

# MEINE MUSIKALISCHE BIOGRAFIE

## Beschreibung

Die Aktivität besteht darin, eine Liste von Liedern zu erstellen, die für die Person während wichtiger Ereignisse oder Lebensabschnitte von Bedeutung waren, z. B. Kindheit, Jugend, Kennenlernen des Partners usw. So werden sie jede Periode oder wichtige Momente in ihrem Leben mit Musik in Verbindung bringen.



## Benötigte Zeit

30-40 Minuten

## Alleine oder gemeinsam

Gruppenaktivität

## Benötigtes Material

Laptop, Papier & Stifte

## Praktische Tipps

- Es ist eine schöne Gelegenheit für ältere Menschen, über einige Ereignisse und Zeitabschnitte aus der Vergangenheit nachzudenken, daher sollten Sie für diese Aktivität genügend Zeit einplanen.
- Bei dieser Aktivität ist damit zu rechnen, dass die ausgewählten Lieder und damit verbundenen Erzählungen einzelner Teilnehmender auch bei anderen Erinnerungen auslösen.

## Quelle

DSG

## Lernziele



- Verbesserung des Erinnerungsvermögens
- Förderung von Fähigkeiten zur chronologischen und/oder thematischen Organisation von Erinnerungen
- Förderung des kritischen Denkens und der Reflexion über die Bedeutung von Musik im eigenen Leben
- Erweiterung des Musikwissens

## Anleitung

- Dies ist eine Gruppenaktivität. Geben Sie den Teilnehmenden die Handouts „Meine musikalische Autobiografie“ und etwas Zeit, um über verschiedene Zeiträume und wichtige Ereignisse in ihrem Leben nachzudenken und sie mit bestimmten Liedern in Verbindung zu bringen.
- Jede Person füllt das Handout aus und erzählt eine kurze Geschichte über die Lieder, die ihr in verschiedenen Lebensabschnitten viel bedeutet haben, und warum. Wenn sie möchten, können einige Lieder auf YouTube gesucht und für alle abgespielt werden.

## Erwartete Ergebnisse

- gesteigertes Wohlbefinden durch positive Gefühle und Erinnerungen
- aktiviertes Erinnerungsvermögen
- angeregter Austausch mit anderen
- soziale Interaktion

# Meine musikalische Biografie



Erinnerungen an die Kindheit



Erinnerungen aus dem frühen Erwachsenenalter

**Was ist Ihr Lieblingslied aus der Kindheit? Warum ist es bedeutungsvoll für Sie?**  
.....  
.....

**Was ist Ihr Lieblingslied aus dem frühen Erwachsenenalter? Warum?**  
.....  
.....

**Aktueller Favorit**

**Lied eines besonderen Moments**

**Was ist Ihr aktuelles Lieblingslied? Warum?**  
.....  
.....

**Welches Lied verbinden Sie mit einem besonderen Ereignis oder Moment in Ihrem Leben?**  
.....  
.....