



Biografische Orientierung

Musik als Schlüssel zur Lebensgeschichte

Ziele

- Sensibilisierung für biografische **Orientierung**
- Beurteilung von Verhalten in der Gegenwart unter dem Aspekt von Vorerfahrungen
- Bedeutung von Musik bei früheren Lebensereignissen
- Nutzen zur Bewältigung des gegenwärtigen Alltags
- Einsatz von Musik, um etwas aus der Lebensgeschichte zu erfahren oder wieder verfügbar zu machen (Ressourcen und Kompetenzen)



Rückschau ...

- Wer nicht manchmal stehen bleibt und zurückschaut, weiß gar nicht, wie weit er schon gegangen ist.

- Robert Muthmann (österr. Journalist)



Aber

- man hat von hier aus eine andere **Perspektive** als damals
- Das frühere Ereignis liegt auf einer Strecke, die ich heute anders überschaue (ich sehe z.B., wohin mich der Weg, den ich damals für richtig oder falsch gehalten habe, wirklich gebracht hat ...)



System



Erinnerungen durch Musik im Hirnscan

- Erinnerungen waren umso lebendiger, je aktiver eine Region im präfrontalen Cortex auf den Bildern aufleuchtete. Janata nahm das Areal daraufhin genauer unter die Lupe und fand heraus: An diesem Ort befindet sich offenbar die Schnittstelle zwischen autobiografischem Gedächtnis, Musik und Emotionen.

- Petr Janata, Univ. of California

(Be)Rührung

- Das alte Liedgut, insbesondere „Kein schöner Land in dieser Zeit“ berührt die Teilnehmer/innen und Frau P., die mir gegenüber sitzt, weint fast die ganze Zeit. Dennoch singt sie mit zitternder Stimme weiter mit und sagt, dass ihr das Singen und Weinen gut täte. Viele Erinnerungen, Menschen und Situationen sind für sie mit diesem Lied verbunden und nun sehr lebendig. Sie erzählt von ihrem Zuhause ... von der Flucht und dass es immer traurig bleibt, seine Heimat zu verlieren.

- Morgenthaler 2010, S. 11 (MS)



Aktivierung durch Erinnerung



- „Beispielsweise führte der Gedankengang des Liedes „Suse, liebe Suse“ vom Schuster über den Hufschmied zur Lieblingsbeschäftigung einer alten, an den Rollstuhl gebundenen Dame, nämlich zum Reiten. Beim Erinnern an ihre Reitstunden begann sie innerhalb kurzer Zeit um Jahre jünger zu wirken. Ihre Haltung wurde aufrecht, ihre Stimme wurde lauter und klarer, und man spürte eine Zunahme ihrer Energie“
 - Menzel 2010, S. 11 RD

Keine Musik aushalten ...



- „Dann kam eine schreckliche Zeit in meinem Leben. Da konnte ich keine Musik ertragen. Kein Radio, keine Schallplatten, nichts. Es ging mir zu nah, ich habe Musik nicht aushalten können“.
 - Krefft-Behrsing 2010, S. 40 (RD)

Enttäuschung



- Musik kann helfen, seelische Kräfte zu mobilisieren und gute Gefühle wecken, aber sie kann natürlich auch verborgene Trauer an die Oberfläche holen und ... zu der bitteren Erkenntnis führen, dass es für die Erfüllung eines Lebensstraums zu spät sein kann.
 - Krefft-Behrsing 2010, S. 50 (RD)

Aktualität

- Medizinischer Dienst der Krankenkassen (MDK)
- „Ein Bewohner des Wohnstifts am Südpark in Münster singt gerne, hört Volks- und Kirchenmusik und schaut gerne Tierfilme an. Der Prüfer kritisiert, dass nirgendwo notiert ist, welches Lied von welchem Interpreten und zu welcher Tageszeit gerne gesungen wird“ (WN 5. 8. 2010, o.S.)



