

Senior*innen

(Bd. 3, Nr. 2)

*Herausgeber*innen: Prof. Dr. Christiane Plank-Baldauf, Dr. Clara-Franziska Plum,
Prof. Tamara Schmidt, Dr. Theresa Schmitz, Christoph Sökler*

Fokus Improvisation – Musizieren mit Erwachsenen im 4. Lebensalter

Autorin: Katharina Ruf

Lektorat: Nicole Steiner

Abstract

This article offers insights into musical work in nursing homes, focusing on improvisation. The freedom to act, decide, and contribute is paramount. Furthermore, it explores the extent to which improvisation is suitable as an approach for teaching and holistically experiencing music with adults in their later years.

Zitiervorschlag:

Ruf, Katharina: *Fokus Improvisation – Musizieren mit Erwachsenen im 4. Lebensalter*. In: Klangakt, Bd. 3, Nr. 2, 2025, DOI: 10.5282/klangakt/102

Fokus Improvisation – Musizieren mit Erwachsenen im 4. Lebensalter

Katharina Ruf

„Bei unserem Musizieren muss ich an nichts anderes denken. Da ist einfach die Musik da.“ „Musik ist eine Verjüngungskur, nur ohne Chemie.“ „Hier fühle ich mich so frei.“ „Wissen Sie, Musik ist mein Leben.“ Diese und andere ähnliche Statements sind nach gemeinsamen Musizierstunden in Pflegeheimen zu hören, bei denen die Improvisation als Kernelement meiner Arbeit im Zentrum steht. Das tiefe Erleben von Musik, das aktive musikalische Mitgestalten – der musikalische Moment spielen dabei eine bedeutende Rolle. Bevor ich mein Plädoyer für die musikalische und künstlerische Improvisation in der Arbeit mit hochaltrigen Senior*innen schildere, möchte ich Einblick in meine Arbeit in Pflegeheimen geben und meinen Ansatz erklären, den ich auch im Rahmen von Lehrveranstaltungen an der Universität für Musik und darstellende Kunst Wien lehre. Bei meiner Arbeit mit Menschen im 4. Lebensalter¹ mit körperlichen wie auch kognitiven Beeinträchtigungen, wie beispielsweise Demenz, liegt mein Fokus auf der gemeinsamen Improvisation und weniger in der Reproduktion und Gestaltung von bekanntem Volksliedgut oder Schlagerliedern.

Das Improvisieren als aktive Handlung zieht sich wie ein roter Faden durch die Musizier-Einheit, die wöchentlich im Pflegeheim in einem Saal mit ca. 15 Bewohner*innen, 3 Studierenden und 2 Personen vom Pflegepersonal stattfindet. Jede Sitzung beginnt mit einem Begrüßungsritual zum Ankommen, das aus einem gemeinsamen Lied mit Begrüßung der einzelnen Teilnehmenden und einem Aufwärmtdanz mit langsamen Bewegungen besteht. Danach folgt eine der vielfältigen Improvisationsaufgaben mit Bewegung, wie zu einer live Klavier- oder Gitarrenimprovisationsmusik mit einer Partnerperson oder allein, mit isolierten Bewegungen oder ganz frei mit dem ganzen Körper, mit oder ohne Material. Diese Bewegungsimprovisationen können das spätere gemeinsame Musizieren bereichern, da durch Verinnerlichung von Musik im Körper der Zugang zum persönlichen musikalischen Ausdruck der Teilnehmenden intensiviert werden kann. Im Anschluss an die Bewegungsimprovisation erfolgt oft ein bewusstes Hören eines Musikstückes,

¹ Aus der Lebensspannenpsychologie: 4. Lebensalter = ab ca. 80 Jahre

das als Inspiration für eigene Ausdrucksmöglichkeiten dient. Durch das Hören von verschiedenen Musikwerken werden Klangvorstellungen angeregt, sensibilisiert und verfeinert.

So werden beispielsweise aus dem Erleben des Musikstücks *Fields/Clouds* aus dem Album *Book of Days* von Meredith Monk eigene Klangvorstellungen mit der Stimme entwickelt: schwebende „Wolkenklänge“ auf lang gezogenen Vokalen in unterschiedlichen Tönen, die sich später immer mehr verdichten.

