

Wunsch- und Mitmach- sowie Zimmerkonzerte

Titel	Wunsch- und Mitmachkonzerte und Zimmerkonzerte
Untertitel	Interaktive Wunschkonzerte für Seniorinnen und Senioren ohne und mit Einschränkungen, z. B. Demenz
Konzept und Durchführung	Anke Feierabend

Das Wichtigste auf einen Blick

Initiatorin	Anke Feierabend Violinistin, Musikpädagogin, Musiktherapeutin, Kunsttherapeutin, Kalligraphin, Bildungsreferentin, 1. Vorsitzende des TonFolgen e. V.
Kontakt:	Anke Feierabend, Weststraße 8 E, 29640 Schneverdingen Telefon: 05193 – 807 17 34, Mobil: 0151 – 581 79 202 info@ankefeierabend.de www.ankefeierabend.de



Zielgruppen und Veranstaltungsorte

Zielgruppen sind Senior*innen ohne und mit Einschränkungen, z. B. Demenz, und ihre Angehörigen (soweit verfügbar)

Bevorzugt werden die **Mitmachkonzerte** in Senioren- und (Tages-)Pflegeeinrichtungen jeglicher Art für alle Bewohner*innen durchgeführt, die mobil genug sind, daran teilzunehmen.

Gerne dürfen – soweit es die Räumlichkeiten erlauben – auch Senioren*innen und Angehörige aus dem Wohnumfeld des Veranstaltungsortes eingeladen werden. Damit bekommen die Konzerte öffentlichen Charakter und dienen der Öffentlichkeitsarbeit der jeweiligen Einrichtung sowie der sozialen Vernetzung. Mancher Senior, der bislang zu Hause überwiegend alleine lebt, erhält Einblicke in die freundliche Atmosphäre der Senioreneinrichtung und revidiert möglicherweise seine zuvor ablehnende Haltung.

Darüber hinaus besteht die Möglichkeit, von externen Besuchern ein Eintrittsgeld zu nehmen. Das kann auch erst nach einer Einführungszeit erfolgen, wenn sich die Mitmachkonzerte bereits etabliert haben.

Wirkung und Nutzen, Hintergründe

Die Mitmachkonzerte sind von ihrer Struktur und Durchführung therapeutisch angelegt. Sie knüpfen an das TonFolgen-Konzept an, indem die Musikerin in den Konzerten den Musikwünschen der Zuhörenden folgt und diese gleichzeitig den Tönen der Geigerin. Das von Frau Feierabend über viele Jahre entwickelte innovative musikalische Konzept Anke Feierabend-Methode (AFM) war von 2018 bis 2020 Gegenstand eines wissenschaftlichen Projektes in Kooperation mit der Universität Vechta.

Neben dem oben bereits erwähnten Nutzen für die jeweilige Einrichtung durch ein Angebot, das auch in der Öffentlichkeit positiv wahrgenommen wird, wirken sich die Mitmachkonzerte insbesondere auf die teilnehmenden Senior*innen und ihr Pflegeumfeld wohltuend aus. Ihnen wird eine besondere kulturelle Teilhabe ermöglicht, die auf die speziellen Bedürfnisse alter und demenzkranker Menschen ausgerichtet ist.

Jeder Mensch hat seine ganz persönliche musikalische Biographie, auch wenn nicht selbst musiziert wird/wurde.

Gerade ältere und alte Menschen blicken meist auf ein bewegtes Leben zurück, in dem – vor allem in jüngeren Jahren – Musik einen großen Stellenwert einnahm, sei es beim Tanzen, am Lagerfeuer, beim Wandern, beim Sport oder – auch später oft noch – in der Kirche.