Perspektiven

- In der biografischen Orientierung findet eine Verknüpfung aller drei zeitlicher Perspektiven statt
 - **Vergangenheit** (Bewältigung; retrospektiv)
 - **Gegenwart** (Erleben)
 - **Zukunft** (Gestaltung; prospektiv)
- Lebensrückblick (live review) setzt auf Bewältigung, Erklärung und Integration von Erfahrungen



Beispiel für diese Spurensuche



- Ich war mit Frau La. zum Thema Regen gekommen und sie begann plötzlich einen Text zu rezitieren. „Die Erde braucht Regen, die Welt braucht das Licht ...“. Ich schrieb mir den Text sofort mit und mir fiel auf, dass der Ablauf nicht recht passte. Zu Hause recherchierte ich im Internet und fand heraus, dass dies der Text zu einem ostpreußischen Lied ist. Ich druckte mir die Noten dazu aus ... und spielte es Frau La. bei meinem nächsten Besuch vor. Damit löste ich bei ihr einen Schwall der Erinnerungen an ihre ostpreußische Heimat und die dort verbrachte Kindheit aus ... (Raue 2008, S. 22)

Biografische Orientierung als eine wichtige **Leitorientierung** neben

- Kompetenzorientierung
- Validation
- Ressourcenorientierung
- Dialogischer Orientierung
- Intergenerativer Orientierung
- Interkultureller Orientierung

Orien-
tierungen
greifen
weit-
gehend
inein-
ander



Beispiel: Kompetenz



- Nach dem Essen frage ich, wer sich ein Lied wünscht, und Frau G. sagt, dass wir gut einmal „Wenn alle Brunnlein fließen“ singen könnten. Zu meinem großen Erstaunen singt sie eine mir ... nicht bekannte 5. Strophe ... Ich frage, ob sie sie noch einmal singen kann. Sie fragt zurück: „Wie meinen Sie das? Ich, singen? Was denn?“ Ich antworte nichts, sondern singe die 4. Strophe noch einmal, sie fällt ein und singt die 5. Strophe gleich hinterher und ich schreibe sie schnell auf.

Paganetti 2008, S. 35



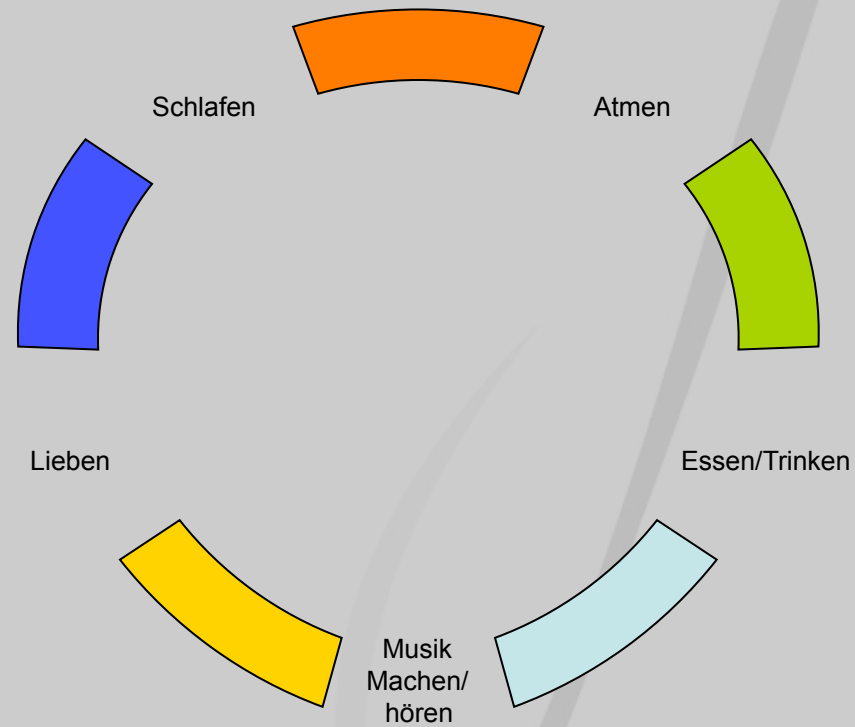
- Bedeutung von Musik in der Lebensgeschichte

Musik als Lebenslexier

Fachhochschule
Münster University of
Applied Sciences



Fachbereich Sozialwesen
Weiterbildung



Originalton dazu ...



