



Katharina Gisselmann

# Stundenkonzepte für Männer

20 Gruppenstunden für  
die Aktivierung in Betreuungs-  
einrichtungen

 Springer

## Stundenkonzepte für Männer

Katharina Gisselmann

# Stundenkonzepte für Männer

20 Gruppenstunden für die Aktivierung  
in Betreuungseinrichtungen

**Katharina Gisselmann**  
Bochum  
Deutschland

ISBN 978-3-662-57288-7      ISBN 978-3-662-57289-4 (eBook)  
<https://doi.org/10.1007/978-3-662-57289-4>

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

© Springer-Verlag GmbH Deutschland, ein Teil von Springer Nature 2019

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlags. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürften.

Der Verlag, die Autoren und die Herausgeber gehen davon aus, dass die Angaben und Informationen in diesem Werk zum Zeitpunkt der Veröffentlichung vollständig und korrekt sind. Weder der Verlag, noch die Autoren oder die Herausgeber übernehmen, ausdrücklich oder implizit, Gewähr für den Inhalt des Werkes, etwaige Fehler oder Äußerungen.

Fotonachweis Umschlag: © diego cervo / stock.adobe.com  
Umschlaggestaltung: deblik Berlin

Springer ist ein Imprint der eingetragenen Gesellschaft Springer-Verlag GmbH, DE und ist ein Teil von Springer Nature.

Die Anschrift der Gesellschaft ist: Heidelberger Platz 3, 14197 Berlin, Germany

## Vorwort

---

Eine Frau, Mitte 30, schreibt ein Buch über Männer? Passt das überhaupt zusammen? Dieser Frage musste ich mich immer wieder stellen. Schon vor der Anfertigung des Manuskripts, im Rahmen meiner Dozententätigkeit in der Fort-, Weiter- und Ausbildung von Mitarbeiterinnen in der Betreuung und Pflege von Senioren und Menschen mit Demenz, waren mir die Betreuung von Männern und das Verstehen männlichen Handelns wichtig. Dann wurde es auch ein großes Anliegen, die Kursteilnehmer dafür zu sensibilisieren.

Im Jahr 2007 beendete ich meine Ausbildung zur Ergotherapeutin. Dass ich jemals im Bereich Geriatrie landen würde, hatte ich zu dem Zeitpunkt nicht für möglich gehalten. Aber wie das Schicksal manchmal so spielt: Meine erste Anstellung fand ich in einem geschlossenen gerontopsychiatrischen Bereich einer stationären Pflegeeinrichtung.

Von meinem ersten geplanten Gruppenangebot erzähle ich immer sehr gerne, da es wirklich alles andere als rund lief. Ich hatte Plan A und B vorbereitet, und am Ende wurde es ein holpriger Plan C. Ich fühlte mich von so manchen Büchern, die ich im Vorfeld gelesen hatte, tatsächlich ein bisschen im Stich gelassen, und ich fragte mich immer wieder: „Wer das geschrieben hat, hat noch nie in der Praxis gearbeitet.“ Nun gut. Einige der Bücher fanden über diverse Internetportale einen neuen Abnehmer.

Nach einiger Zeit, natürlich auch mit Misserfolgen (eher für mich) gespickt, fand ich geeignete Gruppenangebote. Auffallend war zu dem Zeitpunkt schon die höhere Teilnehmerzahl der Damen. Ich muss dazu erwähnen, dass wir damals schon einen hohen Anteil an Männern in unserem Bereich hatten. Für die Männer wurde irgendwann eine Werkstatt eingerichtet, welche großen Anklang fand. Aber nicht bei allen Männern. Mir fiel während meiner praktischen Tätigkeit auf, dass es durchaus Männer gab, die sich überhaupt nicht für das Handwerk interessierten: Herr B. war Lehrer für Mathematik, Chemie und Physik gewesen („Handwerk hat mich noch nie interessiert“), Herr W. Polizeibeamter. In seiner Freizeit hatte er – als Ausgleich zu seinem Job – Briefmarken und Münzen gesammelt („Mein Schwager hat sich um Reparaturen gekümmert.“). Herr T. interessierte sich für alles, was auch nur irgendwie motorisiert war. Und Herr V. war vor seinem Einzug obdachlos. Über sein Berufsleben wollte er zu keiner Zeit reden. Er interessierte sich für Fußball.