Das Thema „Fläche“ wird als anderes Beispiel wie folgend erfahrbar gemacht. Inspiriert von Klangflächenkompositionen, wie beispielsweise das Stück *Lux Aeterna* von György Ligeti, entstehen über das Berühren von eigenen Körperflächen zur Musik und über das Experimentieren mit Cluster und verschiedenen Klangflächen gemeinsame Klangflächenimprovisationen mit Stimme und verschiedensten Instrumenten.

Ein weiteres Beispiel zeigt, wie, ausgehend von dem Stück *Sonata and Interludes for Prepared Piano: Sonata V* von John Cage, gemeinsames Improvisieren mit rhythmischen Patterns und Ostinati, die schichtweise übereinandergelegt werden, zusammen mit Senior*innen entstehen kann. Neue Musik eignet sich generell im Bereich der Improvisation als Inspirationsquelle, da sie eine große musikalische Vielfalt mit sich bringt und oft einen experimentellen Charakter sowie eine Erweiterung der traditionellen Klänge aufweist.

Die kreative Auseinandersetzung mit dem Musikstück *Arabesque No. 1* von Claude Debussy führt beispielsweise in eine musikalische Improvisation mit auf- und absteigenden Melodieverläufen auf Stabspielen, Hapi-Drums, Steeldrums, Schlitztrommeln und Klavier. Nach dem gemeinsamen Hören des Musikstückes können die Teilnehmenden ein Instrument wählen und gemeinsam zuerst damit experimentieren, wie diese auf- und absteigenden Melodien klingen könnten. Auch am Klavier können zwei bis drei Teilnehmende gemeinsam improvisieren. Es gibt aber auch die Möglichkeit, mit einem Metallklangstab nur einen Ton zu spielen. Mein musikvermittelnder Ansatz wird mit Bewegung und Tanz, aber auch mit einem kunstpädagogischen Ansatz verbunden, um unterschiedliche mentale und motorische Anregungen zu schaffen.

In meiner musikalischen Arbeit werden vermehrt *gebundene* Improvisationen eingesetzt. Darunter versteht man ein Musizieren im Moment innerhalb eines vorgegebenen Rahmens, wie u.a. melodische, harmonische oder stilistische Vorgaben. Das kann beispielsweise das Bluesschema als Harmonierahmen, die Pentatonik als Tonmaterial für Melodien oder ein Bossa Nova als stilistischer Rahmen sein. Diesen Rahmen gebe ich musikalisch vor, indem ich zum Beispiel ein Bluesschema auf dem Klavier spiele und die Teilnehmenden mit Stabspielen in einem von mir vorbereiteten Tonmaterial, in diesem Fall in einer Bluesskala, dazu improvisieren können, oder sich andere mit Perkussionsinstrumenten in einem dazu passenden Rhythmusostinato einschwingen können. Daneben werden aber auch Räume für freie Improvisation ohne jeglichen Rahmen ermöglicht, in der es nur eine gemeinsame Klangvorstellung gibt, ein Thema, das klanglich von allen im Moment umgesetzt wird.

Ein Plädoyer für die Improvisation mit Menschen im 4. Lebensalter

Die Improvisation eignet sich besonders bei der musikalischen Arbeit mit hochaltrigen Menschen, weil darin die Kraft der menschlichen und würdevollen Begegnung auf Augenhöhe liegt, eine Kraft, die aus einer musikalischen Idee im Moment ein gemeinsames Muster, ein Netz der Verbindung schafft. Im Unterschied zum Reproduzieren von etwas Bekanntem, wie beispielsweise einem Lied, gibt es bei der gemeinsamen Improvisation immer den Überraschungseffekt, was geschehen wird, was sich gemeinsam entwickeln wird, und es gibt keine Erwartungshaltung, keinen Zwang, keine erzwungene Forderung, sondern Freiheit im Handeln, im Entscheiden und Sich-Einbringen.

„Die musikalische Improvisation erfordert eigenes Tun, eigenes Handeln, aktiv werden. Gemeinsam wird etwas produziert, geschaffen, verändert, erlebt. Etwas gerät in Bewegung, wird neugestaltet, beginnt zu ‚leben‘.“²

Wenn etwas ganz Neues und Einzigartiges in Gemeinschaft im Moment entstehen kann, hebt sich die Zeit auf, entsteht eine Wahrnehmung einer Eigenzeit. Dies befreit besonders Menschen mit Demenz von dem Druck, sich zeitlich (Vergangenheit,

² Hippel/Laabs. In: Tüpker/Wickel (Hrsg.) 2009, 70.