Wenn ein Mensch Musik hört, die ihn berührt, speichert er nicht nur Melodie, Harmonik und Rhythmus ab. Auch seine Gefühle, die die Musik in ihm auslöst, sowie sein persönliches Umfeld werden mit der Musik im musikalischen Langzeitgedächtnis abgelegt. Später beim Hören eines solchen ihm bekannten Musikstückes wird nicht nur die Erinnerung an das Stück an sich, sondern auch das ganze Drumherum einschließlich der Gefühle und Bilder aus der Zeit, in der das Stück abgespeichert wurde, wieder lebendig.

Diese Tatsache nutzt Anke Feierabend in ihren Mitmachkonzerten. Sie spielt für die Konzertbesucher kein vorgefertigtes Programm, sondern bittet sie, ihre Musikwünsche zu äußern, die meist auf der Stelle erfüllt werden können. Wer möchte, darf sich aus einem Korb mit orffschen Musikinstrumenten (das sind – kurz gesagt – solche, die jeder Mensch bedienen kann) eines auswählen und mitspielen. Dazu wird gesungen. Es entsteht ein spontaner Dialog nicht nur zwischen der Geigerin und dem Publikum, sondern auch zwischen den Zuhörenden. Wird gerade kein Musikstück gewünscht, spielt Frau Feierabend aus ihrem reichen Repertoire, das rund 600 Stücke umfasst, etwas, wovon sie weiß, dass es ein in dieser Generation sehr beliebtes Stück ist. Dies weckt in der Regel wieder reichlich Erinnerungen an vergangene Zeiten, so dass weitere Musikwünsche folgen.



Da das musikalische Langzeitgedächtnis am längsten erhalten bleibt und als einzige Gehirnregion bei einer Alzheimer-Erkrankung kaum Schaden nimmt, sind die Mitmachkonzerte für Menschen mit demenziellen Einschränkungen von besonderer Bedeutung. Denn hier werden diese Menschen – auch im fortgeschrittenen Stadium der Erkrankung – auf der einzigen Ebene angesprochen, auf der sie noch wirklich erreichbar sind.



Während der Konzerte werden nicht nur die musikalischen Erinnerungen der Zuhörer wieder lebendig, sondern auch sie selbst. Sie kommen in Bewegung, manche beginnen zu tanzen, alle, die können, singen eifrig mit, dazu rasselt und klingelt es an allen Ecken. Selbst schwerst Demenzkranke beherrschen oft noch erstaunlich viele Lieder und Texte und strahlen dann glücklich, da sie selbst aktiv an dem Konzert teilnehmen können

– eine Rarität in ihrem so eingeschränkten Dasein! Sie erhalten in ihrer verbliebenen Identität neues Selbstwertgefühl und unterscheiden sich im Verlauf des Konzertes kaum mehr von den hirngesunden Bewohner*innen.



Die alten Menschen blühen während der Mitmachkonzerte auf. Anschließend sind sie viel ausgeglichener als vorher. Sie strahlen und kommunizieren fröhlich mit ihrem Umfeld. Das hat zur Folge, dass sie sich leichter pflegen lassen und abends gut einschlafen. Nicht nur ihre, auch die Lebensqualität des Pflegeumfeldes steigt.

Da ein solches Mitmachkonzert ein mit vielen positiven Gefühlen besetztes Erlebnis ist, speichern die Teilnehmenden genau diese auch in Verbindung mit der Musik in ihrem musikalischen Gedächtnis ab. Das hat zur Folge, dass sie sich – oft auch die Demenzkranken – nach Wochen noch daran erinnern und sich auf das nächste Konzert riesig freuen. Alleine die Erwähnung eines nahenden Konzertes hebt dann bereits die Stimmung der Bewohner*innen erheblich.

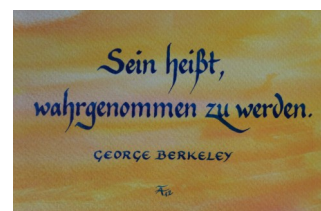
Durchführung

Ein Mitmachkonzert dauert eine Stunde, kann spontan aber auch länger dauern, da die alten Menschen beim Musizieren – sie sind der Chor und das Orchester! – eine erstaunliche Ausdauer zeigen. Ein Klavier wird nicht benötigt.

