

## **Interview zur Musikgeragogik mit Anke Kolodziej**

### **Oskar Dierbach:**

Liebe Anke Kolodziej, wir arbeiten ja schon viele, viele Jahre zusammen. Sie sind Krankenschwester und Sozialpädagogin, haben also zwei ganz wichtige und wertvolle Berufsabschlüsse. Warum haben Sie sich zusätzlich noch um die Qualifikation der Musikgeragogik bemüht?

### **Anke Kolodziej:**

Ja, das hat mehrere Gründe. Ich habe eigentlich auch vor der Weiterbildung schon immer mit Musik gearbeitet. Als ich hierher in die Einrichtung kam, war ich zunächst in der Tagespflege. Dort habe ich viele Gruppenangebote mit Musik für die Tagespflegegäste gestaltet und ich bin da eher so intuitiv vorgegangen. Also mit dem Wissen, was ich im Laufe meines Lebens erworben habe, in der Schule, ich habe ein Instrument gelernt und habe auch in einer Band hobbymäßig gespielt. Diese ganzen Dinge habe ich genutzt, um Musikprozesse zu gestalten und ja, ich glaube, das lief soweit ganz gut, aber es hat mich natürlich auch an Grenzen geführt.

Es gibt z.B. Gruppen, die singen gerne einen Kanon. Um so einen dreistimmigen Kanon zu dirigieren, gibt es Handwerkszeug, was man ganz gut gebrauchen kann, und das hatte ich nicht. Oder die Orffschen Instrumente zum Beispiel, die liegen in jeder Alteneinrichtung in der Schublade. Da holt man dann ein paar Rasseln, ein paar Klanghölzer, verteilt die und dann war für mich die Frage: Ja, was mache ich jetzt genau damit? Also da habe ich gedacht, ich brauche Praxisbeispiele, ein paar andere Methoden. Und dann bin ich zu meinem damaligen Chef gegangen und habe ihm davon berichtet, dass ich einfach mehr brauche, mehr Reflexion, mehr Input, sozusagen für die Musik mit den alten Menschen. Er hat mich da total unterstützt, unter anderem dadurch, dass er mir einen Kontakt vermittelt hat zu einer ehemaligen Mitarbeiterin. Sie hatte nämlich genau diese Weiterbildung zur Musikgeragogin gemacht, und nachdem ich diese Frau dann getroffen hatte, war ich entschlossen, auch diese Weiterbildung zu besuchen.

Ich hatte das Glück, und das ist ja nicht selbstverständlich, dass die Einrichtung gesagt hat: Ja, wir finanzieren diese Weiterbildung und ich habe die Hälfte der Weiterbildungszeit auch als Arbeitszeit angerechnet bekommen. Ich meine, ich hätte es auch selbst finanziert, aber das war so ein Rückhalt, eine Unterstützung, über die ich mich sehr gefreut habe.

Die Weiterbildung ging über eineinhalb Jahre, ich habe es keinen Tag bereut, diese Weiterbildung gemacht zu haben. Ich bin nach wie vor noch im Kontakt mit anderen Musikgeragogen, das war eine supergute Sache als Ergänzung zu den anderen beiden Qualifikationen, die ich ja schon hatte.

### **Oskar Dierbach:**

Was kann Musikgeragogik und was ist Musikgeragogik genau?

### **Anke Kolodziej:**

Eine Frage, die man, glaube ich, nicht so in ein, zwei Sätzen beantworten kann, weil es eine riesige Bandbreite gibt und so viele Facetten der Musikgeragogik. Ich glaube, dass wichtigste ist, dass Musikgeragogik Lust auf Leben machen kann, dass alte Menschen Zufriedenheit und Freude erleben und dass sie sich lebendig fühlen. Ja, das ist das wirklich ganz zentrale.

Musikgeragogik als wissenschaftliche Disziplin ist noch relativ jung. Sie ist um 2004 das erste Mal entstanden als eine Disziplin, die die Schnittstelle von Musikpädagogik und Geragogik bildet. Es

geht immer darum, wie bringe ich musikalische Bildung oder musikalische Betreuungsangebote an alte Menschen. Und da gibt es andere Dinge als bei jüngeren, die ich beachten muss, weil alte Menschen anders lernen und weil sie auch andere Inhalte brauchen bei den musikalischen Prozessen. Die Musikgeragogik bietet ganz viele Möglichkeiten, welche Methoden und Inhalte ich einsetzen kann.

