

Interview mit Frau Ricarda Raabe vom 03.11.2021

Biallas: **Erzählen Sie mir doch gerne mal, wer Sie sind und wie Sie zum Trommeln gekommen sind.**

Raabe: Ich bin jetzt 55 Jahre alt und in den Siebziger-Jahren in Süddeutschland groß geworden. Dort war es nicht unbedingt üblich, in einer Kleinstadt Schlagzeug zu lernen. Das gab es in dieser Zeit nicht, also habe ich dann erstmal als Umweg mit ein bisschen Klavier, Gitarre und Blockflöte angefangen, was es eben als Angebot für Mädchen in den Siebzigern gab. Schlagzeug war damals leider einfach nicht möglich. Als ich dann Mitte der Achtziger nach Berlin gezogen bin, habe ich gemerkt, wow, Trommeln ist möglich, Percussion ist möglich, das ist das, was mich wirklich reizt. Anfang der Neunziger habe ich angefangen, Soziale Arbeit zu studieren und konnte so endlich meine Leidenschaft fürs Trommeln ausleben. Ich suchte einen Trommelkurs und habe lange Unterricht in der ufaFabrik in Berlin wahrgenommen. Das hat mich dann alles total gepackt. Dann ging der Weg weiter über klassische Samba-Gruppen, westafrikanische Percussion-Gruppen, in denen ich aktiv mitgespielt habe und viel aufgetreten bin. Irgendwann habe ich die gelernten Rhythmen auch selbst vermittelt. Als ich aber vor über 15 Jahren die Drum-Circle-Methode von Arthur Hull kennengelernt habe, verabschiedete ich mich vom klassischen Trommelunterricht. Denn dieser Ansatz war das, was ich wirklich wollte. Menschen durch das Trommeln zu verbinden!

Biallas: **Und daraus ist dann Ihr Projekt „Lust auf Trommeln“ entstanden?**

Raabe: Richtig. „Lust auf Trommeln“ ist meine Firma, die ich vor 15/16 Jahren gegründet habe. Seit Beginn habe ich den Fokus auf die Drum-Circle-Methode gelegt. Aus meinen drei Professionen und Passionen - staatlich anerkannte Altenpflegerin, Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin und begeisterte Perkussionistin – ist es mir gelungen, das Trommeln, diese Drum-Circle-Idee, in den Alten- und Pflegebereich zu bringen. Das war zum Anfang, also vor 15 Jahren, nicht so einfach, weil es für die meisten Einrichtungsleiter*innen in ihrer Vorstellung einfach nur laut war. Sie hatten Bedenken, dass Bewohner*innen und Gäste dann einfach wieder aufstehen und gehen. Unter anderem hatten sie auch Befürchtungen, dass die älteren Menschen – aufgrund der lauten Trommeln - Ängste entwickeln, womöglich Kriegserinnerungen hochkommen, also da kamen wirklich die verschiedensten Gegenargumente, warum das nicht möglich ist. Heute kann ich sagen, dass die vielen Drum Circles, die ich in Deutschland organisiert habe, nur positiv

angenommen wurden. Dankenswerterweise begegnete ich hier in Berlin auf einer Fachtagung einer Einrichtungsleiterin aus der Villa Albrecht. Sie war begeistert von meinem Vortrag und von meiner Idee: mehr Trommeln in der Altenpflege. Damals aber noch als wage Idee von mir formuliert. Sie hat dann gesagt: „Komm, wir probieren das!“, da sie selbst Hobby-Schlagzeugin war und sich auch „Lärm“ in der Altenpflege vorstellen konnte. Wir haben eine Konzeption geschrieben, welche angenommen wurde. Und das Projekt ist dann über viele Jahre vom Bundesministerium über die „lokalen Allianzen“ finanziert worden. Nach meiner Meinung und meiner Recherche waren wir zu dem Zeitpunkt wirklich der erste Drum Circle, der überhaupt für Menschen mit und ohne Demenz angeboten wurde.

