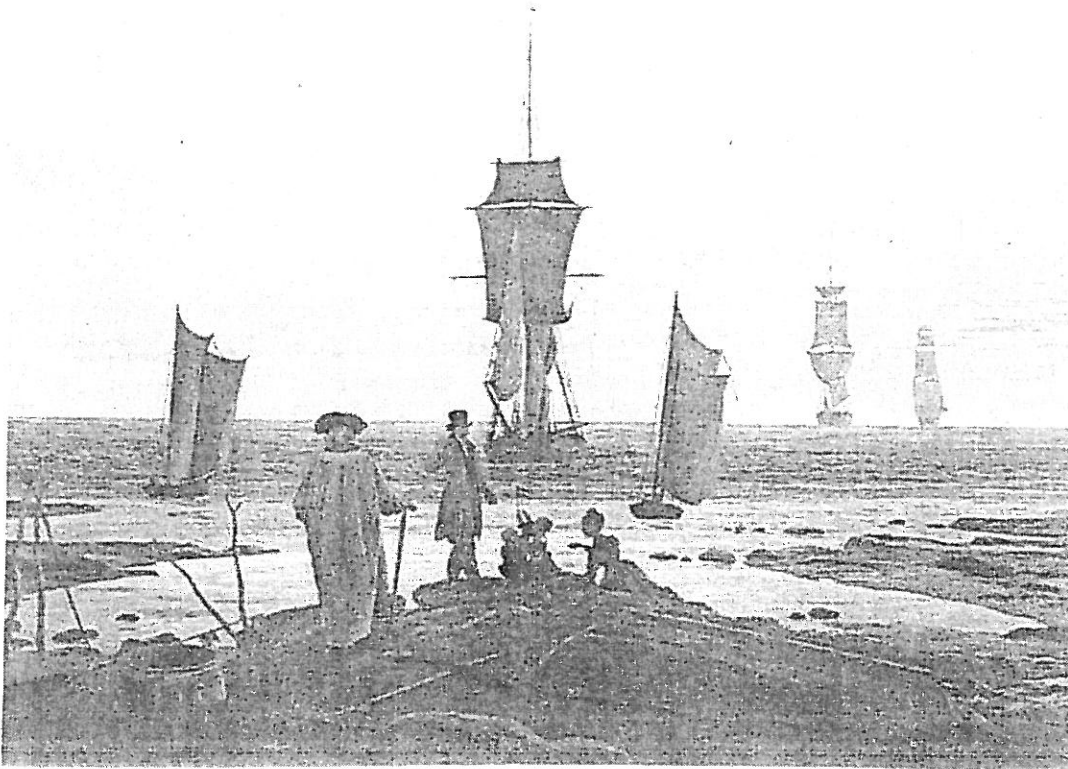




„... wo man singt, da lass dich unruhig nieder ...“

Referent: Thomas Holland-Moritz

AG 18, Freitag, 15. Mai 2009



Es ist am Morgen vierfüßig, am Mittag zweifüßig, am Abend dreifüßig. Von allen Geschöpfen wechselt es allein in der Zahl seiner Füße; aber eben, wenn es die meisten Füße bewegt, sind Kraft und Schnelligkeit bei ihm am geringsten.

Statements

„[...] die ersten vierzig Jahre unseres Lebens liefern den Text, die folgenden dreißig den Kommentar dazu, der uns den wahren Sinn und Zusammenhang des Textes, nebst der Moral und allen Feinheiten desselben, erst recht verstehen lehrt.“
(Schopenhauer, Parerga)

„Und keine Zeit und keine Macht zerstückelt
geprägte Form, die lebend sich entwickelt.“
(Goethe)

„Woher kommen wir? Wohin gehen wir? Und warum? Nachdenken über den Sinn des Lebens ist mit 25 ein geistiger Luxus. Für eine Gesellschaft, deren Mehrheit über 50 Jahre alt ist [...] wird aus dem Luxusgut ein Grundnahrungsmittel.“
(Schirmacher, Das Methusalem-Komplott)

- Das Alter ist ein integraler Bestandteil des menschlichen Lebens, das zwar in Kontinuität zu den anderen Lebensphasen steht, in dem jedoch bestimmte Grunderfahrungen besonders virulent und existentiell relevant werden.
- Hierzu zählen die Erfahrung der Endlichkeit und Vergänglichkeit des menschlichen Lebens, die Angst vor Einsamkeit, Krankheit und Tod, die Entfremdung vom eigenen Körper und die Frage nach dem Sinn des Lebens.
- Diese sollten als menschliche Grundbefindlichkeiten in einer Altersphilosophie akzeptiert und respektiert und nicht durch philosophische Sonntagsreden geleugnet oder beschönt werden.
- Eine Altersphilosophie sollte Wege und Möglichkeiten aufzeigen, wie diese negativen Grunderfahrungen im Leben des alternden Menschen sinnvoll integriert werden können.

