



Fachbericht über den Einsatz personalisierter Musiklisten

Erarbeitet von
Rena Ruedin und Nico Meier

Inhaltsverzeichnis

| | | |
|---|--|---|
| 1 | Incanto: Meine Musik, mein Leben | 2 |
| 2 | Incanto ergänzt andere Formen von Musik..... | 3 |
| 3 | Studie zur personalisierten Musik | 4 |
| 4 | Praxisbeispiele im Bezug zur Basalen Stimulation nach Prof. Dr. Fröhlich® | 5 |
| 5 | Schulung & Zertifizierung | 6 |

1 Incanto: Meine Musik, mein Leben

Der Name **Incanto** – "durch Musik verzaubern" – stammt aus dem Lateinischen. Er steht für die durch die 2020 neu ins Leben gerufene Fachstelle der Domicil Bern AG als Marke und Methode für den Einsatz von personalisierter Musik. Vereinfacht gesagt strukturiert **Incanto** den Weg, eine auf die Biografie abgestimmte, individuelle Wiedergabeliste bedeutsamer Lieder zusammenzustellen und den Bewohnenden – meist in der Langzeitpflege – zum Anhören via MP3-Player und Kopfhörer anzubieten. Effekte, die dabei erzielt und beobachtet werden können, sind vielseitig und beinhalten unter anderem:

- schöne Erinnerungen, sichtbar durch Lächeln, Entspannung und Kommentare (Biografie)
- weniger Unruhe und Agitation
- Alternative und/oder Ergänzung zu Neuroleptika, Schmerzmitteln, Schlafmitteln, Anxiolytika etc.
- mehr Kooperationsbereitschaft der Bewohnenden bei Pflegemassnahmen
- mehr Aufmerksamkeit, Engagement und soziale Interaktion und Kommunikation
- tiefere Beruhigung und intensive Entspannung der Bewohnenden
- Minderung von Ess- und Schluckstörungen
- Reduktion von Stürzen

Detailliert sowie ergänzend zu dieser Auflistung, wird im Kapitel 3 von einer Studie des Zentrums für Gerontologie der Universität Zürich berichtet, die das Domicil Kompetenzzentrum Bethlehemacker 2017 in Auftrag gegeben hat. An dieser Stelle sei noch darauf hingewiesen, dass sich die meisten Praxisbezüge in diesem Artikel auf Menschen mit einer Demenz beziehen. Die Kraft der Musik, im speziellen der personalisierten Musik, wirkt jedoch unabhängig von allfälligen kognitiven und/oder körperlichen Einschränkungen. Der grosse Unterschied liegt in der Art und Weise wie die Anwendungen von **Incanto** ausgestaltet werden. Es gilt immer, die Bedürfnisse der Musikhörenden ins Zentrum zu rücken und den Verlauf der Anwendung darauf abzustimmen. In diesem Wissen wird schnell klar, dass **Incanto** bei Menschen mit einer fortgeschrittenen Demenz anders angewendet werden muss als bei Menschen, die beispielsweise nach einer Einführung in die Technik diese selbstständig bedienen können. So oder so hat sich jedoch bewährt, der Begleitung des Musikhörens grosse Beachtung zu schenken, um die angesprochenen Effekte in der Liste oben sowie in den Ausführungen zur Studie möglichst umfassend zu erzielen.

2 Incanto ergänzt andere Formen von Musik

In der Pflege und Betreuung von Menschen haben sich in den verschiedensten Institutionen genauso verschiedene Formen des Einsatzes von Musik etabliert. Vom Summen oder Singen in der Pflege über gemeinsames, aktives Musizieren zu Konzerten oder konzertähnlichen Angeboten und vielem mehr wird den jeweiligen Zielgruppen der Zugang zu Musik geboten. **Incanto** bietet sich hier aufgrund unterschiedlicher Gründe als Ergänzung zu solchen Formen an:

- **Keine zeitliche Begrenzung**

Im Gegensatz zu Konzerten oder Gruppenaktivitäten in denen aktiv oder passiv Musik genutzt wird, kann ein MP3-Player und die **Incanto** Anwendung unabhängig vom Tageszeitpunkt und auch spontan genutzt werden. Egal ob früh morgens, am Nachmittag oder mitten in der Nacht, **Incanto** bietet eine zusätzliche Möglichkeit auf Bedürfnisse von Bewohnenden einzugehen.