Biallas: Dadurch, dass Sie selbst Altenpflegerin gelernt haben, sind Sie also u. a. an die Zielgruppe von Menschen mit und auch ohne Demenz gekommen?

Raabe: Genau. Ich habe in meiner Erstausbildung Altenpflegerin gelernt. Hingegen andere Student*innen der Sozialen Arbeit meistens oder häufig Erzieher*innen sind. Ich hatte damals schon so zu sagen ein kleines Alleinstellungsmerkmal. Ich war nämlich die einzige Altenpflegerin in Berlin, die Soziale Arbeit studiert hat. Ich habe damals auch mit dem Schwerpunkt Kultursozialarbeit studiert und hatte eher so die Zielgruppe 50+ im Auge. Daher kam auch meine erste Projektidee, die ich hier in Berlin gestartet habe: Wir haben erfolgreich in fünf oder sechs unterschiedlichen Bezirken die Drum-Circle-Projekte 50+ in Stadtteilzentren etabliert, die über Jahre auch wahnsinnig erfolgreich waren und teilweise 30-40 Teilnehmer*innen hatten. Aber trotzdem hing mein Herz immer eher an der Idee, einen Drum Circle für Menschen mit Demenz zu realisieren. Deswegen dachte ich auch, dass man mal schauen muss, ob das geht, was ich damals selbst auch nicht so genau wusste. Ich habe damals einfach Glück gehabt, dass ich ganz viele wunderbare Supporter*innen um mich gehabt habe, die einfach gesagt haben: „Wir probieren das.“ Die mir vertraut haben. Mittlerweile habe ich die Methode des Drum Circles verfeinert und speziell für diese Zielgruppe erweitert. Seit vielen Jahren gebe ich nun selbst Fortbildungen, auch an verschiedenen Musikakademien, habe eine Dozentur in verschiedenen Unis im Fachbereich Musikpädagogik und bringe so die Idee voran, wie es geht, wenn man ein Drum-Circle-Projekt für Menschen mit und ohne Demenz starten möchte. Somit habe ich meine Profession und Passion zusammengebracht.

Zeitgleich hat sich dann der Fachbereich Musikpädagogik in der Fachhochschule Münster mit Prof. Dr. Theo Hartogh und Prof. Dr. Hans-Hermann Wickel entwickelt und sich in vielen Bundesländern als feste Größe in der Weiterbildung etabliert. Diese ist

mittlerweile auch in der Hochschule für Musik in Luzern angekommen und ich bin glücklich, dort auch eine Dozentur zu haben. Und so trägt sich die Idee jetzt quasi über die Jahre/Jahrzehnte richtig gut weiter, sodass es wahnsinnig viele Drum-Circle-Projekte in Altenpflegeeinrichtungen gibt. Aber natürlich auch in anderen Ländern. Von Spanien und Italien können wir uns auch eine Menge abgucken und Inspirationen bekommen. Es gibt zum Beispiel auch Drum-Circle-Projekte für Menschen mit Krebs oder für Menschen mit Parkinson oder einem Migrationshintergrund, hier habe ich auch einige Projekte initiiert. Ebenso wie die Arbeit mit Kindern, Jugendlichen und Lehrer*innen als Schulprojekte. Das Feld ist hier unendlich.

Biallas: **Welche Rolle nehmen Sie denn aktuell in dem Projekt ein?**

Raabe: Wenn wir jetzt über das Drum-Circle-Projekt für Menschen mit und ohne Demenz – Trommeln für Toleranz – sprechen, ist es so, dass ich als Honorarkraft für das Deutsche Rote Kreuz tätig bin. Das Projekt ist angesiedelt in der Villa Albrecht unter der Trägerschaft des Deutschen Roten Kreuzes hier im Berlin Tempelhof.

In der Villa Albrecht läuft es damit wunderbar und unter dieser Trägerschaft werden auch die Anträge bei den unterschiedlichen Fördertöpfen gestellt. Ich helfe dann dabei, die Konzeptionen zu formulieren und mit Studienergebnissen zu untermauern.

