

Erinnerungsarbeit mit biografischen Schatzkisten

Ruth Wetzel, Karin Schlereth, Sonja Österle

Die Zahl der demenzkranken Menschen in Deutschland ist erschreckend hoch, bei steigender Prognose. Diese Entwicklung bereitet vielen in unserer Gesellschaft Angst und schafft Unsicherheit – egal ob als betroffener Angehöriger, Nachbar, Freund oder durch Kontakte in öffentliche Einrichtungen. Es kommen Gedanken auf wie:

- Kann es mich auch treffen?
- Wie gehe ich mit der Erkrankung um?
- Wie gehe ich mit meinem betroffenen Angehörigen um?
- Wie verhalte ich mich bei Kontakten mit demenziell erkrankten Menschen, z. B. in der Bank oder Post, in Geschäften, im Krankenhaus, bei kulturellen Veranstaltungen oder im Restaurant?
- ...

Die Verunsicherung der Menschen bewirkt jedoch auch, dass das Krankheitsbild Demenz in all seinen Ausprägungen sicht- und hörbar wird. Und das ist gut so! Denn es gibt mittlerweile viele Hilfsmittel, Bildungsmaßnahmen, Beratungsmöglichkeiten, Konzepte und Projekte, die den Umgang mit demenziell veränderten Menschen erleichtern können. In Deutschland lassen sich viele Hilfsmöglichkeiten nutzen. Leider sind diese noch nicht überall bekannt!

So haben seit 2017 gemäß § 43b SGB XI alle Pflegebedürftigen in stationären Pflegeeinrichtungen nach Maßgabe von § 84 Abs. 8 SGB XI und § 85 Abs. 8 SGB XI Anspruch auf zusätzliche Betreuung und Aktivierung (Anm.: „Richtlinien zur Qualifikation und zu den Aufgaben von zusätzlichen Betreuungskräften stehen in § 53c SGB XI (ehemals § 87b)“, vgl. www.gkv-spitzenverband.de). Diese Grundsätze der Arbeit und Aufgaben der zusätzlichen Betreuungskräfte werden in Ausbildungskursen von 160 Stunden vermittelt. Ein wichtiges Thema der Ausbildung ist die *Erinnerungsarbeit*. Erinnerungsarbeit ist eine Methode, die am besten anhand der Biografie von Menschen mit Demenz durchgeführt wird und sehr effektiv ist. Durch sie kann die Verbindung zur Außenwelt aufrechterhalten und die Situation der Gegenwart besser gestaltet werden. Er-

innerungsarbeit beinhaltet wohlthuende Anregungen für Körper, Geist und Seele, der Mensch fühlt sich sicher und kompetent.

Im Folgenden sollen praktische Möglichkeiten der Erinnerungsarbeit aufgezeigt werden, die den Zugang zu Menschen mit Demenz erleichtern, egal ob im ambulanten, teilstationären oder stationären Bereich. Das Ziel der Erinnerungsarbeit besteht darin, den verbalen und vor allem nonverbalen Zugang zu Menschen mit Demenz zu erleichtern, somit zu einem besseren Miteinander zu gelangen und zu erreichen, dass alle Beteiligten trotz dieser Erkrankung mehr Lebensfreude verspüren.

1. Was sind Erinnerungen?

Erinnerungen sind individuelle Wahrnehmungen von Ereignissen. Ob sich der Mensch an bestimmte Dinge aus seinem Leben erinnert, hängt davon ab, ob die Information „kalt“ oder „heiß“ war. Das heißt: Waren die Ereignisse emotionsgeladen oder nicht? Das Gedächtnis sortiert Informationen so, dass Erinnerungen eine ganz persönliche Sicht der Biografie sind. Sie sind Ausdruck dessen, was einem Menschen individuell wichtig ist. Erinnerungen werden im Langzeitgedächtnis abgespeichert. Sich zu erinnern heißt, sich zu spüren. Wer sich erinnern kann, kennt seine Bedürfnisse.