- *O mein Gott! Also wenn ich keine Musik mehr hören könnte, also jetzt mal ehrlich, das wäre krass, ... das ist unvorstellbar* (Interview mit einer Jugendlichen; Radtke 2006, Anhang).
- *Seit ich bewusst denken kann, habe ich Musik als „Lebenshilfe“ empfunden. Ein Alltag ohne Musik ist für mich undenkbar* (aus dem Brief einer 68-jährigen).

Musik und ihre Bedeutung

Fachhochschule
Münster University of
Applied Sciences



Fachbereich Sozialwesen
Weiterbildung

- weltweit ungefähr 15000 Musikkulturen
- keine davon kommt ohne Musik aus!
- älteste Instrumente 40000 Jahre alt

Musik, Musik, Musik ...



- 10 % unserer Bevölkerung macht aktiv Musik
- rund 80 % benennen Musikhören als ihre liebste Freizeitbeschäftigung
- Fernsehkonsum 88,5 %
- Sport treiben vergleichsweise 38,6 %.
- Musikkonsum eines Erwachsenen durchschnittlich vier bis fünf Stunden am Tag

Mit Musik geht alles besser ...



- Evolutionäre Bedeutung der Entstehung von Musik (möglicherweise ein Aspekt)



- **Coping-Funktion**
 - Alltag verschönern
 - Alltag bewältigen
 - Alltag ertragen

Präferenzen/Verschiebungen



- heute über 65-Jährige bevorzugen noch ganz eindeutig Volksmusik, deutschen Schlager, Oldies und Evergreens
- Trend in den nächsten Jahrzehnten mit steigender Tendenz zur internationalen Pop- und Rockmusik.
- während z. B. 75,4 % der Jahrgänge 1917-1926 ganz eindeutig Volksmusik und 64,9 % den Schlager präferieren,
- sind es bei den Jahrgängen 1937-1949 „nur noch“ 57,4 %, die die Volksmusik bevorzugen, der deutsche Schlager behält allerdings seine Bedeutung mit 67,8 %.
- während noch rund 30 % der heute Hochaltrigen klassische Instrumentalmusik bevorzugen, geht das Interesse stetig zurück auf rund 12 % der „jungen“ Jahrgänge 1977-1986, die Volksmusik sogar auf 3,4 %.
- (vgl. Hamann 2008, 200ff.).

Sensibilisierung



- Wie viel Lebensgeschichte steckt in einem Musikstück?
 - Eigene Überlegungen, z. B.
 - Ein bestimmtes Musikstück erinnert mich an ...
 - Wenn ich es höre, passiert mit mir folgendes ... (verändert mich ..., löst etwas aus ...)
 - Wofür könnte ich es momentan einsetzen?
 - Wobei könnte es mir später einmal hilfreich sein?

[kurze schriftliche Stillarbeit]

Schlüsselerlebnis



- *Während eines Konzertes im Brühler Schloss hatte ich ein „Schlüsselerlebnis“ ... Zu Tränen gerührt, aber unsagbar glücklich habe ich diese Musik auf mich wirken lassen [Bachs berühmtes „Air“]. Meine unvergesslichen Empfindungen: Musik kann auch Offenbarung, Stärkung und Trost sein! In kritischen Lebensabschnitten und Verlusten – wie die unheilbare chronische Krankheit meiner Tochter oder das langsame Sterben meiner Mutter –, in denen man kaum Trost zu finden vermag, geben mir Musik und Dichtung die Kraft und Zuversicht, Krisensituationen zu überstehen.*

Memory emotions



- Musik wird nie kontextlos rezipiert!

Lebens-
linie

Ereignis (erlebt im Kontext von Musik
und bewertet)

Trigger

Erinnerung
muss nicht
real sein:
Konstruiert

Identität

Erinnerung mit „memory emotions“ (wieder-
erlebten Gefühlen; ggf. Neubewertung)

Schicksalsmusik?

- *Eine „Schicksalsmusik“ habe ich nicht, aber Dvoraks „Aus der neuen Welt“ hat mich in einer bestimmten Situation einmal sehr bewegt und bewegt mich noch immer, auch weil das Hörerlebnis eine automatische Rückkoppelung an jenes längst vergangene Erlebnis herstellt (aus dem Brief eines 68-jährigen).*



Das Gedächtnis lügt ...