Stimme im Alter

Jeder Mensch durchläuft einen **biologischen Alterungsprozess**, der durch einen Verlust an Funktionalität der Gewebe und Organsysteme gekennzeichnet ist. Der Zeitpunkt und das Ausmaß dieser Veränderungen sind interindividuell sehr verschieden, so dass diesbezüglich das biologische Alter entscheidender ist als das kalendarische. Das alles trifft auch auf alle Teile unseres Stimmapparates und auf dessen auditive und zentrale Steuerung zu. So finden sich bei vielen älteren Menschen typische Symptome einer alternden Stimme, die deren Qualität und Leistungsfähigkeit reduzieren und unter dem Fachbegriff „Presbyphonie“ zusammengefasst werden. Die Presbyphonie, vergleichbar mit der Presbyakusis (Altersschwerhörigkeit), ist im eigentlichen Sinne keine Erkrankung, verursacht aber Einschränkungen der kommunikativen Funktionalität und damit oft auch der Lebensqualität. In besonderer Weise sind davon älter werdende Sänger betroffen, da die Beeinträchtigungen der Singstimme in der Regel stärker wahrgenommen werden als die der Sprechstimme. Eine zentrale Veränderung ist die nachlassende Elastizität der Gewebe durch den Verlust an elastischen Fasern, die durch bindegewebige Fasern ersetzt werden. Ein anderes generelles Problem im Alter ist die immer größer werdende Wahrscheinlichkeit, von allgemeinen Erkrankungen betroffen zu sein, die sich auch negativ auf die Stimme auswirken.

Im Bereich der Atmung macht sich der Elastizitätsverlust des Lungengewebes durch eine Verminderung der Beweglichkeit des Brustkorbes und damit der Lungenkapazität bemerkbar. Die so genannte „atmende Fläche“ der Lunge wird kleiner, was zu einer Kurzatmigkeit bei körperlichen Belastungen, aber eben auch beim Singen führen kann. Der Sänger bemerkt dies durch ein häufiger erforderliches Nachatmen bei langen Phrasen und Schwierigkeiten, die Stützfunktion der dosierten Ausatmung in gewohnter Weise auszuführen. Bei älteren Frauen stellt die Osteoporose, eine relativ häufige hormonell bedingte Erkrankung mit einer typischen Verkrümmung des Rückens, eine andere Ursache der eingeschränkten Thoraxbeweglichkeit dar.

Der Kehlkopf, dessen Gerüst aus Knorpel besteht, erfährt insbesondere beim Mann eine zunehmende Verkalkung und später Verknöcherung, die die Flexibilität einschränkt. Bei beiden Geschlechtern kommt es außerdem zur Rückbildung (Atrophie) von Muskelgewebe und Schleimhaut, dadurch zu einem Masseverlust der Stimmlippen. In Kombination mit der geringeren Elastizität resultiert daraus häufig ein unvollständiger Stimmlippenschluss (Abb. 1 und 2). Bei der Phonation - beim Singen und beim Sprechen - entweicht Ausatemluft, die nicht in Tonenergie umgewandelt wird und die Stimme behaucht und heiser klingen lässt und ihre Steigerungsfähigkeit (Schwelltonvermögen, Singen im Forte oder Fortissimo) einschränkt. Der Sänger bemerkt häufig ein größeres Anstrengungsgefühl beim Singen und eine schnellere Ermüdbarkeit der Stimme. Ein weiteres Problem stellt die zunehmende Austrocknung der Schleimhaut dar, die beim Singen als störend empfunden wird.

Dr. Michael Fuchs

Singen



im

Alter

Psychische Wirkungen:

Stimmung

Hemmung

Selbstwertgefühl

Erinnerungswert

Praktische Lebenshilfe

Soziale Wirkung:

Kommunikation

Überwindung von Berührungängsten

Körperliche Wirkung:

Bewegung

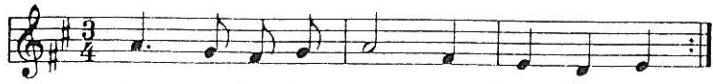
Konzentrations- und Koordinationsübung

Atmung und Stimme

Ablenken von Schmerz

Sprachstörungen

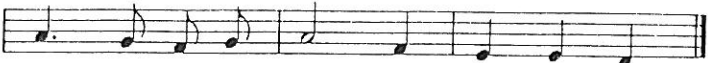
SONNE, LIEBE SONNE, KOMM HEREIN



1. } Son - ne, lie - be Son - ne, komm her - ein! }
 } Sollst mein er - ster Gast am Mor - gen sein. }



In dei - nen hel - len Schein will ich mich schlie - ßen ein -



Son - ne, lie - be Son - ne, komm her - ein!