Biallas: **Das Projekt gehört somit zur Villa Albrecht?**

Raabe: Genau. Die Villa Albrecht hat auch nochmal ein besonderes Alleinstellungsmerkmal: Sie haben einerseits Mieter*innen, also 29 Mietwohnungen, 16 Tagespflegeplätze und ca. 16 WG-Plätze für Menschen mit Demenz. Es ist auch hier eine neue Art der Kombination. Das heißt, die „fitteren“ älteren Menschen leben in den Mietwohnungen. Ein „Wohnen mit Service“ und die Mieter*innen wissen von vornherein, dass an den Freizeitangeboten auch immer Menschen mit Demenz aus der WG oder Tagespflege teilnehmen. Dadurch entsteht auch ein ganz besonderer Vibe. Bei den Drum-Circles sind Menschen aus der WG für Demenz, Menschen aus der Tagespflege und die Mieter*innen der Mietwohnungen der Villa Albrecht dabei. Es wurde also von Anfang an eine offene Haltung gelebt. Alle sind willkommen. Außerdem haben wir es auch so konzipiert, dass die Mitglieder aus der Kirchengemeinde und Menschen aus der Nachbarschaft – aus dem Kiez - dabei sind. Wir haben unser Projekt in der Freiwilligenbörse veröffentlicht, sodass z. B. ältere Musiklehrer*innen, die schon in Pension sind, mitmachen können. Eine offene Angebotsstruktur und Niederschwelligkeit ist uns sehr wichtig.

Biallas: **Welche Gruppe ist denn die genaue Zielgruppe des Projekts?**

Raabe: Im Fokus sind natürlich Menschen mit Demenz. Aber wir haben auch von Anfang an gesagt, dass wir alles sehr offen halten. Deswegen ist unser Projekt auch in der Freiwilligen- bzw. Ehrenamtsbörse vertreten. Viele Menschen möchten in Kontakt kommen mit Menschen mit Demenz, trauen sich aber eine Begegnung und Begleitung alleine nicht zu. Aber eine Gruppe rhythmisch mit einer Trommel zu unterstützen oder einfach nur da zu sein, zu singen, zu begleiten, das finden viele Leute einfach super. So können sich einige Menschen an den Drum-Circles ehrenamtlich engagieren. Dies wiederum entlastet auch die Person, die das anbietet.

Biallas: **Was sagen Sie zu der Entwicklung der Drum-Circles?**

Raabe: Für mich ist es einfach schön zu sehen, was in den letzten 8 Jahren in Deutschland passiert ist. Motor dieser Entwicklung sind u. a. die vielen Fachtagungen und Kongresse zum Thema „Musik und Alter“ oder „Demenz und Musik“. Ich werde oft zu diesen Fachtagungen und Symposien eingeladen, halte erlebnisorientierte Vorträge und gebe Workshops. So ist die Methode in vielen Regionen in Deutschland angekommen. In vielen Pflegeheimen, Wohngemeinschaften und Tageskliniken wird getrommelt. Das macht mich glücklich. Es ist schon toll zu sehen, dass die Idee mit etwas mehr Leichtigkeit in die Einrichtungen getragen wird. Diese Entwicklung habe ich mir vor 15 Jahren nicht vorstellen können – mir aber immer gewünscht. Es freut mich, dass ich dazu beitragen konnte und die Bewegung bis heute begleiten und unterstützen darf.

Biallas: **Was macht das Projekt Ihrer Meinung nach mit den Menschen? Speziell mit den Menschen mit Demenz-Erkrankung?**

Raabe: Da gibt es natürlich Tausende Beispiele. Viele berührende Erlebnisse und Erfahrungen habe ich in den Jahren sammeln dürfen. Die meisten verbalen Rückmeldungen bekomme ich hauptsächlich vom Pflegepersonal, vom Betreuungspersonal oder auch von Angehörigen. Ich komme meistens in die Einrichtungen und kenne die Menschen dort nicht so gut. Ich weiß natürlich nicht, wie sie sich sonst im Wohnbereich verhalten oder zuhause sind. Ich erlebe sie ja als lachende, im Moment lebende und trommelnde Menschen mit Demenz. Was mir im Anschluss dann die Betreuer*innen, Angehörige, Ergotherapeut*innen, Einrichtungsleiter*innen erzählen, ist, dass die Kommunikation dermaßen gefördert wird und sie immer wieder überrascht sind, wie viel die Menschen nach einem Drum Circle erzählen, obwohl sie sonst eher stumm sind. Die

