespielt habe, habe er sich entspannt, und die Spastiken hörten auf. Der Mann habe sich in den Heimalltag integrieren können und nehme nun aktiv teil. „Empathie“, sagt Fernholz, „ist im Umgang mit Demenzerkrankten ganz wichtig.“

Fortbildungsprogramm für Haupt- und Ehrenamtliche

An den Erfolg des Singens glaubt auch Theo Hartogh. Der Professor für Musikpädagogik an der Universität Vechta hat mit einigen Mitarbeitern ein neues Fortbildungsprogramm zum Thema Singen und Musizieren mit demenziell erkrankten Menschen konzipiert.

Der Kurs richtet sich an haupt- und ehrenamtliche Mitarbeiter in der Pflege und findet im September in der Katholischen Akademie Stapelfeld statt. Die Fortbildung sei notwendig, weil es immer noch zu wenig Heime gebe, die der Bedeutung von Musik im Pflegealltag gerecht würden.

„Je fortgeschrittener die Erkrankung ist, um so wichtiger ist es, den Dementen über Liedtexte aus der Jugend zu stimulieren.“ Das erhalte und steigere die Lebensqualität und könne sogar als Strukturierung für den Alltag dienen, indem morgens und abends gesungen werde. Es gehe darum, den Demenzerkrankten über Musik Lebensfreude und fröhliche Stimmung zu vermitteln.

Das könne im Pflegealltag der Verschlimmerung körperlicher, kognitiver und seelischer Leiden entgegenwirken. Die Musik setze einen positiven Akzent im Tages- und Wochenablauf und spende Trost. Auch in der Hospizarbeit und bei Komapatienten habe man gute Erfahrungen mit Musik gemacht, sagt Hartogh.

Lieder aus der eigenen Biographie

Jeden Donnerstagnachmittag kommt er in den Helenenhof und singt mit rund 30 Bewohnern gängige Lieder aus den 30er- 40er- und 50er-Jahren. Darüber hinaus bietet er einmal im Monat offenes Singen an und macht Einzelbesuche für bettlägerige Bewohner.

Gemeinsam mit den Bewohnern hat er ein Liederheft mit 54 bekannten Texten erarbeitet, aus dem gesungen wird. Darunter finden sich Lieder wie: „Am Brunnen vor dem Tore“ , „Seemann lass das Träumen“ oder „Hoch auf dem gelben Wagen“.

„Anfangs“, sagt Fernholz, „habe ich mit den Bewohnern Stimmübungen probiert.“ Aber das habe kein Interesse geweckt, sodass er jetzt darauf verzichte. Stattdessen werden zum Aufwärmen der Stimme Gedichte gesprochen. Das komme besser an. Die Wunschlieder sowie die Gedichte von Heinz Erhardt sind in großen Buchstaben gedruckt, damit sie für die Bewohner gut lesbar sind.

Über die Musik sozial integriert

Häufig wird Fernholz von Wolfgang Grabowski mit der Mundharmonika begleitet, wenn er mit den Bewohnern singt. Der 78-Jährige aus Ehlershausen bei Burgdorf kommt bei den Bewohnern gut an. Sie mögen ihn, lauschen den Melodien seiner Mundharmonika und folgen ihm mit ihren Blicken.

Wenn die Singstunde vorbei ist, fragen sie ihn, ob es schwer sei, Mundharmonika zu lernen und lassen sich von ihm die Techniken zeigen. Wolfgang Grabowski passt altersmäßig gut in die Gruppe, und vielen ist die Mundharmonika noch aus der Kindheit und Jugend bekannt.

Heimleiterin Ute Litzinger ist von der Wirkung der Musik überzeugt. „Selbst hochbetagte Bewohner kommen zum Gruppensingen.“ Die wüssten dann zwar nicht mehr, wie der Musikgeragoge heiße, aber die bekannten Melodien seien präsent. Die Musik ermögliche es ihnen, in der Gemeinschaft aktiv zu werden und sie seien sozial integriert.

AutorIn

Ingrid Hilgers

» [weitere Artikel von Ingrid Hilgers](#)

» [weitere Artikel aus "Heim"](#)