

Arbeitshilfen

**Demenz
erleben –
Ich
verlier' den
Verstand**



Katholisches Filmwerk

Demenz erleben – Ich verlier' den Verstand

Deutschland 2007, 16 Min.
Ein Film zum Thema Demenz
Von Gerd Christian Altmann

Gliederung

Kurzcharakteristik

Lebenslauf Autor

Einsatzmöglichkeiten des Films

Vorschläge zur Arbeit mit dem Film

– Einstiegsmöglichkeiten vor der Filmvorführung

– Nach dem Film

– Filmvorführung mit Unterbrechungen

– Einsatz des Films in einer Gruppe pflegender Angehöriger

Begleitmaterialien

Vertiefende Hintergrundinformationen, Basisinformationen

A1 Basisinformation Demenz

A2 Stichworte zum hilfreichen Umgang mit Menschen mit Demenz

A3 Erinnerungspflege mit verwirrten Menschen

A4 Hinweise auf weiterführende Informationen, Literatur und Medien

Materialien

M1 Texte der Filmsequenzen

M2 Wohnen mit Demenz

M3 Angst, ganz viel Angst

M4 Hilfreicher Umgang mit Menschen mit Demenz

Kurzcharakteristik

Der Film zeigt Wahrnehmungen und Gedanken aus der Sicht eines Menschen mit Demenz. Dies macht betroffen, erinnert an viele eigene Erlebnisse mit Menschen mit Demenz, regt zum Gespräch und zur Auseinandersetzung über das Thema Demenz an. Wegen seiner Kürze (16 Min.) ist der Film sehr gut als Einstieg in Unterricht und Bildungsveranstaltungen einsetzbar. Da der Film in einzelne Sequenzen gegliedert ist, besteht die Möglichkeit, ausgewählte Szenen einzeln anzuschauen und zu bearbeiten. Die Begleitmaterialien ermöglichen die Vertiefung des Themas.

Gerd Christian Altmann, der Autor des Films, begleitet, betreut, pflegt seit 1989 in einem Pflegeheim in Freiburg viele Menschen mit Demenz. Gleichzeitig ist er Künstler, verfasste die Texte des Films, fotografierte und verfremdete die Fotos am Computer, spricht die Texte und hat den Film vollständig in Eigenregie hergestellt. Sein Selbstverständnis fasste er in folgendem Gedicht zusammen:

Lebenslauf: Gerd Christian Altmann

*Viel ausprobiert, immer wieder gesucht.
Missstände aufgezeigt, Gefühle näher gebracht.
Einsamkeit und Hilflosigkeit dargestellt.
Die eigene Ohnmacht mitgeteilt.
Erfahrungen gesammelt, verarbeitet, verworfen, neu gesucht.
Nein gesagt, Ja gesagt, gezweifelt.
Viel rumgekommen, immer wieder Station gemacht.
Älter geworden, Angst bekommen, jung bleiben wollen.
Verärgert, akzeptiert, verworfen, neu gesucht.
Ein Leben lang gelernt,
sich dagegen gewehrt, weiter gelernt,
nix kapiert und neu gesucht.
Mal gucken, wie's weitergeht!*

Einsatzmöglichkeiten des Filmes

Schule:

Unterricht zum Thema „Demenz“ ab 7. Klasse; das Thema Demenz taucht in Lehrplänen nur am Rande auf, am ehesten in Biologie, Religion, Ethik, Sozialkunde, aber auch zu assoziativen Themen wie Identität, Solidarität, Krankheit ist der Film einsetzbar:

Lehrplanzuordnung:

Baden-Württemberg: Gymnasium

Kath. Religion:

Jg. 6, LPE 5: Menschen brauchen Hilfe – gelebte Solidarität: Alte, Andere Mentalität und Lebensgewohnheiten

Sprach- und Verständigungsschwierigkeiten

Jg. 9, LPE 1: Was den Menschen zum Menschen macht

1.3. Wege zu gelingendem Leben:

Suche nach Identität – „Wer bin ich, was bin ich, was habe ich?“

Ev. Religion:

Jg. 7, LP 1 WP Gesund, krank, süchtig

Außerschulisch:

Vorbereitung auf Sozialeinsatz oder Zivildienst in der Altenhilfe, Kurse für ehrenamtlich oder beruflich Tätige in Sozialstationen, Nachbarschaftshilfe, mobilen Hilfsdiensten, Pflegeheimen, betreute Wohngruppen für Menschen mit Demenz; Kurse und Gesprächsangebote für Angehörige von Menschen mit Demenz.

Vorschläge zur Arbeit mit dem Film

Einstiegsmöglichkeiten: Vor der Filmvorführung

1. Die Begriffe, die im ersten Teil des Films vorkommen und für Menschen mit Demenz in der Umgangssprache gebraucht werden, werden auf Kärtchen geschrieben:

unnormale – verrückt – dement – geisteskrank – toll – abartig – unnatürlich – verzerrt – affektiert – unecht – irr – unzurechnungsfähig – krank – gestört – umnachtet – wahnsinnig – verschroben – absonderlich – befremdlich – eigentümlich – bizarr

Jede/r erhält ein Kärtchen mit einem der Begriffe und den Impuls „**Wie stellen Sie sich einen Menschen vor, der diese Zuschreibung bekommt? Welche Verhaltensweisen zeigt er?**“

Jede/r nennt seinen Begriff und die damit verbundenen Vorstellungen (bei großen Gruppen: Gespräch mit Sitznachbar/in, sonst im Plenum). – Was fällt auf?

2. **Der Titel des Films lautet: „Ich verlier’ den Verstand“ – Welche Assoziationen kommen Ihnen, wenn Sie diesen Titel hören?**

Alle Assoziationen werden auf Kärtchen oder Flipchart notiert.

Wenn Sie diese Assoziationen nun betrachten: „Was bewegt Sie?“

3. Einführung in den Film

Der Film, den wir nun betrachten werden, stellt das Thema Demenz aus der Sicht eines betroffenen Menschen dar. Einem Menschen, der merkt, „Ich verlier’ den Verstand“. Ich glaube kaum, dass wir erahnen können, was dies für einen Menschen bedeutet. Gerd Christian Altmann, der Autor und Produzent des Films, ist als Altenpfleger in ständigem Kontakt mit Menschen mit Demenz. Er hat als Filmtitel die Aussage „Ich verlier’ den Verstand“ gewählt und sich in die Welt eines Menschen mit Demenz eingefühlt und im Film dargestellt, wie diese Welt aussehen könnte, welche Gedanken und Gefühle Menschen mit Demenz haben und wie sie die Welt – oder besser gesagt ihre Welt – erleben. Lassen

Sie sich nun auf diese Welt eines Menschen mit Demenz ein und schauen Sie, was die Bilder und Texte in Ihnen auslösen.