Selbstwirksamkeit spielt hierbei eine große Rolle. Das heißt: „Ich selbst bin Teil eines Ganzen. Ich kreierte diesen Drum Circle mit! Darauf kann ich stolz sein. Ich bin an dem Vormittag laut gewesen, ich durfte laut sein. Ich war in einem Raum, in dem ich ICH sein durfte, es war eine wunderbare Atmosphäre, ein fehlerfreier Rahmen, der mich so sein lässt, wie ich bin, der nicht vergleicht.“ Also irgendwas „ganz Feines“ müssen wir Drum-Circle-Facilitator*innen in dieser Drum-Circle-Atmosphäre erschaffen, dass die Menschen sich sicher, wohl und aufgehoben fühlen. Obwohl sie das Trommeln sicherlich nicht aus der Kindheit kennen.

Mir wird auch oft erzählt, dass der Drum Circle teilweise einen ganzen Tag auf den Wohnbereich oder in der Tagespflege positiv nachwirkt und dass die Menschen den Rhythmus scheinbar mit und in sich tragen. Man hört also nichts mehr, aber die Menschen gehen tanzend aus dem Raum, in dem gerade getrommelt oder gesungen wurde. Die betreuenden Personen, die die älteren Menschen dann abholen, sind dann auch immer völlig überrascht und sagen „Ich höre ja gar nichts mehr?“ und ich kann nur sagen, dass da einfach noch Vibes sind, die raus müssen. Und dann gehen die Menschen tanzend mit ihren Betreuungspersonen zum Fahrstuhl, lächelnd, entspannt und gelöst.

Ich fing an mich tiefer mit der Frage zu beschäftigen: „Was mache ich da eigentlich? Was bewirkt ein Drum Circle bei den Menschen?“ Ich habe viele Studien gelesen und neun Benefits des Drum Circles herausgearbeitet. Man hat die Auswirkungen in verschiedenen Ländern untersucht. Es gibt mittlerweile viele Studien, die untersuchen, was es mit einem macht, wenn man eher frei trommelt oder an einem Drum Circle teilnimmt.

Es wird nämlich das Wohlbefinden gesteigert, die Entspannung gefördert, der Stress reduziert, es werden positive Emotionen geweckt, die Resilienz wird erhöht, das Immunsystem wird gestärkt, Glücksmomente werden erzeugt und Achtsamkeit entwickelt. Und das alles zusammen schafft diese Verbundenheit. Das alles spüren die Menschen in einem Drum Circle. Ist er doch so viel mehr als ein klassischer Trommelunterricht.

Wir als Drum-Circle-Facilitator*innen ermöglichen einen Ort, in dem Menschen willkommen sind. Es ist dann egal, ob du einen Schlaganfall hattest und vielleicht nur noch einen Arm bewegen kannst, ob du vielleicht gar nicht weißt, was hier eigentlich gerade passiert. Wir geben dir ein Warm-Welcome, ein Du-bist-hier-richtig, und dies scheint so einen Raum zu kreieren, dass sich auch Menschen mit sehr fortgeschrittener Demenz wohlfühlen.

Wir sind authentisch in dem, was wir tun und das nehmen die Teilnehmer*innen wahr. Wenn uns dann manchmal Hospitant*innen in der Villa Albrecht besuchen, sagen diese am Ende oft zu mir: „Ich weiß eigentlich gar nicht, wer Demenz hat und wer nicht.“

Und genau darum geht es: Es ist egal – es ist nicht wichtig!

Biallas: Gibt es wissenschaftliche Studien zum Effekt des Trommelns bei Demenz-Kranken, auf die Sie sich beziehen?

