

 reinhardt

GERONTOLOGISCHE REIHE



Monika Paillon

Mit Sprache erinnern

**Kommunikative Spiele
mit dementen Menschen**

 reinhardt

Reinhardt's Gerontologische Reihe
Band 42





Monika Paillon

Mit Sprache erinnern

Kommunikative Spiele mit
dementen Menschen

Mit einem Geleitwort von Heike von Lützu-Hohlbein

Mit 21 Abbildungen

Ernst Reinhardt Verlag München Basel

Monika Paillon, Düren, arbeitet in der psychosozialen Gruppen- und Einzelbetreuung von (demenzkranken) Bewohnern und deren Angehörigen einer Seniorenresidenz im sozial-kulturellen Bereich.

Coverfoto: © imagesource

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

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

ISBN 978-3-497-02036-2 (Print)

ISBN 978-3-497-60314-5 (PDF)

ISSN 0939-558X

1. Auflage

© 2008 by Ernst Reinhardt, GmbH & Co KG, Verlag, München

Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung der Ernst Reinhardt, GmbH & Co KG, München, unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen in andere Sprachen, Mikroverfilmungen und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Printed in Germany

Reihenkonzeption Umschlag: Oliver Linke, Augsburg

Satz: ew print & medien service gmbh, Würzburg

Druck und Bindung: Friedrich Pustet, Regensburg

Ernst Reinhardt Verlag, Kemnatenstr. 46, D-80639 München

Net: www.reinhardt-verlag.de E-Mail: info@reinhardt-verlag.de

Inhalt

Hinweise zu den Gliederungshilfen	7
Geleitwort	8
Vorwort	9
Unter vier Augen: Vorbereitungen	13
1 Das Leben ist lebenswert	16
Menschen wie du und ich ■ Gefühle ■ Hemmungen ■ Atmosphäre schaffen	
2 Der Mensch und sein Tier	22
Positive Fragen ■ Orientierungshilfen ■ Streicheleinheiten	
3 Augen auf!	29
Ein anderer Blickwinkel ■ Visuelle Erinnerungshilfen ■ Sehvermögen	
4 Vatertag und Mütterliches	36
10-Minuten-Aktivierung ■ Kramkisten – auch für Männer ■ Schnupperstunde ■ Miteinander der Geschlechter	
5 Arm und Bein, Arm oder Reich	44
Ressourcen, komplett betrachtet ■ Aktivitäten außer Haus ■ Mit allen Sinnen auf in die Natur	
6 Es sollte Hand und Fuß haben	50
Reaktionen deuten ■ Nicht (ver)zweifeln ■ Begreifen und Bewegen	
7 Daumesdick und Fingerlang	59
Ruhe und Geduld ■ Aktivitäten zwischendurch	
8 Auf Herz und Nieren geprüft	64
Herzlichst ■ Hilfsbereitschaft und Anerkennung	

9	Ob groß, ob klein	70
	Körperpflege ■ Komplimente ■ Nur keine Eile	
10	Rund um Haus und Hof	77
	Mein Zuhause ist meine Burg ■ Kleiner Koffer beim Umzug ins Heim ■ Heimatklänge	
11	Mehr Licht als Schatten	84
	Beleuchtung und Farben ■ Stolperfallen und andere Hindernisse	
12	Was kam zuerst, Huhn oder Ei?	90
	Basteln und Backen ■ Essen vergessen ■ Guten Appetit	
13	Bei Wind und Wetter	96
	Vom Morgentau bis zum Sonnenuntergang ■ Wir haben männliche Hilfe	
14	In Eis und Schnee	102
	Frische Luft für Stubenhocker ■ Künstler unter sich und ihr Lohn ■ Ein Fensterplatz	
15	Obst und Gemüse	108
	Der gute Geschmack ■ Tischlein deck dich ■ Dankeschön	
16	Spielereien	113
	Gegen die Langeweile – Fähigkeiten erhalten ■ Nicht jeder kann mit jedem – Gruppenbildung ■ Nicht nur Frauenzimmer	
17	Himmel und Hölle	119
	Spiritualität und Religiöses ■ Bedürfnisse	
18	Ist jetzt endlich Ruhe?	125
	Abends nach sieben ist die Welt auch in Ordnung ■ Das Abendprogramm	
19	Alles in allem gesehen	132
	Ungezählte Möglichkeiten ■ Betreuer und der gute Ruf	
	Danksagung.....	140
	Literatur.....	141
	Abbildungsverzeichnis	142

