



«Die Singstunde? Das ist eine sinnvolle Aufgabe, die mich anregt!»

Ergebnisse der Begleitforschung zum Singangebot «Singen kennt kein Alter»

Autorinnen: Michelle Bütikofer, Karen Torben-Nielsen

Beim kostenlosen Singangebot «Singen kennt kein Alter» (Sikka) besuchen freiwillige Singteams alle zwei Wochen Alters- und Pflegeheime in der Region Bern und singen mit den Bewohnenden. Die Singteams bestehen aus drei bis vier Personen über 65 Jahren, die jeweils ein Heim betreuen. Aktuell wird Sikka an drei Standorten angeboten.

Der Trägerverein Sikka beauftragte das Institut Alter der Berner Fachhochschule im Jahr 2022 mit der wissenschaftlichen Begleitung des Singangebots. Ziel war es die Perspektive der Freiwilligen, Heimvertreter*innen und Sikka-Organisatorinnen zu sammeln und zu analysieren. Die Beteiligten äusserten sich zu bewährten Methoden für die Durchführung der Singstunden und zur Bedeutung von Sikka für sie selbst.

Nach einem langen coronabedingten Stillstand erlebte das Singangebot im Herbstsemester 2022 einen gelungenen Neustart. Von den ursprünglich neunzehn Freiwilligen machten nach der Pandemie noch zehn mit, von den fünf Alterszentren noch drei. Allen beteiligten Heimen stand ein ausreichend grosses Singteam zur Verfügung und die Freiwilligen, Heime und Organisatorinnen bewiesen bei der Umsetzung des Angebots eine hohe Flexibilität und Anpassungsfähigkeit. Die regelmässigen Singstunden werden von den Bewohnenden gerne besucht.

Bei der Analyse der verschiedenen Perspektiven auf das Singangebot fiel auf, dass die Freiwilligen der Singteams den Mehrwert des Singens für die Bewohnenden in den Vordergrund rückten. Zur Bedeutung des Singangebots für sich selbst äusserten sie sich nur wenig.

«Das Angebot ist ein Mehrwert für die Bewohnenden und weniger eine Entlastung für die Heime.» Ein*e Vertreter*in eines Alters- und Pflegeheims

Seitens der Heime wurde betont, dass das Angebot ihre Aktivitäten erweitert und somit eine gewisse «PR-Funktion» nach Aussen erfülle. Die Vertreter*innen gaben an, dass die Singstunden den Bewohnenden die Möglichkeit bieten, sich durch Klatschen, Mitwippen oder angeleitete Bewegungen körperlich zu betätigen. Zudem erfülle das Angebot einen sozialen Aspekt, da sich die Teilnehmer*innen untereinander und mit den Freiwilligen der Singteams austauschen können.

Methodisches Vorgehen

Die Datenerhebung erfolgte anhand der folgenden Methoden:

- Fokusgruppen mit und teilnehmende Beobachtung bei den Singteams
- Telefonische Sprechstunden für die Singteams
- Online-Tagebücher der Singteams
- Fokusgruppe mit den Vertreter*innen der drei Alters- und Pflegeheime
- Leitfadeninterview mit der aktuellen Organisatorin von Sikka und ihrer Vorgängerin

Schlanke Strukturen

Die Singteams organisieren sich in ihrer Gruppe anhand klarer Vorbereitungsstrukturen. Die Strukturen sind schlank und gut im Alltag der Freiwilligen unterzubringen. Es zeigte sich, dass alle Singteams ihre eigene Organisationsform gefunden haben. Von der Aufgabenteilung vor und nach der Singstunde über die vereinbar-

«Singen kennt kein Alter»

ten Treffen bis hin zur Kommunikation innerhalb der Gruppe wurden unterschiedliche Handhabungen sichtbar. Ein einheitliches Vorgehen war allerdings beim Planungspapier erkennbar, das jedes Singteams nutzt, um die Abfolge der ausgewählten Lieder festzuhalten. Auch wurden in jedem Team Liedertexte an die Bewohnenden verteilt. Es wurde zudem von allen betont, dass ein Singteam aus mindestens drei bis vier Personen bestehen sollte, damit Absenzen nicht zu einer Absage der Singstunde führten. Eine instrumentale Begleitung der Lieder wurde als hilfreich beurteilt, kann aktuell jedoch nicht an jedem Standort angeboten werden.

