

Unser Buchtipp

5-Minuten-Vorlesegeschichten für Menschen mit Demenz: Tiergeschichten



16 kurze und leicht verständliche Vorlesegeschichten für Menschen mit Demenz, Altersdemenz oder Alzheimer. Ältere Menschen verfügen über einen reichhaltigen Erinnerungsschatz – der bei Demenz oder Alzheimer jedoch tief vergraben scheint. Es lohnt sich, ihn wieder in die Gegenwart zu holen! Diese Sammlung humoristischer und herzerwärmender Tiergeschichten zum Vorlesen hilft, mit den Demenzkranken themenbezogen ins Gespräch zu kommen. Ob die Maus in der Speisekammer, das Ungeheuer im Wald oder ein Besuch im Zoo – die Anekdoten sorgen für Abwechslung und Gesprächsstoff. Denn mit Tieren verbinden viele Senioren und Demenzerkrankte positive Gefühle und Erlebnisse. Alle Vorlesegeschichten sind kurz und verständlich gehalten, überfordern nicht, verkindlichen aber auch nichts, sodass sich Demenzkranke trotz der einfachen Handlungsstruktur mit den Inhalten und den Figuren sehr gut identifizieren können. Fragen, die an jede Geschichte anknüpfen, aktivieren die Erinnerung und ermuntern die Zuhörer zum Erzählen. Die 5-Minuten-Vorlesegeschichten sind ideal einsetzbar bei der Betreuung Demenzkranker in der Heim- oder Tagespflege, aber auch in der häuslichen Pflege. Sie bieten auch pflegenden Angehörigen die Möglichkeit, mit den Demenzkranken wieder ins Gespräch zu kommen – und wer gar nichts erzählen mag, geniesst einfach das Vorleseritual und den Inhalt der jeweiligen Geschichte.

Unsere Empfehlung:

Unsere Gäste lieben solche Kurzgeschichten und es zaubert ihnen oft ein Lächeln auf ihr Gesicht. Es gibt mehrere Bücher aus dieser Reihe. Die Geschichten haben genau die richtige Länge für Menschen mit einer Demenzerkrankung, wecken Erinnerungen und regen zu Gesprächen an.

«Tiere sind die besten Freunde. Sie stellen keine Fragen und kritisieren nicht.»

(Mark Twain)

Genau dies bestätigt uns unsere Erfahrung. Tiere nehmen besonders auch Menschen mit einer dementiellen Erkrankung so an wie sie sind. Und weil sie keine Fragen stellen und nicht kritisieren, erleben wir es sehr oft, dass unsere Gäste, bei denen die Sprache mit uns Betreuenden verloren gegangen ist, einwandfrei mit den Hunden kommunizieren...



Nicht vergessen

Die Aufrechterhaltung des normalen Alltags ist uns wichtiger als «künstliche» therapeutische Massnahmen.

Auch Menschen mit Demenz brauchen das Gefühl gebraucht zu werden. Dort wo sie noch nützliche kleine

Arbeiten verrichten können, helfen wir, nicht nur die Arbeit zu erleichtern, sie bekommen auch das Gefühl gebraucht zu werden. Das stärkt das Selbstwertgefühl und sorgt für gute Stimmung.

- Gemeinsam Geschichten aus dem Leben erzählen
- Gemeinsam pflanzen und pflücken
- Gemeinsam lachen und den Humor pflegen
- Gemeinsam singen und musizieren
- Gemeinsam haushalten und kochen
- Gemeinsam werken, malen und gestalten
- Gemeinsam Tiere hegen und pflegen
- liebevoll, kreativ... anders.

Unterstützen – Den Betroffenen neuen Mut schenken

Im Herbstzyklus unternehmen wir alles, um Menschen mit Demenz am Leben teilhaben zu lassen. Der Verein wird ausschliesslich von Privatspenden getragen.

Ihre Spende hilft konkret:

Fr. 30.–
ermöglichen einen Tagesaufenthalt für einen Gast. So kann der pflegende Angehörige wichtige Termine wie Arztbesuche etc. wahrnehmen.

