

# Mit Klang Brücken bauen zu Menschen mit Demenz

von Christina Koller

*Menschen mit Demenz leben in innerer Isolation. Klangschalen können hier Begegnungen von Mensch zu Mensch unterstützen, indem sie körperlich entspannen und die Betroffenen für eine Kommunikation ohne Worte öffnen.*



Christina Koller ist Sozialwissenschaftlerin und langjährige Mitarbeiterin am Peter-Hess- Institut.

Info und Kontakt:  
www.peter-hess-institut.de,  
www.fachverband-klang.de,  
www.verlag-peter-hess.de,  
Klanginitiative Berlin-Brandenburg:  
www.phiberlinbrandenburg.de

Fortbildung Demenz: Klangmassage I:  
Näheres auf www.peter-hess-institut.de

Demenz I – Lebensqualität mit allen Sinnen fördern – Brieselang bei Berlin am 30.5.-1.6.2014

Demenz II – wo Worte fehlen – Klang als Brücke – Brieselang bei Berlin am 24.-26.10.2014

weitere Termine und Infos auf www.peter-hess-institut.de

Klangschalen sind aus dem Wellness- und Entspannungsbereich bekannt, wo sie zum Beispiel in Form von Klangmassagen genutzt werden. Bei dieser Methode, wie sie Peter Hess 1984 entwickelt hat, werden Therapieklangschalen auf dem bekleideten Körper positioniert und sanft angeschlagen. Nicht nur körperliche Verspannungen können sich durch die sanften Klangschwingungen lösen, die harmonischen Klänge beruhigen auch den Geist – Regeneration auf allen Ebenen kann geschehen. Davon profitieren auch Menschen mit Demenz. Ihre Lebenssituation ist oft von Unsicherheit, Desorientierung und Ängsten geprägt. Wie wohltuend sind da Angebote jenseits von Worten, die eine Atmosphäre von Geborgenheit und Sicherheit schaffen. Die Betroffenen können sich entspannen und Ruhe finden. In diesem „spürbaren Kontakt“ ist es möglich, dass sich Ängste, Unsicherheiten und körperliche Verspannungen abbauen, was sich nicht nur auf die Lebensqualität und den Kontakt mit Mitmenschen, sondern auch auf die allgemeine Gesundheit positiv auswirkt.

## Lebensqualität steigern

Der wertschätzende Grundsatz der Akzeptanz innerhalb der Klangarbeit und die Einfachheit der Klänge ermöglichen einen direkten Zugang zu den Betroffenen, wobei das Hören und Spüren im Vordergrund stehen. Dabei muss es nicht immer eine Klangmassage sein, bereits kleine Klangübungen von nur wenigen Minuten können als Form der basalen Stimulation gezielt zur Anwendung kommen und die verschiedenen Sinne ansprechen. Die Aktivierung der Sinne schlägt eine Brücke in die Welt der De-

menzkranken und nicht selten tauchen aus dem Körpergedächtnis Erinnerungen auf. Klang kann so einen Zugang zu den Demenzkranken eröffnen, auch wenn Worte nicht mehr möglich sind.

Dabei zielen die Klangmethoden mit ihrem ressourcenorientierten Ansatz nicht auf Heilung, sondern ermöglichen Wahrnehmungserfahrungen, Körpererleben, Entspannung und Wohlbefinden



und letztlich eine Steigerung der Lebensqualität. Über dieses Erleben wird Selbstbestimmung (wieder) möglich, Ängste und Unbehagen weichen Gefühlen von Vertrauen, Sicherheit und Geborgenheit. Dies wird gerade auch von den Angehörigen als sehr entlastend empfunden. Eine Begegnung jenseits der Erkrankung kann stattfinden – von Mensch zu Mensch.

## Zugang zum Unerreichbaren

Wie das in der Praxis aussehen kann, zeigt Mathilde Tepper, Dipl. Sozialpädagogin, Musiktherapeutin und Mitentwicklerin der Fortbildung Peter-Hess-Klangexperte Demenz:

„Frau M., von einer fortgeschrittenen Demenzerkrankung betroffen, ist eine dieser körperlich zarten alten Damen,

die wenig auffallen und sich still verhalten. Sie sitzt meistens ganz in sich versunken in ihrem Sessel, spricht so gut wie gar nicht mehr und wenn, dann redet sie, nach Auffassung ihrer Umgebung, wirres Zeug. Wird sie angesprochen, wendet sie einem ihre großen braunen Augen zu, aber schaut eigentlich nicht wirklich an. Wenn ich mit den Klangschalen zu ihr komme, ist

das anders. Sie lächelt, sobald sie die Schalen sieht, und nimmt echten Blickkontakt auf. Sie genießt es sehr, wenn die Klangschale auf ihren Handflächen steht, von mir sanft angeklungen wird und der Klang und die Schwingung sich entfaltet. In vielen unserer Begegnungen sitzt Frau M. dann einfach nur da, lächelt versonnen, sagt „schön“, schließt die Augen und genießt ganz offensichtlich. An einem Tag war es dann anders. Da sagte sie mit einem Mal: „Davon wird das Herz warm. Das mag ich viel lieber als den Krach, der hier immer ist. Ich mochte es noch nie, wenn es so laut ist und die Menschen sich streiten.“ Wir führten ein Gespräch über das, was einem so alles gut tut. Frau M. ist ein Beispiel von vielen, bei denen mir der Einsatz der Klangschalen

und der Klangmassage einen Zugang zum 'Unerreichbaren' ermöglicht hat."