Klangakt. Musiktheater für Junges Publikum. Zeitschrift für Vermittlung und Ästhetik.

<https://klangakt.ub.uni-muenchen.de/klangakt/index>

Gegenwart, Zukunft) orientieren und auskennen zu müssen. Zeitlichkeit spielt dahingehend keine Rolle. Es zählt allein dieser schöpferische Moment, in dem sich alle Beteiligten in einem anderen zeitlichen und anders organisierten Raum befinden und in eine gemeinsame Musik eintauchen.

„Eine Handlung findet immer in der Gegenwart statt. Bei der Improvisation als ein sich selbst organisierender Prozess erscheint die Gegenwart jedoch als ein eigener Lebensraum, dessen Credo, ähnlich den Empfindungen beim Flow-Erleben, die scheinbare Zeitlosigkeit ist. Oder anders ausgedrückt: Es entsteht eine Zeit in der realen Zeit, deren Kontinuum vorübergehend ausgeblendet wird.“³

Die Zeit bleibt „stehen“, sie ist in eine neue „Eigenzeit“ eingebettet.

In der Improvisation mit hochaltrigen Menschen kann eine starke Intensität entstehen, da die Endlichkeit des Lebens so deutlich spürbar scheint. Am Ende des Lebens bleibt zwar nicht mehr viel Lebenszeit, aber im gemeinsamen Erleben von Musik im Moment liegt die „Ewigkeit im Augenblick“.

„Der Augenblick bezeichnet das Gegenwärtige als solches, das nichts Vergangenes und nichts Zukünftiges hat [...] das Ewige bezeichnet ebenfalls das Gegenwärtige, das nichts Vergangenes und nichts Zukünftiges hat, und dies ist des Ewigen Vollkommenheit.“⁴

Cornelius Cardew bezeichnet Improvisation in seinem Aufsatz *Towards an ethic of improvisation* als die „flüchtigste Kunst“ überhaupt.⁵ Durch eben diesen Charakter der Flüchtigkeit und der Zeitlosigkeit ist Improvisation eine Musizierform, die den Menschen im Alter ab 80 Jahren mit kognitiven Beeinträchtigungen meiner Meinung sehr entspricht.

„Improvisation fordert zwingender eine Beteiligung der Spieler am gegenwärtigen Prozess, während beim Interpretieren auskomponierter Musik stärker die Gefahr

³ Eikmeier 2015, 167.

⁴ Liessmann. In: Reusch/Obermeier/Giel (Hrsg.) 2012, 8ff.

⁵ Eikmeier 2015, 168f.

besteht, dass sie mehr mit Vergangenheit und Zukunft beschäftigt und dadurch ‚mental aufgesogen‘ sind.“⁶

Dies bringt den bedeutsamen Aspekt der *Zeitlosigkeit* in dieser Thematik noch einmal zum Ausdruck.

„Der Zustand des wirklich in der Gegenwart Seins bedeutet [...], dass der Improvisierende im selben Maße wie das Publikum vom Unvorhersehbaren überrascht wird. [...] Als Teil des Prozesses ist er in den ‚Magischen Momenten‘ mit der Tätigkeit so verbunden, dass er nicht mehr weiß als die Zuhörer. Er taucht gemeinsam mit ihnen in die Spannungen des improvisatorischen Hier und Jetzt ein und steht mit dem Publikum an der ‚Kante des Unbekannten‘.“⁷

Improvisieren – ein „Sich-Einlassen“ in den Moment, in das Unvorhersehbare, ein „Sich-Öffnen“ für alles, was geschehen wird. Diese innere Haltung bei Menschen, die sich mit dem eigenen Tod auseinandersetzen, kann die gemeinsame musikalische Improvisation in eine besondere Tiefe führen. Das Gefühl von Zeitlosigkeit, das Erleben von rhythmisch-zyklischer Zeit, die Zentriertheit und Konzentration (ausgelöst durch die Musik), die Präsenz – macht Improvisation zu einer sehr bedeutungsvollen Form in der musikalischen Arbeit mit Menschen im vierten Lebensalter.

