



„Picknick im Labyrinth“

**Eine Handreichung für Büchereien zum
Medieneinsatz für die Begleitung von
Menschen mit Demenz**

Hrsg. von der Büchereizentrale Schleswig-Holstein
Redaktion: Susanne Brandt, Büchereizentrale Schleswig-Holstein, Lektorat
Bildnachweis: Fotolia_48033719_XL.JPG
Stand: März 2014

„Picknick im Labyrinth“

Eine Handreichung für Büchereien zum Medieneinsatz für die Begleitung von Menschen mit Demenz

Die Handreichung wendet sich an alle, die in Öffentlichen Büchereien mit dem Thema Demenz konfrontiert sind. Sie enthält Basisinformationen für ein besseres Verständnis von Demenz, Praxis- und Medienhinweis sowie Tipps und Informationen für die Zusammenarbeit mit anderen Einrichtungen.

Inhaltsverzeichnis

1. Einführung	4
2. Die Rolle der Büchereien bei der Begleitung von Menschen mit Demenz	5
3. Menschen mit Demenz begegnen – worauf es ankommt	7
4. Medien als Brücke von Mensch zu Mensch	8
4.1 Geschichten und Gedichte	9
4.2 Musik – Singen – Bewegen	11
4.3 Bilder und Materialien für alle Sinne	13
5. Literatur-Tipps und Hinweise zum Inhalt der Medienboxen	15
6. Hinweise auf Kontaktstellen & Vernetzungsmöglichkeiten	16

1. Einführung

In einer Gesellschaft, in der Menschen ein immer höheres Lebensalter erreichen, steigt auch die Zahl der von Altersdemenz betroffenen Hochbetagten. 1,4 Millionen Menschen sind zurzeit in Deutschland erkrankt – Tendenz steigend. Betroffen ist jedoch nahezu jeder – sei es als Familienmitglied, Freund, Krankenpfleger oder Arzt, als Arbeitgeber, Kundenberater oder Passant. Jeder hat Kontakt zu Menschen mit Demenz, manchmal ohne es zu wissen und oft mit einem Gefühl von Irritation und Ratlosigkeit. Dabei überwiegt oft die Tendenz, dem Thema auszuweichen. Im Hinblick auf den demografischen Wandel ist es aber wichtig, sich mit Demenz und allen damit verbundenen Fragen auseinander zu setzen. Denn es reicht nicht aus, nur die Strukturen für Betreuung und Pflege im engeren Sinne zu verbessern – ebenso wichtig ist es, dass jeder dort, wo er gerade lebt und arbeitet, an einem würdigen und einfühlsamen Miteinander und an Wegen zur kulturellen und sozialen Teilhabe für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen im Rahmen der individuellen Möglichkeiten mitwirkt.

Dies beginnt mit dem Bewusstsein für die Würde eines jeden Menschen, mit dem Wissen um Demenz als veränderte Lebenssituation für Betroffene und Angehörige und drückt sich aus in der Gestaltung einer demenzfreundlichen Lebensumgebung in Dörfern und Städten, an der sich jeder Mensch in vielfältiger Weise beteiligen kann. Bei dieser umfassenden gesellschaftlichen Bedeutung des Themas sind auch öffentliche Büchereien gefragt und gefordert, ihrerseits durch Informationen, Dienstleistungs- und Begegnungsangebote diesen Prozess zu begleiten und zu unterstützen.

Folgende Aspekte sind wichtig, um für Demenz mehr Verständnis, Akzeptanz und Unterstützung auf verschiedenen Ebenen des öffentlichen Lebens zu erreichen:

- Öffentlichkeitsarbeit, Beratung und Information
- Interdisziplinäre Vernetzung und Förderung von freiwilligem Engagement
- Begegnungsmöglichkeiten für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen
- Angebote zur Entlastung und zur Verbesserung der Lebens- und Wohnqualität im Quartier
- Aktive Einbeziehung von Menschen mit Demenz, um ihre Stimme deutlicher wahrzunehmen

Diese Handreichung versteht sich als Ermutigung, enthält Hilfestellungen für alle, die als Fachkräfte oder freiwillig Engagierte (nicht nur) in Öffentlichen Büchereien Erfahrungen damit sammeln, wie Medienerlebnisse zum Wohlbefinden von Menschen mit Demenz – vor allem aber zu Begegnungen von Mensch zu Mensch – beitragen können. Sie enthält Basisinformationen für ein besseres Verständnis von Demenz sowie Praxis- und Medienhinweise, die für ein gelungenes Miteinander von Bedeutung sind – sei es beim Vorlesen und Erzählen, beim Singen oder Spielen.

Das Wichtigste allerdings lässt sich weder durch diese Broschüre erreichen noch allein durch Medien vermitteln: Was zählt, sind Momente der Zuwendung, Wertschätzung und Freude in der persönlichen Begegnung, die Menschen miteinander erleben.

Dabei kann ein individueller und einfühlsamer Einsatz von Medien – so zeigen die Erfahrungen – das Vertrautwerden mit der Lebenssituation von Menschen mit Demenz positiv anregen, eigene Ängste und Unsicherheiten abbauen, Lust und Lebensfreude bei gemeinsamen Beschäftigungen wecken und das Netzwerk an Hilfsangeboten für Betroffene erweitern.

2. Die Rolle der Büchereien bei der Begleitung von Menschen mit Demenz

Während Büchereien durch Bildungspartnerschaften auf Angebote zur Leseförderung von Kindern und Jugendlichen bereits gut eingestellt sind, war die Medienauswahl und -beratung zur Unterstützung der Demenzbetreuung in den meisten Büchereien bislang schwach ausgebaut und eine regelmäßige Zusammenarbeit mit Pflege- und Betreuungseinrichtungen die Ausnahme. Zwar gibt es inzwischen verschiedene Ansätze für das Engagement von Büchereien im Netz von Pflegeeinrichtungen, Bildungspartnern und Familien, aber ebenso gibt es eine Reihe von Schwierigkeiten und Fragen, mit denen sich Büchereien hierbei konfrontiert sehen: Oft fehlen praktische Erfahrungen, um die sehr facettenreiche Lebenssituation der Betroffenen genau einzuschätzen und sich mit passenden Medienangeboten darauf einzustellen. Viele ehrenamtliche Vorleser, die den Kontakt zu Senioreneinrichtungen suchen, um dort ihre Vorlesedienste anzubieten, stellen in der Praxis fest, dass Vorlesen in der gewohnten Weise bei Menschen mit Demenz nicht oder nur unter bestimmten Voraussetzungen gelingt. Die Konzentrationsspanne mancher Zuhörenden ist sehr kurz und viele können sich nicht mehr in der Handlung oder Sprache einer Geschichte orientieren.

