

Christine Toft Kristensen (DK): Mit Demenzkranken Lieder singen – eine alternative Form des Gottesdienstes

- **Ich stelle mich vor – und präsentiere das Thema und das Buch dazu**

Mein Name ist Christine Toft Kristensen, und ich bin als Organistin und Chorleiterin in Billund angestellt. Ich bin seit vielen Jahren mit Kirchengesang für Kleinkinder beschäftigt, und ich wurde deshalb neugierig, als ich vom Kirchengesang mit Demenzkranken erfahren habe, der eben beim Kleinkinder-Kirchengesang seinen Ausgangspunkt hat (wo Wiederholung und Stimulierung der Sinne zentrale Elemente sind).

Seitdem habe ich *Kirchengesang für Demenzkranke* – auch *Sternstunden* genannt – in mehreren Kirchen organisiert und bin an der Herausgabe des Buches *Kirchengesang für Demenzkranke* beteiligt gewesen.

- **Kirchengesang für Demenzkranke – gegenüber Kirchengesang für Kleinkinder**

Das musikalische Zusammensein beim Kirchengesang mit Demenzkranken ist für die Kirche eine Art unter anderen, am Ende des Lebens anwesend zu sein, so wie es der Kleinkinder-Kirchengesang beim Eingang des Lebens ist. (Anne-Mette Riis)

Der Zusammenhang von Kleinkinder-Kirchengesang und Kirchengesang für Demenzkranke (Beisammensein und Geborgenheit im Kirchenraum)

„BBS“ (Kleinkinder)

Kein Zeitbegriff
Von anderen abhängig
Für den Klang der Stimme empfänglich
Imitieren und respondieren
Die Stimme der Eltern schafft Geborgenheit

„DSS“ (Demenzkranke)

Kein Zeitbegriff (im Jetzt leben)
Von anderen abhängig
Für den Klang der Stimme empfänglich
Imitieren und respondieren
Das gemeinsame Singen schafft Geborgenheit

- **Meine Begegnung mit dem Kirchengesang für Demenzkranke**

Einmal habe ich von einem Organisten gehört, der Kirchengesang für Demenzkranke gegeben hat. Ich durfte mehrmals dabei sein und war von dem Konzept sehr fasziniert. Eine Frau, die am städtischen Pflegeheim angestellt war, hatte in der Kirche mit ihrem Enkelkind den Kleinkinder-Kirchengesang besucht und war auf die Idee gekommen, dass man mit Demenzkranken etwas Ähnliches tun könnte, - und diese Herausforderung hat dann der Organist aufgegriffen.

Beim Zusammensein mit einem demenzkranken Menschen wird uns die Möglichkeit gegeben, eine liebevolle, aufmerksame Gegenwart auf dieselbe Weise zu üben, wie wenn wir mit denen, die wir lieben, ganz und gar anwesend sind. Die respektvolle und behutsame Anwesenheit fordert Einfühlung, Geduld, Ruhe und eine Attitüde des Zuhörens. Der Gesang, das Gebet und die Lesung können das gemeinsame Dritte sein, das eine sinnvolle Gleichwertigkeit bringt. Die Demenzkrankheit hat oft zu Folge, dass man sich falsch und unwürdig fühlt. Die Kirche hat eine einzigartige Möglichkeit, anwesend zu sein und in der Begegnung zu bestätigen, dass du lebendig bist und gesegnet bist, - und auf diese Weise Hoffnung und Trost zu bringen. (Anne-Mette Riis)

Ich habe *Kirchengesang für Demenzkranke* mit Pfarrern, Gemeindehelfern und Freiwilligen zusammen organisiert. Dass man beruflich gesehen dabei unterschiedliche Voraussetzungen hat, ist für die Planung und die Durchführung eines Verlaufes von Vorteil.

- **Kurz über Demenz**

Das Wort „Demenz“ kommt aus dem Lateinischen. *Mens* bedeutet *Verstand* (oder *Sinn*), und *de-* bedeutet *nachlassend*. Es geht mit anderen Worten um eine Schwächung des Verstandes.

Demenz wird als Zustände definiert, die von Schwächung des Gedächtnisses und anderer intellektuellen Fähigkeiten wie Urteilskraft oder Abstraktionsvermögen geprägt sind.

Darüber hinaus können sprachliche Fähigkeiten abgeschwächt sein, einfache Tätigkeiten wie zum Beispiel das Anziehen werden mühsam. Es kommen Fehleinschätzungen eigener Sinneseindrücke vor – und Persönlichkeitsänderungen mit fehlendem Vermögen, ein sozial akzeptables Benehmen aufrechtzuerhalten.

**Kriterien der Demenz der Weltgesundheitsorganisation
(WHO - World Health Organization)**

- A. Geschwächtes Gedächtnis
Schwächung anderer intellektuellen Funktionen:
Abstraktionsvermögen, Urteilskraft, Denken, Planung
- B. Schwächung der Persönlichkeit und des Verhaltens, mindestens mit einem der folgenden Problemen:
Gefühlsmäßige Labilität (Unausgeglichenheit)
Irritabilität
Apathie (Gefühlslosigkeit)
Vergrößertes soziales Benehmen
- C. Erhaltene Klarheit des Bewusstseins
- D. Dauer von mehr als 6 Monaten

Gewöhnliche Symptome der Demenz

Geschwächtes Gedächtnis ist ein zentrales Symptom der Demenz. Jeder Mensch kennt die Mühe, auf einen Namen oder ein Fremdwort zu kommen, - kennt aber auch das plötzliche Auftauchen des „Vergessenen“ im Gedächtnis. Die Demenz ist viel tiefer greifend. Die Lernfähigkeit ist dabei schwer betroffen. Konzentration und Auffassungsvermögen sind geschwächt, und wenn auch ein Ereignis oder eine Information korrekt verstanden wird, funktioniert die normale Eingabe nicht, die das Erlebte im Gedächtnis einlagert. Wichtig dabei ist auch die Schwächung anderer psychischen Funktionen, wie zum Beispiel der Fähigkeit, gezielt und logisch zu denken, und der Fähigkeit, Ereignisse korrekt zu verstehen; dazu auch die Schwächung des sozialen Verständnisses und der Fähigkeit zur Planung.

