

Albrecht von Blanckenburg  
Musiktherapie mit Senioren

## **Neue Reihe Ergotherapie**

Herausgeber:  
Deutscher Verband der Ergotherapeuten e.V.

Reihe 3: Fachbereich Geriatrie  
Band 1



**Albrecht von Blanckenburg**

# Musiktherapie mit Senioren

### **Zum Autor**

Albrecht von Blanckenburg ist Diplom-Rhythmiklehrer. Er studierte an der Hochschule für Musik und Theater in Hannover. Albrecht von Blanckenburg leitet Musiktherapiegruppen mit Senioren und Erwachsenen in verschiedenen Institutionen und ist als Dozent für Musiktherapie in Fortbildungen und Seminaren tätig.



**Idstein 2004**

## Bibliografische Information Der Deutschen Bibliothek

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

Besuchen Sie uns im Internet: [www.schulz-kirchner.de](http://www.schulz-kirchner.de)

7., völlig überarb. Auflage 2004

ISBN 3-8248-0003-9

Alle Rechte vorbehalten

© Schulz-Kirchner Verlag GmbH, Idstein 2004

Umschlagentwurf: werkstudio.werbung und design GmbH, Düsseldorf

Titelbild: Abdruck mit freundlicher Genehmigung von Goldon Musikspielwaren GmbH, Markneukirchen

Lektorat: Beate Kubny-Lüke

Druck und Bindung: Rosch-Buch Druckerei GmbH, Scheßlitz

Printed in Germany

# Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Bericht über die eigene praktische Tätigkeit</b>	<b>9</b>
1.1	Aufbau des EILENRIEDESTIFTs	10
1.1.1	Musiktherapie und Kreativarbeit	13
1.1.2	Einsatz von Musik im stationären Bereich des EILENRIEDESTIFTs	15
1.1.3	Gruppenangebote der Musiktherapie	17
1.2	Instrumentarium	21
1.2.1	Stabspiele	21
1.2.2	Fellinstrumente	22
1.2.3	Kleines Schlagwerk	23
1.2.4	Latin Percussion	24
1.3	Bericht über die Gruppe der B-Station	24
1.3.1	Vorüberlegungen	24
1.3.2	Die Wahl der Instrumente	25
1.3.3	Thema der ersten Stunde	26
1.4	Stundenbild I	27
1.4.1	Stundenverlauf I	29
1.4.2	Fazit	32
1.5	Stundenbild II	33
1.5.1	Stundenverlauf II	37
1.5.2	Fazit	40
1.6	Stundenbild III	41
1.6.1	Stundenverlauf III	43
1.7	Weiterer Entwicklungsverlauf der Therapiestunde	45
1.8	Aufbau der Stunden	46
1.8.1	Begrüßung	46

1.8.2	Metrum/Rhythmische Improvisation	47	2.2	Improvisationsspiele für Senioren	71
1.8.3	Themengebundene Gestaltung	48	2.2.1	Die Regenwolke	71
1.9	Planung der Stunde	49	2.2.2	Frage und Antwort	71
1.10	Einfluss der Teilnehmer auf den Stundenverlauf	50	2.2.3	Holz / Metall	71
1.11	Soziale Integration jedes Teilnehmers	51	2.2.4	Gespräch auf der Straße	71
1.12	Besondere Problemfelder bei einzelnen Teilnehmern	52	2.2.5	Das Radio	72
1.12.1	Frau K.	53	2.2.6	Der springende Ball	72
1.12.2	Frau D.	54	2.2.7	Stille Post	72
1.12.3	Frau B.	55	2.3	Übungen für die therapeutische Arbeit mit Trommeln	73
1.13	Besondere Problemfelder in der Gruppe	56	2.3.1	Trommelrunde	73
1.13.1	Musikalität – Selbsteinschätzung der Teilnehmer	56	2.3.2	Imitation	73
1.13.2	Umgang mit persönlichen Problemen der Teilnehmer	57	2.3.3	Überlagerung	74
1.14	Zusammenfassung	58	2.3.4	Freies Trommeln	74
			2.3.5	Trommeln zu Liedern	74
			2.3.6	Raketenstart	75
			2.3.7	Liedanfänge trommeln	75
			2.3.8	Gespielte Sprichwörter	75
<b>2</b>	<b>Material für die aktive Musiktherapie mit Senioren</b>	<b>63</b>	<b>3</b>	<b>Umriss der Situation alter Menschen im Altersheim</b>	<b>77</b>
2.1	Improvisationsthemen für Senioren	63	3.1	Soziale Probleme	77
2.1.1	Wind und Wetter	63	3.2	Körperlich seelische Probleme	79
2.1.2	Die Eisenbahnfahrt	64	3.2.1	Bewegungsfreiheit	79
2.1.3	Das Geisterschloss	65	3.2.2	Gehör und Sprache	80
2.1.4	Der Zoobesuch	66	3.2.3	Sehfähigkeit	80
2.1.5	Die vier Jahreszeiten	67	3.2.4	Intellektuelle Leistungsfähigkeit	81
2.1.6	Die vier Elemente	67	3.2.5	Der allgemeine Alterungsprozess	83
2.1.7	Die Bergbesteigung	68	3.3	Geistig seelische Probleme	84
2.1.8	Die Schiffsreise	68			
2.1.9	Der kranke König	69			
2.1.10	Die Weltreise	69			
2.1.11	Metamorphose	70			