Nach dem Film

1. Spontane Eindrücke sammeln

Zu Beginn des Gesprächs sollte Raum für spontane Äußerungen sein. Es ist darauf zu achten, dass die Äußerungen von anderen Teilnehmer(inne)n nicht kommentiert oder bewertet werden. Wenn der Moderator / die Moderatorin zu schnell Fragen stellt, können die Fragen der Zuschauer unter Umständen kanalisiert und unterdrückt werden.

Kommen keine spontanen Äußerungen, kann durch Impulsfragen wie

- Welches Bild ist Ihnen noch sehr präsent?
- Welche Aussage haben Sie noch im Ohr?

ein Gespräch angeregt werden.

2. Gespräch über den Film

Mögliche Impulsfragen

- Welche Fragen hat der Film bei Ihnen ausgelöst? (evtl. aufschreiben)
- Welche Themen und Fragen werden durch den Film angesprochen?
- Was hat Ihnen gefallen? Was hat Sie gestört?
- Welche Ausdrucksmittel hat der Filmemacher eingesetzt? (Farben – Musik – Worte – Länge der Sequenzen ...)
- Was hat Sie emotional bewegt?
- Wofür steht für Sie der Fluss?
- Ist Ihnen aufgefallen, dass sich die Fließrichtung des Flusses im Film verändert hat? An welcher Stelle? Wie deuten Sie dies?
- Welche Anregungen gibt Ihnen der Film für den Umgang mit Menschen mit Demenz?
- Wovor fürchten Sie sich, wenn Sie an Ihr eigenes Älterwerden denken?
- Welchen Titel würden Sie dem Film geben?

Ausgewählte Impulsfragen werden in Kleingruppen oder im Plenum bearbeitet.

Wenn in Kleingruppen gearbeitet wurde, kann im Plenum ausgetauscht werden, was in der Kleingruppe deutlich wurde oder was der Gruppe wichtig ist und den anderen mitgeteilt werden soll.

3. Abschluss: Methode „Blitzlicht“ oder Rückblick auf die Assoziationen

Ein Blitzlicht ist eine kurze Äußerung aller Teilnehmer/innen zu einer klar umrissenen Fragestellung (Problem, Situation, Thema).

Durchführung:

- Die Leitung benennt die Frage, um die es im Blitzlicht geht, z. B. Was nehmen Sie aus dieser Veranstaltung mit? Woran würden Sie gerne weiterarbeiten? Welche Eindrücke sind bei Ihnen haften geblieben? Was möchten Sie noch loswerden?
Die Leitung kann beim Blitzlicht einen Gegenstand (z. B. Stein, Muschel, Murmel) von Teilnehmer zu Teilnehmer weitergeben lassen.
- Die Teilnehmer(innen) geben nacheinander in maximal 2–3 Sätzen ihre Meinung (Stimmung ...) wieder. Der Gegenstand wird nach der Äußerung zur/zum nächsten Teilnehmer(in) weitergereicht.
- Wer nichts sagen will, gibt den Gegenstand einfach weiter.

Wichtig ist, dass während des Blitzlichts keine Diskussion stattfindet. Die Äußerungen der einzelnen Teilnehmer(innen) sollen auch nicht kommentiert oder kritisiert werden.

oder

Abschlussrunde:

Wenn Sie die zu Beginn der Veranstaltung gesammelten Assoziationen zum Filmtitel gesammelt haben, schauen Sie diese noch einmal gemeinsam an.

Impuls: Was würden Sie nun nach dem Film und dem Gespräch verändern, erweitern, neu hinzufügen? Auf Karten notieren und hinzufügen.

Filmvorführung mit Unterbrechung

Sequenzen des Films

<u>Kapitel</u>	<u>ab Min.:Sek.</u>	<u>Thema</u>
01	00:00	All das macht mir Angst
02	01:30	Vorspann
03	01:48	In dieser Straße
04	05:40	Irgendwann unwichtig
05	07:07	Die weißen Flecken A: Bilder und Musik, Überschrift
06	07:20	Die weißen Flecken B: Bilder und Musik
07	08:30	Die weißen Flecken C: Text und Bilder
08	09:15	Das große Vergessen A: Bilder und Musik
09	09:58	Das große Vergessen B: Text
10	10:55	Bilder und Musik
11	11:20	Was du für mich tun kannst
12	15:22	Nachspann

Bei der Vorführung kann der Film an verschiedenen Stellen unterbrochen werden. Die einzelnen Sequenzen können dann intensiver bearbeitet werden. Folgende Unterbrechungen sind möglich, bei einer Vorführung sollte der Film aber nicht zu oft unterbrochen werden – die folgenden Vorschläge stellen also eine Auswahl dar.

Ebenso ist es möglich, nicht den ganzen Film nach und nach vorzuführen, sondern sich auf einzelne Sequenzen zu beschränken (z. B. als Impulseinstieg für eine Tagung oder eine Kurseinheit).

1. Sequenz 1 und 2: „All das macht mir Angst“

Nach 1:48 Minuten, nach dem Vorspann, unterbrechen.

Welcher Begriff ist Ihnen im Gedächtnis geblieben?

- Jede/r nennt einen Begriff.
- Was verbinden Sie mit diesem Begriff?

Danach werden drei Gruppen gebildet, die gebeten werden, sich in die Situation des Menschen im Film zu versetzen, sich mit ihm zu identifizieren:

- Gruppe 1 erhält den Auftrag, nur auf die Bilder zu achten und diese auf sich wirken zu lassen.
- Gruppe 2 erhält den Auftrag, nur auf die Worte und Sätze zu achten und diese auf sich wirken zu lassen.
- Gruppe 3 erhält den Auftrag, Bilder und Sätze auf sich wirken zu lassen.

2. Sequenz 3 zeigen: „In dieser Straße“

Nach 5:35 Minuten unterbrechen.

- Zunächst äußern die Mitglieder der Gruppe 1 ihre Gefühle und was sie nach dieser Sequenz bewegt, dann die Mitglieder der Gruppe 2, danach die der Gruppe 3.

3. Sequenz 4 zeigen: „Irgendwann unwichtig“

Nach 7:05 Minuten unterbrechen.

- Frage: Was bleibt dann noch übrig? Wo sehen Sie Ansatzpunkte/Zugänge für die Arbeit mit Menschen mit Demenz?

oder

- Was ist Ihnen im Umgang mit Menschen mit Demenz unwichtig geworden? Was ist Ihnen wichtig?

4. A) Sequenz 5 zeigen: „Die weißen Flecken“

Nach 7:17 Minuten unterbrechen (wenn der Satz „Die weißen Flecken werden immer größer“ eingeblendet wurde).

- Assoziationen zum Begriff „weiße Flecken“ sammeln – Alle Assoziationen notieren (Einzelarbeit oder Gruppenarbeit); andere Möglichkeit: Stummes Schreibgespräch in Vierer-Gruppen zu „weißen Flecken“.