Und dann stand ich da, mit meiner Werkstatt sowie einer 10-Minuten-Aktivierungskiste zum Thema „Werkzeug“. Ich musste meine Inhalte der Betreuung überdenken. Ich war am Zug, mich den Bedürfnissen und Bedarfen meiner zu betreuenden Bewohner anzupassen. Ich musste meine Angebote so umgestalten, dass die Inhalte zu den Interessen der jeweiligen Bewohner passten. Ich musste mich mit Themen auseinandersetzen, die für mich teilweise wirklich totales „Neuland“ darstellten.

Die Auseinandersetzung mit der Biografie und den jeweiligen Interessen stellte nun die Grundlage meiner Arbeit dar. Die vorhandenen Biografiebögen ergänzte ich, sobald ich etwas Neues herausfand. Aussagen von Angehörigen wurden immer kenntlich gemacht,

da ich dort immer wieder feststellen musste, dass es häufig Abweichungen gab. Neben dem Blick in die Vergangenheit fand viel Biografiefarbeit in der Gegenwart statt. Auseinandersetzung mit dem Hier und Jetzt ermöglicht eine positive Lebensbilanzierung.

Wir hatten Männer in unserem Bereich, die an allen Angeboten teilnahmen. Diese stellten mich nicht vor eine große Herausforderung. Aber was war mit jenen Männern, die alles ablehnten? Was war mit den Männern, die nicht aus ihren Zimmern kamen? Dafür musste es doch einen Grund geben. Und auch hier begab ich mich auf „Spurensuche“. Ich wollte verstehen. Ich musste mich selbst sensibilisieren. Welche Gründe gibt es dafür, dass jemand nicht unter Menschen möchte? Außer den, dass er nie gerne in Gesellschaft war? Warum möchte jemand sein Zimmer nicht verlassen?

Neben 20 ausgearbeiteten Stundenkonzepten finden Sie die Antworten zu diesen und weiteren Fragen in diesem Buch. Ich bin der Geriatrie/Gerontopsychiatrie übrigens bis heute treu geblieben und kann mir einen anderen Bereich vorerst nicht mehr vorstellen.

Danken möchte ich an dieser Stelle dem Springer-Verlag, namentlich Frau Katrin Lenhart und Frau Barbara Knüchel, sowie meinem Lektor Volker Drüke. Danke für Ihre Ausdauer und Geduld!

**Katharina Gisselmann**

# Inhaltsverzeichnis

---

## I Hilfreiches Basiswissen

<b>1</b>	<b>Zahlen und Fakten</b> .....	3
1.1	Männer sind in Pflegeheimen untervertreten. ....	5
1.2	„Männliche“ Demenz – geschlechtsspezifische Unterschiede .....	6
<b>2</b>	<b>Was ist die Biografie eines Menschen?</b> .....	9
2.1	Erlernen eines sensiblen Umgangs mit der Biografie eines Menschen .....	10
2.2	Warum sind Biografiekenntnisse eines Menschen mit Demenz von so hoher Bedeutung? .....	11
2.3	Männlicher Biografiebogen .....	12
2.4	Männliche Lebenswelten (Lebensthemen) .....	17
2.5	Lebensbilanzierung ... so wichtig! .....	18
2.6	Relativer Statusverlust .....	20
2.7	Risikogruppe: Männer, die zwangsweise frühpensioniert wurden .....	23
<b>3</b>	<b>Motivation</b> .....	25
3.1	Männliche Motivationsmöglichkeiten .....	26
3.2	Einbeziehung von Männern in bestehende Gruppenangebote .....	27
3.3	Einbeziehung von Männern in den Alltag .....	28
<b>4</b>	<b>Gestaltung von „männlichen“ Angeboten</b> .....	31
4.1	Gruppen- oder Einzelangebot – die richtige Wahl treffen .....	32
4.2	Allgemeine Rahmenbedingungen .....	33
4.3	„Männliche“ Rahmenbedingungen .....	36
	Literatur .....	36
<b>5</b>	<b>Hilfreiche Tipps zur Umsetzung</b> .....	37
5.1	Aller Anfang ist schwer .....	38
5.2	Rituale, gewohnte Gruppen(situationen), Kommunikation, Zeit .....	39
5.2.1	Rituale .....	39
5.2.2	Gewohnte Gruppen(situationen) – was zählt dazu? .....	40
5.2.3	Kommunikation .....	40
5.2.4	Tipps in der Kommunikation mit Menschen mit Demenz .....	42
5.3	<b>Selbstbestimmung und Bedarf</b> .....	43
5.3.1	Stundenkonzepte .....	44