Noch wichtiger als die primären intellektuellen Symptome ist das nachlassende Funktionsvermögen des Demenzkranken. Es kann sich eine Aphasie – das heißt eine verringerte Sprechfähigkeit – entwickeln. Das bedeutet eine fehlende Fähigkeit, das gesprochene Wort zu verstehen, und die reduzierte Möglichkeit der sprachlichen Äußerung. Dazu kommt oftmals eine Apraxie – das heißt eine versagende Fähigkeit, zweckmäßige Bewegungen auszuführen. In den frühen Stadien der Demenz äußert sich die Apraxie zum Beispiel durch die Mühe, Auto zu fahren. Später werden einfachere Handlungen betroffen wie zum Beispiel das Ankleiden, die Bedienung des Rasierapparates oder die Verwendung eines Schlüssels.

Die häufigste Form der Demenz, die Alzheimer-Demenz, wird auch in frühen Stadien der Demenz von einer auffallenden Hilflosigkeit geprägt, sich in weniger vertrauten Umgebungen zurechtzufinden.

Wenn man die Funktionsfähigkeit des Demenzkranken mit derjenigen der Kinder vergleicht, gilt bei den Bezeichnungen Folgendes – vor allem wenn es um die Alzheimer-Demenz geht:

leichte Demenz entspricht einem Funktionsalter von 5-6 Jahren

mittelschwere Demenz: 3-4 Jahre

schwere Demenz: weniger als 2 Jahre

Um Missverständnisse zu vermeiden, muss unterstrichen werden, dass Demenzkranke nicht als Kinder betrachtet werden können, sondern dass es sinnvoll ist, das Funktionsvermögen und den fehlenden Überblick mittelschwer bis schwer Demenzkranker mit entsprechenden Fähigkeiten 2-4 jähriger Kinder zu vergleichen.

- **Demenz und Theologie**

(Ausgangspunkt ist hier ein Artikel im oben erwähnten Buch des Theologen und ehemaligen Studienrates Johannes Nissen)

Bei dem Zusammensein mit Demenzkranken kommt bald eine Reihe ethischer Fragen auf. Es geht nicht zuletzt um die veränderte Persönlichkeit dieser Menschen. Die zentrale Frage ist, wie man einen respektvollen und würdigen Umgang mit den von Demenz betroffenen Menschen herstellen kann.

Wir leben in einer „hyperkognitiven“ Gesellschaft, d.h. in einer Gesellschaft, wo eine wohlfunktionierende Gehirntätigkeit und wirtschaftliche Produktivität als Quelle menschlicher Würde hervorgehoben werden. Das schafft Schwierigkeiten für Demenzkranke, denen genau das fehlt, worauf die Gesellschaft Wert legt, und zwar: Erinnerung, Vernunft, Sprache und die Fähigkeit, produktive und beitragende Mitglieder der Gesellschaft zu sein. Der berühmte Satz von Descartes: „Ich denke, also bin ich“ hat einen besonderen Status erhalten. Wir haben erfahren, dass das Denken für unsere Fähigkeiten ausschlaggebend ist. Das gibt unserem Leben Wert und Sinn; Produktivität und Autonomie haben einen hohen Stellenwert. Für Menschen über 65 ist Demenz eine der am meisten gefürchteten Krankheiten geworden, weil sie eine Bedrohung für unsere eigene Identität bedeutet, und weil sie unsere Rolle als produktive Mitglieder der Gemeinschaft bedroht.

Die Demenzproblematik ruft einige grundlegende philosophische und theologische Fragen hervor: Was passiert, wenn ein Mensch seine Persönlichkeit verändert? Was bedeutet es, eine Person zu sein? Hat der Mensch einen innersten Kern, eine „Seele“? Und wie gegebenenfalls ist das zu verstehen?

Geoffrey Waters weist auf drei unterschiedliche Antworten auf die Frage hin, **was eine Person ist:**

- 1) Die *rationelle* Antwort: „Ich denke, also bin ich“ (Descartes)
- 2) Die *spirituelle* oder *geistige* Antwort: „Ich bin von Gott erkannt, deshalb bin ich“
- 3) Die *relationale* Antwort: „Ich bin von anderen Menschen erkannt, deshalb bin ich“

Beim ersten Gesichtswinkel wird die Bedeutung des autonomen, rationellen Individuums unterstrichen. Bei dem zweiten wird die Beziehung der Person zu Gott hervorgehoben, und dass diese Person sowohl Gott erkennen kann als auch von Gott erkannt werden kann. Bei der dritten Antwort wird betont, dass es unsere Beziehung zu anderen Menschen ist, die uns als Personen definiert.

Es ist problematisch, Wert und Sinn einer Person nach den kognitiven Fähigkeiten des Betreffenden einzuschätzen, weil den Menschen in vorgeschrittener Demenz gegebenenfalls ihre Persönlichkeit verloren geht. Tom Kitwood, einer der Pioniere der Demenzfürsorge, hat eine personenzentrierte Pflege entwickelt. Seiner Meinung nach besteht das Risiko, dass Menschen mit Demenz auf Objekte reduziert werden, wenn man sie nur durch medizinische Begriffe zu verstehen versucht. Den Menschen mit Demenz muss aber die Persönlichkeit nicht verloren gehen; sie kann ihnen durch Beziehungen zu anderen Menschen erhalten bleiben.

Beziehungen zu anderen Menschen sind ein wesentliches Merkmal des Menschseins. Diese Feststellung ist aber nicht ohne Probleme, denn Beziehungen ändern sich, und Demenzkranke verlieren nach und nach ihre Beziehungen in gleichem Maße, wie sich die Krankheit verschlechtert. Deshalb werden sie auch ihre „Persönlichkeit“ verlieren. Wir werden deshalb

weder auf kognitive Fähigkeiten noch auf menschliche Beziehungen fokussieren, sondern auf die Beziehung zu Gott.

Eine grundlegende Frage ist, ob der Mensch deshalb wertvoll ist, weil er einfach da ist, oder ob er wertvoll ist, weil er von Nutzen ist. Ist der Wert des Menschen etwas *Grundlegendes* und *Innewohnendes*, oder bloß etwas *Funktionelles* und *Instrumentelles*?

