

Helle Momente voller Lebensfreude

Das Musizieren mit demenzten Menschen bewirkt kleine Wunder, ein Projekt stellt diese Erkenntnis online zur freien Verfügung

VON STEFAN GRÖNEFELD

Schneverdingen. Die ersten Versuche sind noch sehr zögerlich. Sigrid Schmidt führt den Bogen zaghaft über die Saiten, drei-, viermal, dann bricht sie ab und schüttelt den Kopf. Szenenwechsel: Der Bogen fliegt gleichmäßig und schnell, entlockt der Geige saubere und flüssige Töne. Sigrid Schmidt ist in einem Flow. „Sehr schön“, lobt Anke Feierabend. Doch ihre Schülerin wehrt ab. „Das war ich nicht, das wollte ich nur sagen. Das waren die anderen alle“, sagt Schmidt und deutet mit dem Bogen ins Nichts.



Familie im
Mittelpunkt

20 Unterrichtsstunden liegen zwischen den beiden Videosequenzen, die eindrucksvoll belegen, wie sehr sich das Spiel der Frau mit dem weißen Kurzhaarschnitt in diesen Wochen entwickelt hat. Und die auch zeigen, warum Anke Feierabend, Geigenlehrerin aus Schneverdingen, und ihre Projektkollegin Dr. Kerstin Jaunich den Unterricht der damals 78-Jährigen so ausführlich dokumentieren.

Sigrid Schmidt ist an Alzheimer erkrankt. Zu Projektbeginn befand sie sich im mittleren Stadium. Dass ein Patient trotz Demenz in der Lage ist, den Umgang mit der Geige (wieder) zu erlernen und dass das regelmäßige Musizieren ihm nicht nur viele helle Momente voller Lebensfreude schenkt, sondern dass der aufblühende Geist der Geigenstunden zum Teil sogar überdauert, das hatte Anke Feierabend mit einer von ihr entwickelten Methode schon vor dem Projekt mit Sigrid Schmidt belegen können (Böhme-Zeitung vom 3. Mai 2014).

Nun konnte die Schneverdingerin ihre Erkenntnisse zur Entwicklung von Sigrid Schmidt im Rahmen eines universitären Projektes detailliert ausgewertet und dokumentiert der Öffentlichkeit zugänglich machen.

■ **Die Methode:** Bereits 2009 war Anke Feierabend gebeten worden, eine mittelschwer an Alzheimer erkrankte Frau auf der Geige zu unterrichten. „Binnen weniger Minuten wusste ich, dass meine Instrumentaldidaktik hier praktisch nutzlos war“, erinnert sich die Schneverdingerin. Stattdessen begann Feierabend, ihrer Schülerin Lieder vorzuspielen, von denen sie annahm, dass diese sie möglicherweise kannte. „Und tatsächlich hat sie bei einem Lied die Geige angesetzt und versucht mitzuspielen, natürlich ohne Noten.“ Offenbar hatte der musikalische Vortrag bei der demenzkranken Frau verschüttetes Wissen berührt.

Feierabend unterrichtete diese Frau sieben Jahre lang in einer Art privater Langzeitstudie und entwickelte dabei ihre Methode, die sie markenrechtlich schützen ließ. Die Tatsache, dass die demenzkranke Schülerin ihre Fähigkeiten ständig weiterentwickelte, ließ



Sigrid Schmidt bei einer der vielen wöchentlichen Geigenstunden, in denen die damals 78-Jährige trotz ihrer Demenz große Fortschritte macht.

vermuten, dass das musikalische Langzeitgedächtnis von der Erkrankung unbeeinträchtigt blieb – eine Vermutung, die 2015 vom Max-Planck-Institut für Neuro- und Kognitionsforschung wissenschaftlich nachgewiesen wurde.

■ **Das Projekt:** „Nachdem der NDR 2013 ein Interview mit mir gesendet hat, sind Anfragen aus dem Bundesgebiet auf mich eingegestralt“, berichtet Feierabend. „Damals wurde mir bewusst: Ich muss in die Weiterbildung, ich muss diese Erkenntnisse weitergeben, da ich ja nicht überall hinfahren kann, um demenzkranke Schüler zu unterrichten.“

Um die Erkenntnisse auf eine breitere Basis zu stellen und vor allem, um anderen Musiklehrkräften, Therapeuten, Pflegenden und Angehörigen einen Zugriff auf dieses Wissen zu ermöglichen, startete im Dezember 2018 das Teilprojekt „Demenz und Musik“ als Teil eines EU-Projektes unter der Leitung von Prof. Dr. Theo Hartogh von der Universität Vechta, das diesen Monat endet. Ein Jahr lang unterrichtete Anke Feierabend im Rahmen des Projektes Sigrid Schmidt auf der Geige, der wöchentliche Unterricht wurde auf Video aufgezeichnet, und im zweiten Projektjahr wurden die Aufzeichnungen ausgewertet und eine neue Website geschaffen, auf der die Ergebnisse öffentlich einsehbar sind.