Schnell wird deutlich, dass eigentlich nur in der Einzel- oder Kleingruppenbetreuung, die ein sehr individuelles Eingehen auf die Biographien und aktuellen Lebenssituationen erlaubt, eine sinnvolle Ansprache durch geeignete Medien möglich ist.

Die Medienauswahl und -beratung für die Demenzbetreuung ist also einerseits sehr an individuelle Gegebenheiten gebunden, verlangt aber zugleich eine gezielte Erweiterung des Bestandes für diese Interessenlage, die folgende Aspekte besonders in den Blick nimmt:

- Geschichten, Gedichte, Lieder und Bilder aus der Alltagswelt vor allem der prägenden Lebensphasen (Kindheit/Jugend) alter Menschen mit „Wiedererkennungswert“
- Bekannte Sprichwörter und Redewendungen
- Praxisbücher und Non-Book-Materialien mit Beschäftigungsanregungen für Menschen mit Demenz, die neben der verbalen Kommunikation auch eine sinnliche Ansprache über Materialerfahrungen (Hören, Fühlen, Sehen, Riechen...) erlauben.

Bücher, die in Spezialverlagen genau mit Blick auf diese Zielgruppe erschienen sind, spielen beim Bestandsaufbau eine wichtige Rolle. Sie lassen sich gut ergänzen und kombinieren mit historischen Fotomaterialien aus der Region, Sprichwort-Sammlungen, Volksliederbüchern und andere Materialien. Hier wie bei allen Medien gilt es, vor allem den Menschen mit seinem Mitteilungs- und Zuwendungsbedürfnis ernst zu nehmen und die Aufmerksamkeit nicht vorrangig dem Medieneinsatz zu widmen. Manchmal reicht ein ganz kurzer Impuls, ein einzelnes Foto, das Erinnerungen weckt oder ein schlichtes Sprichwort, um behutsam ein Gespräch anzubahnen.



Das Projekt „Picknick im Labyrinth“

– wie sehen die Handlungsmöglichkeiten für Büchereien konkret aus?

Das „Picknick im Labyrinth“ lädt dazu ein, Medien für Beschäftigung und Kommunikation von und mit dementen Menschen zu entdecken und so zu mehr Wohlbefinden und Orientierung im Alltag beizutragen. Vor diesem Hintergrund gilt es, bei der Konzeption von geeigneten bibliothekarischen Angeboten folgende Ziele besonders in den Blick zu nehmen:

- dem Thema Demenz durch Informationen und Veranstaltungen insgesamt mehr Aufmerksamkeit zu verschaffen im öffentlichen Raum und Berührungspunkte abzubauen
- mit Medien und gemeinsame kulturelle Erlebnisse Brücken von Mensch zu Mensch zu bauen, um auf diese Weise Kommunikation und wohltuende Beschäftigungsmöglichkeiten in Gang zu bringen
- Partnerschaften und Netzwerke zu entwickeln und zu unterstützen

Die Büchereizentrale Schleswig-Holstein bietet bereits seit 2010 über ihre Leihverkehrs- und Ergänzungsbibliothek (LEB) Medienboxen für die Gruppenarbeit mit Senioren¹ als eine zentrale Dienstleistung an, die durch die Öffentlichen Bibliotheken im Lande an Senioreneinrichtungen und ehrenamtlich Tätige vor Ort ausgeliehen werden.

Aufgrund der steigenden Nachfrage nach Medien, die die Begleitung von Demenzkranken unterstützen, wurde das zentrale Medienangebot 2013 deutlich erweitert und mit interessanten Veranstaltungen wie einer interaktiven Ausstellung mit „Erinnerungsstoff“ oder „Weckworte“ für Jung und Alt ergänzt.

Denn neben der Kooperation mit Partnern vor Ort und der Bereitstellung von speziellen Medien nehmen Bibliotheken auch eine wichtige Rolle als Orte der Begegnung wahr und können auf unterschiedlichen Wegen dazu beitragen, dass verschiedene Generationen bei Ausstellungen, musikalischen, literarischen oder kommunikativen Angeboten miteinander Erfahrungen sammeln, Freude und Gemeinschaft erleben und sich eingebunden fühlen in das öffentliche Kultur- und Sozialleben einer Kommune. Vorstellbar sind hier Begegnungsformen wie ein „Erzählcafé“ in der Bücherei oder aber Veranstaltungen, die auf sinnliche und beziehungsstiftende Weise Menschen mit unterschiedlichen Kompetenzen ansprechen.

Unter www.lesen-in-deutschland.de führt eine Suche nach „Picknick im Labyrinth“ zu einem Bericht, der speziell den Bereich der bibliothekarischen Veranstaltungsarbeit für und mit Menschen mit Demenz beschreibt und am Ende alle dafür wichtigen Links und Kontaktdaten liefert:

<http://www.lesen-in-deutschland.de/html/content.php?object=journal&lid=1213&start=0&display=3>

Einen direkten Zugang zu hierfür hilfreichen Informationen und Adressen bieten folgende Links:

- „Weckworte“ mit Lars Ruppel: http://larsruppel.de/?page_id=3
- Interaktive Ausstellung „Erinnerungsstoff“: <http://www.baptisten.de/gemeindeentwicklung/bildung/gemeindesenienwerk/erinnerungsstoff/>
- Arbeitshilfe zur Planung und Durchführung eines Erzählcafés: http://www.senioren-ahlen.de/fileadmin/dateien/lernlabor/arbeitshilfen/Arbeitshilfe_zum_Erzaehlcafe.pdf

Das Projekt wurde vom Ministerium für Soziales, Gesundheit, Familie und Gleichstellung gefördert. Die Auswahl der Medien und Veranstaltungsangebote erfolgte mit Absprache und Beratung durch das „Kompetenzzentrum Demenz Schleswig-Holstein“.