2. Wandre weiter, niemand hält dich auf!
 Um die ganze Erde führt dein Lauf,
 Du kannst, nur du allein, weit fort und bei mir sein -
 Sonne, liebe Sonne, komm herein!
3. Sonne, wende zu uns dein Gesicht,
 laß uns fröhlich sein in deinem Licht!
 In deinen hellen Schein schließe uns alle ein -
 Sonne, liebe Sonne, komm herein!

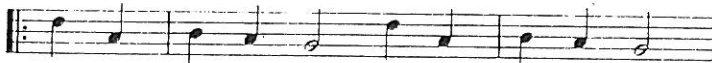
AUS DEM MORGENTOR



1. Aus dem Mor - gen - tor tritt der Tag her - vor -



al - les Dun - kel läßt er schwin - den,



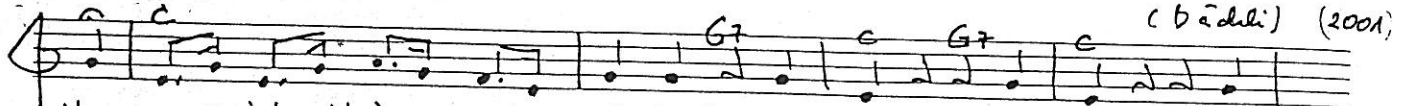
weckt mit sei - nem Licht uns - re Zu - ver - sicht,



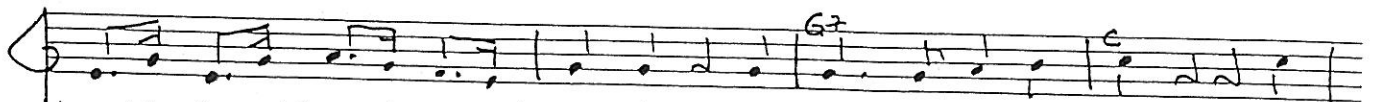
daß wir un - ver - zagt ins Le - ben fin - den.

2. Hell von seiner Spur wird nun alle Flur,
 leuchten läßt der Tag die Erde.
 Laßt uns danken ihm, der voll Glanz erschien,
 daß es heller auch im Herzen werde!
3. Was der neue Tag uns auch bringen mag,
 auf zur Sonne laßt uns schauen!
 Sie steht überm Haus, sie bleibt niemals aus -
 auf die Sonne können wir vertrauen.

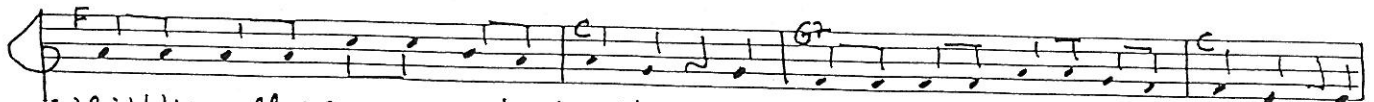
Sehr langsames Schneckenlied.



Warum soll ich mich immerzu be - ei - len? Warum? Warum? Ich



komm' ja gleich, ich raste nur bis - wei - len, denn hetzen find' ich dumm! Wer



schleicht, kann alles ganz genau be - trachten, auf jedes Kraut und jede Beere achten; vor -



bei zu rennen hat doch keinen Sinn: Wie gut, dass ich ja eine Schnecke bin!

Nur einen Zweig vom Myrtenbaum

AUS GRIECHENLAND (PELEPONNES)
 TEXTÜBERTRAGUNG: KURT BRUGGEMANN
 VOLKS- UND KINDERLIEDER AUS EUROPA, FIDULA VERLAG

1. Nur ei - nen Zweig vom Myr - ten - baum, nur ei - nen

Zweig vom Myr - ten - baum, nur ei - nen sollt ihr bre - chen vom

Baum, nur ei - nen sollt ihr bre - chen vom Baum.

2. Nur einen Zweig zum Reigentanz,
nur einen sollt ihr tragen zum Tanz.
3. Nur eine Frucht vom Granatbaum,
nur eine sollt ihr brechen vom Baum.
4. Nur eine Frucht zum Frühlingsfest,
nur eine sollt ihr essen zum Fest

Warum zögerst du noch

AUS FINNLAND

Atemfuim. Du, Menſch, mit deinem Hingernicht, du prüfſt das nicht.
 mag? Im Erreich fühlts den Höllenum, in Lüften Gottes
 Warum am lichten Sommertag das Zittergras wohl zittern
 WILHELM KELLER

1. Wa - rum zö - gerst du noch und bleibst stehn in der Nacht? Horch im
 Wald, hin - term Dorf ist der Som - mer er - wacht! Tritt doch
 nä - her, mein Freund, und reich mir dei - ne Hand, komm her -
 ein in den fröh - li - chen Bir - ken - ring.
 Sieh, das Glück wird ver - gehn, denn die Zeit bleibt nicht stehn, mit den
 Win - den wird der Som - mer ver - gehn. Drum drück
 fest an dein Herz, was die Freu - de dir gibt, komm her -
 ein in den fröh - li - chen Bir - ken - ring!

