

**Zeitschrift:** Fachblatt für schweizerisches Heimwesen = Revue suisse des établissements hospitaliers

**Herausgeber:** Verein für Schweizerisches Heimwesen

**Band:** 51 (1980)

**Heft:** 9

**Artikel:** Das Alter - Verlust und Gewinn : Musiktherapie in einer Klinik mit älteren Menschen

**Autor:** Chytil, Margrit

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-809822>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 01.04.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

wieder auf etwas freuen können, leben sie wohl und gern im Heim.

Im speziellen hat Aktivierung dann therapeutische Wirkung, wo die Aktivierungstherapeutin oder sonst jemand im Heim ihr Wissen gezielt einsetzen. Zum Beispiel eine Beschäftigung finden für eine Frau, die nur noch einen Arm bewegen kann, oder mit einer Gruppe von Rollstuhlpatienten trotz Behinderung Bewegungsmöglichkeiten ausschaffen. Oder dort, wo es darum geht, einen einsamen, isolierten Heimbewohner in eine Gruppe zu integrieren. Auch hier gäbe es endlose Beispiele anzufügen.

Ich komme zum Schluss. Aktivierung heisst für mich, mich immer wieder selber aktiv auf die Beine machen, den Heimbewohner nicht allein lassen. Nicht

ihn im sogenannten Frieden in seinem sauberen und gut geheizten Stübchen sitzen lassen, sondern die Konfrontation mit ihm suchen. Zuhören können, ernstnehmen, was ihn stört, was ihm wehtut. Es heisst auch, dass ich als Aktivierungstherapeutin, Sozialarbeiterin, Pflegerin, Betreuer, Heimleiter nicht superaktiv bin und sage, wohin der Weg gehen soll, sondern dass ich in erster Linie einmal zuhöre und gemeinsam mit dem Heimbewohner einen Weg suche. Dass ich ihn begleite auf diesem Weg, bis ins Sterben und in den Tod. Auf diese Art mit betagten oder kranken Menschen zusammensein, heisst für mich, viel Leid miterleben und Grenzen erfahren müssen, aber auch am Leben teilhaben in allen seinen Dimensionen, und das ist für mich und mein Leben nur *Gewinn*, womit ich zum Schluss wieder beim Tagungstitel angelangt wäre.

## Musiktherapie in einer Klinik mit älteren Menschen

*Von Margrit Chytil, Rorschach*

An den Anfang meines Referates möchte ich ein Zitat des bekannten Psycho- und Musiktherapeuten Christoph Schwabe stellen: Man kann erleben, ohne zu geniessen, man kann aber nicht geniessen, ohne zu erleben.

Seit sechs Jahren arbeite ich als Musiktherapeutin in der psychiatrischen Klinik in Münsterlingen. Die Zielsetzungen meiner Arbeit mit den verschiedensten Patienten sind naturgemäss sehr verschieden. Hier möchte ich vom Musizieren und Singen mit unseren älteren, chronischen Patienten sprechen. Das Singen ist eher ein Randgebiet der Musiktherapie, eine Tätigkeit, die auch von Nichtmusikern ausgeübt werden kann. Voraussetzung ist natürlich die Beherrschung eines Instruments (Klavier, oder noch besser, Gitarre).

Der psychisch Kranke zieht sich auf sich selbst zurück. Dadurch vereinsamt er. Unsere Aufgabe ist es, ihm aus der Isolation herauszuhelfen und ihn in die Gemeinschaft zurückzuführen.

Christoph Schwabe drückt das so aus: Das musiktherapeutische Interaktionsangebot kann dem selbstwertgestörten und in seinem Erlebnis- und Handlungsbereich verunsicherten Patienten Selbstbestätigung, Sicherheit und Geborgenheit in der Kontaktgestaltung vermitteln und ihn damit zu weiteren Aktivitäten bei der Ueberwindung seiner pathologisch bedingten Behinderung ermutigen. Dass Krankheit die Erlebnis- und Genussfähigkeit einschränkt, ist bekannt. Es geht also um die Wiedergewinnung oder Neuentdeckung von Interessen, insbesondere der ästhetischen Erlebnis- und Genussfähigkeit, mit dem Ziel, die für eine harmonische Persönlichkeitsentfaltung notwendigen Bedürfnisse realisieren zu können. (Ende des Zitats)

