

## FACHTAGUNG „MUSIK UND DEMENZ“ KOOPERIEREN IM EINKLANG | PROFESSION UND EHRENAMT

Schirmherrschaft: Senatorin Melanie Schlotzhauer, Präses der Behörde für Arbeit, Gesundheit, Soziales, Familie und Integration der Freien und Hansestadt Hamburg

### Workshops | Informationen

(Stand: 240830)

#### 1.A



#### »Die heilsamen Wirkungen von Musik« | Vertiefender Workshop zum Vortrag

Der Workshop bietet die Gelegenheit, tiefer in die Welt der heilsamen Wirkungen von Musik bei Demenz einzutauchen. Dieser interaktive Workshop ist speziell darauf ausgerichtet, ein Forum für offene Diskussionen zu schaffen, in dem Sie Fragen zu meinem Vortrag und den Erkenntnissen aus unserer aktuellen Studie stellen können. Zudem lade ich Sie ein, auch allgemeinere Fragen zu den therapeutischen Wirkungen von Musik zu stellen.

Ob Sie mehr über die methodischen Aspekte unserer Forschung erfahren möchten, Einblicke in die praktische Durchführung der Musiktherapie-Sitzungen suchen oder sich für die allgemeineren positiven Effekte von Musik auf das menschliche Wohlbefinden interessieren – dieser Workshop bietet Ihnen die Plattform, um Ihr Wissen zu erweitern und sich mit Gleichgesinnten auszutauschen. Nutzen Sie diese Gelegenheit, um aus erster Hand zu erfahren, wie Musik als therapeutisches Mittel eingesetzt werden kann, um Gesundheit und Wohlbefinden zu fördern.

**Prof. Dr. rer. nat. Stefan Koelsch** Professor für biologische, medizinische und Musikpsychologie, Universität Bergen (Norwegen)

#### 1.B | 2.B



#### Wege der Inspiration für Musik und Demenz

**1. Validation** ist einfühlsames Bestätigen der Gefühle und Erfahrungen der demenziell erkrankten Person, selbst wenn diese nicht der Realität entsprechen. Ziel ist es, die emotionale Verbindung aufrechtzuerhalten und das Wohlbefinden zu fördern, anstatt die Person zu korrigieren oder zu desorientieren.

**2. Musiktherapie** nutzt das Musikgedächtnis, das meist erstaunlich intakt bleibt, selbst wenn andere kognitive Funktionen nachlassen. Musik weckt Emotionen und Erinnerungen und fördert die soziale Interaktion, was bei Demenzpatienten positive Auswirkungen auf die Stimmung und das Wohlbefinden haben kann.

**3. Gestalttherapie** bei Demenz konzentriert sich darauf, die Person als Ganzes zu betrachten und deren individuelle Erfahrungen und Emotionen zu würdigen. Durch kreative Ausdrucksformen wie z. B. Musik, Poesie oder Bewegung wird versucht, Kontakt herzustellen und das emotionale Wohlbefinden zu fördern. Die Lebensqualität kann verbessert werden, das Selbstbewusstsein wird gestärkt, die Kommunikation unterstützt.

Wahrnehmungstraining, Atmung, Stimme & Gesang, rezeptive Musiktherapie und multimodale Tiefenentspannung sind Bestandteil des Workshops.

**Andreas Blase**, Musik- & Gestalttherapeut, Hamburg

#### 1.C | 3.B



#### Tanzen im Sitzen – dreifach bewegt | Mit Spaß (Alltags-)Kompetenzen erhalten, fördern und erweitern

Musik weckt in (fast) jedem Menschen die Lust sich zu bewegen. Diesen „Türöffner“ nutzen wir beim Tanzen im Sitzen und stimulieren damit Körper, Geist und Seele, gerade auch bei Menschen mit Demenz. Das gemeinsame Tanzen in der Gruppe, die Freude an der Harmonie zwischen Bewegung und Musik, das Hören und Singen von vertrauten Melodien bereitet Spaß und weckt Erinnerungen.