<b>4</b>	<b>Formen der Musiktherapie in der Altenhilfe</b>	<b>87</b>
4.1	Wirkungen von Musik	88
4.2	Klinische Musiktherapie für alte Menschen	89
4.2.1	Ursachen für Werkzeugstörungen	90
4.2.2	Werkzeugstörungen – Übungsvorschläge	91
4.2.3	Andere altersspezifische Krankheiten – Übungen	94
4.2.4	Psychische Störungen	96
4.3	Musiktherapie mit Alten in der Gruppe	97
4.3.1	Aktive Musiktherapie	98
4.3.2	Rezeptive Musiktherapie	100
4.4	Musiktherapie in der Einzelsitzung	101
4.4.1	Aktive Musiktherapie in der Einzelsitzung	102
4.4.2	Rezeptive Musiktherapie in der Einzelsitzung	103
4.5	Biografie-Arbeit mit Musik	104
4.5.1	Musikalische Identität	105
4.5.2	Die musikalische Zeitlinie	105
4.5.3	Evergreens	107
4.5.4	Schlager 1910-1960	108
4.6	Das Singen	112
<b>5</b>	<b>Zusammenfassende Schlussbetrachtung</b>	<b>113</b>
<b>6</b>	<b>Literaturliste / Quellenhinweise</b>	<b>115</b>

# 1 Bericht über die eigene praktische Tätigkeit

## Musiktherapie im Eilenriedestift

Seit November 1985 führe ich im EILENRIEDESTIFT Hannover Musiktherapiegruppen durch. Schon vor Beginn meines Studiums der Rhythmik an der Hochschule für Musik und Theater in Hannover machte ich erste musiktherapeutische Erfahrungen in der Rehabilitationsklinik Hagenhof in Langenhagen. Während des Rhythmikstudiums begann ich dann mit regelmäßigen Gruppenangeboten im EILENRIEDESTIFT, die jeweils einmal wöchentlich stattfinden. Nach Absprache mit Stiftsleitung, Therapeutenteam und Mitarbeitern des sozialtherapeutischen Dienstes bestehen die Gruppen aus bestimmten Bewohnern des stationären Bereiches der vorhandenen Betreuungsstation. Dort leben Bewohner, die aufgrund ihres fortgeschrittenen Alters oder aufgrund von kognitiven oder körperlichen Einschränkungen nicht mehr in der Lage sind, in ihren Appartements zu leben, wie die anderen Stiftsbewohner, und die deshalb eine spezielle Betreuung bzw. Pflege benötigen. Sie bewohnen die „B-Station“, mit der Möglichkeit, bei Besserung des Zustandes, wieder in ihre Appartements ziehen zu können.

Neben den dementiell erkrankten Bewohnern, leben dort auch Schlaganfallpatienten und Bewohner mit anderen altersspezifischen Erkrankungen. Je nach Krankheitsbild werden sie in verschiedenen musiktherapeutischen Gruppen zusammengefasst, in denen auch Bewohner integriert werden können, die aus dem Haus kommen, ihre Appartements weiterhin bewohnen, aber aus unterschiedlichen Gründen ambulant in Gruppen integriert werden.

