

Klangschalen in der Altenpflege



Die Klangresonanzmethode nach Peter Hess® hält Einzug in Pflege, Palliativ- und Demenzbegleitung – und das nicht nur in Deutschland. Sie kann mittlerweile als „Bachelor of Science Komplementäre Methoden“ studiert werden. Es gab inzwischen einige Projekte, die die Wirkung der Anwendungen und der speziellen Methoden im Pflegebereich sowie in der Demenz- und Palliativbegleitung mittels wissenschaftlicher Studien belegen.

In einer Vielzahl von Einrichtungen wurden Erfahrungen und Kennzahlen gesammelt. Der Einsatz von Medikamenten konnte reduziert werden, und das Verhalten von an Demenz erkrankten Menschen hat sich positiv verändert. Teilweise wurde die Krankheitsrate der Mitarbeiter reduziert. Die Atmosphäre in den Einrichtungen hat spürbar ein wohltuendes Umfeld zum Ausdruck gebracht und bewiesen, dass die Arbeit mit Klangschalen effektiv ist. Was sind Klangschalen?

Klangschalen werden in der östlichen Heilkunst schon seit mehr als 5.000 Jahren verwendet. Aber die Anwendungen zur Entspannung kamen erst 1984 durch Peter Hess in unsere westliche Kultur. Klangschalen werden aus verschiedenen Metallen geschmiedet. Eine Qualitätsprüfung nach Peter Hess® für obertonreichen Klang und tiefwirkende Schwingungen stellt die Funktion als geeignete Schale sicher.

Die Peter-Hess®-Klangschale ist mit ihren Schwingungs- und Klangeigenschaften speziell für die Klangresonanzmethode entwickelt worden. Dabei kommt es besonders auf die für die entsprechenden Körperbereiche benötigten Frequenzspektren und Schwingungseigenschaften an. Im Klang sind die Schalen harmonisch – ohne Frequenzsprünge und Nebengeräusche sowie frei von störenden Nebentönen. Das Klangspektrum ist sehr obertonreich und reagiert flexibel. Obertonreiche Klänge werden hauptsächlich bei Entspannungsmethoden eingesetzt, der gesamte Körper kommt auf diese Weise in Harmonie und entspannt sich tief. Von den Empfängern wird die Klanganwendung in der Regel sehr gut angenommen, die Menschen empfunden sie als wohltuend und genießen das Erlebnis.

Meditation, Klangschalen und Wissenschaft

ine entscheidende Grundlage lieferte Sarah Lazar aus Boston (USA), indem sie mit „Die neurowissenschaftliche Erforschung der Meditation“ nachwies, dass durch Meditation die Gehirnstruktur – hauptsächlich im Hippocampus – positiv verändert wird. Meditation bewirkt, dass sich die graue Substanz im Hippocampus regeneriert und sogar wachsen kann. Die Klangresonanzmethode hilft dabei. Sie wird im Zusammenhang mit diesen Erkenntnissen oft genutzt.

Klangschalen werden inzwischen in verschiedensten Bereichen eingesetzt, schon vor der Geburt bis zur letzten Ruhe. Sie werden in Kliniken, Rehabilitationseinrichtungen, Krankenhäusern und Praxen von Physio, Ergo- und Psychotherapeuten angewendet. Auch Ärzte arbeiten inzwischen mit Klangschalen.

Allerdings können Menschen mit Demenz nicht von sich aus meditieren, da mit zunehmender Demenz die Fähigkeit schwindet, sich selbst wahrzunehmen. Mit Klangschalen ist es jedoch möglich, den Zustand der Meditation durch das Berühren mit Schwingungen im Innern des Körpers zu erreichen und auf diese Weise für Momente der Entspannung zu sorgen. Die zu Pflegenden müssen dazu nichts können, sie bleiben angezogen, können sich hinlegen oder auch im Sitzen entspannen. Kurzaktivierungen oder gezielte Anwendungen können ohne großen Aufwand schnell umgesetzt werden. Die zu Pflegenden werden dort abgeholt, wo sie sind, und das macht diese Methode so wertvoll. Sie ermöglicht achtsame, wertschätzende Begegnungen mit automatischer Förderung der Sinne.

Rosemarie Bleil: Als ehemalige Pflegedienstleiterin hatte ich diese Methode in einem Workshop kennengelernt. Sie hat mich neugierig gemacht und auf diesen Weg gebracht.

Nach einer Ausbildung als Klangpädagogin wurde in einem Seniorenheim mit 180 Bewohnern ein Projekt gestartet. Im ersten Schritt konnte Rosemarie Bleil 22 Mitarbeiter zu Klangpraktikern ausbilden.

