



Sophie Rosentreter: „Komm her, wo soll ich hin?“  
Warum alte und demenzkranke Menschen in die Mitte unserer Gesellschaft gehören. Westend Verlag, Frankfurt a. M., 2012

Auszug über Jan Sonntag und Musik:

S. 86f:

Als ich am Anfang von Ilse's weite Welt stand, habe ich mir über ein Jahr Zeit genommen, um die Welt der Altenpflege kennenzulernen. Von meinen zahlreichen intensiven Eindrücken aus dieser Zeit möchte ich hier zwei Erlebnisse schildern.

Über Dr. Jens Bruder, meinen Mentor und den Mitbegründer der Deutschen Alzheimer Gesellschaft, lernte ich den Musiktherapeuten Jan Sonntag kennen. Ich war sehr neugierig, was Musik bei Menschen mit Demenz bewirken kann. Und so begleitete ich Sonntag bei einer seiner Therapiestunden in einem Pflegeheim. An zwei Tischen im Gemeinschaftsraum saßen zehn Damen. Keine Unterhaltung war zu hören, nur ein leises Wimmern. Schon mit der Körperhaltung zeigte jede der Frauen, dass sie völlig in ihrer eigenen Welt versunken war. Einer Frau tropfte Speichel aus dem Mund, eine andere zupfte sich am völlig geröteten Augenlid, und bei der nächsten war von der weiblichen Haarpracht nur ein kümmerliches Kränzchen geblieben.

»Die Schönheit liegt im Auge des Betrachters.« Eigentlich ein blöder Satz, aber hier musste ihn jeder für wahr erkennen, der nur kurz die Situation auf sich wirken ließ: Jan fing an, auf seiner Gitarre zu spielen, und sang dazu altbekannte Volkslieder. Behutsam wandte er sich nach und nach jeder Dame zu und sang, als ob es nur sie geben würde. Die Damen richteten ihren Körper auf, hielten Jans Blick und sangen klar und deutlich mit. Ich war tief gerührt. Jan hatte sich einer vorher ganz verschlossenen Dame zugewandt und sang für sie »Am Brunnen vor dem Tore«. Sie schaute ihm tief in die Augen und während ihr eine Träne über die Wange lief, führte sie ihre zitternde Hand zu Jans Gesicht und streichelte ihm liebevoll über die Wange. Das war seine Belohnung und ein Moment voller Schönheit.

## **Musik ist ein Königsweg**

*Wie Instrumente, Lieder und Melodien Gefühle und Erinnerungen hervorlocken.*

"Stell dir vor, du träumst, und es erscheinen dir Menschen, von denen du nicht sicher weißt, ob du sie kennst; es tauchen Gefühle und Stimmungen auf, und du weißt nicht, woher sie kommen; du befindest dich an Orten, und du weißt nicht, ob du schon einmal dort gewesen oder wie du dorthin gelangt bist.« So beschreibt jemand Demenz, der sich seit vielen Jahren damit beschäftigt: der Musiktherapeut Jan Sonntag. Er ist für mich ein wichtiger Ratgeber, von dem ich viel gelernt habe - vor allem bei der Entwicklung meines zweiten Filmprojekts *Musik - gemeinsam singen*.

Und weil Jan weiß, welche Kraft Musik entfalten kann, gilt für ihn die Musik auch "als ein Königsweg in der Begleitung von Menschen mit Demenz: Musik weckt Erinnerungen, ermöglicht es, Gefühle auszudrücken, und stärkt die eigene Identität. Wo Sprache eingeschränkt ist oder nicht mehr zur Verfügung steht, bietet Musik Raum für Begegnung und Kontakt. Sie kann eine Atmosphäre von Sicherheit und Geborgenheit schaffen.«?

Jan beschränkt sich aber zum Glück nicht auf seine Tätigkeit als Musiktherapeut, sondern er blickt weiter und gibt auch weiter: Als Mitglied der Deutschen Expertengruppe Dementenbetreuung (DED) und als Mitglied des Fachteams Gerontopsychiatrie am Hamburger Rauhen Hause teilt er Wissen und Erfahrungen mit anderen. Er gibt Seminare, Workshops und hält Fachvorträge, leitet Fallbesprechungen und bietet berufliches Coaching - für Menschen, die Pflege, Betreuung und Therapie für Menschen mit Demenz ausüben oder die Voraussetzungen dafür schaffen. Außerdem ist die Liste seiner Fachpublikationen lang. Er veröffentlicht in Büchern und Fachzeitschriften und ist Mitautor des Grundlagenwerks *Musik - Demenz - Begegnung. Musiktherapie für Menschen mit Demenz*. Auf meine Frage, wie er denn seine Musik bei Menschen mit Demenz einsetzt, habe ich eine aufschlussreiche Antwort bekommen: »Musik wird weniger eingesetzt, sondern entsteht vielmehr während der Therapie. Als Musiktherapeut nehme ich auf, was mir musikalisch entgegentritt. Musik entwickelt sich zum Beispiel über rhythmische Äußerungen. Wenn eine Frau mit Demenz kontinuierlich auf den Tisch klopft, greife ich das auf und klopfe mit ihr zusammen. Es entsteht etwas, zunächst wird ihr nur bewusst, dass sie auf den Tisch klopft. Doch dann merkt sie, dass sie schöpferisch tätig ist und Musik macht. Das gibt ihr ein gutes Gefühl.

Für mich ist es deshalb immer wieder ein tolles Erlebnis, wenn Menschen, denen die Worte abhanden gekommen sind, plötzlich alle Strophen von »Hoch auf dem gelben Wagen« mitsingen können und dabei anfangen zu strahlen wie die liebe Sonne.