

Inhalt

Vorwort	7
Dank	9
Einleitung	11
1. Das Alter(n) im Gesamtzusammenhang des Lebens	15
1.1 Der Lebensbogen und Entwicklung im Alter	16
1.2 Die Lebensalter aus anthroposophischer Sicht	19
1.3 Die Lebensalter aus musiktherapeutischer Sicht	20
2. Leben im Alter	23
2.1 Verschiedene Alterstheorien	25
2.2 Vitalität und Gesundheit im Alter	26
2.3 Abbau und Krankheit im Alter	27
2.3.1 Demenz	29
2.3.2 Altersdepression	31
2.3.3 Alterswahn	32
2.4 Befindlichkeiten im Alter	32
2.5 Lebensthemen im Alter	34
2.6 Bedürfnisse und Ressourcen im Alter	39
2.7 Zusammenfassung	47
3. Psychosoziale Begleitung von alten Menschen mit Musik	49
3.1 Musik als Seelennahrung	52
3.2 Musiktherapie als Ressource	54
3.3 Therapeutische Beziehung und Haltung	56
3.4 Psychodynamisch orientierte Musiktherapie	58
3.5 Anthroposophische Musiktherapie	61
3.6 Psychodynamisch orientierte Musiktherapie und anthroposophische Musiktherapie im Vergleich	69

3.7 Musikgeragogik	70
3.8 Musiktherapie und Musikgeragogik im Vergleich	73
3.9 Praxisbeispiel mit Herrn Peter: Von der Isolation zur Kommunikation ...	75
3.10 Musiktherapie als Unterstützung für Angehörige und Patienten	80
3.10.1 Musiktherapie mit einem Ehepaar	83
3.10.2 Musiktherapie mit Mutter und Tochter	87
3.10.3 Musik für die sterbende Mutter	91
3.10.4 Musiktherapie mit Herrn Volk und seinem Hund	94
3.10.5 Musiktherapie mit Frau Huber und ihrer Katze	96
4. Methodik der Musiktherapie mit alten Menschen	99
4.1 Musiktherapeutische Methoden	99
4.1.1 Stille	99
4.1.2 Freie Improvisation, Freies Musikspiel	103
4.1.3 Improvisation mit Demenzpatienten	107
4.1.4 Gruppenimprovisation mit Demenzpatienten	112
4.1.5 Lied	113
4.1.6 Körper	117
4.1.7 Komponierte instrumentale Musik	121
4.1.8 Sprache	125
4.2 Therapeutische Funktionen der Musik	131
4.2.1 Musik als Eindruck	131
4.2.2 Musik als Ausdruck	136
4.2.3 Musik als Kommunikation	143
Schlussgedanken	147
Abbildungsverzeichnis	149
Literaturverzeichnis	151
Anhang	157