Hinweise zu den Gliederungshilfen

Zur schnelleren Orientierung und als Gliederungshilfe, um die Arbeit mit dem Buch zu erleichtern, werden Piktogramme benutzt, die folgende Bedeutung haben:



Zugang zu
Menschen mit
Demenz



Zitat



Gesprächsrunde zur
Einführung



Begriff



Zum Vorlesen



Film



Redewendungen



Märchen



Wortsammlung



Bekanntes und
Berühmtes



Liedersammlung



Wissenswertes



Spiel



Bewegungsübungen



Materialsammlung

Geleitwort

Es ist etwas ganz Natürliches, sich zusammenzusetzen und etwas gemeinsam zu tun. Man fühlt sich nah, vertraut und geborgen. Leider nehmen wir uns heute nicht immer die notwendige Zeit und versagen uns dabei diesen wichtigen menschlichen Gefühlen. Gerade für Menschen, die für sich lernen müssen, mit einer Demenzerkrankung umzugehen, sind diese Gefühle besonders wichtig.

Demenzkranken bringen uns bei, wie wichtig es ist, sich füreinander Zeit zu nehmen, denn nur mit Zeit und Ruhe können wir ihren unglücklichen Gefühlen vom Verlust der Sicherheit und von der Zerbrechlichkeit ihrer Welt begegnen. Die Gefühle von Geborgenheit und Vertrautheit geben ihnen Halt, erden sie, verwurzeln sie auf dem Weg in ihre immer mehr zerfließende Welt.

„Wurzelsuche“ in der Gemeinschaft, unter Anleitung, mit den Ideen und praktischen Hinweisen, wie sie uns das vorliegende Buch zur Verfügung stellt, ist ein wundervoller Ansatz. Die Wurzeln unserer Erinnerungen müssen freigelegt, ausgegraben und wieder zusammengefügt werden, damit das Fundament so lange wie möglich stabil bleibt. Erinnerungen werden nicht nur durch Worte geweckt, sondern auch durch Musik, Bewegung und Berührung.

Gerade bei Menschen mit Demenz sind diese verschiedenen Zugänge in ihrer Kombination eine Möglichkeit, sie aus ihrer versponnenen Welt herauszulocken und sie wieder in das gemeinsame Leben einzubinden. Gemeinsam mit allen, die in der Runde sitzen, seien es nun Junge und Alte, Gesunde und Kranke.

Ich wünsche diesem Buch viele Leserinnen und Leser und den dargestellten Ideen viele Anwenderinnen und Anwender.

Heike von Lützu-Hohlbein

Vorsitzende der Deutschen Alzheimer Gesellschaft e. V.

Selbsthilfe Demenz, Berlin

Vorwort

„Noch ein Buch zum Thema Demenz, ist das wirklich nötig?“, werden Sie sich vielleicht fragen, wenn Sie es entdecken. „Gibt es nicht genügend Anleitungen und Arbeitshefte zum Thema ‚Gruppenarbeit mit Senioren‘?“ Es gibt eine Menge, sehr viele habe ich gelesen und durchgearbeitet, gute, sehr gute und anspruchsvolle.

