



## **Lieblingsmusik: Individualisierte Musik für Menschen mit Demenz**

Prof. Dr. Gabriele Wilz  
Abteilung Klinisch-Psychologische Intervention,  
Friedrich-Schiller-Universität Jena

FRIEDRICH-SCHILLER-  
UNIVERSITÄT  
JENA

Foto: Anne Gümter

# Relevanz non-pharmakologischer Interventionen

## Nationale Demenzstrategie:

*„Ziel der Strategie ist es, die Lebenssituation von Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen zu verbessern (...)“*

## S3-Leitlinie Demenzen:

**Psychosoziale Interventionen** sind zentraler und notwendiger Bestandteil der Betreuung von Menschen mit Demenz und deren Angehörigen



***„Musik im besten Sinne bedarf weniger der Neuheit,  
ja vielmehr je älter sie ist, je gewohnter man sie ist,  
desto mehr wirkt sie.“***

*Johann Wolfgang von Goethe*

## Musik ist nicht gleich Musik

### Musiktherapie

Musiktherapeut:in  
leitet Musizieren  
oder Musikhören an

### Musikinterventionen

Begleitetes Hören individueller  
Lieblingsmusik

Musikaktivitäten wie Singen oder  
Musizieren, begleitet durch Freiwillige  
Pflegepersonal, Angehörige

### Unstrukturiertes Musikhören

im Hintergrund  
bei alltäglichen  
Aktivitäten

## Was ist individualisierte Musik?

- Lieblingsmusik
- auf den eigenen Präferenzen und Erfahrungen basierend
- besonders relevant: Musik aus der Jugend und dem jungen Erwachsenenalter

## Was ist Ihr Lieblingslied?

Welche Gefühle sind damit verknüpft?

Welches Ereignis verbinden Sie damit?

Wann haben Sie das Lied zum ersten Mal gehört?

Mit welchen Menschen verbinden Sie das Lied?

## Beispiel für eine individuelle Playlist

Interpret	Musikstück	Genre	Dauer
Elvis Presley	Jailhouse Rock	Rock'n'Roll	2:35
Elvis Presley	Love Me Tender	Rock'n'Roll	2:42
Elvis Presley	In the Ghetto	Rock'n'Roll	2:58
Elvis Presley	Always on My Mind	Rock'n'Roll	3:38
Bill Haley	Rock Around the Clock	Rock'n'Roll	2:24
Jerry Lee Lewis	Great Balls of Fire	Rock'n'Roll	1:54
Louis Armstrong	What a Wonderful World	Jazz	2:19
Glenn Miller	In the Mood	Jazz	3:36
Glenn Miller	Moonlight Serenade	Jazz	3:22
Udo Jürgens	Ein ehrenwertes Haus	Schlager	3:29
Udo Jürgens	Zeig mir den Platz an der Sonne	Schlager	3:44
Insgesamt			33 min

ID 15

## Forschungsstand zu individualisierter Musik

- **Einzelstudien** zeigen u.a. Hinweise auf:
  - Reduktion von Angsterleben (Sung et al., 2010)
  - Reduktion depressiver Symptome (Huber et al., 2020)
- gemischte Befunde zu Agitation (Unruhe, herausforderndes Verhalten)
  - kurzfristige Verbesserung von Agitation (Hicks-Moore & Robinson, 2008)
  - keine Veränderung von Agitation (Kwak et al., 2018; Huber et al., 2019)