Das Christentum macht geltend, dass der Mensch einen innewohnenden Wert besitzt, der davon unabhängig ist, was dieser Mensch leisten kann.

Solche Überlegungen haben große Bedeutung für die Art und Weise, wie wir Demenzkranke betrachten. Oft empfinden diese Menschen einen Verlust von Menschenwürde, und die Herausforderung besteht darin, ihnen ganz praktisch ein Gefühl davon zu geben, dass auch sie eine Bedeutung haben – als diejenigen, die sie sind.

Demenzkranken sind eine Gruppe, die in Abhängigkeit von anderen lebt, und je schwerer die Demenz ist, umso grösser wird diese Abhängigkeit.

Was kann die Theologie in dieser Situation bieten? Tatsächlich ganz viel. Denn im Kern des Christentums geht es darum, abhängig zu sein; es geht darum, die Tatsache zu akzeptieren, dass wir nicht voneinander losgelöst leben, sondern hingegen in Abhängigkeit von anderen. Wenn wir es verleugnen, in Abhängigkeit zu leben, können wir keine Dankbarkeit ausdrücken, weder Gott gegenüber noch gegenüber unseren Mitmenschen.

Die Langsamkeit im Zusammensein mit älteren Menschen und Demenzkranken ist etwas sehr Entscheidendes. Die moderne Gesellschaft wird von Effektivität und Eile dominiert, und davon kann die Kirche in der Begegnung mit Demenzkranken sehr leicht geprägt werden – und etwas Ähnliches gilt vielleicht auch für den Pfarrer, der in einem Pflegeheim für den Gottesdienst zuständig ist. Dem Tempo der Technologie gegenüber steht die „Tempo“ der Liebe, die Geduld. Ein japanischer Theologe (Kosuke Koyama) weist darauf hin, dass Gottes eigenes Tempo das Schrittempo ist. Das ist das Tempo, das all denjenigen passt, die – mit Worten des Evangeliums – „mühselig und beladen“ sind (Matthäus 11.28). Das ist das Tempo, das sich nach den Behinderten, den Gelähmten, den Betrübten und all denjenigen richtet, die auf Leib und Seele abgearbeitet sind; das ist auch das Tempo für Menschen mit Demenz.

Sich viel Zeit lassen ist ein entscheidender Faktor im Zusammensein mit Demenzkranken. Es ist z.B. wichtig, dass der Pfarrer und sonstige Angestellte der Kirche bei den Pflegeheimgottesdiensten nicht den Eindruck hinterlassen, es eilig zu haben. Auch beim Kaffeetrinken hinterher sollte man sich für das Zusammensein mit den Pflegeheimbewohnern viel Zeit lassen. Dieser Zusammenhang von Eile, Tempo, Leere ist ein Faktor, der Personen mit Demenz unvermeidlich beeinflusst. Die Lebensqualität dieser Menschen hängt davon ab, wie die Stunden vergehen: In Einsamkeit, Verwirrung, Unsicherheit oder mit anderen zusammen, in Ruhe und Geborgenheit.

Ab und zu wird einem die Frage gestellt, ob Demenzkranke ein Leben des Glaubens führen können, wenn sie nicht mehr im Stande sind, sich an Gott zu erinnern. John McFadden bestreitet, dass es ein Problem wäre, denn der Glaube hängt nicht von Erinnerungen oder kognitiven Fähigkeiten der einzelnen Person ab. Gott wird uns nicht vergessen, wenn auch wir Gott vergessen würden.

Nichtsdestoweniger ist es eine gewöhnliche Auffassung, dass ein Großteil der Theologie und des Gottesdienstes auf die Voraussetzung baut, dass die Verkündigung sich an den einzelnen Menschen als denkendes Individuum wendet – als eine Person, die denkt und nachdenkt, die unabhängig ist und eigene Entscheidungen trifft. Es wird also auf das kognitive Ich Wert gelegt, das dazu im Stande ist, bestimmte Dinge über Gott zu erkennen und zu verstehen. Die Auffassung, dass das Gehirn für Bewusstsein, Gedanke oder Wille das Zentrum sei, ist der Bibel fremd. Dagegen wird das Herz für den Ort, den Ursitz, der ganzen Person gehalten. Die Vorstellung, dass das Evangelium in den Herzen der Menschen geschrieben ist, ist deshalb nicht primär ein literarischer Einfall, sondern eine grundlegende Aussage darüber, dass das Evangelium einen körperlichen Charakter hat.

Der Gottesdienst ist vielmehr als eine intellektuelle Kommunikation. Er ist auch eine körperliche Anwesenheit, und er besteht aus rituellen Akten, wo Menschen zusammenkommen. Menschen sitzen, stehen auf, gehen, falten die Hände, essen, singen, werden getauft und vieles mehr. Die Erfahrung des Glaubens allein ist nicht auf ein *sprachlich* vermitteltes Erlebnis beschränkt. In den sinnlichen Erlebnissen des Lauschens, des Schmeckens, des Singens, des Gebets, des Segens und anderer körperlichen Handlungen, die zum Gottesdienst gehören, wird ein neues Potenzial der Glaubenserfahrung geöffnet. Dieses Verständnis gilt dem Gottesdienst in sich, es hat aber in Verbindung mit dem Gottesdienst für Demenzkranke eine besondere Bedeutung; die sind oft dazu imstande, das Vaterunser mit zu beten; Musik und Kirchenlieder spielen eine besondere Rolle; Demenzkranke empfangen auch gerne das Abendmahl, wenn Brot und Wein überreicht werden – obwohl sie mit dem Gehirn nicht ganz verstehen, was vor sich geht.

Bei der Veranstaltung eines Gottesdienstes mit älteren Menschen und Demenzkranken soll man darauf aufmerksam sein, dass der Körper und die Sinne auf verschiedene Weise wichtiger sind als Worte.