Neben der Arbeit mit dementiell erkrankten Bewohnern, die in speziellen Räumen als Halbtagesgruppe jeden Tag betreut werden und in deren Wochenplan die Musiktherapie einen festen Platz hat, gibt es im EILENRIEDESTIFT inzwischen auch Musiktherapie mit primär körperlich eingeschränkten Senioren, die geistig noch sehr rege sind, oder auch eine reine

Trommelgruppe mit Aphasiepatienten, die primär nonverbal arbeitet. Seit 1996 bin ich als selbstständiger Musiktherapeut im Raum Hannover tätig und arbeite an verschiedenen Institutionen, auch mit anderen Altersstufen (z.B. Psychiatrie, Schulen, Kindergärten). Im Landeskrankenhaus Wunstorf arbeite ich in der Gerontopsychiatrie auf den geschlossenen Stationen. Da dort das Klientel ständig wechselt, habe ich sehr viele Menschen kennen gelernt und dabei immer wieder die ungeheuren Möglichkeiten des Einsatzes von Musik erlebt.

Die Arbeit mit Senioren konnte speziell im EILENRIEDESTIFT in der Gruppen- und Einzelarbeit weiter ausgebaut und spezialisiert werden. Neben der reinen therapeutischen Arbeit habe ich dort ein Senioren **Orff-Orchester**, das mit eigenen Kompositionen und Projekten inzwischen regelmäßig auf Tournee geht und geroprophylaktisch orientiert ist.

Der hier exemplarisch vorliegende Bericht über die eigene praktische Arbeit der Musiktherapie bezieht sich auf 27 Stundeneinheiten mit **aktiver Musiktherapie mit Orff'schen Instrumenten**, die ich mit dementiell erkrankten Senioren durchgeführt habe. Der Teilnehmerkreis blieb während dieser Zeit nahezu gleich und bot so gute Beobachtungsmöglichkeiten über die Entwicklung der einzelnen Bewohner.

## 1.1 Aufbau des EILENRIEDESTIFTs

Das EILENRIEDESTIFT wurde 1969 als eines der ersten Senioren-Stifte in Norddeutschland gegründet. Träger des Hauses ist der gemeinnützige Verein EILENRIEDESTIFT e.V., dem derzeit 35 Mitglieder, zumeist Persönlichkeiten des öffentlichen Lebens in Hannover, angehören.

Finanziert wurde der Bau des Hauses überwiegend durch Bewohnerdarlehen und Darlehen von Vorvertragspartnern. Wer sich für das Leben und Wohnen im EILENRIEDESTIFT entscheidet, schließt normalerweise einen Vorvertrag ab, der den Einzug in einen Appartements-Typ nach Wahl im vertraglich vereinbarten Zeitraum garantiert. Verbunden damit ist ein mit 4 Prozent verzinstes Darlehen, dessen Höhe sich nach der Größe des Appartements richtet. Der Betrag liegt zwischen € 9.300 und € 23.600. Das

Darlehen wird durch eine Grundschuld abgesichert und nach Auszug oder im Sterbefall zurückerstattet.

Heute leben rund 500 Bewohner in 430 Appartements. Die 26 bis 76 qm großen Ein- bis Dreizimmer-Wohnungen kosten monatlich zwischen ca. € 1.200 und € 3.300 (Stand 01.03.04). Darin enthalten sind Miete und Nebenkosten wie Heizung, Kabelanschluss, wöchentliche Reinigung der Wohnung sowie das Mittagessen, die kostenlose Nutzung aller Gemeinschaftseinrichtungen und die Teilnahme an Freizeitangeboten. Zusatzkosten für Telefon und Strom, Frühstück und Abendbrot und die Teilnahme an bestimmten therapeutischen Gruppen werden gesondert abgerechnet.

Beim Mittagessen stehen mehrere Menüs u.a. mit Schon- und Diätkost zur Auswahl, um eine ausgewogene Ernährung der Bewohner zu gewährleisten. Die Mahlzeiten werden in einem der beiden Speisesäle serviert. Dies fördert auch die Kommunikation der Bewohner untereinander.