Die Demenz-Medienboxen werden wie die Medienboxen für die Gruppenarbeit mit Senioren von der LEB den Bibliotheken in Schleswig-Holstein zur längeren Ausleihe von 8 Wochen zur Verfügung gestellt. Die Bibliotheken bestellen diese Medienboxen, um Senioreneinrichtungen, Betreuungsgruppen, freiwillig Engagierten etc. vor Ort adäquate Medien für die Begleitung von Menschen mit Demenz anbieten zu können. Zielgruppe für dieses Angebot sind Fachkräfte in Senioreneinrichtungen (Seniorenbegegnungsstätten, Alten- und Pflegeheime), aber auch Angehörige und Ehrenamtliche, die Menschen mit Demenz in ihrem Lebensumfeld begleiten.

1 Vgl. „Neue „alte“ Benutzergruppen erreichen“ / Susanne Luther-Feddersen ; Inge Müller-Boysen ; Oke Simons. – in: BuB 60.2010 H.6, S. 473-475

3. Menschen mit Demenz begegnen – worauf es ankommt

Die Begegnung und Kommunikation mit einem Menschen, der von Demenz betroffen ist, wird von vielen individuellen Faktoren bestimmt. Verallgemeinerungen sind schwierig und in jeder Beziehung sind andere Lösungen und Wege für ein gutes Miteinander zu finden.

Es gibt kein „Rezept“, das für alle Menschen gleichermaßen gut und hilfreich ist – aber es gibt Erfahrungen und Empfehlungen, die dazu beitragen können, dass sich Menschen in dieser Begegnung wohlfühlen.

Dabei wird das Wohlbefinden von folgenden Faktoren mit bestimmt:

- Vertrauen
- Momentane Bedürfnisse
- Kommunikation
- Anregung der Sinne
- Selbstwertgefühl
- Identität
- Sicherheit

Wichtig ist, sich in jeder Begegnung bewusst zu machen, dass wir es sind, die sich auf die Situation einstellen müssen. Der Demenzkranke selbst kann sich nicht ändern oder anpassen.

Gerade für diesen Anspruch, das Medien- und Beschäftigungsangebot ganz individuell auf die mitunter schwer vorhersehbaren Bedürfnisse, Stimmungen und Signale einzelner Menschen oder kleiner Gruppen abzustimmen, leisten die Medienboxen eine wertvolle Hilfe: Mit ihrer Vielfalt an unterschiedlichen Materialien, die einfach ausprobiert oder auch weggelassen werden können, bieten sie gute Möglichkeiten, um gemeinsam Erfahrungen zu sammeln. Längst nicht alles, was die Boxen beinhalten, passt für jeden und in jeder Situation. Aber etwas davon ist immer geeignet, um zu entdecken: Das macht uns Freude!

So kann ein offener und einfühlsamer Umgang mit Menschen im Blick auf ihre besonderen Vorlieben für bestimmte Themen und Materialien dazu beitragen, einander besser kennen zu lernen.

Menschen mit Demenz fühlen sich wohl, wenn sie...

- Anerkennung und Bestätigung finden in dem, was sie wissen und können
- sich angenommen und verstanden fühlen
- durch verständliche Sprache und Wiederholungen Orientierung und Sicherheit finden

Menschen mit Demenz sind verzweifelt, wenn sie...

- ihre Defizite und Fehler bemerken
- keine Geborgenheit erfahren
- mit ihren Gefühlen nicht ernst genommen werden
- ihr Selbstbild als bedroht oder zerstört erleben

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass es bei einer Begegnung auf vier Dinge besonders ankommt:

- Wohlbefinden und noch vorhandene Kompetenzen stärken statt Defizite ansprechen oder versuchen zu korrigieren
- den Betroffenen mit Respekt und Wertschätzung begegnen
- Ruhe und Sicherheit vermitteln
- Selbstständigkeit unterstützen

4. Medien als Brücke von Mensch zu Mensch

Wir sind es gewohnt, vor allem über sprachliche Kommunikation den Kontakt zu Menschen herzustellen und Beziehungen zu pflegen. Umso mehr Verunsicherung macht sich auf beiden Seiten bemerkbar, wenn diese Kommunikation – etwa bei Menschen mit Demenz – nicht mehr wie gewohnt gelingt. Der Einsatz von Medien – Bücher, Bilder, Musik und Materialien für verschiedene Sinne – kann hier eine Hilfe sein, um miteinander in Kontakt zu kommen, erste Schwierigkeiten, Hemmungen und „Sprachlosigkeit“ zu überwinden und so miteinander wie mit der vielleicht neuen Situation durch bekannte Mittel vertrauter zu werden. Das Ziel bleibt dabei immer eine gute menschliche Begegnung und Beziehungsqualität, zu der Medien in der einen oder anderen Weise unterstützend beitragen können.

Richtig kommunizieren – die wichtigsten Regeln:

- Sorgen Sie dafür, dass die Begegnung mit genügend Zeit und Ruhe geschieht und schalten Sie Störquellen aus.
- Suchen Sie im Gespräch Blickkontakt und sprechen Sie Ihr Gegenüber mit deutlicher und freundlicher Stimme namentlich an.
- Formulieren Sie kurze Sätze und stellen Sie keine Wieso-Weshalb-Warum-Fragen. Geben Sie nur eine Mitteilung auf einmal und wiederholen Sie Wichtiges.
- Unterstützen Sie Ihr Sprechen durch Gesten und Berührungen und kündigen Sie Handlungen durch klare Aussagen an.
- Bestätigen Sie das, was Sicherheit und Vertrautheit schafft und nutzen Sie biografisches Wissen.
- Akzeptieren Sie die Wahrnehmung des anderen. Verzichten Sie darauf, zu berichtigen und zu kritisieren und vermeiden Sie Diskussionen.

Lektüre-Tipp: <http://www.wegweiser-demenz.de/richtig-kommunizieren.html>

Mögliche Beschäftigungsformen – mit und ohne Medien:

- Bewegung, z.B. Rhythmen, Sitztänze zur Musik
- Musik, z.B. Lieder zum Singen und Mitmachen
- Erinnerungspflege, z.B. alte Fotos, Stoffe etc.
- Spiele, z.B. klassische Spielmaterial (ggf. in Spezialanfertigung), die aus der Kindheit vertraut sind
- Sinneserfahrungen, Berührungen, z.B. Bilder mit klaren Konturen und übersichtlichen Informationen, Materialien mit verschiedenen haptischen Eigenschaften
- Vorlesen, Erzählen, z.B. kurze Artikel, Geschichten, Verse, möglichst frei und persönlich ansprechend
- künstlerisch-kreative Aktivitäten, z.B. Anleitungsbücher mit Bastelanregungen
- Erlebnisse mit Natur und Tieren, z.B. Spazieren gehen, Gartenarbeit, Haustiere etc.
- Einfach da sein, Hand halten, gemeinsam schweigen...