Dann den Film weiterlaufen lassen. **Sequenz 6 und 7**

Unterbrechen nach 9:10 Minuten: „Ich kann doch nicht einfach hier bleiben!“

- Dann werden die eigenen Plakate mit den Erfahrungen der Filmsequenz verglichen.

B) Alternativvorschlag: Sequenz 5, 6, 7 zeigen „Die weißen Flecken“

Nach 9:10 Minuten unterbrechen („Ich kann doch nicht einfach hier bleiben!“).

- Jeder erhält ein ausgefranztes Stück weißes Papier und notiert auf diesen weißen Flecken eine Antwort auf die Frage: „Wovor hätten Sie am meisten Angst, wenn Sie bemerken, dass die weißen Flecken größer werden?“
- Alle weißen Flecken werden vorgelesen und auf ein buntes Tuch gelegt.

5. Sequenzen 8 und 9: „Das große Vergessen“

Unterbrechung nach 10:55 Minuten: „Ich nicht – ich, vergess’ einfach alles – alles“

Plakate mit folgenden Aussagen des Films hängen verteilt im Raum:

- sterben
- jung bleiben
- altern
- vergessen

Jede/r erhält einen Stift und notiert seine Einfälle zu den Punkten auf dem Plakat. Dabei lässt er/sie sich von den Äußerungen der/des anderen inspirieren.

Gemeinsam werden die Plakate betrachtet und besprochen.

6. Sequenz 10 und Anfang 11: „Was du für mich tun kannst“

Unterbrechung nach 11:22 Minuten: „Du fragst mich, was du für mich tun kannst?“

- Impuls: Überlegen Sie mit Ihrem Nachbarn / Ihrer Nachbarin, was man für einen Menschen mit Demenz tun kann, um ihm das Leben zu erleichtern bzw. Lebensqualität zu ermöglichen.

Alle Ideen werden auf dem Flipchart gesammelt.

Der Film wird bis zum Ende betrachtet (**Sequenz 11 und 12**), danach wird die eigene Liste mit Anregungen aus dem Film ergänzt.

Anregung zur Arbeit mit einer Gruppe pflegender Angehöriger

Wird der Film mit **pflegenden Angehörigen** betrachtet, könnte ein Einstieg vor dem Film die persönliche Situation ansprechen.

Mögliche Impulse vor dem Film

- Was belastet Sie, wenn Sie an die Betreuung Ihres pflegebedürftigen Angehörigen denken? (Zu dieser Fragestellung könnte ein Stein herumgegeben werden.)
- Was freut Sie, wenn Sie an die Betreuung Ihres pflegebedürftigen Angehörigen denken? (Zu dieser Fragestellung könnte eine Blume/Glasurmurmel herumgegeben werden.)

Mögliche Impulse nach dem Film

- Was hat Sie besonders berührt/angesprochen?
- Was war Ihnen fremd/neu?
- Was nehmen Sie für den Pflegealltag mit?
- Im Film kam immer wieder das Wasser vor – Wasser ein Lebenselixier – Was sind Ihre Quellen, aus denen Sie Kraft schöpfen für den anstrengenden Pflegealltag?
- Wann wäre für Sie die Zeit gekommen, Ihren pflegebedürftigen Angehörigen in eine Einrichtung zu geben? In welche? (**Hier kann das Arbeitsblatt „Wohnen mit Demenz“ eingesetzt werden.**)
- Wie würden Sie Ihren Angehörigen auf den Umzug vorbereiten – begleiten?

A 1

Basisinformationen Demenz

Der **Begriff Demenz** kommt vom lateinischen „dementia“ und bedeutet Torheit, Verrücktheit, Wahnsinn. Demenz ist eine Hirnleistungsstörung auf Grund der zunehmenden Zerstörung von Nervenzellen im Gehirn und ihrer Verbindungen untereinander. Sie zieht das ganze Sein des Menschen in Mitleidenschaft: seine Wahrnehmung, sein Verhalten, sein Erleben. Die Alzheimer-Krankheit ist mit einem Anteil von ca. 60 % die häufigste irreversible Demenzform.

Die **Ursachen der Erkrankung** sind erst ansatzweise erforscht. Auch hohe Intelligenz schützt nicht vor Demenz. Allerdings gibt es Anzeichen dafür, dass körperliche und geistige Aktivitäten dazu beitragen, länger gesund zu bleiben, und den Fortgang der Erkrankung drosseln. Die durchschnittliche Lebenserwartung nach Auftreten der ersten Symptome beträgt etwa acht Jahre.

Mit zunehmendem Alter steigt das **Risiko, an Demenz zu erkranken**: Etwa jede/r hundertste 60-Jährige, jede/r zwanzigste 70-Jährige, jede/r fünfte 80-Jährige und jede/r dritte 90-Jährige ist an Demenz erkrankt. Insgesamt sind in Deutschland ca. 1 Million Menschen von einer mittelschweren oder schweren Demenz betroffen, Tendenz steigend (im Jahr 2030 werden es ca. 1,2 Millionen sein). Etwa 70 % von ihnen werden zu Hause betreut. Für die pflegenden Angehörigen ist dies eine große körperliche und psychische Anstrengung, die sie oft überfordert. Etwa 80 % der pflegenden Angehörigen sind Frauen (Ehefrauen, Töchter, Schwiegertöchter), über die Hälfte von ihnen ist selbst schon über 60 Jahre alt.

In den letzten Jahren wurden die **ambulant Hilfen** für häusliche Pflege stark ausgebaut. Weil aber Menschen mit Demenz vor allem Betreuung (oft rund um die Uhr) brauchen, die nicht als „Pflege“ anerkannt wird, gibt es immer wieder Probleme mit der Einstufung von Demenzkranken bei der Pflegeversicherung.

Der Anteil Demenzkranker an den Bewohner/innen von **Pflegeheimen** wird immer höher, er liegt bei ca. 50–80 %. Zunehmend werden Wohngruppen speziell für Menschen mit Demenz eingerichtet mit eigener Architektur (z. B. Wandelgänge für „Rundläufe“, Wohnküche) und eigener Tagesstrukturierung. Bei den speziell für Menschen mit Demenz entwickelten Betreuungsansätzen sind vor allem die lebensgeschichtlichen Erinnerungen und die Schaffung eines Sicherheit vermittelnden Wohlfühlmilieus wichtig.

Krankheitsverlauf

Der Verlauf der Krankheit ist schwankend: Krankheitsschübe wechseln mit lichtereren Momenten. Charakteristisch ist ihr schleichender Beginn: kleinere Gedächtnislücken, Stimmungsschwankungen, Abnahme der Lern- und Reaktionsfähigkeit, Sprachprobleme, Orientierungsschwierigkeiten, Antriebschwäche, abnehmendes Interesse für bisherige Lieblingsbeschäftigungen, sich Verschließen gegen alles Neue, Fehleinschätzung von Gefahren, Abstreiten von Fehlern, Irrtümern und Verwechslungen.

