

Lieder sind wie Freunde



Lieder geben Menschen ein gutes Lebensgefühl. Unsere Autorin weiß um diesen Wert der Musik und gibt Anregungen zur biografischen Liederarbeit für die Aktivierung pflegebedürftiger Menschen.

Text: Annie We

Als Haus- und Hofmusikantin – Musikerin und Sängerin – bin ich bundesweit unterwegs mit meiner Stimme und meiner Ukulele, um an Orten, in Häusern und mit Menschen zu arbeiten, die den Wert der Musik schätzen und die Chance nutzen möchten, Menschen damit in allen Lebenslagen zu erreichen und zu aktivieren. Ich bin überzeugt von der Kraft der Musik und davon, dass jedem Menschen eine ursprüngliche Musikalität gegeben ist! Die Ursprünglichkeit des Singens und das musikalische Erzählen sind uralte Ausdrucksformen und ein Lebensmittel der Menschheit. Diese Ressource spielt meiner Erfahrung nach eine wichtige Rolle in der ermutigenden und aktivierenden Arbeit mit älteren und pflegebedürftigen Menschen.

Vom Wert der Musik für den Menschen

„Lieder sind für mich wie beste Freunde, die mich ein Leben lang begleiten“ (Annie We)

Lieder bringen uns innerlich und äußerlich in Bewegung. Wie ein guter Freund kann uns ein Lied Halt und Orientierung geben – in guten wie in schlechten Zeiten. Eine feine Melodie klingt in uns nach. Die Textzeile eines Liedes erscheint uns wesentlich und richtungsweisend. Das Hören eines vertrauten Liedes kann uns in gute Stimmung versetzen. Manche Melodien stimmen uns nachdenklich oder traurig. Durch Lieder lebt unser Leben in uns. Wir können Gewissheit spüren, dass wir reich und vielfältig gelebt haben. Lieder geben uns ein gutes Lebensgefühl. Wir können unsere Lieder

hören, Videos dazu anschauen, mitsingen, summen, Füße und Hände im Rhythmus des Liedes bewegen oder tanzen. Wir können gemeinsam mit anderen Menschen Musik hören und uns mit einem uns zugewandten Menschen über die Lieder unseres Lebens unterhalten. Wir können erzählen, was wir mit unseren Liedern erlebt haben. Der amerikanische Hirnforscher und Musiker Daniel J. Levitin hat ein Buch geschrieben über „Die Welt in sechs Songs“. Darin schreibt er darüber, dass Musik uns zum Menschen macht (Levitin 2011). Es sagt, dass das Wesen der Menschheit anhand von sechs Songtypen zu erklären wäre. Damit meint er Lieder zu den Motiven Freundschaft, Freude, Liebe, Wissen, Spiritualität und Trost.

Biografische Orientierung bei der Arbeit mit Liedern

„Musik ist eine klingende Analogie zum emotionalen Leben“ (S. Langer, Kulturphilosophin)

Es gibt Lieder, die sich in die Stränge unseres Lebens einfädeln und uns erinnern und wertschätzen lassen, was wir bisher erlebt haben. In diesem Sinne eröffne ich als Kulturgeragogin mit dem Schwerpunkt Musik einen Raum mit der Möglichkeit, sich seinem musikalischen Potenzial auf der Basis seiner eigenen Lebensgeschichte zuzuwenden und dieses im Moment immer wieder neu zu entdecken und zu leben. Musik ist ein Türöffner hin zu Erlebtem. Sie liefert einen nonverbalen Impuls und Trigger für Erinnerungen und Erzählungen aus dem eigenen Leben – schöne wie traurige. In musikalischer, validierender und zuge-

Gehen Sie auf die Suche nach den Liedern, die Menschen als bedeutsam empfunden haben.



Fotos: Annie We (S. 31 oben); Thordis Goofes

~~~~~

### Wie Musik auf dem Zimmer wirkt

Musik ist Bestandteil der eigenen  
Identität!

Musik löst Erinnerungen aus und  
schafft individuelle Bedeutsamkeit!

Musik liefert emotionale Anker in  
der persönlichen Lebenslinie!

Musik dient dem Rückversichern  
von Zugehörigkeit!

Musik ist hilfreich beim Aufbau  
sozialer Nähe!

Musik schafft Resonanz in sinnstif-  
tenden Gemeinschaftserlebnissen!

Musik nährt Wohlbefinden,  
Zuversicht und ein positives  
Lebensgefühl!

Musik lässt manchmal einen großen  
Stein vom Herzen fallen!