Damit komme ich zu den praktischen Aspekten meiner Arbeit. Ein Teil der Patienten ist fähig, das Haus

zu verlassen und zu mir in den Musikraum zu kommen. Viele werden mir von den Aerzten zugewiesen. Auch Schwestern und Pfleger machen manchmal auf einen Patienten aufmerksam. Ein reichhaltiges Instrumentarium steht zur Verfügung: Orff-Instrumente, Kantele, Zither, Streichpsalter, Gitarre usw. Wir brauchen auch Instrumente verfremdet, zum Beispiel Klavier. Kurz gesagt: Jedes Instrument, das irgendwie in Frage kommen könnte, wird gebraucht, oft ganz unkonventionell (Beispiel: Kazoo-Flötchen). Dabei spielt das Volkslied eine grosse Rolle, aber auch, und auf das wird grosser Wert gelegt, das Improvisieren.

Diese Arbeit setzt natürlich musiktheoretische Kenntnisse voraus. Ich komme deshalb gleich auf das Gruppensingen zu sprechen.

Viele unserer Patienten sind bettlägerig oder auf den Raum und den Stuhl angewiesen, da sie gehunfähig sind. Mit der Gitarre begeben sich in solche Abteilungen. Nach Möglichkeit werden Hefte mit den gängigen Texten verteilt. Unser Heft verfügt inzwischen über etwa 70 Lieder. Sie geben dem Patienten eine gewisse Sicherheit beim Mitsingen. Man muss sich nicht exponieren, weil man vielleicht die Texte nicht mehr weiss. Vor allem müssen die älteren Volkslieder vorrätig sein, denn sie sind die beliebtesten. Fast immer findet sich in der Gruppe ein «Zugpferdchen», das heisst eine Frau oder ein Mann, die früher oft und gerne gesungen haben und deshalb auch heute noch über ein erstaunliches Repertoire verfügen. Sie sind für mich eine Art Vermittler zwischen mir und den eher passiven Patienten.

Das Singen in einer Gruppe bringt unmittelbaren Kontakt zur Umwelt und zu sich selbst. Lieder lösen Erinnerungen aus. Sie machen die Menschen gelöster, freier.

Eine fröhliche Atmosphäre ist sehr wichtig. Lächeln und Lachen lösen Spannungen. Lachen ist eine Wohltat für den Körper und ebenso für die Seele. Der Humor gehört zum Wichtigsten bei unserer Arbeit.

Musik löst Spontanreaktionen aus. Ich möchte einige Beispiele nennen: Ein älterer Mann sass während des Singens wochenlang nur da und hörte scheinbar auch nicht zu. Plötzlich, in einer Pause, sagte er laut und deutlich: Ich kenne auch ein Lied. Gleich forderte ich ihn auf, es uns doch zu singen. Es war dann ein langes Gedicht, mit vielen Strophen, eine dramatische Geschichte. Noch einige Male tat er uns den Gefallen. Inzwischen hat er sich wieder auf sich selbst zurückgezogen.

Oft spricht mich auch plötzlich eine bis dahin teilnahmslos dagesessene Frau an und erzählt mir angeregt irgend etwas.

Eine welsche Dame, für die ich oft französische Lieder einfüge, drückt mir einen Apfel in die Hand. Ein schwerer Epileptiker stellt mir für das nächste Mal einen selbstgemachten Scherenschnitt in Aussicht.

Man könnte annehmen, dass die ständige Wiederholung von «Im schönsten Wiesengrunde» oder «Lueget vo Berg und Tal» verleben könnte. Das Gegenteil ist der Fall. Gerade sehr gefühlvolle Lieder werden immer wieder gewünscht. Ich bin schon längst davon abgekommen, selbst Lieder vorzuschlagen. Auch das Vorschlagen eines Liedes kann Kommunikation sein. Man entscheidet sich für etwas, und diese Entscheidung wird von der Gruppe gebilligt. Man gestaltet das Programm mit. So entsteht von Mal zu Mal ein immer stärkeres Gruppengefühl. Man gehört zusammen und sitzt nicht nur wie sonst einfach für sich da. Diese Beziehungslosigkeit ist erschreckend. Wenn es uns also gelingt, diese Barrieren niederzureissen, und sei es auch nur für eine halbe oder drei Viertel Stunde, so könnte sich das auch im sonstigen Tagesverlauf auswirken.

