



«Musikspiegel» - ein Forschungsprojekt des Zentrums für Gerontologie der Universität Zürich. Für Menschen mit Erinnerungsschwächen, ihre Betreuenden und Pflegenden.

Musik ist eine Sprache, die über das gesprochene Wort hinausgeht. Die Musik, die wir gerne hören, ist oft ein wichtiger Teil unserer Identität. Die Tonspur unserer frühesten Lebensphase, die wir nicht bewusst gewählt haben, ist noch tiefer in unserer Persönlichkeit eingebettet. Dinge, die wir nicht bewusst wahrgenommen haben – Regen auf dem Dach des Wohnmobils oder die Melodie, die unser Vater piff – werden oft vergessen, bis unerwartet der richtige Auslöser uns daran erinnert und so die Erinnerungen und Gefühle wiedererleben lässt.

«Musikspiegel» nehmen diese dritte Art der "Musik" als Grundlage für eine sehr einfache Idee. Dabei geht es darum, positive Erinnerungen festzuhalten und derart zu speichern, dass sie mit Verbindungen zu Klängen und Geräuschen oder Musik verstärkt werden. Derart kann ein «Musikspiegel» dazu dienen, jemandem zu helfen, sich erkannt und verstanden zu fühlen, Trost zu spenden, von Stress abzulenken, Erinnerungen wachzurufen und Brücken des Verständnisses zwischen Pflegenden und Betreuenden zu bauen.

Das Vorgehen ist dabei sehr einfach: In einem Gespräch mit der kognitiv beeinträchtigten Personen und Ihren Angehörigen wird ein «Musikspiegel» erstellt, der in schwierigen Situationen des Alltages von Betreuungs- und Pflegepersonen eingesetzt werden kann.

Das Zentrum für Gerontologie der Universität Zürich untersucht in der Schweiz erstmalig die Wirksamkeit der Methode gemeinsam mit Praxispartner¹ im Kanton Aargau und in Basel. Das Forschungsprojekt läuft von 2017 bis 2021.

Ein «Musikspiegel» ist eine kurze, in den Worten des befragten Menschen mit Erinnerungsschwächen niedergeschriebene Lebensgeschichte. Dabei werden biografische Erlebnisse mit persönlich bedeutungsvoller Musik bzw. Geräusche verbunden, um positive Erinnerungen und ein Gefühl der Selbstidentität auszulösen.

Referenz

Edwards, H. (2018). Reviving memories with sound. *Nursing and Residential Care*, 20 (7), 329-332. Übersetzung aus dem Englischen von G. Hofstetter, ZfG, Universität Zürich

www.zfg.uzh.ch/de/projekt/Musikspiegel.html

Zentrum für Gerontologie der Universität Zürich, Sandra Oppikofer/ 8. Mai 2019

¹ Pflegimuri, Muri; Reusspark – Zentrum für Pflege und Betreuung, Niederwil; Alzheimervereinigung Kanton Aargau; Felix Platter-Spital Basel; Regionales Pflegezentrum Baden; Dandelion Basel