- Das Gedächtnis ist primär kein Archiv des vergangenen Lebens, sondern ein willfähriges Instrument zur Bewältigung der Gegenwart. Es versucht, das Selbstbild zu stärken und den Zufälligkeiten der eigenen Lebensgeschichte im Rückblick Sinn und Form zu geben: Das ist der Grund, warum der Sommerurlaub mit jedem Erzählen schöner wird ...

- Weber, Chr. (2010). Das Gedächtnis lügt.
In: SZ Nr. 168, 24./25. Juli, S. 22

Aufgaben des Gedächtnisses



- primär kein Archiv des vergangenen Lebens
- Instrument zur Bewältigung der Gegenwart
- Stärkung des Selbstbildes
- dem bisherigen Leben Sinn und Form geben

Beispiel: Identität

- Durch das Erinnern geschieht auch eine gewisse **Bearbeitung des Materials** und wird daher beim nächsten Mal wieder modifiziert erinnert
- Wenn sich Erinnerungen verändern oder gar gelöscht werden, verändert sich damit die persönliche **Identität**
- Erinnern stabilisiert die Identität (=Wesenseinheit)

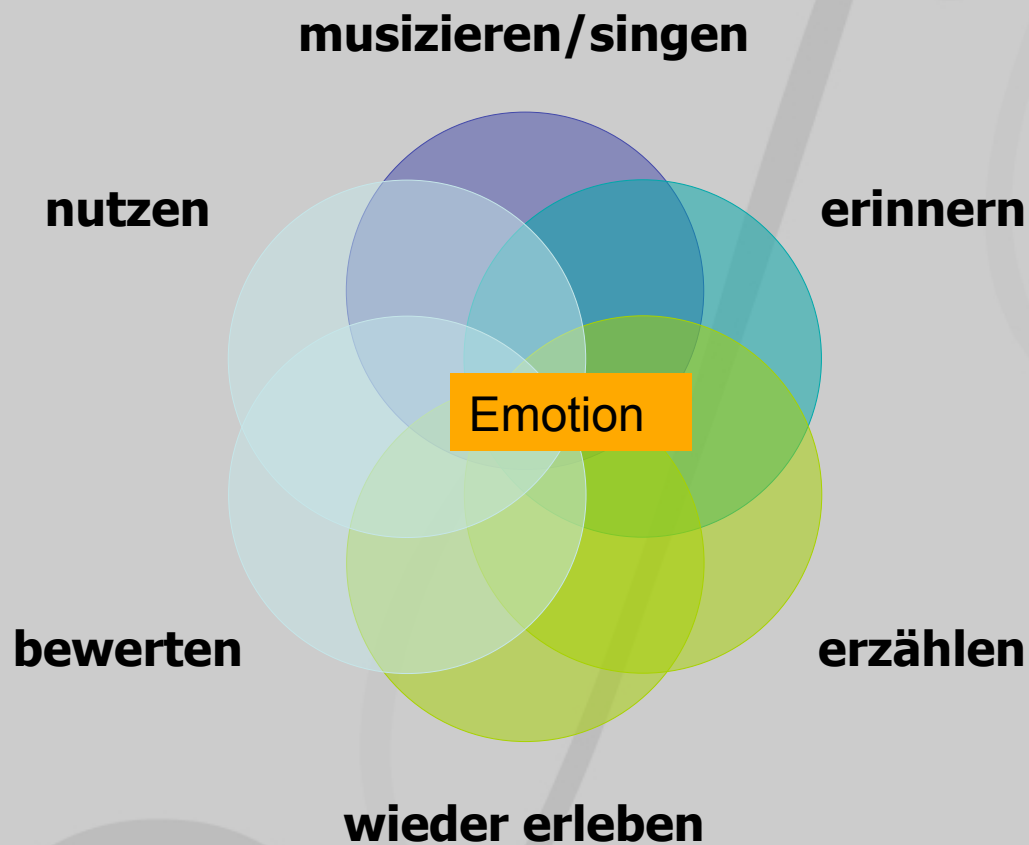


Übung



- Partnerarbeit:
 - Erfragen der musikalischen Biografie
 - Herausarbeiten von musikalischen Ansatzpunkten für den Fall, dass der Partner später z. B. in der Pflege ist, sich dementiell verändert ...

