

Ein weiteres Beispiel ist das Märchen „Die Bremer Stadtmusikanten“. Auf der ersten Ebene geht es um die vier Tiere, Esel, Hund, Katze und Hahn. Daraus kann sich sicherlich ein Gespräch ergeben, zu dem auch Menschen mit Demenz aus ihrer Erinnerung an Haustiere und Landwirtschaft etwas beitragen können. Der Kern der Geschichte, die Ausgrenzung der Alten, aber auch die wunderbare Solidarität der alten Tiere miteinander


ist das große Kernthema des Märchens, zu dem auch die Mitarbeiter, die Angehörigen und die alten Menschen selber einiges beitragen können.

Kann ich mit einem Märchen bei den Zuhörern emotional etwas auslösen, das ich dann nicht mehr auffangen kann?

Es kann immer passieren, dass ein Mensch durch ein Märchentema in

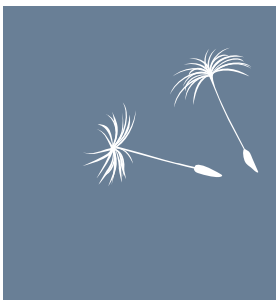
besonderer Weise berührt wird. Ich möchte Sie ermutigen, sich darüber nicht allzu viele Sorgen zu machen.

Wenn das Setting und die Atmosphäre stimmen, kann nicht viel passieren. Die Zuversicht der vielen Märchenhelden, dass alles am Ende gut ausgeht, können wir Erzählerinnen und Vorleser uns gut zu eigen machen.

V. Ruhrus 

Menschen mit der Diagnose Demenz sollen grundsätzlich nicht im Unterschied zu nicht-dementen Menschen zu „others“ (den „Anderen“) gemacht werden. Dies gilt allgemein für die kulturelle Teilhabe und speziell den Einsatz von Märchen und Geschichten. Menschen, die vor der Erkrankung Märchen eher skeptisch gegenüberstanden, werden dies auch weiterhin tun. Menschen, die vor der Erkrankung Märchen liebten, werden sie meist weiterhin mögen.

Das Gedächtnis mag nachlassen, aber das Herz wird nicht dement!



Mit Liedern in das Land des Lächelns...

Wiebke Hoogklimmer, Profisängerin und Musiktheaterregisseurin, war viele Jahre auch pflegende Angehörige. In der letzten Lebensphase ihrer Mutter war das Singen ein wichtiges Element zur Überwindung der demenzbedingten Aphasie. Mit den Erfahrungen dieser Zeit hat Frau Hoogklimmer zwei CDs mit Volks- und Weihnachtsliedern aufgenommen, Medien für die therapeutische Arbeit mit Demenzbetroffenen. Das Interview mit Frau Hoogklimmer führte Frank Schaberg.

Frau Hoogklimmer, auf Ihrer Internetseite gibt es ein wunderbares Video, in dem man sehen kann, wie Sie mit dem Lied „Auf einem Baum ein Kuckuck“ Ihre Mutter einen Moment lang aus ihrer Sprachlosigkeit befreien. Gab es einen speziellen Moment mit Ihrer Mutter, wo Sie die therapeutische Kraft des Singens entdeckt haben?

Zu meiner Mutter kam zu Beginn der Wortfindungsstörungen eine Logopädin, die mit ihr arbeitete. Um das zu unterstützen, sang ich gemeinsam mit meiner Mutter, wenn ich bei ihr war. Am Anfang funktionierte beim Singen ihre Sprache fließend.

Über die Jahre verlor meine Mutter immer mehr ihre Sprache, und bisweilen sang ich ganz allein, bis meine Mutter auf einmal mittendrin eine komplizierte Stelle mit Text fehlerfrei mitsang. Da war ich vollkommen überrascht und dachte, dass man dies ausbauen könnte.

Gibt es Lieder, die besonders geeignet sind für die Kontaktaufnahme? Gibt es ein Lied, was Sie besonders oft für bzw. mit Ihrer Mutter gesungen haben?

