

„In diesen Menschen schlummert Potenzial“

Musikunterricht für Demenzkranke: Verein Tonfolgen besteht seit einem Jahrzehnt und feiert

VON JANIKA SCHÖNBACH

Schneverdingen. Musik kann unsere Laune beeinflussen, sie kann Erinnerungen wecken und Schmerzen lindern. Anke Feierabend nutzt die Kraft der Musik, um Menschen mit Demenz zu helfen. Seit 15 Jahren gibt sie demenzkranken Menschen Musikunterricht. Angefangen hat das, als der Wunsch an sie herangetragen wurde, eine an Alzheimer erkrankte Frau auf der Geige zu unterrichten. Anders als vermutet und als damals als erwiesen galt, zeigte sich, dass Menschen trotz einer Demenzerkrankung ein Instrument spielen können.



**Familie im
Mittelpunkt**

Sieben Jahre lang unterrichtete Feierabend ihre erste Schülerin. Aus ihren Erfahrungen entwickelte sie eine musikalische Unterrichtsmethode, die Anke-Feierabend-Methode (AFM). Im Rahmen eines Uni-Projektes wurde diese vor einigen Jahren detailliert ausgewertet und dokumentiert. Dazu hat die Geigenlehrerin ihren Unterricht mit einer Schülerin über ein Jahr lang auf Video aufgezeichnet. Im zweiten Projektjahr wurden die Aufzeichnungen ausgewertet. Es entstand eine Website, auf der die Ergebnisse öffentlich einsehbar sind (www.musikunddemenz.de).

Die Methode und ihr Potenzial in die Öffentlichkeit tragen, dieses Ziel hat auch der Verein Tonfolgen den Feierabend 2014 gegründet hat. In diesem Monat wird das zehnjährige Bestehen gefeiert (siehe Infobox). „Ziel des Vereins ist es, das Wissen über die Methode und ihre Wirkung in die Welt zu bringen“, sagt Feierabend.



Welche Wirkung Musik auf Menschen haben kann, zeigt die Arbeit von Anke Feierabend eindrücklich.

erabend. Denn lange Zeit war sie die einzige, die ihre Methode beherrschte. Als 2013 der NDR über sie berichtet, erreichen sie Anfragen aus dem ganzen Bundesgebiet. „Da wurde mir klar, ich muss dieses Wissen weitergeben, damit es auch anderswo Menschen gibt, die mit der Methode arbeiten können.“ Denn „In all diesen Menschen schlummert so viel Potenzial, aber weil man es ihnen nicht mehr zutraut, bleibt es ungenutzt.“

Lehrkräfte lernen Instrument perfekt zu beherrschen

Viele Jahre arbeitete Feierabend darauf hin, ihr Wissen weiterzugeben. Schon lange reist sie durch Deutschland, die Schweiz und Österreich, hält Vorträge und gibt Workshops zu ihrer Methode. Oft an Musikschulen oder Musikhochschulen, aber auch bei der Jahrestagung der Alzheimer-Gesellschaft oder bei Fachtagen der Deutschen Gesellschaft für Musikgeragogik, eine Fachdisziplin, die sich mit musikalischer Bildung im Alter beschäftigt, war sie schon zu Gast. Die Reisen finanziell alleine zu stemmen, wäre für sie nicht

möglich. Hier unterstützt der Verein, der auch schon einen Film für eine internationale Konferenz produziert hat.



„Ziel des Unterrichts ist es, dass der Schüler ein Erfolgserlebnis hat“

Anke Feierabend
Gründerin Tonfolgen

Auch fördert der Verein eine 15-monatige Weiterbildung, bei der die Teilnehmenden die AFM-Methode erlernen können. 2022 ist der Pilotjahrgang dieser Wei-

terbildung gestartet – nach einigen Startschwierigkeiten schließlich mit drei Teilnehmerinnen. Im November vergangenen Jahres ist die Weiterbildung dann zu Ende gegangen. „Meine ersten Absolventinnen sind voll motiviert in diese neue Arbeit gestartet. Das ist einfach wunderschön zu erleben, wie sie sich in dieser Zeit entwickelt haben“, sagt Feierabend. Ein wichtiger Bestandteil der Weiterbildung ist das freie Spiel auf dem eigenen Instrument. Die Lehrkräfte müssen lernen, frei nach Gehör zu spielen. „Wenn ich mit demenziell erkrankten Menschen arbeite, kann ich keinen Notenständer vor mir haben und nach Noten spielen. Ich muss mit meiner Aufmerksamkeit komplett bei meinem Schüler sein“, erklärt Feierabend. Zu Beginn hätten die Teilnehmerinnen nicht geglaubt, das jemals zu schaffen, aber am Ende klappte es bei allen.

Das freie Spielen ist auch deshalb so wichtig, weil es in den Stunden mit den demenzerkrankten Menschen nicht unbedingt darum geht, Lieder einzustudieren. Die Schüler geben den Ton an. Wechseln sie mitten

im Stück in ein anderes Lied, muss die Lehrkraft folgen können. „Ziel des Unterrichts ist es, dass der Schüler ein Erfolgserlebnis hat. Es gibt kein Falsch. Der Schüler soll sich als selbstwirksam und kompetent erleben, dazu befähige ich ihn durch meinen Unterricht“, sagt Feierabend, „Dafür ist es notwendig, dass ich mein Instrument extrem gut beherrsche und äußerst gut improvisieren kann.“