Fr. 70.–
verhelfen einem Gast zu einem Tages- und Nachtaufenthalt. Bereits eine Nacht ohne Pflegeaufgabe kann wie ein Kurzurlaub für die Angehörigen wirken.

Fr. 140.–
machen einen Wochenendaufenthalt für einen Gast möglich. Eine Nacht ohne Pflegeaufgabe ist für den pflegenden Angehörigen eine wichtige Quelle, um neue Kraft zu tanken.

Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung: **Postkonto 60-577956-2**



aktiondemenz.ch
liebevoll, kreativ... anders.

aktiondemenz.ch
Schlosshalde 11c-d
CH-6216 Mauensee
Telefon 041 920 20 93
Fax 041 920 20 81
info@aktiondemenz.ch
www.aktiondemenz.ch

Impressum
Herausgeber: Verein Aktion Demenz
Schlosshalde 11c-d
CH-6216 Mauensee
Telefon: 041 920 20 93
Postkonto: 60-577956-2
Kontakt: Carol Sarbach, Präsidentin

vergessen & erinnern

Nr. 1 | Februar 2021

«Aus dem Blau des Himmels schöpfen, dem Glanz der Natur, der Schönheit eines Lächelns... Hoffnung schöpfen, ist auch in dieser Zeit ein Lichtblick für die Seele.»



aktiondemenz.ch
liebevoll, kreativ... anders.

Pinnwand



«Weisst du noch?»

Familie Müller freute sich auf Weihnachten. Sie fuhren mit ihrer an Demenz erkrankten Mutter ins Wallis in ihr Ferienhaus, wo auch Besuche von Verwandten angesagt waren. Sie wollten Weihnachten wie früher feiern. Wir würden es nie wieder tun, sagte die Familie rückblickend. Es war wohl gut gemeint, aber die Erwartungen der Familie in einer früher gewohnten Umgebung der Mutter ein friedliches Fest zu feiern, erfüllte sich leider nicht. Die Mutter war unruhig und stets rastlos im Haus, teils sehr angespannt und reagierte oft emotional und wurde aggressiv zu den Verwandten. Die Antworten auf die vielen Fragen nach dem «Weisst du noch...» waren bei der an Demenz erkrankten Mutter längst vergessen oder im Moment nicht so wichtig für sie. Die vielen Erwartungen wurden zu einer enormen Herausforderung für die Betroffene wie auch für das Umfeld. Die Mutter wollte wohl kaum eine Veränderung, müsste sie jetzt nicht versuchen, ihr Gesicht gegenüber ihrer Verwandtschaft zu wahren. Das schönste Geschenk wäre wohl ein geliebtes Halstuch oder ein schönes Weihnachtslied gewesen, dann wäre wohl alles nicht so schnell aus dem Gleichgewicht geraten...

Singen altvertrauter Weihnachtslieder kann auf das Zusammensein mit Menschen mit Demenz positive Auswirkungen haben, denn oft kennen diese die Strophen noch. Selbst sehr stille und verschlossene Menschen singen oft mit. Ein Ortswechsel kann bereits zu einem Problem werden. Auch wenn es noch so gut gemeint ist, stimmt dies meist nur für das Umfeld. Für Menschen mit Demenz gilt, der allgemeinen Hektik aus dem Weg zu gehen, die einfachen täglichen Rituale beizubehalten. Dies ist oft ein viel wertvolleres Geschenk auf ihrem Herzensweg, der mit einer solchen Diagnose schon schwer genug ist.

Liebe Leserinnen und Leser, wir hoffen, Sie hatten schöne Festtage. Wir danken Ihnen für Ihre positive Gesinnung, die Sie uns und unseren Mitmenschen mit Demenz hoffentlich auch im neuen Jahr zukommen lassen. Und wir hoffen, wir können Ihnen mit unseren Geschichten immer wieder kleine Anstösse mit auf den Weg geben, einen anderen Blickwinkel einzunehmen, was wesentlich im Umgang mit Menschen mit einer Demenz ist und zu ihrem seelischen Wohlbefinden beiträgt.