~~~~~

*Verknüpfen Sie die alten
Lieder mit den neuen Lebensge-
wohnheiten und täglichen Ritualen
der Bewohnerinnen und Bewohner.*

wandter Atmosphäre ergeben sich häufig ganz wie von
selbst Gespräche rund um das Thema „Was habe ich mit
meinen Liedern in meinem Leben erlebt?“.

Dabei verfolgt die Biografiearbeit den Ansatz, den Betref-
fenden bei der Auseinandersetzung mit dem persönlichen
Werdegang gezielte zu unterstützen und diesen Prozess
methodisch und nachhaltig zu gestalten (vgl. Hölzle 2019,
S.15). Für musikkaffine Menschen kann Musik hier als
Mittel und Methode bestmöglich genutzt werden. Konkret
bedeutet das, dass wir älteren und pflegebedürftigen
Menschen nicht irgendwelche Musik anbieten, sondern die
Betreuungszeiten nutzen, um gemeinsam mit ihnen auf die
Suche nach den Liedern zu gehen, die sie in ihren verschie-
denen Lebensphasen als wesentlich und bedeutsam
empfunden haben. Diese können dann als eine Art

klingende Lebensbeschreibung dienen, die als roter Faden im eigenen Leben den Menschen in sich verankert, Identität bewahrt oder zeitweise wiederherstellt. In meiner Arbeit mit Betreuungskräften halten wir das nach einem überschaubaren Zeitraum in Form individueller Liederlisten und musikalischer Protokolle fest. Das hilft einerseits, die Vorlieben der Bewohnerinnen und Bewohner im Betreuungs- und Pflegeteam einzelner Wohnbereiche für die Weiterarbeit bewusst und präsent zu halten. Andererseits können sie für das interne Dokumentationssystem der Einrichtung über die Arbeit im Haus genutzt werden.

Drei zeitliche Ebenen im Blick haben

„Deshalb mag ich Musik. Denn sie entsteht aus dem Gefühl und erschafft wieder ein neues“ (Janis Joplin)

Das Revuepassieren und Bewusstmachen des eigenen musikalischen Lebensfadens gibt Halt im Hier und Jetzt und Orientierung für die Zukunft. Insofern beinhaltet das biografische Arbeiten immer alle drei Zeitebenen des Lebens: Vergangenheit – Gegenwart – Zukunft. Um das momentane Befinden und Dasein zu spüren und den Menschen darin zu begleiten und zu stärken, sind die gesungenen persönlichen Lieder und rezitierten Liedzeilen ein hilfreiches Werkzeug – vor allem dann, wenn diese alten Lieder mit den neuen Lebensgewohnheiten und

täglichen Ritualen verknüpft werden und den Blick immer auch wieder nach vorne richten.

Um die Zeitdimension Zukunft zu unterstützen, wirkt die Frage „Welches Lied möchten Sie morgen hören“ oder die Aussicht, nächste Woche wieder Musik zusammen zu machen, zuversichtlich. Wenn gemeinsame Musikbegegnung zum Ritual in der Betreuungsarbeit mit älteren Menschen wird, schafft das Potenzial für kleine Vorfreuden, gespannte Gewissheit und angenehmes Wohlbefinden und kann so zur positiven Stimmung von Bewohnerinnen und Bewohnern beitragen.

In der Annahme, dass wir alle ein Leben lang lernen, kann darüber hinaus die behutsame Hinwendung zu unbekanntem Liedgut sowie die Verknüpfung von Liedern im Kollektiv ebenfalls zur Aktivierung und Verlebendigung beitragen. Neue Unternehmungen mit Musik in der Gruppe ermöglichen bereichernde Zusammenkünfte, wie etwa Musik-Stammtische zu gemeinsamen musikalischen Themen auf den Wohnbereichen und themenbezogene Veranstaltungen und Konzerte im Haus.

Unterwegs auf den Zimmern – Training on the Job

„Kunst – egal in welchem Bereich – ist eine Axt für das gefrorene Meer in uns“ (Joni Mitchell, nach Franz Kafka)

Musik als Methode in Häusern mit älteren Menschen zur Gewohnheit werden zu lassen, macht Sinn, wenn dies regelmäßig und nachhaltig passiert. So ziehe ich als Musikerin und Kulturgeragogin zusammen mit den Betreuenden in besagter Manier durch die Zimmer bettlägeriger, musikkaffiner Menschen. Den Einstieg in die Einzelbegegnung initiiere ich über Ukulele und Gesang sowie mit meinem Erinnerungskoffer, der gefüllt ist mit musikalischen Souvenirs. Weiterhin arbeite ich mit Handy oder Tablet, Soundbox und kleinen Percussion-Instrumenten.

