



„WIE GEWITTER IM KOPF!“

**Unterstützungsangebote für
Mitbewohner/Innen von Menschen mit
geistiger Behinderung und Demenz**

Dr. des. Heike Lubitz, Dipl. Päd.
heike.lubitz@web.de

Fachtag „Menschen mit geistiger Behinderung und
Demenz – eine besondere Herausforderung?!“
am 9.10.2014 in Kiel

FORSCHUNGS- UND PROMOTIONSPROJEKT:

„BILDUNGSANGEBOTE FÜR MITARBEITER UND MITBEWOHNER VON MENSCHEN MIT GEISTIGER BEHINDERUNG UND DEMENZ“
(2011-2013)

- Praxispartner: Zwei Träger gemeindenaher Wohnangebote in Niedersachsen
- Durchgeführt in jeweils zwei Wohneinrichtungen der Eingliederungshilfe
 - Pro Standort circa 23 bis 50 Bewohner/Innen in unterschiedlichen Wohnformen
- Entwicklung, Durchführung und Evaluation von Bildungsangeboten für beide Personengruppen



PROJEKTSTRUKTURIERENDE ERKENNTNISSE

Internationaler Forschungsstand

- Demenzbedingte Beanspruchungen und Überlastungen von Mitarbeiter/Innen und Mitbewohner/Innen
- Abnehmende Lebensqualität bei Beschäftigten, Mitbewohner/Innen, Person mit Demenz
- Qualifizierungsangebote für Fachpersonal (eingeschränkt) verfügbar, Unterstützung für Mitbewohner/Innen hingegen (fast) nicht

Funktion von Bildungsangeboten

- Entlastung und Unterstützung
- Vermittlung von Sicherheit im Umgang, Handlungskompetenz und Wertschätzung durch Wissenszuwachs und Verständnis
- Milderung oder Vermeidung von Konflikten und Eskalationen
- ‚Erzwungene Umzüge‘ in Pflegeheime können durch Stärkung der sozialen Strukturen verhindert bzw. verzögert werden

Einbezug von Mitbewohner/Innen in Unterstützungsangebote

- Anerkennung der speziellen Lebenslage
- Völlig neue Herangehensweise an Demenzbegleitung im deutschsprachigen Raum

SITUATION DER MITARBEITER/INNEN: ERFAHRUNGEN UND BELASTUNGEN IM WOHNGRUPPENALLTAG

- steigende Arbeitsbelastung aufgrund des zunehmenden Hilfe-, Pflege- und Beaufsichtigungsbedarfs
 - Personal- und Zeitmangel
- Demenzielle Verhaltenssymptome
 - Unsicherheiten im Umgang
- Ansprüche an individuelle Betreuung aller Personen in der Wohngruppe können nicht immer erfüllt werden
- Zunehmend Konflikte zwischen den Bewohner/Innen
- Miterleben oder Begleitung von Sterbe- und Trauerprozessen
- Vermehrt zeitintensive Begleitung von Angehörigen
- Nötiges Umdenken im Verständnis des eigenen professionellen Handelns
- Belastung durch drohenden Auszug der Person mit Demenz in eine Pflegeeinrichtung

SITUATION DER MITBEWOHNER/INNEN: ERFAHRUNGEN UND BELASTUNGEN IM WOHNGRUPPENALLTAG

- Reaktionen gekennzeichnet durch Ambivalenz:
 - Unverständnis, Ablehnung, Ignorieren, liebevolle Unterstützung, Mitleid, Trauer
- Ängste vor eigener Erkrankung oder Pflegebedürftigkeit
- Schwierigkeiten der Unterscheidung zwischen Erkrankungs- und Demenzprozessen
- Konflikte aufgrund demenzbedingter Verhaltensweisen
- gruppeninterne Einschränkungen
 - Unterordnen der eigenen Bedürfnisse (Freizeitgestaltung, Zuwendungszeit, Rituale, ...)
- Rückzug aus Gruppengeschehen

Aufgrund von Unverständnis: Oft hohes Belastungsempfinden, Konfliktspiralen, negative Wahrnehmung und Abwertung der Person mit Demenz