Das oberste Gebot in der Musikgeragogik ist die biografische Orientierung, also dass ich mich immer frage: Wie ist der Mensch mit der Musik verbunden, wie ist seine Biografie, wo und welche Musik kommt in dieser Biografie vor? Und wenn ich das weiß und das beherzige und umsetze, dann kann Musikgeragogik wirklich ganzheitlich wirken und bietet im sozialen Bereich, im motorischen Bereich, im emotionalen Bereich und im kognitiven Bereich bei den alten Menschen eine Fülle von positiven Auswirkungen. Und dann kann ich die Musikgeragogik vielfältig einsetzen: präventiv, therapeutisch, rehabilitativ oder einfach auch ganz absichtslos zur reinen puren Freude.

### **Oskar Dierbach:**

Lassen Sie uns diesen Gedanken doch noch einmal etwas vertiefen, mit der Lebensfreude, mit den pädagogischen, mit den therapeutischen Aspekten. Wenn jemand sagt „Volkslieder singen kann doch jeder“. Was würden Sie dem sagen, welche besondere Rolle spielt Musikgeragogik, wenn es um Lebensmut, um Therapiemöglichkeiten, um soziales Miteinander geht?

### **Anke Kolodziej:**

Also Volkslieder singen kann jeder, dem würde ich erst mal zustimmen, aber wenn ich noch ein bisschen mehr möchte als nur die Lieder singen, sondern speziell auf die alten Menschen eingehe, dann ist ein musikgeragogisches Hintergrundwissen sehr wichtig.

Ich denke zum Beispiel an das soziale Miteinander. Es sind ja ganz viele Menschen auf einem Wohnbereich, die total unterschiedliche Biografien aufweisen. Die sind anders groß geworden, die haben andere Berufe ergriffen, der eine ist kinderlos, die andere hat fünf Kinder. Sie haben also eine riesige Bandbreite von unterschiedlichen Charakteren und Sozialisationen, Bildungsniveaus, Lebenserfahrungen, das ist so heterogen. Da kann ich natürlich mit der Musik - unter anderem auch mit Volksliedern - wunderbar zu einer gemeinsamen Aktion einladen. Das gelingt mir mit wenig anderen Dingen so wie mit der Musik.

Und die Gruppe kommt dann zusammen oder ich lade dazu ein und es dauert nicht lange, dann werden Kontakte geknüpft, dann wird Kommunikation befördert. Allein schon die Frage: „Kennen Sie dieses Lied?“ Da sagt der Erste „Ja, kenne ich, glaube ich“. Und der Nächste sagt „Habe ich in der Schule gehört“. Und die Dritte sagt „Ja, ich glaube, das habe ich doch mal mit meinem Vater gesungen“. Und dann kommt die Antwort: „Frau Kolodziej, wir kennen das Lied“. Da wird ein "ich" direkt umgewandelt in ein "wir", die Menschen fühlen sich ganz schnell als Gruppe. Wenn man dann im Anschluss zusammen singt, erlebt man sich als Gruppe und lächelt sich zu und schaut sich an.

Und dann kann ich natürlich gucken: Wie singe ich die Volkslieder? Welche Volkslieder singe ich? Und da sollte man eben nicht singen, wie man mit Kindern oder mit einer anderen Generation singt. Man sollte schon ein bisschen langsamer singen, mehr Pausen lassen zum Luft holen, die Tonhöhe ein bisschen runtersetzen, denn der ältere Mensch kann nicht mehr so hoch singen. Das sind alles viele wichtige Hinweise, die das Ganze dann wirklich abrunden und ja, ein wunderbares Gemeinschaftserlebnis ermöglichen. Die Menschen sind hinterher wirklich fröhlich und gelöst und entspannt. Diese Wirkung hält auch an. Also wenn wir vorher eine Liederrunde hatten und die Bewohner gehen dann zum Mittagessen, dann sind die auf dem Weg dahin noch in der Kommunikation und sind einfach viel aufgeschlossener. Das tut allen gut, es ist ein Grundbe-

dürfnis, sich zugehörig zu fühlen und das ist für diesen Moment eben dann mit vielen Menschen möglich - obwohl jeder so unterschiedlich ist.