Bewährt hat sich die Durchführung vier bis fünf Mal im Jahr, also etwa alle drei Monate. Das reicht aus, da die Wirkung der Konzerte sehr nachhaltig ist.



Frau Feierabend benötigt keine Noten. Kennt sie ein Lied nicht, ist sie in der Lage, es sich binnen weniger Minuten anzueignen, sofern jemand die Melodie vorsingen kann. Der klare, warme, tragende Ton ihrer Violine bietet eine gute Orientierung und erleichtert den alten Menschen das Mitsingen. **Dabei achtet die Musikerin darauf, jedes Stück in einer Tonlage zu spielen, in der gut mitgesungen werden kann.** Zudem ist Frau Feierabend mit ihrem Instrument flexibel und geht während des Konzertes geigespielend von Mensch zu Mensch. Dabei tritt sie mit jedem Einzelnen in Beziehung, sieht ihn an und "holt ihn dort ab". Die Menschen fühlen sich wahrgenommen.



Die Zimmerkonzerte



Für all jene Bewohner*innen, die nicht mobil genug sind, um an den Konzerten im Saal teilzunehmen, haben sich die **Zimmerkonzerte** etabliert. Anke Feierabend besucht die meist bettlägerigen Bewohner*innen am Vormittag des Konzerttages in ihren Zimmern und erfüllt ihnen ihre Musikwünsche – ein Highlight, das zuverlässig für strahlende Gesichter sorgt.

Regelmäßig besucht die Geigerin auch sterbende Heimbewohner*innen und spielt für sie. Aufgrund ihrer langjährigen Tätigkeit auf einer Palliativstation hat sie ein feines Gespür dafür, welche Musik für den jeweiligen Menschen passt.



Entstehung und Motivation

Zunächst wurde Anke Feierabend engagiert, um eine bettlägerige alte Mutter, die in einem Pflegeheim lebte, mit Musik zu erfreuen. Während Frau Feierabend die individuellen Musikwünsche der alten Dame erfüllte, gesellten sich immer mehr Heimbewohner dazu. Sogar eine schwerst demenzkranke Zimmermitbewohnerin tauchte plötzlich aus tiefster Versenkung auf und summtte zum großen Erstaunen aller mit. Kurzentschlossen spielte Frau Feierabend am Schluss noch im Foyer des Hauses für die dort anwesenden Bewohner*innen und erfüllte zur allseitigen Begeisterung alle Musikwünsche.

Im gleichen Sommer wurde die Musikerin erneut für einen musikalischen Besuch engagiert. Nach dem Spiel am Bett der Mutter ging es diesmal nicht im Foyer, sondern auf der Wiese vor dem Haus weiter. Viele der Heimbewohner saßen draußen auf der Terrasse oder auf ihren Balkonen. Sofort stimmten sie in die Musik mit ein. Frau Feierabend ermunterte sie, ihre Musikwünsche zu äußern. Das Mitmachkonzert war geboren. Die Stimmung war fantastisch.

Auch Wochen später erinnerten sich die Heimbewohner*innen noch an den besonderen Nachmittag und fragten, wann denn die Geigerin wiederkomme.

Im Dezember wurde auf allseitigen Wunsch ein Weihnachtskonzert im großen Saal des Pflegeheimes für alle Bewohner*innen und ihre Angehörigen veranstaltet – ein unvergessliches Ereignis, für das die bettlägerige Mutter eifrig trainiert hat, um an jenem Tag dem Konzert im Saal beiwohnen zu können. Sie schaffte es! Frisch frisiert und schön gekleidet saß sie glücklich im Publikum. Im Februar 2018 – zwei Jahre nach dem ersten musikalischen Besuch am Bett – feierte sie zwei frohe Stunden lang mit allen mobilen Heimbewohner*innen und einem Mitmachkonzert ihren 90. Geburtstag im großen Saal.

