

Eine Geige gegen das Vergessen

Schneverdingerin entwickelt Anke-Feierabend-Methode und ermöglicht aktives Musizieren für an Demenz Erkrankte

Sie nimmt einem die Persönlichkeit, geliebte Menschen, das Leben. Demenz ist wie ein böser Traum – nur, dass man aus ihm nicht mehr erwacht. Es gibt keine Heilung, keine Auswege aus dem Vergessen, aber es gibt Möglichkeiten der Linderung. Die Schneverdingerin Geigenlehrerin Anke Feierabend hat eine Methode gefunden, Lichtblicke in die Dunkelkammer Demenz zu bringen – durch aktives Musizieren.

Von Tina Pokern

Schneverdingen. An den Horizonten das blaue, verwaschene Nichts aus Himmel und Meer. Die Ruder hängen schlaff in den Schlaufen des Bootes, Maritas* Arme müde an den Schultern. Sie sitzt ruhig, die Augen in die Ferne gerichtet, den Blick nach innen gewandt. Immer mal wieder dreht sich ihr Kopf mit den kurzen, dunklen Haaren orientierungssuchend von Osten bis Süden und Norden bis Westen. Marita ist schiffbrüchig – ihr Boot ist das Wohnzimmer, ihr Meer beginnt an den Rändern der Stofflehnen.

Die Schneverdingerin Geigenlehrerin Anke Feierabend holt das alte Instrument aus dem grünen Innenfutter seines Kastens. Sie spielt es an, prüft die Töne und setzt die Violine Marita ans Kinn. Zögerlich legt diese den Bogen an die Saiten, ihr Arm zittert. Noch bevor die Geigenlehrerin selbst zum ersten Ton ansetzt, streicht Marita die ersten Klänge von „Geh‘ aus, mein Herz“ aus den Saiten. Die Melodie kennt sie.

Wenige Minuten zuvor stand Marita neben ihrem Mann an der Eingangstür, der Tür zu ihrem Zuhause. Sie schaute auf den abendlichen Besuch, die Arme unter der Brust eng verschränkt, als wolle sie sich selbst festhalten. Ihre Augen ratlos, suchten das Gegenüber nur kurz, streiften dann ziellos über den Holzboden. Mit hängenden Schultern und gesenktem Kopf stand sie im Flur, machte sich klein. Verloren trat sie von einem Fuß auf den anderen.

Seit viereinhalb Jahren dienstags, seit kurzem auch freitags trägt Anke Feierabend ihre Geige in das Haus am Waldrand, um mit Marita zu musizieren. Marita hat Alzheimer, eine Form der Demenz. Als die Krankheit noch nicht so ausgeprägt war, sollte das aktive Geigenspiel – so hatte es sich Marita damals mit ihrem Mann überlegt – einen Lichtpunkt im zermürbenden Prozess des Vergessens bilden. „Etwas, das bei dieser unheilvollen Diagnose nach vorne geht“, beschreibt er heute. Als Anke Feierabend die Lehrstunde mit der Schülerin begann, hatte Marita jahrzehntelang nicht mehr auf ihrer Geige gespielt.

Das Einmaleins des Geigenspiels, das hatte das Kind Marita schon einmal in den Fingern. Als sie Jahre später das Streichinstrument erneut zur Hand nimmt, ist sie dennoch Spielanfängerin. Mehr noch, eine demente Spielanfängerin, die nicht nur das Spielen verlernt hatte, sondern jeden Tag erlebte, wie sie ein weiteres Stück ihres Lebens, ihrer Identität aus dem Gedächtnis verlor. Ein Gedächtnis, das zu diesem Zeitpunkt noch einem kleinen Loch in der Jackentasche glich. Das aber Tag für Tag weiter ausfranst und es noch tut, bis irgendwann aus einem Loch ein Nichts geworden ist.



Anke Feierabend bringt mit dem aktiven Musizieren Licht in das Dunkel des Demenztags.