Interessierte Betreuungskräfte auf den verschiedenen Wohnbereichen begleiten mich dabei, schauen mir zu, geben Impulse aus der bisherigen Betreuungsarbeit mit dem jeweiligen Menschen und tasten sich langsam an die musikalische Biografiearbeit heran. Das Aufspüren persönlicher Lieder gleicht dabei einer detektivischen Komplizenschaft, die durch ihre Intensität obendrein die persönliche Beziehung zwischen Betreffendem und Betreuendem stärkt. Häufig bekomme ich Rückmeldungen von Betreuungskräften, dass sie durch die Arbeit mit den individuellen Liedern eine nie erlebte Offenheit und Neues über den Menschen erfahren haben. Und sie berichten von großer Dankbarkeit und von glücklichen Momenten, in denen die Menschen nicht an ihre schwierige Lebenslage oder das hohe Alter denken!

Vor- und Nachbesprechung sowie Reflexionen im Team oder im Einzelgespräch befördern auch beim Personal die individuellen musikalischen Ressourcen zu Tage. Wir

Fragen und Impulse zur musikalischen Biografiearbeit

- Was bedeutet Musik für mich?
- Welches Lied macht mir heute gute Laune?
- Welche Musik bringt mich zum Träumen?
- Gibt es ein Lied, das sich anfühlt wie ein Seelenverwandter?
- Welche Liedzeile habe ich in Erinnerung und ist mir besonders wichtig?
- Habe ich ein Foto, das mich an eine musikalische Zusammenkunft erinnert?
- Welche Schallplatte würde ich wählen, wenn ich sie ab jetzt jeden Tag hören müsste?
- Wer war ein musikalisches Idol für mich, und was zog mich an ihm an?
- Habe ich ein Instrument, das in meinem Leben wichtig war?
- Welches Lied möchte ich morgen hören?



Mehr zum Thema

Annie We im Video: vinc.li/anniewe
 Lesen Sie auch die Beiträge in **aktivieren**
 „Ein bisschen Frieden“ von Kerstin Jaunich
 zur Arbeit mit Songs aus den 1960er- bis
 1980er-Jahren mit jüngeren Pflegebedürftigen
 (6/2022) sowie zu Songs aus der DDR „Der
 Klang der ‚heilen Welt‘ des Sozialismus“ von
 Babette Viehmeister-Hirte (4/2023). Auf
aktivieren-digital.net können Sie
 einfach nach Themen suchen.

*Nutzen Sie individuelle Liederlisten,
 und halten Sie diese in der Dokumen-
 tation für die Weiterarbeit fest.*

stellen Überlegungen an zur Handhabung der persönlichen Musik-Protokolle und sammeln Ideen zur Gestaltung von Musikritualen und zur Einbettung individueller Maßnahmen in den Betreuungsalltag. Im Abstand von drei bis sechs Monaten komme ich dann erneut in dieselbe Einrichtung, um den musischen Ansatz der Betreuungsarbeit dort nachhaltig zu installieren. ●

*band für Kunst- und Kulturgeragogik e.V., im Bündnis für kulturelle Bildung und aktiv im Netzwerk für kulturelle Teilhabe und Demenz. **Tipp:** Treffen Sie Annie We am Vincentz-Messestand auf der ALTEPFLEGE 2024 am Mittwoch, 24. April in Essen.*

*Eine **Literaturliste** stellen die Autorin oder die Redaktion auf Anfrage gern zur Verfügung.*

Buchtip: *Musikalische Impulse. Kreative Wege für interdisziplinäre Teams. Simone Viviane Plechinger, Vincentz Network, 2018, aktivieren.net/produkt/musikalische-impulse/*



Über die **Autorin:** Annie We gestaltet als frei freischaffende Solo-Selbstständige bundesweit Konzerte, Projekte und Workshops sowie Fortbildungen in der Betreuung in Einrichtungen diverser Trägerschaft. Die Schwerpunkte ihrer Arbeit sind interaktive Konzerte, musikalische Biografiearbeit und intergenerationelle Theaterprojekte. Sie ist Mitglied im Fachver-



Annie We
 Musikerin, Kulturgeragogin, Kunst- und Theaterpädagogin, Köln, annie-we.de