Den Nutzen dieses Buches werden Sie entdecken und zu schätzen wissen, wenn Sie es in gemischten Gruppen einsetzen. Genau aus dieser Notwendigkeit heraus habe ich es auch geschrieben, denn in Zeiten knapper Personalressourcen sind wir doch oft aufgerufen, gemischte Gruppen (Jung und Alt, Senioren mit und ohne Demenz ...) anzuleiten und zu betreuen. Viele Tipps, Informatives und Fallbeispiele sind in den Vorworten zu jedem Kapitel zu finden, welche die Arbeit der sozialen Betreuung sowohl im privaten Bereich als auch in der professionell ausgerichteten Arbeit im Seniorenheim, einer Tagesstätte oder des mobilen Dienstes erleichtern und beleben.

Kürzlich las ich einen Bericht über den alljährlich stattfindenden „Pflegegipfel“ in Hannover, die Auftaktveranstaltung der erfolgreichsten Messe der Altenpflegebranche. Angeblich haben 60% der Bevölkerung Erfahrungen in der Pflege, 30% der pflegenden Angehörigen seien depressiv – Zahlen, die berühren.

Meiner Meinung nach legt der gesellschaftliche Umgang mit Senioren die Annahme nahe, dass ältere Menschen nicht mehr als aktive, mitverantwortlich handelnde Bürger angesprochen werden, wir bringen ihrem Wissen und ihrer erbrachten Leistungen nicht entsprechenden Respekt und die nötige Wertschätzung entgegen. Zudem appellieren wir zu wenig an ältere Menschen, ihr ideelles Kapital in einer mitverantwortlichen Weise einzusetzen – z. B. durch dessen Weitergabe an nachfolgende Generationen.

In meinem persönlichen Arbeitsumfeld, dem sozial-kulturellen Dienst einer großen Seniorenresidenz, erlebe ich täglich, wie wichtig es gerade für ältere und selbst hochbetagte Menschen ist, sie zu integrieren, die „Kraft des Alters“ zu erkennen, diese Kräfte einzubeziehen und zu nutzen, sie als Gewinn zu sehen und nicht

- 10 vorrangig die mit dem Alter verbundenen Belastungen in den Vordergrund zu stellen.

Demenzkrankung und vornehmlich die Alzheimer-Krankheit als die häufigste und folgenreichste psychiatrische Erkrankung in höherem Alter ist natürlich nicht zu unterschätzen. Die Anzahl der Neuerkrankungen beträgt nach Informationen der Deutschen Alzheimer Gesellschaft jährlich ca. 200 000 in Deutschland. Fortschreitend gehen im Laufe der Erkrankung des Gehirns wichtige Funktionen, das Gedächtnis, die räumliche Orientierung, das Sprachvermögen langsam verloren. Stellen wir uns einmal vor, durch eine neurologische Erkrankung oder einen Unfall das Gedächtnis, unser Erinnerungsvermögen, zeitweise oder gar auf Dauer zu verlieren, uns weder im Raum noch in der Zeit orientieren zu können – praktisch ohne Wurzeln zu leben. So kann man leicht nachvollziehen, dass der Biografiearbeit und Erinnerungspflege in der Altenarbeit ein großer Stellenwert eingeräumt werden sollte.

Für Menschen mit Demenz ist diese Erinnerungspflege, die über alle Sinne wahrgenommen wird, oft ein letzter Halt im Strom des Vergessens. Aus emotional positivem Erleben schöpfen sie Lebensenergie und Selbstbewusstsein. Selbst Demenzkranke im späten Stadium ihrer Krankheit haben ein sehr feines Gespür für Akzeptanz, Annahme, persönliche Achtung und Integrität.

Wir sollten soziales und pflegerisches Handeln einmal überdenken und unter Umständen mit kleinen Veränderungen im täglichen Umgang, der Pflege und Betreuung, das Leben und die Arbeit mit dementen Menschen für beide Seiten leichter und befriedigender gestalten. Durch die Förderung der kommunikativen Fähigkeiten, die alle Sinne ansprechen können, ist es uns möglich, entscheidend zur Verbesserung der Lebensqualität Demenzkranker beizutragen.