Die Kranken registrieren die Veränderungen, die in ihnen vorgehen. Sie bemühen sich, ihr Problem vor ihrer Umwelt zu verbergen und Gedächtnislücken zu überspielen. Sie reagieren mit Wut, Angst, Beschämung, Niedergeschlagenheit. Es fällt ihnen und ihren Angehörigen schwer, die Diagnose „Demenz“ zu akzeptieren.

Im weiteren Verlauf kann die Krankheit nicht mehr verborgen werden. Der Kranke ist auf dauernde Betreuung, Hilfe und Pflege angewiesen. Der Verlust von Unabhängigkeit ist sehr schmerzlich. Das Gedächtnis ist hochgradig gestört, sprachliche Artikulationen werden immer unverständlicher. Die Fähigkeit, den Alltag bewusst zu gestalten und sich seiner Umgebung anzupassen, schwindet. Die Erkrankten können ihre Gefühle kaum noch kontrollieren, es kommt zu plötzlichen Stimmungsschwankungen; Aggressionen und Depressionen treten verstärkt auf.

Die Veränderungen des Verhaltens und Erlebens eines Menschen mit einer Demenz lassen sich nicht allein aus dem pathologischen Zustand des Gehirns erklären. Sie sind auch Versuche, mit dem eigenen Erleben der krankhaften Veränderungen zurechtzukommen und persönliche „Lösungen“ zu finden, um ein aushaltbares „Gleichgewicht“ zwischen der eigenen Person und der Umwelt herzustellen.

Die Regulierung des Lebens mit dem Verstand wird immer weniger möglich. Deshalb müssen sich Demenzkranke auf ihre im Moment erlebten Gefühle verlassen. Sie verstehen nicht, was um sie herum geschieht, aber sie spüren die Haltung, mit denen Menschen ihnen begegnen (Sicherheit und Wertschätzung, oder Verunsicherung, Angst und Bedrohung). Identitätsbildende Erinnerungen und Fertigkeiten verblassen und werden immer bruchstückhafter. Deshalb sind immer größere Anstrengungen notwendig, um sich zu vergewissern, wer man selbst ist. Die Abhängigkeit von anderen nimmt zu, die Selbst-vergewisserung muss immer stärker von anderen geleistet werden. Mit dem Verlust von Autonomie und Selbstwert entsteht das Gefühl von Minderwertigkeit, existenzieller Bedrohung bis hin zur drohenden Vernichtung der eigenen Person.

Auch für Bezugspersonen eines Menschen mit Demenz ist die Demenz bedrohlich und löst Verunsicherung und Angst aus. Der Wunsch nach Autonomie und Individualität wird in Frage gestellt. Abwehr und Verdrängung sind Reaktionen darauf, die den Umgang mit Menschen mit Demenz beeinflussen (z. B. Verharmlosung und Beschönigung der Krankheit als „Schusseligkeit“).

Symptome von Demenz

- Vergesslichkeit
- Wahrnehmungsstörungen, Sinnestäuschungen
- Verlust von Urteilsfähigkeit
- Verlust der räumlichen und zeitlichen Orientierung
- Wahnvorstellungen
- Wortfindungsstörungen (Aphasie)
- Unfähigkeit zur Alltagsbewältigung (Waschen, Anziehen, Toilette, Essen ...)
- Wiederholen der immer gleichen Fragen und Handlungen
- Bewegungsdrang
- Aufrechterhaltung der Fassade
- Persönlichkeitsveränderungen
- Nachlassende Steuerung von Stimmungen und Affekten
- Wechsel von Aggression und Depression
- Rückzug aus sozialen Beziehungen
- Interesselosigkeit
- Verlust des Selbstbewusstseins

A2 Stichworte zum „hilfreichen“ Umgang mit Menschen mit Demenz (vgl. auch Arbeitsblatt M4 mit den Überschriften dieses Textes)

1. Förderliches Milieu schaffen

- Aufmerksamkeitsstörungen vermeiden (Geräusche, mehrere Gespräche gleichzeitig)
- Ermutigende Anregungen geben
- Gleichbleibende Umgebung, gleiche Reihenfolgen, strukturierter Tagesablauf

2. Gefühle achten, Selbstwertgefühl stärken

- Möglichst keine Korrekturen von Fehlleistungen, Beschämung vermeiden
- Keine Fragen, die nicht einfach zu beantworten sind, kein Ausfragen
- Keine überfordernden Entscheidungen erwarten

3. Wahrnehmungen respektieren

- Nicht mit logischen Argumenten überzeugen wollen
- Nicht auf „Wahrheiten“ und „Tatsachen“ beharren
- Sich auf keine Streitereien und Rechthabereien einlassen
- Keine Begründungen erwarten
- Die von den Kranken aufgebaute „Fassade“ nicht in Frage stellen
- Auf die emotionale Botschaft eingehen

4. Gesprächsregeln beachten

- In einfachen, kurzen Sätzen sprechen, langsam, laut und deutlich
- Nur eine Mitteilung auf einmal
- Nur vollständige Äußerungen, da „Ergänzungsleistungen“ verloren gehen und alles wörtlich verstanden wird: keine Andeutungen, keine Ironie, keine abstrakten Begriffe, keine bildhaften Ausdrücke
- Wahrnehmungen nicht ausreden
- Offensichtlich falsche Aussagen oder Wort- und Satzfehler nicht verbessern, Wahrnehmungsfehler nicht korrigieren
- Auf Gefühle hinter den Äußerungen achten
- „Ablenken“ (wenn sich jemand im eigenen Gedankenschwungel verheddert hat und zunehmend in Panik gerät)
- Nicht mit eigenen Defiziten konfrontieren
- Keine Fragen, die differenzierte Antworten oder Entscheidung erfordern
- Loben; nicht kritisieren, wenn etwas nicht oder falsch verstanden wurde
- Lachen (nicht über, sondern mit dem Kranken)

- Zu nichts drängen; keinen „moralischen Druck“ ausüben: „Jetzt nehmen Sie sich doch einmal zusammen“, „Anderen geht es noch viel schlechter“
- Keine Abmachungen aushandeln: „Wenn Sie ... dann werde ich ...“
- Nichtverbale Kommunikationswege nutzen, vielfältiges Angebot für alle Sinne
- Zum Sprechen ermutigen, vorsichtig Hilfestellung geben, nicht die Regie des Gespräches an sich reißen

5. Zeit lassen

- Kein Stress, Hektik; den Kranken seinen eigenen Rhythmus finden lassen
- Langsam, deutlich, laut sprechen; sich vergewissern, was verstanden wird
- Vorschläge machen, wenn ein Wort nicht gefunden wird
- Auf nicht sprachliche Kommunikation achten: Tonfall, Gesichtsausdruck, Körperhaltung, Gesten, Gebärden, Berührung, Hand halten, in den Arm nehmen
- Nichtverbale Ausdrucksweisen fördern, z. B. Musik, Malen