# Projekt: Individualisierte Musik für Menschen mit Demenz

## Verbesserung von Lebensqualität und sozialer Partizipation von Menschen mit Demenz in der institutionellen Pflege

- gefördert vom GKV-Spitzenverband der Pflege- und Krankenkassen

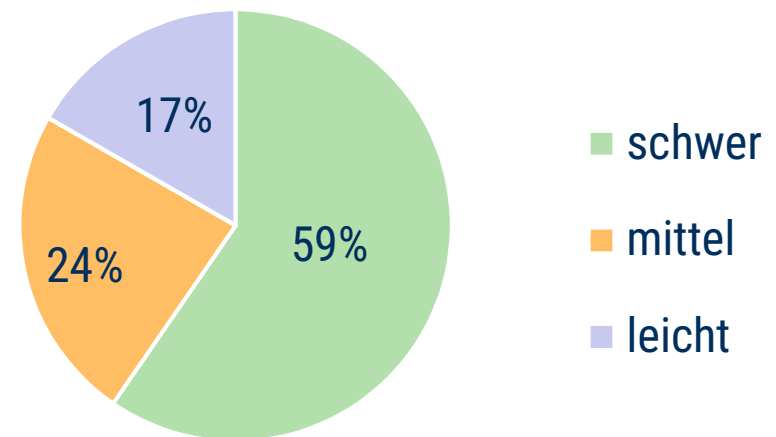


Finanziert im Rahmen  
des Modellprogramms  
nach § 8 Abs. 3 SGB XI

## Rekrutierung und Schweregrad der Demenz

- Rekrutierung in **5 Pflegeheimen** in Thüringen
- **N = 118**
- **Alter:** M = 84.12 (SD = 7.00; Min = 65; Max = 105)

- **Schweregradeinteilung** mittels Mini-Mental-Status Test

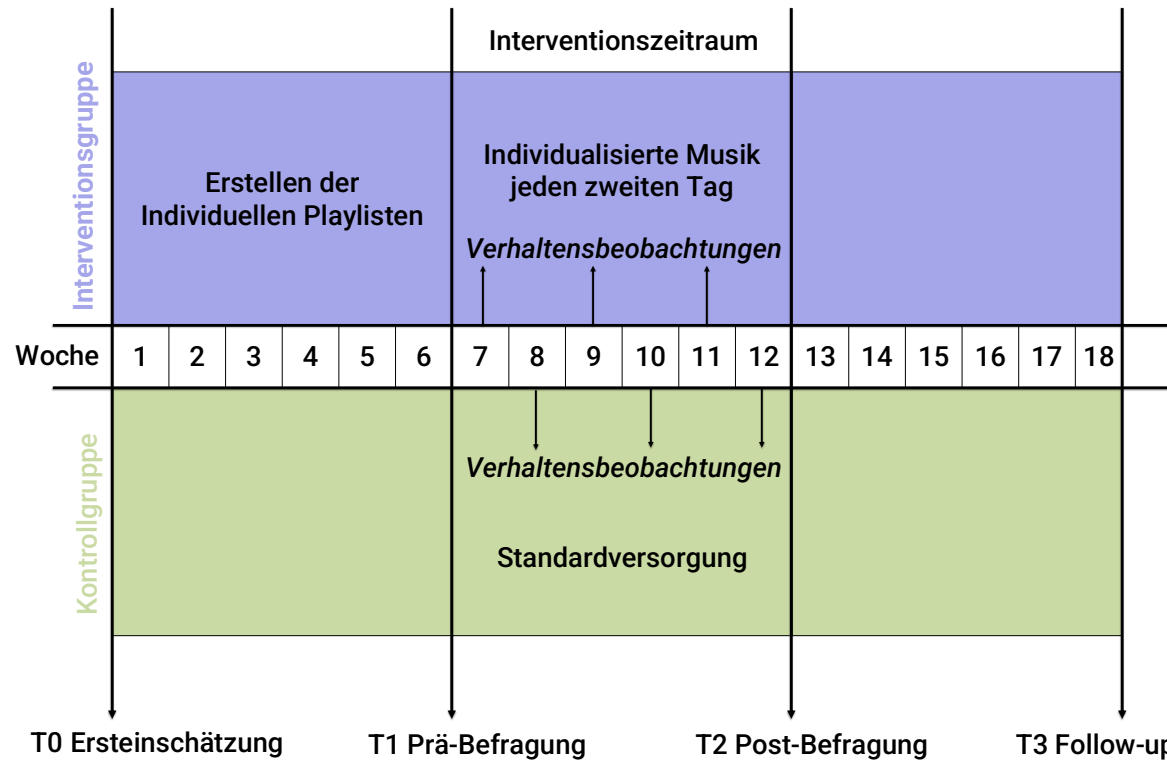


## Musikpräferenzbefragung

- Erstellung der individuellen Musiklisten auf Basis der Informationen der Angehörigen
- zusätzliche persönliche Befragungen bei 19 Teilnehmenden

Interpret	Lied
1. Heino	Das Wandern ist des Müllers Lust
2. Udo Jürgens	Griechischer Wein
3. Deutsches Volksmusikensemble	Es klappert die Mühle am rauschenden Bach
4. Marlene Dietrich	Lili Marlene
5. Peter Alexander	Die kleine Kneipe
6. Die Wiener Sängerknaben	Guten Abend, gute Nacht
7. Anneliese Rothenburger	Das gibt's nur einmal

