

Mit allen Sinnen | Aktivierung für Menschen mit Demenz



Forum 5

Aktiv leben mit Erinnerungen

Referentin: **Eva Quack**

Katholische Fachhochschule Mainz (KFH-Mainz),
Projekt „ANAA+KO“

Moderation: **Veronika Enders**

Katholische Fachhochschule Mainz (KFH-Mainz),
Projekt „ANAA+KO“

Biographieorientierte Aktivierung im Projekt ANAA+KO

Referentin: Frau Eva Quack, Dipl. Pflegepädagogin (FH)

Katholische Fachhochschule Mainz

19. Oktober 2011

Übersicht

- Demenz und die eigene Biographie
- Bedeutung der Biographiearbeit im Projekt ANAA+KO
- Konkretes Vorgehen bei ANAA+KO
- Hilfreiche Fähigkeiten und Fertigkeiten
- Beispiele zur biographieorientierten Alltagsaktivierung
- Potenziale und Grenzen von Biographiearbeit
- Literaturempfehlungen
- Diskussion

Demenz und die eigene Biographie

- Die eigene Biographie ist die subjektive Darstellung des Lebenslaufs und der erlebten Zeit
- Mit ihr werden bedeutsame und mit intensiven Emotionen verbundene Erfahrungen und Erlebnisse ausgedrückt
- Die Identität- *das Selbst eines Menschen*- beruht auf Erinnerungen
- Erinnerungen sind wichtig, um die eigene Identität demenzerkrankter Personen zu erhalten
- Erinnerungen sind im Langzeitgedächtnis gespeichert, daher auch bei Demenz noch lange abrufbar

ANAA+KO =



ANgehörige Aktivieren Alltagspraktisch

+ externe Personen

KOgnitiv

„Aufrechterhaltung alltagspraktischer und kognitiver Kompetenzen von Personen mit einer Demenzerkrankung durch kombinierte alltagspraktische Aktivierung durch Angehörige und kognitive Aktivierung durch externe Personen im häuslichen Setting“

KOMBINIERTE AKTIVIERUNG

Aktivierung der teilnehmenden Klienten

Alltagspraktische
Aktivierung

Durch pflegende
Angehörige



Schulung und
Beratung

Kognitive
Aktivierung

Durch externe
Projektmitarbeiter



Bedeutung der Biographiearbeit im Projekt ANAA+KO

- Informationen über Biographie, Erfahrungen und Werte aber auch das Milieu spielen eine erhebliche Rolle
- Individuelle Fähigkeiten, Wünsche und Bedürfnisse der Demenz erkrankten Person stehen im Mittelpunkt
- Die Individualität spielt eine große Rolle, um geeignete Aktivierungen und das Fördern der Personsein zu ermöglichen
- Motiviert Demenz erkrankte zur Aktivität
- Gelegenheit zur intensiveren Kommunikation

Ziele von biographieorientierter Aktivierung im Projekt ANAA+KO (1)

- Ziel ist, mittels biographie- und ressourcenorientierten Ansatzes die Fähigkeiten zu aktivieren, die von der Demenz weniger beeinträchtigt werden.
- Verbesserung des autobiographischen Gedächtnisses
- Steigerung des Wohlbefindens
- Reduzierung depressiver Stimmung

Ziele von biographieorientierter Aktivierung im Projekt ANAA+KO (2)

- Durch die gezielte Einbeziehung biographisch und aktuell bedeutsamer Vorlieben, Interessen und Werte können im Pflege- und Betreuungsalltag Situationen gestaltet und Aktivierungsmöglichkeiten angeboten werden, die bei der Person Freude, Interesse und Wohlbefinden auslösen.

Konkretes Vorgehen bei ANAA+KO (1)

○ Biographie erheben

- Erstgespräch (Anamnese) mit Demenz erkrankter Person und (pflegenden) Angehörigen
- Biographiegespräch mittels Leitthemen (Biographiebogen) oder Erinnerungs-Stimuli

Leitthemen zur Biographiearbeit

- Kindheit und Familienleben
- Schulzeit
- Berufsleben und Arbeitswelt
- Ausgehen und Freizeitspaß
- Hochzeit
- Wohnung, Garten, Tiere
- Nachfolgende Generation
- Lebensmittel, kochen und backen
- Ferien und Reisen
- Glaube und Religion

Erinnerungsstimuli

- Objekte
- Fotos
- Gerüche
- Schmecken
- Berühren
- Geräusche
- Musik
- Tanzen
- Radio und Fernsehen
- Gedichte und Geschichten
- Sprache









Hilfreiche Fähigkeiten und Fertigkeiten

- Geduld und Zeit
- Fertigkeiten des Aktiven Zuhörens
- Vorsichtige Neugierhaltung
- Empathie
- Beobachtungsgabe
- Deutungsfähigkeiten von Mimik, Gestik und Körperhaltung (Signale!)