- **Kirchengesang für Demenzkranke**

Wie vorher erwähnt wurde, ist es einleuchtend gewesen, Erfahrungen mit Kleinkinder-Kirchengesang bei der Einrichtung von Kirchengesang für Demenzkranke zu nutzen. In beiden Fällen ist die Stimulierung der Sinne ein wesentlicher Bestandteil. Eine Wegbereiterin im musikpädagogischen und musiktherapeutischen Gebiet der Altenpflege, Synnøve Friis, zitiert einen norwegischen Psychologen (Magne Rauendalen), der mit der Äußerung „der Mensch kann an ‚Sinneshunger‘ sterben“ den physischen Nahrungsbedarf des Menschen mit dem psychischen gleichstellt. Dieses gilt den Menschen ganz allgemein, ist aber bei der Arbeit mit Demenzkranken besonders relevant.

Die Grundelemente, die in beiden Fällen verwendet werden, sind in jedem gemeindegkirchlichen Kontext präsent: Der Kirchenraum mit seinem Licht und seiner Akustik, der Gesang und die Musik mit dem vertrauten Kirchenlied als Mittelpunkt, sowie das Rituelle mit seinen leicht variierten Wiederholungen. All dieses hilft bei der Stimulierung der Sinne des Demenzkranken ohne Verwendung des gesprochenen Wortes.

Die liturgische Einrichtung (Taufbecken, Altar, Kanzel) nebst Orgel, Bank- und Schulreihen und etwaige Ausschmückungen markieren die liturgische Verwendung des Raumes. Das Licht und die Laute sind eigenartig, und der üblicherweise große Raum mahnt zum ruhigen Verhalten. Der Raum flößt den Teilnehmern Ruhe ein und trägt dazu bei, eine Stimmung zu schaffen, die von Feierlichkeit und Sinnvollheit geprägt ist. Bei der Veranstaltung von Kirchengesang für Demenzkranke ist es wichtig, dass der Raum von nicht dazugehörigen Geräuschen und Anblicken frei ist, damit keine irrelevanten Sinneseindrücke entstehen. Der Kirchenraum sollte während der ganzen Veranstaltung vor allem eine Freude des Wiedererkennens und ein Gefühl von Ruhe und Unbesorgtheit vermitteln.

Die Musik

Es ist wohl bekannt, dass Demenzkranke sich oft daran erinnern, was lange her ist, und daran, was einmal gründlich gelernt wurde. Wenn sie das Singen und/oder das Hören von Musik gewohnt waren, werden sie sich auf die gleiche Weise an Lieder, Kirchenlieder und Musikstücke erinnern. Bei einigen Demenzkranken wird sogar kurz die Sprache wieder ins Leben gerufen, wenn sie bei einem Kirchenlied mitsingen. Sie hören etwas, was sie wieder erkennen können, und nehmen spontan am Singen teil. Die Kirchenlieder sind auf diese Weise eine wesentliche Ressource bei der Arbeit mit Demenzkranken.

Die Musik ist ein hervorragendes Werkzeug, wenn die Sprache nicht mehr funktioniert. Innerhalb des europäischen Kulturkreises besteht ein gewisser Konsensus, dass eine Reihe

musikalischer Parameter verschiedene Stimmungen ausdrücken. Auf eine sehr vereinfachte Weise kann man sagen, dass der Tonart Freude (Dur) oder Traurigkeit (Moll) ausdrücken kann. Die Rhythmik kann Leichtigkeit (schnell) oder Schwere (langsam) ausdrücken. Und die Melodik kann Aufgeschlossenheit (sprunghaft) oder Verslossenheit (stufenweise) ausdrücken. Infolge dessen kann die Musik in zwei Weisen auf uns einwirken: *Entweder* dadurch dass sie die Stimmung verstärkt und bestätigt, in der wir uns gerade befinden – und somit unsere Gefühle spiegelt – *oder* dadurch dass sie unser Wohlbefinden beeinflusst, so dass unsere Gemütslage sich ändert. Beides kann konstruktiv verwendet werden – auch bei der Arbeit mit Demenzkranken.

Musik – und lautliche Stimulierung überhaupt – kann Assoziationen bringen und dadurch Erinnerungen wachrufen, so wie Musik Stimmungen ausdrücken kann, wobei wir emotional beeinflusst werden (die Musik als Sprache der Gefühle).

Die Musik kann dazu beitragen, Angst und Stress zu reduzieren. Wenn man eine Musik verwendet, die nach allgemeinen Kriterien entspannend wirkt, und sie mit Musik kombiniert, die für jeden einzelnen mit friedlichen und positiven Erlebnissen verbunden sind, kann eine merkbare Wirkung erreicht werden.

Wichtig dabei ist auch, dass man das Hören von Musik und das Mitwirken bei der Schaffung von Musik unterscheidet. Die Trommel zu schlagen oder Ähnliches kann dazu beitragen, die Sinnesorgane des Demenzkranken zu öffnen.

Beim Kirchengesang für Demenzleidende wird man eine passende Abwechslung eines Treffens erreichen können, wenn man darauf Rücksicht nimmt, folgende Aktivitäten auszubalancieren:

- *geistige Aktivierung*
- *Tanz und sonstige Bewegung*
- *Musizieren*
- *Musik hören*

Es ist naheliegend, auch den Gefühlssinn und den Geschmackssinn zu stimulieren, weil sie durch einfache Wirkungsmittel eine kräftige emotionale Einwirkung vermitteln können.

Der Gefühlssinn kann Stimmungen in den Kirchenliedern unterstützen, die gesungen werden. Er kann durch Gegenstände stimuliert werden, die entweder kalte Hände wärmen oder von warmen Händen erwärmt werden. Solche Gegenstände können entweder runde und weiche oder harte und eckige Dinge sein. Tüten unterschiedlichen Inhaltes – z.B. mit Erbsen, Reis oder Bohnen – können so vorgestellt werden, dass man zuerst raten darf, was drin ist, bevor sie verwendet werden. Um ein räumliches und zeitliches Erlebnis zu verstärken, können die Tüten in einen Korb in der Mitte des Kreises geworfen werden. Es ist hier einleuchtend, kirchliche ‚Symbole‘ wie zum Beispiel das Herz oder das Kreuz zu verwenden. Ich habe selbst leicht unregelmäßige, unbehandelte Holzkreuze verwendet, die abgerundet worden sind und deshalb weich tastbar sind. Die harte Symbolik des Kreuzes wird auf diese Weise durch dessen Form und Substanz ausgeglichen.