Auch wenn Improvisieren mit älteren Menschen eher einfach gestaltet ist, meist mit einer gebundenen oder bezogenen Improvisation mit beispielsweise einfachem Material, mit einfach zu handhabenden Instrumenten, mit einfachen Harmonieabfolgen und einfachen melodischen und rhythmischen Elementen, so ist es doch eine komplexe künstlerische Handlung, die vieles von der teilnehmenden Person erfordert. Wenn sich über 90-Jährige auf eine gemeinsame Improvisation einlassen und mit einem Instrument, wie auf einem Metallophon oder auf einer Hapi-Drum rhythmische und melodische Motive spielen oder zu einer Harmonieabfolge eigene Melodiephrasen entwickeln oder eigene Melodien dazu singen, stellt dies eine komplexe Handlung dar. Es erfordert bewusstes Hören auf die Musik, auf die

⁶ Eikmeier 2015, 147.

⁷ Eikmeier 2015, 169f.

anderen, auf die Stimmung, auf die Dynamik, auf das Tempo, auf den Rhythmus/das Metrum, auf etwaige Veränderungen. Diese Menschen hören und reagieren aufeinander, sie setzen dadurch selbstwirksame Aktionen. Wenn sie eigene Melodien oder Liedertexte erfinden oder sich zur Musik aus innerem Impuls heraus bewegen, zeigen sich Spuren ihrer inneren Persönlichkeit. Beispielsweise erscheint es, als würde eine hochaltrige Frau die Musik bis in die kleinsten Zellen ihres Körpers spüren, als wäre ihr ganzer Körper von der Musik durchdrungen, wenn sie beginnt, sich zu einer Musik zu bewegen. *„Nur wenn die Sinneseindrücke den Musizierenden in seinem tiefsten Inneren berühren, fließen sie sicher in sein Spiel ein.“*⁸

Der Musikpädagoge und Improvisationsmusiker Reinhard Gagel setzt sich sehr detailliert mit Improvisation auseinander und betrachtet diese als ein Zusammenspiel von drei Systemen: klangliches System (Parameter), neuronales System (Gehirn) und soziales System (Ensemble).⁹ Improvisieren sei laut Gagel ein fraktaler Prozess, ein Wachstumsvorgang – der Prozess entfaltet sich in all seinen aufeinander bezogenen Rückkopplungen und Wechselwirkungen.¹⁰

Im Zusammenhang, welche Haltung hinter einer improvisierenden Person steht, spricht Gagel von den Aspekten wie Vertrauensbasis, Aktivitätsbalance und Ergebnisoffenheit.

In Bezug auf meinen Kurs bedeutet das, dass Sich Einlassen auf improvisatorische Prozesse Mut, Vertrauen und eine unbedingt positive, wohlwollende Atmosphäre erfordert. Es ist immer wieder erstaunlich, wie sich Menschen im hohen Alter auf solche improvisatorischen Prozesse einlassen, welchen Mut und welche Offenheit sie hier zeigen. Dies kann aber wirklich nur dann gelingen, wenn eine wertschätzende, einladende und wohlwollende Atmosphäre geschaffen wird.

Weiters ist im Interagieren bei einer Improvisation eine Balance zwischen Aktivität und Passivität wichtig. Zu viel vorplanen wie auch nichts anstreben, sind für den improvisatorischen Prozess hinderlich. Ergebnisoffenheit ist eine wesentliche Haltung

⁸ Eikmeier 2015, 133.

⁹ Vgl. Gagel 2010, 15.