6. Verlässlichkeit schaffen, Sicherheit und Orientierung bieten

- Änderungen des Gewohnten vermeiden
- Feste Regeln, Gewohnheiten, Rhythmen, Rituale, Jahreszeiten, Feste,
- Schutz vor Gefährdungen (z. B. Autofahren, Rauchen)

7. Lebensqualität und Selbstständigkeit möglichst erhalten

- Dem Kranken helfen, seine Lebensqualität zu erhalten
- Nicht nur Mängel und Fehlleistungen sehen, sondern auch Fähigkeiten
- Lebensgeschichtliche Erinnerungen wachhalten (Erinnerungshilfen)
- Zu körperlichen Tätigkeiten ermutigen (Spaziergehen, Küchenarbeiten, Gartenarbeiten)
- Kontakte zu Kindern
- Haustier, Hobby

8. Auf die psychologischen Bedürfnisse der Menschen eingehen

- **Liebe / Anerkennung:** Dieses Bedürfnis steht im Mittelpunkt. Demente Menschen brauchen Wertschätzung. *Wie kann man Liebe und Anerkennung konkret spüren lassen?*
- **Trost:** Sie brauchen Trost, da sie in einer Welt leben, die Angst macht. Trösten heißt beistehen, da sein, Verständnis aufbringen, Wärme geben. Was ist hilfreicher Trost? – Was ist verträsten?
- **Attachment:** Demente Menschen regredieren. Sie wollen Eltern erleben und brauchen ein erwachsenes Gegenüber, das die Elternrolle einnimmt („Beeltern“). Wie gelingt es, Hoffnung und Urvertrauen zu vermitteln sowie deutlich zu machen, dass alles gut wird, einen Sinn hat?

- **Gruppe.** Nicht allein sein, mit anderen zusammen sein gibt Sicherheit. Demente Menschen können mit anderen Kontakt aufnehmen und spüren Resonanz. Wie können Sicherheit und Nähe erfahren werden?
- **Arbeit / Beschäftigung:** Etwas tun können, gibt Lebenssinn. Auch demente Menschen wollen nützlich sein. *Welche Tätigkeiten schlagen Sie für Menschen mit Demenz vor, die bekannt, vertraut, leistbar sind, da sie mit Erfolgserlebnissen verbunden sind und diese positive Gefühle auslösen?*
- **Identität:** Demente Menschen wollen wissen, wer sie sind. Wie ist es möglich, die persönliche Geschichte der Menschen kennen zu lernen und ihnen ihre Identität zurückzugeben?

Vorschlag: In Kleingruppen Beispiele zu den einzelnen psychologischen Bedürfnissen erarbeiten lassen

A2 Stichworte zum „hilfreichen“ Umgang mit Menschen mit Demenz (=M4)

- 1. Förderliches Milieu schaffen**
- 2. Gefühle achten, Selbstwertgefühl stärken**
- 3. Wahrnehmungen respektieren**
- 4. Gesprächsregeln beachten**
- 5. Zeit lassen**
- 6. Verlässlichkeit schaffen, Sicherheit und Orientierung bieten**
- 7. Lebensqualität und Selbstständigkeit möglichst erhalten**
- 8. Auf die psychologischen Bedürfnisse der Menschen eingehen**
(z. B. Liebe/Anerkennung, Trost, Hoffnung und Vertrauen, Sicherheit und Nähe, Tätigkeit, Identität und Lebensgeschichte)

A3

Erinnerungspflege mit verwirrten Menschen

Erinnerungspflege – ein Schlüssel zu mehr Lebensqualität

Erleben und Erinnern sind grundlegende Fähigkeiten von Menschen, die auch bei Demenz erhalten bleiben. Sie bilden die Grundlage für persönliche Orientierung und emotionalen Selbstbezug. Sie helfen dem Menschen, sich als unverwechselbare Person zu erleben, und stärken dadurch das Gefühl für die eigene Identität.

Außerdem erleben sich ältere Menschen als kompetent, sozial integriert und aktiv.

Erinnerungspflege ist eine Arbeits- und Kommunikationsweise, die mit dem „Schatz der Erfahrungen“ aus dem Leben eines Menschen arbeitet. Menschen werden in Kontakt mit ihren Erinnerungen gebracht. Dies kann durch „Trigger“ geschehen. In der englischen Sprache bezeichnet dieser Begriff alles, was auf überraschend-unmittelbare Weise hilft, die längst verschüttet geglaubten Gefühle, Erlebnisse und Kenntnisse zu vergegenwärtigen. Dies können Bilder, Gegenstände, arrangierte Situationen, Gerüche, Geräusche ... sein. „Trigger“ ist alles, was das Gedächtnis ansprechen kann und hilft Erfahrungen der Vergangenheit wiederzubeleben. Je mehr Sinne angesprochen werden, desto größer ist die Wahrscheinlichkeit, dass Erinnerungen hervorgerufen werden.

Jeder Mensch erinnert sich anders –
der eine erinnert Ereignisse und Personen aus der Jugend,
der andere hat keinen Tanzschritt aus der Tanzschule vergessen,
der Dritte liebt es, in seinen früheren Beruf zurückzukehren und die mechanische Schreibmaschine zu bedienen.

Bei der Auswahl der „Trigger“ muss man sich an den Fähigkeiten der Menschen orientieren.

Wer schlecht hört, erkennt kaum leise Naturgeräusche, und auch das schönste Jugendfoto löst keine Erinnerungen aus, wenn die Personen zu klein sind und der Betrachter sie nicht wahrnehmen kann.

Sinnvoll ist es, eine **Erinnerungskiste** für den an Demenz erkrankten Menschen zusammenzustellen. Hilfreich ist hierbei, sich an Themen zu orientieren, die im Leben Bedeutung haben z. B.:

Wo ich herkomme – meine Heimat

Fotos vom Elternhaus, Ansichtskarten, Stadtplan, Wappen, Fahne ...

Menschen, die zu mir gehören

Fotos von Eltern, Großeltern, Geschwistern, Kindern, Klassenfotos, Bilder von Freunden, Erinnerungsstücke von Menschen, z. B. Schmuckstück, Porzellan, Kleidungsstück, Spazierstock ...

Was die Hände erzählen

Was konnte der Mensch besonders gut, was hat er gerne gemacht? (z. B. Kuchen backen, Handarbeiten, Briefe schreiben, Gartenarbeit, Silber putzen) Gibt es noch Andenken an den Beruf und an Hobbys? (Werkzeug, Urkunden, Arbeitskleidung, Sammlungen)

Wenn einer eine Reise tut

Wohin ging es bei Urlaubsreisen, Ausflügen? Sind Fotos, Postkarten, Andenken vorhanden? Wurden bestimmte Speisen mitgenommen? Gab es Ausrüstungsstücke (Spazierstock, Hut, Rucksack, Picknickkorb, Fotoapparat ...)