Ich glaube, dass interaktive Lieder, Lieder mit einem Witz sehr geeignet sind.

z. B. dieses „sim sa la dim bam ba sa la du sa la dim“ aus „Auf einem Baum ein Kuckuck“ hat ja keinen Sinn, aber ich glaube, durch den Humor kann man den Menschen erreichen. Oder „Jetzt fahrn wir übern See“, wo es bei jeder Strophe diesen Fallstrick gibt, dass jemand reinsingt und man gemeinsam lacht.

Und dann sind es wirklich die Lieder aus der Kindheit, die direkt emotional aus der Erinnerung wirken.

„Hoch auf dem gelben Wagen“, „Geh aus mein Herz“ – ein Lieblingslied meiner Mutter – habe ich jedes Mal gesungen.

Und dann haben wir in unserer Familie ein Lied, das humorvoll unser ganzes Familienleben durchzog. Ich lernte es Anfang der 60er im Kindergarten: „Eine Oma ging spazieren“. Dieses Lied hat ein wiederholendes „Oma, hops mal“ von einem frechen Kind gesungen. Dieses Lied hat meine Mutter lachend im Rollstuhl sitzend mitgesungen.

Einen sehr rührenden Moment hatte ich im Spätzustand meiner Mutter, als sie überhaupt nicht mehr sprach, als sie sehr emotional auf „Hänschen klein“ reagierte und versuchte, mitzusingen – wenn auch ohne Worte hervorzubringen.



Wiebke Hoogklimmer

Hat Ihre Idee, den großen Schatz an Volksliedern zu heben auch Ihre Sicht auf das traditionelle Liedgut verändert? Wonach haben Sie die Lieder ausgewählt?

Nein. Ich bin mit den Volksliedern groß geworden. Wir waren eine durch den Schwarzwald wandernde und singende Familie. Auch abends vor dem Zubettgehen haben wir gemeinsam gesungen.

Als klassische Sängerin war meine große Leidenschaft immer das Kunstlied. Das Kunstlied ist im Gegensatz zum Volkslied wesentlich komplizierter – in der Komposition als auch im Text –, aber es gibt auch Überschneidungen. Brahms hat „Die Blümelein, sie schlafen“ bearbeitet und eine Reihe anderer Volkslieder, „Am

Brunnen vor dem Tore“ aus Schuberts „Winterreise“ hat Silcher als Volkslied bearbeitet, Gustav Mahler hat Lieder aus „Des Knaben Wunderhorn“ vertont etc.

Meine Auswahl war ganz schlicht: Die Lieder sollten gemafrei sein, d. h. Komponist und Textdichter mussten seit 70 Jahren tot sein. Und eine kleine Richtlinie war mir, welche Lieder so am häufigsten in Altenheimen gesungen werden. Die Generation meiner Mutter ist ja mit dem Zupfgeigenhansel und dem Kilometerstein groß geworden. So schaute ich auch in diese Liederbücher.

Was ist das Besondere an Ihren Aufnahmen und wie können Ihre CDs für die Demenzbetreuung am sinnvollsten genutzt werden?

Als ich mit meiner Mutter sang und auch spürte, dass diese Art der Kommunikation für mich wesentlich befriedigender und emotional glücklicher machend war, als an ihrem Bett monologisierend irgendwann müde zu werden, da keine Antworten kamen, dachte ich, dass vielleicht auch andere Angehörige auf diese Weise kommunizieren möchten.

Meine Mutter und ich hatten singend wirklich innige Momente. Ich hielt beim Singen ihre Hand oder irgendwie Körperkontakt, sie strahlte zwischendurch, wir hatten eine nonverbale, emotionale Kommunikation durch das Singen.

Ich habe dann bewusst alle Lieder in tiefer Tonlage aufgenommen ohne Instrumentalbegleitung, da meine Idee war, dass Menschen, die diese Volkslieder nicht mehr so gut kennen oder meinen, sie könnten nicht so gut singen, die CD einlegen können und mit mir als Sängerin mitsingen können. Wie im Chor klingt eine von anderen Stimmen verstärkte Stimme für einen selbst immer gleich viel schöner.

Die meisten Mitsing-CDs sind in hoher Stimmlage. Und mir war wichtig, dass sich niemand stimmlich quälen muss. Und gerade bei den Patientinnen wird die Stimme im Alter tiefer.