## II Stundenkonzepte

<b>6</b>	<b>Die Gruppenstunden</b> .....	<b>49</b>
6.1	Gruppenstunde: Berufsleben .....	50
6.2	Gruppenstunde: Bundesländer .....	57
6.3	Gruppenstunde: Eisenbahn .....	65
6.4	Gruppenstunde: Fußball .....	70
6.5	Gruppenstunde: Geld .....	76
6.6	Gruppenstunde: Jagd .....	84
6.7	Gruppenstunde: Vereine .....	89
6.8	Gruppenstunde: Bildungsweg .....	96
6.9	Gruppenstunde: Autos .....	105
6.10	Gruppenstunde: Briefmarken .....	111
6.11	Gruppenstunde: Büro .....	116
6.12	Gruppenstunde: Werkstatt .....	121
6.13	Gruppenstunde: Zweiräder .....	128
6.14	Gruppenstunde: Vatertag/Väter .....	133
6.15	Gruppenstunde: Politik .....	137
6.16	Gruppenstunde: Funk und Fernsehen .....	144
6.17	Gruppenstunde: Pflege/Accessoires .....	149
6.18	Gruppenstunde: Landwirtschaft .....	155
6.19	Gruppenstunde: Garten .....	161
6.20	Gruppenstunde: Reisen .....	167
	 <b>Serviceteil</b>	
	Stichwortverzeichnis .....	174

# Hilfreiches Basiswissen

- Kapitel 1 Zahlen und Fakten – 3
- Kapitel 2 Was ist die Biografie eines Menschen? – 9
- Kapitel 3 Motivation – 25
- Kapitel 4 Gestaltung von „männlichen“ Angeboten – 31
- Kapitel 5 Hilfreiche Tipps zur Umsetzung – 37