Der Geschmackssinn ist besonders verwendbar, weil das Abendmahl des Gottesdienstes immer ein markantes Geschmackserlebnis bedeutet.

Ein Beispiel dafür, dass eine Stimulierung Wiedererkennung erregt, ist es, dass ich bei einem Treffen zu Ostern eine „wohlriechende Salbe“ mitgenommen hatte, wie sie die Frauen im Evangelium zum Grabe Jesu brachten. Ich habe sie auf den Handrücken der Teilnehmer aufgetragen, und beim folgenden Treffen fragte mich eine der Teilnehmerinnen, ob sie auch an diesem Tag die Salbe aufgetragen bekomme. Sie erinnerte sich an die wohlriechende Salbe und an sonst nichts, aber die Erinnerung war erwacht worden.

Das letzte Stimulans, das ich erwähnen werde, hat ein relativ hohes Komplexitätsniveau. Es ist dem Konzept ‚*Ein Kirchenlied sehen*‘ entnommen und besteht daraus, dass das Kirchenlied im Zusammenhang mit ausgewählten Zeichen der Gebärdensprache für Taube gesungen wird. Da die Zeichen eben auf ein *sprachliches* System zurückgehen, unterstützen und wirken sie mit dem Textuniversum der Kirchenlieder zusammen, so dass denjenigen, die singen, zuhören und sehen, auch ein visuelles Erlebnis vermittelt werden. Einige Demenzkranke haben darauf Lust, die Zeichen selber mitzumachen, während es in den meisten Fällen die musikalische

Ressource-Person ist, die die Zeichen mitmacht, unter Umständen mit dem Personal zusammen.

Der konkrete Beitrag der Musik

Mit der Bezeichnung *Kirchengesang für Demenzkranke* wird die zentrale Aktivität dieses Beisammenseins betont, nämlich das gemeinsame Singen. Ob man den Text noch weiß, ob man nur mit summt oder vielleicht den Text durch Zeichen gestaltet, – der gemeinsame gesangliche Ausdruck wird ein Gefühl von Gemeinschaft, Verbundenheit und Gegenwart schaffen. Dabei ruft das Singen als spontaner Ausdruck die Tradition zurück, stimuliert Gedächtnis und Konzentration und appelliert an die Gefühle.

Wir haben nicht nur eine Stimme, wir ‚sind‘ eine Stimme. Die Stimme ist in dem Körper nahe den Gefühlen und den menschlichen Erkenntnisprozessen aufgehoben (Margrete Enevold, Gesangspädagogin)

Bei der Arbeit mit Musik ist es für die musikalische Ressource-Person wichtig, mit den Grundelementen der Musik zu arbeiten und sie dabei so auszubalancieren, dass sie während des Prozesses alle einbezogen werden. Dadurch wird auch die ‚Liturgie‘ abwechslungsreicher. Diese Elemente sind Rhythmus, Melodie, Dynamik, Klangfarbe und Harmonie. Außerdem kann eine Abwechslung der drei „Sprachformen“ Musik, Bewegung und Rede bei der Strukturierung der Liturgie unterschiedliche Teile des Gehirns aktivieren, was eine größere Ausdauer und geschärftes Konzentrationsvermögen mit sich bringt. Musikalische Aktivitäten für Demenzkranke können aus Sologesang der musikalischen Ressource-Person, aus dem gemeinsamen Singen aller Anwesenden, aus Musizieren und Improvisation mit Rhythmus- und Melodieinstrumenten, aus dem Lauschen der Musik und aus Bewegung zur Musik bestehen. Diese unterschiedlichen Ausdrucksformen können oft kombiniert werden.

- **Präsentation eines Verlaufes (Liturgie)**

Struktur, Liturgie und Zeit

Da es darum geht, bei einem Verlauf mit Kirchengesang eine unbesorgte und gute Atmosphäre zu schaffen, ist es wichtig, dass die einzelnen Teile des Verlaufes eine feste Struktur haben. Es ist wichtig, das Wiederholen zu wagen, in einer Zeit wo der Anspruch auf ständige Erneuerung eine große Herausforderung ist. Bei der Arbeit mit dem Menschen, der von Demenz betroffen ist, ist es wichtig, auf das Erkennbare zu fokussieren und an den Wert der Wiederholung zu glauben.

Ich habe einen Verlauf ausgewählt, der mit seiner Liturgie dem Gottesdienst ähnlich ist. Die feste Struktur wird wahrscheinlich von dem Demenzkranken nach und nach wieder erkannt werden. Man muss jedoch währenddessen auf spontane Einfälle der Teilnehmer vorbereitet sein; solche Einfälle sollten aber im sonst festen Rahmen des Verlaufes ihren Platz finden können.

Pausen der Stille während des Verlaufes sind wichtig, weil sie den Teilnehmern die Möglichkeit geben, die vielen Eindrücke zu bearbeiten. Der Kontrast zwischen Laut und Stille ist eine sehr wirksame Sinnesstimulierung, die im Kirchenraum verstärkt werden.

In einem kirchlichen Zusammenhang enthalten die großen Lebensereignisse, die kirchlichen Feste und die Jahreszeiten, ein Reminiszenzpotenzial. Es ist deshalb natürlich, die kirchliche Jahreszeit vorzustellen, in der man sich befindet, weil sie für viele der Aktivitäten des Verlaufes führend ist.

Es kann sinnvoll sein, dass der örtliche Pfarrer sich an dem Verlauf beteiligt, weil er oder sie die Person darstellt, mit welcher der Demenzkranke bei den großen Lebensbegebenheiten in Kontakt gewesen sein mag. Wenn der Pfarrer im Ornat erscheint, wird das Amt deutlich erkannt – was aber auch eine Distanz schaffen könnte, die dann vermieden werden kann, wenn der Pfarrer nicht im Ornat gekleidet ist.

Wenn man für den Verlauf Lesungen auswählt, kann man sich überlegen, ob es sinnvoll wäre, eine ältere Bibelübersetzung zu benutzen, die den Älteren und Personen mittleren Alters heute bekannt ist.