Tom Kitwood, ein englischer Sozialpsychologe und Psychogerontologe, stellt dies durch ein Paradigma vor, „in dem die Person an erster Stelle steht“ (Kitwood 2008; vgl. Abb. 1). Die Einzigartigkeit der



Abb. 1: Die wichtigsten psychischen Bedürfnisse von Menschen mit Demenz nach Tom Kitwood (2008, S. 122)

dementen Person gilt es zu beachten und zu würdigen. Im Zentrum steht die Beziehung interagierender Menschen. Kitwoods Blick richtet sich nicht so sehr auf die Heilung der Demenzerkrankung im Sinne des Standardparadigmas, sondern auf das Wohlbefinden und eine gelingende Beziehung, deren Ergebnisse in beide Richtungen (Dementer und Pflegender) wirken. In der Begegnung mit dem demenzkranken Menschen können nämlich auch die Pflegenden etwas gewinnen. Nicht nur der Erfolg therapeutischer Bemühungen, sondern schon allein die aufmerksame Begegnung ist wertvoll (Kitwood 2008).

Menschen mit Demenz benötigen sinnliche/nonverbale Schlüsselreize, insbesondere wenn Informationen über die Sprache nicht mehr verarbeitet werden können. Dazu bietet sich eine „biografische Schatzkiste“ an. Für eine ehemalige Näherin oder Handarbeitsliebhaberin kann dies z. B. ein genähtes *Sinneskissen* sein oder auch ein *Nähkasten*. Auch *themenorientierte Erinnerungsschachteln* bieten sich meist gut an. Durch eine feinfühligke Beobachtung werden positive Erlebnisse bald sichtbar. Diese haben die Autorinnen in ihrer therapeutischen Betreuungsarbeit häufig erlebt. So verändert sich beim Demenzkranken z. B. die Mimik zum Positiven, er beginnt plötzlich zu singen oder zu summen, eine verbesserte Feinmotorik der Hände ist zu erkennen, Tränen der Rührung werden sichtbar und vieles mehr.

Im Folgenden sind einige Beispiele aus der Erinnerungsarbeit mit „biografischen Schatzkisten“ zusammengetragen.

2. Die „Erinnerungsschachtel“

Die nach Möglichkeit für jeden einzelnen Demenzkranken individuell gestalteten Erinnerungsschachteln sollen bereits durch ihre äußere Gestaltung Neugier und Erinnerungen wecken (Abb. 2). In der jeweiligen Schachtel sind wichtige Lieblingsstücke aufzubewahren, die dem Besitzer als *Schlüssel zur Erinnerung* dienen sollen. Wenn die Sprache eines an Demenz erkrankten Menschen keinen Zugang mehr findet, kann jede Pflege- oder Betreuungskraft, jeder Angehörige oder Gast mit dieser Schachtel eine Tür zu dem Menschen öffnen.

Vorteile dieser Form von Erinnerungsarbeit sind:

- Ressourcen werden geweckt. Dadurch erleichtert sich die Gestaltung der gegenwärtigen Situation.
- Kontakt zum gelebten Leben



Abb. 2: Erinnerungsschachtel für einen ehemaligen Hobbygärtner

- Stärkung des Selbstbewusstseins
 - Benennen eigener Stärken
 - Bewusstmachen, was der alte Mensch alles geleistet hat
- Aktivierung von Sprache, Langzeitgedächtnis
- Stärkung der Sinnesanregungen
- Förderung der sozialen Kontakte und Beziehungsaufbau
- Stärkung des Wohlbefindens und der Lebensfreude

2.1 Biografieorientierte Erinnerungsschachtel „Musik“

Herr Sommer (Name erfunden) lebt seit einigen Jahren aufgrund der Folgen einer intrazerebralen Blutung mit Aphasie, Einschränkungen in der Alltagskompetenz und zeitlichen und örtlichen Orientierungsstörungen in einem Pflegeheim. Er leidet manchmal unter Wortfindungsstörungen.

