



Prof. Dr. Jan Sonntag, der Musiktherapeut

Einsatz von Musik bei Demenz sinnvoll ist

Die körperlichen Voraussetzungen zum Singen hat der Mensch vermutlich mit dem aufrechten Gang vor rund 2 Millionen Jahren entwickelt. Die ältesten aufgefundenen Musikinstrumente sind etwa 40.000 Jahre alt. Gesang und Musik sind Teil der Menschheitsgeschichte. Wahrscheinlich auch, weil sie soziales und kulturelles Verständnis untereinander fördern. Musik wirkt. Und sie wird auch für und mit Menschen mit Demenz genutzt. Das sollte jedoch mit bedacht geschehen. Was dabei zu beachten ist verrät uns Dr. Jan Sonntag.

Jochen Gust: Herr Professor Sonntag, Menschen mögen Musik – auch Menschen mit Demenz. Worin bestehen die positiven Effekte?

Jan Sonntag: Aus musiktherapeutischer Perspektive sagen wir, dass Musik in der therapeutischen Begegnung wirksam wird. Das Miteinander in einem Raum mit therapeutischer Atmosphäre bestimmt die Wirkung, die Musik erzielen kann, ganz wesentlich.

Natürlich hat auch das Medium Musik an sich Eigenschaften, Menschen mit Demenz zu erreichen, zu fördern und Verhalten zu beeinflussen. Ganz zentral ist die innere Bewegtheit, die Musik auslösen kann. Aus dieser inneren Bewegtheit kann dann auch äußere Bewegung entstehen, also die Motivation zu tanzen, miteinander zu klatschen, sich zu bewegen. Neurologisch betrachtet, manifestiert sich das in einer engen Verbindung vom Hörnerv zum motorischen System – Musik geht in die Beine. Wir bemerken manchmal gar nicht, wie wir mit dem Fuß mitwippen – der Fuß wippt quasi an unserem Bewusstsein vorbei.

Musik kann auch sehr starke Emotionen auslösen, auch negative Emotionen, mit denen die Betroffenen schwer umgehen können und bei denen sie dann Begleitung brauchen – vielleicht sogar mehr, als man es einer Betreuungskraft raten kann. Dann besser aufhören, die Situation stabilisieren und den Betroffenen ablenken, bis sich die schwierigen Emotionen wieder legen.

Jochen Gust: Und im Alltag? Wenn ich als Pflege- oder Betreuungskraft den



© www.Stock.adobe.com – berna_trikur

Eindruck habe, dass die morgendliche Versorgung besser gelingt, wenn wir dabei Musik hören?

Jan Sonntag: Wenn man sein eigenes Musikverhalten, wann man Musik nutzt und einsetzt, reflektiert, dann kann man Musik durchaus gut im Pflegealltag einsetzen. Aber nur, solange das durch Pflege- und Betreuungskräfte intensional, bewusst, gemacht wird und immer wieder geschaut wird, wie die Wirkung auf den Betroffenen ist.

Jochen Gust: Gibt es Musik, die total ungeeignet ist für Menschen mit Demenz?

Jan Sonntag: Grundsätzlich ist eine biografieorientierte Auswahl von Musik anzuraten – nehmen Sie Musik, die Freude auslöst und mit positiven Erinnerungen verbunden ist. Dementsprechend gibt es auch Musik, die bei einer Person nicht die richtige ist, beispielsweise, wenn der Liebhaber feiner klassischer

Musik Schlager hört und dadurch eher gequält wird.

Wichtig ist zu wissen, welche Musik den Betroffenen geprägt hat. Denn Musik ist Teil der Identität. Bedenken Sie, wie sich z. B. Jugendliche auch durch die Musik, die sie hören, in Gruppen voneinander abgrenzen. Die Rocker haben weniger mit den Hip-Hop-Hörern gemein. Daran merken wir, wie stark Musik und Identität verwoben sind. Daher kann Musik identitätsstärkend oder auch irritierend und sogar richtig nervig sein. Darauf sollten Pflege- und Betreuungskräfte beim Einsatz unbedingt achten.

Jochen Gust: Ich verstehe: Des einen Klang ist des anderen Lärm. Und wie ist das dann in Gemeinschaftsräumen? Man kann wohl unmöglich allen gerecht werden?

Jan Sonntag: Das nicht, aber es gibt durchaus doch Musikrichtungen, die mal von einer ganzen Gruppe genossen

bei Demenz verrät: Wann und wie der

werden. Alternativ wechselt man ab, spielt mal des einen, mal des anderen Lieblingsmusik. Mir geht es vor allem darum, dass Pflegende Musik bewusst einsetzen und nicht etwa als dauernde Geräuschkulisse im Hintergrund, z. B. während des Essens.