Heut mach ich mich schön

Gibt es ein Foto, auf dem der Mensch besonders schick ist, auf dem er sich gut getroffen findet? Welche Dinge braucht er/sie, um sich gut zu fühlen (Hut, Einstecktuch, Handtasche, Handschuhe, Krawatte, Schmuck, Parfüm ...) Was diente zum Sich-schön-Herrichten (Lockenwickler, Haarspangen, Duftbad, Nagellack, Lippenstift ...)

Worte und Weisen

Welche Sinnsprüche, Redewendungen, Sprichwörter, Bibelzitate benutzte er/sie? Gibt es ein Poesiealbum? Ist der Taufspruch, der Konfirmations-spruch bekannt? Kennen Sie die Lieblingslieder, Liebessänger, Lieblingsmelodien?

Dinge, die uns begleiten

Welche Gegenstände gehören zu dem Menschen (Schmuckstück, Rosenkranz, Buch, Halstuch, Krimskrams, Kleidungsstück, Tasse ...) Gibt es besondere Speisen, Gerüche, Getränke, die mit ihm verbunden werden (Kaffee, Zigarre, Rasierwasser, Weihrauch ...)

Anhand dieser Gegenstände können Erinnerungen geweckt werden. Erinnerungspflege hilft eine andere „Brille“ aufzusetzen und zu sehen, dass Menschen trotz aller schwerwiegenden Handicaps etwas können, dass sie Würde und Wert besitzen, ihre eigene Geschichte haben und die Freuden und Schmerzen des langen Lebens ihre Spuren hinterlassen haben und sich heute auswirken.

Chancen für Angehörige

Wer sich auf die Geschichte eines Menschen einlässt, lernt ihn besser kennen und kann adäquater mit ihm umgehen. Die Beziehung verändert sich, durch das Erzählen, miteinander Spaß haben, zusammen sein und gemeinsames Erleben. Das kann den Pflegealltag erleichtern.

Die Beschäftigung mit der Lebensgeschichte des Angehörigen regt auch zur Auseinandersetzung mit der eigenen Lebensgeschichte an und fördert den reflexiven Umgang.

Literatur: Erinnern heißt Leben. Paul Wilhelm von Keppeler-Stiftung. Sindelfingen 2002

Aufgabe: Erstellen Sie Ihre persönliche „Erinnerungskiste“ – Austausch darüber in Paargruppen.

A4

Weiterführende Informationen, Literaturhinweise

Ein empfehlenswerter **Ratgeber** ist: „Wenn das Gedächtnis nachlässt – Ratgeber für die häusliche Betreuung demenzkranker älterer Menschen“, Hg. Bundesministerium für Gesundheit und Soziale Sicherung, neue Auflage 2003 (kostenloser Bezug: Postfach 500, 53108 Bonn, www.bmg.bund.de).

Die **Deutsche Alzheimer-Gesellschaft** unterstützt Betroffene und Angehörige auf vielfältige Weise: Ratgeber: „Das Wichtigste über die Alzheimer-Krankheit“ (38 S., 2006, kostenlos);

Informationen im Internet unter: <http://www.deutsche-alzheimer.de>;

Betroffene, Angehörige, professionelle Helfer und alle Interessierten werden am „**Alzheimer-Telefon**“ qualifiziert beraten (montags bis donnerstags 9:00–18:00 Uhr, freitags 9:00–15:00 Uhr unter der Rufnummer (0 18 03) 17 10 17; € 0,09/ Minute).

Einen guten Einstieg in das Thema bieten auch **literarische Beispiele**. Hier einige leicht zugängliche Taschenbücher:

Margaret Forster: Ich glaube, ich fahre in die Highlands, Roman (Fischer-TB 10867)

„Grandma“ leidet an Altersdemenz, abwechselnd aus der Perspektive der pflichtbewussten Schwiegertochter und der 17-jährigen Enkelin wird das Bemühen der Familie beschrieben, einen Umzug in das Heim möglichst lange hinauszuschieben.

Martin Suter: Small World, Roman (Diogenes TB 23088)

Geniale Verknüpfung einer Krankengeschichte mit einer Kriminalstory: Die erwachenden Kindheitserinnerungen eines Demenzkranken beunruhigen zunehmend eine millionenschwere Dame ...

Camron Wright: Briefe für Emiliy, Roman (Fischer-TB 15956)

Nach dem Tod von Harry Whitney, der an Alzheimer erkrankt war, entdecken die Angehörigen, dass Harry in seinen lichten Momente verschlüsselte Briefe an seine kleine Enkelin Emily geschrieben hat.

Weiterer kfw-Film zum Thema:

Mein Vater, Spielfilm, 89 Min., Deutschland 2003

Der demenzkranke (Schwieger-)Vater (Götz George) zieht zum Sohn (Klaus J. Behrendt) und seiner Familie. Die Krankheit nimmt ihren Verlauf, die Familienkrise spitzt sich zu ...

Elfi Eichhorn-Kösler, Bernhard Kraus

Beide Autoren arbeiten im Seniorenreferat im Seelsorgeamt der Erzdiözese Freiburg (<http://www.seniorenweb-freiburg.de>)

M 1

Texte der Filmsequenzen

All das macht mir Angst (0:00 Minuten)

Die Welt ist so, wie sie jeder einzelne Mensch wahrnimmt ...

Einige Menschen glauben nun, dass sich ihre Wahrnehmungen von der Welt decken.

Diese Menschen bezeichnen sich als die normalen Menschen.

Und sie bezeichnen all das, was sie sehen, als die normale Sicht der Welt.

Und all das, was nicht in dieses Wahrnehmungsschema passt, nennen sie unnormal oder verrückt, oder dement, geisteskrank, toll, abartig, unnatürlich, verzerrt, affektiert, unecht, irr, unzurechnungsfähig, krank, gestört, umnachtet, wahnsinnig, verschroben, absonderlich, befremdlich, eigentümlich, bizarr.

Und all das macht den so genannten normalen Menschen Angst.

Vorspann (1:30 Minuten)

In dieser Straße

Ich wohne in dieser Straße, gleich neben den Anderen, die auch da wohnen. Und – ich wohn' schon lange da, Jahre, eigentlich schon immer.

Ich glaub', meine – meine Eltern wohnen auch da. Aber ich seh' sie nicht immer, nur manchmal. Und ich seh' mich im Spiegel – manchmal. Und wenn ich mich so anschau, dann seh' ich aus wie sonst auch, nur irgendwie anders, ein bisschen fremd, aber nicht immer, nur manchmal.