# Forschungsdesign und Durchführung



## 6 Wochen Musikhören

jeden 2. Tag / 3-4x pro Woche

über Kopfhörer und MP3-Player

Begleitet durch Projektteam,  
Mitarbeitende der Pflegeheime,  
Angehörige, Ehrenamtliche

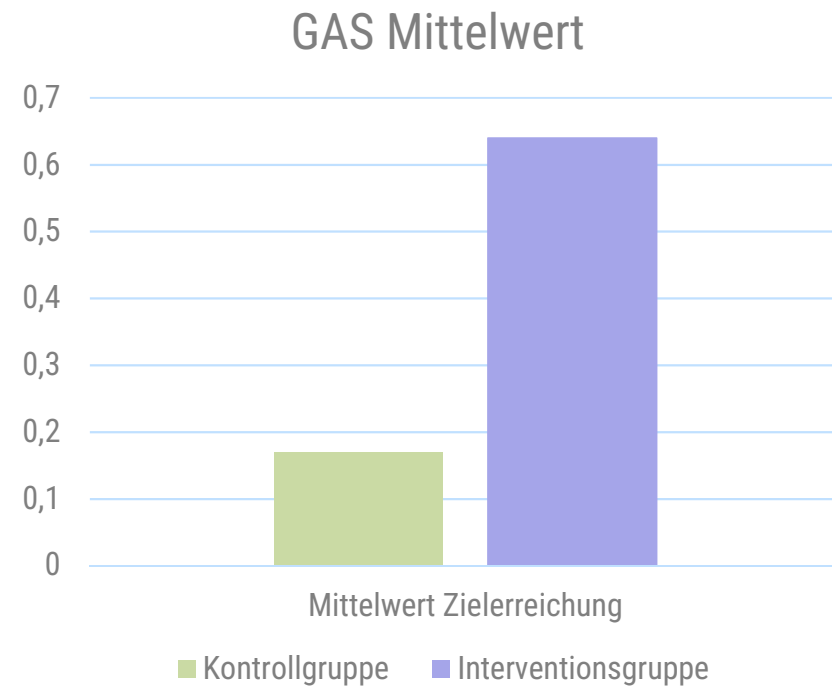
## Ergebnisse: Durchführung und Akzeptanz

- Bei **96,5 %** der Menschen mit Demenz der Interventionsgruppe konnte die Musikintervention erfolgreich durchgeführt werden

## Ergebnisse: Individuelle Zielerreichung (GAS)

### Häufigste Zielkategorien:

- Entspannung / Beruhigung (27.7%)
- Stimmung (26.2%)
- Aktivierung / Reaktion (13.1%)
- Soziale Interaktion / Kommunikation (13.1%)



## Ergebnisse: Verhaltensbeobachtung

➤ Insgesamt 313 Verhaltensbeobachtungen

- **Herausfordernde Reaktionen** sind während des Musikhörens in der Interventionsgruppe signifikant **reduziert** im Vergleich zur KG
- während und nach dem Musikhören signifikant **weniger Anspannung** in der IG im Vergleich zur KG
- während und nach dem Musikhören signifikant **mehr Freude** in der IG im Vergleich zur KG

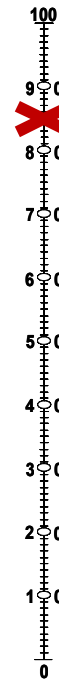
# Ergebnisse: Fremdeinschätzungen des Pflegepersonals

- **Erlebte Unterstützung durch die Musik**

**$M = 84.46$**  ( $SD = 18.2$ ; Min = 35; Max = 100)

- Hinweise auf Verbesserung der Lebensqualität
- Verringerung von herausforderndem Verhalten
- Verbesserung der sozialen Partizipation

100 „äußerst hilfreich“



0 „gar nicht hilfreich“

## Ergebnisse: Fallkonferenzen

Wie zufrieden sind Sie generell mit der **Idee des individuellen Musikhörens**?

Ziemlich unzufrieden	Leidlich oder leicht unzufrieden	Weitgehend zufrieden	Sehr zufrieden
0	1	2	<b>✗</b> 3

Wie zufrieden sind Sie mit der **Art der Musik (persönliche Playlist)**, die der/die Bewohner\*in erhalten hat?