- **Personalisiert und individuell**

Während Gruppenaktivitäten wie Singrunden oder auch Tanz-Cafés und Konzerte sicher altersgerecht konzipiert und durchgeführt werden, bietet **Incanto** eine Möglichkeit, die gesamte Intervention zu personalisieren. Jede Wiedergabeliste wird für eine einzelne Person erstellt und enthält entsprechend individuell bedeutsame Musik. Während bei Konzerten o.ä. also auch stets Lieder dabei sein werden, zu denen einzelne Personen keinen Zugang haben, stellt **Incanto** jedes Individuum ins Zentrum. Und genau dieses Wissen kann dann auch wieder für die Konzeption von Gruppenangeboten genutzt werden und beispielsweise dadurch soziale Kontakte zu schaffen und zu vertiefen.

- **Unabhängigkeit von der Begleitperson**

Während bei den meisten anderen Formen von Musikeinsatz spezifisches Musikwissen oder auch – können von den ausführenden Personen gefordert ist, erlaubt **Incanto** auch denjenigen Pflege- und Betreuungspersonen (ob Berufspersonen, Angehörige oder Freiwillige) eine Möglichkeit des musikalischen Arbeitens und "in Kontakt treten mit Musik", die sich selber als unmusikalisch betrachten oder sich nicht trauen, Musik einzusetzen.

- **Potenzial Erinnerungen**

Während dem Hören von Musik sind verschiedenste Hirnareale aktiv. Es gibt nicht ein "Musikzentrum". Mit Blick auf Einschränkungen wie z.B. bei einer Demenz ist dabei einigermassen leicht vorstellbar, dass solche Einschränkungen angeregt durch Musik, resp. andere Nervenbahnen im Gehirn, kompensiert werden können. Weiter ruft das Gehirn beim Hören eines Liedes nicht nur eine reine Erinnerung an das Lied an sich ab, sondern auch damit zusammenhängende Erlebnisse, Personen und Aktivitäten als eine "individuelle Assoziationskette". Dies macht es wahrscheinlich, dass spezifischere Erinnerungen geweckt werden können, wenn eine Originalaufnahme eines Liedes gehört wird, wie eben vielleicht in einer konkreten Situation von früher

Diese vier Aspekte zeigen auf, dass in **Incanto** grosses Potenzial liegt, den Zugang zu Bewohnenden zu erleichtern. Das geschieht unabhängig von körperlichen oder kognitiven Einschränkungen und Mitarbeitende wie Angehörige können gleichermaßen mit eingebunden werden.

3 Studie zur personalisierten Musik

Studien, die die Wirkung von personalisierter Musik untersuchen und Effekte wie im Eingangskapitel belegen, sind vorwiegend im englischsprachigen Raum zu finden. Eine der Ausnahmen bildet die Begleitevaluation, die das Domicil Kompetenzzentrum Demenz Bethlehemacker im Jahr 2017 beim Zentrum für Gerontologie in Auftrag gegeben hat.

Die Auswertung dieser Studie zeigt, dass sich die Depressionswerte der 23 Studienteilnehmenden signifikant verbesserten. Bei der Hälfte der Studienteilnehmenden sanken die Depressionswerte sogar in einen klinisch unauffälligen Bereich. Bezüglich Agitation wurde eine Tendenz zur Verbesserung festgestellt. Bis vier Wochen vor Ende der 16-wöchigen Datenerhebungsphase sanken die Agitationswerte teils signifikant. In den letzten vier Wochen stiegen praktisch alle Werte jedoch wieder an. Innerhalb dieser Zeit brach im Domicil Bethlehemacker das Noro-Virus aus und für zwei Wochen standen zwei der drei Wohngruppen unter Quarantäne. Dass unter diesen Umständen die Unruhe bei den Bewohnenden angestiegen ist, erklärt sich wohl aus diesem Vorfall. Das zeigt auch, dass aktuelle Rahmenbedingungen großen Einfluss auf die Wirkungsentfaltung verschiedener Aktivitäten und Interventionen haben.