Aus der Biografie ist bekannt, dass er Musik studiert hatte, als Musiklehrer schwerpunktmäßig Klavierunterricht gab. Seine Vorliebe für klassische Musik, Kirchen- und Kammermusik spiegelte sich in persönlichen Klavierkonzerten, der Leitung eines Kirchenchors und als Organist wider.

Es stellte sich die Frage, wie Herr Sommer erreicht und seine Ressourcen geweckt werden können.

Aufgrund der bekannten biografischen Daten wurde eine Erinnerungsschachtel für Herrn Sommer zum Thema Musik erstellt.

Wichtig ist, darauf zu achten, dass bereits durch die äußere Gestaltung der Erinnerungsschachtel zum The-

ma Reize gesetzt werden. So wird über unterschiedliche Wahrnehmungsreize die Neugier des Menschen geweckt:

- Der Mensch greift danach (= Türöffner zum Langzeitgedächtnis).
- Der Mensch schaut sich die Bilder oder Materialien an.
- Der Mensch öffnet die Schachtel.
- Der Mensch greift in die Schachtel.
- Erinnerungen werden sicht- und hörbar.
- Ressourcen werden geweckt.
- Lebensfreude wird sichtbar.

Der angepasste Inhalt unterstützt die Reize, hier zum Thema „Musik“:

- Laminierte Bilder berühmter klassischer Musiker und deren Namensschriftzug sowie berühmte Musikstücke können unterschiedlich genutzt werden.
- Laminierte Wortergänzungskärtchen mit Fachbegriffen aus dem Bereich der Musik regen zum Sprechen an.
- Weitere Ergänzungsmöglichkeiten sind z. B. Instrumente, Stimmgabel, Klavierauszüge des beliebtesten Musikers (im Falle von Herrn Sommer war dies Wolfgang Amadeus Mozart), Höreinspielungen, ...

Mehrere kurze Einzelaktivierungen (nach dem Prinzip der 10-Minuten-Aktivierung) ergaben folgendes Fazit: Grundsätzlich sind Kurzaktivierungen bei Menschen mit kognitiven Einschränkungen angezeigt, um Überforderung zu vermeiden. Eine wertschätzende Grundhaltung eröffnet eine gute Beziehungsebene und Arbeitsbasis während der Aktivierung. Herr Sommer fühlte sich geehrt, als er gebeten wurde, bei der Erstellung der Schachtel zu helfen („Sie sind doch der Fachmann für Musik“). Die fertige Erinnerungsschachtel zum Thema Musik wurde eingesetzt, um Ressourcen zu wecken, Erfolgserlebnisse zu ermöglichen und Lebensfreude hervorzurufen.

2.2 Themenzentrierte Erinnerungsschachtel „Kaffee“

In der Erinnerungsarbeit spielt zudem das „Kopfkino“ eine besondere Rolle. Wie Träume eröffnet das Kopfkino das Fenster zum Unbewussten. Bildhafte Vorstellungen werden mehr oder weniger bewusst, wobei alle Sinne beteiligt sein können (Sehen, Hören, Schmecken usw.). Innere mentale Bilder entwickeln eine Eigen-

dynamik und laufen unbewusst ab. Man unternimmt eine Phantasiereise zurück in die Vergangenheit. Nichts anderes gilt beim alten Menschen mit Demenz. Durch Gegenstände oder Gerüche kann dieser sich an Gesichter und Geschichten aus seiner Vergangenheit erinnern und positive Emotionen erleben.

.....
*Es ist besser, ein kleines Licht zu entzünden,
als über große Dunkelheit zu fluchen.*

Konfuzius

.....