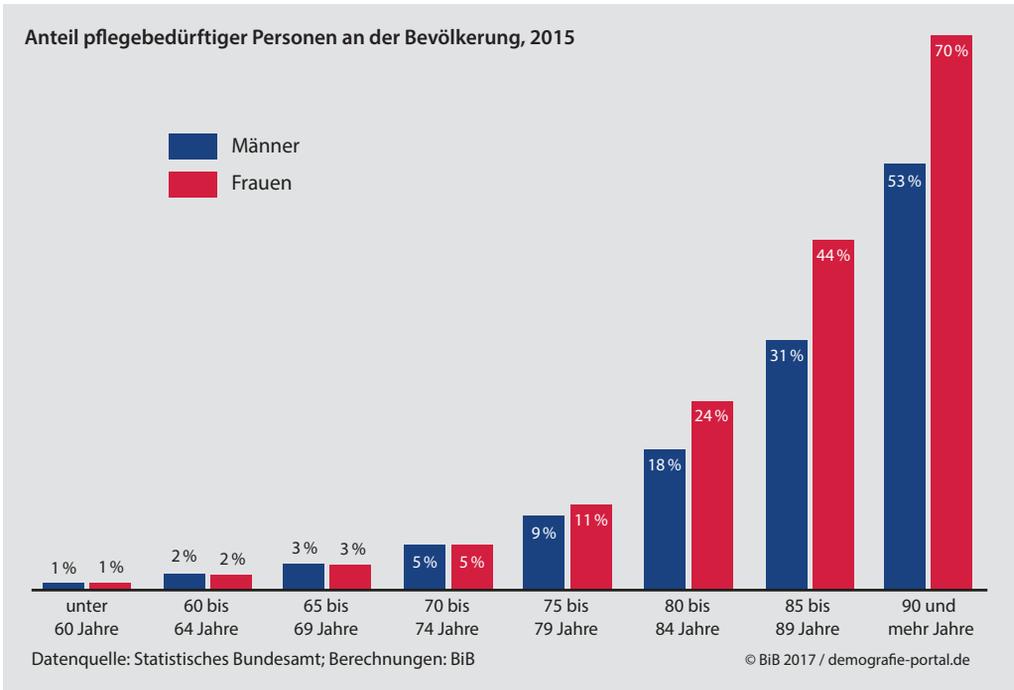


# Zahlen und Fakten

- 1.1 **Männer sind in Pflegeheimen untervertreten – 5**
- 1.2 **„Männliche“ Demenz – geschlechtsspezifische Unterschiede – 6**

Im Jahr 2015 lag die Anzahl der Menschen mit Pflegebedürftigkeit bei fast 2,9 Millionen. Knapp ein Drittel von ihnen leben in stationären Pflegeeinrichtungen (■ Abb. 1.1).

■ Tab. 1.1 ermöglicht eine differenzierte Sichtweise auf die gesellschaftliche Entwicklung.



■ Abb. 1.1 Pflegebedürftigkeit der Menschen in Deutschland. (Datenquelle: Statistisches Bundesamt; Berechnungen: BiB)

■ Tab. 1.1 Pflegebedürftige nach Versorgungsart, Geschlecht und Pflegestufe 2015. (Mod. nach Statistisches Bundesamt; [www.destatis.de](http://www.destatis.de))

Pflege	Pflegebedürftige		Pflegerstufe			Bisher ohne Zuordnung	Anteil an Pflegebedürftigen insgesamt
	insgesamt	Darunter weiblich	I	II	III <sup>1</sup>		
	Anzahl	%					
Insgesamt	2.860.293	64,0	57,2	31,1	11,3	0,3	100,0
Pflegebedürftige zu Hause versorgt	2.076.877	61,1	64,2	27,9	7,9	-	72,6

Tab. 1.1 (Fortsetzung)

Pflege	Pflegebedürftige		Pflegestufe			Bisher ohne Zuordnung	Anteil an Pflegebedürftigen insgesamt
	insgesamt	Darunter weiblich	I	II	III <sup>1</sup>		
	Anzahl	%					
Davon							
allein durch Angehörige <sup>2</sup>	1.384.604	58,3	66,7	26,4	6,9	–	48,4
zusammen mit/durch ambulante(n) Pflegedienste(n)	692.273	66,7	59,1	31,1	9,8	–	24,2
Pflegebedürftige vollstationär in Heimen	783.416	71,8	38,8	39,6	20,5	1,1	27,4

1 Einschließlich Härtefälle

2 Entspricht den Empfängern/Empfängerinnen von ausschließlich Pflegegeld nach § 37 SGB XI. Empfänger/-innen von Kombinationsleistungen nach § 38 SGB XI sind dagegen in den ambulanten Pflegediensten enthalten.

– = Nichts vorhanden

## 1.1 Männer sind in Pflegeheimen untervertreten

Ab dem 75. Lebensjahr ist die Pflegebedürftigkeit der Frauen zunehmend höher als die der Männer. Dies kann auf die niedrigere Lebenserwartung der Männer zurückzuführen sein, aber auch auf die unterschiedliche Herangehensweise an die Pflegebedürftigkeit. Es werden weniger Anträge für Männer auf Pflegebedürftigkeit gestellt. Außerdem besteht die Tatsache, dass Männer häufiger von ihren Frauen versorgt werden, sodass diese Fälle, auch wenn eine Pflegebedürftigkeit vorhanden ist, nicht in der Statistik auftauchen. Frauen sind im Durchschnitt häufiger jünger als ihre Männer, auch dies trägt mit zur alleinigen Versorgung im häuslichen Umfeld bei.

