

Wie Musik als Sprache der Seele Demenzkranken hilft!

Musiktherapie öffnet die Tür zur Erinnerung und zur eigenen Gefühlswelt

Untersuchungen zeigen, dass es viele Wege gibt, die klinischen Zeichen einer Alzheimer-Demenz zu mindern.

Zuerst hilft der regelmäßige Kontakt zu Angehörigen, Nachbarn, Freunden, Pflegern und freiwilligen Helfern. Neben dem Menschen fällt auch den stationären Einrichtungen eine immer größere Bedeutung zu. Hier helfen den Betroffenen Wohnräume, die Orientierung und Sicherheit bieten – mit kurzen Wegen, viel Licht, Böden und Wänden mit Leuchtstreifen.

Als ein weiterer Baustein aktiver Unterstützung hat sich die wirkungsvolle Musiktherapie erwiesen.

Hierzu sagt die Deutsch Musiktherapeutische Gesellschaft:

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 eigenen Namen nicht mehr aussprechen kann, ist aber in der Lage mühelos ein vierstrophiges Volkslied zu singen. Die Erfahrung, dies noch zu können, trägt zum Identitätserhalt, zum Angstabbau und somit zu einem erheblichen Stück Lebensqualität bei. Die Emotionalität, über die Altersdemente noch sehr viel länger verfügen, als über kognitive Fähigkeiten, wird mithilfe vertrauter Musik gezielt angeregt und mündet nicht selten in erhöhte Wachheit und Verbalisierungsfähigkeit: Erlebnisse aus dem Altgedächtnis können wieder erzählt werden. Auch

die äußere Beweglichkeit nimmt zu, und bei der Bewegung zur Musik werden wichtige Vitalfunktionen wieder angeregt.

Musik ist untrennbar mit der Menschheitsgeschichte verbunden und vereint alle Kulturen und Rassen. Musik ist somit eine Quelle zwischenmenschlichen Ausdrucks und begleitet jeden Menschen von Geburt an ein Leben lang.



In der Musiktherapie bieten sich viele Möglichkeiten den Demenzerkrankten zu erreichen und zu stimulieren. Musik kann aus dem Köpfhörer, dem Radio oder Fernseher kommen oder von musizie-

Auszug aus unserem Info-Service „LebensRäume“, Ausgabe 11, April 2013

renden Pflegern, Freunden oder Freiwilligen. Zum Mitmachen bieten sich dem Demenz Erkrankten viele kleine Instrumente – von der Handtrommel bis zur Rassel oder er nimmt ganz einfach die eigenen Hände dazu.



Themenabende

Als Anlass zu Themenabenden mit Musik könnten zum Beispiel Jahreszeiten (Veronika, der Lenz ist da), Reisen, Liebe und andere Themen herangezogen werden, zu denen sich auch ausreichend bekanntes Musikmaterial finden lässt.

Wer sich mit unserem Thema weiter beschäftigen möchte, dem empfehlen wir die profunde und liebevoll gestaltete Broschüre: „Ich weiß nicht, was soll es bedeuten – Demenz und Musik.“ Herausgegeben von der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG) ist der Ratgeber unter www.lzg-rlp.de kostenlos herunterzuladen (LZG/Service/Publicationen/Thema Senioren und Erwachsene)

Pfad: www.lzg-rlp.de > Service > LGZ-Shop >

Publikationen > Thema Senioren und Erwachsene