Die Zimmerkonzerte entstanden aus dem Wunsch heraus, auch den bettlägerigen Bewohnern einen persönlichen Musikgenuss zu ermöglichen.

Inzwischen sind die Mitmach- und Zimmerkonzerte zu einem stets sehnlichst erwarteten Höhepunkt in norddeutschen Pflegeeinrichtungen geworden.

Feedback zu den Mitmach- und Zimmerkonzerten

Vielen Dank für die schönen Stunden am Sonntag! Die Bewohner sind immer noch begeistert. Das war einfach ein super Tag ☺

Dani Schwarze, Leiter des DRK-Heimes Gronau/Leine

Ich sitze gerade mit Frühstück bei meiner Mutter und wir sprechen von Ihnen und Ihrer Musik. Es hat auch ihr wieder gut getan. Auch am Tag danach ist sie fröhlich und wie ausgewechselt gewesen. Und auch alle anderen Bewohner, die mich angesprochen haben, waren immer noch voller Freude und Lob.

Siegfried Ziegert, Sohn einer Heimbewohnerin

Hallo Frau Feierabend,
nochmals vielen Dank für das tolle Konzert, bzw. die Zimmerbesuche. Die Bewohner schwärmen immer noch von Ihnen ☺ - War total super!!!

Dani Schwarze

Die Bewohner freuen sich schon ungemein auf das Konzert im Speisesaal um 15:00 Uhr. Passt es Ihnen auch wieder, wenn wir vormittags die Zimmerbesuche für bettlägerige Bewohner anbieten? Ich fand, dass es letztes Mal eine unglaublich tolle Sache für die immobilen Bewohner war!

Wir freuen uns alle total auf den Termin. ☺

Dani Schwarze

Es war wieder ein super schöner Tag - ein super Highlight für die Bewohner! Vielen lieben Dank auch, dass Sie so viele am Vormittag besucht haben. Das Mitmachkonzert war natürlich auch wieder ein außerordentlich schöner Nachmittag. Die Bewohner haben sich so sehr gefreut. Haben auch super mitgemacht, fand ich. Wir als Haus sind Ihnen als auch Familie Z. überaus dankbar, dass wir allen Bewohnern solch schöne Tage ermöglichen können. Danke! ☺

Dani Schwarze

Vielen lieben Dank nochmal für alles. Wir freuen uns alle im Haus schon auf unseren nächsten Termin!!!

Dani Schwarze

Berichte einer Betreuungskraft zu einem Zimmerkonzert im DRK-Heim Gronau/Leine

1. Als Betreuungskräfte besuchen wir Frau S. mehrmals wöchentlich. Manchmal wünscht sich Frau S., dass wir ihr eine Geschichte vorlesen, selten sind biografiebezogene Gespräche möglich. Häufig gibt uns Frau S. schon beim Betreten ihres Zimmers durch Mimik und Gestik zu verstehen, dass Sie keinen Besuch wünscht. Umso erstaunter war ich darüber, wie positiv Frau S. während des Besuches von Frau Feierabend in der Adventszeit reagierte. Schon die ersten Klänge der Geige brachten sie zu einem strahlenden Lächeln. Frau S. sang sogar einige Verse eines bekannten Weihnachtsliedes mit.

Es ist immer wieder beeindruckend und sehr schön zu erleben, welche starke positive Reaktion Musik besonders bei bettlägerigen und dementiell veränderten Menschen hervorruft. Wir freuen uns schon jetzt auf die nächsten "Zimmerbesuche" mit Frau Feierabend.

Claudia Siegfried, Betreuungskraft DRK-Heim Gronau

Nachtrag: Als eine Stunde nach dem musikalischen Besuch bei Frau S. deren Tochter mit Mann zu Besuch kamen und Frau Siegfried ihnen erzählte, wie Frau S. auf die Musik reagiert hatte, entgegenete die Tochter mit ungläubigem Staunen: "Meine Mutter?!?"