Rund 200 Voll- und Teilzeitkräfte sind im EILENRIEDESTIFT in den verschiedensten Bereichen beschäftigt: von der Hausdame bis zum technischen Mitarbeiter, von der Pflegekraft bis zum Koch. Sie alle tragen dazu bei, dass sich die Bewohner hier zu Hause fühlen und bei Bedarf auch gepflegt werden. Wer im Laufe seines Lebens im EILENRIEDESTIFT pflegebedürftig wird, kann im eigenen Appartement oder auf der Betreuungsstation gepflegt werden.

Das Durchschnittsalter der Bewohner liegt derzeit bei ca. 85 Jahren. 82 Prozent der Bewohner sind weiblich, 18 Prozent männlich. Viele der Bewohner waren früher berufstätig mit hohem Bildungsgrad und stammen meist aus der Mittelschicht. Dementsprechend vielfältig ist das Freizeitangebot des Hauses, das von einer eigenen Abteilung für Kultur und Veranstaltungen im Haus koordiniert wird. Das EILENRIEDE-STIFT-Colleg mit interessanten Vorträgen rund um Geschichte, Kunst und Kultur sowie die rund 40 Hobbygruppen von der Theatergruppe bis zur Skatrunde sorgen für einen abwechslungsreichen und ausgewogenen Alltag im Stift. Sicherlich tragen Angebote wie die Musiktherapie dazu bei, Alterungsprozesse aufzuhalten und vorzubeugen.

## Gesundheitsförderung und Therapie

In den stiftseigenen, therapeutischen Abteilungen haben die Bewohner die Möglichkeit, an verschiedensten Gruppenangeboten teilzunehmen. So gibt es neben der Musiktherapie auch Abteilungen für Ergotherapie, Physiotherapie sowie physikalische Therapie mit einem integrierten Warmwasserschwimmbad und Sauna. Darüber hinaus bieten Fachkräfte betreute Gruppenangebote für Rhythmik, Tanz und Gymnastik an. Die Therapeuten und Pädagogen bilden gemeinsam mit der Abteilung „Sozialer Dienst“ ein bereichsübergreifendes Team „Gesundheitsförderung und Therapie“, in dem alle Angebote und Maßnahmen koordiniert werden.

Die Bewohner können sich selbst zu den Angeboten anmelden, die im aktuellen Bewohnerverzeichnis veröffentlicht werden. Therapeuten helfen in den Sprechstunden bei der Auswahl der Gruppenaktivitäten, die nach individuellen Interessen und Neigungen ausgewählt werden können und regelmäßig das ganze Jahr über einmal in der Woche angeboten werden.

Ziel dieser Gruppen ist der Erhalt der vitalen, körperlichen und geistigen Fähigkeiten, um die gesundheitliche Beeinträchtigung so weit wie möglich schon im Vorfeld zu verhindern bzw. einzuschränken. Selbstständigkeit und Lebensqualität der Bewohner zu erhalten und zu verbessern sind auch die im Leitbild des EILENRIEDESTIFTs formulierten Ziele, an denen sich auch die Mitarbeiter des Teams „Gesundheitsförderung und Therapie“ orientieren. Das heißt, Wohlbefinden und Kompetenzen der Bewohner in den Bereichen Körper, Geist, Seele sowie die Fähigkeit zur Selbstbestimmung und Selbsthilfe zu fördern und ihnen dazu vielfältige Möglichkeiten zur Freizeitgestaltung zu bieten. Im Sinne der Geroprophylaxe gestaltet das Team seine Angebote so, dass sie auch zur Bewältigung der physiologischen und Erleichterung der pathologischen Altersveränderungen beitragen. Damit soll leistungsgeminderten, chronisch kranken und behinderten Bewohnern die verbliebene Leistungsfähigkeit in bestmöglicher Weise erhalten und einer Zunahme der Beschwerden vorgebeugt werden.

Zu diesen Angeboten gehört auch die Musiktherapie.

## 1.1.1 Musiktherapie und Kreativarbeit

Im EILENRIEDESTIFT wird aktive und rezeptive Musiktherapie durchgeführt. Für die aktive Musiktherapie sind besonders Bewohner geeignet, die durch die vielfältigen Wirkungen des Musizierens auf Körper und Psyche angesprochen werden sollen. Aus einer der ursprünglich rein therapeutisch orientierten Gruppen ist inzwischen ein Orff-Orchester entstanden, in dem ca. 16 aktive und geistig gesunde Senioren gemeinsam kreativ arbeiten. Die verschiedenen Eigenkompositionen werden regelmäßig aufgeführt. Darin enthalten ist auch Projektarbeit, in der mit anderen Gruppen des EILENRIEDESTIFTs, wie der Tanz-, Theater- oder Malgruppe, aber auch gelegentlich mit externen Institutionen wie der benachbarten Grundschule oder der Musikschule Hannover zusammengearbeitet wird.