Drei verschiedene Kategorien von Tänzen im Sitzen eröffnen unterschiedliche Zugänge zu den Tänzer\*innen. Bei sogenannten Thementänzen werden Alltagsbewegungen in lockerer spielerischer Form erinnert, ausprobiert und geübt. Tänze mit Handgeräten wie z.B. Tücher, Hölzer, Pappeller oder Rollen verführen durch ihren hohen Aufforderungscharakter zu großzügigeren Bewegungen und vermitteln besondere Klangerlebnisse. Als drittes werden gymnastische Tänze zur Steigerung der allgemeinen Beweglichkeit und Aktivierung aller Körperpartien eingesetzt.

Mit Tänzen im Sitzen erreichen wir ganz besonders Menschen, die an Demenz erkrankt sind. Wir stimulieren mit schöner Musik, aktivieren durch sanfte Bewegung und bereiten vor allem viel Freude.

**Barbara Steltner**, Ausbildungsreferentin, Gelsenkirchen

## FACHTAGUNG „MUSIK UND DEMENZ“ KOOPERIEREN IM EINKLANG | PROFESSION UND EHRENAMT

### Workshops | Informationen

1.D



#### **Empowerment und soziale Teilhabe durch MusikTiPP – die digitale Konzertbibliothek für Seniorinnen und Senioren**

Am Career Center der Hamburger Hochschule für Musik und Theater wurde für ältere Menschen, die keine Erfahrungen im Umgang mit digitalen Medien haben, die App MusikTiPP entwickelt. Im Rahmen des Forschungsprojektes „MusikTiPP – Kultur ins Haus gebracht“ (2023), gefördert durch die Hamburger Behörde für Wissenschaft und Forschung, wurden die Potenziale einer Angebotsgestaltung mit MusikTiPP durch Ehrenamtliche erforscht. Im Workshop werden die Forschungsergebnisse vorgestellt und die Möglichkeit zum Kennenlernen und Ausprobieren von MusikTiPP sowie zum gemeinsamen Austausch gegeben.

*Isabelle Vilmar, Musik- und Klangtherapeutin, Hamburg*

1.E | 2.E



#### **Rezeptiver und aktiver Einsatz von Musik in der Pflege von Menschen mit Demenz**

Im Workshop werden zwei Möglichkeiten vorgestellt, wie man als Pflegekraft oder pflegende Angehörige durch Musik in Kontakt mit Menschen mit fortgeschrittener Demenz treten kann und wie herausfordernde Verhaltensweisen zumindest kurzfristig reduziert werden können. Zum einen wird der Einsatz fühlbarer Tief Frequenzen erklärt. Diese werden über Lautsprecher in speziellen Kissen und Matten wahrgenommen. Die Methode aus der vibroakustischen Musiktherapie kann die Selbstwahrnehmung von Menschen mit Demenz verbessern und die Kommunikation anregen. Zum anderen wird das Konzept *MusicKit* vorgestellt. Der Einsatz musikalischer Kurzinterventionen im Pflegealltag erfordert weder zusätzlichen Zeitaufwand noch musikalisches Vorwissen. Er kann helfen, herausfordernde Situationen zu umgehen, zu entkräften oder zu lösen. Der aktive Einsatz von Musik bei der Unterstützung der ABEDLs kann eine Entlastung der Pflege und eine Verbesserung der Beziehungsqualität bewirken sowie die Kommunikation mit Menschen mit fortgeschrittener Demenz und den Zugang bei apathischem Verhalten verbessern.

*Prof. Dr. Elsa Campbell, Musiktherapeutin, Wien | Tabea Thurn, M. A. Musiktherapie, Knetzgau*

1.F



#### **Jetzt müssen die Babyboomer es richten! Aber wie? | Vertiefender Workshop zum Vortrag „Kooperieren im Einklang“**

Es ist bekannt, dass in den kommenden Jahren zahlreiche Menschen aus dem Erwerbsleben ausscheiden. Sind diese sogenannten „Babyboomer“ die Rettung für das Ehrenamt, insbesondere für das ehrenamtliche Engagement für Menschen mit Demenz? Wie müssen wir sie ansprechen und gewinnen? – Der Workshop wird kein Allheilmittel liefern können, aber vielleicht Anregungen für neue Wege geben oder den Mut, Bewährtes auch weiterhin anzuwenden.