Instrumentalmusik

Wie es bei einem Gottesdienst der Fall ist, habe ich mich dafür entschieden, die ‚Liturgie‘ mit einem Präludium einzuleiten, das gleichzeitig mit dem Eintreten der Teilnehmer in die Kirche erklingt. Als erkennbares Signal der Versammlung kann man es vorziehen, jedes Mal dasselbe Stück Musik zu spielen oder abzuspielen – oder man kann ein Stück Musik wählen, das das Thema des Tages verkörpert und deshalb je nach der kirchlichen Jahreszeit wechselt. Die Wiederholung ist wichtig, aber die leichte Variation kann auch dazu beitragen, eine größere mentale Ausdauer zu schaffen.

Immer noch ist es in Dänemark so, dass den meisten Älteren – und dadurch auch der Mehrzahl der Demenzkranken – in der Schule das Singen von Kirchenliedern beigebracht wurde, oft auswendig. Der Kirchengesang ohne Gesangbuch trägt dazu bei, zwischen den Teilnehmern Kontakt zu schaffen, obwohl man darauf aufmerksam sein soll, dass es für einige Teilnehmer ein bekanntes und gutes Gefühl sein kann, mit dem Gesangbuch in den Händen zu sitzen. Oft werden die Kirchenlieder so verwendet, dass die erste Strophe mehrmals wiederholt wird.

Grundsätzlich sollten die Kirchenlieder ohne Begleitung gesungen werden, es kann aber eine Abwechslung bedeuten, die Lieder auf Orgel oder Klavier zu begleiten. Der Vorteil des A-cappella-Singens ist, dass man als musikalische Ressource-Person die Möglichkeit hat, mit den Teilnehmern in Blickkontakt zu bleiben, wenn man die Texte auswendig gelernt hat. Man kann eventuell während einer Strophe mit einem bestimmten Teilnehmer in Blickkontakt bleiben, und danach mit jemand anderen; das bringt während einer bestimmten Zeitspanne ein gemeinsames Erlebnis. Ein anderer Vorteil des unbegleiteten Singens ist, dass man die Möglichkeit hat, deutlich zu artikulieren und dadurch den Teilnehmern behilflich sein, die Worte in einem gemeinsamen Rhythmus auszusprechen.

Es ist wichtig, die grundlegenden musikalischen Parametern zu überlegen: Das Tempo der Kirchenlieder sollte nicht zu schnell sein, damit die Teilnehmer es schaffen, die Worte zu artikulieren. Und die Tonart sollte nicht zu hoch liegen, weil einzelne es dann physisch nicht schaffen, mit zu singen. Wenn man für einen Verlauf die Kirchenlieder auswählt, ist es ein Vorteil, musikalische Kontraste zu verwenden. Die Kirchenlieder können in Bezug auf Variationen von Tempo, Tonart und Taktart gewählt werden. Außerdem kann man bei dem einzelnen Kirchenlied die Begleitung variieren, die dann – je nach Charakter des Textes – beispielweise zart oder breit, kräftig oder schwach sein kann.

Schließlich muss man darauf aufmerksam sein, dass Kirchenlieder von sich aus unterschiedliche Stimmungen schaffen können. Sie können mit bestimmten Lebenssituationen oder bestimmten Jahreszeiten verbunden werden. Materialien aus der Natur können mit einem zusätzlichen Sinneseindruck beitragen und dadurch den Teilnehmern bei der Identifikation mit dem Kirchenlied helfen.

Oft wird man während der Durchführung eines Verlaufes erleben können, dass einige der Teilnehmer am Singen nicht teilnehmen. Das ist nicht immer Ausdruck fehlender Aufmerksamkeit oder Teilnahme – einige lauschen, andere singen innerlich mit, während einzelne vielleicht nicht zum Singen aufgelegt sind:

Einige **singen mit** – d.h. man singt zusammen

Einige **singen** – im eigenen Takt und eigener Tonart

Einige **sind dabei** – nicken mit dem Kopf, wippen mit Fuß oder Hand

Es ist wichtig, auf Teilnahme, Engagement und Leistung keine Ansprüche zu machen – die Demenzkranken dürfen jeder auf seine Art dabei sein.

Teilnehmerstrategien, die beim Musikunterricht mit Kindern üblich sind, lassen sich sinnvoll auf Musik für Demenzkranke übertragen:

Die vier Hauptkategorien:

- **Rezeption**, wobei die Teilnehmer beobachten, zuhören und empfangen, wobei aber das Erlebte nicht artikuliert wird. Diese Art der Teilnahme ist demnach schwer wahrzunehmen, und sie kann deshalb als Nicht-Teilnahme missdeutet werden.
- **Imitation**, wobei die Teilnehmer gewisse Teile der Musik oder der musikalischen Aktivität nachahmen – eine Art der spontanen Nachbildung.
- **Identifikation**, wobei sich die Teilnehmer in die musikalische Situation als Ganzes einleben (sich mit der Situation identifizieren) – und dabei den tieferen Zusammenhang zwischen der Musik und der Situation verstehen.
- **Elaboration (Ausarbeitung)**, wobei sich der Teilnehmer freimacht und durch seinen eigenständigen musikalischen Ausdruck der Situation etwas Neues hinzufügt.

Bewegung

Bewegung hat eine Verbesserung der mentalen Funktionen zur Folge. Bei dem *Blood-Flow-Test* hat es sich herausgestellt, dass, wenn ein Mensch aus der totalen Ruhelage zum Wippen auf und ab mit einer Hand übergeht, unmittelbar danach eine 45 bis 50 Prozent kräftiger Blutdurchströmung des entsprechenden Gehirnteils eintritt.

Die oft schlechte physische Konstitution des Demenzkranken bedeutet natürlich, dass man sich nicht ohne Einschränkungen bewegen kann. Ein sogenannter Stuhltanz, d.h. ein Tanz beim Sitzen, der aus einem Wechseln zwischen Bewegungen der Arme und der Beine besteht, wird oft möglich sein und kann ein hohes Maß an physisches und psychisches Wohlbefinden bringen.