Raabe: Ja, es gibt wissenschaftliche Studien, auf die ich mich beziehe. Gerne schicke ich dir dafür die Postkarte mit den neun Benefits. Es gibt auf jeden Fall Studien, die sich speziell auf Demenz-Kranke beziehen. Leider noch nicht aus Deutschland, wir sind hier ziemlich im Hinterland. Es gibt aber Studien aus Finnland für Menschen mit Depressionen, auch mit älteren Menschen mit Depressionen. Es gibt auch Studienergebnisse aus den USA. Dort gibt es kaum ein Parkinson- oder Alzheimer-Disease-Center ohne Trommeln. Der Fokus liegt hierbei nicht immer auf Musiktherapie. Ich verstehe mich selbst auch nicht als Musiktherapeutin, sondern als eine Person, die in eine Einrichtung geht, mit einem Bündel aus Trommeln und Percussion-Instrumenten kommt und dort einfach eine Gemeinschaft, eine Verbundenheit kreiert, die die Menschen dort vor Ort glücklich macht und die Lebensfreude weckt. Aber wir haben nicht unbedingt einen therapeutischen Ansatz. Das ist uns auch ganz wichtig.

Wenn ich in lachende Gesichter schaue von Menschen mit Demenz, stelle ich mir immer die Frage „Warum ist das so? Was habe ich da kreiert?“ Ich glaube einfach, dass wir einen Raum kreiert haben, wo sie merken, dieser ist frei von Fehlern, frei von „Ich bringe dir was bei.“ Ich denke, dass es die Menschen mit Demenz nicht mehr hinbekommen würden, wenn man Rhythmen/Pattern vermittelt. Dieses Wiederholen, ich mache was vor und du machst es nach und dann wohlmöglich Polyrhythmen – dann kreierte ich ja wieder eine Stresssituation. Und Stress weckt garantiert keine positiven, sondern negative Emotionen. Das heißt, damit zerstöre ich eigentlich meinen Ansatz, den ich ja kreieren möchte. Ich vertraue einfach darauf, dass die Menschen einen Rhythmus in sich tragen. Vor allem hat jeder Mensch ein Synchronisationsbedürfnis. Wir Menschen möchten uns im Spiel auf der Trommel mit anderen Menschen synchronisieren. Ich bin immer wieder beeindruckt, wie schnell wir im Drum Circle zu einem rhythmischen Miteinander finden. Zu Beginn sind wir in der Synchronisationsphase. Ein anderer sagt vielleicht, es ist chaotisch. Ja, das mag zum Anfang so sein, aber dann sind wir noch in dem Synchronisationsfindungsprozess, so möchte ich ihn eher nennen, aber irgendwann spüren und merken die Menschen: „Ah, das ist der Beat.“ Wir markieren diesen Beat durch unsere Körpersprache und unsere Facilitation - aber wir geben grundsätzlich nichts an Rhythmen rein. Irgendwann finden die Menschen den Beat und auf dieses Synchronisationsbedürfnis kann man sich absolut verlassen.

