

Wöchentliche Musiktherapie in Aja's Gartenhaus

Dank einer Spende des Innerwheel-Club

von Mee-Kyung Song, Musiktherapeutin am Frankfurter Therapeutikum

Im Sommer 2025 erreichte uns eine wunderbare Nachricht: der Innerwheel-Club, Bad Nauheim hatte entschieden, die Erträge aus seinem Adventsbasar 2025 für ein besonderes Projekt in Aja's Gartenhaus zu spenden. Mit Annette Seifert-Ruwe, der aktuellen Präsidentin des Clubs und Angehörige einer ehemaligen Bewohnerin in Aja's Gartenhaus, kamen wir schnell überein, dass das Projekt die wöchentliche Musiktherapie in Aja's Gartenhaus sein sollte. Bis dahin konnte die Musiktherapie aufgrund der hohen Teilnehmerzahl nur im 14-tägigen Wechsel (rollierend zwischen Ober- und Untergeschoss) stattfinden. Dank der großzügigen, angekündigten Spende war es nun möglich, die Frequenz auf wöchentliche Sitzungen für alle Bewohner auszuweiten. Nach acht Monaten zeigt sich nun ein deutlicher Unterschied in der Wirksamkeit.

Während bei dem 14-tägigen Rhythmus die positive Stimmung oft nach wenigen Tagen verflog, bewirkt das wöchentliche Intervall eine kontinuierliche emotionale Entlastung. Unruhe und Angstzustände bei den Bewohnern gingen messbar zurück.

Durch die kürzeren Intervalle erkennen die Bewohner die Therapeutin und die Situation schneller wieder. Das schafft Vertrauen und Sicherheit, was besonders bei fortgeschrittener Demenz entscheidend ist.

Wiederholungen im Wochenrhythmus fördern das „Musikalische Gedächtnis“. Lieder werden schneller wiedererkannt, und mehrere Strophen eines Liedes wer-

den sicherer gesungen.

Besonders eindrucksvoll lässt sich die positive Wirkung der wöchentlichen Therapie am Beispiel von Frau F. dokumentieren. Frau F. litt unter extremer motorischer Unruhe (starkes Händereiben, Drehen der Daumen, Vorwärtsdrang im Rollstuhl). Sie blieb nicht im Stuhlkreis, wanderte ziellos und lehnte jeglichen Kontakt mit Instrumenten oder körperliche Nähe ab. Ihr Gesicht wirkte dabei oft starr und ausdruckslos. Durch die regelmäßige, wöchentliche Wiederholung konnte Frau F. eine Sicherheit und Vertrauen aufbauen, die zuvor nicht möglich war. Sie lässt zu, dass die **Chrotta** – ein Streichinstrument, das tiefe Vibration aussenden kann – auf ihre Knie gelegt wird. Anstatt, wie früher, das Instrument abzuwehren, verweilt sie ruhig und hört den Schwingungen und Klängen aufmerksam zu. Die „vibratorische Wahrnehmung“ hat Frau F. geholfen, ihren eigenen Körper wieder besser zu spüren und dadurch die innere Unruhe zu besiegen. Beim gemeinsamen Tanzen mit mir ist sie in der Lage, die Hände zu reichen, bis das Lied zu Ende ist. Nur durch die kurzen Abstände konnten sich diese neuen, positiven Verhaltensmuster festigen.

Ein weiteres Fallbeispiel: Frau M. leidet an einer fortgeschrittenen Demenz. Sie ist auf den Rollstuhl angewiesen. Die Arme sind versteift und ruhen meist fest auf den Armlehnen. Eine verbale Kommunikation ist kaum noch möglich; gelegentlich äußert sie unverständliche Wortfragmente. Ihr Blick wirkt oft distanziert oder abwesend, und sie neigt dazu, während der Therapien einzuschlafen. Durch die kontinuierliche, wöchentliche Behandlung

konnte ein tiefes Vertrauensverhältnis aufgebaut werden. Frau M. zeigt Anzeichen von Sicherheit gegenüber der Therapeutin und ist mit den rituellen Abläufen der Sitzungen vertraut. In seltenen, aber bedeutsamen Momenten gelingt Frau M. eine kurze lautliche Annäherung an die Melodieführung bekannter Kinderlieder. Diese „gebrummt“ Tonfolgen korrespondieren deutlich mit den aktuell gesungenen Liedern. In diesen Momenten der Aktivierung verändert sich ihr Blick radikal: Ihre Augen beginnen zu „leuchten“, sie fixiert die Therapeutin und folgt deren Bewegungen aufmerksam (Blickkontakt und visuelles Tracking). Der Einsatz des **Monochords** zeigt eine beruhigende Wirkung. Die obertonreichen Klänge führen bei Frau M. zu einer vertieften, regulierten und entspannten Atmung. Durch gezielte basale Stimulation – das sanfte Halten und rhythmische Bewegen der Ellenbogen im Einklang mit der Musik – konnte eine temporäre Lockerung der Arme erreicht werden. Die körperliche Abwehr weicht einer zulassenden Entspannung. Obwohl die Demenz weit fortgeschritten ist, zeigen die punktuellen Momente von Wachheit, das strahlende Lächeln und die emotionale Beteiligung, dass Frau M. über die Musik weiterhin erreichbar bleibt. Diese kurzen Sequenzen der Selbstwirksamkeit und Lebensfreude bestätigen die hohe Relevanz der musiktherapeutischen Begleitung für ihren emotionalen Zustand.

Die Musiktherapie wurde in den acht

Monaten ein fester, verlässlicher Anker im Wochenplan des Gartenhauses. Das Gefühl der Isolation wurde verringert, da die Bewohner jede Woche das Gemeinschaftserlebnis teilen konnten, anstatt eine Woche „pausieren“ zu müssen.

Der Wechsel von einem 14-tägigen auf einen wöchentlichen Rhythmus hat die therapeutische Qualität in Aja's Gartenhaus massiv gesteigert. Die Musiktherapie ist nicht mehr nur ein „Event“, sondern ein wirksames therapeutisches Instrument, das die Lebensqualität der Bewohner nachhaltig verbessert. Ich danke dem Innerwheel-Club herzlich für diese wertvolle Unterstützung und den Pflegenden für die Mithilfe beim Herstellen eines therapeutischen Settings.



Überreichen des Schecks am 18. März 2026
Von li.: Annette Seifert-Ruwe, Mee-Kyung Song, Lilo Ratz

Wir freuen uns sehr über Spenden für Projekte, die den engen Rahmen des Pflegesatzes überschreiten. So haben wir neben therapeutischen Angeboten, wie der o.g. Musiktherapie schon Spenden für kulturelle Veranstaltungen, wie Konzerte, Tanzveranstaltungen oder Marionettentheater und Vieles mehr erhalten. In den letzten zehn Ausgaben des Haus-Kuriers wurde ausführlich darüber berichtet, welche Projekte der Förderkreis u.a. finanziert hat. Wenn Sie spenden möchten: Förderkreis Haus Aja Textor-Goethe, SozialBank AG Köln, IBAN: DE06 3702 0500 0008 0033 00.