*Kirsten Arthecker, Dipl.-Sozialpädagogin, Hamburg*

2.A



#### **Interaktive Konzerte und musikbasierte Angebote für Menschen mit Demenz: Konzeption, Durchführung und Wirkung**

Obwohl die positiven Auswirkungen von Musik bei Demenz schon vielfach belegt sind, besteht weiterer Forschungsbedarf, um diese Effekte noch genauer zu untersuchen. Insbesondere gilt das für Musikangebote unter Realbedingungen, wie Chorsingen oder Konzertbesuche, sowie die besonderen Anforderungen, die solche Formen musikalischer Teilhabe für demenzbetroffene Menschen erfüllen sollten. Im Workshop wird ausgehend vom State of the Art der Forschung zum demenzbezogenen Einsatz von Musik das aktuelle Projekt der Goethe-Universität Frankfurt „Interaktive Gesprächskonzerte für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen“ (in Kooperation mit der Kronberg Academy) vorgestellt. Voraussetzungen und Möglichkeiten der Umsetzung ähnlicher musikbasierter Konzepte werden ebenfalls diskutiert.

*Dr. Arthur Schall, Dipl.-Psychologe, Frankfurt/M. | Dr. Valentina A. Tesky, Dipl.-Psychologin, Frankfurt/M.*

2.C | 4.C



#### **Bewegung, Musik und Gehirn – physiologische Grundlagen**

Musik wirkt nicht nur auf unsere Gefühle. Sie animiert auch zu Bewegung. Musik kann Lust auf Bewegung wecken. Schließlich bewegen wir uns sogar schneller, schwungvoller und ausdauernder zur Musik. In diesem Workshop wird demonstriert und probiert, wie sich Musik in der Arbeit mit Menschen mit Demenz für Bewegung einsetzen lässt. Mit welcher Musik verbessert sich die Gangsicherheit? Was tun mit Tanzmuffeln? Wie sieht eine gute musikgestützte Bewegungsstimulation aus? Welche Musik eignet sich für Tanz und Gymnastik?

*Dr. Stefan Mainka, Musiktherapeut und Rehabilitationswissenschaftler, Beelitz-Heilstätten*

## FACHTAGUNG „MUSIK UND DEMENZ“

KOOPERIEREN IM EINKLANG | PROFESSION UND EHRENAMT

### Workshops | Informationen

2.D | 4.D



#### »Heilsames Singen« – (nicht nur) für Pflegende und Betreuungskräfte

Heilsames Singen als Herzöffner und Gesundheitserreger. – Mit der eigenen Stimme zu singen, stellt viele Menschen vor eine Herausforderung. Im Vordergrund des Workshops steht daher das „Ausprobieren Erleben“ der eigenen Stimme und die Anhandgabe von Möglichkeiten, das Singen, Summen und Tönen im privaten wie beruflichen Alltag zu integrieren.

Das Heilsame Singen gibt uns die Möglichkeit, durch musikalisch prägnante, lebensbejahende und erlebnisöffnende Texte und die absolute Leistungsfreiheit der Interaktion mit uns selbst und anderen in Resonanz zu gehen. Das Ankommen, Verweilen und Verwurzeln im „Hier und Jetzt“ und das bewusste Loslassen kann unsere Selbstheilungskräfte aktivieren, unsere Resilienzfähigkeit stärken und die eigene Wahrnehmung klarer und fühlbar werden lassen. Emotionen finden Raum und können somit gelöst werden. Ein intensives „Ganz im Sein sein“ wird möglich.

*Melanie Wilde, Zertifizierte Singleiterin (SiKra) und Klangtherapeutin, Oststeinbek*

2.F | 3.F



#### Rhythmus schafft mehr als Bewegung! – Drum Circle für Menschen mit und ohne Demenz

Der Drum Circle ist eine Ermutigung zum gemeinsamen Musizieren – spontan – lustvoll – erlebnisorientiert.