### Den Pflegealltag erleichtern

Die vielfältige Wirkung der Klänge setzt sich aber auch im Pflegealltag fort. Die Sozialmanagerin und Palliativexpertin Rosemarie Bleil berichtet: „Die Klangschalen lassen sich einfach und effektiv in den Pflegealltag integrieren. Die positiven Auswirkungen auf Schlafverhalten, Schmerzen und Medikamentengabe überzeugen auch Einrichtungsleitungen. Dazu kommt, dass oft auch ein Rückgang der Krankheitsquote beim Pflegepersonal verzeichnet werden kann.“ Die Mitentwicklerin der am Peter-Hess-

Institut angebotenen Fortbildung zum Peter-Hess-Klangexperten Demenz weiß aus ihrer langjährigen Erfahrung in der Pflege, dass auch die oft notwendige Lagerung im entspannten Zustand behutsamer und für alle Beteiligten angenehmer erfolgen kann und die Klänge zum Beispiel auch in der Sturzprävention effektiv genutzt werden können.

Ähnliche Erfahrungen konnte die Station für Gerontopsychiatrie des AWO Fachkrankenhauses für Psychiatrie, Psychotherapie, Psychosomatische Medizin und Neurologie in Jerichow machen. Auch hier ist die Arbeit mit den Klangschalen fester Bestandteil der täglichen Arbeit geworden. Positive Wirkung haben die Klang-

schalen gerade auch bei unruhigen Patienten auf der Station. „Ihre Aufmerksamkeit wird auf den Klang gelenkt“, kann Dr. Claudia Glöckner, Oberärztin der Station und in Peter-Hess-Klangmethoden ausgebildet, berichten. „So können sich die Patienten rasch wieder beruhigen.“ ☺

#### Literatur und DVDs:

Klangschalen für Gesundheit und innere Harmonie. Peter Hess, Südwestverlag 2004

Klangmethoden in der therapeutischen Praxis. Peter Hess/Christina M. Koller (Hrsg.), Verlag Peter Hess 2009

Peter Hess-Klangmassage zur Förderung der Gesundheit. Verlag Peter Hess 2013 (DVD)

5. Klang-Kongress 2011. Das Gesunde fördern – professionell mit Klang arbeiten! Auditorium Netzwerk 2011 (DVD)

Anzeige

## SELBSTDARSTELLUNG

### Schreibend die eigene Geschichte erforschen – angeleitete autobiographische Gruppe

Autobiographisches Schreiben bietet die Gelegenheit, uns zu vergewissern, wo wir im Leben gerade stehen und was uns auf unserem Lebensweg geprägt hat. Wir können Erinnerungen vertiefen, den roten Faden in der eigenen Geschichte entdecken und uns für die Zukunft inspirieren lassen.

Erinnerungsarbeit ist eine praktische Lebenskunst, bei der unsere Biographie Gestalt annimmt, uns berührt und uns staunen lässt.

Viele Menschen empfinden eine Scheu, wenn es ums Schreiben geht. Dies mag von mangelnder Schreibroutine herrühren, von der Befürchtung, keinen „schönen“ Stil zu schreiben oder der Vermutung, nicht sattelfest in der deutschen Grammatik zu sein. Diese Scheu soll unser Kurs überwinden helfen.

An zehn Abenden, die im 14-tägigen Rhythmus stattfinden, unterteilen wir das autobiographische Schreiben in überschaubare Aufgaben und widmen uns neun wichtigen Lebensthemen.

Dies sind zum Beispiel: „Wendepunkte meines Lebens“, „Meine Familie“, „Mein Körper und meine Gesundheit“. Die Themen schreiten von den weniger persönlichen zu persönlicheren fort. Das hängt auch mit der Entwicklung des Vertrauens in der Gruppe zusammen, worauf wir großen Wert legen. Zu jedem Thema entwickelt die Gruppe gemeinsam An-

regungen, außerdem erhalten die Teilnehmenden zu jedem Thema einstimmende Fragen.

Bis zum nächsten Treffen schreiben die KursteilnehmerInnen dann zum vorgegebenen Thema

zwei Seiten, möglichst ohne sich an literarische Vorbilder anzulehnen, sondern „wie ihnen der Schnabel gewachsen ist“.

Ihre Texte tragen dann alle in einer Kleingruppe von etwa 3 Personen vor, wobei es immer möglich ist, bestimmte Teile eines Texts für sich zu behalten. Hier ist Raum, um in einer vertrauensvollen Atmosphäre Erfahrungen auszutauschen und die Texte zu besprechen.

#### Gruppenleitung:

Barbara Koch-Mäckler und Heike Langbein

Beginn: März 2014

Zeit: vierzehntägig, Dienstag 18-20 Uhr

Ort: Praxis Hornstr. 2  
Kreuzberg (U-Bahnhof Mehringdamm)

Kosten: 25 € pro Termin

#### Weitere Informationen und Anmeldung:

Tel.: 030 - 855 11 51  
www.iptb.de



Neue Räume für neue Möglichkeiten in Berlin  
Eröffnung am 3.4.2014  
Infos im nächsten SEIN Heft oder unter  
[www.heilenergetiker.de](http://www.heilenergetiker.de)



SYSTEMS OF LIFE  
Kernkompetenz Mensch