Ich werde auch immer gefragt, wie viele Menschen an einem Drum Circle teilnehmen können. Als ich angefangen habe für Menschen mit Demenz zu arbeiten, dachte ich, die Gruppe bei 20 Teilnehmer*innen schließen zu müssen. Dann gab es Erfahrungen, dass wir durch äußere Umstände einen Drum Circle mit 80 Menschen in einem Altenheim machten, wo ich zu Beginn dachte, dass dies eigentlich gar nicht geht. Dann waren wir zu einem großen Fachtag für Menschen mit und ohne Demenz eingeladen, da waren wir 120 Leute und in einem Alzheimer-Demenz-Café in Potsdam, da waren auch 120 bis 140 Leute. Somit revidiere ich meine Aussage von vor 10 Jahren, dass bei einer Gruppengröße ab 20 Schluss sei. Ich glaube, wir muten den Menschen oft einfach zu wenig zu. Man kann es einfach probieren. Wenn wir wachsam und achtsam sind und sehen, was um uns herum passiert, wenn sich z. B. jemand unwohl fühlt, dann kann man auch was anderes finden und ausprobieren. Grundsätzlich ist so eine große Gruppe auch auf jeden Fall möglich. Mittlerweile gehen wir auch raus, verlassen unseren „Schonraum“, haben beim „Tag der offenen Ministerien“ gespielt, wurden vom ehemaligen Bundespräsidenten Gauck eingeladen und haben auf der großen Parkbühne mit dem Publikum einen großen Drum Circle gemacht. Wir waren auf Bühnen, wo die Menschen von großen Lampen angestrahlt wurden und eigentlich in ein schwarzes Nichts geschaut haben, kein Publikum gesehen haben und sich selbst dort so richtig wohlgefühlt haben. Da sind wirklich erstaunliche Prozesse ins Rollen gekommen. Angehörige berichten mir nach einer öffentlichen Präsentation auch immer wieder unter Tränen, dass sie es nie für möglich gehalten haben und dankbar sind, ihren an demenz-erkrankten Ehemann oder erkrankte Ehefrau so zu erleben und dass sie dabei sein durften. Das sind wirklich berührende Momente. Was ich gelernt habe? Wir müssen einfach mutiger sein und neue Wege gehen!

Biallas: **Was können Sie denn zur Finanzierung des Projekts erzählen?**

Raabe: Zum Anfang waren es die „lokale Allianzen“ vom damaligen Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, die uns und mein Honorar finanziert haben. Wir haben damals Werbung gemacht, einen neuen Flyer erstellt, um für das neue Teilhabe-Projekt im Kiez zu werben. So konnten einerseits die Menschen der Villa Albrecht daran teilnehmen können und andererseits Menschen aus dem Kiez. Also ein kiez-orientiertes, niederschwelliges Angebot. Einige Jahre später haben wir den Drum Circle auch für die Kinder aus der KiTa geöffnet, sodass bei Bedarf auch immer ein intergenerativer Anteil dabei ist. Hierfür haben wir auch eine Projektförderung beantragt und bewilligt bekommen.

Das Bundesministerium hat damals „lokale Allianzen“ für Menschen mit Demenz ins Leben gerufen. Viele innovative Projekte sind aus diesem Topf gefördert worden. Und wir waren gleich in der ersten Förderrunde dabei - als erstes Trommel-Projekt. Ich habe über die Jahre gesehen, dass mittlerweile auch andere Trommel-Projekte in Deutschland daraus gefördert werden. Das ist super und freut mich sehr!

Im Moment werde ich über Aktion Mensch finanziert. Man versucht also auch immer, neue Fördertöpfe aufzutun. Geld ist da wirklich da. Es gibt verschiedene Fördermöglichkeiten. Ich weiß zum Beispiel von den Hansestädten, die häufig Bürgerstiftungen haben, wo man Geld akquirieren kann. Oder manche Kommunen machen das zum Beispiel über Kulturfonds der Sparkasse. Man kann natürlich auch mal ein Spendenschild mit einem Aufruf in einer Einrichtung aufhängen. Es gehen genug Ärzt*innen und Angehörige ein und aus, die das Schild dann sehen und gerne etwas dazugeben. Und wenn ich dann auch aufzeige, wofür ich die Spenden benötige, beispielsweise für zehn Trommeln für einen Drum Circle, dann wird auch lieber gespendet, da man genau weiß, wofür das Geld benötigt wird. So kommen wir zum Beispiel auch zu Trommeln. Da gibt es genug Wege. Einfach kreativ sein!

Biallas: Wie sind Sie denn mit der Corona-Situation in Bezug auf das Projekt umgegangen?

Raabe: Durch Corona ist das Projekt natürlich deutlich eingedampft worden, sodass es nur noch punktuell stattfinden konnte. Ich habe mich damals nach langer Diskussion gegen eine Online-Durchführung entschieden, da es meiner Meinung nach sinnvoller war, das Projekt, wenn es möglich ist, an einem Tag mit voller Energie in Präsenz durchzuführen.