Marita ist einer von etwa ein- einhalb Millionen Menschen in Deutschland, die dementiell erkrankt sind. Und es werden mehr. Schätzungen rechnen mit durchschnittlich 40000 Neuerkrankungen jährlich, Tendenz steigend. Bis zum Jahr 2050 sollen sich, laut Deutsche Alzheimer Gesellschaft, die Krankheitsfälle mehr als verdoppelt haben. Betroffen sind meist Menschen fortgeschrittenen Alters. So haben gut zwei Drittel der Erkrankten bereits das 80. Lebensjahr überschritten. Während die Wahrscheinlichkeit, im mittleren Lebensalter an Demenz zu erkranken, also zwischen 45 und 64 Jahren, auf nur etwa 0,1 Prozent geschätzt wird. Marita gehört zu diesen 0,1 Prozent. Als die Demenz begann, sich in ihrem Kopf auszubreiten, war sie gerade Anfang 50.

Diagnose Untergang

Diagnose Alzheimer bedeutet Untergang. So nennen es die Ärzte – Untergang oder eben Verlust von Nervenzellen und Nervenzellkontakten. Infolgedessen schrumpft das Gehirn, um bis zu 20 Prozent. Zellen, die für die Informationsverarbeitung und -weiterleitung zuständig sind und auch solche, die den Überträgerstoff Acetylcholin erzeugen können, gehen dem Gehirn verloren. Zellverlust und Stoffmangel führen zu Störungen im Gehirn. Sie führen zu Gedächtnisverlust, Orientierungs- und Sprachstörungen, zu Beeinträchtigungen von Denk- und Urteilsvermögen. All diese Veränderungen im Gehirn verändern auch die Persönlichkeit. Die Krankheit ist nicht heilbar.

Marita hat heute keinen guten Tag. Das sagen ihr Gesichtsausdruck, ihre Körperhaltung und ihr Ehemann. Grob haken ihre Worte, sie selbst wirkt zerbrechlich, distanziert. Der Abstand, den sie wählt, ist ein Abstand zur Welt. Einer Welt, die sie nur noch in Splittern, selten als etwas Ganzes begreift. Seit Jahren vergisst Marita all das, was ihr Leben, was ihre Identität ausmacht. Sie vergisst die Namen ihrer Kinder, sie vergisst sich selbst. Acht Jahre sind seit der Diagnose vergangen. Aus einer ehemals gesunden Frau ist eine

Frau mit dem Stempel „Pflegestufe 3“ geworden.

Marita war die erste demente Schülerin, die von Anke Feierabend unterrichtet werden wollte. Damals war für Feierabend Demenz noch eine große Unbekannte. Unbeschwert habe sie sich an den Unterricht gemacht, sagt sie heute, wenn sie sich an die Anfangszeit mit Marita erinnert. Aber die Konfrontation mit der Krankheit habe sie schnell an die Grenzen des klassischen Musikunterrichts gebracht. Denn das Konzept vom Zeigen-Spielen-Lernen traf bei Marita auf die tauben Ohren der Vergesslichkeit.

Feierabend las über die Krankheit Demenz, sie las über den Umgang mit dementen Menschen, sie las über Demenz und Musik. Nirgendwo aber konnte sie etwas über das aktive Musizieren mit Demenzerkrankten finden. Obwohl die Forschung weiß, dass das musikalische Gedächtnis am längsten erhalten bleibt, und Musik verschüttete Erinnerungen zu reaktivieren vermag – auch im fortgeschrittenen Verlauf einer Demenzerkrankung –, gehörte das aktive Musizieren bis dato nicht zum musiktherapeutischen Ansatz.

Anke Feierabend ging bei ihrer Schülerin in die Lehre, beobachtete, probierte aus und entwickelte eine eigene Unterrichtsmethode: Die Anke-Feierabend-Methode. „Jede Stunde war wie eine Lernwerkstatt“, erinnert sie sich. Aus dem Versuch Geigenunterricht entspann sich eine Unterrichtsstrategie. Dazu gehörte Biografiearbeit, Empathie und viel Spielflexibilität.