Beispiele der Bewegungsmuster:

- In die Hände klatschen, im musikalischen Puls
 - In die eigenen Hände klatschen
 - In die Hände des Nachbarn klatschen
 - Auf die eigenen Oberschenkel klatschen
- Das Trampeln im Puls (NB: Fußstützen des Rollstuhls zuerst abschalten)
- Die Arme schwingen
 - In unterschiedlichen Höhen
 - Auf die Mitte zu und zurück
- Schaukelnde Bewegungen hin und her
- "Hinterbacken-Polka" (jede Hinterbacke zweimal schaukeln)
- Tanz mit Seil (das Seil mit den Händen halten und es nach oben – nach unten – zur Mitte – zur Seite führen)

Beim Tanzen mit einem Seil werden die Bewegungen einer Gruppe so synchronisiert, dass alle dem gleichen Rhythmus folgen. Die synchronen, rhythmischen Bewegungen schaffen unmittelbar eine Gemeinschaft. Tücher aus Chiffon können beispielsweise Windhauche oder sonstige große, plastische Bewegungen gestalten. Dieses könnte insbesondere während der Pflingstzeit verwendet werden, wo der Wind den Heiligen Geist symbolisiert.

Rhythmusinstrumente

Wenn es der Demenzkranke schafft, kann das Spielen im Puls auf Rhythmusinstrumente eine Art und Weise sein, den Einzelnen ins musikalische Beisammensein hineinzuziehen. Für einige Teilnehmer kann es aber schwierig sein, - wegen versagender Koordination, wegen Steifheit und Langsamkeit.

Wenn es sich als möglich herausstellt, bedienungsfreundliche Rhythmusinstrumente zu verwenden, sollte man das strukturierte Spielen auf diesen Instrumenten demonstrieren. Für viele ist es das erste Mal, dass sie ein Instrument spielen, und sie haben es deshalb nötig, beraten zu werden. Haben die Teilnehmer aber eine gewisse Erfahrung, kann man sie versuchsweise improvisieren lassen. Dabei ist es aber wichtig sich zu merken, dass einzelne Demenzkranke kein Interesse daran haben könnten oder sogar das Spielen auf Instrumente

ganz ablehnen werden. Die meisten aber spielen gerne mit und sind dabei konzentriert und aufgeschlossen.

Selbstverständlich kann das Spielen auf Instrumente den Kirchengesang begleiten. Es kann den Teilnehmern aber auch ein musikalisches Erlebnis bringen, auf einem Rhythmusinstrument das Abspielen von Musik zu begleiten; dabei erleben sie, wie sie zum ganzen musikalischen Ausdruck beitragen.

Die Benutzung von Rhythmusinstrumenten (Trommel, Claves/Klangstäbe, Schellenstab, Egg-Shaker kann folgenderweise organisiert werden:

- Eine Strophe des Kirchenliedes mit Instrument singen, das von der musikalischen Ressourcenperson gespielt wird; dabei wird das Spielen des Instrumentes demonstriert. Es geht somit nicht um eine verbale, sondern um eine körperliche Instruktion mit ruhigen Bewegungen.
- Eine Strophe des Kirchenliedes mit Instrument singen, das von dem Demenzkranken gespielt wird (eventuell von der musikalischen Ressource-Person begleitet).

Das Verhältnis des Demenzkranken zur Musik

Unter anderem geht es darum, die positiven Erinnerungen aus der Vergessenheit des Demenzkranken hervorzuholen. Musik ist oft mit Erinnerungen erfreulichen und emotionalen Charakters verbunden, und sie wird deshalb alle Teilnehmer in einen ruhigen und angenehmen Zustand versetzen können.

Man hat aber als Verantwortlicher keine Möglichkeit, davon etwas zu wissen, welche Musik die Teilnehmer gehört haben (beziehungsweise noch hören). Man muss deshalb versuchen herauszufinden, welche Musik einen ruhigen und angenehmen Ausdruck vermittelt. Die beliebteste klassische Musik – wozu man Vivaldis *Die vier Jahreszeiten* und Mozarts *Eine kleine Nachtmusik* zählen kann – wird wahrscheinlich wiedererkannt werden.

Gut gewählte Musik kann den Demenzkranken in unvorhergesehen hohem Masse stimulieren. Ein Beispiel dafür ist ein Teilnehmer, der Bachs *Präludium in C-Dur* hörte. Meinerseits war es als eine ruhige, strömende Musik gemeint, aber der Mann hat die Melodie gekannt, die der Komponist Gounod so zu sagen oben auf das Stück komponiert hat. Er hat sie so gut gekannt, dass er einmal angefangen hat, sie zu summen – und auf diese Weise gestaltete sich sein Erinnerungsprozess vor übrigen Anwesenden ganz deutlich.

Das Personal, das die Teilnehmer für den Kirchengesang auswählt, hat vermutlich eine gute Kenntnis vom Leben des Demenzkranken und möglicherweise auch von seinem Musikgeschmack. Entscheidend ist es aber, dass die Beziehung der Teilnehmer zur Kirche und zur (klassischen) Musik eine positive ist.

Die Wiedererkennung, die bestenfalls von der Musik geschaffen wird, zeigt sich als eine Geborgenheit, die im Nu eine positive Stimmung schafft, von Offenheit und Nähe geprägt. Überhaupt sollen Geborgenheit und Wohlbefinden die musikalische Gemeinschaft durchdringen.

Die Rücksicht auf den einzelnen Demenzkranken

Während des Verlaufes ist es wichtig, dass man sich immer abwechselnd an den Einzelnen und an die Gruppe wendet. Es kann so gemacht werden, dass man ein Namenlied singt und dabei den Namen des Einzelnen nennt, und dass man den Einzelnen ein Rhythmusinstrument spielen lässt, wobei er das Gefühl hat, für eine Weile im Brennpunkt zu stehen. Außerdem kann man mit dem wichtigsten Wirkungsmittel – der eigenen Singstimme – sich an die Teilnehmer wenden und dabei mit Blickkontakt, Lächeln, Mimik und Berührung den Kontakt ergänzen.

Bei beginnender Demenz ist eine verhältnismäßig strenge Struktur nötig, was während des Kirchengesangverlaufes geachtet werden muss. Um das Gefühl des Einzelnen zu unterstützen, während unterschiedlicher Aktivitäten unterwegs dabei zu sein, soll man es versuchen, den Betreffenden sowohl in eine empfangende Rolle als in eine gebende Rolle einzubeziehen.