2. Frau T. wird mehrmals pro Woche von unserem Betreuungsteam besucht. Sie ist an Multipler Sklerose erkrankt, seit Jahren bettlägerig und kann sich nicht mehr verständlich artikulieren. Sie "spricht" sehr selten und lässt uns an ihrer Mimik erkennen, ob sie sich wohlfühlt.

Beim letzten Zimmerkonzert mit der Violinistin Anke Feierabend bekam Frau T. Melodien bekannter Volkslieder vorgespielt. Schon bei den ersten Klängen der Geige begann Frau T. zu lächeln und hob ihren Blick zu Frau Feierabend.

Nach dem "Zimmerkonzert" "erzählte" Frau T. sehr lange. Obwohl sie keine verständlichen Wörter sprach, war an ihren Lauten und ihrer Mimik ganz deutlich zu erkennen, wie sehr ihr die Musik gefallen hat.

Ein wunderbares Beispiel dafür, wieviel Freude Anke Feierabend mit Melodien auf ihrer Geige schenkt.

Claudia Siegfried, Betreuungskraft DRK-Heim Gronau

In meiner langjährigen Arbeit mit kranken, demenziell veränderten, oft alten wie auch sterbenden Menschen ist es mir zur Berufung geworden, die in der biografisch-musikalischen Intervention schlummernden Potenziale zu nutzen, um Menschen, deren Leben von Einschränkungen geprägt ist, kulturelle Teilhabe zu ermöglichen und damit Lebensfreude zu schenken. Solche Begleitung bietet wunderbare Wege zur Inklusion in die Gesellschaft. Das Wissen darüber wie auch Weiteres mehr gebe ich gerne weiter.



Selbständige Violinistin, Musikpädagogin und Musikgeragogin

Lehrtätigkeit als Dozentin an Instituten der Berufsbildung, u. a. für den Landesverband niedersächsischer Musikschulen, Erwin Stauss Institut Bremen, Leibniz Kolleg Hannover, Lembke Seminare Hamburg, Pflegeakademie Hanau

Vortragstätigkeit als Referentin sowie Dozentin für Workshops auf Kongressen, Tagungen und Messen

Wunsch- / Mitmachkonzerte in norddeutschen Senioreneinrichtungen mit orientierten und desorientierten Senioren, Zimmerkonzerte für Bettlägerige und Sterbende

Therapeutische Arbeit mit demenzkranken SchülerInnen (Schwerpunkt: Neurologie und Musik; Auswirkungen von Musik auf den Menschen und das musikalische Langzeitgedächtnis im emotionalen Kontext der persönlichen Biographie bei neurologischen Erkrankungen und desorientierten Menschen)

Kreativtherapeutin im Palliativbereich (Schwerpunkt: Musik in der Sterbe- und Trauerbegleitung)

Entwicklung der Anke Feierabend-Methode (AFM),
Therapeutischer/Validierender Musikunterricht für Menschen mit Demenz und anderen neurologischen Erkrankungen
Musikunterricht für Menschen mit Demenz
Die AFM war von Dezember 2018 bis November 2020
Gegenstand eines EU-Projektes in Kooperation mit
der Universität Vechta (**siehe www.musikunddemenz.de**)

Vorsitz des TonFolgen e. V. –
gemeinnütziger Verein für therapeutischen Musikunterricht

Innovationspreisträgerin 2014 (ARTIE-Innovationspreis) für
besonderes Engagement im sozialen und gesellschaftlichen
Bereich (Entwicklung der AFM und deren Umsetzung)

Fortbildung in Validation nach Naomi Feil

Aktive Musikerin mit langjähriger Orchestererfahrung sowie im
Bereich Kammermusik und als Solistin

Forschungstätigkeit zu „Musik und Demenz“, „Musik als
Lebenselixier in Krisen“, zur Alzheimer-Prävention und zu Schlaf