Ziemlich unzufrieden	Leidlich oder leicht unzufrieden	Weitgehend zufrieden	Sehr zufrieden
0	1	2	<b>✗</b> 3

## Ergebnisse: Fallkonferenzen

Würden Sie sich wünschen, dass die/der Bewohner\*in die **Musik weiter erhält**?

eindeutig nicht	Ich glaube nicht	Ich glaube ja	eindeutig ja
0	1	2	3



Wie beurteilen Sie die **Häufigkeit** des Musikhörens (jeden 2. Tag)?

Zu wenig	Genau richtig	Zu viel
0	1	2



Wie beurteilen Sie die **Dauer** des Musikhörens (20min)?

Zu wenig	Genau richtig	Zu viel
0	1	2



## Einschätzungen Pflegepersonal:

„(...), er war **ausgeglicher**, er war nicht so verbal ungehalten wie oft sonst, er konnte im Wohnbereich bleiben.“ (zu ID 55)

„...sie hat dem Musikhören den ganzen Tag schon immer **entgegengefiebert**. Und wenn es dann mal ausgefallen ist, dann kam sie schon auf mich zu und **fragte, wann sie wieder Musikhören könne**.“ (zu ID 126)

„Ja, im Wohnbereich 3 sind zwischen den beiden die **sozialen Kontakte wesentlich enger und verwurzelter geworden**.“ (zu ID 52 und ID 74)

*„Sie hat schon immer sehr gerne getanzt und war aufgedreht.  
Wir haben das aber an ihr nie gesehen.  
Mit der Musik ist sie dann immer mehr zu der geworden, die sie mal war.“*

*„Beim ersten Ton, den sie gehört hat, war sie total verändert. Vorher saß sie in sich  
gekehrt und sobald die Musik aufgesetzt wurde, war sie fröhlich. Als ob man einen  
Schalter umgelegt hat.“*

Mitarbeiterin des Sozialen Dienstes über eine Projektteilnehmerin

## Typenbildung zu Reaktionen von Menschen mit Demenz auf individualisierte Musik



\* nachgestellte Szene mit Schauspielern

**234 Videos; ca. 188h Videomaterial von Interventions- und Kontrollgruppe**

## Ergebnisse: 10 Idealtypen

- 1) Teilen und Mitteilen von Freude
- 2) Selbstöffnung durch Musik
- 3) Konzentriertes, versunkenes Zuhören
- 4) Glückseliges Genießen
- 5) Erleben der Musik als traurig und schön
- 6) Teilen von Erinnerungen
- 7) Loslassen von Anspannung
- 8) Verspannen und Zurückweisen
- 9) Vorrangige Suche nach sozialem Austausch
- 10) Keine interpretierbare Reaktion

# Individualisierte Musik für Menschen mit Demenz in der häuslichen Pflege

Akzeptanz und Wirksamkeit einer App-basierten Musikintervention (IMuD-App)



Gefördert vom GKV-Spitzenverband  
der Pflege- und Krankenkassen

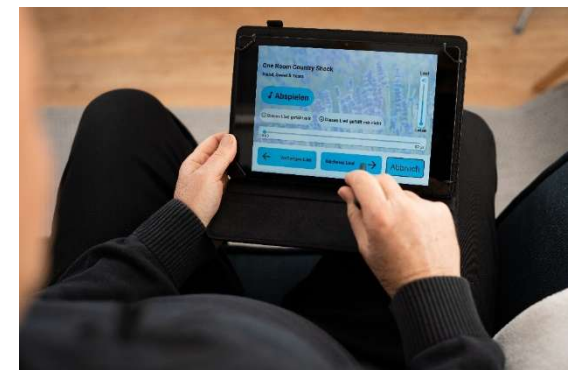


Gefördert im Rahmen  
des Modellprogramms  
nach § 8 Abs. 3 SGB XI

## IMuD-App: benutzerfreundliche Anwendung auf einem Tablet



- Schritt-für-Schritt-Anleitung zur **Erstellung** individualisierter **Playlisten**
- **Hören der Playlisten** direkt in der App
- **Hinweise und Empfehlungen** zur Durchführung der Musikintervention