Gemeinsame Aktivitäten mit Medien – Hinweise, die helfen können:

- Wichtiger als Inhalt und Form der Medien ist das WIE, das heißt die Qualität der Beziehung und das Einfühlungsvermögen bei dem, was Sie miteinander tun
- Frühere Interessen und Gewohnheiten geben gute Hinweise auf das, was beim gemeinsamen Tun Vertrauen und Sicherheit bieten kann
- Gemeinsame Aktivitäten im Alltag sind keine „Therapiestunden“, sondern eine Normalität, in der die Gefühle und Wahrnehmungen von Menschen mit Demenz Ausdruck und Raum finden können
- Auch gemeinsames „Nichts tun“ und „Beiseite legen“ kann eine Aktivität sein, die gut tut
- Mit kurzen Aktivitäten und Medien-Impulsen können Sie leichter und flexibler auf die Bedürfnisse und Signale von Menschen mit Demenz reagieren.

Nachfolgend werden die Chancen und Grenzen beim Einsatz verschiedener Medien genauer beschrieben:

4.1 Geschichten und Gedichte

Für viele demenzkranke Menschen ist das Vorlesen von Geschichten ein angenehmes Erlebnis. Dabei kommt es gar nicht vorrangig darauf an, dass der vorgelesene Text in allen Aspekten aufgenommen und verstanden wird. Es kann passieren, dass lediglich Bruchstücke des Vorgelesenen das Langzeitgedächtnis ansprechen und plötzlich ein Thema aus der Vergangenheit wieder präsent ist.

Manchmal lässt sich auf diesem Weg ein Schatz lebensgeschichtlichen Erfahrungen wieder ans Licht holen, die beglückende und identitätsstärkende Gefühle wecken. Für das Miteinander ergeben sich daraus neue Kommunikationsmöglichkeiten und die Verunsicherung auf beiden Seiten wird gemildert.

Eine besondere Rolle hierfür spielt das Vorlesen von biografischen Erinnerungstexten, die folgende Merkmale aufweisen:

- Authentische Geschichten von realen Alltags- und Bewährungssituationen stellen oft eine größere Nähe zur eigenen Biografie dar als konstruierte Geschichten. Das gilt besonders für Erlebnisse und Beschreibungen, die in der 1. Hälfte des 20. Jahrhunderts angesiedelt sind. (= Zeit der Kindheit für die heute von Demenz betroffenen Menschen)
- Thematisch gut geeignet sind humorvolle Begebenheiten, die mit vertrauten Situationen in Verbindung stehen wie z.B. Jahreszeiten, Natur und Tiere, Handwerk, Berufe, Küche, Wetter, Familienleben u.v.m.
- Nicht das Trainieren von kognitiven Fähigkeiten steht im Mittelpunkt, sondern das Wachrufen von positiven Bildern aus der eigenen Vergangenheit.
- Ein Vorlesen in kurzen, in sich abgeschlossenen Einheiten (max. 2-3 Seiten) muss möglich sein. Geschichten, die sich in ihrem Verlauf über ein ganzes Buch erstrecken und entwickeln, sind nicht geeignet.
- Die Sprache ist von kurzen, einfach gebauten Sätzen geprägt, die weitgehend ohne Fremdwörter auskommt. Komplizierte Personenkonstellationen und abstrakte Gedankengänge sind nicht geeignet. Wichtig sind konkrete und lebendige Schilderungen von Erlebnissen.

- Gesprochen wird bei Augenkontakt und deutlicher Artikulation, Gestik und Mimik. Passendes Anschauungsmaterial, das verschiedene Sinne anspricht, kann das Vorlese-Erlebnis ergänzen und vertiefen.

Daneben haben viele Menschen Freude an kurzen bekannten Volksmärchen wie z.B. „Sterntaler“ oder „Die Bremer Stadtmusikanten“, da diese ebenfalls Erinnerungen an Märchenstunden und –bilder aus der Kindheit zulassen. Spannung oder Erleichterung, die in Kindheitstagen beim Märchenhören empfunden wurden, sind dann plötzlich wieder da. Dazu ist es hilfreich herauszufinden, welche Versionen der Grimmschen Märchen in der Jugend der heute Über-Siebzigjährigen zeitgemäß waren. Oft sind Märchen - ähnlich wie Lieder und Gedichte – ein wichtiger „gemeinsamer Nenner“ aus der Kindheit und Jugend einer Generation. Das erlaubt das Vorlesen und Erzählen von Märchen auch in kleineren Gruppen. Das kann auch bildgestützt geschehen, etwas durch den Einsatz eines Kamishibai-Erzähltheaters. Näheres dazu wird unter 3. bei der Bildbetrachtung genauer erläutert.

In diesem Sinne bedeutsam sind außerdem Gedichte, die in der Schulzeit auswendig gelernt worden sind. Durch die besonders einprägsame Wirkung von Reim und Rhythmus wecken Gedichte - ähnlich wie Lieder – oft eine spontane Freude und Motivation zum Mitsprechen. Das wiederum stärkt Gefühle und Erfahrungen von Teilhabe, Bestätigung und Orientierung im Vertrauten. Hier einige Beispiele für gut geeignete Texte:

Morgenwonne

Ich bin so knallvergnügt erwacht.
Ich klatsche meine Hüften.
Das Wasser lockt. Die Seife lacht.
Es dürstet mich nach Lüften.

Mit Nasenflügelbeben
Ein ungeheurer Appetit
Nach Frühstück und nach Leben.
Joachim Ringelnatz

Ein schmuckes Laken macht einen Knicks
Und gratuliert mir zum Baden.
Zwei schwarze Schuhe in blankem Wachs
Betiteln mich „Euer Gnaden“.
Aus meiner tiefsten Seele zieht

Das Büblein auf dem Eise

Gefroren hat es heuer
noch gar kein festes Eis.
Das Büblein steht am Weiher
und spricht zu sich ganz leis:
„Ich will es einmal wagen,
das Eis, es muß doch tragen.
Wer weiß!“

Das Büblein stapft und hacket
mit seinem Stiefelein.
Das Eis auf einmal knacket,
und krach! schon bricht's hinein.
Das Büblein platscht und krabbelt,
als wie ein Krebs und zappelt
mit Arm und Bein.