Ich muss als Musiktherapeutin wissen: Welche Volkslieder sind übergreifend in dieser Generation bekannt?

Im Bereich der Therapiemotivation und im Bereich Lebensmut kann Musiktherapie auch wunderbar helfen. Wir haben Menschen, die zu uns kommen, die wollen mit allen Kräften schnell wieder unser Haus verlassen, die sind total auf dem Weg "Ich mach alles mit, was ich hier kriegen kann". Aber wir haben auch die Menschen, die hierhin kommen und resigniert sind und sich fragen: „Was soll ich denn jetzt noch? Warum bin ich überhaupt noch da? Es braucht mich keiner mehr. Was bin ich noch wert? Und ich warte doch jetzt eigentlich nur noch auf den Tod, ich kann doch nicht mehr.“ Diese Menschen zu motivieren, nach vorne zu schauen, um ein bisschen Zuversicht und Lebensfreude zu gewinnen, das gelingt manchmal mit der Musiktherapie. Also dieser Verzweiflung "Hier komm ich nicht mehr raus, hier bin ich jetzt, hat alles keinen Sinn mehr" etwas entgegenzusetzen, gelingt mit der Musik, wenn es die richtige Musik ist.

**Oskar Dierbach:**

Wodurch gelingt das denn?

**Anke Kolodziej:**

Es gelingt dadurch, dass ich, wenn ich mit dem Bewohner im Gespräch bin und ein bisschen von seiner Biografie kenne, die richtigen Lieder aussuche. Entweder singe ich die Lieder vor oder ich höre mit ihm zusammen diese Musik. Die Musik löst automatisch eine Erinnerungsaktivierung aus, der Mensch bekommt noch mal so innere Bilder und denkt dankbar zurück an schöne Zeiten. Ich frage dann: „Wie haben Sie es damals gemacht, das war doch auch eine schwere Zeit, warum haben Sie sich denn damals so an diesem Lied erfreut? Und Sie erzählen jetzt so positiv davon, ist es vielleicht auch möglich, einen Teil von diesem Gefühl, was Ihnen damals Kraft gegeben hat, mit in die heutige Zeit rüber zu nehmen?“ Aber allein schon diese Zuwendung, dass ich ein Stückchen Lebensgeschichte bei ihm wecken kann, vermag dann auf die jetzige Zeit auszustrahlen und schafft eine neue Zuversicht in die kommende Zeit.

**Oskar Dierbach:**

Das heißt, so ein Art Horizonterweiterung, aus dem Tunnelblick rausfinden, wieder wo hingucken, wo Leben stattgefunden hat. Und gleichzeitig emotional angerührt werden. Sie bringen da was zum Klingen im wahrsten Sinne des Wortes.

**Anke Kolodziej:**

Ja, genau.

**Oskar Dierbach:**

Wir haben jetzt über zwei Bereiche gleichzeitig gesprochen. Nämlich über Gruppenaktivität, das Gemeinsame, das Integrierende und ein bisschen haben Sie jetzt zum Schluss gesprochen über die Einzelbegegnung, über die Einzeltherapie. Können Sie uns das noch einmal ein bisschen einordnen: Gruppenaktivität, Einzeltherapie.

### **Anke Kolodziej:**

Also bei der Einzeltherapie kann ich zum Beispiel andere Menschen erreichen als in einer Gruppe. Bettlägerige kann ich so erreichen, die kommen ja nicht in die Gruppe. Und wir wissen, das Musikempfinden ist höchst individuell. Wenn ich bei einem Bewohner bin und wirklich Zeit für ihn habe und auch warte, bis er vielleicht mal auf die Trommel draufhaut - das gelingt mir natürlich in einer Runde, wo ich mit sechs Leuten zusammen bin, nicht so gut, als wenn ich alleine mit dem Bewohner bin. Ich kann die Geduld aufbringen und warten, bis er so weit ist, vielleicht mal das Xylofon auszuprobieren.