Hilfreiche Fähigkeiten und Fertigkeiten

- Sensibilisierung aller Mitarbeitenden für z.B. Geschichten, die immer wieder erzählt werden oder Handlungen, die immer wieder durchgeführt werden
- Aktivierende Grundhaltung
- Motivation
- Kreativität

Konkretes Vorgehen bei ANAA+KO (2)

○ Fähigkeiten einschätzen

- Vorhandene Fähigkeiten der erkrankten Person richtig einschätzen, um Situationen der Über- oder Unterforderung zu vermeiden (Datenerhebung)

○ Aktivierungselemente auswählen

- Aktivierende Situationen anhand der ABEDL auswählen
- Bestehende Strukturen berücksichtigen (aktuelle Zeitschiene)

Alltagsaktivitäten als Ausgangslage (ABEDL nach Krohwinkel)

- Kommunizieren können
- Sich bewegen können
- Essen und Trinken können
- Sich kleiden können
- Sich pflegen können
- Sich sinnvoll beschäftigen können

Beispiele zur biographischen Alltagsaktivierung

- Kommunizieren können (Geschichten/ Zeitung vorlesen, über den Beruf sprechen)
- Waschen und kleiden (Spezielle Gerüche, Rituale, Tageszeiten, Frisuren, Kleidungen, Schmuck)
- Essen und Trinken (Spezielle Gewohnheiten, Tisch vorbereiten, Geschirr abwaschen, Kochen, Backen)
- Bewegen (Spazieren, Sport, Freizeitaktivitäten, Spiele, Garten, Tiere, Tanzen, Turnen, Hausarbeit, Malen)
- Sich sinnvoll beschäftigen (Handarbeit, Musik, Politik)

Beispielhafter Aktivierungsplan

Alltagspraktische Aktivierung

Haushalt 	Körperpflege 	Tagesbeschäftigung 	Umfangreiche Aktivierung 
Tisch decken/reinigen	Kleidung anziehen	Malen	Ausflüge
Geschirr abwaschen	Haare frisieren	Bewegung/ Sport	Arztbesuche
Vogelkäfig säubern	Gesicht eincremen	Musik/ Singen	Friseurbesuche
Blumen gießen	Nagelpflege	Garten/ Natur	Einkaufen
Wäsche waschen/ aufhängen/ bügeln/ Socken sortieren	Zähne putzen	Spiele/ Rätsel	Marktbesuch
Staub wischen	Kleidung für den nächsten Tag auswählen	Werkzeug	Kirchenbesuche

Zeit ca. 15 Minuten	Zeit ca. 15 Minuten	Zeit ca. 30 Minuten	Zeit ca. 60 Minuten
---------------------	---------------------	---------------------	---------------------



Grenzen von Biographiearbeit

- Das biographische Wissen alleine reicht nicht aus, es muss in individuelle Maßnahmen einfließen
- Für eine bedeutungsvolle Gestaltung von Gesprächen, Aktivitäten und Routinen ist es essentiell, die Person gut zu kennen
- Erinnern und Erzählen kann auch negative Emotionen auslösen und ggf. durch Vergleiche mit der Gegenwart frustrierend sein

Potentiale von Biographiearbeit

- Alltagsaktivierung kann individuell angepasst werden
- Biographieorientierte Alltagsaktivierung wird nicht als „Therapie“ empfunden
- Zusammenarbeit zwischen Pflegenden/ Betreuungspersonen und Angehörigen verbessert sich
- Angehörige können durch das Erzählen der Biographie verstärkt die Ressourcen wahrnehmen, der Perspektivwechsel wird gefördert

Literaturempfehlungen

- Hendrick Haase: Lebensgeschichten. Mit altersverwirrten Menschen ins Gespräch kommen, 2010
- Birgit Eichenseer, Elmar Gräbel: Aktivierungstherapie für Menschen mit Demenz, 2011
- Elvira Tschan: Integrative Aktivierende Alltagsgestaltung. Konzept und Anwendung, 2010
- Pam Schweitzer, Errollyn Bruce: Das Reminiszenz-Buch. Praxisleitfaden zur Biographie- und Erinnerungsarbeit mit alten Menschen, 2010

**Die Monate haben es eilig.
Die Jahre haben es noch eiliger.
Und die Jahrzehnte haben es am eiligsten.
Nur die Erinnerungen haben Geduld mit uns.**

Erich Kästner

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Kontakt

Frau Eva Quack (wiss. MA)

Tel.: 06131-2894472

www.anaa-und-ko.de