„O helft, ich muß versinken
in lauter Eis und Schnee!
O helft, ich muß ertrinken
im tiefen, tiefen See!“
Wär' nicht ein Mann gekommen -
der sich ein Herz genommen,
o weh!

Der packt es bei dem Schopfe
und zieht es dann heraus,
vom Fuße bis zum Kopfe
wie eine Wassermaus.
Das Büblein hat getropfet,
der Vater hat's geklopfet
es aus
zu Haus.

Friedrich Güll

Herr von Ribbeck auf Ribbeck im Havelland

Herr von Ribbeck auf Ribbeck im Havelland,
Ein Birnbaum in seinem Garten stand,
Und kam die goldene Herbsteszeit
Und die Birnen leuchteten weit und breit,
Da stopfte, wenn's Mittag vom Turme scholl,
Der von Ribbeck sich beide Taschen voll,
Und kam in Pantinen ein Junge daher,
So rief er: »Junge, wiste,ne Beer?«
Und kam ein Mädchel, so rief er: »Lütt Dirn,
Kumm man röwer, ick hebb ,ne Birn.«

So ging es viel Jahre, bis lobesam
Der von Ribbeck auf Ribbeck zu sterben kam.
Er fühlte sein Ende.,s war Herbsteszeit,
Wieder lachten die Birnen weit und breit;
Da sagte von Ribbeck: »Ich scheid' nun ab.
Legt mir eine Birne mit ins Grab.«
Und drei Tage drauf, aus dem Doppeldachhaus,
Trugen von Ribbeck sie hinaus,
Alle Bauern und Büdner mit Feiergesicht
Sangen »Jesus meine Zuversicht«,
Und die Kinder klagten, das Herze schwer:
»He is dod nu. Wer giwt uns nu ,ne Beer?«

So klagten die Kinder. Das war nicht recht -
Ach, sie kannten den alten Ribbeck schlecht;
Der neue freilich, der knausert und spart,
Hält Park und Birnbaum strenge verwahrt.
Aber der alte, vorahnend schon
Und voll Mißtraun gegen den eigenen Sohn,
Der wußte genau, was damals er tat,
Als um eine Birn' ins Grab er bat,
Und im dritten Jahr aus dem stillen Haus
Ein Birnbaumsprößling sproßt heraus.

Theodor Fontane

4.2 Musik – Singen – Bewegen

Yehudi Menuhin sagte über das Singen: „Das Singen ist die eigentliche Muttersprache aller Menschen: denn sie ist die natürlichste und einfachste Weise, in der wir ungeteilt da sind und uns ganz mitteilen können – mit all unseren Erfahrungen, Empfindungen und Hoffnungen.

Das Singen ist zuerst der innere Tanz des Atems, der Seele, aber es kann auch unsere Körper aus jeglicher Erstarrung ins Tanzen befreien und uns den Rhythmus des Lebens lehren...“

Musik kann Menschen mit Demenz auf einer sehr individuellen und emotionalen Ebene ansprechen. Denn die Reaktion auf klangliche Außenreize und die emotionale Ansprechbarkeit bleiben bis zum Tod erhalten. Musik ist daher gut geeignet, um das Wohlbefinden zu verbessern und bestimmte Kompetenzen und somit ein selbstbestimmtes Leben zu stärken. Liederbücher für das gemeinsame Singen wie auch Musik-Tonträger können dabei als Anregung und Inspiration zum Einsatz kommen. Entscheidend aber bleibt beim Einsatz von Musik-Medien die persönliche Vermittlung durch Menschen, die ihre Freude an Musik an andere weitergeben.

Musik kann

- den Kontakt zu anderen Menschen erleichtern
- auf beiden Seiten eine emotionale Entlastung schaffen
- sprachliche Kompetenzen wecken
- innere wie äußere Unruhe in eine rhythmisch koordinierte Bewegung bringen
- bei der Bewältigung von Krisen und Trauer helfen

- Ereignisse und Erlebnisse aus der Vergangenheit in Erinnerung rufen und so zur Vergewisserung von Identität beitragen
- Aufschluss über Vorlieben und Abneigungen geben
- Ängste, Depressionen und Schmerzen lindern
- den Schlaf fördern
- aus einer Passivität herauslocken
- Aggressionen mildern

Musik und Biografie – was bedeutet das für die Auswahl?

- Wenn es möglich ist, schauen Sie sich die Schallplatten, CDs oder Instrumente an, die der an Demenz erkrankte Mensch in seiner Wohnung hat oder hatte
- Sprechen Sie mit dem an Demenz erkrankten Menschen über seine Erinnerungen, die er bei einer bestimmten Musik hat – vielleicht weiß er auch noch etwas über seine musikalischen Vorlieben oder frühere musikalische Tätigkeiten
- Schauen Sie sich gemeinsam alte Filme an und hören Sie zusammen Evergreens
- Betrachten Sie Fotos des an Demenz erkrankten Menschen – vielleicht gibt es auch hier Hinweise auf musikalische Erfahrungen und Erinnerungen
- Fragen Sie die Angehörigen nach der musikalischen Lebensgeschichte oder den Vorlieben des an Demenz erkrankten Menschen

Musik und Bewegung – was passiert dabei?

- Musik kann unruhiges Hin- und Herlaufen durch Rhythmus beeinflussen und dazu anregen, sich anders zu bewegen.
- Gefühle, die sich verbal nur noch schlecht oder gar nicht mehr beschreiben lassen, können über die Bewegung zur Musik deutlicher zum Ausdruck gebracht werden.
- Nicht jede Musik und Wiedergabe tut gut: Ist die Musik zu laut? Oder zu schnell? Oder passt sie einfach nicht zu den individuellen musikalischen Vorlieben? Lenken andere Dinge im Raum zu sehr ab? Sind Sie selbst gerade nicht in musikalischer Stimmung? An Demenz erkrankte Menschen haben eine feine Antenne für atmosphärische Störungen.
- Tanzen ist meist mit körperlicher Berührung verbunden und auch bei Tänzen im Sitzen können Berührungen eingebaut werden. Das kann den an Demenz erkrankten Menschen ein Gefühl der Nähe, Geborgenheit und Sicherheit vermitteln.