Musik als Medium

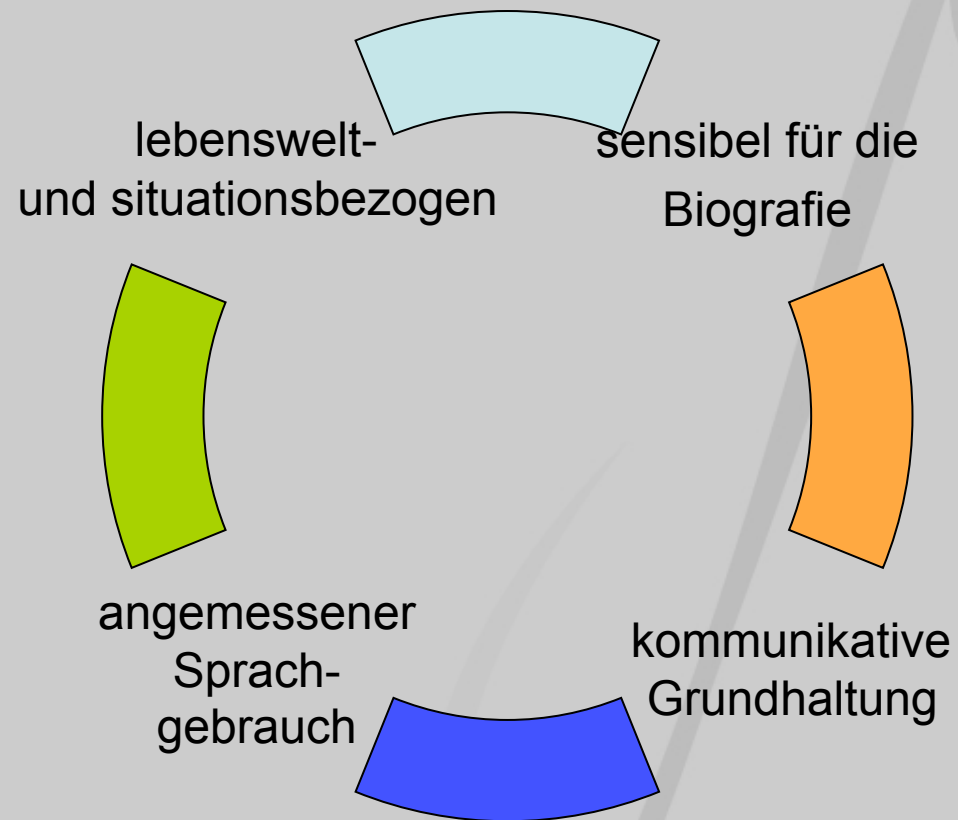


Prozess



- **Ereignis** → Kennenlernen der ersten Liebe beim Tanzen: gekoppelt mit einem Musikstück (z. B. Schlager)
- **Erleben** → starke, intensive Gefühle; tief abgespeichert
- **Erfahrung** → z. B. „immer, wenn ich diesen Schlager höre, geht es mir gut, es bewegt mich ...“
- **Erinnerung** → löst erneut die (guten) Gefühle aus
- **Erzählen** → „wenn ich davon erzähle, kommen die Gefühle wieder und die tun mir gut“; außerdem erinnere ich mich dabei noch an weitere Personen und Begebenheiten
- (Neue) **Bewertung** → es war eine schöne Zeit, damals war ich fit und gut aussehend, ich hab die “hübscheste Braut abbekommen”, ich hab Glück gehabt im Leben, ich konnte gut tanzen
- **Nutzen** → **psych.:** wenn ich so zurückschaue, kann ich eigentlich ganz zufrieden sein, ich hab die wichtigen Gelegenheiten beim Schopf ergriffen und vieles richtig gemacht, deshalb kann ich mich in Ruhe auf meinen Lebensabend einlassen → **phys.:** Ich könnte es mal wieder mit dem Tanzen probieren, um mich mehr zu bewegen

Biografieorientierte Kommunikation



Grundsätze:

- Erinnerungsarbeit muss freiwillig bleiben und darf nicht aufgenötigt werden
- Traumatisch besetzte Inhalte etc. sollten nicht ohne Not angerührt werden
- Vermischung von Fiktion und Wirklichkeit wird angenommen