2015 waren 71,8% der Pflegebedürftigen in stationären Einrichtungen Frauen – dies bedeutet: Ein Mann kommt aktuell auf drei Frauen im bundesweiten Durchschnitt.

Weitere Aspekte sind die klassische Rolle des Mannes und ihre traditionellen Muster. Männer nehmen mögliche Leistungen weniger in Anspruch. Sie sind seltener dazu bereit, Hilfe in den unterschiedlichsten Bereichen (Versorgung, Pflege, allgemeine Unterstützung usw.) in Anspruch zu nehmen.

## 1.2 „Männliche“ Demenz – geschlechtsspezifische Unterschiede

30% der an Demenz Erkrankten sind Männer, 70% Frauen ([www.deutsche-alzheimer.de](http://www.deutsche-alzheimer.de)). Haben Frauen ein höheres Risiko, an einer Demenz zu erkranken?

Ein wesentlicher Grund ist das höhere Lebensalter der Frauen. Dadurch steigt das Risiko, an einer Demenz zu erkranken. Mittlerweile gibt es eine Fülle an Studien, die sich mit dem Thema beschäftigen, aber so ganz erforscht ist dieses Themengebiet immer noch nicht. Männer scheinen aufgrund ihres um ca. 10% größeren Hirns Defizite länger kompensieren zu können. Ein größeres Hirnvolumen wirkt augenscheinlich schützend vor Schädigungen, da Menschen mit einem kleineren Hirnvolumen eher Defizite aufweisen.

Auch darf man die Bildung nicht außer Acht lassen. Menschen mit einer höheren Bildung zeigen unterschiedlichen wissenschaftlichen Untersuchungen zufolge im Vergleich zu Menschen mit einer niedrigeren Bildung trotz einer höheren Schädigung gleiche kognitive Defizite auf. Schauen wir auf unsere zu betreuende Generation

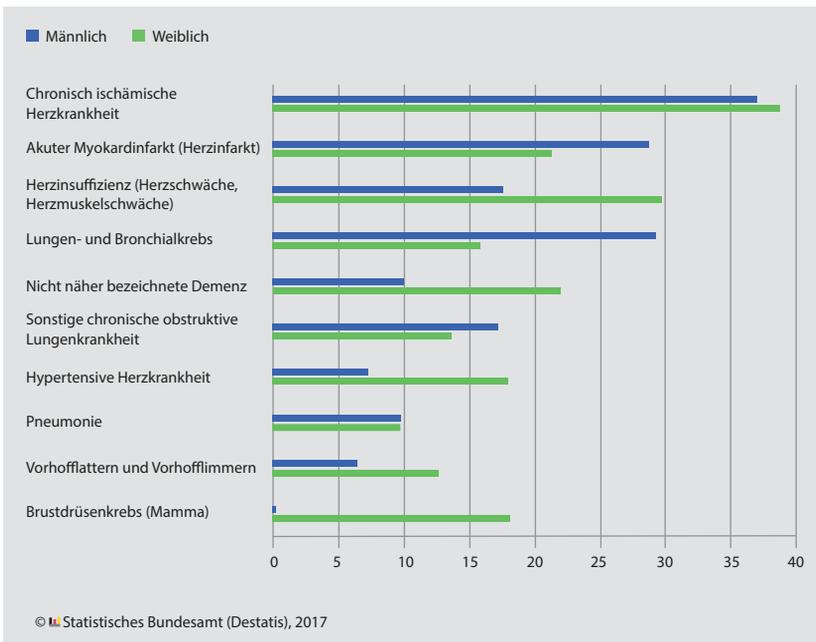


Abb. 1.2 Häufigste Todesursachen in Deutschland im Jahr 2015 (in Tausend). (Datenquelle: Statistisches Bundesamt/ Destatis 2017)

## 1.2 · „Männliche“ Demenz – geschlechtsspezifische Unterschiede

und in das letzte Jahrhundert, so stellen wir fest, dass bei unserer Klientel die Männer einen leichteren Zugang zu Bildung und zu höher qualifizierten Berufen hatten als Frauen.

