

Warum eigentlich dieses Projekt?

Leben mit **Demenz** kreativ gestalten

Gemeinsam durch Theater lernen



■ Unsere Erkenntnisse im Blick auf die Begegnung mit Menschen mit Demenz

Unser Projekt „Leben mit Demenz kreativ gestalten. Gemeinsam durch Theater lernen“ ist die Weiterentwicklung unseres im November 2018 gestarteten Pilotprojekts „Magic Moments – besondere Augenblicke für Menschen mit Demenz; unseres Projekts „Demenz begegnen und gestalten“ von 2022 - 2023 und unseres Projekts „Auf Reisen gehen“ (2020 – heute) Dadurch haben wir wertvolle Erfahrungen in der Kommunikation mit Menschen mit Demenz und deren Angehörigen gesammelt, die wir in unseren künftigen Aktivitäten sowohl für Menschen mit Demenz und deren Angehörige noch stärker einbringen wollten.

Durch unsere besondere theaterpädagogische Arbeit haben wir Erkenntnisse in der Kommunikation mit Menschen mit Demenz gewonnen, die wir in 5 Thesen zusammenfassen können.

1. Damit die Kommunikation mit Menschen mit Demenz in guter Weise gelingen kann, bedarf es auf Seiten der Nichtbetroffenen einer großen Flexibilität, Spontanität und Bereitschaft, die eigenen Vorstellungen von richtig und falsch aufzugeben und sich auf ungewöhnliches und herausforderndes Verhalten absichtslos und humorvoll einzulassen.
2. Durch kleine, bewusst gesetzte Zeichen / Aktionen können wir Menschen mit Demenz erreichen und ihnen das Gefühl geben, angenommen und wertgeschätzt zu sein.

3. Durch die Schaffung besonderer Momente des gemeinschaftlichen Erlebens blühen Menschen mit Demenz auf und sind in der Lage, ihren Möglichkeiten entsprechend am aktuellen Geschehen teilzuhaben und sich einzubringen.
4. Wiederholende wertschätzende Zuwendung und das Erleben besonderer Augen-blicke tragen dazu bei, dass sich Blockaden, krankheitsbedingte Symptome oder herausforderndes Verhalten, auch wenn nur vorübergehend, abschwächen.
5. Kreative Methoden eignen sich in besonderer Weise, um mit Menschen mit Demenz zu kommunizieren und ihre noch vorhandenen Potenziale zu fördern. Den Methoden aus der Theaterpädagogik kommt hier eine herausragende Stellung zu. Besonders das Theaterspielen bietet Menschen mit Demenz die Möglichkeit, aktiv zu kommunizieren, sich auszudrücken und in Austausch zu treten mit ihren Mitmenschen.

■ **Unsere Erkenntnisse im Blick auf die Situation der Angehörigen von Menschen mit Demenz**

Im Laufe unseres letzten Projekts „Demenz begegnen und gestalten“ von April 2022 – Dezember 2023 haben wir mit unseren 36 theaterpädagogische Veranstaltungen ca. 800 Personen erreicht (Angehörige von Menschen mit Demenz; interessierte Bürger:innen in den Quartieren, ehrenamtliche Betreuer:innen und Verantwortliche und Mitarbeiter:innen in Gemeinden, sozialen Trägern und Pflegeeinrichtungen) Dadurch haben wir wertvolle Erkenntnisse gesammelt, mit welchen Herausforderungen sich Angehörige von Menschen mit Demenz konfrontiert sehen und welche Unterstützung sie brauchen.

Nach Auswertung der Feedbackrunden mit den Teilnehmer:innen sich folgende Themen herauskristallisiert, die Angehörige und auch Menschen im Umfeld eines Demenzerkrankten beschäftigen

-■-Diagnosestellung

- die Relevanz einer Diagnosestellung, um Sicherheit, Klarheit und Verständnis für den Umgang mit einem Demenzerkrankte zu erhalten
- die Notwendigkeit der richtigen Ansprache, um einen Betroffenen dazu zu bewegen zum Arzt zu gehen
- das Erkennen des richtigen Zeitpunkts und der richtigen Ansprache, um wichtige Themen mit dem Erkrankten zu besprechen

-Kommunikation mit den Erkrankten

- der hilfreiche Umgang mit dem herausfordernden Verhalten (Aggressionen, Rechthaberei, kindlicher Trotz, emotionale Achterbahn, depressive Verstimmungen)
- Umgang mit dem Misstrauen des Erkrankten

■- **Hilfe für die überlasteten Angehörigen**

- die Rat- und Hilflosigkeit der Angehörigen im Umgang mit dem Erkrankten
- die Notwendigkeit, dass pflegende Angehörige nach Möglichkeiten professioneller Unterstützung suchen
- körperliche und psychische Erschöpfung
- das Problem des Rückzugs der Angehörigen und deren Isolierung
- die Notwendigkeit als Angehöriger auch Hilfe anzunehmen
- Möglichkeiten der Selbstfürsorge der pflegenden Partner
- Einsamkeit der „gesunden“ Partner