### Theaterarbeit

Seit fünf Jahren leite ich nun auch die Theatergruppe im Stift, dort werden in Gruppenarbeit eigene Stücke geschrieben, die dann erfolgreich in mehreren Vorstellungen der Öffentlichkeit präsentiert werden. Das hohe Alter



Die Schauspieler nehmen den Applaus entgegen

der Akteure, von denen einige schon über 90 Jahre alt sind, überrascht dabei die vielen Besucher. Mit welcher Energie und hohem Engagement die Probenarbeit und die Aufführungen erlebt und gestaltet werden, zeugt von der großen Motivation der Gruppe.

Die Themen wählen die Akteure gemeinsam aus. Unter anderem wurden Märchen wie „Das Buch des Lebens“ (2002) oder auch Komödien wie „Die große Reise“ (2003) entwickelt und aufgeführt. Dabei wird das Element Film verwendet. Unter anderem agieren die Akteure dort auch als Filmschauspieler, es wurden aber auch gemalte Bilder der Malgruppe verwendet, die zu einem Trickfilm verarbeitet wurden.

Informationen über die aktuellen Stücke werden auch im Internet unter [www.theaterEILENRIEDESTIFT.de](http://www.theaterEILENRIEDESTIFT.de) vorgestellt.

### **Offenes Singen**

Als neues niederschwelliges Angebot existiert seit vier Jahren das offene Singen im EILENRIEDESTIFT. Einmal monatlich treffen sich bis zu 120 Bewohner gemeinsam mit den Betreuten der B-Station zum gemeinsamen Singen und Musizieren. Zwanglos werden hier Volkslieder, Evergreens, Schlager und vieles mehr gesungen und gespielt. Zwischendurch gibt es immer wieder Einlagen von engagierten Bewohnern, die ihre Künste am Klavier vorstellen oder Gedichte vortragen. Durch die Regelmäßigkeit der Veranstaltung ist hier ein integratives Angebot gelungen, das sich großer Beliebtheit erfreut und Kommunikation zwischen den gesunden und den kranken Bewohnern ermöglicht.

### **Rezeptive Musiktherapie**

Die rezeptive Musiktherapie wird ebenfalls regelmäßig für Bewohner der B-Station und kognitiv Eingeschränkte des Appartement Bereiches 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 Leistungen (wie z.B. Gedächtnis). Die Kleingruppen haben 5 - 8 Teilnehmer.

In diesem Buch soll nun vor allem auf die aktive Musiktherapie eingegangen werden.



Das Orff-Orchester tritt beim „Offenen Singen“ auf

### **1.1.2 Einsatz von Musik im stationären Bereich des EILENRIEDESTIFTS (Betreuungsstation)**

Das Konzept der Betreuungsstation wird vom Pflegepersonal mit Unterstützung des sozial therapeutischen Dienstes durchgeführt und weiterentwickelt. Hartmut Emme, Leiter der Sozialtherapie, fasst das neue Konzept der Betreuungsstation mit Eingliederung der Musiktherapie so zusammen:

“Für schwer- und schwerstpflegebedürftige Bewohnerinnen und Bewohner (ab Pflegestufe 2) stehen 45 stationäre Wohnplätze zur Verfügung. Die umfassende und ganzheitliche Begleitung der dort Lebenden, zumeist auch psychisch Beeinträchtigten, stellt die Beziehungsgestaltung in den Mittelpunkt. Konzeptionell stehen „weiche“ Arbeitsanteile gleichwertig neben sichtbaren, eher somatisch bzw. verrichtungsbezogenen.

Vielfach eröffnet erst die von Mitarbeiterseite aktiv gestaltete Beziehung den Zugang zu den Bewohnern. Im Umgang bemühen sich deshalb alle Mitarbeiter um eine biografische, validierende und selbstreflektierende Grundhaltung. Grund- und Behandlungspflege sind eingebettet in Maß-