

# Grobkonzept

Manuela Wegmüller + Denise Brändli  
Zürich, März 2016

# Management Summary

memoryPLUS ist ein musikbiografisches Singprojekt mit Pflegenden für dementiell erkrankte Menschen in stationären Einrichtungen.

Durch eine dementielle Erkrankung erfahren primär geistige Fähigkeiten eine Einbusse, emotionale deutlich weniger. Daraus ergibt sich, dass die Lebensqualität von Menschen mit einer Demenz insbesondere durch eine einfühlsame und rücksichtsvolle Pflege und Begleitung äusserst positiv beeinflusst wird.

Die Pflege und Betreuung von demenzkranken Menschen ist anspruchsvoll und stellt hohe Anforderungen an die fachliche Kompetenz und persönliche Reife der Pflegenden. Vielfältige Methoden sind nötig, um die professionellen Kernaufgaben zu erfüllen. Singen von musikbiografischen Liedern ist eine dieser Methoden.

Singen spricht vor allem die emotionale Seite des Menschen an. Es weckt Erinnerungen, spiegelt unsere Gefühle wider, kann unser psychisches Befinden beeinflussen und reduziert Stress, Agitiertheit, Angst und Depressivität.

Die Forschung bestätigt die positiven Effekte von Singen auf das Wohlbefinden und die Lebensqualität von Menschen mit Demenz und ihren Pflegenden.

# Ziele

memoryPLUS verfolgt folgende Ziele:

- Das Wohlbefinden für Bewohnende und Pflegende steigern
- Die Zusammenarbeit und Beziehung zwischen Bewohnenden und Pflegenden stärken
- Die Arbeitssituation (Motivation, Stimmung, Teamwork) verbessern
- Einen Zugang zu Musik als Arbeitsinstrument für die Pflegenden schaffen

# Nutzen

Singen ist ein geeignetes Mittel, um die Lebensqualität und das Wohlbefinden von demenzkranken sowie gesunden Menschen zu verbessern.

## Bewohnende

Das Singen von musikbiografischen Liedern kann sich positiv auf das Wohlbefinden bei dementiell erkrankten Menschen auswirken – vor allem wenn es die innerpsychischen Räume erreicht. Die Bewohnenden können mit dem Singen belebt, beruhigt, getröstet und integriert werden. Es entstehen zwischenmenschliche Verbindungen, die mit Worten nicht mehr möglich sind.

## Pflegende

Das Singen als basale Stimulation ist ein nützliches Instrument im Pflegealltag. Es dient in schwierigen Pflegesituationen, es unterstützt die Beziehungsgestaltung und schafft Kontakt. Zudem kann es in der Aktivierung eingesetzt werden. Singen unterstützt dort, wo Worte fehlen, sei dies aufgrund eingeschränkter Sprachkenntnisse oder krankheitsbedingt. Als Teammitglieder profitieren sie vom Singen: Es fördert die Motivation, stärkt den Teamzusammenhalt, bereitet Freude, baut Stress ab, wirkt auflockernd, entspannend und integrierend. Besonders für Menschen mit Migrationshintergrund vermittelt es einen Einblick in die hiesige Liederkultur.

## Institutionen

Das musikbiografische Singen hat positive Effekte für Bewohnende und Pflegende gleichwohl. Mit einer einzigen Methode kann die Kultur in der Institution verändert werden. Dies spart mittel- bis langfristig Kosten, beugt einer Personalfluktuaton sowie Krankheitsausfällen vor und ist gegen Aussen für Angehörige und Arbeitspartner eine überzeugende Visitenkarte.

# Zitate

Zitate aus Projektdurchführungen bilden die positive Resonanz beim Pflegepersonal ab:

«Eine Bewohnerin hat früher nie etwas mitgemacht. Heute bringt sie sich selbst ein, fängt von sich aus an zu singen oder erzählt etwas.»

«Heute singen sie! Vor dem Projekt habe ich die meisten vom Team nicht singen gehört.»

«Es schallt singend durch die Gänge. Alle Projektteilnehmenden singen viel mehr, was gute Stimmung verbreitet.»

«Wir haben viel gelernt, können jetzt richtig singen und stolz auf uns sein.»

«Durch das Singen können die Pflegenden die Bewohnenden anders abholen und es kann mit ihnen gemeinsam gewirkt werden.»

«Ich habe eine Pflegende mit einem Bewohnenden beobachtet, welcher sich in einer Pflegesituation sperrte und verkrampfte und das Singen ihn entspannte.»

Zum Welt-Alzheimerstag wurde am Freitag, 21.09.2012, auf SF1 in 10vor10 ein Beitrag zu memoryPLUS ausgestrahlt: [Zum Video](#)

# Ablauf des Projekts

## Woche 1

Nach der Kontaktaufnahme vereinbaren wir einen Termin für die Projektvorstellung und Klärung der gegenseitigen Erwartungen.

## Woche 2 bis 4

Die Offerte wird erstellt. Nach erfolgtem Projektauftrag geht es in die Detailplanung: Teilnehmende, Zeitplan, Recherche Lieblingslieder.

## Woche 5 bis 13

Das Projekt geht in die Umsetzungsphase: es finden wöchentliche Singtrainings statt, gleichzeitig wird das musikbiografische Singen im Pflegealltag und der Aktivierung angewendet.

## Woche 14 bis 20

Das Projekt wird abgeschlossen, das Singen läuft selbständig. Es folgen Evaluation und Nachbesprechung über die Implementierung des Singens im Pflegealltag.

# Unser Anliegen

Wir, Denise Brändli (Soziale Arbeit, BSc) und Manuela Wegmüller (Soziale Arbeit, BSc), setzen uns mit Herzblut dafür ein die heilsame Kraft des Singens den dementen Menschen und ihren Pflegenden erlebbar zu machen.

memoryPLUS verbindet viele uns wichtige Dinge im Leben: Es erlaubt uns mit Menschen in Gruppen und mit ihren Stärken zu arbeiten. Ein Pfltegeteam hat im gemeinsamen Tun so viel Kraft!

Das Singprojekt kreiert einen Raum, der den Pflegealltag mit musikalischem Kulturgut verbindet. Wir möchten die Pflegenden befähigen das Singen als Arbeitsinstrument im Alltag anzuwenden. Wie schnell und tiefgreifend es funktioniert.

Wir nutzen Singen als Ausdruck von Gefühlen in einem dynamischen, herausfordernden Tätigkeitsfeld. Es ist faszinierend wieviel Freude und Entspannung das gemeinsame Singen auslöst! Singen und Gefühle sind verbunden miteinander und grenzen keine Krankheiten aus.