Herzlichst
Ihre

Carol Sarbach
Präsidentin
Verein Aktion Demenz

Im Blickpunkt

«Gesicht wahren»

Sabrina van Tilburg, Bereichsleiterin Betreuung und Pflege

In unserem Haus Herbstzytlos, spezialisiert in der Betreuung und Alltagsgestaltung, bin ich mit Frau Meyer in der Küche beim Abwasch. Wir unterhalten uns, soweit es ihre Fähigkeiten zulassen. Ihre Kommunikationsfähigkeiten sind aufgrund ihrer demenziellen Erkrankung bereits sehr eingeschränkt. Oft antwortet sie nur nonverbal oder mit einem kurzen Ja oder Nein. Ich unterhalte mich ganz normal mit ihr, die Atmosphäre in der Wohnküche ist ruhig und friedlich. Frau Meyer ist beim Abrocknen, währenddessen ich das Geschirr spüle. Da gerade Vorweihnachtszeit ist, läuft im Hintergrund Weihnachtsmusik. Nachdem ich unsere demente Helferin frage, ob sie ein Lieblingsweihnachtslied hat, fängt sie gleich an zu singen: «Kling Glöcklein klingelingeling... kling Glöcklein kling». Ich war im ersten Moment überrascht, da ich nur selten mehrere Worte nacheinander von Frau Meyer höre. Ich gehe jedoch nicht weiter darauf ein, sondern beginne mit ihr zu singen. Weit kommen wir jedoch nicht mit Singen, plötzlich fehlen ihr die Worte. Ich singe nochmals den Refrain, schaue sie an und sage zu ihr: «Leider weiss ich den Text auch nicht weiter». Danach zucken wir beide mit den Schultern, lächeln uns an und widmen uns wieder dem Abwasch.

Später führe ich mit Frau Meyer ein Gespräch, das sich auf die gemeinsame Situation beim Abwasch bezieht. Wie fühlt es sich an, wenn einem die Worte fehlen? Wie verhält man sich, wenn die eigene Aussprache nicht mehr so funktioniert wie früher? Wie geht man mit dem Verlust um? Was hilft einem, damit umzugehen? Es ist ein sehr offenes Gespräch, natürlich auch hier unter vielen Einschränkungen und Nachfragen. Es ist auch sehr emotional, denn man spricht gerade darüber, was einem verloren geht und gerade während dem Gespräch kann Frau Meyer das Gesicht nicht so wahren, wie sie es im Alltag macht. Das Empfinden und den Umgang damit ist natürlich sehr individuell, jeder Mensch geht anders mit Problemen und Schwierigkeiten um. Ebenso erlebt jeder Mensch seine Krankheit und seinen Verlauf individuell und ganz persönlich.

Sie ist bereit, mir ihr Erleben zu schildern und reagiert sehr offen, ja teilweise sogar dankbar, dass sie über sich und ihre Gefühle sprechen darf.

Zurück zu all den Fragen, die wir Gesunden uns immer mal wieder stellen. Wie fühlt es sich an, wenn