Weiter wurden die Reservemedikation ausgewertet sowie die potenzielle Entlastung der Pflegefachpersonen durch die Methode untersucht. Bezüglich der Reservemedikamente stellte sich heraus, dass zehn Studienteilnehmende vor Studienbeginn zu den täglichen Medikamenten aufgrund individueller Unruhezuständen kurzfristig zusätzliche Medikamente erhalten haben, da andere Interventionen keine Besserung brachten. Im Verlauf der Studie haben davon sieben Personen weniger oder sogar gar keine zusätzlichen Medikamente mehr erhalten.

Fokusgruppengespräche konnten zeigen, dass gerade die Pflegenden, welche selber die Musik angewendet haben, infolge geringerer Agitation und intensiverer sozialer Interaktion einen entspannteren Pflegealltag erlebten. So ziehen die Verantwortlichen der Studie auch das Fazit, dass personalisierte Musik eine Verbundenheit zwischen Pflegefachpersonen und den an Demenz erkrankten Menschen schafft, die Identität stärkt und Personen in einen positiven emotionalen Zustand versetzen kann.

In der Studienauswertung wurde außerdem das biopsychosoziale Modell zu Musik und Demenz von McDermott, Orrell und Ridder herangezogen und konnte dieses in den drei darin bestehenden Überkategorien bestätigen. Diese besagen, dass Musik im „Here & Now“ (Glück im Moment) als unmittelbar aktivierendes und beruhigendes Mittel wirkt, im „Who you are“ (Identitätsförderung) die Verbindung zur eigenen Identität reproduzieren kann und in der „Connectedness“ (Beziehungsgestaltung) eine Verbundenheit zwischen den gemeinsam Musikhörenden schafft. Bemerkenswert ist, dass das Zentrum für Gerontologie eine zusätzliche Kategorie ergänzen konnte: das „emotionale Gedächtnis“. Über die Zeit haben die positiven Effekte zugenommen. So zeigten die Studienteilnehmenden z.B. gegen Ende der 16-wöchigen Datenerhebung immer länger Freude an der Musik, äußerten plötzlich bereits am Anfang der Sitzung Liederwünsche, setzten von sich aus die Kopfhörer auf oder ihr Bewegungsdrang legte sich derart, dass sie im Gegensatz zum Studienbeginn bis zu 30 Minuten sitzen bleiben wollten und konnten.

4 Praxisbeispiele im Bezug zur Basalen Stimulation nach Prof. Dr. Fröhlich®

Folgend wird ein Bezug auf den Alltag der Pflege im Umgang mit *Incanto* aus der Perspektive einer Praxisbegleiterin Basale Stimulation hergestellt.

Die Basale Stimulation richtet sich an Menschen, welche in der Bewegung, Der Wahrnehmung und/oder der Kommunikation eingeschränkt sind.

In der Musikanwendung *Incanto* erleben die Bewohnenden Glück im Moment durch emotionale Erinnerungen. Sie tanzen, wippen den Oberkörper oder singen mit. Die **Bewegung** wird gefördert und bringt Freude. Durch entstehende Erinnerunginseln ermöglicht *Incanto* den Bewohnenden ihre Vergangenheit zu spüren und sich selbst in ihrer Identität bewusster wahrzunehmen. Die **Wahrnehmung** kann so gezielt aktiviert werden. *Incanto* wird im Pflegealltag meist im 1 zu 1 Setting durchgeführt. Die Pflegenden erfährt durch Fragestellungen, welche Erinnerunginseln im Moment der Bewohnende am Erleben ist und eine vertrauensvolle Interaktion findet statt. Die **Kommunikation** zwischen Pflegenden und Bewohnenden fördert eine positive Beziehungsgestaltung.

Zwei unterschiedliche Konzepte mit einer wichtigen Verbindung: Der Mensch steht im Mittelpunkt. Angebote werden geschaffen, um die Lebensqualität der betroffenen Menschen positiv zu beeinflussen. Folgend wird ein typisches Praxisbeispiel einer *Incanto* Anwendung dargestellt.