2. Was die Kantele sagt, darfst du glauben, mein Freund,
heut wird wahr, was du einsam im Winter geträumt.
Wenn die Liebe dir winkt, wend' nicht ab deinen Blick,
komm herein in den fröhlichen Birkenring! Sieh das Glück...

Geh nicht allein ins Moor

MELODIE: WOLFGANG KOPERSKI, © KLETT VERLAG, STUTTGART
 TEXT: HERMANN KREKELER, © VELBER VERLAG, SEELZE

1. Geh nicht al - lein ins Moor, da sit - zen sie - ben He - xen und

beim 3. Mal al ⊕
 flüs - tern dir ins Ohr:

⊕
 Geh nicht al - lein ins Moor.

mehrmals wiederholen und
langsam verklingen lassen.

Sommers helle Nacht

Finnland



Som-mers hel-le Nacht raubt mir den Schlum-mer, geh ins Tal, zu ver-ges-sen mei-nen Kummer.



Wo die Wald-vög-lein sin-gen, wo die Was-ser brau-send klin-gen soll die hel-le Nacht dem Her-zen Frie-den -



Textübertragung:
Elisabeth Kurkiala

brin - gen.

Die Glocken von Haarlem



Die Glo-cken von Haar-lem, die hört man weit-hin gehn: das Klinge-lin-ge-ling, das



Klinge-lin-ge-ling, das Klinge-lin-ge-ling so schön! Und mit dem fest-lich hel-len Lied klingt ei-ne tie-fe



Stim-me mit: Bim - bam, bim - bam, Bim - bam - bam. Weit ü - ber die



Fel - der klingt dann das E-cho aus, lang - sam, lang - sam, lang - sam aus.

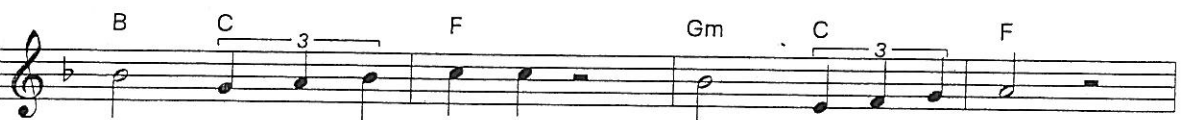


La - le - lu, nur der Mann im Mond schaut zu, wenn die klei-nen
La - le - lu, vor dem Bett-chen steh'n zwei Schuh' und die sind ge-

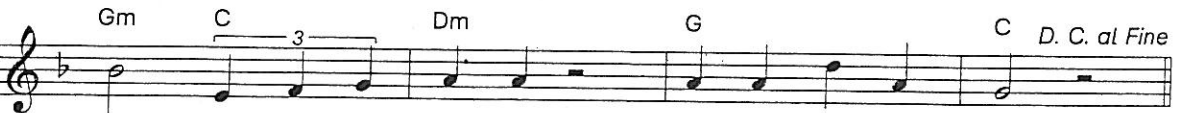
Lalelu



Ba - bys schla-fen, drum schlaf auch du. geh'n jetzt zur Ruh!
nau - so mü - de,



Dann kommt auch der Sand-mann, leis' tritt er ins Haus,



sucht aus sei-nen Träu-men dir den schöns-ten aus.

Mein sind die Jahre nicht

(Andreas Gryphius)

Fritz Werner

1.

Mein sind die Jah - re nicht, die mir die Zeit ge - nom - men.

2.

Mein sind die Jah - re nicht, die et - wa mö - gen kom - men. Der

3.

Au - - gen - blick - ist - mein und nehm' - ich - den in acht,

4.

so ist der mein, der Jahr und E - wig - keit ge - macht!

Singen und Musizieren

Baltes, P. B. u. Baltes, M. M.