Er ist dabei, sich als eine Methode in der Musikpädagogik zu etablieren, und wird schon in verschiedenen Einrichtungen angewendet. Die Methode nutzt die positive Wirkung von Rhythmus, sowohl auf zwischenmenschlicher als auch auf der gesundheitsfördernden Ebene. Vorerfahrungen sind nicht notwendig. Alle können mitmachen und erleben, wie Musik im Moment entsteht ganz nach dem Motto: Rhythmus verbindet – vitalisiert – verzaubert. Die Teilnehmenden erleben und erfahren die Grundlagen der Körpersprache, die Methoden und Techniken der Anleitung, Auswahl der Instrumente, Aufbau eines Drum Circle und erhalten Einblicke in die Drum Circle Praxis

*Ricarda Raabe, Dipl.-Sozialpädagogin, Altenpflegerin, Drum Circle Facilitatorin, Berlin*

3.A | 4.A



#### Lauschen und Improvisieren mit und für Menschen in der letzten Phase der Demenz – Genetic Choir und das Stem&Luister Projekt

In diesem Workshop gibt Thomas Johannsen als künstlerischer Leiter des Genetic Choir in Amsterdam eine praktische Einführung in die „Instant Composition“ Arbeitsweise des Ensembles. Diese Arbeitsweise, die ein musikalisches Lauschen trainiert, ohne dass dazu irgendeine Kenntnis von Musik vorausgesetzt wird, benutzt das Ensemble unter anderem in einem Projekt, das sich mit Menschen in der letzten Phase der Demenz beschäftigt: dem [Stem&Luister](#) Projekt. Ein wichtiger Bestandteil des Projektes ist das Training von ehrenamtlichen Sängerinnen und Sängern in den Fähigkeiten des Genetic Choir.

Der Workshop will Einblick verschaffen in eine allen zugängliche Methode: Jede und jeder kann teilnehmen und Musik entstehen lassen – aus der Verbindung mit dem Moment und der Umgebung.

*Thomas Johannsen, Sänger und Improvisationskünstler, Amsterdam*

3.C



#### Swallowing in the aging process and mild cognitive impairment: a music-based intervention for swallowing difficulties - *in englischer Sprache*

Vorgestellt werden Studien, die die Anwendung musikalischer Interventionen bei leichten kognitiven Störungen und Demenz untersuchen.

Die leichte kognitive Störung stellt ein präklinisches Stadium dar, welches sich zu einer Alzheimer-Demenz entwickeln kann oder auch nicht. Zurzeit geht man davon aus, dass eine leichte kognitive Störung mit einem höheren Risiko einhergeht, eine Alzheimer-Demenz zu entwickeln. Veränderungen in der Hirnvolumetrie und der strukturellen Konnektivität sind dafür potenzielle Prädiktoren. Die reduzierte funktionelle Konnektivität zwischen präfrontalem Kortex und anderen Hirnregionen scheint der Beeinträchtigung der Exekutivfunktionen bei einer leichten kognitiven Störung zu Grunde zu liegen (Ries et al., 2012; Lee et al., 2008).

Musikalische Interventionen stellen einen vielversprechenden Ansatz zur Linderung der Symptome und zur Verlangsamung des Fortschreitens der leichten kognitiven Störung bis hin zur Demenz dar. Unterschiedliche Arten musikalischer Interventionen erzielen verschiedene Ergebnisse in Hinblick auf kognitive und verhaltensbezogene Symptome. Die unterschiedlichen Muster der Gehirnaktivierung und der kognitiven Fähigkeiten, die mit jeder Art von musikalischer Aktivität verbunden sind (z. B. Musikhören im Vergleich zum Musizieren), könnten diese Unterschiede erklären (Jordan, Lawlor und Loughrey, 2022).

*Prof. Dr. Lucia Figueiredo Mourão, Neurowissenschaftlerin und Gerontologin, Campinas (Brasilien)*

## FACHTAGUNG „MUSIK UND DEMENZ“

KOOPERIEREN IM EINKLANG | PROFESSION UND EHRENAMT

### Workshops | Informationen

3.D

#### Vertiefender Workshop zum Vortrag »Die musikalisierte Pflegeeinrichtung – aufgezeigt am Beispiel Hamburgs ältester Stiftung«



In diesem Workshop wird Ihnen neben detaillierteren Einblicken in das musikalische Portfolio Hamburgs ältester Stiftung, der Wohn- und Pflegeeinrichtung Hospital zum Heiligen Geist (gegr. 1227), auch das dortige breitgefächerte Feld des Ehrenamtes vorgestellt. Derzeit gibt es mehr als zehn Bereiche, in denen sich Menschen ehrenamtlich engagieren. Es erwartet Sie ein interessanter Überblick über die musikalischen, musiktherapeutischen und ehrenamtlichen Bereiche des Hospitals zum Heiligen Geist wie auch die Möglichkeit zum Austausch.

