

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 67 (1989)
Heft: 6

Artikel: Musik erleben mit Betagten
Autor: Zihlmann, Annegret
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-724923>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 10.01.2026

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

Musik erleben mit Betagten

Foto: Annegret Zihlmann



Auch Menschen, die nicht mehr sprechen können oder deren Beweglichkeit eingeschränkt ist, können sich mit einem Musikinstrument ausdrücken.

Im Frühling fanden zwei Kurse für Mitarbeiterinnen in Alters- und Pflegeheimen statt mit dem Thema «Musik erleben mit Betagten». Durchgeführt wurden sie im Alters- und Pflegeheim Eichhof Luzern, organisiert vom SKAV (Schweizerischer Verband christlicher Heime und Institutionen). Die Kursleitung hatten die Musiklehrerin Margrit David und die Ergotherapeutin Claire Amrein.

In früheren Jahren wurden bereits verwandte Kurse durchgeführt: «Singen mit Betagten» und «Senioren- und Rollstuhltänze». Diesmal lag der Schwerpunkt beim Selbermusizieren, dem aktiven Hören und Erleben.

«Ich kann nicht musizieren», «ich habe es meiner Lebtag nie gemacht» oder «ich kann es nicht mehr» sind oft die ersten Reaktionen, wenn Betagte ermuntert werden, in einer «Musikgruppe» mitzumachen. Dies sind verständliche Reaktionen. Viele ältere Menschen hatten nie Gelegen-

heit, das Spiel eines Instrumentes zu erlernen, da neben der harten Arbeit keine Zeit zum Musizieren blieb. Andere können ihr liebgewonnenes Instrument nicht mehr spielen, weil die Hände «nicht mehr so recht wollen». Und die Kursteilnehmerinnen? Haben sich die einen oder andern vielleicht auch gefragt: Bin ich musikalisch genug, um diesen Kurs zu besuchen?

Der Einstieg in den Kurs wurde mit Lottospielen erleichtert, bei denen ab Tonband Geräusche und Klänge aus dem Alltag, aber auch Instrumente zu hören waren. Da gab es viel Bekanntes zu hören. Es galt zu erkennen, zu vergleichen und zu unterscheiden, und bereits waren wir mitten im aktiven Hören. Diese Spiele fördern den Kontakt, regen zu Gesprächen an, können Neues vorstellen und alte Erinnerungen wecken. Wir diskutierten über verschiedene Spielregeln, die je nach Teilnehmer vereinfacht oder erschwert werden können, und besprachen, wie eine Lehrerin helfen kann, wenn die Beweglichkeit eines Mitspielers eingeschränkt oder die Reaktion verlangsamt ist, wenn das Gehör nicht mehr gut oder die Sprache unverständlich ist.

Am Nachmittag waren auch Bewohner des Alters- und Pflegeheims unter uns, welche seit längerer Zeit in einer Musikgruppe mitmachen. Alle Anwesenden wählten aus den vielen Instrumenten des Orffschen Schlagwerk-Instrumentariums eines aus. Die vielfältigen Klänge und Rhythmen, welche den einzelnen Instrumenten entlockt werden konnten, wurden in der Runde weitergegeben. Einige versuchten, die Klänge mit ihrem Instrument aufzunehmen, andere änderten sie ab und gaben Antwort auf musikalische Zurufe. Die Instrumente kamen miteinander ins Gespräch.

Erstaunlich, wie spontan viele Betagte reagierten. Menschen, die ihrer Sprache nicht mehr mächtig sind, drückten sich mit ihrem Instrument aus, teilten ihre Freude mit zum Teil lautstarken Rhythmen und leuchtenden Augen mit! Nach diesem eindrücklichen Erlebnis setzten wir uns in kleinen Gruppen zusammen und versuchten, in kleinen Szenen alltägliche Tätigkeiten und Gespräche in Rhythmen und Klängen auszudrücken. So können Konzentration und Ge-

Materialien zur Musiktherapie

«Geräusche aus dem Alltag» Spiele und Übungen zur Förderung des Gehörsinns.
Versand: pro-spiel, Spiel und Lehrmittel,
5107 Schinznach-Dorf

«Musik zum Mitmachen», MD Schallplatte,
Verlag Moritz Diesterweg, Frankfurt a. M.
(Folge 1–3) Bezug: Musikhaus PAN, Zürich

dächtnis trainiert werden. Zudem wird der Kontakt gefördert.

Am zweiten Kurstag waren zu Beginn wiederum die Betagten bei uns. Wir hörten uns ein kurzes Musikstück an. Die Kursleiterin gab Anregungen, wie auf einfache Weise das Schlagwerk eingesetzt werden kann. Die Betagten hatten bereits früher schon in dieser Art musiziert, deshalb konnten wir mit ihnen noch einige Stücke mitmusizieren.