■ **Die Teilnehmer:** Sigrid Schmidt ist ein Pseudonym für die inzwischen 80-jährige Geigenschülerin.

Musik spielte schon in ihrem Elternhaus eine bedeutende Rolle. Sie erhielt als Kind Geigenunterricht, spielte auch etwas Klavier und sang im Chor. Auch eine Förderung der eigenen Kinder war ihr später wichtig – von der Blockflöte bis zur E-Gitarre.

Während des ersten Projektjahres war der Schneverdingener Manuel Wießner mit im Team, der die Violinstunden mit der Kamera begleitete. Die selbstständige Musikgeragogin Dr. Kerstin Jaunich stellte in enger Absprache mit der Geigenlehrerin Anke Feierabend die Texte und die Video-Beispiele, welche nun auf der Internetseite www.musikunddemenz.de dokumentiert sind. Grundlage dafür waren die Unterrichtsfilm- und -protokolle.

■ **Die Ergebnisse:** Auf der Internetseite www.musikunddemenz.de sind rund 80 Videosequenzen sowie erläuternde Texte inhaltlich und chronologisch geordnet zu finden. „Interessierte können sich so gezielt Filmausschnitte zu den einzelnen Themen ansehen“, sagt Feierabend. Inhaltliche Unterpunkte sind

- ▶ Validation und Musik
- ▶ Lob und Lob annehmen
- ▶ Selbstbestimmung
- ▶ Körpergedächtnis
- ▶ Flow-Erlebnisse
- ▶ Alltagsschwierigkeiten und
- ▶ Sinnige Äußerungen.

Zudem gibt es zur Unterrichtsmethodik 14 Unterpunkte.

Am Dienstag: Erkenntnisse und Perspektiven des Projektes.

NACH ENDE DER ERSTEN PROJEKT-PHASE

Corona macht weiteren Unterricht unmöglich

Ende November 2019 war die erste Phase des Projektes beendet. Nachdem Frau Schmidt im August in ein Pflegeheim gekommen war, konnte der Unterricht zuletzt nur noch einmal pro Monat statt pro Woche stattfinden. „Trotzdem war ein guter Unterricht möglich“, sagt Anke Feierabend. „Die größeren Abstände der Stunden sind inhaltlich nicht besonders ins Gewicht gefallen. Allerdings war Frau Schmidt zum Abschied stets sehr traurig, weil sie offenbar spürte, dass es länger als vorher

dauern würde, bis wir wiederkommen.“ Die Geigenlehrerin hätte ihren Schützling gerne über das Ende der Projektphase hinaus als Schülerin betreut und hatte gerade über den Verein Tönfolgen die nötigen Gelder dafür organisiert, als die Coronapandemie diese Pläne zunichte machte. „Zunächst durften wir überhaupt nicht mehr ins Heim.“ Und auch nach Lockerung der Besuchsverbote wären Lehrerin und Schülerin durch eine Glasscheibe getrennt gewesen. „Ich muss aber an den

Menschen ran, wenn ich unterrichte, ich muss ihn berühren können und ihm die Geige ans Kinn setzen. Durch eine Glasscheibe kann ich keine demenzkranken Menschen unterrichten.“ Während des Lockdowns sei die Krankheit weiter fortgeschritten. „Frau Schmidt hat mittlerweile die Sprache verloren und ist viel verschlossener und oft niedergeschlagen.“ Anke Feierabend ist überzeugt, dass das gemeinsame Geigenspiel diesen Prozess hätte aufhalten können. grö

NACHGEFRAGT

„Ein Licht im Meer des Vergessens“

Ursprünglich wollten Sie bei dem Projekt den Unterricht mit drei Schülern dokumentieren. Warum ist es ausschließlich bei Frau Schmidt geblieben?

Anke Feierabend: Auf unsere Presseaufträge hat sich nur eine Angehörige gemeldet, eben die Tochter von Frau Schmidt. Möglicherweise lag es auch daran, dass wir eine Einverständniserklärung benötigten, um das durchaus intime Filmmaterial veröffentlichen zu dürfen. Jedenfalls haben wir sehr schnell gemerkt, dass diese konsequente Dokumentation viel mehr Zeit kostet als gedacht. Drei Schüler hätten wir mit unserem Zeitkontingent gar nicht geschafft, nicht einmal zwei. Letztlich war es gut, dass wir uns auf eine Schülerin fokussieren konnten.