Menschen mit Demenz und Singen - wie geht das?

- Ältere Menschen singen oft etwas langsamer und in einer etwas tieferen Stimmlage
- Zwischen den Zeilen und den Strophen muss ausreichend Zeit bleiben für Atempausen, was das Mitsingen zu einer CD manchmal erschwert.

- In der Regel werden bekannte Lieder auswendig gesungen, zumal einigen das Lesen schwer fällt oder viele Schwierigkeiten haben, sich in der Strophenordnung und Notenschrift zu orientieren.
- Bei Liedern, zu denen nur die Refrains wirklich bekannt sind – z.B. Schlager, Stimmungs- und Schunkellieder - kann eine CD mit Gesangsstimme unterstützend hilfreich sein, um immer wieder gemeinsam in den vertrauten Kehrsvers einzustimmen.
- Am wirkungsvollsten bleibt immer das Gesangserlebnis „live“ animiert durch die eigene Stimme oder ein Begleitinstrument wie Gitarre oder Akkordeon.

4.3 Bilder und Materialien für alle Sinne

Bildgestütztes Vorlesen und Erzählen mit dem Kamishibai-Erzähltheater

Das Wort „Kamishibai“ hat seinen Ursprung in Japan, bedeutet übersetzt Papier-Theater und dient als Hilfsmittel für das bildgestützte Erzählen. Es handelt sich um eine Art Bilderrahmen in DIN A 3 Format, der sich wie ein kleines Tischtheater überall aufstellen lässt. Großformatige Motive rücken auf diese Weise deutlich und für kleine Gruppen oder Einzelpersonen gut sichtbar in den Focus und begünstigen ein konzentriertes und entspanntes Schauen. Das geräumige Bilderfach des Rahmens bietet Platz für einen kleinen Bilderstapel, so dass mit einfachen Handgriffen eine Bilderfolge präsentiert werden kann. Zieht man das vordere Bild per Hand nach oben weg, kommt das nächste dahinter zum Vorschein. Bildbetrachtungen mit Kamishibai sind von einer besonderen Ruhe geprägt. Tempo und Auswahl der Motive lassen sich individuell und flexibel mit den Reaktionen und Interessen der Betrachtenden in Einklang bringen. Dadurch ist der Einsatz des Kamishibais auch in der Biografie- und Erinnerungsarbeit für Menschen mit Demenz gut geeignet.

Ähnlich wie Musik können auch Bilder als Teil des kollektiven und persönlichen Gedächtnisses bei Menschen mit Demenz unmittelbar Emotionen und Erinnerungen auslösen, wenn die gezeigten Motive biografische Anknüpfungspunkte bieten. Das Betrachten von Bildern mit dem Kamishibai-Rahmen kann sich dabei als eine gut sichtbare und individuell zu gestaltende Betrachtungsform erweisen und lässt sich nach Bedarf und Situation auch mit anderen sinnlichen Erfahrungen verbinden (z.B. Lieder singen und hören zu Bildern, Materialien ertasten, Gerüche wahrnehmen, Sprichwörter, Gedichte und Märchen zu Bildern in Erinnerung rufen).

„Dieses kleine Theater ist eine gute Möglichkeit, biografische Erinnerungen bei Menschen mit einer Demenzerkrankung zu wecken. Mit Hilfe des Kamishibai gelingt es uns, die Senioren zu aktivieren und zu stärken. Sie haben einfach Spaß daran! Da kommen bei den Leuten viele Kindheitserinnerungen zurück“, weiß eine gerontopsychiatrische Fachkraft vom Einsatz des Kamishibais in der Demenzbetreuung aus der Praxis zu berichten. Entsprechend geeignet für Menschen mit Demenz sind Bilderserien

- mit historischen Fotos der 1930er bis 1960er Jahre
- zu kurzen bekannten Märchen und Geschichten aus der Kinderzeit
- zu Festen und Brauchtum (z.B. Weihnachten)

Besonders die historischen Fotoserien erlauben es, aus den jeweils 12-14 Motiven zu jedem Thema einzelne Fotos auszuwählen, beliebig lange bei einem Bild zu verweilen und die dargestellten Szenen mit passenden Liedern, Materialien, Sprichwörtern oder Gedichten zu verbinden.

Andere sinnliche Erfahrungen können die Themenkreise der Bilder ergänzen wie z.B.:

- Ernteprodukte wie Kartoffeln, Getreide, Rüben riechen und ertasten
- Pantomimische Bewegungsspiele zu landwirtschaftlichen und handwerklichen Tätigkeiten
- Verschiedene Textilien anfassen wie z.B. Leinen, Schafwolle, Schürzenstoff, Kartoffelsack u.ä.

Nesteldecken und Fühlbücher

Mitunter neigen Menschen mit Demenz dazu, an ihrer Kleidung zu zupfen und nach allem zu greifen, was sich in ihrer Reichweite befindet. Um diesem Bedürfnis nach Berührung und Bewegung der Finger und Hände zu begegnen, kommen in einigen Pflegeeinrichtungen sogenannte „Nesteldecken“ zum Einsatz, die in einer Art Patchworktechnik aus verschiedenen reizintensiven Stoffen und Materialien wie Leder, Cord und Frottee zusammengesetzt sind. Manche verfügen über zwei große Eingriffsöffnungen, so dass zuvor hineingelegte Gegenstände beim Reingreifen weitere sensorische Reize bieten.

Wenn im Rahmen einer Ergotherapie der Einsatz von Nesteldecken bei Menschen mit Demenz erprobt wird, stehen folgende Fragen im Mittelpunkt: Was macht der Betroffene mit der Nesteldecke? Gibt es Verhaltensänderungen während des Medieneinsatzes? Wie lang ist der Betroffene ohne externe Anregungen aktiv? Was hat sich nach drei Monaten Einsatz verändert? In der Praxis lässt sich beobachten, dass das Nesteln sich sehr verschieden auf die Befindlichkeit und das Aktivitätsniveau einzelner Menschen auswirkt: Manche werden äußerlich und innerlich ruhiger dabei. Andere, die im Alltag eher ruhig wirken, zeigen mit der Decke verstärkte Aktivitäten. Für einige bieten die Stoffe auch einen Anreiz zum Erzählen: Sie schildern, wie das Nähen früher zu ihrem Leben gehörte oder haben Erinnerungen an verschiedene Kleidungsstücke und -stoffe. Im Vergleich zu anderen Tastmaterialien wie einfache Handtücher oder Igelbälle sind die Nesteldecken reicher an verschiedenen Reizvarianten und verfügen über ein größeres Aktivierungspotential.