Musik weckt Emotionen – positive wie negative. Aber die Positiven seien es, die beim Spielen aus dem Schüler gekitzelt werden sollen. Denn auch wenn viele Demente arm werden an Emotionsäußerungen, heiße das nicht, dass sie auch arm an Gefühlen werden. „Gefühle werden nicht dement“, ist sich Anke Feierabend sicher. Aber die Krankheit beschränke die Lebenswelt der Menschen, nehme ihnen die Mittel der Kommunikation. „Das ist wie eine Zwangsjacke, aus der sie nicht mehr selbst herauskommen.“

Um Emotionen provozieren zu können, geht Anke Feierabend auf musikalische Erkun-

dungstour in den Biografien ihrer Schüler. Sie spricht mit Angehörigen, testet die Reaktionen auf einzelne Lieder und sammelt so einen jeweils individuellen Musikmix: „Einen Opernfan kann man keine irischen Volksweisen spielen lassen.“ Eine Verbindung zwischen Musik und Leben sei für die Auswahl elementar, denn aus dem Dornröschenschlaf erweckt werden können nur die Stücke, die im Gedächtnis als Erinnerungen schon angelegt sind.

Der Bogen senkt sich an Maritas rechte Körperseite, die Geigensaiten schwingen nach. Maritas Augen suchen den Blickkontakt zur Lehrerin, die setzt ebenfalls das Instrument ab, lächelt. „Das hast du toll gemacht“, begleitet ihre warme Stimme die eigene Hand, die Marita bestätigend an den Oberarm fasst. „Ja?“, es klingt ungläubig. Feierabend lächelt, Marita auch. Die Lehrerin setzt die Geige wieder an, nennt den Titel des nächsten Liedes und Marita ertastet mit dem Bogen den Anfangston.

Einzelne Töne zunächst, mehrere Stunden Übung für ein Lied – so verliefen die ersten Unterrichtsschritte, die die beiden gemeinsam gingen. Aus einem Lied ist in den vergangenen Jahren ein Repertoire von 60 geworden. Viele der Stücke können Schülerin Marita und Lehrerin Anke Feierabend inzwischen mehrstimmig spielen – so sicher fühlt sich Marita mit den Melodien. Gespielt wird dabei nicht nach Noten, gespielt wird nur nach Gehör.

Marita arbeitete früher einmal als Kindergärtnerin. So sind es Volksweisen und Kinderlieder, die das Duo an diesem Abend im Wohnzimmer zwischen Kamin und Schaukelstuhl instrumental zum Leben erwecken. Lieder wie „Ein Männlein steht im Walde“ und „Alle Vögel sind schon da“. Jedem Liedende folgt ein fragender Blick, eine bestätigende Geste. Wenn bei einem Lied die Erinnerung mehr Anschubhilfe benötigt, wird wiederholt – einmal, manchmal dreimal. Mit der Spielsicherheit kehrt auch die Selbstsicherheit in Maritas Körper zurück.

Der Unterricht funktioniert nicht als Schlüsselreiz, auf den Marita reflexhaft reagiert. Ma-

ritas Gedächtnis hat keinen Knopf, auf den die Geigenlehrerin drückt und das Musizieren beginnt. Das gemeinsame Spiel erinnert an das Schellen eines Weckers, das immer lauter wird, bis der Schlafende endlich bei Bewusstsein ist. Im Unterricht erwacht Marita nach und nach, Lied für Lied.

Wo zunächst der Bogen den Arm führte, führt später der Arm den Bogen. Der Hals streckt sich, Marita bewegt sich mit dem Takt. Wenn ihr ein Lied gut von der Hand geht, dann schimmern ihre Augen feucht, dann ist ein kurzes Auflachen möglich, bevor sie sich in das nächste Lied vertieft. Beim Geigenspiel erwache sie zum Leben, sagt ihr Mann. „Die Krankheit bringt eine Erstarrung mit sich“, erklärt er. Diese werde durch das Spiel aufgeweicht.

Ein buntes Potpourri

In einem Alltag, der vom Abbau von Fähigkeiten geprägt ist, gibt Anke Feierabend ihren Schülern eine Kompetenz zurück. Im Spiel finden die Schüler neues Selbstvertrauen, das auf dem Gefühl fußt, doch noch etwas zu können. Und dieses Können ist keines, das sich auf das perfekte Spiel begründet. Nicht jeder Ton muss sitzen, nicht jedes Lied kann durchgängig gespielt werden. So kann der Anfang eines Liedes fließend in den Refrain eines weiteren übergehen, um mit der Melodie eines dritten zu enden. Wenn Liedsequenzen sich ähneln, kann es im Kopf der dementen Musiker zu Verwaschungen kommen, aus einem Lied wird ein buntes Potpourri.