Meine Eltern sind früh gestorben. Sie fehlen mir. Aber sie sind ja nicht immer tot. Nur manchmal. Und manchmal sind sie auch da. Dann red' ich mit ihnen, und sie hören mir zu, und das tut gut. So wie damals, als ich mich wohl gefühlt habe. Besonders bei Mama. Sie ist immer da. Und sie hat auch immer Zeit. Und sie versteht mich, und bei ihr darf ich so sein wie ich bin.

Auf dem Kalender steht, dass heute Montag ist. Montag, der 11. November 2 – 0 – 0 – 6. Wie die Zeit vergeht. Was war denn gestern? Komisch, dass ich mich daran nicht erinnern kann. Und Mama ist immer da, wenn ich traurig bin, 2 – 0 – 0 – 6. Was ist denn das?

Was ist denn bloß los mit mir? Aber ich bin doch. Und nachher kommt der Vater und holt mich ab. Dann ist alles wieder gut.

In der Straße, wo ich wohne, da gibt es so viele Gesichter, die ich nicht kenne. Aber alle sagen „Guten Tag“. Grad so, als würden die mich kennen. Und ich weiß gar nichts von ihnen. Nur der eine Mann, der den Rasen klein macht, der kommt mir bekannt vor. Der Herr, Herr, der Herr ... Na

ja, also er wird schon wissen, wie er heißt. Jetzt steh ich vor diesem Haus. Irgendwie kommt es mir bekannt vor. Eigentlich wollte ich raus. Aber ich bin ja hier draußen und ich steh' in dieser Straße und ... Wo bin ich denn, was wollte ich denn noch gleich? Was? Wo bin ich? Manchmal weiß ich nichts mehr.

Irgendwann unwichtig (5:40 Minuten)

Worte sind irgendwann unwichtig geworden.
Orte sind irgendwann unwichtig geworden.
Glaube ist irgendwann unwichtig geworden.
Zeit ist irgendwann unwichtig geworden.
Regeln sind irgendwann unwichtig geworden.
Ehre, Ansehen und Wohlstand sind irgendwann unwichtig geworden.
Heimat ist irgendwann unwichtig geworden.
Erinnerungen sind irgendwann unwichtig geworden.
Gegensätze sind irgendwann unwichtig geworden.
Du bist irgendwann unwichtig geworden.
Ich bin irgendwann unwichtig geworden.

Die weißen Flecken werden immer größer (7:07 Minuten)

Die weißen Flecken werden immer größer. Ich komme mir richtig verloren vor. So, als würde ich nirgendwo mehr hingehören. Aber das ist nicht richtig, dass ich so denke. Meine Kinder warten doch auf ihre Mutter. Ich kann doch nicht einfach hier bleiben.

Das große Vergessen (7:20 Minuten)

Ich will immer jung bleiben – doch dabei möglichst alt werden – aber altern und dafür meine Stärke, meine Kraft, meine Gesundheit hergeben – niemals – und dann auch noch sterben – scheußlich – scheußlich – nicht mit mir – ich will jung bleiben – niemals sterben – niemals alt werden – ich will leben – jung bleiben – ich will nicht alt werden und sterben. Ich nicht – ich, ich vergess' einfach alles – alles.

Du fragst, was du für mich tun kannst? (8:30 Minuten)

Korrigiere mich doch nicht dauernd, ich schäme mich wirklich schon genug für meine Fehler.
Und bitte, lasse die Fragen, wer, was, wann, wie, wo. Du quälst mich damit.
Und wenn ich deinen Namen nicht mehr weiß, dann ist das gar nichts gegen dich.
Ich würde mich besser zurechtfinden, wenn du ein Schild mit der Aufschrift „Toilette“ aufhängen würdest.
Und du könntest auch öfter mal die alten Fotoalben mit mir durchblättern.

Und bitte, diskutier' doch nicht mit mir, hab' mich einfach nur lieb.
So viel Unbegreifliches stürmt da auf mich ein ... meine Gefühle geraten schwer durcheinander. Das ist doch nichts Persönliches gegen dich.
Und wenn ich hinter dir herlaufe, dann hab' ich einfach nur Angst. Du kommst doch wieder?
Ich stell' immer wieder die gleichen Fragen. Aber ich will dich doch damit nicht ärgern. Hab' mich lieb.
Ich renn' unruhig durch die Gegend? Geh' doch einfach mit mir woanders hin, gib mir irgendeine Beschäftigung oder einfach nur was zu trinken.
Wenn ich nachts umhergeistere, dann räum' alles weg, worüber ich stolpern könnte, und schließ' die Türen nach draußen zu.
Ich versteck' halt mal gerne alle möglichen Sachen. Merk' dir die Verstecke, dann findest du die Sachen auch leichter wieder.
Und wenn ich mal richtig wild werde, dann lenk' mich ab, beruhig' mich oder nimm mich einfach in den Arm.
Wirre Muster auf Tapeten, Vorhängen oder Teppichen verwirren mich. Ich bin jetzt eher für klare und einfache Sachen.
Gib mir so viel Platz und Freiheit, wie ich brauche, ohne mich oder dich oder andere zu gefährden.
Weißt du, ich verlier' den Verstand. Das muss man sich erst mal bewusst machen.
Und wenn's halt gar nicht mehr geht, dann musst du dir Hilfe holen.
Es nutzt mir gar nichts, wenn du dich kaputt machst.
Und was ich noch selber machen kann, das lass mich auch machen.
Ich hab' dich lieb.
Und wenn du's gar nicht mehr kannst, wenn gar nichts mehr geht, dann tu mich lieber in ein Heim. Da geht's uns beiden besser.

M 2

Wohnen mit Demenz

Methodischer Vorschlag:

Welche Wohnformen für Menschen mit Demenz gibt es außer der im Film genannten Möglichkeit? Sammeln und auflisten.

Arbeitsblatt verteilen, evtl. ergänzen, wenn andere Möglichkeiten genannt werden.

Arbeitsblatt als Kopiervorlage:

Wohnen mit Demenz – Vier Alternativen mit Vor- und Nachteilen

Ich sehe in dieser Wohnform
Vorteile und Nachteile

Zu Hause mit entlastenden Diensten, z. B.: ambulante Betreuungsdienste Nachbarschaftshilfe Sozialstation Tagespflege Kurzzeitpflege		
Pflegeheim		
„Betreutes Wohnen“		
Betreute Wohngruppe		

Arbeit in Paargruppen oder arbeitsteilig in Kleingruppen

Vorstellen der Vor- und Nachteile

Welche Wohnformen könnte ich mir für mich / für meinen Angehörigen vorstellen? (Meine Begründungen dafür ...)