Bei Frauen ist die Demenz aktuell die dritthäufigste Todesursache, bei Männern steht sie an sechster Stelle (▣ [Abb. 1.2](#)).



# Was ist die Biografie eines Menschen?

- 2.1 Erlernen eines sensiblen Umgangs mit der Biografie eines Menschen – 10
- 2.2 Warum sind Biografiekenntnisse eines Menschen mit Demenz von so hoher Bedeutung? – 11
- 2.3 Männlicher Biografiebogen – 12
- 2.4 Männliche Lebenswelten (Lebensthemen) – 17
- 2.5 Lebensbilanzierung ... so wichtig! – 18
- 2.6 Relativer Statusverlust – 20
- 2.7 Risikogruppe: Männer, die zwangsweise frühpensioniert wurden – 23

## 2.1 Erlernen eines sensiblen Umgangs mit der Biografie eines Menschen

---

Alle unsere Angebote sind biografieorientiert, oder wir lernen unser Gegenüber, seine Biografie innerhalb der Angebote kennen. Seien es Vorlieben oder Abneigungen, Interessen und Hobbys. Durch das Kennenlernen der Biografie können wir uns aber auch Verhaltensweisen erklären, besonders bei Menschen mit Demenz.

### Beispiel

Warum geht Herr M. jeden Abend über den Wohnbereich und drückt jede Türklinke hinunter? – Er war Justizvollzugsbeamter.

Warum möchte Herr K. nicht aus seinem Zimmer kommen? – Herr K. fühlt sich unwohl. Seit seiner Zeit in Gefangenschaft auf engem Raum meidet er Menschenansammlungen. Er wird nervös, beobachtet mehr den Ausgang und isst während der Mahlzeiten nur wenige Bissen, damit er wieder schnell aufstehen kann.

Biografische Informationen sind höchst sensible Informationen. Die Biografie eines Menschen ist intim, und man erzählt nicht „einfach so“ aus seinem Leben.

Aus meiner jahrelangen praktischen Tätigkeit weiß ich leider, dass häufig unsensible und unreflektierte Biografiearbeit geleistet wird. Der „Klassiker“ ist der Biografiebogen. Dieser wird z. B. den Angehörigen ausgehändigt, oder der Mensch wird durch das Personal ab- und ausgefragt.

Wenn wir biografische Informationen erhalten, ist es wichtig, zu vermerken, wer diese Angaben getroffen hat, besonders wenn es um Vorlieben, Hobbys, Interessen und Abneigungen geht. Außenstehende können nur unsere „äußere Biografie“ benennen. Die äußere Biografie ist immer nachweisbar – sozusagen unser Lebenslauf. Wo sind wir geboren? Welchen Beruf haben wir erlernt? Sind wir verheiratet? Gibt es Geschwister? Und so weiter.

Viel wichtiger ist jedoch die innere Biografie. Wie bewerte ich die erlebten Dinge in meinem Lebenslauf?

### Beispiel

Herr K. ist gelernter Metzger. Er hat den Familienbetrieb in der dritten Generation übernommen. Spricht man mit Herrn K. über seinen erlernten Beruf, wird er nachdenklich und bedrückt. Er wäre lieber Lehrer geworden. Er hatte jedoch nur Schwestern und musste den Betrieb aus Tradition weiterführen.

Wichtig ist außerdem: Unser Gegenüber gibt das Tempo an, wenn er aus seinem Leben erzählt. Es muss eine „Wohlfühlatmosphäre“ vorhanden sein. Der Mensch muss sich sicher fühlen und das Vertrauen zur Gruppe und/oder zu den anderen Teilnehmern im Gespräch haben. Biografiearbeit ist immer Beziehungsarbeit.

## 2.2 Warum sind Biografiekenntnisse eines Menschen mit Demenz von so hoher Bedeutung?

---

Wie schon beschrieben, sind Biografiekenntnisse wichtig, um eine Betreuung gestalten zu können. Dies gilt insbesondere bei Menschen mit Demenz. Biografisch orientierte Angebote können die Identität und das Selbstwertgefühl des Gegenübers stärken.