## Ergebnisse: Auswirkungen auf die Menschen mit Demenz

- sowohl **Entspannung** als auch **positive Aktivierung**
- **Stimmungsverbesserung**, Äußerung von Freude und Spaß
- Veränderungen der Aktivierung: **aufmerksames** Zuhören, **Interesse**, **Wiedererkennen** von Musik
- **soziale Kontaktaufnahme**: Erinnerungen teilen
- **Bewegen** zur Musik sowie Singen, Pfeifen, Summen

## Ergebnisse: Auswirkungen für die pflegenden Angehörigen



- Strukturierung des Alltags: Musikeinheiten als feste Rituale, als Ruhemomente und Rückzugsmöglichkeit
- gemeinsame Hörsituationen: erleichtern die Interaktion mit den Menschen mit Demenz und ermöglichen gemeinsame Aktivität und emotionalen Austausch
- Erleben positiver Erfahrungen der Menschen mit Demenz
- **ABER:** keine Effekte hinsichtlich psychischer und körperlicher Belastungen der pflegenden Angehörigen

## Neues Projektvorhaben – Start im Februar 2026

**Lieblingsmusik für Menschen mit Demenz: Implementation und Verstetigung von individualisierter Musik in Pflegeheimen**

**Projektleitung:** Prof. Dr. Gabriele Wilz & Lisette Weise  
Abteilung Klinisch-Psychologische Intervention, Friedrich-Schiller-Universität Jena

**Fördermittelgeber:** Edgar und Nina Kummerfeldt Stiftung

**Laufzeit:** 3 Jahre (01/2026-12/2028)

## Projektaufgaben und Ziele

- Schulung und Supervision der jeweiligen **Teams in den Pflegeheimen** (u.a. Leitung, Pflege, Sozialer Dienst)
- Gewinnung, Schulung und Begleitung von **Ehrenamtlichen** zur Ermöglichung der langfristigen Umsetzung der Musikintervention in Pflegeheimen

## WIR UNTERSTÜTZEN PFLEGE- UND BETREUUNGSEINRICHTUNGEN

- bei der Erstellung individualisierter Musiklisten
- bei der optimalen Begleitung des Musikhörens
- beim Aufbau von Ehrenamtsstrukturen für eine langfristige Umsetzung

**Kommen Sie gern auf uns zu!**

E-Mail: [musikprojekt@uni-jena.de](mailto:musikprojekt@uni-jena.de)

## LIEBLINGSMUSIK FÜR MENSCHEN MIT DEMENZ

- neues Forschungsprojekt ab 02/2026
- Bundesweites Angebot für Pflege- und Betreuungseinrichtungen

[www.musik-demenz.de](http://www.musik-demenz.de)



## Informationen zu den Projekten

- Webseite der Abteilung Klinisch-psychologische Intervention:  
<https://www.klinisch-psychologische-intervention.uni-jena.de/>
- Homepage Musikprojekt: [www.musik-demenz.de](http://www.musik-demenz.de)
- AOK Familiencoach Pflege: <https://pflege.aok.de>