### Lesezeichen

Der Langweiler ist ein Sünder, für den es keine Vergebung gibt. Oscar Wilde

Nichts erschwert uns das Leben so sehr, als dass wir die Zeit damit verlieren, uns eines Irrtums zu schämen, statt ihn einzugestehen und neu anzufangen. Arthur Schnitzler

Die Liebe ist ihrem Wesen nach Wahl. José Ortega y Gasset

Lass dir von keinem Fachmann imponieren, der dir erklärt: «Lieber Freund, das mache ich schon seit 20 Jahren so!» Kurt Tucholsky

Wer nicht mit der Zeit geht, geht mit der Zeit. Herbert Gross

Je länger ich in eine Abteilung gehe, desto grösser wird der singende Kreis im Raum. Es lohnt sich, die Anwesenden genau zu beobachten. Mancher bewegt nämlich seine Lippen zum Lied, ohne dass er es bewusst tut. Spreche ich dann sie oder ihn daraufhin an, so ist meistens ein glückliches Lächeln die Antwort. Man gehört ja jetzt sozusagen auch dazu.

Damit wir aber nicht nur im abgelaufenen Geleise fahren, ist es mein Bestreben, von Zeit zu Zeit ein neues Lied einzuführen. Zuerst ist Widerstand zu verspüren. Neue Melodien, neue Texte, was soll das? Gefällt ihnen dann aber beides, so sind sie bereit, es zu lernen. Natürlich braucht es seine Zeit. Es muss immer wieder gebracht werden. Wird es dann von einem Teilnehmer selbst gewünscht, so ist das Ziel erreicht. Wieso ein Lied besser ankommt als das andere, ist oft nicht klar. Eines stellt sich aber immer wieder heraus: Fröhliche, lustige Lieder mögen sie ganz besonders. Sehr beliebt sind Kinderlieder. Auch sie lösen Erinnerungen aus.

Mir geht es mit den neuen Liedern vor allem darum, sie zum Denken anzuregen. Es braucht Aufmerksamkeit und Konzentration, sich etwas neues anzueignen. Anfangs erwähnte ich das Gitarrenspiel. Mir scheint es deshalb besser für diese Art des Singens geeignet, da man visuellen Kontakt hat. Ideal ist es, einen Kreis zu bilden. So ergeben sich fast spielerisch Gespräche. Man kennt sich ja gut, und oft ist das Gespräch wichtiger als das Singen.

Sehr wichtig ist es, die Lieder nie zu hoch anzustimmen. Lieber etwas zu tief, als einen Ton zu hoch. Niemand soll sich stimmlich anstrengen müssen. Alles soll immer Spiel bleiben, ein Vergnügen.

Auch für den Therapeuten ist so das Singen weniger anstrengend. Er muss ja dauernd mitsingen, um die Gruppe mitzureissen.

Pro Gruppe wird eine halbe oder drei Viertel Stunde gesungen. Bleibt uns mehr Zeit zur Verfügung, so machen wir Spiele mit Ballons, japanischen Papierbällen, Tüchern usw.

Ich arbeite immer in Privatkleidung. Das tun nur wenige in der Klinik. Keine weisse Schürze, kein Pipser, das ist Absicht. Für die Patienten komme ich sozusagen von «draussen». Ich will nichts von ihnen, ich bin nicht «offiziell». Die Patienten scheinen das zu schätzen. Wer kommt denn schon regelmässig von «draussen»? Dadurch betone ich den spielerischen Charakter, den hoffentlich meine Arbeit immer beibehalten wird.

Die Persönlichkeit des psychisch Kranken, des geistig Behinderten oder ganz einfach des älteren Menschen soll immer respektiert und akzeptiert werden. Ueberlegen wirkendes Wohlwollen wirkt verletzend. Gelingt es einem Therapeuten, menschlichen Kontakt herzustellen, so können die gemeinsam verbrachten Stunden beim Singen und Musizieren für beide Teile beglückend sein.