Die Praxisbegleiterin Basale Stimulation (PBS) hat sich in die Pflegeplanung eingelesen und die Massnahme einer *Incanto* Anwendung bei Herr Birkenmeier (Name geändert) vermerkt. Herr B. ist sehr in sich zurückgezogen und spricht wenig. Er hat eine mittelschwere bis schwere Demenz. Oft ist er traurig und fühlt sich einsam. Er schätzt den direkten Kontakt sehr. In der Gruppe fühlt er sich meist unwohl. Nun bereitet die PBS alle Utensilien vor: Personalisierter MP3-Player von Herr B. und zwei Kopfhörer mit Verbindungskabel. In der Pflegeoase gestaltet sie den Raum ruhig und angenehm. Nun holt sie Herr B. dazu und gemeinsam setzen sie sich einander zugewandt hin. Herr B. kennt die Anwendung bereits und setzt sich die Kopfhörer selbständig auf. Ein Lächeln erhellt sein Gesicht und die PBS spiegelt seine Mimik. Sie hat den MP3-Player bereits vorher auf dessen Funktion kontrolliert und weiss über das erste Lied Bescheid, um gleich anknüpfen zu können. Es ist ein französisches Lied. Beim Anlaufen der ersten Strophe schliesst Herr B. genüsslich die Augen und sagt: "Oh da war ich in Paris. Geschäftlich. Und Abends haben wir viel getanzt. In Paris hatte es viele schöne Frauen und das Tanzen war wundervoll." Die PBS antwortet darauf hin: "Ah Herr Birkenmeier, Sie waren ein guter Tänzer." Herr B. steht darauf hin langsam auf und nimmt die Hand von ihr: "Ich bin immer noch ein Tänzer!" Und er lacht dabei. Gemeinsam bewegen sie sich im Raum und Herr B. zeigt sichtlich Freude daran, sein altes Hobby wieder aufblühen zu lassen. Sitzend unterhalten sich beide über vergangene Tanzeinlagen von Herr B und seinen Erlebnissen in Paris als Geschäftsmann. Die Augen von Herr B. leuchten dabei und er ist ganz versunken in der Erzählung. Am Ende der *Incanto* Anwendung bedankt sich Herr B. und er hat dabei leichte Tränen in den Augen. Er gibt der PBS einen festen Händedruck und sagt: "Das müssen wir unbedingt wiederholen." Während er dies sagt, hat er eine aufrechte Haltung und die Freude ist ihm am Gesicht abzulesen. Im Verlauf des Nachmittags wirkt er aufgestellt und positiv. Immer wenn er die PBS beim Vorbeigehen sieht, muss er lachen und winkt ihr zu. Die erlebten Emotionen haften an ihm und fördern sein Erinnerungsvermögen.

Aus der Perspektive der Basalen Stimulation sind hier die zentralen Lebensthemen "Beziehung aufnehmen und Begegnung gestalten" und "das eigene Leben spüren" vordergründig. Durch den demenzbedingten Identitätsverlust erlebt Herr B. seine Vergangenheit im Hier und Jetzt neu und kann diese im direkten Austausch Ausdruck verleihen. Positive Erinnerung leiten sein Handeln und er kann seine Freude bewusst mit der PBS teilen.

5 Schulung & Zertifizierung

Die Domicil Bern AG bietet mit der Fachstelle **Incanto** Institutionen der Langzeitpflege sowie weiteren Interessierten Zugang zu angewandtem Fachwissen und dadurch die Ermöglichung zur Implementierung und Umsetzung einer klar strukturierten Arbeitsweise mit personalisierter Musik.

Der Fachstellenleiter Nico Meier und sein Team haben umfangreiche Hilfsmittel erstellt: Von Vergünstigungen bei der Anschaffung der notwendigen Technik über Leitfaden und Hintergründe für Projektverantwortliche bis zu konkreten Checklisten in der Alltagsanwendung. Im Rahmen einer ausführlichen Einführungsschulung mit Zertifizierung wird das interdisziplinäre Team vor Ort mit Hintergrund- und Anwendungswissen versorgt und dadurch befähigt, direkt nach der Schulung mit der eigenen Anwendung von **Incanto** zu starten.

Interessierte Institutionen wenden sich für detaillierte Auskünfte zu Schulung, Coaching und Preisstruktur an:

Domicil Kompetenzzentrum Demenz Bethlehemacker

Incanto: Meine Musik, mein Leben

Nico Meier
Kornweg 17
3027 Bern

nico.meier@domicilbern.ch

+41 31 997 47 65