Memory emotions



- *Als meine früh verstorbene Mutter 1961 im Sterben lag, wollte sie in den letzten drei Tagen eine Schubert-Messe hören. Unvergleichliche Stunden. Später konnte ich die Messe nicht mehr hören, weil sie heftige Emotionen auslöste. Hier ist sicher die Ursache in Verbindung mit dem Erlebnis des Todes (aus dem Brief einer 76-Jährigen).*

Zukunftsaspekt

- *Sie ... gestattet mir, auch im Alter noch Zukunftspläne zu schmieden ... Manchmal überlege ich mir, wie ich sterben möchte. Mit Bach, fällt mir dann jedes Mal ein. Schönere Musik kann es auch im Himmel nicht geben. „Schlafe, mein Liebster“ als letztes irdisches Hörerlebnis und nahtlose Fortsetzung drüben, das hätte doch was, oder? (aus dem Brief eines 68-jährigen).*



Hardware

- Auch „Gegenstände“, die mit Musik zu tun haben, können eine wichtige Bedeutung behalten (Platten, Grammophon, CDs, Instrumente), weil sie z. B. an (verlorene) Personen anknüpfen
- Beispiele
 - Schallplatte „Ave Maria“
 - Flöte auf der Flucht



Mögliche Probleme

- Abweichung vom musikalischen Geschmack des Erkrankten
- Negative Assoziationen, Reaktionen
- Atmosphäre nicht gut (äußere Rahmenbedingungen)
- Störungen von außen
- Schlechte Musikwiedergabe
- Hörprobleme
- Befindlichkeit nicht gut
- Hemmungen
- Desorientiertheit durch fremde Musik (z.B. auch EntspannungsCDs)
- Weitere unvorhergesehene Überraschungen



PTBS (Posttraumatische Belastungsstörungen)



- Ca. 2,3 % aller Deutschen (1,8 Mill.) leiden unter PTBS
- Die 60-95-Jährigen dreimal so häufig wie die Jüngeren
- Vorbeifahrende Feuerwehrautos können Panikattacken auslösen (auch Musik?)
- Probleme verdrängt durch Tabuisierung nach dem Krieg

(SZ 20.05.08, S. 5)

Strategien bei „Gefühlsdurchbrüchen“



- behutsame verbale Thematisierung
- Pausen einleiten
- bedächtiges Verändern der Situation
- ignorieren
- in Ruhe lassen
- Ablenken durch vorsichtigen Themenwechsel
- nonverbale Reaktionen wie
 - berühren
 - in den Arm nehmen
 - die Hand nehmen
 - Verständnis vermitteln
 - Sicherheit geben sowie Geborgenheit ausstrahlen
 - eine beruhigende Melodie summen

Früher nie gesungen ...



- Herr N. ist demenziell erkrankt ... Er singt gerne und ausgiebig, kennt viele Lieder und Texte. Sein Sohn sagt allerdings, er habe früher nie gesungen, das sei erst seit seiner Erkrankung so, da die Demenz die Hemmungen verringert“.
 - Lobisch 2010, S. 12 (RD)

Zusammenfassende Übung



- Füllen Sie folgendes Muster mit Beispielen:
 - a) aus der eigenen Lebenserfahrung
 - b) aus der Berufspraxis
 - c) fiktiv
 - » Ereignis (in Zusammenhang mit Musik)
 - » Erleben
 - » Erinnerung
 - » Bewertung
 - » Nutzung

Methodik (Beispiel)



- kurze Einführung in die mitgebrachte Musik:
- z. B.: Ich habe Ihnen ein altes Grammophonschätzchen mitgebracht, Sie erinnern sich sicher noch, wie man die Dinger mit der Kurbel aufziehen musste und wie die Musik knisterte ...; das Stück wird von dem damals so beliebten und bekannten Tenor xxx gesungen, vielleicht erinnern Sie sich an die Stimme oder auch an den Film, in dem dieser Titel erklang; hören wir es uns erstmal an;
- nach dem Hören: Kurzen Moment Ruhe und die Musik wirken lassen;
- behutsames „Heranfragen“, ob sich jemand erinnern kann bzw. ob diese Musik an bestimmte Situationen oder Ereignisse erinnert, in der Regel setzt hier ein Erzählen einzelner Teilnehmer ein, auf das die anderen Anwesenden nach und nach „aufspringen“;
- möglich ist auch ein wiederholtes Hören, bei dem mitgesungen, mitgeschunkelt, mitgeklatscht wird.