Optimierung durch Selektion und Kompensation. Ein psychologisches Modell erfolgreichen Alterns. Zeitschrift für Pädagogik, 35, 1989, S. 85-105

BAUMGARTNER, GERDA (2003). Note für Note. In: Altenpflege

Inhalt: Anhand der Themengebiete „Lieder sind Schlüssel“, „Lieder sind Spiegel“ und „Lieder sind Hilfe“

zeigt die Autorin, dass der Einsatz von Musiktherapeuten in der Pflege von Demenzkranken eine wichtige

Stellung einnimmt. Dabei gibt sie konkrete Ratschläge für die Arbeit mit Lieblingsliedern von Heimbewohnern. Weiterführende Literaturtipps.

BIRKEBAEK, Merete & LINDEN, Ulrike (2006). Therapeutisches Singen und Musizieren mit Senioren. Lilienthal: Eres

BLANKENBURG, ALBRECHT VON (2005). Freude am Singen. Ein Liederbuch für Senioren (3., überarb. und erw. Aufl.). Idstein: Schulz-Kirchner

BOSSINGER, W. (2006). Die heilende Kraft des Singens: von den Ursprüngen bis zu modernen Erkenntnissen über die soziale und gesundheitsfördernde Wirkung von Gesang. (2., überarb. und erw. Aufl.). Battweiler: Traumzeit-Verlag

BREITINGER, R. (2001). Leitlinien zum Singen und Musizieren mit dementiell erkrankten Altenpflegeheimbewohnern. Internet: <http://www.pflegethemen.de/musik/altenpflege2.html>

CLAIR, ALICIA ANN (2003). Singen in der Lebensqualität alter Menschen. In: D. Aldridge (Hrsg.), Musiktherapie in der Behandlung von Demenz (S. 57-73). Norderstedt: Books on Demand

GROENHAGEN, EDDA & KRÜGER, HILDEGARD (2007). Die zweite Luft. Eine für Sänger entwickelte Atemtechnik wird mit Erfolg in der Pflege eingesetzt. In: Altenpflege, 32 (2), S. 34
Inhalt: Atemtherapie nach Middendorf – ein Konzept für Demenzkranke? Neben Indikationen und Wirkungen werden konkrete Hinweise zu Anleitung und Übungen gegeben. Weiterführende Informationen (Einrichtungen, Literatur).

GROSSE, THOMAS (2008). Interaktives Musizieren in Krankenhäusern und Pflegeeinrichtungen. In: H. Gembris (Hrsg.), Musik im Alter. Soziokulturelle Rahmenbedingungen und individuelle Möglichkeiten (S.

265-280). Frankfurt/M.: Peter Lang

Inhalt: Handlungsfeld und Aufgaben des Interaktionsmusikers werden aufgezeigt und erläutert. Auch werden dadurch bewirkte Veränderungen in Pflegeeinrichtungen dargestellt. Der Autor grenzt den Begriff

des Interaktiven Musizierens gegenüber Konzertmusik, aber auch Musiktherapie ab. Auch nennt er die für den Interaktionsmusiker notwendigen Kompetenzen. Ein Kapitel ist der Ausbildung zum Interaktionsmusiker in Hannover gewidmet.

GROSSE, THOMAS & VOGELS, RAIMUND (Hrsg.) (2007). Interaktives Musizieren: Beiträge zu einem deutschen Modellprojekt an Krankenhäusern und Pflegeeinrichtungen (inkl. DVD). Hannover: Blumhardt

Inhalt: Die in Kooperation mit der Musikhochschule Hannover initiierte Weiterbildung zum Interaktionsmusiker an der Evangelischen Fachhochschule Hannover wird in diesem Buch vorgestellt und

evaluiert. Handlungsfelder und Aufgaben des Interaktionsmusikers werden aufgezeigt und die Wirkungen

des Musikeinsatzes in den Einrichtungen evaluiert. Die Autoren grenzen den Begriff des Interaktiven Musizierens gegenüber Konzertmusik und Musiktherapie ab und definieren die für den

Interaktionsmusiker notwendigen Kompetenzen. Auf der DVD werden Beispiele aus der praktischen Arbeit und Interviews mit Musikern und Pflegepersonal vorgestellt.

GRÜMME, RUTH (1998). Sing ein Lied, wenn du mal traurig bist. In: Altenpflege, 23 (8), S. 24-41

Inhalt: Liedersingen zum Gedächtnistraining, zur Erinnerungsaktivierung und zum Spaß: Die Autorin liefert Begründungen für das Liedersingen mit Demenzkranken und gibt konkrete Tipps für Aktivitäten. Weiterführende Informationen.

HAARHAUS, FRIEDRICH (2007). Liederbuch für die Seniorenarbeit. München/Jena: Urban & Fischer
Inhalt: Liederbuch mit Gestaltungsvorschlägen, Einbettung der Lieder in passende Begleittexte, Akkordsymbole.