Also das ist der unglaubliche Vorteil, ich kann individuell auf jemanden eingehen, das kann ich nicht in der Gruppe. Ich kann die Musikwünsche ganz individuell auswählen, wenn ich weiß: Welches Stück tut ihm gut? Worüber freut er sich? Und es ist auch schön für den Bewohner, Eine Möglichkeit ist das **Fürspiel**, also eigentlich ein Vorspiel. Das bedeutet, dass man ein bestimmtes Lied, das er schön findet, was er vielleicht nicht mitsingen will, sondern sich nur anhört, wirklich für ihn alleine vorspielt. Das ist ja eine ganz tiefe Erinnerung, entwicklungspsychologisch ist das aus der Kindheit stammend, wo Großeltern oder Eltern ihrem Kind vorgesungen haben. Und genau das tut so gut, es umhüllt, genau das kann der Bewohner total genießen, weil ihm die komplette Aufmerksamkeit geschenkt wird. Diese Musik dringt besonders tief in die Seele, das ist so mein Gefühl.

Das steht bei der Einzeltherapie im Vordergrund.

Es stört uns auch keiner, wenn ich eine Frage stelle. Dann warte ich so lange, bis eine Antwort kommt oder ich habe hoffentlich genug Fantasie, eine andere Frage zu stellen oder einen anderen Zugang zu versuchen.

Also es gibt bestimmte Dinge, die wirklich nur in Einzeltherapie funktionieren, weil ich den Bewohner vielleicht gar nicht zu einer Runde aktivieren kann. Weil er erst mal einen Schonraum braucht. Er muss diesen Schutz haben: Ich bin bei ihm in seinem Zimmer, ich würde ihn dann nie in einen anderen Raum holen, wo vielleicht Instrumente sind, sondern das findet in geschützter Umgebung in seinem Zimmer statt und ist höchst individuell.

Ich will noch einen wichtigen Aspekt hinzufügen. Der Bewohner kann diese inneren Bilder, die entstehen, in seiner Zeit bearbeiten und kein anderer fällt ihm ins Wort oder hat auch noch einen Gedanken. Das muss ich ja in einer Gruppe ganz anders koordinieren. Der Bewohner in der Einzeltherapie konzentriert sich auf sich, ist bei sich und hat die Zeit, die er braucht. Und es ist natürlich auch immer einfach oder einfacher bei einer Einzelbegegnung, wenn ich sehe, der Bewohner ist jetzt gerade beim Frisör oder sitzt jetzt gerade auf der Toilette, dann kann ich zu einer anderen Zeit wiederkommen. Das ist natürlich auch bei einer Einzelbegegnung viel leichter, als wenn ich da eine Gruppenaktion habe.

### **Oskar Dierbach:**

Jetzt stell ich mir vor, Menschen lesen das und denken sich, das möchte ich in unserer Einrichtung auch. Wir sprechen über Rahmenbedingungen. Fragen wir mal zunächst: Welches Werkzeug braucht man denn in der Musikgeragogik? Was muss man anschaffen, was braucht man an Material zur Verfügung?

### **Anke Kolodziej:**

Man braucht auf jeden Fall Instrumente, möglichst aus diesem Orffschen Instrumentarium, also eine Grundausstattung, die sollte man wirklich anschaffen. Da sollte man auch nicht mit Selbstgebasteltem arbeiten.

**Oskar Dierbach:**

Beispiel?

**Anke Kolodziej:**

Klanghölzer, Trommeln, Rasseln, das ganze Equipment, was es da so gibt, sollte man auf jeden Fall anschaffen, für bis zu zehn Personen, das reicht. Und ich muss sagen, inzwischen sollte man auch einen Laptop haben und ein Abo bei einem Musikkanal. Dort kann man auf alle musikalischen Produkte zurückgreifen. Diese Technik ist wirklich ein Geschenk. Ich setzte das selber ein, obwohl ich nicht so technikaffin bin. Aber wenn man in dem Moment, wo ein Bewohner einen Musik-Wunsch hat, drei Knöpfe drückt und man kann es ihm vorspielen, das ist nicht zu toppen. Also da würde ich sagen, da muss man investieren, da brauche ich ein Tablet oder einen Laptop und eine Lautsprecher-Box, damit die Lautstärke auch angemessen ist für den Bewohner. Liedtexte kann man im Großdruck kopieren, das ist immer davon abhängig, mit welchen Menschen ich zusammenarbeite: Können die noch lesen? Sind die noch orientiert? Man braucht natürlich auch Räumlichkeiten, die wirklich gemütlich und einladend gestaltet sind mit frischer Luft, mit bequemen Stühlen, mit einer guten Beleuchtung und vielleicht nicht eine Akustik wie in einer Kirche, also nicht mit Hall, das braucht man als Ausstattung.