Biografischer Zugang (Beispiel)



- Frau W. sang mir ... etwas vor, das ich nur bruchstückhaft verstehen konnte. Einzelnen Wörtern entnahm ich, dass es sich um ein Kirchenlied handeln musste. Aus ihrer Bewohnerakte suchte ich anschließend ihre Konfession heraus und suchte dann im Gesangbuch. Tatsächlich fand ich das Lied: „Ein Haus voll Glorie“ ... Da ich dieses Lied nicht kannte, schrieb ich es für die Veeh-Harfe um, nahm diese bei meinem nächsten Besuch mit und spielte es Frau W. vor. Sie sang direkt mit. Sie war sehr gerührt, als ich ihr dieses Lied vorspielte. Auch der Klang der Harfe beeindruckte sie.

Tanzen/ biografische Informationen



- Herr O., 85 Jahre, guter Tänzer „tanzt nicht gerne mit alten Schachteln“
- Frau B., 83 Jahre, ging als junges Mädchen jede Woche zum Tanz, noch sicher auf den Beinen
- Frau K., 88 Jahre, war eine begeisterte Tänzerin, tauscht sich mit einer anderen Bewohnerin über ein Trierer Tanzlokal und die Musiker dort aus, lehnt es jedoch ab, mit mir zu tanzen
- Frau H., 76 Jahre, „läuft“ ständig und strahlt glücklich, wenn man mit ihr tanzt

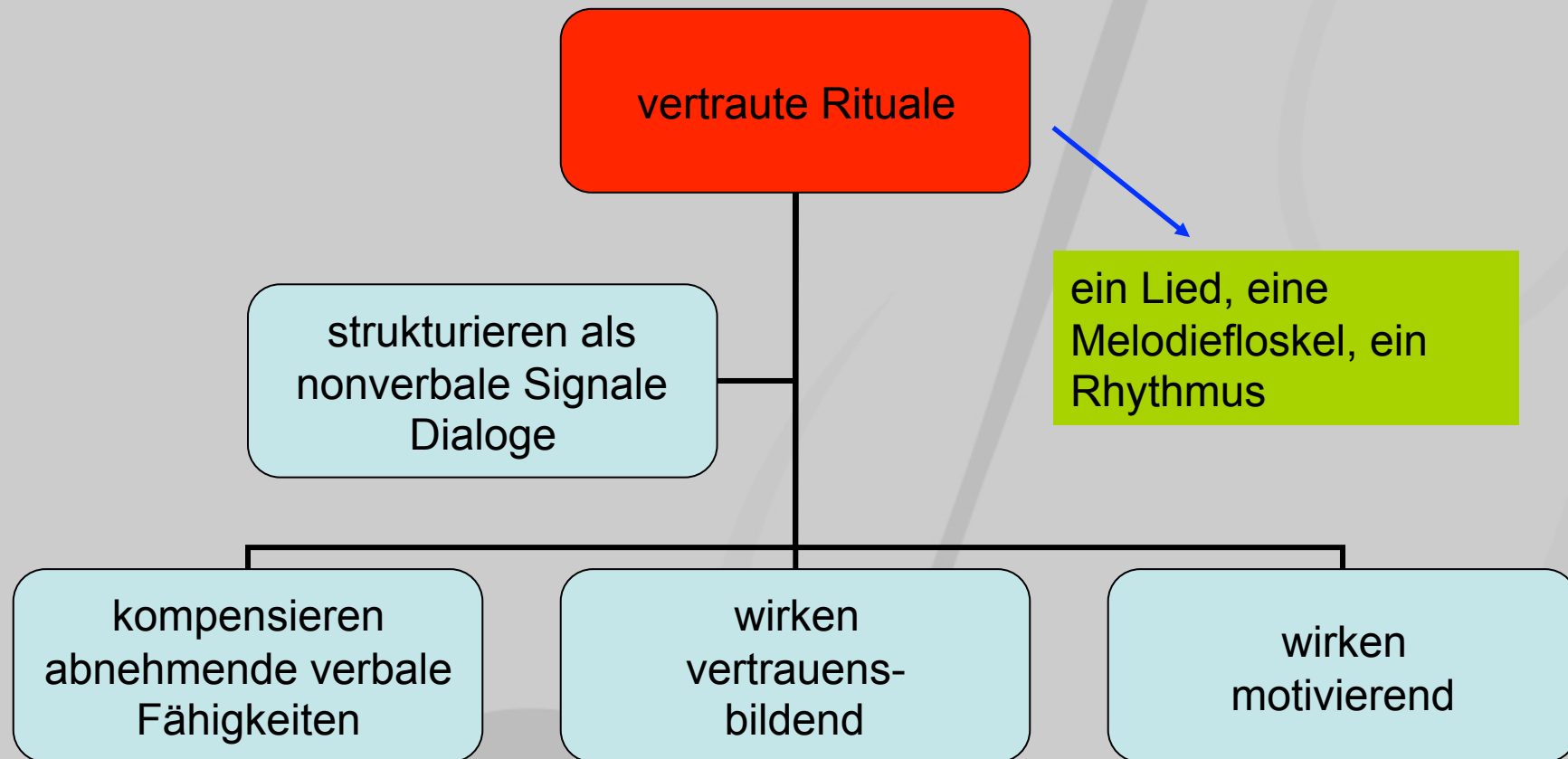
- Lintz 2008, o.S.