HABERMACHER, S. (2003). Seniorenorchester – die späte Lust am Musizieren. Gemeinsames Musizieren im Alter steigert Wohlbefinden und Lebensfreude. Internet:
www.seniorenorchester.ch/wir/musikzeitung.htm

HÄUßLER, H. (1999). „Zwölf alte Frauen singen Brecht ...“ – Bericht über eine Singegruppe in einem Alten- und Pflegeheim. In: H. Bechtler (Hrsg.), Gruppenarbeit mit älteren Menschen (3., veränd. Aufl.) (S. 91–103). Freiburg: Lambertus

HARMS, HEIDRUN & DREISCHULTE, GABY (2007). Musik erleben und gestalten mit alten Menschen.

2. Aufl. München: Urban & Fischer
Anmerk.: Taschenbuch und CD

Inhalt: Das Buch ist in vier Teile gegliedert. In einem ersten Teil (A) geht es schwerpunktmäßig um das

Singen in seiner Bedeutung für alte Menschen (I). Neben einer Auswahl an Liedern (II) werden grundsätzliche Kenntnisse der Anleitung des Singens mit Menschen im Alter behandelt (III). Hierbei wird

eine Einführung auch in die Ausgestaltungsmöglichkeiten unterschiedlicher Liedformen gegeben (IV), die

dann in konkrete Praxisvorschläge münden. Der zweite Teil (B) widmet sich dem Musizieren.

Wiederum

wird auf die besondere Bedeutung des Musizierens für ältere Menschen aufmerksam gemacht (I).

Neben

einer Auswahl an Instrumenten und Hörbeispielen (II) geht es analog zum ersten Teil um Grundsätze der Anleitung, Möglichkeiten des Ausgestaltens und konkrete Praxisvorschläge des Musizierens (III-V).

In ähnlicher Weise wird schließlich die Bedeutung von Musik und Bewegung und die Umsetzung von Musik- und Bewegungsformen im pädagogisch-pflegerischen Handeln herausgearbeitet (C II-V). Nach einer eingehenden Bearbeitung des Themas Musikhören (D) werden konkrete Stundenbilder vorgestellt.

In diesem letzten Kapitel (E) geht es um die Planung und Vorbereitung von Gruppenstunden mit

Musik,

um praktische Vorschläge und deren Durchführung. Musikbeispiele auf der begleitenden CD und eine Literaturliste ermöglichen eine weitergehende Beschäftigung mit dem Thema.

HARTOGH, THEO & WICKEL, HANS HERMANN (2008). Musizieren im Alter. Arbeitsfelder und Methoden. Schott Music: Mainz

Inhalt: Die Diskussion über den demografischen Wandel und seine Folgen hat das Thema

„Musizieren im

Alter – Musikgeragogik – Musik mit alten Menschen“ in das öffentliche Interesse gerückt. Das Buch

bietet eine Bestandsaufnahme aktueller musikalischer und musikgeragogischer Aktivitäten für und mit Menschen im dritten und vierten Lebensalter. Es werden Methoden, Arbeitsfelder und Angebote

aufgezeigt – vom Instrumentalunterricht im „jungen Seniorenalter“ über die musikalische

Gruppenarbeit

im Altenheim bis hin zum Musizieren mit hochaltrigen und dementiell erkrankten Menschen.

Angesprochen sind Musiklehrer sowie Musikinteressierte aus den Bereichen Sozialpädagogik und Pflege.

LATZ, INGE (1998). Musik im Leben älterer Menschen: Singen und Musizieren, Spielanleitungen, Klangerlebnisse. 6. Aufl. (Lehr- und Arbeitsbucher Altenpflege). Bonn: Dummler
Inhalt: Die Autorin beginnt in diesem praxisorientierten Buch mit Betrachtungen über die persönliche Bedeutung von Musik. Es schließen sich Informationen über Aufbau und Eigenschaften des Liedes und seine Bedeutung im Leben älterer Menschen an. Dabei werden insbesondere seine Funktionen als Brücke in die Vergangenheit und als Kommunikationshilfe und Stimmungsaufhellung in den Blick genommen.

Als Hilfe zur Liedauswahl ist unter anderem eine Liste von Liedern enthalten. Auch werden Ratschläge für mehrstimmiges Singen und Tipps zum Abbau von Singhemmnungen gegeben. Das zweite Kapitel vermittelt elementare Musikkennntnisse. Des Weiteren werden Informationen über Musikinstrumente sowie den Selbstbau von Musikinstrumenten gegeben. Einfache Hinweise zur instrumentalen Liedbegleitung sind ebenfalls vorhanden. Ein weiteres Kapitel beschäftigt sich mit der Beziehung zwischen Musik, Bewegung, Körper und Rhythmus. Daneben enthält es Hinweise zur Musikauswahl und einen Abschnitt über Rhythmus und Taktarten. Rhythmen verschiedener Tänze werden vorgestellt und die Tänze kurz beschrieben. Auch gibt es einige Spielanleitungen für den Umgang mit einfachen Instrumenten. Im Kapitel „Musik und Heilen“ wird ein Einblick in musiktherapeutische Verfahren gegeben, ergänzt durch Übungsanleitungen zur Sensibilisierung der Körpersinne durch Musik und andere