Weiterführende Stichworte zu den einzelnen Wohnformen

Zu Hause

- Leben in vertrauter Wohnung und vertrautem Umfeld
- Leben mit vertrauten Bezugspersonen
- Wohnung oft nicht barrierefrei (Stufen, Bad/WC)
- Pflege der Wohnung braucht viel Kraft, manchmal ist die Wohnung zu groß und wird zur Belastung
- Angst vor Alleinsein, vor Einbrechern
- Meistens hängt die Rund-um-die-Uhr-Betreuung an einer Person (z. B. Ehepartner/in), die zunehmend überfordert ist
- Manche Menschen mit Demenz sind nachts sehr unruhig, sodass die pflegenden Angehörigen kaum Erholungsphasen haben
- Entlastungsmöglichkeiten für Pflege, Betreuung, Haushalt kommen stundenweise ins Haus (Sozialstation, Nachbarschaftshilfe)
- Es gibt Angebote, tagsüber („Tagespflege“) oder für mehrere Tage oder Wochen („Kurzzeitpflege“)

Pflegeheim

- Hohes Maß an Sicherheit
- Völlige Entlastung von hauswirtschaftlichen Tätigkeiten (Kochen, Kleiderpflege, Wohnungspflege, Einkaufen, Schneeschippen ...)
- Hohe Professionalität von Pflege, Betreuung und Versorgung
- Meistens große bis sehr große Einrichtungen (50–200 Betten) mit Gefahr der Anonymität in einer Institution
- Viele Vorschriften des Heimgesetzes
- Hohe Kosten für Bewohner(innen), die teilweise von der Pflegeversicherung übernommen werden (je nach Pflegestufe)
- Großer Kostendruck im Heim, Abläufe sollen möglichst reibungslos und kostengünstig durchgeführt werden
- Zunehmend gibt es spezielle Wohnbereiche für Menschen mit Demenz
- Teilweise mit „Betreutem Wohnen“ und Tagespflege unter einem Dach
- Große Entlastung der Angehörigen

„Betreutes Wohnen“

- Wohnanlage mit separaten barrierefreien Wohnungen
- Leben in großer Selbstständigkeit – in Notfällen ist schnell Hilfe da (z. B. durch ein Notrufsystem)
- Bei Interesse kann an Gemeinschaftsangeboten teilgenommen werden
- Unterstützung, Betreuung, Pflege kann bei Bedarf angefordert werden (gegen Bezahlung)

- Der Ausdruck „Betreutes Wohnen“ erweckt bei vielen Menschen falsche Erwartungen, da eine Alltagsbetreuung für nicht mehr orientierte Menschen hier nicht möglich ist. Wer in „Betreutem Wohnen“ lebt, muss sich in seinem privaten Bereich selbstständig versorgen können oder Bedürfnisse nach Unterstützung artikulieren können; „Betreutes Wohnen“ ist für Menschen mit Demenz nicht geeignet.

Betreute Wohngruppe

- Kleinere barrierefreie Wohneinheit ca. 8–12 Bewohner/innen, mit Privatzimmern und Gemeinschaftsbereichen (z. B. Wohnküche, Pflegebad)
- Möglichst große Alltagsnähe und Einbeziehung ins Wohnquartier
- Kein Heim (unterliegt nicht dem Heimgesetz), eher vergleichbar einem gemeinschaftlichen privaten Wohnen (z. B. individuelle Einrichtung der Zimmer)
- Betreuung und Pflege in geteilter Verantwortung durch Angehörige (soweit sie können und wollen), Pflegedienste, Nachbarschaftshilfe, Freiwillige
- Es gibt bisher wenige Beispiele, keine öffentliche Förderung

M3

Angst, ganz viel Angst ...

Methodischer Vorschlag:

Jede/r notiert auf Kärtchen: „Warum ich mich mit dem Thema Demenz beschäftige ...“

Kärtchen vorlesen und anpinnen

Text von Gerd C. Altmann (dem Autor des Films) vorlesen (als Kopie verteilen)

Gespräch: Was deckt sich mit meinen eigenen Motiven? Was ist neu? Was irritiert – weshalb?

Warum ich mich mit dem Thema Demenz beschäftige?

Mich selbst schützen:

Alles, was ich freiwillig mache,
womit ich mich freiwillig und aktiv beschäftige,
wird mich nicht unvorbereitet überfallen.
Also, meine Angst beruhigen!

Verständnis wecken für das Erleben und Fühlen
von Demenz.

Was geschieht in und mit einem Demenzkranken?
„Ich verlier den Verstand – das muss man sich einmal
bewusst machen.“

Bei lebendigem Bewusstsein all das verlieren,
was letztlich den Menschen zur Hälfte oder ganz ausmacht,
den Verstand verlieren,
das, worauf wir alle letztlich doch so stolz sind ...

Aufzeigen, was in einem Demenzerkrankten vor sich geht.

Angst, ganz viel Angst ...
Peinlichkeit, ganz viel Gesichtsverlust ...
Wut, weil ich die Kontrolle verliere,
ich kann mich ja nicht mehr selbst bestimmen ...
und zwischendurch immer wieder Angst ...
Betroffene schreien um Hilfe,
aber niemand kann ihnen tatsächlich helfen,
eventuell noch trösten, aber helfen kann ihnen niemand,
wir sind ja selber hilflos.
Was sollen wir auch mit jemandem anfangen, der verrückt wird?

Verständnis wecken, ein Gespür entwickeln
für unsere Begrenztheit, für das Gefühl,
ausgeliefert zu sein, auf andere angewiesen zu sein.

Verständnis wecken für die Vorstellung,
dass nichts Bestand hat, nicht mal meine eigenen Glaubenssätze.

Gerd Christian Altmann

M 4 „Hilfreicher“ Umgang mit Menschen mit Demenz

- 1. Förderliches Milieu schaffen**
- 2. Gefühle achten, Selbstwertgefühl stärken**
- 3. Wahrnehmungen respektieren**
- 4. Gesprächsregeln beachten**
- 5. Zeit lassen**
- 6. Verlässlichkeit schaffen, Sicherheit und Orientierung bieten**
- 7. Lebensqualität und Selbstständigkeit möglichst erhalten**
- 8. Auf die psychologischen Bedürfnisse der Menschen eingehen**
(z. B. Liebe/Anerkennung, Trost, Hoffnung und Vertrauen, Sicherheit und Nähe, Tätigkeit, Identität und Lebensgeschichte)

Kopienverleih: Kirchliche und öffentliche AV-Medienstellen

Kopienverkauf für nichtgewerblichen Einsatz durch:
Katholisches Filmwerk GmbH

Postfach 11 11 52 · 60046 Frankfurt
Ludwigstraße 33 · 60327 Frankfurt

Telefon: (0 69) 97 14 36 - 0 · Telefax: (0 69) 97 14 36 - 13
Internet: www.filmwerk.de · E-Mail: info@filmwerk.de

Herausgegeben vom Programmbereich AV-Medien
Katholisches Filmwerk GmbH, Frankfurt/M.