Fragen zur Biografiearbeit mit Musik



- Erinnern wir uns an Ereignisse in unserer Lebensgeschichte, bei denen Musik eine wesentliche Rolle gespielt hat?
- Welche Bedeutung hat evtl. diese Musik für uns in den darauf folgenden Jahren gehabt, oder welche Bedeutung hat sie noch heute?
- Welche Lieblingsmusik haben wir, warum, in welchem Kontext haben wir sie kennen gelernt? Verbinden wir bestimmte Situationen und Personen damit?
- In welcher Situation, bei welchem Lebensprozess hat uns Musik einmal geholfen?
- Welche Musik verbinden wir mit bestimmten Personen (unsere Mutter, unser Vater, Lebenspartner, unsere Kinder oder Enkel)?
- Welche Assoziationen, welche Bilder lösen bestimmte Musiktitel oder Lieder bei uns aus?
- Was gibt uns Musik im Alltag, wozu nutzen (funktionalisieren) wir sie ganz konkret?
- Erinnern wir uns an eine Situation, in der uns Musik zu Tränen gerührt hat? Welches waren die Begleitumstände?

Vertraute Rituale



Prosodie/Emotionen



- Emotionen werden stark über die Prosodie transportiert und vom dementiell Erkrankten noch sehr lange wahrgenommen:
 - Intonation
 - Akzent
 - Pausen
 - Sprechgeschwindigkeit
 - Stimmlage
 - Sprechstil

Prosodie = wörtl. das Hinzugesungene (Satzmelodie)

Berührungen

- Berührungen tun gut
- Musik tritt häufig im Kontext von Berührungen und Bewegungen auf
- Berührungen werden lange erinnert
- Berührungen lassen sich beim Musizieren leicht und natürlich herstellen



Literatur



- Lesker, Martina (2008). Biografische Kommunikation. Notwendige Kompetenzen sowie Wirkungsweisen am Beispiel Altenpflege. In: Zeitschrift für Gerontopsychologie & -psychiatrie, 21 (2), S. 129-135
- Wickel, H. H. (2009). Biografiearbeit mit dementiell erkrankten Menschen. In: Ch. Hölzle & Irma Jansen (Hrsg.), Ressourcenorientierte Biografiearbeit. Grundlagen – Zielgruppen – Kreative Methoden (S. 254-269). Wiesbaden: Verlag für Sozialwissenschaften
- Wickel, H. H. (2009). Die Bedeutung von Musik für die Bewältigung kritischer Lebensereignisse. In: Ch. Hölzle & Irma Jansen (Hrsg.), Ressourcenorientierte Biografiearbeit. Grundlagen – Zielgruppen – Kreative Methoden (S.279-301). Wiesbaden: Verlag für Sozialwissenschaften