**Oskar Dierbach:**

Ausstattung, Handwerkszeug sind zwei Aspekte von Rahmenbedingungen jetzt schauen wir uns mal Rahmenbedingungen im Miteinander der Kolleginnen und Kollegen an und Rahmenbedingungen mit Blick auf Leitung einer Einrichtung. Welche Rahmenbedingungen braucht denn die Musikgeragogik in dem Konzert der ganz verschiedenen Mitarbeitenden und ganz verschiedenen Verantwortlichkeiten und Strukturen einer Einrichtung? Was muss da funktionieren, damit Musikgeragogik funktionieren kann?

**Anke Kolodziej:**

Ja, also die Einrichtungsleitung muss auf jeden Fall, wenn es neu eingeführt wird, den Musikgeragogen oder die Menschen, die das praktizieren, erst mal möglichst in einer Vollversammlung den Mitarbeitern vorstellen, damit alle von diesem neuen Arbeitsaspekt und den Inhalten der Musikgeragogik wissen.

Wir brauchen eine absolute Transparenz an allen Schnittstellen, ob das jetzt die Hauswirtschaft ist oder ob es die Pflege ist. Die Betreuungskräfte müssen auch mitziehen und wissen, was ich da tue. Ich brauche regelmäßige Teamgespräche, in denen ich vielleicht eine Fallbesprechung machen kann und ich von meiner Arbeit erzähle oder ich gehe in die Übergaben der Pflege und berichte dort von meinen Beobachtungen. Man muss einfach einen guten Kontakt zur Pflege aufbauen und zu den Betreuungskräften, weil ohne die Information und dieses unschätzbare Wissen der Pflege brauche ich als Musikgeragogin gar nicht anzufangen. Also es ist eine Vernetzung und es geht auch nur vernetzt, es wird sonst nicht gelingen.

**Oskar Dierbach:**

Warum ist das so?

### **Anke Kolodziej:**

Weil die Bewohner dort zu Hause sind und alle Mitarbeiter, die da sind, sind ja Teil ihrer Großfamilie und es ist einfach schön, wenn Bewohner die Vorfreude auf die Abendliederrunde teilen können. Dann sagen die: „Heute kommt doch wieder die Anke“, oder die Pflege sagt: „Gehen Sie heute Abend auch zum Abendlieder-Singen?“ Das ist wichtig, das ist ganzheitlich, das füllt die Zeit vorher und hinterher, weil alle darüber sprechen. Also es ist nicht nur die halbe Stunde, wo wir bei den Abendliedern zusammen sind, sondern es ist viel mehr und es ist eingebettet und diese Vorfreude teilen zu können, das ist ja auch schon was ganz Besonderes. Und die eine Bewohnerin sagt: „Ich helfe dann immer beim Liedblatt austeilen“ und die andere Bewohnerin sagt: „Ich hab immer ein Taschentuch dabei, wenn einer mal was braucht“. Also diese ganzen Sachen, die werden kommuniziert und es ist für die Leute so wichtig, wie in einer Familie. Wenn man nach Hause kommt wird, wird man auch gefragt: „Und wie war die Klassenarbeit?“ Und so fragt dann die Hauswirtschaftskraft, die abends das Abendessen begleitet: „Wie war es denn heute, welche Lieder haben Sie denn gesungen?“ Also es geht nur ganzheitlich.

Mal abgesehen davon, dass gerade beim Abendlieder-Singen der Ablauf der Versorgung für die Bewohner auch ein bisschen anders läuft als an den anderen Tagen, weil wir wollen mit dem Abendlieder-Singen ja nicht um 17 Uhr aufhören. Also wenn die Pflege weiß, dass ich da bin, stellen sie bestimmte Strukturen in der Versorgung um und das geht natürlich nur, wenn die von meiner Arbeit überzeugt sind und wenn die auch spüren, dass es den Bewohnern danach besser geht.

### **Oskar Dierbach:**

Jetzt stellen wir die Frage nach den Rahmenbedingungen im Miteinander nochmal von der anderen Seite, wir machen so zu sagen die Gegenprobe und ich frage: Wo sind die häufigsten Stolpersteine, die diese so wichtige und wertvolle Arbeit der Musiktherapie behindern können?