Drei sehr wichtige Parameter der Arbeit mit Kirchengesang für Demenzkranke sind Zeit, Ruhe und Konzentration. Die Pausen während des Verlaufes können – wie früher erwähnt – dafür gut geeignet sein, die Stimmungen zu registrieren, die da entstehen, und denjenigen Teilnehmern Aufmerksamkeit zu schenken, die sich leise äußern. Diese Aufmerksamkeit kann dazu beitragen, dass der Einzelne sich gehört und verstanden fühlt, - mit dem Ergebnis, dass das Beisammensein als sinnvoll verstanden wird und eine gegenseitige Freude vermittelt.

- **Beispiel eines liturgischen Verlaufes**

Mit den Elementen: Musik, Glockenschläge, Kirchenlieder, Glaubensbekenntnis, Lesung und Gebet wird eine gewisse Ähnlichkeit mit dem Ritual des Hauptgottesdienstes erstrebt. Dabei geht es darum, bei der Wiederholung eine Ruhe zu erzielen, und durch die unterschiedlichen Elemente des Gottesdienstes eine Wiedererkennung zu schaffen.

Es ist wichtig, anfangs die kirchliche Jahreszeit vorzustellen, in der man sich gerade befindet.

Ostern

- **Präludium** (die Teilnehmer werden in die Kirche begleitet und im Kreis gesetzt)
 - Abgespielte Musik: Der Frühling (Vivaldi: Die vier Jahreszeiten), Allegro, RV 269 (A. Vivaldi)
- **Willkommen** (eventuell mit einem Ei aus Holz oder Stein, das im Kreis herumgereicht wird – es wird als Symbol verwendet, weil es tot aussieht, aber in sich Leben verbirgt) – und Vorstellung der kirchlichen Jahreszeit
 - Jeder Sonntagsgottesdienst ist eine Ostern-Feier, wo das Wort Gottes aus Tod das Leben erschafft. Der Übergang von der stillen Woche zum Ostern umfasst den Tod Jesu am Kreuz und die Auferstehung – aus dem Tod zum Leben, aus dem Dunkel zum Licht. Am Frühlingsanfang weichen Kälte und Tod des Winters vor der Wärme der Sonne und dem sprießendem Leben
- **Glockenschläge** (3 mal 3 Schläge auf Fingerbecken oder Glockenspiel)
- **Namenlied** (*Ingen er så tryg i fare / „Keiner ist in Gefahr so verborgen“*) mit Glockenspiel
 - Der Name jedes Teilnehmers wird zweimal im Ur-Intervall gesungen (die kleine fallende Terz), und die erste Strophe des Liedes *Ingen er så tryg i fare / „Keiner ist in Gefahr so verborgen“* / wird nachher gesungen
- **Den mørke nat forgangen er / *Vergangen ist die dunkle Nacht /** (DDS 736, alle Strophen) mit Seil
 - 1. Zeile – Seil zur Mitte führen und zurück, zweimal (im Puls des punktierten Viertels) – *Fangt in jeder Strophe mit der ersten Silbe des zweiten Wortes an*
 - 2. Zeile – „Hinterbacken-Polka“ (jede Hinterbacke zweimal schaukeln)
 - 3. Zeile – Seil auf die Mitte zu und zurück, zweimal
 - 4. Zeile – „Hinterbacken-Polka“
 - 5. Zeile – Seil auf die Mitte zu und zurück, zweimal
 - 6. Zeile – „Hinterbacken-Polka“

Das Glaubensbekenntnis wird gemeinsam gesprochen, und nachher wird gesungen: *Lad verden ej med al sin magt / *Lass, Herr, die Welt zu keiner Stund /* (DDS 123, Strophe 7)

- **Krist stod op af døde / *Christ ist auferstanden /** (DDS 218, alle Strophen)
 - Das Lied wird mit Zeichen begleitet (*Ein Kirchenlied sehen*)

- **Lesung** (Markus 16,1-8) mit Salbe
 - Vor der Lesung wird von den Frauen berichtet, die mit wohlriechenden Ölen zum Grab gekommen sind, um den toten Körper Christi zu salben. Danach wird auf den Handrücken der Teilnehmer ein wenig Salbe gestrichen, und sie können während der Lesung den Duft spüren
- ***Nu ringer alle klokker mod sky / *Nun klingen alle Glocken so hell***
- (DDS 408, erste Strophe) mit Schellenstab
 - Alle singen die erste Strophe, während die musikalische Ressource-Person den Schellenstab spielt (im Achtelpuls)
 - Alle singen die erste Strophe, während die Teilnehmer Schellenstab spielen. Die musikalische Ressource-Person kann dabei eventuell mit einzelnen Teilnehmern zusammen spielen
- **Musik mit Seifenblasen**
 - Vorschlag: Klavier /abgespielte Musik: 1. Satz der Sonate A-Dur, K 331 (Mozart)
- ***Påskeblomst, hvad vil du her / *Sag mir doch, was willst du hier /***
(DDS 236, erste Strophe) mit Oster-Lilie (Gelbe Narzisse)
 - Bevor das Kirchenlied gesungen wird, wird die Oster-Lilie im Kreis herumgereicht. Lasst gerne die Teilnehmer den Duft der Oster-Lilie spüren
- **Das Vaterunser** wird gemeinsam gesprochen
- ***Altid frejdig, når du går / *Sei getrost, wo du auch gehst /***
(DDS 784, alle Strophen) alle halten sich die Hände (eventuell mit Armschwingen hin und her, im Viertelpuls)
- Segen (eventuell)
- **Postludium**
 - Vorschlag: Klavier /abgespielte Musik: Präludium C-Dur, BWV 846 (J. S. Bach)
- **Lebewohl**
- **Das Postludium** wird wiederholt, während die Teilnehmer aus der Kirche begleitet werden

==//==

*NOTE: De 6 sidstnævnte salmetitler på tysk (med *) er hentet i den dansk-tyske salmebog:
Salmer på dansk og tysk – Deutsch-Dänisches Kirchengesangbuch (Det Kgl. Vajsenhus' Forlag)