■- **Fehler im Umgang mit den Erkrankten**

- die Tendenz, die Erkrankten zu bevormunden
- der Umgang mit Kränkungen durch den dementiell veränderten Angehörigen
- das Gefangensein in den alten Rollenbildern
- die Neigung zur Überversorgung des Erkrankten durch den Pflegenden („Ich mache das schon. Du kannst das nicht mehr.“)
- in der Begegnung mit dem Erkrankten Zeitdruck aufzubauen
- die Tendenz der Verschleierung und Vertuschung der Krankheit nach außen
- die Überforderung des Betroffenen durch zu wenig Einfühlung
- Häusliche Gewalt, Vorwürfe
- Vertuschen, Scham und Herunterspielen der Situation
- Vergleich mit früher, wo noch alles besser war

■- **Was im Umgang mit Demenzerkrankten helfen kann**

- positive Erinnerungen mit dem Erkrankten pflegen
- Selbsthilfegruppen für Angehörige
- Humor
- die Kunst der positiven Ablenkung
- der hilfreiche Einsatz von Musik
- erkennen – umlernen – Unterstützung suchen
- die Biografie der Betroffenen berücksichtigen

Drängende Fragen aus dem Publikum waren vor allem:

- Wie können wir Demenzerkrankte in ihrer Welt verstehen und ihnen darin begegnen?
- Wie ist die Selbstwahrnehmung der Erkrankung durch den Betroffenen?
- Wie kann man als Angehöriger umgehen mit Rechthaberei?
- Was tun mit dem abrupten Wechsel von Klarheit und Verwirrung?
- Wie geht man damit um, wenn sich Rollen der Partner verändern?
- Wie wird es möglich, Eskalationen in einer Situation zu verhindern?
- Wie kann man effektiv und hilfreich validieren?
- Wie damit umgehen, wenn sich das soziale Umfeld ändert?

Hier besteht eindeutig Handlungsbedarf für die Angehörigen. Darauf wollen wir passgenau mit unserem Fortbildungsangebot mit unserem spezifischen Angebot antworten. In unserer eigens konzipierten Fortbildungsveranstaltung entwickeln die Theaterpädagogen gemein-

sam mit den Workshopteilnehmern konkrete Lösungen für einen wertschätzenden Umgang mit an Demenz erkrankten Menschen. Dabei spielen Erfahrungen und Ideen der Teilnehmenden, die immer wieder erfragt und im Workshop umgesetzt werden, eine besondere Rolle. Dabei geht es darum, geeignete Formen der Kommunikation und Beziehungsgestaltung miteinander zu erforschen, die sich sowohl auf Menschen mit Demenz als auch auf die betreuenden Angehörigen als entspannend, stressreduzierend und wohltuend auswirken. Dabei kommen auch die Erkenntnisse der integrativen Validation zum Einsatz.

■ Unser Konzept - Theaterpädagogische Arbeit mit Menschen mit Demenz

Theaterpädagogische Arbeit lässt sich in allen Bereichen und für alle Alters- und Zielgruppen einsetzen, somit auch sehr gezielt in der Arbeit mit Demenzkranken. Bewährt hat sich z. B. die biografische Arbeit. Mit Fotos aber auch Requisiten und Kostümteilen aus dem Alltag oder der Vergangenheit können Erzähl- und Spielprozesse angeregt werden. Die Geschichten können mit der Gruppe ganz frei entwickelt werden, was zu einer gelösten und heiteren Arbeitsatmosphäre beitragen soll. Da es wichtig ist, die körperliche Fitness zu erhalten, kann über Bewegungseinheiten, wie Gymnastikeinlagen auch im Sitzen, Tanz- und Gesangseinheiten die Spielfreude, die Mobilität und die Beweglichkeit gefördert werden. Gezielte Spielangebote, wie Ballspiele, Konzentrations- und Geschicklichkeitsspiele können ebenfalls zum Erhalt und zur Förderung der jeweiligen Ressourcen beitragen. Die Anleitung der Gruppe ist dabei stets ruhig, deutlich, nachvollziehbar und den Möglichkeiten der Teilnehmenden angepasst. Aufmerksame Beobachtung der Körpersprache durch die Theaterpädagogen soll dabei eine Über- aber auch Unterforderung der Teilnehmer vermeiden. Die Freude an der Rollenarbeit und dem kreativen Gestalten in der Gruppe stärkt das Selbstwertgefühl des Einzelnen und den Gruppenzusammenhalt. Rituale und ein gewohnter Ablauf geben einen Rahmen vor, der Halt und Sicherheit bietet, an dem sich die Teilnehmer orientieren können.

Da Menschen mit Demenz unter Ihrer Wesensveränderung und den Stimmungsschwankungen besonders leiden, reagieren sie zuweilen mit Aggression, Abwehrverhalten oder Angst. Hier ist ein respektvolles und beruhigendes Verhalten der Theaterpädagogen sehr bedeutsam. Dabei sollte der Einzelne ruhig und mit direktem Augenkontakt angesprochen werden. Wenn eine Gruppe von älteren Menschen mit und ohne Demenz zusammen ist, kommt es auf das gemeinsame Erleben und die Spielfreude an. Alle sollen mit ihren Fähigkeiten einbezogen werden, wobei wir die Aufgaben den Möglichkeiten der Teilnehmer entsprechen und die Einzelnen nicht überfordern.