Wie haben Sie den Zugang zu Ihrer Schülerin gewonnen, die ja schon durch ihre Krankheit stark beeinträchtigt war?

Zu dem Zeitpunkt war Frau Schmidt noch ansprechbar und konnte zum Teil noch adäquat reagieren. Ich hatte bereits die Erfahrung gemacht, dass die Schüler während der Geigenstunden viel aufnahmefähiger sind und dass das auch noch eine Weile anhält. Das hat sich jetzt verifi-

ziert. Frau Schmidt hat schnell Vertrauen zu mir gefunden, nachdem sie anfangs noch große Schwierigkeiten hatte, Lob anzunehmen. Diese Generation kommt noch aus einer Zeit, in der es hieß: Nicht geschimpft ist gelobt genug. Insofern war sie über- rascht und irritiert, als ich sie von Anfang an gelobt habe.

„Lob und Lob annehmen“ ist auch ein eigener Unterpunkt auf der Internetseite. Warum ist dieser Punkt so wichtig?

Die Schülerin hat aus ihrem musikalischen Langzeitgedächtnis eine Vorstellung im Kopf, wie das Stück klingen soll. Spielt sie es nun, dann deckt sich der Klang nicht mit ihrer inneren Klangvorstellung, und sie ist zunächst erst einmal enttäuscht. Wenn ich nun aber lobe, dann ist das eine Diskrepanz zwischen der Selbstwahrnehmung der Schülerin und meiner Reaktion. Sie zweifelt an der Aufrichtigkeit meines Lobes und an sich. Deswegen ist es wichtig, erst einmal die Schülerin davon zu überzeugen, dass ihr Spiel wirklich eine bemerkenswerte Leistung ist – dafür, dass sie ihr Instrument so lange nicht mehr in der Hand hatte und natürlich auch in Anbetracht der Demenz. Dass sie innerhalb kürzester Zeit in der Lage ist, auf dem Instrument zu spielen und sich weiterzuentwickeln, das ist eine grandiose Leistung.

Kann die Schülerin das denn auch so wahrnehmen?

Das gelingt meist innerhalb von wenigen Stunden, dann verschwindet der Zweifel und die Schülerin ist glücklich und stolz. Es geht ja nicht darum, jemandem Honig ums Maul zu schmieren. Es geht um ein aufrichtiges Anerkennen einer wirklich anerkanntenswerten Leistung.

Und Anerkennung treibt den Menschen an, egal ob gesund oder dement.

Richtig, es ist ein emotionales Grundbedürfnis für uns Menschen. Und auch wenn Angehörige oder Pflegekräfte geklatscht und Anerkennung gezollt haben, dann spürte die Schülerin die Aufrichtigkeit dahinter. Und das kommt bei ihr an, denn Gefühle werden nicht dement. Das ist die eigentliche Lebensqualität für einen Menschen mit Demenz: dass ihm überhaupt Situationen ermöglicht werden, in denen er sich als kompetent wahrnimmt und dazu solche Anerkennung erhält. Dass er solche Erfolgserlebnisse erfahren kann, das sind die Perlen in seinem Leben.

Ist die Lebensqualität des Schülers der zentrale Punkt der Methode?

Auf jeden Fall. Letztlich erhöht sich die Lebensqualität aller Beteiligten, da die Schüler viel entspannter und glücklicher sind. Ängste, Depressionen und Aggressionen nehmen ja signifikant ab. Der Unterricht verlangsamt offenbar aber auch das Fortschreiten der Krankheit. Ich habe schon mehrfach von begleitenden Ärzten gehört, dass sie davon ausgehen, dass sich der Unterricht hier positiv auswirkt. Die Schüler erinnern sich auch an den Unterricht, selbst wenn sie alles andere vergessen. Sie freuen sich, wenn man sie darauf anspricht: „Morgen ist wieder Unterricht.“ Und das sind wir wieder bei der Lebensqualität. Ein Angehöriger einer Schülerin hat einmal zu mir gesagt: „Der Unterricht ist ein Licht im Meer des Vergessens.“ Im Alltag verliert sich der demenzkranke Mensch im Meer der sterbenden Erinnerungen, aber hier spürt er: Ich kann ja was. Das wunderbare Erlebnis einer gemeinsamen Handlung mit einem anderen Menschen, also eine co-kreative Aktion – so etwas ist sonst im späten Demenzstadium gar nicht mehr möglich.

Interview: grö