Anke Feierabend spielt intuitiv mit. Sie geht auf dieses Verzahnen verschiedener Musikstücke und die Sprünge von einer Melodie in die nächste spontan ein, überspielt diese mit Selbstverständlichkeit, als habe man dieses Stück nie auf eine andere Weise gespielt. „Man muss sie abholen, sie dürfen nicht das Gefühl bekommen, etwas falsch gemacht zu haben“, erklärt Anke Feierabend. Improvisationstalent sei dafür maßgeblich. „Man sollte die Wahrheit dem anderen wie einen Mantel halten, dass er hineinschlüpfen kann, und sie ihm nicht wie ei-

nen nassen Lappen um die Ohren schlagen“, wusste der Autor Max Frisch. Anke Feierabend hat mit ihrer Lehrmethode einen Mantel entwickelt.

Marita spielt Geige, ein anderer dementiell Erkrankter Klavier, der nächste kann nur singen – musikalische Grundkenntnisse müssen im Gedächtnis angelegt sein, auf alles andere geht die Musiklehrerin individuell ein. Sie sucht die passenden Musikstücke, eignet sie sich an, begleitet das Spiel auf dem eigenen Instrument. Sie ist Spielkompanion. Aktuell unterrichtet Anke Feierabend zwei dementiell erkrankte Schüler, und diese rekapitulieren nicht einfach, was sie einmal parat hatten, sie machen Lernfortschritte. Diese Möglichkeit des Prozesses, der im Widerspruch zum sonstigen geistigen Abbau der Dementen steht, hat inzwischen auch die Aufmerksamkeit der Forschung erregt.

Seit 2012 referiert die Violinisten bundesweit über das „Lernen im Vergessen“. Ihren Erkenntnissen vom aktiven Musizieren mit dementiell Erkrankten wollen Forscher jetzt auch ein wissenschaftliches Fundament geben. So plant ein Dresdner Hirnforschungszentrum eine Studie über die Anke-Feierabend-Methode. Und auch die Universität der Künste Berlin möchte in Kooperation mit der Medical School Hamburg eine Studie in die Wege leiten.

„Das Musizieren ändert die Krankheit nicht, aber es ändert Stimmungen“, sagt Maritas Ehemann. Es seien Glücksmomente, die seine Frau in diesen Stunden erlebe. „Meine Aufgabe ist, dass aus dem, was mir von meinen Schülern angeboten wird, Erfolgserlebnisse werden“, beschreibt Anke Feierabend, wie sie diese Glücksmomente erweckt. „Das ist das einzige Mal in der Woche, in der sie Zeit mit einem anderen Menschen aktiv mitgestalten“, sagt die Geigenlehrerin, „und sie sind stolz auf das, was sie können, und dass ihnen etwas zugehört.“

„Es ist für mich jedes Mal ein Wunder“, sagt Anke Feierabend über den Unterricht mit ihren Schülern. Die Erfahrungen aus viereinhalb Jahren Musizieren mit dementen Menschen haben ihr gezeigt, dass dort ein riesiges Potenzial verborgen liege, das bislang noch unbekannt sei. Sie möchte ihre Methode für möglichst viele Menschen zugänglich machen. Ein Institut für therapeutischen Musikunterricht in Schneverdingen, das von einem Verein unterstützt werden soll, befindet sich im Aufbau.

Dort möchte sie nach der Anke-Feierabend-Methode Lehrkräfte ausbilden. Deutschlandweit sollen dann Menschen mit Demenz die Möglichkeit bekommen, in der Musik aufzuatmen, während die Mauern des Vergessens immer näher rücken.

Marita hat ein Demenzstadium erreicht, in dem einfache Gespräche unmöglich werden. Ohne fremde Hilfe kann sie ihren Alltag nicht mehr bewältigen. Vor dem Geigenspiel wiederholt sie einen Satz wie ein Mantra, als sei er allgemeingültig. Er passt nie. Nach dem Geigenunterricht ist sie im Gespräch anwesend. Sie geht auf die Sätze ihres Gegenübers ein. Formuliert Antworten, die sinnvolle Antworten sind. Ihr Handschlag zum Abschied ist fest, sie lacht. Es sind kurze Lichtblicke.

650693

(* Name geändert)