Von ähnlichen Erfahrungen und Überlegungen geleitet, können auch spezielle Fühlbücher für Erwachsene zum Einsatz kommen. Statt Decke gleicht die äußere Form hier eher einem Textilbuch mit Seiten- oder Wickelform. Die Gestaltung mit Applikationen aus verschiedenen Tastmaterialien, die vertraute Bildmotive darstellen, folgt meistens einem thematischen Zusammenhang wie z.B. Landleben, Kleiderschrank oder Jahreszeiten. In der Praxis können unterschiedliche Erfahrungen damit gesammelt werden, ob die Aktivierung und Anregung von Erinnerungen beim Fühlen und Betrachten eher von den dargestellten Motiven ausgeht oder mehr durch das Ertasten der verschiedenen Stoffe und Materialien geschieht. Zu beachten ist, dass die Motive nicht zu sehr an ein Buch für Kleinkinder erinnern. Aber auch diese Einschätzung ist letztendlich von Erfahrungen und Rückmeldungen aus der Praxis abhängig, die – wie bei allen Materialien für Menschen mit Demenz – je nach Vorlieben und Art der Vermittlung sehr unterschiedlich ausfallen können.

Die schönsten Ergebnisse bei Nesteldecken und Fühlbüchern entstehen, wenn diese in Handarbeit oder in Werkstätten nach individuellen Wünschen angefertigt werden und dabei bereits vorhandene Erfahrungen aus der Praxis berücksichtigen.

Spiele

Bekanntes **Gesellschaftsspiel** wie z.B. Mensch-ärgere-dich-nicht kennen fast alle älteren Menschen. Einige Spiele gibt es auch in Großausgabe, um das Greifen nach den Spielfiguren zu erleichtern. Bei Spiele-Klassikern sind die Spielregeln meistens noch präsent. Wer „rausgeworfen“ wird, reagiert manchmal mit kindlicher Wut. Es ist daher die Belastungsgrenze der einzelnen Mitspieler zu beachten. Bei vielen Spielen sind auch Variationen und Vereinfachungen möglich, um sich auf die Kompetenzen der Mitspielenden einzustellen.

Beliebt sind auch Tastspiele (z.B. Tastdomino), Puzzel- und Legespiele mit Bildmotiven. Auch hier gilt: Die Entscheidung, wann Bilder mit klaren Konturen und Farben angemessen und ansprechend sind oder zu kindlich wirken, ist oft eine Gradwanderung und lässt sich schwer allgemeingültig beantworten. Hier wie bei allen Beschäftigungsangeboten für Menschen mit Demenz ist ein gutes Gespür für Gefühlsreaktionen, Stimmungsveränderungen, Abwehrverhalten oder Anzeichen für Wohlbefinden von großer Bedeutung. Entscheidend ist die Beziehungsqualität und Sensibilität in der Zuwendung, die bei der gemeinsamen Beschäftigung von Mensch zu Mensch wirksam wird.

5. Literatur-Tipps und Hinweise zum Inhalt der Medienboxen

Die Büchereizentrale stellt den Öffentlichen Bibliotheken im Land im Rahmen des Projektes „Picknick im Labyrinth“ ein Medienangebot für die Begleitung von Menschen mit Demenz zur Verfügung. Speziell zusammengestellte Medienboxen können von Senioren- und Pflegeeinrichtungen sowie ehrenamtlich Tätigen über die Öffentlichen Bibliotheken in Schleswig-Holstein, die dem Fahrdienst der Büchereizentrale angeschlossen sind, und über die Fahrbüchereien gegen eine geringe Gebühr für acht Wochen entliehen und in der täglichen Arbeit eingesetzt werden.

Jede Medienbox enthält ca. 20 Titel, darunter Bücher, DVDs, Hörspiele, Lieder und Bildkarten für das Erzähltheater zu Märchen, Geschichten und Alltagswelten vor allem der prägenden Lebensphasen Kindheit und Jugend alter Menschen, darüber hinaus Beschäftigungsideen und Spiele zur Aktivierung von Körper, Geist und Seele als Ideenbörse für Betreuer sowie Fachinformationen zur Begleitung von Menschen mit Demenz.

<http://bz-sh.de/index.php/downloadbereich/viewcategory/46-inhalt-medienboxen-1-bis-7>

Ergänzend dazu stellt die Büchereizentrale auf ihrer Homepage ein Auswahlverzeichnis, genaue Angaben zum Inhalt der Boxen wie auch Flyer zum Projekt als Download zur Verfügung.

<http://www.bz-sh.de/index.php/downloadbereich/viewdownload/45-medien-fuer-die-begleitung-von-menschen-mit-demenz/146-auswahlverzeichnis-komplett>

Im Zentralkatalog der Büchereizentrale sind außerdem zahlreiche Online-Dokumente rund um das Thema Demenz erschlossen, die Informationen und Hilfen bieten für alle Fragen rund um Pflege, Begleitung und Beschäftigung von Menschen mit Demenz:

www.bz-sh.de/zentralkatalog

Die Publikationen sind abrufbar über das Stichwort „Demenz“. Die Suche lässt sich mit der Auswahlleiste am oberen Bildschirmrand eingrenzen auf Download-Dokumente.

Für eigene Medienrecherchen finden Sie nachfolgend einige wichtige Bezugsquellen:

- Online-Katalog „Leben mit Demenz“ der Firma Wehrfritz: <http://www.wehrfritz.de>
- Medienangebot des Vincentz-Verlages: <http://www.altenpflege-online.net>
- Medienangebote zur Altenpflege beim Verlag an der Ruhr: <http://www.verlagruhr.de>
- Medienangebote für Arbeit mit Senioren beim Don Bosco Verlag: <http://www.donbosco-medien.de>

6. Hinweise auf Kontaktstellen & Vernetzungsmöglichkeiten

Pflegestützpunkte, Sozialpsychiatrische Dienste, Mehrgenerationenhäuser, Pflegeeinrichtungen und die Anlaufstellen der Deutschen Alzheimer Gesellschaft e.V. in verschiedenen Regionen bieten ein Netz an Hilfsangeboten und sind wichtige Ansprechpartner für Betroffene und ihre Familien wie auch für Büchereien, die sich in Kooperation mit anderen Initiativen auf diesem Gebiet engagieren möchten. Auch Ausbildungsstätten für Altenpflege oder Kursangebote für ehrenamtliche Demenzbegleiter bieten sich für Austausch und Zusammenarbeit an.