### **Anke Kolodziej:**

Fehlende Kommunikation, mangelnde Transparenz, der eine weiß nicht, was der andere tut, also sowohl mit der Pflege, mit der Betreuung als auch mit anderen therapeutischen Kräften. Da ist es natürlich auch gut, wenn die wissen, wann und wo ich bin, also dieses ganze Zusammenspiel. Wenn das nicht läuft, dann wird es mit Gruppenveranstaltungen schwierig. Aber auch die Einzelarbeit muss kommuniziert werden.

Vor allen Dingen kann man ja auch aufeinander aufbauen. Also wenn es mir gelingt, eine Dame, die total frustriert und resigniert hier zu uns kam, ein bisschen aus der Isolation raus zu holen, dann kann ich natürlich auch der Kollegin Bescheid sagen aus der Motopädie: „Hör mal, sollen wir mal zusammen mit ihr arbeiten, ich hab da ein Lied, da merke ich, da wippen die Füße immer mit.“ Das ist ja auch alles miteinander vernetzt. Die Motopädin nutzt auch Musik mit ihrem hohen Aufforderungscharakter, um von dem äußeren Hören in die Möglichkeit zu gehen, dass alles trainiert wird, die Muskeln und die Gelenke. Also da ist eine Vernetzung und Interesse an der jeweiligen Arbeit unglaublich wichtig.

### **Oskar Dierbach:**

Also Musiktherapie kann helfen, dass Physiotherapie oder Ergotherapie oder Motopädie auch erfolgreich sind? Dadurch, dass sie zum Beispiel hilft, den richtigen Schlüssel zur Motivation zu

finden, den Schlüssel zum Lebensmut zu finden.

**Anke Kolodziej:**

Ja, absolut!

**Oskar Dierbach:**

Haben Sie mal so ein Beispiel für uns, wie Musikgeragogik zum Türöffner wird?

**Anke Kolodziej:**

Also ich denke gerne an einen Herrn zurück, Mitte achtzig. Der war total griesgrämig, war komplett unversöhnt mit sich, war gebrechlich und das Allerschlimmste war, er konnte nicht mehr sehen. Zuhause wurde er mit ambulanten Kräften versorgt, aber er ist dann trotzdem gestürzt, kam ins Krankenhaus und kam dann zu uns. So dieser klassische Ablauf. Und die Tochter hat ganz klar erklärt: Papa, du kannst nicht mehr nach Hause. Und er war auch wütend, er wurde auch unfreundlich. Jeder Versuch, mit ihm ins Gespräch zu kommen, war sehr kurz angebunden und hat die Pflegekräfte, auch ein bisschen zur Verzweiflung gebracht. Ich bin dann öfter zu ihm gegangen, er hat sich dann abgewendet, wollte gar nicht mit mir sprechen und hat auf meine ganzen Fragen nur mit ja oder nein geantwortet, das war es dann.

Und dann hat die Tochter mir erzählt, dass dieser Mann 20 Jahre lang in einem Männerchor gesungen hat. Und nicht nur gesungen hat, sondern auch Reisen und Konzerte organisiert hat. Dieser Hinweis war ein Geschenk des Himmels. Sie hat mir zwei Ordner mit Noten mitgebracht, die er alle fein säuberlich abgeheftet hatte, aber natürlich nicht mehr sehen konnte. Daraufhin habe ich im Internet Lieder rausgesucht von einem Männerchor, und bin einfach zu ihm gegangen und habe gesagt: „Heute hab ich noch was mitgebracht.“ Und habe ein Lied gefunden, das der Chor auch oft gesungen hat und habe ihm das vorgespielt.

Und seitdem gehe ich jetzt seit zwei Jahren ganz regelmäßig zu ihm und wir hören uns diese Musik an, die er früher gesungen hat, das weckt eine unglaubliche Lebensenergie.

Das Sehen ist nicht besser geworden, aber er ist in diesem Moment so in den Gefühlen von früher, er beschreibt dann alles: die Reisen, die Konzerte, die der Chor durchgeführt hat. Er sagt immer, er hat keine Stimme mehr, aber er singt manchmal ein bisschen mit, und er erzählt dann auch, wie dieses Lied zustande gekommen ist und was der Dirigent dazu gesagt hat und wer das Solo gesungen hat usw. Und es gibt ihm so eine Fröhlichkeit und er ist so gelöst und die Pflegekräfte sagen immer: Ach gut, dass du heute wieder da bist, dann ist die Abendversorgung gar kein Problem, weil er einfach nur gute Laune hat.