Wir haben die Methode als festen Bestandteil in der Pflege und der Betreuung für Demenz und Palliativbegleitung eingesetzt. Die Klangarbeitsgruppe entwickelte ein Konzept mit dazu passenden Standards, Nachweisdokumenten und Evaluationsbögen.

Kick-off-Veranstaltungen für Mitarbeiter, Bewohner, Angehörige und Ärzte ließen diese Methode bekannt werden, die Presse erfuhr von unserem Durchbruch in der Altenpflege und brachte Artikel – das war 2012. Anhand von Kennzahlen aus der Pflege, der Betreuung und der Küche konnte die positive Wirkung von den Mitarbeitern dokumentiert werden.

Die Kennzahlen entstanden während dieser Zeit – begleitet von Klangschalenanwendungen in Gruppen- und Einzelangeboten, bei Pflege, Körperarbeit, basaler Stimulation, mit Förderung der Sinne, Entspannungseinheiten und bei Aufnahme der Medikamentengabe. So konnten wir nachweisen, dass der Einsatz von Abführmitteln reduziert werden konnte – z. B. durch Bauchmassage mit Klangschalen. Andere Medikamente wie Psychopharmaka, Schlaf- und Schmerzmittel konnten ebenfalls niedriger dosiert werden. Selbst einen Rückgang von Stürzen konnten wir nachweisen. So entwickelte sich das Projekt dank kreativer Ideen immer weiter. Aber auch den Mitarbeitern, die diese Methode als Handwerkszeug begreifen und ganzheitlich durch interdisziplinäre Zusammenarbeit in den Pflegealltag integrieren, helfen die Klangschalen: Zum einen können Prophylaxen der Pflege schon in der Betreuung unterstützt werden, zum anderen wirkt der wohltuende und entspannende Klang für alle Beteiligten gleichermaßen.

Senioren mit Demenz können sich wieder als Ganzes spüren. Klangschaalen ermöglichen eine Kommunikation und das Ansprechen der Sinne ohne viele Worte, sie schaffen eine Zeit der Ruhe und der Begegnung ohne große Vorbereitungen. Die Anwendungen lassen durch kurze, regelmäßige Einheiten die Menschen sich selbst spüren.

Rosemarie Bleil hat bisher ca. 1.700 Mitarbeiter in stationären Einrichtungen und ambulanten Diensten mit der Klangschaalenmethode begeistert. Sie konnte das Wissen der Anwendungen für Pflege-, Demenz- und Palliativbereiche vertiefen und die Methode ausbauen. Auch in der Intensivpflege gibt es wertvolle Erfahrungen.

Inzwischen hat sie die Klangschaalenmethode für die Pflege auch in der Schweiz und in Österreich verbreiten können. Für viele ist eine Klangschaale ein wunderbares Instrument, um schnell zur Entspannung zu kommen – also auch eine Burnout-Prävention für uns selbst.

Rosemarie Bleil

examinierte Altenpflegerin, Pflegedienst- und Heimleiterin, Palliativfachkraft, Klangpädagogin im Pflege-, Demenz- und Palliativbereich, Aroma- und Gerontotherapeutin

2007–2014

Praktische Erfahrungen als Pflegedienstleiterin in der Altenpflege. Mitarbeiter von Pflege und Betreuung bis hin zu Koch und Hausmeister wurden für Klangschaalenanwendungen qualifiziert. Klangschaalen wurden als Angebot für Bewohner, Angehörige und Mitarbeiter etabliert.

In der Pflege wurden Prophylaxen und Kurzaktivierungen entwickelt. Für die Betreuung wurden Standards entwickelt für Klangschaalen in Einzel- und Gruppenarbeit, Körperwahrnehmung, zur Förderung von Gesundheit und zur basalen Stimulation bis hin zur Sterbebegleitung.

seit 2014

zusätzliche Erfahrungen in außerklinischer Intensivpflege und Palliativbegleitung

Dozentin und Konzeptentwicklung im Peter-Hess-Institut mit Klangschaalen für Demenz, Pflege und Palliativbegleitung.

Inzwischen ist Rosemarie Bleil nach der Schweiz (seit 2012), Österreich und den Niederlanden auch in Belgien als Referentin gefragt.

2021

Insgesamt haben bisher ca. 1.700 Mitarbeiter aus Pflege und Betreuung ihre Seminare und Workshops besucht. Diesen Schatz an Erfahrungen stellen wir gemeinsam mit Rosemarie Bleil künftig in einem Video-Kurs zur Verfügung.

Mit einer Best-Practice-Reihe stellen wir Standards zur Verfügung und liefern passende Klangschaalen inklusive Zubehör – als Paket im Rahmen der Fortbildung nach § 53c SGB XI für Betreuungskräfte nach § 43b SGB XI.