Um diese Kompetenzen an mehr Menschen weitergeben zu können. Für die Zukunft hat Feierabend mit ihm noch mehr Pläne. Im deutschsprachigen Raum sei sie schon gut vernetzt, gerne würde sie aber weltweit reisen, um die Methode bekannter zu machen, damit auch dort Menschen von ihrer Wirkung profitieren können. Bei ihren ersten Absolventinnen hat die Weiterbildung schon Spuren hinterlassen: „Wenn ich nun Menschen, die sich verbal nur noch eingeschränkt ausdrücken können, die Musik als Ausdrucksmittel schenken kann, macht es mich glücklich“, sagt eine von ihnen, „Es erfüllt mich mit großer Dankbarkeit und

VEREIN TONFOLGEN

Gründung 2014

Anke Feierabend hat 2014 den Verein Tonfolgen gegründet, um das Wissen über die von ihr entwickelte Methode weitergeben zu können. Am kommenden Sonnabend feiert der Verein sein zehnjähriges Bestehen. Los geht es um 17 Uhr in der Eine-Welt-Kirche in Schneverdingen. Nach einem Einblick in die Arbeit des Vereins wird ab 18.30 Uhr der Film „Heaven can wait“ gezeigt. Er begleitet sechs Mitglieder eines Hamburger Chores, dessen Mitglieder mindestens 70 Jahre alt sind. Ihr Motto ist: „Wir leben jetzt“. Weitere Informationen zum Verein finden sich unter <https://t1p.de/bxw4w>, Infos zur Weiterbildung unter www.weiterbildung-afm.de/. bz

Freude, zu erleben, wie sehr mich diese betagten Menschen berühren. Mir geht regelrecht das Herz im Umgang mit ihnen auf“, eine andere.

NACHGEFRAGT

„Musik ist eine universelle Sprache“

Schneverdingen. Anke Feierabend ist die Gründerin des Vereins Tonfolgen. Sie gibt seit 15 Jahren Menschen mit Demenzerkrankungen Instrumentalunterricht. Aus ihren Erfahrungen ist eine Unterrichtsmethode entstanden.

Worum geht es bei der Arbeit des Vereins Tonfolgen?

Anke Feierabend: Der zentrale Punkt ist, Menschen mit Demenz, Lebensfreude, Lebensqualität, Selbstwertgefühl und einfach Glück zu schenken. Das ist wirklich die Hauptaufgabe unserer Arbeit. Wir wollen dafür sorgen, dass das Wissen darum, dass solch ein Potenzial in diesen Menschen schlummert, in die Welt kommt. Die Zielgruppe ist zwar von großen Einschränkungen betroffen, aber gleichzeitig steckt in ihr ein großes Poten-

zial, das bisher kaum erkannt und genutzt wird. Das möchten wir ändern, um diesen Menschen noch lebenswerte Jahre zu schenken, anstatt dass sie verkümmern.

Gibt es Stunden, die Sie besonders berührt haben?

Jede Stunde berührt mich, weil jedes Mal etwas passiert, was für mich die Grundmotivation für meine Arbeit ist. Ich komme an und finde meine Schüler oft in einem typischen Zustand der Demenz vor – abwesend und teilnahmslos. Doch sobald ich anfangen, mit ihnen zu arbeiten, passiert etwas ganz Besonderes: Die Musik weckt sie auf. Sie werden wach, gestalten die gemeinsame Zeit aktiv mit und blühen regelrecht auf. Der Unterricht dauert anderthalb Stunden, da ich sowohl einen längeren Vor-

lauf als auch einen längeren Ausklang für diese Schüler brauche. Während der Stunde ist es kaum noch sichtbar, dass das der gleiche Mensch ist, der am Anfang versunken im Sessel saß. Dieses Aufblühen sehe ich in jeder Stun-



Das eigene Instrument perfekt zu beherrschen, ist Voraussetzung, um Menschen mit Demenzerkrankung unterrichten zu können. Freies Spielen zu üben, ist deshalb ein großer Teil der Weiterbildung.

de und es berührt mich zutiefst. Deshalb kann ich nicht still sitzen bleiben. Ich weiß, dass dies in all diesen Menschen steckt und meist ungenutzt bleibt. Sie könnten alle jede Woche, jeden Tag aufblühen, wenn sie durch

Musik gefördert würden. Aus diesem Grund ist es mir so wichtig, dieses Wissen und diese Arbeit in die Welt zu tragen.

Welche Bedeutung hat Musik für Sie selbst?

Musik ist eine universelle Sprache, ein Ausdrucksmittel. In meiner Arbeit befähige ich meine Schüler, sich über die Musik wieder zu artikulieren – eben in musischer Form. Denn gerade mit Musik kann ich Menschen, die augenscheinlich nichts mehr können oder nichts mehr mitkriegen, erreichen und mit ihnen in Kontakt treten. Deswegen hat Musik für mich persönlich einen sehr, sehr hohen Stellenwert. Das ist sicherlich einer der wichtigsten Bereiche meines Lebens. Tatsächlich höre ich aber selbst selten Musik, obwohl ich das eigentlich gerne mache. Aber als

Musikerin kann ich Musik nicht einfach nebenbei hören.

Wie sieht es mit Live-Musik aus?

Ich gehe gerne in Konzerte. Vor kurzem war ich bei einem Konzert des Chores „Heaven can wait“. Das war fantastisch zu sehen, wie die Mitglieder – die alle älter als 70 sind, die Älteste ist sogar 94 – auf der Bühne alles geben. Man merkt: Musik ist für sie Lebenselixier. Sie ist das, was sie am Leben hält und ihnen Sinn gibt. Man weiß, dass beim Musizieren, Erreichen und mit ihnen in Kontakt treten. Deswegen hat Musik für mich persönlich einen sehr, sehr hohen Stellenwert. Das ist sicherlich einer der wichtigsten Bereiche meines Lebens. Tatsächlich höre ich aber selbst selten Musik, obwohl ich das eigentlich gerne mache. Aber als

Interview: js