¹⁰ Vgl. Gagel 2010, 24.

dafür.¹¹ Gerade dann, wenn die Erwartungshaltung gegenüber dem Ergebnis sehr gering ist, können Momente entstehen, die durch intensive Interaktion sehr berührend und musikalisch qualitativ sind. Gehen wir der Frage nach, welche Aspekte in einer Improvisation als Aktions- und Erfahrungsprozess miteinander und aufeinander wirken, so nennt Gagel folgende Wirkfaktoren: Situation, Haltung der Improvisierenden, Musikalisches Material, Interaktion, Hören, Einbezug des Körpers, Präsenz (Flow).¹²

Darüber hinaus spricht Gagel in Bezug auf kommunikative Strukturen von verschiedenen Ebenen, wie die Sachebene (Musik ist Klang), die Selbstkundgabe (Musik ist persönlicher Ausdruck), die Beziehungsebene (Musik ist Beziehungskundgabe) und die Apell-Ebene (Musik ist Apell).¹³

„Wesentlich ist, dass Kommunikation nicht ‚bewirkt‘ werden kann, sondern aus dem Inneren heraus von selbst ‚entsteht‘.“¹⁴

Um eine Freiheit in einer Improvisation zu erlangen, ist eine offene und gegenwärtige Wahrnehmung eine Grundvoraussetzung. Freiheit bedeutet in diesem Zusammenhang das Erkennen und Respektieren der Einzigartigkeit jeder individuellen Spielsituation.¹⁵ In der Interaktion entsteht Form. Zuhören ist Beziehungshören.

„Grundsätzlich hat die auditive Wahrnehmung bei jeder Form des Musizierens eine große Bedeutung. Durch differenziertes Hören wird musikalischer Ausdruck und musikalische Kommunikation ermöglicht. Da beim Improvisieren im Unterschied zum Interpretieren die Musik gleichzeitig erfunden und gespielt wird, erhält die auditive Wahrnehmung eine besonders starke Bindung an die Gegenwart.“¹⁶

¹¹ Vgl. Gagel 2010, 53f.

¹² Vgl. Gagel 2010, 90.

¹³ Vgl. Gagel 2010, 59.

¹⁴ Eikmeier 2015, 177.

¹⁵ Eikmeier 2015, 161.

¹⁶ Eikmeier 2015, 128.

Im Improvisieren können Kompetenzen gestärkt oder neu entwickelt werden, wie beispielsweise: experimentelle Haltung, Erweiterung des eigenen Potentials, Improvisieren als Spielen, Musizieren im Team, Umgang mit Unvorhergesehenem.¹⁷

In Bezug auf das lebenslange Lernen finde ich es sehr erstrebenswert, diese Kompetenzen auch Menschen in einem sehr hohen Alter zuzusprechen und in diesem Zusammenhang staune ich über so manche hochaltrigen Menschen, die viele dieser Kompetenzen im Laufe der Zeit durch das Improvisieren entwickelt haben.

Improvisation steht daher in meiner musikalischen Praxis im Fokus.

Biografie

Katharina Ruf lehrt als Senior lecturer an der Universität für Musik und darstellende Kunst Wien am Institut für musikpädagogische Forschung und Praxis im Bereich der Elementaren Musikpädagogik. Künstlerisch und forschend setzt sie sich mit Musik- und Tanzimprovisation sowie Contemporary Performance auseinander.

¹⁷ Vgl. Gagel 2010, 153ff.

Literaturverzeichnis

Eikmeier, Corinna: *Bewegungsqualität und Musizierpraxis: Zum Verhältnis von Feldenkrais-Methode und musikalischer Improvisation*, Wien: Hochschulschrift, 2015.

Gagel, Reinhard: *Improvisation als soziale Kunst*, Mainz: Schott Music, 2010.

Hibbl, Natalie/Labs, Friedemann: Improvisieren mit älteren Menschen? Schwierigkeiten und Möglichkeiten. In: Rosemarie Tüpker/Hans Hermann Wickel (Hrsg.): *Musik bis ins hohe Alter. Fortführung, Neubeginn, Therapie*, Norderstedt: Books on Demand, 2009, S. 70.

Liessmann, Konrad Paul: Die (Un-)Moral des Augenblicks. In: Siegfried Reusch/Otto-Peter Obermeier/Klaus Giel (Hrsg.): *der blaue reiter – Journal für Philosophie: No Future! Philosophie des Augenblicks*, Ausgabe Nr. 31, Hannover: der blaue reiter. Verlag für Philosophie, 2012, S. 8-10.

Zitiervorschlag:

Ruf, Katharina: *Fokus Improvisation – Musizieren mit Erwachsenen im 4. Lebensalter*. In: Klangakt, Bd. 3, Nr. 2, 2025, DOI: 10.5282/klangakt/102