Bewährte Elemente für die Durchführung der Singstunden

- Planungspapier mit Liederauswahl
- Klare Vorbereitungsstruktur innerhalb des Singteams
- Schlanke, selbstgewählte Organisation innerhalb der Singteams – z.B. Debriefing mit dem ganzen Team oder rotierende Vorbereitungsperson
- Gruppengröße von drei bis vier Personen
- Wenn möglich instrumentale Begleitung durch eine oder mehrere Personen
- Liedertexte für Bewohnende

Möglichkeiten zur Optimierung

Die Analyse zeigt, wo Chancen zur Optimierung liegen.

Begrifflichkeiten

Die Beteiligten von SikkA nutzten für unterschiedliche Sachen das Wort «Projekt» ohne weitere Spezifizierung: bspw. für die zeitbestimmte Begleitforschung als auch für das zeitlich unbegrenzte Singangebot. Diese begriffliche Unschärfe führte zu Verwirrung. Beispielsweise waren sich die Freiwilligen nicht sicher, wie lange ihre Beteiligung am «Projekt» SikkA erwartet wird; sprich wann ihr Einsatz beendet und ihr Engagement erneut diskutiert wird.

Coachings & Gruppentreffen

Auch wenn ein grosses Engagement bei der Organisation der Coachings und Gruppentreffen spürbar ist, machten die Äusserungen der Freiwilligen deutlich, dass der Mehrwert dieser Gefässe nicht klar ist. Es war für sie teilweise nicht ersichtlich, wie sie selbst von den Angeboten profitieren können. Dies ist eine schwierige Grundlage für eine nachhaltige Beteiligung der Freiwilligen an den Angeboten.

Verankerung des Singangebots in den Alters- und Pflegeheimen

In den Gesprächen wurde deutlich, dass die Vertreter*innen der Heime hinter dem Singangebot stehen. Es zeigte sich zugleich, dass die Beziehungen zwischen den Singteams und dem Heimpersonal jeweils unterschiedlich gestaltet werden. Diese Unsicherheiten und Schwierigkeiten deuten darauf hin, dass das Angebot SikkA noch nicht ausreichen im Heimaltag verankert ist. Beispielsweise ist es eine Herausforderung, alle teilnehmenden Bewohnenden rechtzeitig zum Singraum zu bringen.



«Das Angebot hat auch einen sozialen Aspekt: Es bietet die Möglichkeit zum Austausch und Zusammensein.»

Ein*e Vertreter*in eines Alters- und Pflegeheims

Chancen für Optimierung	Empfehlung
Begrifflichkeiten	<p>Vermeidung vom allgemeinen Begriff «Projekt» oder Spezifizierung, was damit im jeweiligen Kontext gemeint wird.</p> <p>Findung einheitlicher Definitionen für wichtige Elementen des Singangebots: Singstunde, Singteam, Singangebot, Singen kennt kein Alter, Verein Singen kennt kein Alter, ...</p>
Coachings & Gruppentreffen	<p>Abholen der Bedürfnisse und Fragen der Singteams und Integration dieser Bedürfnisse in den Coachings und Gruppentreffen.</p>
Verankerung in Alters- und Pflegeheimen	<p>Kick-off des Singangebots mit allen Beteiligten im Heim: freiwilliges Singteam, Pflegeleitung, Aktivierungspersonen, Heimleitung.</p> <p>Aktivierungsperson in Singstunde willkommen heissen, um gute Beziehungen zu schaffen.</p>