Zentrale Kontaktstelle für alle Fragen und Anliegen zum Thema Demenz in Schleswig-Holstein ist das

Kompetenzzentrum Demenz in Schleswig-Holstein /
Alzheimer Gesellschaft S-H e.V. / Selbsthilfe Demenz
Alter Kirchenweg 33-41
22844 Norderstedt
Tel. 040/609 26 420
Fax 040/308 57 986
info@demenz-sh.de
www.demenz-sh.de
<http://www.facebook.com/KompetenzzentrumDemenz>

Weitere Hinweise und Informationen für das gesamte Bundesgebiet sind hier zu finden:

www.deutsche-alzheimer.de
www.wegweiser-demenz.de
www.aktion-demenz.de
www.demenz-support.de

Mögliche Netzwerkpartner vor Ort sind z.B.:

- Volkshochschule/Familienbildungsstätte
- Mehrgenerationenhäuser
- Pflegestützpunkte / Beratungsstellen
- Seniorenheime/Tagespflegestätte
- Heimatvereine
- kirchliche Einrichtungen
- Kliniken, Therapiezentren
- Andere Kulturstätten (Kino/Theater/Stadthalle/Kunst-Museen)
- Schulen, Kindergärten, Jugendzentren
- Ausbildungsstätten für Altenpflege- und Sozialberufe

Beispiele für Büchereien in Schleswig-Holstein, die im Rahmen des Projekts und darüber hinaus bereits verschiedene Erfahrungen mit Kooperationen zur Begleitung von Menschen mit Demenz gesammelt haben:

Stadtbibliothek Norderstedt / Stadtteilbücherei Norderstedt-Garstedt (674)

Europaallee 36

22850 Norderstedt

Tel.: 040 - 5231808

Leitung: Frau Karin Sträter

E-Mail: stb-garstedt@norderstedt.de

Homepage: <http://www.norderstedt.de/Bildung-Kultur/Bildung/Stadtb%C3%BCcherei>

Gemeindebücherei Bordesholm (790)

Holstenstr. 28

24582 Bordesholm

Tel.: 04322 - 4612

Leitung: Frau Brigitte Roßmann-Heyse

E-Mail: buecherei-bordesholm@t-online.de

Checkliste: Praktische Tipps für eine Vernetzung vor Ort

- Bestandsaufnahme: Welche Netzwerkpartner stehen vor Ort zur Verfügung und welche Kontakte bestehen bereits?
- Erste Kontakte aufnehmen und Gespräche führen: Wo liegen unsere gemeinsamen Anliegen und Ziele? Was kann ich dafür an Kompetenz, Unterstützung und Verlässlichkeit bieten?
- Netzwerk ggf. ausweiten: Wer könnte noch mit dazu kommen?
- Struktur entwickeln: Wer übernimmt welche Aufgaben? Welche Maßnahmen zur Öffentlichkeitsarbeit sind geeignet? Wie kann die Finanzierung gesichert bzw. durch Sponsoren verbessert werden?
- Netzwerk dauerhaft pflegen: Was trägt zur Beständigkeit der Kontakte bei? Wie wird die Kontinuität und Verlässlichkeit bei der Durchführung gewährleistet?

"Picknick im Labyrinth" mit dem Schleswig-Holsteinischen Altenpflegepreis 2013 ausgezeichnet

Rendsburg, 08. Januar 2014. Unter zehn Nominierten konnte sich das Medienangebot der Büchereizentrale durchsetzen und erhielt den mit 3.000 Euro dotierten ersten Preis. Zum bereits zehnten Mal rief das Land Schleswig-Holstein in Kooperation mit dem Landespflegeausschuss den Altenpflegepreis aus, der Projekte mit einem besonderen gesellschaftlichen Engagement für die Pflege und Betreuung älterer Menschen im Land auszeichnet. „Picknick im Labyrinth“ überzeugte die Jury, weil das Projekt durch sein vielfältig beschaffenes Angebot verschiedenen Alters- und Zielgruppen einen Zugang zum Thema „Demenz“ eröffnet. Die über die schleswig-holsteinischen Büchereien entlehbaren Medienboxen sind mit verschiedenen Materialien wie Vorlesegeschichten, Spielen, Fachliteratur und Multimedialem ausgestattet und werden durch Weiterbildungs- und Veranstaltungsangebote für Bibliotheksangestellte, Pflegerinnen und Pfleger sowie Schülerinnen und Schüler ergänzt. Sie erleichtern auf vielfältige Weise den Umgang mit Menschen mit Demenz auf beruflicher, ehrenamtlicher und familiärer Ebene, so das Lob der Jury.

Das vom Lektorat der Büchereizentrale in Kooperation mit dem Kompetenzzentrum Demenz in Norderstedt zusammengestellte Angebot wurde vom Ministerium für Arbeit, Soziales und Gesundheit finanziell unterstützt und erfreut sich seit seinem Start im Februar 2013 großer Beliebtheit in den Bibliotheken des Landes. Die nun erneuerte sozialpolitische Anerkennung des bundesweit einzigartigen Projekts freut den Direktor der Büchereizentrale Dr. Heinz-Jürgen Lorenzen sehr. Er sieht den Erfolg von „Picknick im Labyrinth“ nicht allein in dessen Breitenwirkung begründet, die durch das landesweit stark vernetzte Bibliothekssystem ermöglicht wird. Zentral ist die Nachhaltigkeit des Projekts, die durch eine bedarfsorientierte Anschaffung zusätzlicher Medienboxen weiter gesichert werden soll. So wird das Preisgeld in die Ausweitung des Projektangebots fließen, um möglichst vielen Menschen und Pflegeeinrichtungen im Land Zugang zu dem Angebot zu ermöglichen.



Sozialministerin Kristin Ahlheit (SPD, unten ganz links) überreichte Susanne Brandt, Antje Funk, Oke Simons (oben v.l.n.r.), Dr. Heinz-Jürgen Lorenzen und Christiane Laue (unten v.r.) den Altenpflegepreis 2013 im Kieler Landeshaus.

L. Heysse