42

Spielformen aktiver Gruppenmusiktherapie. Daneben gibt es eine kurze Erläuterung musiktherapeutischer Fachbegriffe. Das letzte Kapitel mit Überlegungen, Anregungen und Tipps zum Festfeiern wird durch Hinweise zum Aufbau und Betrieb einer elektroakustischen Übertragungsanlage ergänzt. Am Ende jedes Kapitels steht ein kurzer Rückblick mit Fragen zur Selbstkontrolle.

LEIDECKER, KLAUS (2001). Lieder und Klänge als Lebenserzählungen. Musiktherapie in der Altenarbeit. München: Strube
Inhalt: In dem Buch werden Erfahrungen aus einem Musiktherapieprojekt im Altenheim im Rahmen der Hochschularbeit mit Studierenden aufgezeigt. Neben Merkmalen von Musiktherapie im Altenheim sind Hinweise zur Rolle des Singens und zur Wahl der Lieder enthalten. Außerdem werden Empfehlungen zu Instrumenten, Erlebnisse aus Gruppenstunden und einige methodischer Zugänge wiedergegeben. Protokollbogen von Studenten, Fotos und Gedichte von Klienten vervollständigen die Ausführungen.

LOHSE-BLOHM, Ursula (1990). Brücke zur Kindheit und Jugend. Lied und Stimme in der Geriatrie. In: Musiktherapeutische Umschau, Bd. 11 (2), S. 141-143

LOSKE, ALEXANDRA (2000). Förderung von sozialen Kompetenzen durch Musikpraxis bei alten Menschen. Göttingen: Cuvillier
Inhalt: Nach einem Kapitel über verschiedene Aspekte des Alterns folgt eines über die therapeutischen Wirkungen von Musik. Ein Kapitel über musikalische Bildung im Alter enthält unter anderem Überlegungen zu Zielen und Methoden offener Altenarbeit. Die Rolle der Musik als nicht verbales Kommunikationsmittel wird ausgiebig erörtert. In einem Kapitel über musikalische Arbeit in der institutionellen Altenhilfe werden verschiedene Musiktherapieformen beschrieben. Auf Demenz und Altersdepression, den Pflege- und Krankenbereich sowie Musiktherapie bei Sterbenden wird gesondert eingegangen. Ein Kapitel über Singen im Altersheim enthält unter anderem Hinweise zur Wahl des Liedgutes und zur Methodik. Methodische Hilfen werden jeweils auch in weiteren Kapiteln über Musizieren mit Orff-Instrumenten, Musik und Bewegung, den rezeptiven Umgang mit Musik und polyästhetische Ansätze gegeben. Am Ende folgen Ergebnisse aus Interviews und Fragebogenaktionen, die die Erfahrungen von Senioren in Musikaktivierungskursen und musiktherapeutischer Altenarbeit wiedergeben.

Miedaner, Lore

Alt und Jung entdeckt sich neu. Integrative Pädagogik mit Kindern und Senioren
Freiburg 2001

MUSIKTHERAPIE MIT ALTEN MENSCHEN (1993). Erinnerung wecken an eine glückliche Spanne Zeit.

Therapeutische Intervention. Reihe: Altenpflege: Aus- und Fortbildung durch Video.

Hannover: Vincentz

Autor nicht benannt. VHS Video; 1 Videokassette (31 Min.) + Begleitheft: 12 Seiten.

Inhalt: "Das Video richtet sich an Altenpfleger/innen in der Aus- und Fortbildung, Ergotherapeuten, Heimleiter/innen sowie alle die in ihrer Tätigkeit bzw. Institution die Möglichkeit haben, Musik als therapeutisches Medium einzusetzen". Erinnerungen wecken durch Lieder, Melodien und Rhythmen.

So

lautet ein wesentliches Ziel der Musiktherapie bei alten Menschen. Der Film zeigt praktizierte Musiktherapie in einem Altenpflegeheim, einem geriatrischen Krankenhaus und einer Gerontopsychiatrie.