*Isabelle Vilmar, Musik- und Klangtherapeutin, Hamburg | [Katja Brülls](#), Ehrenamtskordinatorin, Hamburg*

3.E | 4.E

#### »Baun, baun, Klänge wüllt wi baun!« – Niedrigschwelliges Ensemblesmusizieren mit selbstgebauten Instrumenten



Was kann schöner sein, als gemeinsam zu musizieren? Mit selbstgebauten Instrumenten zu musizieren! Der Workshop zeigt auf, wie wir bedürfnis-, kompetenzen- und ressourcenorientiert mit pflegebedürftigen Menschen Musikinstrumente bauen und spielen können. Wir verwenden dafür fast ausschließlich Material, das wir kostenlos in den Räumen der Haustechnik, der Küche oder bei einem Spaziergang im Grünen finden und verschaffen ausgedienten Gegenständen ein neues, klingendes Leben. – Im Workshop wird (hand-)gebohrt, gehämmert und gesägt! - Nachdem wir uns mit der Anleitung elementarer Spielmöglichkeiten in der musikalischen Altenarbeit beschäftigt haben, begeben wir uns auf eine kleine Reise durch die Hamburger Musikgeschichte.

*Jan Henning Foh, Musikgeragoge, Spenge*

4.B

#### Kommunikation mit Menschen mit Demenz – Warum es mit Musik oftmals leichter geht



Bei Demenzerkrankungen zeigen sich neben Gedächtnisproblemen vor allem zunehmende Defizite in verbaler Kommunikation. So kommt es beispielsweise zu Wortfindungsstörungen, floskelhaften Sätzen, Gedankenabreißen oder ständig wiederholten Fragen. Gleichzeitig haben Menschen mit Demenz jedoch spezielle kommunikative Ressourcen, die vor allem im nonverbalen Bereich liegen. Als Zugangsweg auf dieser Ebene eignet sich auch Musik in besonderer Weise. Im Workshop wird Basiswissen über Kommunikation bei demenziellen Erkrankungen vermittelt, und konkrete Strategien für einen wertschätzenden kommunikativen Umgang mit Menschen mit Demenz werden praxisnah thematisiert.

*[Dr. Valentina A. Tesky](#), Dipl.-Psychologin, Frankfurt/M. | [Dr. Arthur Schall](#), Dipl.-Psychologe, Frankfurt/M.*

4.F

#### Klangmöbel und Klangschaalen in der häuslichen Umgebung und im Pflegeheim



Entdecken Sie die transformative Kraft der Klänge, die auf einfache Weise von jeder Person aktiviert werden kann. Lernen Sie, wie Sie Klanganwendungen direkt in Ihre häusliche Umgebung oder Pflegeeinrichtung integrieren können. Erfahren Sie, warum und wie diese nicht nur für Entspannung und Wohlbefinden sorgen, sondern auch gezielt zur Förderung von Gesundheit und innerem Gleichgewicht eingesetzt werden können und das Nervensystem beruhigen (Polyvagaltheorie).

Im Workshop werden die Anwendungsmöglichkeiten von vibroakustischen Musikinstrumenten und Klangmöbeln demonstriert und selbst ausprobiert. Welche Settings sind ‚Best Practice‘, und welche Vorbereitungen sind zu treffen? Dieser Workshop bietet Ihnen wertvolle Einblicke und praktische Tipps für die Anwendung von Klang in Ihrem Lebens- oder Arbeitsumfeld.

*[Caspar Harbeke](#), Dipl.-Ing. Architektur & betriebl. Gesundheitsmanager, ALLTON OHG, Bad Zwesten*