Gab es Reaktionen von Angehörigen/ Professionellen/Menschen mit Demenz, die Ihre CD genutzt haben? Was waren die Reaktionen?

Die Reaktionen waren durchweg positiv. Übrigens sind die CDs nicht nur für Menschen mit Demenz geeignet. Ich erhielt auch Zuschriften von Angehörigen von

Parkinson-Patienten, Schlaganfall-Patienten. Die nonverbale Kommunikation betrifft ja alle Menschen, deren Sprache vermindert oder ganz verloren ist.

Es gab auch vereinzelt Zuschriften von Eltern, die mit ihren Kindern singen.

Es mag sein, dass für Kinder meine CD-Aufnahmen zu tief sind, aber eigentlich würde ich auch sehr gern mehr Eltern als Zielgruppe ansprechen.

Was würden Sie Pflegeexperten und Angehörigen sagen, die Ihre Lieder mögen, aber denken, dass sie zu unmusikalisch sind, um damit zu arbeiten?

Eigentlich ist niemand zu unmusikalisch.

Ich gebe mal ein Beispiel:

Die älteste Schwester meiner Mutter hatte mit über 90 einen Schlaganfall und ihre Sprache verloren. Als sie noch frisch im Krankenhaus lag mit einer meiner Tanten im Hintergrund, rief ich sie an. Ich hatte mir vorgenommen, ihr „Alle Vögel sind schon da“ vorzusingen (die Schwestern sind alle geborene Vogel). Kaum hatte ich die 1. Zeile gesungen, krächzte meine Tante auf einem tiefen Ton das gesamte Lied mit komplettem Text mit. Ich sang danach noch „Hoch auf dem gelben Wagen“ – dieses Lied nutzten die Pflegekräfte bei Toilettengängen mit ihr – und „Der Mai ist gekommen“, da gerade Mai war. Alle Lieder „sang“ meine Tante mit komplettem Text mit. Die andere Tante im Hintergrund übernahm den Telefonhörer und sagte weinend, dass die Tante seit dem Schlaganfall kein Wort gesprochen hätte und nun auf einmal so fließend. Es arbeiteten dann wochenlang Logopäden mit ihr, und ich konnte später wieder mit ihr sprechend telefonieren.

Dies nur als Beispiel, dass man für das Singen nicht musikalisch zu sein braucht. Wenn im Hintergrund die CD mit meiner Stimme läuft, ist ja die Gesangsstimme mit der Melodie im Raum. Dazu kann eigentlich jede/jeder singen, wie sie/er möchte.

In der Generation Ihrer Mutter war das Lernen von Volksliedern noch eine Erfahrung in Kindheit und Schule. Erreicht man jüngere Generationen damit auch?

Als ich die CDs aufnahm und darüber mit Freunden sprach, war ich vollkommen überrascht, wie gegenwärtig die Lieder in meiner und auch jüngerer Generationen noch sind.

Es ist aber schon so, dass die Generation aus den 1930er und 1940er Jahren, diese Lieder rauf- und runtergesungen hat. Das ist bei uns später Geborenen ja eigentlich nicht mehr so.

Natürlich erreicht man emotional auch die Generation meiner Mutter mit anderer Musik als nur mit Volksliedern – Tanzmusik aus der Jugend, Schlager, Klassik etc.

Das wird bei den nachfolgenden Generationen auch so sein.

Aber welches werden die Mitsing-Lieder der späteren Generationen sein, die über Emotionen das Sprachzentrum ansprechen?

Von der Diagnosestellung Demenz im Jahr 2000 bis zum letzten Abschied von Ihrer Mutter waren es 14 Jahre. Was haben Sie als erstes gedacht, als die Diagnose im Raum stand? Konnten Sie offen darüber mit Ihrer Mutter und in der Familie sprechen?

Mein Bruder und ich haben die Diagnose zuerst gar nicht richtig ernst genommen, da wir fanden, dass alles Verhalten zu unserer Mutter passte.

Ich hatte dann zuhause alles mit dem Pflegedienst geregelt, wir haben das Haus behindertengerecht zurecht gemacht. Da ging unsere Mutter aber noch auf zwei Beinen.