So konnte durch den Einsatz der Erinnerungsschachtel „Kaffee“ (Abb. 3) mit ihren unterschiedlichen Sinnesreizen über die Vergangenheit der Pflegeheimbewohnerin Frau Winter (erfundener Name) Folgendes in Erfahrung gebracht werden:

- Das Wasser wurde bei Familie Winter in einem Wasserkessel zum Kochen gebracht. Die Kaffeemühle hat Frau Winter zwischen die Beine gewickelt, die Bohnen eingefüllt und gedreht.
- Unter der Woche gab es Muckefuck, eine Mischung aus Bohnenkaffee und Zichorienwurzel. Sonntags gab es zum richtigen Bohnenkaffee noch selbstgebackenen Kuchen (Streuselkuchen und Käsekuchen).
- Das ganze Haus hat nach Kaffee gerochen.
- Das Kaffeepulver kam in ein Tuch, wurde mit heißem Wasser übergossen. Das Tuch wurde ausgewrungen, um den letzten Tropfen zu verwerten.
- Der übrig gebliebene Kaffeesatz wurde zum Düngen im Garten verwendet.



Abb. 3: Erinnerungsschachtel zum Thema „Kaffee“

- Frau Winter trank ihren Kaffee mit frischer Kuhmilch.
- Lindes-Kaffee gab es früher in 250g Packungen zu kaufen.
- Auch Gerste wurde in der Familie von Frau Winter geröstet, gemahlen und als Kaffee getrunken.
- Als Kind wurde man damals während des Kaffeekochens vom Herd verbannt, da Kaffee ein Luxusgut war.
- Ein Metallsieb wurde mit einem Tuch ausgelegt und mit Wasser überbrüht. Später hatte die Familie einen Melitta-Porzellanfilter, der nach dem Kaffeebrühen braun gefärbt war.

Über die Schlüsselreize aus der Kaffeekiste war Frau Winter in der Lage, von ihren Erfahrungen in der Vergangenheit zu berichten. Das stärkte ihr Selbstbewusstsein und ihre Lebensfreude wurde sichtbar. Sie war sehr stolz!

Weitere Beispiele für themenzentrierte Erinnerungsschachteln zeigen die Abbildungen 4 und 5.



Abb. 4–5: Erinnerungsschachteln zu den Themen „Brot backen“ und „Wäsche waschen“

3. Das „Sinneskissen“ – Beispiel „Nähen“

Frau Klein (Name erfunden) lebt seit einiger Zeit aufgrund ihrer fortgeschrittenen Alzheimer-Demenz im



Abb. 6: Ein Sinneskissen für eine frühere Näherin

Pflegeheim. Ihre Mobilität ist eingeschränkt, sie kann nur zeitweise – je nach Tagesform – in einem Rollstuhl mobilisiert werden. Ihre Sprache ist versandet. Die Kontaktaufnahme und Aktivierung erfolgen über Sinnesreize.

Aus ihrer Biografie ist bekannt, dass Frau Klein Schneiderin war. Sie hat gerne für sich und andere gestrickt. Wie kann die alte Dame ohne Kommunikation und trotz Immobilität erreicht werden? Es wurde für Frau Klein ein Sinneskissen mit unterschiedlichen Stoffen, großen Knöpfen, einer Spitzenbordüre und einer Seidenschleife genäht (Abb. 6). Ziel war es, durch unterschiedliche Sinnesreize Erinnerungen zu wecken.

Das Sinneskissen wurde von Frau Klein sehr gut angenommen. Trotz fortgeschrittener Demenz konnten durch Erinnerungen noch vorhandene Handlungsmuster hervorgehoben werden. Sie strich mit den Fingern über das Kissen und griff nach den aufgenähten Knöpfen. Diese untersuchte sie einen nach dem anderen. Die Seidenschleife wurde gezogen, geöffnet und einige Zeit zwischen Daumen und Zeigefinger gerollt. Das Sinneskissen wurde täglich bei Frau Klein in der Betreuungsarbeit eingesetzt.

4. Resümee

Die in diesem Beitrag vorgestellten Beispiele zeigen deutlich, wie durch Schlüsselreize die Tür zur Erinnerungsarbeit mit Menschen mit Demenz geöffnet werden kann.