## Literatur zur Musikintervention (Auszug)

- Hillebrand, M. C., Lehmann, E.-F., Weise L., Jakob, E., & Wilz, G. (2022). The Dementia Coding System (DeCS): Development and initial evaluation of a coding system to assess positive, challenging, and music-related behaviors of people with dementia. *Nordic Journal of Music Therapy*. Advanced Online Publication. <https://doi.org/10.1080/08098131.2022.2089905>
- Hillebrand, M. C., Weise, L., & Wilz, G. (2023). Immediate effects of individualized music listening on behavioral and psychological symptoms of dementia: A randomized controlled trial. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 38(3), e5893. <https://doi.org/10.1002/gps.5893>
- Hillebrand, M. C., Weise, L., Itz, M. L., Jakob, E. & Wilz, G. (2024). Music Matters, but so Does the Outcome Measure: A Randomized Controlled Trial for an Individualized Music Intervention for People Living with Dementia. *Clinical Gerontologist*, 1–13. <https://doi.org/10.1080/07317115.2024.2429590>
- Jakob E., Meininger J., Hillebrand M. C., Weise L. & Wilz G. (2024). Study protocol: randomized controlled trial of an individualized music intervention for people with dementia in the home care setting. *BMC Psychiatry* 26,24(1), 230. doi: 10.1186/s12888-024-05697-0. PMID: 38532365; PMCID: PMC10967058.
- Sittler, M. C., Worschech, F., Wilz, G., Fellgiebel, A., & Wuttke-Linnemann, A. (2021). Psychobiological mechanisms underlying the health-beneficial effects of music in people living with dementia: A systematic review of the literature. *Physiology & Behavior*, 233, 113338. <https://doi.org/10.1016/j.physbeh.2021.113338>
- Töpfer, N. F., Schön, L., Jakob, E., Hillebrand, M. C., Reichertz, J., Rother, D., Weise, L., & Wilz, G. (2024). Sounds of Difference: A Typology of Reactions of People With Dementia to Individualized Music in the Presence of a Monitoring Person. *The Gerontologist* 64. <https://doi.org/10.1093/geront/gnad171>
- Weise L., Töpfer, N. F., Deux, J., & Wilz, G. (2020). Feasibility and effects of individualized recorded music for people with dementia: A pilot RCT study. *Nordic Journal of Music Therapy*, 29(1). <https://doi.org/10.1080/08098131.2019.1661507>
- Weise, L., Töpfer, N. F., & Wilz, G. (2020). Immediate reactions of people with dementia to individualized music. *Pflege*, 33(5). <https://doi.org/10.1024/1012-5302/a000757>
- Weise, L., Jakob, E., Töpfer, N. F., & Wilz, G. (2018). Study protocol: Individualized music for people with dementia—Improvement of quality of life and social participation for people with dementia in institutional care. *BMC Geriatrics*, 18(1). <https://doi.org/10.1186/s12877-018-1000-3>

# Literatur zur psychotherapeutischen Unterstützung von pflegenden Angehörigen (Auswahl)

Wilz, G., Schinköthe, D. & Kalytta, T. (2015). Therapeutische Unterstützung für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz. Das Tele.TAnDem-Behandlungsprogramm. Göttingen: Hogrefe.

Wilz, G. & Pfeiffer, K. (2017). Psychotherapie mit älteren pflegenden Angehörigen. *Der Nervenarzt*. doi: 10.1007/s00115-017-0410-3

Wilz, G., Reder, M., Meichsner, F., & Soellner, R. (2018). The Tele.TAnDem Intervention: Telephone-based CBT for family caregivers of people with dementia. *The Gerontologist*, 58(2), e118-e129. doi: 10.1093/geront/gnx183

Wilz, G. Reiter, C. & Risch, A. K. (2017). Akzeptanz und Commitment Therapie im Alter: Therapeutisches Vorgehen und klinische Erfahrungen. *Psychotherapie im Alter*, 1, 83-95.

Wilz, G., Meichsner, F., & Soellner, R. (2017). Are psychotherapeutic effects on family caregivers of people with dementia sustainable? Two-year long-term effects of a telephone-based cognitive behavioral intervention. *Aging and Mental Health*, 21(7), 774 – 781. doi: 10.1080/13607863.2016.1156646

Wilz, G., Weise, L., Reiter, C., Reder, M., Machmer, A., & Soellner, R. (2018). Intervention helps family caregivers of people with dementia attain own therapy goals. *American Journal of Alzheimer's Disease & Other Dementias*, 33(5), 301 – 308. doi: 10.1177/1533317518769475

Wilz, G. & Pfeiffer, K. (2019). Pflegende Angehörige. *Fortschritte der Psychologie*. Göttingen: Hogrefe.

Wilz, G. (2024). *Psychotherapeutic Support for Family Caregivers of People With Dementia. The Tele.TAnDem Manual*. Hogrefe Publishing.

Wilz, G. & Pfeiffer, K. (erscheint 2026). Ratgeber pflegende Angehörige. *Fortschritte der Psychologie*. Göttingen: Hogrefe.

The background of the slide features a detailed, blue-toned seal of the Friedrich-Schiller-Universität Jena. The seal is circular and depicts a bearded man in a fur-trimmed hat and a thick, fur-lined robe. He is holding a sword across his chest. The Latin motto "COMPT. DOGERE" is inscribed in an arch above the figure. Other Latin text, including "MISIA" and "ARCHIO:", is visible on the left and right sides of the seal's border.

Vielen Dank  
für Ihre Aufmerksamkeit!

---

Prof. Dr. Gabriele Wilz  
Abteilung für Klinisch-psychologische Intervention  
Friedrich-Schiller-Universität Jena

[gabriele.wilz@uni-jena.de](mailto:gabriele.wilz@uni-jena.de)