Ein Grundpfeiler meines Konzeptes ist es allerdings auch, das Personal der Pflegeeinrichtungen, wenn sie möchten, zu schulen, sodass die Einrichtungen gar nicht so sehr von uns abhängig sind und die Projekte auch unabhängig von meiner Person stattfinden können. Das geht zum Beispiel auch bis zu den interessierten Bundesfreiwilligendienstleistenden, die wir mitschulen. In Berlin kommt es ja beispielsweise auch oft vor, dass man mal im Stau steht. So kann das Personal den Drum Circle auch ohne meine Anwesenheit durchführen. Ein wichtiger Punkt ist also immer, dass wir von Anfang an gucken, wer hat Interesse und Lust, das zu lernen, wie wir mit einem Drum Circle die Gemeinschaft fördern, Spaß haben und die Lebensfreude wecken. So konnte die Villa Albrecht

während der Corona-Zeit auch ohne mich weiter die Drum- Circles anbieten. Ich bin immer wieder punktuell mal reingegangen, im Sommer beispielsweise, da es natürlich auch gut ist, wenn ich wieder etwas neue Energie reinbringe, aber es geht auch wirklich gut ohne mich.

Dennoch: Natürlich gab es während Corona einen Bruch, da können wir uns nichts vormachen. Aus anderen Bundesländern weiß ich auch, ich stehe mit vielen Menschen in Kontakt, dass die Vereinsamung natürlich deutlich zugenommen hat. Externe durften die Einrichtungen nicht mehr betreten bis in diesem Jahr die 3G-Regel gegriffen hat. Es war auf jeden Fall eine schwierige Zeit, es wurde sehr viel abverlangt von den Festangestellten. Dass Projekte, die jahrelang gut und verlässlich liefen, von einem Tag zum anderen im März letzten Jahres weggebrochen sind und nicht mehr umgesetzt werden konnten, gab natürlich einen verdammt harten Bruch.

Was in einem Jahrzehnt stabil und verlässlich, mit viele Energie und Herzblut aufgebaut wurde, auch von anderen Kolleg*innen von mir aus anderen europäischen Ländern, ist natürlich ganz schön auf hart die Erde geknallt, sage ich mal. Zack...von einem Tag zum anderen! Das ist sehr bedauerlich, da brauchen wir uns nichts vormachen.

Aber wir schauen auch positiv in die Zukunft und wissen, dass es auch hierfür eine Lösung gibt!

Biallas: Ich kann mir gut vorstellen, dass es einem wirklich viel gibt, wenn man sieht, was das Projekt mit den Menschen macht.

Raabe: Ja, auf jeden Fall. Es ist eine Arbeit, mit der ich Geld verdienen kann, aber was man neben dem monetären Aspekt zurückbekommt, ist einfach bezaubernd. Außerdem werde ich immer wieder vor neue Situationen gestellt, wodurch ich immer wieder neue Lösungsmöglichkeiten suchen muss, ob es machbar ist, ob es geht. Dadurch bleibe ich flexibel und kreativ. Über die Jahre habe ich festgestellt, dass ich durch die Arbeit so viel erfahren und gelernt habe. Auch über die Menschen mit Demenz. Dadurch habe ich auch persönliche Rückschlüsse gezogen. Dass wir zum Beispiel, wie ich vorhin schon sagte, den Menschen einfach mal mehr zutrauen sollten. Das habe ich gelernt und dafür bin ich dankbar. Ich lerne bei jedem Drum Circle etwas dazu, mache mir Notizen, reflektiere. Das fließt natürlich auch in meine Fortbildungen mit ein, sodass Leute auch manchmal zwei-/dreimal meine Fortbildung besuchen, weil sie sagen, dass immer wieder neue Geschichten dazukommen, immer wieder neues Video-Material zu sehen ist. Wir haben natürlich viel Video-Material über die Jahre gesammelt, was nicht öffentlich ist und nur

intern für Schulungen genutzt werden darf. Da sieht man dann auch wirklich nochmal ganz andere Momente. Ich bin dankbar für all diese Momente und bekomme so viel zurück.