Die Autorinnen würden es sehr begrüßen, wenn das Anlegen von biografischen Schatzkisten bei der Aufnahme eines Bewohners in ein Pflegeheim sowie allgemein in der Gerontopsychiatrie in Zukunft zum Standard gehört. Bereits bevor die bisherige Wohnung oder das Haus des Bewohners aufgelöst und vieles entsorgt wird, sollten in professioneller Angehörigenarbeit für ihn wichtige Dinge einen Platz in dieser Schachtel finden.

Fotos: Karin Schlereth, Sonja Österle, Ruth Wetzell

Literatur:

Kitwood, T. (2008): Demenz – Der person-zentrierte Ansatz im Umgang mit verwirrten Menschen. 5. Auflage. Bern: Hans Huber.

Österle, S. (2017): Einführung von biografieorientierten Erinnerungskisten für die Einzelaktivierung bei dementiell veränderten Menschen. Unveröffentlichte Facharbeit.

Schlereth, K. (2017): Wie müssen die Schachteln gestaltet werden, um das Kopfkino beim Demenzkranken in Gang zu bringen? Unveröffentlichte Facharbeit.

Wojnar, J. (2010): Die Welt der Demenzkranken – Leben im Augenblick. Hannover: Vincentz Network.

Stichwörter:

- Biografiearbeit
- Erinnerungsarbeit
- Erinnerungsschachtel
- Sinneskissen

Für die Autorinnen:



Ruth Wetzel

Altentherapeutin und gerontopsychiatrische Fachkraft
Referentin für Generationen- und Altenarbeit

Freiberufliche Tätigkeit:
SINNvolle Altentherapie
ruthwetzel@gmx.de
www.ruthwetzel.de

Die Kritzel-Fibel

zum Schauen, Malen, Schmunzeln, Kritzeln,
Erzählen

SingLiesel

2016, 112 Seiten, ISBN 978-3-944360-84-3, Euro 9,95, SingLiesel GmbH, Karlsruhe



Die „Kritzel-Fibel“ ist das Kritzelbuch für die „Feuerzangenbowle-Generation“ oder – anders gesagt – für Menschen mit jahrzehntelanger Lebenserfahrung. Mit viel Humor haben die Autoren Nikolai Rengner (Illustrationen) und Linus Paul (Text) alltägliche Situationen aufgegriffen und in nostalgischen Illu-

strationen sowie kurzen Geschichten umgesetzt. Und auch wer nicht zum Buntstift greifen möchte, entdeckt viele, aus dem eigenen Leben bekannte Momente zum Schmunzeln und Erzählen: von innigen Momenten und ihren Folgen; von den Kirschen aus Nachbars Garten; von Winterfreuden und strahlenden Sommertagen; von den „Pflichten“ einer Hausfrau und den Missgeschicken beim Heimwerken; vom Stall hinter dem Haus; dem Dackel, der oft Waldi hieß und Wellensittich Hansi sowie von Sammelleidenschaften, feinen Handarbeiten und natürlich der Flimmerkiste ...

Fotoduell

Zuordnungsspiel mit 60 Farbkarten für
Menschen mit Demenz

Antje Siebert-Görlitz, Stefan Gutensohn

2017, 60 Farbkarten mit Spielanleitung, ISBN 978-3-497-02670-8, Euro 29,90, reinhardt, München

Dieses Rate- und Zuordnungsspiel besteht aus 30 inhaltlich abgestimmten Fotopaaren historischer Alltagsgegenstände. Das Spiel ist praxisnah für den Betreuungsalltag von Menschen mit Demenz konzipiert. Jedes einzelne Bild kann Erinnerungsprozesse im Langzeitgedächtnis der Spielenden auslösen: zum Vergnügen, Schwelgen und Schwärmen oder zum Erzählen. Denn jeder Gegenstand aus der alten Zeit birgt sein eigenes „Geschichtchen“. Die geschickte Motivauswahl mit verschiedenen Schwierigkeitsgraden ist vielseitig einsetzbar: in der Gruppe mit Spielanleiter, in der Familie, am Pflegebett, bei unterschiedlichen Erkrankungsstadien und als generationsübergreifendes Spiel für Jung und Alt.