Es gipfelte darin, dass dieser Chor, der immer noch existiert, ein Konzert hier in Mülheim gegeben hat. Und er ist als Ehrenmitglied auch eingeladen worden und hat dann gesagt: „Frau Kolodziej, Sie müssen da mitkommen, weil uns das so verbindet.“ Wir waren zusammen da, die Tochter war auch da und er ist wirklich geehrt worden. Er hat mich vorgestellt als "Das ist die Anke, mit der singe ich jetzt im Ruhrgarten" und ich hab nur gedacht, wie schön das ist: Es geht nicht mehr um die Qualität seiner Stimme, das ist völlig unwichtig. Aber er hat die Musik wiedergefunden, die er gesungen hat und ist dadurch nicht direkt ein ganz anderer Mensch geworden, aber hat dadurch eben immer wieder richtig glückliche Phasen. Auch das ist für mich Ganzheitlichkeit, den Menschen als Ganzes sehen mit seinen noch vorhandenen Ressourcen und Möglichkeiten. Das führt zu mehr Lebenszufriedenheit und innerem Frieden.

Diese Arbeit ist ein gelungenes Beispiel für Musikgeragogik. Der Bewohner ist dann auch mal zur Musikrunde gekommen, aber er möchte lieber die Einzelbegleitung. Er ist aber auch offener

geworden für die Arbeit mit der Bewegungstherapeutin. Er ist nicht mehr so verdrießlich und ist auch ein bisschen freundlicher geworden im Umgang mit der Pflege.

**Oskar Dierbach:**

Wir haben ganz viel gesprochen und ich habe ganz viel gehört zum Thema Musikgeragogik und Lebenslust. Lassen Sie uns noch auf einen Aspekt zu sprechen kommen: Musikgeragogik und Sterbebegleitung.

**Anke Kolodziej:**

Ja, da bin ich froh, dass Sie das noch erwähnen, weil es eine zunehmende Bedeutung bekommt. Musik als spirituelle Unterstützung ist ein wunderbares Geschenk. Ich erlebe bei Sterbenden eine Entspannung, ein umhüllt-sein, wenn bestimmte Musikstücke erklingen. Auf der einen Seite kann es was Bekanntes sein: ein Volkslied, in dem auch Thema Trauer, Tod, Abschiednehmen vorkommen. Es kann aber auch ein Kirchenlied sein, weil die Generation, die wir jetzt begleiten, ja oftmals noch stark christlich orientiert und stark verwurzelt ist im Glauben. Da tun die Kirchenlieder, gesungen oder auch einfach auf einer tiefen Flöte gespielt oder auf einer Veeh-Harfe, also irgendwas Zartes, richtig gut. Es können aber auch Klänge sein, z.B. einfach eine Klangschale oder ein Monochord. Das sind natürlich Sachen, die nicht zum Standardequipment gehören, die man sich vielleicht zusätzlich anschaffen müsste, wenn man wirklich gute Sterbebegleitung anbieten möchte. Die Seele wird berührt durch die Musik und sie bietet Schutz und Umhüllung. Der Bewohner kann die Musik immer noch hören, auch wenn andere Sinnesorgane nicht mehr funktionieren. Zu diesem Thema gibt es ganz viele Beobachtungen, dass dem Bewohner das richtig guttut und er dadurch Frieden findet und auch Trost spüren kann.

**Oskar Dierbach:**

Wir alle wissen, Musik verbindet Menschen, Generationen, Nationalitäten. Gibt es auch etwas Verbindendes der Musik zwischen den unterschiedlichen Therapien: Bewegungstherapie, Ergotherapie, Lichttherapie, Maltherapie und der Pflege, der Grundpflege im Konzert therapeutischer Pflege mit rehabilitativen Anteilen?