Welche Musik, wann gespielt wird, sollte auch in Teambesprechungen der Pflege thematisiert werden. Es kann eine gemeinsame Auswahl getroffen und die Wirkung der Auswahl überprüft und wenn erforderlich, angepasst werden. Am wichtigsten ist am Ende sicher ein gutes Gespür für situative Stimmigkeit, ein Gespür, das jeder Mensch entwickeln kann, gleich welcher Profession er angehört.

Jochen Gust: Wenn die positiven Effekte von Musiktherapie für Menschen mit Demenz da sind und auch Untersuchungen diese belegen, weshalb kann der behandelnde Arzt sie nicht per Rezept verordnen?

Jan Sonntag: Zum einen fehlt es an gesetzlichen Richtlinien für Musiktherapie in Deutschland. Zum anderen hat der Gemeinsame Bundesausschuss als höchstes Beschlussgremium (Gesundheitswesen) der gemeinsamen Selbstverwaltung im Gesundheitswesen noch immer kein Prozedere erarbeitet, den Ausschluss von Musiktherapie aus der Heilmittelrichtlinie zurückzunehmen. Somit können gesetzliche Krankenkassen eine musiktherapeutische Leistung nicht erstatten.

Dieser Ausschluss stammt von Anfang der 90er-Jahre und kann heute vom G-BA nicht begründet werden. Es hat

sich in der Zwischenzeit viel an der wissenschaftlichen Evidenzlage getan. Wir hoffen sehr, dass die politischen Entscheider bald Wege finden, Menschen mit Demenz und anderen Patienten-

gruppen den Zugang zur Musiktherapie zu erleichtern. Die Wahrnehmung und Würdigung der Professionalität von Musiktherapie durch Pflege und Betreuung kann dabei hilfreich sein.



Checkliste: In 5 Schritten zur Musikbegleitung



Prüfpunkte		Erledigt
1.	Lernen Sie die Musikbiografie Ihres Kunden kennen, bevor Sie Musik nutzen. Wann hat er was gern gehört?	<input type="checkbox"/>
2.	Auch der Musikgeschmack kann sich ändern – achten Sie sensibel auf die Signale, die Ihr Kunde beim Musikhören aussendet.	<input type="checkbox"/>
3.	Musik macht Atmosphäre. Überlegen Sie vor dem Abspielen oder Musizieren, was Ihrem Kunden heute mehr nützt: eher aufregende, aktivierende Klänge oder eher beruhigende Musikstücke?	<input type="checkbox"/>
4.	Zögern Sie nicht, die Musikart zu wechseln, wenn Sie den Eindruck haben, dass sie Ihrem Kunden nicht gefällt.	<input type="checkbox"/>
5.	Begrenzen Sie die Anwendung von Musik zeitlich. Auch das Lieblingslied wird zu Lärm, wenn man von ihm dauerbeschallt wird.	<input type="checkbox"/>



Prof. Dr. Jan Sonntag lehrt an der Medical School Hamburg und schult seit mehr als 20 Jahren Pflege- und Betreuungskräfte im Umgang mit Musik und Menschen mit Demenz.

Er ist zudem Autor zahlreicher Fachpublikationen und ein gefragter Referent, Coach und verbindet seine Expertise aus der Musiktherapie mit Wissen aus Pflege und Gerontopsychiatrie.

Impressum

Demenz: Pflege & Betreuung ambulant
Die kompetente Unterstützung für Pflegefachkräfte
PRO PflegeManagement Verlag
Theodor-Heuss-Str. 2–4, 53177 Bonn
Internet: www.ppm-online.org
Tel.: 02 28 / 95 50 130
Fax: 02 28 / 36 96 480
E-Mail: kundendienst@ppm-verlag.org
ISSN: 1863–6128

Redaktionelle Verantwortung: Kathrin Righi, Theodor-Heuss-Str. 2–4, 53177 Bonn
Chefredaktion: Swen Staack, Norderstedt; Jochen Gust, Möhnese
Produktmanagerin: Lisa Baur, Bonn
Beratende Fachkräfte: Rechtsanwalt Christian Schuler, Roggelin & Partner; Rechtsanwälte; Anne Brandt, Examinierte Krankenschwester, Dipl.-Sozialpädagogin; Annika Kron, Master of Science (MSc.) in Dementia Studies
Satz: Hold. Verlags- & Werbeservice, Weilerswist
Druck: logo Print GmbH, Metzingen

© 2020 by PRO PflegeManagement Verlag, ein Unternehmensbereich der VNR Verlag für die Deutsche Wirtschaft AG, Bonn, HRB 8165
Vorstand: Richard Rentrop
„Demenz: Pflege & Betreuung ambulant“ ist unabhängig. Alle Informationen wurden mit Sorgfalt ermittelt und überprüft. Es kann jedoch keine Gewähr übernommen werden, eine Haftung ist ausgeschlossen. Vervielfältigungen jeder Art sind nur mit ausdrücklicher Genehmigung des Verlages gestattet. Alle Rechte vorbehalten. Umwelthinweis: Das Papier dieser Ausgabe ist 100 % chlorfrei gebleicht.