

Musikgeragogik als Mehrwert für Altersinstitutionen

Musikalisches Lernen im Alter ist möglich und hat verblüffende Effekte: Es fördert das Wohlbefinden und die Wahrnehmungs- und Gedächtnisleistung und kann wesentlich zur Sturzprävention beitragen.

Text: **Andrea Kumpe** und **Pascal Zeder**

Christina Volken (links) und Sabina Furrer (rechts):
«Die einzigartigen Momente, die das gemeinsame Musizieren ermöglicht, beeindrucken uns.»

Foto: Franca Pedrazzetti



Unter Musikgeragogik ist das Musizieren und Musiklernen für und mit Menschen im Alter zu verstehen. Musikgeragoginnen und -geragogen können das Angebot von Alters- und Pflegeheimen ideal ergänzen. Sie bieten auf die Bedürfnisse der Institution abgestimmte Musikangebote an: Einzel- und Gruppensettings, Sing-, Musik-, Bewegungs- und niederschwellige Instrumental- und Musikunterrichtsangebote – auch intergenerative Angebote mit Kindergärten oder Kitas.

Musik als Brücke in die Vergangenheit

Die Investition in die Musikgeragogik lohnt sich: «Einerseits sinken nachweislich die Medikamentenkosten, andererseits wächst die Zufriedenheit nicht nur der Bewohnerinnen und Bewohner und deren Angehörigen, sondern auch des Personals. Dies aufgrund der erleichterten Pflege und der spürbar positiven Atmosphäre», sagt Andrea Kumpe, Programmleiterin CAS Musikgeragogik an der Hochschule Luzern. «Es ist beglückend, wie wach hoch demenziell erkrankte Menschen die musikalischen

Interventionen erleben und welche musikalischen Lernfortschritte selbst im fortgeschrittenen Stadium einer Demenz möglich sind.»

Musikerfahrungen aus der Kindheit sind tief im Gedächtnis verankert. Werden Hirnareale, die für das Gedächtnis verantwortlich sind, beschädigt, übernehmen andere Hirnareale die Erinnerung an die Musik. Marc Brand, ehemaliger Forscher an der Hochschule Luzern, erklärt: «Wir verbinden Musikstücke mit Emotionen. Durch das Musizieren kann das Glück nacherlebt werden, das die Musik früher schon auszulösen vermochte. Musik fungiert als Brücke in die Vergangenheit.»

Für die News-Plattform der Hochschule Luzern wurden Absolventinnen und Absolventen der Musikgeragogik im Frühling 2023 zu ihren Erfahrungen befragt:

Silvia Fischer ist Instrumentalpädagogin, Musikgeragogin und Krankenschwester. Sie hat über die Musikschule ein Generationenprojekt organisiert, bei dem Kinder gemeinsam mit ihren Eltern und

Grosseltern musizieren. Auch singt sie regelmässig mit Bewohnerinnen und Bewohnern eines Betagtenzentrums. Während der Wintermonate bietet sie Kurse «Musik & Bewegung 60+» an. Sie sagt: «Es ist schön zu sehen, dass meine Arbeit den Menschen etwas bringt. Meine Kursteilnehmenden berichten unter anderem über weniger Schwindelgefühle.»

Musikalische Erinnerung trotz Demenz

Ursula Zihlmann ist Pflegefachfrau, Sozialarbeiterin und Musikgeragogin. Sie leitet Kurse, in denen sie gemeinsam mit demenziell erkrankten Menschen singt. Fasziniert berichtet sie: «Es gibt Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die können kaum sprechen, aber sie tragen ganze Stücke auswendig vor.» Sie habe erlebt, wie ein Teilnehmer unbedingt «Es wott es Fraueli z' Märit go» singen wollte. «Bei ihm war die Demenz schon fortgeschritten. Dann spielten wir das Lied an und er sang Strophe um Strophe, hörte gar nicht mehr

auf!» Von solchen Momenten seien auch die Angehörigen berührt: «Beim Singen erlebt man Momente der gemeinsamen Freude. Angehörige können in diesen Kursen ihre Erlebnisse teilen und sich austauschen. Dafür sind viele dankbar.» ■



Mehr wissen:

Der Effekt musikalischer Interventionen ist besonders gross, wenn diese professionell angeleitet werden. Die entsprechenden Fachpersonen bildet die Hochschule Luzern weiter, mit einem Certificate of Advanced Studies (CAS) in Musikgeragogik. Der nächste Kurs startet im Frühling 2025, Anmeldeschluss ist der 1. Oktober 2024.



Andrea Kumpe

Programmleiterin des CAS Musikgeragogik an der Hochschule Luzern
✉ andrea.kumpe@hslu.ch

Anzeige

HSLU Hochschule Luzern

Musik

Interessiert?

Alter und Musik

Angebote der Hochschule Luzern – Musik: Berufsbegleitend – praxisnah – abwechslungsreich (Auswahl)
Für Musiker*innen und Fachpersonen aus der Kulturarbeit, sozialen Arbeit, Pflege sowie Senioreneinrichtungen.

CAS Musikgeragogik

Anmeldeschluss: 1.10.2024 – Beginn: Frühjahr 2025

Der interdisziplinäre Lehrgang der beiden Departemente der Hochschule Luzern: Soziale Arbeit und Musik qualifiziert zur achtsamen und qualitätsvollen musikalischen Arbeit mit älteren Menschen.

Einfach mal singen!

am 6.07.2024 mit Jan Henning Foh

Einblicke in Konzepte und Formate für das Singen im Alter als Kraftquelle, von Seniorenchören bis hin zu Angebote für Menschen in Pflegeeinrichtungen.

Weitere Informationen: hslu.ch/weiterbildung-musik

FH Zentralschweiz