**Anke Kolodziej:**

Ich glaube, dass die Musik da wirklich eine ganz besondere Stellung hat, weil sie nämlich in Kombination mit jeder anderen therapeutischen Einwirkung kombiniert werden kann. Und Grundvoraussetzung ist ja auch, dass die Therapeuten überhaupt selber ein musikalisches Bedürfnis haben. Das würde ich mal als gegeben ansehen, weil sie ja alle wissen, dass Musik Gefühle beeinflusst und deswegen sind die Therapeuten sowieso schon mal sehr aufgeschlossen der Musik gegenüber eingestellt. Ich beobachte das ganz viel, dass Therapeuten auch die Musik nutzen, um ihre Sache nach vorne zu bringen.

Musik ist einfach überall einsetzbar, sie brauchen kein weiteres Hilfsmittel. Ich kann während des Bewegungstrainings, z.B. für die Förderung des Gelenkerhalts, da kann ich einfach Musik einsetzen. Ich kann selber singen oder ich kann eine CD anstellen. Jeder kann was damit anfangen und man kann es einfach überall einsetzen. Wenn ich im Aufzug bin, kann ich schon für gute Stimmung sorgen und das machen die Therapeuten auch. Wenn unser Physiotherapeut kommt und er nimmt den Bewohner mit vom Zimmer runter in den Raum für Bewegungstherapie, dann hat er oft auch schon ein Lied auf den Lippen und ich glaube, dass das wirklich das



Verbindende ist, dass Musik zu jeder therapeutischen Form passt.

**Oskar Dierbach:**

Liebe Frau Kolodziej, zum Schluss wollen wir aufmerksam machen auf ihre beiden Bücher, die Sie geschrieben haben. Für wen haben Sie sie geschrieben und welche Hilfe für die praktische Arbeit können wir darin finden?

**Anke Kolodziej:**

Ja, ich habe sie geschrieben für Menschen, die Musik einsetzen möchten in der Begegnung mit alten Menschen. Also entweder Betreuungskräfte oder Pflegekräfte, es können aber auch betreuende Angehörige sein, es können genauso Ehrenamtliche sein. Es ist eigentlich egal, es ist ganz niederschwellig geschrieben, man muss keine musikalische Vorbildung haben. Ich wollte einfach das weitergeben, was mich selber so beseelt: nämlich was mit Musik alles zu machen ist, welche wunderbaren Erlebnisse man haben kann. Ich habe sozusagen eine kleine Praxisanleitung geschrieben, was man berücksichtigen sollte, wenn man mit älteren Menschen singt oder musiziert oder Musik hört. Was sind gute Startbedingungen? Wie mache ich das mit der Gruppe? Was muss ich berücksichtigen bei der Liedauswahl, nehme ich Operetten oder nehme ich Kinderlieder? Nehme ich zum Beispiel Lieder aus der NS Zeit? Eine ganz wichtige Frage. Also es gibt ganz viele Hinweise in diesen Büchern, was man berücksichtigen muss, damit Singen und Musizieren mit Senioren auch gut gelingen kann. Das steht überwiegend alles im ersten Buch.

**Oskar Dierbach:**

Das heißt? Der Titel des Buches?

**Anke Kolodziej:**

Das erste Buch heißt "Singen kennt kein Alter. Eine Praxiseinleitung zum Singen mit Senioren" und in meinem zweiten Buch, der Titel heißt "Singen mit Senioren", da habe ich Themenstunden gestaltet für ein ganzes Jahr. Das muss man nur aufschlagen und dann kann es auch schon losgehen. Da ist jeweils ein Thema und Lieder, die sich drum herum ranken. Lieder aus allen Bereichen, also auch klassische Bereiche und Kirchenlieder sind dabei, also das ganze Repertoire. Natürlich immer unter Berücksichtigung, dass wir mit Menschen zusammenkommen, die zwischen 75 und 100 Jahre alt sind. Das ist schon ausgewählt, sie werden da jetzt kein modernes Liedgut finden. Da kann man direkt loslegen, es sind auch Anregungen dabei, wie man zu diesen Themen ins Gespräch kommen kann, und auch, ob es vielleicht Sprichwörter gibt, die dazu passen. Also wo ich auch noch Gedächtnistraining mit einbauen kann. Es ist so ein Rundum-Paket und ich hoffe, dass es vielen Kollegen oder auch anderen Menschen gelingt, damit solche Sternstunden zu erleben, wie ich sie erlebt habe.

**Oskar Dierbach:**

Vielen Dank Anke Kolodziej, für alles Engagement mit Ihrer Empathie und Fachlichkeit zum Wohl von Menschen.