Bei der Demenz oder Alzheimer, wie die Diagnose bei uns hieß, hat der Patient zu Beginn ein Wissen über diese Krankheit. Unsere Mutter war ihr Leben lang Nachtschwester, bildete andere Menschen in häuslicher Krankenpflege aus, leitete bei uns zuhause eine Senioren-Gymnastikgruppe an, war Erste-Hilfe-Ausbilderin und kannte sich in der Pflege aus.

Meine Mutter wusste genau, was die Diagnose „Alzheimer“ bedeutet.

Am Anfang haben wir alle Missgeschicke mit Humor genommen.

Irgendwann einmal hatte ich ein sehr ernsthaftes, verzweifertes Gespräch mit meiner Mutter. Sie malte ihre Zukunft in den düstersten Farben aus – eben so, wie der Verlauf der Krankheit ist.

Im Verlauf dieses Gespräches sagte ich ihr, dass sie sich keine Sorgen zu machen brauche. Wir zwei würden jetzt einen Pakt schließen. Ich würde für sie eine „goldene Tablette“ verstecken, von der nur wir zwei etwas wüssten, und wenn sie es nicht mehr aushielte, könne

sie diese „goldene Tablette“ nehmen. Das beruhigte sie sehr!

So nach etwa 1 bis 1 ½ Jahren verliert der Patient das Bewusstsein über die Krankheit. Unsere Mutter war in der Krankheit sehr heiter, im Gegensatz zu anderen Patienten, die in der Krankheit auch sehr wütend, ängstlich, böse sein können.

Ich habe in all den Jahren immer genau beobachtet, ob jetzt der Zeitpunkt für die „goldene Tablette“ sei. Er ist nie gekommen!

Haben die Erklärungen und Therapien der Medizin Ihnen bei der Bewältigung des Prozesses geholfen? Was braucht es aus Ihrer Sicht für ein tieferes Verständnis von Demenz?

Wenn ich ganz ehrlich bin, haben mir die Erklärungen und Therapien der Medizin gar nichts gebracht. An meiner Mutter wurden immer die neuesten Medikamente ausprobiert. Die Nebenwirkungen waren schlimmer als die Medikamente Nutzen hatten. Irgendwann habe ich die absetzen lassen.

Mein Bruder und ich sind irgendwie anders an die Krankheit herangegangen. Vorweg muss ich sagen, dass ich nicht irgendwie esoterisch bin und an die Schulmedizin glaube. Aber ich persönlich hatte andere Erklärungen für die Demenzerkrankung unserer Mutter.

Kurz vor Ausbruch der Krankheit hatte unsere Mutter wegen eines Kunstfehlers bei einer Knie-OP neun Vollnarkosen kurz hintereinander. Natürlich hat kein Schulmediziner bestätigt, dass neun aufeinanderfolgende Vollnarkosen eine Demenz auslösen können.

Von anderen Angehörigen hörte ich aber ähnliches.

Und dann war diese Krankheit für mich immer das „selige Vergessen“. Meine Mutter, Jahrgang 1928, war im Krieg aus Zoppot geflohen und war geprägt von Missbrauchserfahrung und den Erlebnissen im Krieg und auf der Flucht. Und ich bekam im Johanniterstift immer wieder Erzählungen anderer PatientInnen aus genau dieser Zeit mit, die alle traumatisch waren.

Wäre ich Dokumentarfilmerin, hätte ich sehr gern darüber einen Film gedreht, dass dort eine traumatisierte Generation, meist ohne psychotherapeutische Aufarbeitung, im seligen Vergessen sitzt.

Vergessen hat auch eine wichtige seelische Funktion.

An welchem Punkt war das Pflegeheim die bessere Alternative zur Häuslichkeit. Ist Ihnen diese Entscheidung schwergefallen? Wie konnten Sie Ihre Mutter in die Entscheidung einbeziehen?

Meine Mutter war ihr ganzes Berufsleben hindurch Johanniterin und auch stolzes Mitglied dieses Ordens. Fünf Minuten von unserem Haus entfernt wurde das Johanniterstift gebaut, und als meine Mutter noch selbst entscheiden konnte, hatte sie sich dort auf die Warteliste setzen lassen.