Im Blickpunkt

einem die Worte fehlen? Traurig, hilflos, ausgeliefert und allein! Dies sind Antworten, die Frau Meyer äussert. Es fühle sich schwer an, wenn man etwas sagen möchte oder eine kurze Antwort auf eine Frage geben möchte. Die Worte sind da, sie versteht auch jedes gesprochene Wort. Aber sie kann diese meist nicht mehr formulieren oder sprechen. Dies mache weh, es schmerzt! Manchmal ist sie frustriert darüber, manchmal traurig. Es gibt aber auch Momente, da fühlt es sich nicht schlimm an, es ist gerade irgendwie in Ordnung. Da bezieht sich Frau Meyer auf die Situation beim gemeinsamen Abwaschen. Da die Stimmung friedlich und ruhig war, hatte sie sich getraut, sich mir gegenüber zu öffnen und hatte zu singen begonnen. Als ihr dann die Worte verloren gingen, hatte ich noch kurz weitergesungen und dann auch die Worte verloren. So habe es sich ganz natürlich angefühlt und Frau Meyer hatte sich nicht schämen müssen. Sie hatte nicht das Gefühl, gerade etwas können zu müssen, das sie nicht mehr kann. Unter Druck fühle es sich noch viel schwieriger an als sonst schon. Dies sei auch der Grund, weshalb sie oft gar nicht mehr spreche. Nicht, weil die Fähigkeit gar nicht mehr vorhanden sei, sondern weil sie, wie man so schön sagt, ihr «Gesicht wahren» möchte. Sich verbal auszudrücken und dann zu scheitern, weil es nicht funktioniert, dann fühle sie sich blossgestellt, äussert Frau Meyer. Aus diesem Grund hat sie sich entschieden, möglichst auf die Sprache zu verzichten. Zu gross sei ihre Angst davor Fehler zu machen, die falschen Worte zu benutzen oder sogar keine Worte mehr zu finden. Dies wurde zu ihrer Strategie, möglichst nicht mehr zu sprechen, da sie dann keine Fehler mehr mache. Sie äussert aber auch, dass ihr so zu handeln auch immer wieder weh tue, manchmal verhält sie sich nicht so, wie sie eigentlich möchte. Frau Meyer sagt, manchmal habe sie auch das Gefühl, dass sie sich so selbst von einer Situation ausschliesse oder sie wird isoliert von aussen. Es gibt Menschen, auch in ihrem Umfeld, die nicht mehr mit ihr sprechen. Oder nicht mehr normal mit ihr sprechen. Dann wird ihr aufgezeigt, dass sie dement ist. Einige sprechen mit ihr, als wäre sie ein Kind. Oder stellen ihr nur noch Fragen. Ein Gespräch finde nicht mehr statt. Sie äussert, es sei natürlich so, dass sie nicht mehr ein fließendes Gespräch führen kann. Dies bedeute jedoch nicht, dass sie dies nicht möchte. Sie würde dies sehr gerne! Wenn ihr dann die Möglichkeit genommen wird, oder sie anders oder komisch



behandelt werde, dann mache dies alles nur noch schwieriger.

Was hilft denn? Dies ist die Frage, die wir uns stellen: Wie sollen wir uns alle, egal ob Angehörige, Bekannte oder Betreuungspersonen, verhalten? Wir möchten den Menschen ja nicht isolieren, sondern an allem teilhaben lassen. Den erkrankten Menschen als vollwertig und richtig betrachten, so wie er mit seinen aktuellen Fähigkeiten gerade ist. Frau Meyer äussert auf diese Frage, dass es ihr hilft, wenn sie Menschen um sich herum hat, denen sie in ruhigen Situationen vertrauen kann. Sobald Stress oder Druck aufkommt, möchte sie nicht mehr sprechen. Sie versage dann sowieso und das möchte sie nicht. Sie schätze es, wenn man ganz normal mit ihr spreche, wie mit allen anderen auch. So kann sie zuhören, aktiv daran teilnehmen, auch wenn ihr Gesprächspartner eher gering und kurzangebunden ausfällt. Wenn sie daran teilhaben kann, fühlt sie sich ernst- und wahrgenommen. Und wenn sie sich wohl fühlt, möchte sie auch mehr sprechen und hat weniger Angst vor Fehlern oder Blockaden. Wenn sie dann doch kommen, diese Momente der Wortlosigkeit, hilft es, wenn das Gegenüber das Gespräch fortsetzt als wäre nichts gewesen. Oder wie beim Abwasch... noch weitersingt und dann auch die Worte verliert. Dies helfe ungemein, denn es fühle sich natürlich und ehrlich an. Der Fokus liege dann auf der Situation und nicht auf den gesprochenen Worten.

Dies alles ist natürlich nur ein kleiner Einblick in das individuelle Erleben und Empfinden von einem Menschen, der an Demenz erkrankt ist. Wir können nur einen geringen Teil nachvollziehen und versuchen zu verstehen, wie es sich wohl anfühlt. Aber wir können daraus lernen. Situationen, so wie sie gerade eben sind, zu leben, den Moment ehrlich und natürlich anzunehmen, so dass alle denselben Moment auf ihre eigene Art erleben und geniessen können.