Ich habe verschiedene Themen zusammengestellt und gemeinsam mit den Senioren unserer Residenz Erinnerungen und alte Bräuche aufgearbeitet, um auch zu meinen Wurzeln zu finden.

Durch Gespräche Meinungen und Hintergründe zu erfahren ermöglicht beiden Seiten ein besseres Kennenlernen und mehr Verständnis füreinander.

Besonders die Arbeit in der gemischten Gruppe, gemeinsam mit demenzkranken Bewohnern unserer Seniorenresidenz, ist mittlerweile nicht nur zu meiner persönlichen Betreuungs- und Beschäftigungsaufgabe geworden. Alle sehen sich in der Verantwortung, sie „mitzunehmen“, zu integrieren und zu akzeptieren, unsere

dementen Freunde und Mitbewohner in ihrer manchmal „verrückten“ Welt abzuholen. 11

Dabei kommt es nicht darauf an, perfekt zu sein, sondern ein „Händchen zu entwickeln“, was so viel bedeutet wie: einfühlsam und respektvoll, manchmal auch ganz spontan auf die Bedürfnisse des Einzelnen einzugehen und gegenseitiges Vertrauen aufzubauen, eine Gemeinschaft zu entwickeln.

Kennen Sie den Begriff „blindes Verstehen“? Oftmals kommt er mir bei der Betreuung schwer Demenzkranker in den Sinn. Wahrscheinlich werden wir den Verlauf der Krankheit auch mit all unseren Bemühungen nicht aufhalten können, aber durch kontinuierliches Arbeiten vielleicht Zeit gewinnen. Zeit, die unsere Schützlinge brauchen, eventuell verdeckte, alte Gefühle und Ereignisse aufzuarbeiten und auch mit sich selbst ins Reine zu kommen.

Das Ziel ist, in jeder Phase der Demenz eine befriedigende Kommunikation aufzubauen, sei sie auch später nonverbal und durch sanfte Berührungen ersetzt. Mit der Bereitschaft, die Realität Demenzkranker in jeder Phase ihrer Befindlichkeit anzunehmen, geben wir ihnen die Möglichkeit, bis zuletzt in Würde und Integrität zu leben, was, nach Naomi Feil, das erstrebenswerte Ziel unserer Arbeit sein sollte. Auf dem Weg dahin gibt es noch viel Schönes und Bemerkenswertes zu erleben, arbeiten wir daran!

Die einzelnen Kapitel dieses Buches sind in der Regel nach der mittleren Phase der Demenz ausgerichtet, oftmals mangelhaft orientierte oder zeitverwirrte Teilnehmer Ihrer Gruppe werden sich noch sehr gut der alten Begriffe, Redewendungen und Lieder erinnern. Die meisten Aktivitäten können sie noch eigenständig durchführen, oder sie bedürfen einer geringen Anleitung. Sehen Sie die Wortsammlungen und Redewendungen nicht unbedingt als Anreiz, diese zu suchen und zu sammeln, sondern vielmehr als Hilfestellung, persönliche Themen daraus zu entwickeln und immer wieder neue Gesprächsaufhänger zu schaffen, auch Aktivitäten daraus zu entwickeln. Mancher Spruch ist vielleicht regional nicht so bekannt? Vielleicht erinnert sich jemand aus Ihrer dementen Gruppe an die Bedeutung. Lassen Sie sich den Sinn der Volksweisheit, vielleicht auch den Hintergrund erklären – es steigert das Selbstwertgefühl Ihrer „Patienten“ und hat ein großes Lob verdient!

Innerhalb der Einführung zu jedem Kapitel finden Sie Hinweise zum Umgang mit Demenzerkrankten in der Spätphase. Beziehen Sie die alten Menschen auch dann weitmöglichst in den gemeinsamen Kreis ein, sie werden es genießen.