Eines Tages war sie in unserem Haus gestürzt und lag auf dem Notrufknopf, den sie um den Hals trug. Sie konnte nicht um Hilfe rufen, wir konnten sie nicht erreichen. Auf unser Drängen hin fand ein Nachbar sie dann im Haus. Unsere Mutter kam ins Krankenhaus.

Das Krankenhaus empfahl uns eine dreiwöchige Kurzzeitpflege in einem Heim, mit dem Ziel, dass unsere Mutter wieder ins Haus zurückkehren konnte.

Dieses empfohlene Heim für die Kurzzeitpflege war eine Katastrophe. Da hatte ich Heimaufsicht und alles, was möglich ist, informiert. Um es abzukürzen, nach dieser Kurzzeitpflege war klar, dass unsere Mutter nicht ins Haus zurückkehren konnte, da sie eine 24-Stunden-Betreuung benötigte. Zum Glück wurde im Johanniterstift dann ein Platz frei, und unsere Mutter konnte dort einziehen.

In das Johanniterstift wäre ich persönlich auch eingezogen. Wenn man ein geeignetes Heim gefunden hat, in dem es nicht nach Urin und Kaffee riecht und ausreichend Personal im Sozialdienst vorhanden ist, ist es eigentlich eine sehr gute Alternative zum Zuhause.

Meine Mutter war immer sehr kommunikativ und unter Leuten. Genau das hat sie im Johanniterstift wieder gehabt. Das Pflegepersonal war teilweise so reizend, unsere Mutter als Ex-Kollegin mit „Schwester Rotraud“ anzusprechen. Auch der Kontakt zu Gleichaltrigen ist wichtig! Pflegekräfte siezen die Bewohner, Tochter-Mutter-Verhältnis ist wieder etwas anderes. Aber die Gleichaltrigen meiner Mutter duzten sie natürlich, hatten ähnliche Geschichten, die Nicht-Demenzkranken kümmerten sich liebevoll

um meine Mutter. Das alles hätten wir ihr zuhause nicht bieten können.

Wenn Sie noch mal auf Ihre Zeit als pflegende Angehörige zurückblicken, was bedeutet es für eine Familie einen lieben Angehörigen mit Demenz bis zum letzten Abschied zu begleiten?

Ich fand es eine sehr intensive und innige Zeit. Ich habe als Tochter meine Mutter von einer ganz anderen Seite kennengelernt. Auch war die Zurückentwicklung vom erwachsenen Menschen zur 16jährigen über die 6jährige, das Kleinkind zum Neugeborenen spannend zu erleben und ein Geschenk, das ich als Tochter meine Mutter so kennenlernen durfte.

Auch die Vokabel „Lebensqualität“ bekam eine neue Bedeutung für mich. Von außen gesehen waren die letzten sechs Jahre meiner Mutter für einen gesunden Menschen nicht erstrebenswert: Sie konnte sich nicht mehr selbstständig bewegen und nicht mehr sprechen. Aber sie hat bis zum Schluss ihr Essen genossen, liebte Sonne und Wind im Gesicht, erfreute sich an Musik, entspannte sich beim Gebadet werden, war in ihrer Liegeschale viel im Gemeinschaftsraum unter anderen Menschen und hatte einen heiteren Gesichtsausdruck.

Was würden Sie einem Pflegeexperten aus Ihrer Erfahrung mit auf den Weg geben wollen?

Da bin ich eigentlich überfragt. Ich war von dem Pflegepersonal im häuslichen Bereich, in der Tagespflege und im Johanniterstift begeistert. Ich habe viele Tipps von denen bekommen, da ich nur Laie bin.

F. Schaberg 

Audio-CD und Liederbuch Volkslieder und Weihnachtslieder

Die Musik CDs von Wiebke Hoogklimmer sind erschienen im Behr's Verlag.



Weitere Informationen zu den CDs inklusive Hörproben finden Sie unter www.behrs.de

Bestellen Sie einfach unter:
Telefon: 040-22 70 080
Telefax: 040-22 01 091
E-Mail: info@behrs.de