Biallas: Wenn man Profession und Passion verbinden kann, ist das natürlich wie ein Traum, der in Erfüllung geht, richtig?

Raabe: Ja, total. Ich bin da auch sehr dankbar, dass es so eine Kombination geworden ist. Ich habe auch gelernt, wenn ich einfach mutig meinen eigenen Weg gehe, und ich sage, dass ich daran glaube, absolut dahinterstehe und authentisch in dem bin, was ich tue, dann kann ich auch ein bisschen verrückt sein. Wenn ich einfach authentisch bin, dann laufen ganz viele Projekte, egal, für was es ist. Die Menschen bekommen so auch viel mehr Vibes mit. Wenn du einfach nur etwas machst, weil es gerade auf dem Programm steht oder weil du es gelernt hast und meinst, dass es jetzt passieren soll, spüren die Menschen das. Es gibt einen Satz beim Drum Circle und zwar „Work with what they give you“, also arbeite mit dem, was sie dir geben. Und das ist auch das, was ich in den Fortbildungen immer vermittele: Einfach vertrauen. Vertraut euch, vertraut der Gruppe. Seid aufmerksam. Mindfulness: Aufmerksamkeit, Achtsamkeit. Was bieten euch die Menschen, für die ihr gerade tätig seid? Denen ihr gerade dient? Ihr dient in der Gruppe. Ihr unterstützt quasi den Weg, auf dem sich die Menschen gerade musikalisch befinden. Da mag es noch so toll sein, dass ihr für den Vormittag ein Programm habt, aber das macht euch an manchen Stellen vielleicht einfach „blind“ für den Moment. Das ist ein wirklich sehr guter Ansatz, wenn wir mit Menschen mit Demenz arbeiten: Lebe und trommle im Augenblick!

In einem Videofilm wird zum Schluss „Wenn bei Capri die rote Sonne im Meer versinkt“ gesungen. Wenn ich mir für diesen Vormittag einen genauen Plan gemacht hätte, dann wäre das nie so entstanden. Ich gehe da wirklich völlig frei rein, natürlich mit einem imaginären und riesigen Handwerksrucksack auf dem Rücken, aber ich muss in dem Moment total sensitiv-achtsam sein, intuitiv moderieren und facilitieren. Ich schaue dann und sobald sich etwas ergibt, verstärken ich das, was gerade geschieht. Wenn wir merken, dass da was passiert, verstärken wir das, in dem wir die Menschen positiv unterstützen. Und dann kam wirklich eine Frau, die hat aus voller Kehle und laut angefangen, das Lied zu singen. Alle 35 Menschen haben sich dann darauf eingelassen und da musste ich wirklich mit den Tränen kämpfen. Das ist wirklich so berührend, wenn plötzlich alle singen und trommeln. Natürlich weiß ich, ich habe das Handwerkszeug Singen und Trommeln, aber ich stehe nicht in der Mitte und sage „Oh, lasst uns doch mal

gemeinsam „Wenn bei Capri die rote Sonne im Meer versinkt“ singen“. Geht vielleicht auch, aber ich denke nicht so inbrünstig. Wenn das selbst aus der Gruppe gestaltet und initiiert wird, dann nehme ich diesen Impuls dankbar und offen auf, verstärke und unterstütze ihn. Das ist es ein viel schöneres und wahres Erlebnis deiner eigenen Person, deiner eigenen Selbstwirksamkeit, wo wir wieder bei dem Wort vom Anfang sind, dass du dich selbst erlebst und dass du das in dieser Atmosphäre sein darfst. Und du bist auch noch selbst auf die Idee gekommen und kannst diesen Moment in der Gruppe teilen und erlebst, wie alle mitmachen. Was Schöneres gibt es ja nicht.

Das Interview führte:

Laura Biallas, Studentin an der Hochschule Emden/Leer – Fachbereich Soziale Arbeit

Modul: "Kulturelle und künstlerische Bildung"

Kurs: "Musik in der Sozialen Arbeit"