12 „Fördern, ohne zu überfordern“ ist der „rote Faden“ dieses Buches, begleitet von meinem persönlichen großen Wunsch, dass Demenzerkrankungen eines Tages wirksam behandelt werden können.

So ist dieses Buch ganz langsam entstanden, in vielen geselligen, lustigen, lehrreichen Stunden. Im Grunde genommen ist die Autorenliste sehr, sehr lang.

Dafür bedanke ich mich ganz herzlich, bei den Bewohnern der Seniorenresidenz, meinem Lebensgefährten, meinen Kindern und bei allen, die ihren Beitrag in einer Redewendung oder den Wortsammlungen wiederfinden.

Heute stelle ich es gerne all jenen zur Verfügung, die Freude an der Senioren- und Demenzarbeit haben und den Sinn ihrer Arbeit mit älteren Menschen darin sehen, aufbauend auf dem reichen Erfahrungsschatz der Senioren, Erinnerungen zu wecken, wertschätzende Anregungen zu geben und ergebnisorientiert zu arbeiten.

Es freut mich, wenn professionelles Pflegepersonal den eigenen Rhythmus einmal überdenkt und Anregungen findet, die Lebensqualität Demenzerkrankter zu verbessern und in einer entspannten Atmosphäre kritische Situationen zu entschärfen.

Sozialen Betreuern und aktiven Ehrenamtlichen wünsche ich, dass sie einen effektiven Weg finden, Demenzkranke auf spielerische Art und Weise zu motivieren und den alten Menschen würdevoll – unter Berücksichtigung des persönlichen Befindens – ein Gefühl der Zugehörigkeit und Wertschätzung zu vermitteln.

Für die „Pflege daheim“ habe ich geeignete Anregungen zur Verbesserung des Wohnumfelds und des täglichen Umgangs mit Demenzkranken erarbeitet, die ein selbständiges, eigenverantwortliches Leben erleichtern und verlängern, aber auch den eventuellen Einzug in ein Pflegeheim freundlicher gestalten können.

Ich wünsche Ihnen in Ihren Gruppenstunden und Ihrer täglichen Arbeit viele beglückende Momente – gehen wir gemeinsam auf „Wurzelsuche“!

Düren, im Juli 2008
Monika Paillon



Wurzelsuche

Unter vier Augen: Vorbereitungen

Natürlich muss ich Ihnen, wenn Sie Erfahrungen in der Gruppenarbeit haben, nichts erklären, anderen erzähle ich gerne von meinen Erfahrungen:

Es bedarf einiger Vorbereitung, den richtigen Rahmen zu schaffen, in dem sich die Senioren, je nach persönlicher Befindlichkeit oder Krankheitsgeschichte, wohl fühlen und gerne auf eine gemeinsame Gruppenaktivität einlassen. Der Raum wird vorbereitet, bei Bedarf beheizt, die Sitzmöbel werden nach Möglichkeit zum Kreis gestellt. Auch die richtige Beleuchtung ist wichtig, was für mich gemütliches Licht bedeutet, ist für die Senioren zu dunkel – schließlich erzählen wir ja keine „Gute-Nacht-Geschichten“. Natürlich stört grelles Neonlicht den Rahmen: Ist es zu hell, wird womöglich eine gewisse Anspannung erzeugt, die es zu vermeiden gilt. Bloß keine Prüfungssituation, niemand soll den Eindruck haben, er müsse sich mit den anderen messen – könnte womöglich versagen. In unserer Gruppe gibt es nur Gewinner, ich stelle fest, dass sich die Teilnehmer nach einiger Zeit sogar über kleine und große Erfolge ihrer „Kollegen“ freuen können.