Bei Menschen mit Demenz spricht man häufig von „Inseln der Erinnerungen“, die im Laufe der Krankheit übrig bleiben. Wir können durch biografieorientierte Angebote die Inseln der Erinnerungen stärken. Erinnerungen helfen uns, in unserer Identität zu bleiben. Dasselbe gilt für das Selbstwertgefühl. Dieses nimmt im Alter leider häufig ab. Fehlende körperliche und geistige Fitness, Schmerzen, chronische Erkrankungen, soziale Isolation, Abhängigkeiten und das Auf-Hilfe-angewiesen-Sein sind nur einige Beispiele.

### Beispiel

Mir hat mal eine Bewohnerin gesagt: „Alt werden ist schön, alt sein nicht.“

Wenn wir uns überlegen, wie häufig wir unseren Senioren Dinge abnehmen (vermeintlich der Zeit oder den Abläufen geschuldet), die diese noch selbst tätigen könnten, müssen wir uns fragen: Was machen unsere Handlungsweisen mit den Menschen? Wir nehmen unseren Senioren Dinge ab, nur weil sie möglicherweise ein bisschen länger brauchten. Ohne dass wir darum gebeten werden. Was macht das mit dem Selbstwertgefühl eines Menschen? Leider wird es sicher nicht gefördert.

Mit biografisch orientierten Angeboten können wir auf vorhandene Ressourcen zurückgreifen.

### Beispiel

Herr T., 67 Jahre, gelernter Kfz-Mechaniker-Meister mit eigenem Betrieb ist nach einem Apoplex auf einen Pflegerollstuhl angewiesen.

Er hat eine linksseitige vollständige Körperlähmung (Hemiplegie). In seiner Sprache ist er ebenfalls stark eingeschränkt.

In der Betreuung haben wir Herrn T. mit zum Dienstwagen der Einrichtung genommen und die Motorhaube hochgestellt. Nachfragen unsererseits bezüglich des Aufbaus des Motors beantwortete er mit Mimik und Gestik. Manchmal erhielten wir auch bei Fragen, die für autointeressierte Männer wohl nicht existent waren, ein Stöhnen und Augenrollen. Herr T. hatte viel Freude daran, sein Wissen an uns weiterzugeben, und wir, ausschließlich weibliche Betreuungskräfte ohne viel Ahnung von Autos, haben von seinen Ressourcen profitiert.

### 2.3 Männlicher Biografiebogen

---

Vorweg möchte ich festhalten, dass ich keine Freundin von Biografiebögen bzw. vom Umgang mit diesen bin. Trotzdem bin ich der Meinung, dass ein Medium benötigt wird, um biografische Daten festhalten zu können.

Nutzen Sie Biografiebögen nur als Gesprächsleitfaden. Formulieren Sie ihre eigenen Sätze mit Ihren ganz persönlichen Worten. Dadurch entsteht eine Vertrauensbasis. Und diese ist die Grundlage für die biografische Arbeit!

In der Praxis gibt es die unterschiedlichsten fertigen Biografiebögen. Es gibt keine gesetzliche Vorgabe für dieses Medium. Sie können sich daher auch einen Biografiebogen für Ihren Bedarf und für den Bereich anfertigen, in dem Sie tätig sind.

Im Folgenden finden Sie einen Biografiebogen mit dem Schwerpunkt „Männliche Lebensthemen“ zur Erhebung einer individuellen Lebensgeschichte im Bereich der männlichen Lebenswelten. Es handelt sich hierbei nicht um einen vollständigen und komplett ausgearbeiteten Bogen. Dieser dient als Beiblatt/Ergänzung zu Ihrem vorhandenen Medium oder als Einstieg, um Ihre Klientel besser kennenzulernen. „Klassische“, standardisierte Biografiebögen sind aus meiner Erfahrung heraus zu allgemein gehalten und in der Regel für beide Geschlechter konzipiert.