Erfahrene Musiktherapeuten zeigen ihren Ansatz und demonstrieren, wie mit Geduld, Energie und Einfühlungsvermögen auch schwer dementiell erkrankte alte Menschen eine "glückliche Spanne Zeit" erleben können. Denn Musik ruft oft Bilder aus der Vergangenheit hervor: Erinnerungen, die Besinnung

und aus therapeutischer Sicht "Struktur" entstehen lassen können. Das Video stellt einen musiktherapeutischen Ansatz mit Orffschem Instrumentarium und strukturiertem Verlauf der Stunde vor und zeigt dann, wie mit einem offenen Verlauf und dem Instrument "Stimme" genauso erfolgreich gearbeitet werden kann. Der Film macht auch jenen Mut zur Musik, die nicht über die Erfahrung und das Wissen ausgebildeter Therapeuten verfügen. Eine Begleitbroschüre liefert ergänzende und kommentierende Informationen zum Film und seinem Thema."

Kommentar aus: http://fachbuch.pflegezentrum.com/kunde_video_detail.php?id=8

MUTHESIUS, DOROTHEA (1999). Musik und Biografie – Lieder und Singen im Lebenslauf. Berlin: Deutsche Gesellschaft für Musiktherapie

RICHTER, BERNHARD (2008). Die Stimme im Alter. In: H. Gembris (Hrsg.), Musik im Alter. Soziokulturelle Rahmenbedingungen und individuelle Möglichkeiten (S. 131-138).

Frankfurt/M.: Peter Lang

Inhalt: Der Artikel enthält eine Beschreibung der stimmlichen Veränderungen im Alter und ihrer Ursachen (z. B. hormonelle Veränderungen). Verschiedene Verfahren zur Ermittlung und Behandlung von Stimmproblemen werden vorgestellt.

SCHEU, FRIEDHELM (1990). Das erste und letzte Instrument - zur Bedeutung der Stimme im Altenheim. In: Musiktherapeutische Umschau, Bd. 11 (2), S. 144-146

SCHMUTTE, MICHAEL (2001). Singen mit alten Menschen in Chorarbeit und Musiktherapie. In: R. Töpker & H. H. Wickel (Hrsg.), Musik bis ins hohe Alter: Fortführung, Neubeginn, Therapie (S. 20-35). (Materialien zur Musiktherapie, Bd. 8). Münster: LIT-Verlag

VENNEMANN, SUSANNE (2002). Singen macht Spaß. Tanzlieder. Mainz: Schott

VENNEMANN, SUSANNE (2001). Singen macht Spaß. Lieder aus meiner Heimat. Mainz: Schott

VENNEMANN, SUSANNE (2002). Singen macht Spaß. Tanzlieder. Mainz: Schott

VON DEM BERGE

(auch bekannt unter dem Titel „Wanderlied“)

Johann Wolfgang von Goethe (1749-1832)

$\text{♩} = 90$

1. Von dem Ber - ge zu den Hü - geln, nie - der - ab das Tal ent - lang. —
2. Blei - be nicht am Bo - den hef - ten, frisch gewagt und frisch hin - aus! —

Fm Ab Bb Fm

5

da er - klingt es wie von Flü - geln, da be - wegt sich's wie Ge - sang. —
Kopf und Arm mit hei - tern Kräf - ten, ü - ber - all sind sie zu Haus. —

Fm Ab Bb Csus4 C

9

Und dem un - be - ding - ten Trie - be fol - get Freu - de, fol - get Rat, —
Wo wir uns der Son - ne freu - en, sind wir je - de Sor - ge los; —

Bbm Eb7 Abmaj7 Dbmaj7 Gm7 C7 Fm7 Abmaj7

13

und dein Stre-ben, sei's in Lie-be, und dein Le-ben sei die Tat!—
dass wir uns in ihr zer-streu-en, da-rum ist die Welt so groß.—

B \flat m E \flat 7 A \flat maj7 D \flat maj7 Gm7(\flat 5) C7 Fm7

17

B \flat m7 D \flat maj7 G7/D G7 Cm7 F7 B \flat m7 E \flat 7 A \flat

Inhalt

Seite

Wer sich die Musik erkliest (Martin Luther)	1
Kartoffellied (Matthias Claudius)	2
Von dem Berge (Johann Wolfgang von Goethe)	4
Rätselbrücke (Friedrich Schiller)	6
Umkehr (Johann Ludwig Uhland)	8
Schläft ein Lied in allen Dingen (Joseph von Eichendorff)	10
Ich weiß nicht, was soll es bedeuten (Heinrich Heine)	12
Frühling lässt sein blaues Band (Eduard Mörike)	14
Ich liege beschaulich (Gottfried Keller)	18
Der Lattenzaun (Christian Morgenstern)	20
Humor (Wilhelm Busch)	22

Wieland Kleinbub

Morgenstern, Schiller & Co**11 jazzige Chorlieder für eine Stimme und Klavier**

der KINDERCHOR bei FIDULA 6