Selbstverständlich zieht sich das Erarbeiten einer solchen Begleitung über längere Zeit hin, da in einer Musikgruppe langsam aufgebaut wird, weil nicht zu lange am gleichen gearbeitet werden kann. Die einzelnen Lektionen sollten möglichst abwechslungsreich gestaltet sein.

Lockere, spielerische Übungen sind ebenso wichtig wie das ernsthafte Einstudieren von einzelnen Szenen. Das erfordert von den Betagten viel Konzentration, gibt ihnen aber auch Befriedigung. Sie erfahren ein Resultat, das nicht einfach ein wahlloses Schlagen und Klimpern, sondern ein gezieltes Mitspielen ist und vom «Dirigenten», der Leiterin, strukturiert wird.

Kaum zu glauben, wie wichtig Lecithin für den Menschen ist.

Lecithin in Pulver, eine gute Nahrungsergänzung bei nachlassender Leistung. Hilft mit, aktiv zu bleiben. Wertvoll für bessere Funktion der Organe. Stärkungsmittel bei geistigen und körperlichen Anstrengungen sowie Ermüdungen. Lecithin hat Nervenregenerierende Wirkung für Kinder, Kranke, Gensende, Menschen jeden Alters. Auch der Sportlerkörper profitiert positiv.

In Apotheken und Drogerien, Dose zu 100 g Fr. 6.80.
Informationen: MEDINCA, 6300 Zug.

Wir Kursteilnehmerinnen hörten uns noch weitere Musikstücke an und begleiteten diese mit Instrumenten aus dem reichhaltigen Orff-Instrumentarium. Natürlich können auch für oder mit den Betagten «Kopien» oder «Instrumente» aus Alltagsgegenständen hergestellt werden, die im Klang und Geräusch ebenso wirkungsvoll sein können.

Am zweiten Nachmittag stellten wir in verschiedenen Gruppen eine Musikerzählung oder ein kleines Hörspiel zusammen. In Gruppen erfanden wir eine Geschichte und untermalten diese mit Klängen und Geräuschen. Die Geschichten können wir später in unserer Musikgruppe mit den Betagten weiterbearbeiten und mit Erinnerungen aus ihrer Jugend ergänzen.

Die Erfahrung mit den Betagten und die unzähligen Anregungen der Kursleiterinnen haben uns gezeigt, wie vielfältig die Möglichkeiten der Musiktherapie eingesetzt werden können, wenn man über den eigenen Schatten springt und nicht meint, Musik müsse studiert werden, damit sie erlebt und weitergegeben werden kann!

Annegret Zihlmann



25 Jahre Spezialversandhaus

Hosen und Jupes

Tadellos sitzende Trikot-Hosen und -Jupes, elastischer Bund, Polyester/Wolle 70/30%, Schwarz/grau/marine/bordeaux

Art. 120 Hose/Art. 121 Jupes
Gr. 40–48 Fr. 69.–/Gr. 50 Fr. 75.–
unverbindlich zur Auswahl

Verlangen Sie unseren Gratiskatalog!

Merry AG, 4712 Laupersdorf
Tel. 062/71 19 58

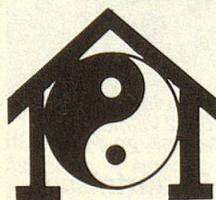
Beratungsstelle für Baubiologie CH-9465 Salez

Sekretariat Tel. 085 / 7 53 00

Mitglied der Internationalen Gesellschaft für biologische Elektrotechnik

- 1 Baubiologische Beratung und Planung
- 2 Haus- und Schlafplatzuntersuchung
- 3 Messung von elektrischen und technischen Störfeldern

- 4 Erdstrahlenbelastungen messbar durch Körper-Widerstandsmessung
- 5 Radioaktivität und Raumgifte
- 6 Hausentfeuchtungen (EMPA geprüft)



Leiden Sie an Schlaflosigkeit, Spannungszustände, Rückenschmerzen, Migräne, Schwindel, Depressionen, Allergien usw. Gesundheitsschädliche Störfaktoren wie Elektroleitungen fremde Magnetfelder, magnetische Wechselfelder, elektrostatische Aufladungen, Erdstrahlen, Wasseradern und Raumgifte führen oft zu Erkrankungen, die für viele ein Rätsel sind. Lassen Sie sich Ihre Wohnräume durch erfahrene Mitglieder der Beratungsstelle untersuchen. Durch Messungen mit den modernsten Geräten und wertvollen Tips kann auch Ihnen geholfen werden. Ein Anruf Ihrem Wohlbefinden zuliebe lohnt sich.