Da ich meinen Sitzplatz ebenfalls in den Kreis integriere, kann ich einen themenbezogenen Mittelpunkt schaffen. Mit ein wenig Fantasie bestücke ich vor der Stunde meinen Korb, bringe farbige Tücher, Kerzen, Pflanzen, Dekomaterial, Haushaltskleingeräte, Muscheln – alles, was zum Thema passt – mit. Schon wenn ich mit meinem Korb durchs Haus gehe, um unsere Bewohner einzuladen oder, vornehmlich Demenzkranke, zu erinnern, sind sie neugierig auf den Inhalt und freuen sich auf die gemeinsame Stunde.

Auf einem niedrigen Tisch, manchmal auch auf dem Fußboden, breite ich meine Schätze aus. Während wir gemeinsam bei einer entspannenden, leisen Hintergrundmusik abwarten, bis sich der Raum gefüllt hat und alle Teilnehmer anwesend sind, ist es eine Freude, zu beobachten, welches Interesse meine kleinen Schätze erregen – und zu ersten Gesprächen mit dem Nachbarn anregen. Wenn ich genau zuhöre, kann ich einige dieser Gespräche gleich

14 aufgreifen, denn oft brauche ich kein Stichwort zu geben, die einleitende Gesprächsrunde gestaltet sich selbständig.

Natürlich gibt es auch immer wieder „stille Vertreter“, die ich erst durch gezielte persönliche Anrede zum Mitmachen animieren kann – aber man kennt ja seine „Pappenheimer“, und vornehmlich Demenzkranke brauchen oft einen kleinen Denkanstoß und die Gewissheit, dass wir auch an ihrer Person und Meinung interessiert sind, sie sind gleichberechtigte und wichtige Partner.

Die gemeinsame Stunde beginnt meist mit kleinen persönlichen Geschichten, im Themenbereich finden Sie einleitende Fragen oder Beispiele zum Einstieg. Die anschließende Suche nach entsprechenden Redewendungen und Wortsammlungen verbinde ich manchmal mit einem Spiel, denn nach Zuwerfen eines Balls kann ich gezielt bestimmen, wer antworten soll. Mit einem kleinen Noppenball wird gleichzeitig die Durchblutung der Hände angeregt, einen Schaumstoffball kann der Teilnehmer kneten, bevor er antwortet. So schaffen wir auch für demente Bewohner die nötige Zeit zum Nachzudenken.

Wenn ich weiß, heute wird es etwas schwieriger, verteile ich vor den Fragen Buchstabenkärtchen und gehe reihum vor. Die Bewohner können ihre Antworten vorbereiten (z. B. „Wir reisen nach: Amerika/Brasilien/Chile/Dänemark ...“). Mit dieser Methode kann man auch ein wenig schummeln oder die Buchstaben gezielt verteilen, und da wir ja Freude, Spaß und Erfolg haben wollen, interessiert es niemanden, dass es oft gar kein Q, X oder Y im Antwortkästchen gibt, aber so einige doppelte Konsonanten. Da meine Karten eine Größe von 10 x 10 cm haben, kann das Argument „Brille vergessen“ erst gar nicht greifen.

Wichtig ist, dass jeder für jeden da ist, helfend und lobend, denn schließlich arbeiten wir als Gruppe, nicht als Einzelkämpfer! Wenn die Stunde Spaß macht, jeder sich angenommen und zufrieden fühlt, kommen im Miteinander negative Gedanken erst gar nicht auf, Alltagsprobleme werden beiseitegeschoben, und sogar körperliche Missempfindungen treten für eine Weile in den Hintergrund. Und wie freue ich mich, wenn mir am nächsten Tag ein Teilnehmer auf dem Flur begegnet und ganz aufgeregt sagt: „Mir ist da noch etwas eingefallen ...“

Zum Ende der Stunde werden themenbezogene Lieder gesungen, natürlich sollen diese erst einmal erraten werden. Leider spiele ich kein Instrument, um sie anzustimmen, aber Vorsummen genügt auch, was mich aufgrund meiner (un)musikalischen Veranlagung