SITUATION DER MITBEWOHNER/INNEN: ERFAHRUNGEN UND BELASTUNGEN IM WOHNGRUPPENALLTAG

Demenzbedingte Beeinflussungen

- „belastend, weil man nicht helfen konnte“
- „Die werden immer in Schutz genommen“
- „Die ist immer so komisch. (...) ist ein bisschen durch inner Rube“
- „Bei D. muss man alles öfters sagen, nur er kapiert es einfach nicht. Manchmal hab ich Gefühl, er will mich ärgern. Und dann werde ich sauer.“
- „Wer weiß, ob man nicht auch mal so im Bett landet.“
 - „Und dann will ich auch Besuch“

Miterleben von Schreiphasen

- „das Rumschreien war heftig“
- „Ich konnte nicht schlafen, weil sie so geschrien hat.“
- „Wenn M. angefangen hat zu schreien, hat P. angefangen mit Geschirr zu schmeißen“
- „Mich verstecken.“
- „Weg gehen. Nach oben oder in den Keller oder in den Wald.“
 - „Aber wenn man weg geht, muss man ja auch wieder kommen. Und dann war sie immer noch am Schreien.“

GRUPPENANGEBOT „WOLKEN IM KOPF“ – ERSTE HILFE BEI VERGESSLICHKEIT UND WAS WIR TUN KÖNNEN



Idee und Gestaltung: Heike Lubitz
Abbildungen: Martijn van der Kooij, Pictoselector

LERNINHALTE DER BILDUNGSANGEBOTE FÜR MITBEWOHNER/INNEN: EINE AUSWAHL

Wissens- und Kompetenzmodul A: Wohlbefinden und Krankheit

- Nachdenken über körperliche und emotionale Veränderungen bei Krankheit
- Interesse für sich und andere Bewohner entwickeln
- Einführung von „Demenz“ als Krankheitsbegriff

Wissens- und Kompetenzmodul B: Funktionen von Erinnerungen / Gedächtnis - Auswirkungsdimensionen Demenz

- Vorstellung von Erinnerung und Gedächtnis
- Verknüpfung von Gedächtnisfunktionen / Krankheitsbild Demenz
- Erkenntnis: Grund für Veränderungen oder Störungen im Gruppenalltag
- krankheitsbedingt und nicht planvoll-provokativ

LERNINHALTE DER BILDUNGSANGEBOTE: EINE AUSWAHL

Wissens- und Kompetenzmodul C: Perspektivenübernahme und Empathie – Entwicklung von Problemlösungsstrategien

- Verständnis für Person mit Demenz entwickeln
- Entwicklung und Vertiefung von Problemlösungsstrategien:
 - Allgemein und spezifisch
- Sich über eigene und fremde Gefühle bewusst werden
 - Mögliche Reaktionen darauf
- Strategien entwickeln und einüben, wie man sich bei Problemen wegen Demenz im Gruppenalltag verhalten oder helfen kann



Idee und Gestaltung: Heike Lubitz
Abbildungen: Martijn van der Kooij, Pictoselector

AUSSAGEN DER TEILNEHMER/INNEN ZU DEN LERNINHALTEN

Interesse an Demenz

- „Was ist das überhaupt?“
- „Warum kriegt man das?“
- „Was ist der Unterschied zwischen Alzheimer und Demenz?“
- „Aber warum gibt's da keine Medis gegen?“
- „Ist Demenz ansteckend?“
- „Wenn das Gehirn abschaltet, hat das dann auch was mit Alzheimer zu tun?“

Demenz als Krankheit

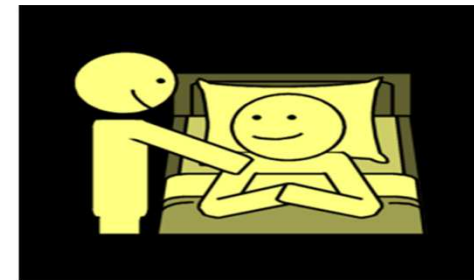
- „Ich hab mich mal erkundigt, Alzheimer ist `ne Krankheit, die ist nicht übertragbar. (...) „Alzheimer ist `ne Krankheit, die-, (...) die vergessen halt. Oder wenn man sagt: ‚Besorg mir das und das‘, und die machen voll das Gegenteil. (...) Und Alzheimer ist ja an und für sich der Begriff für diese Krankheit“
- „Alzheimer ist Vergessenheit. Da kann man vergessen. Man kann da vergessen, wie man heißt.“
- „Wenn D. vergisst sein Brettchen nach dem Essen wegzuräumen, dann schreie ich ihn schon mal an. Ist das wegen der Krankheit bei ihm so?“

BEDEUTUNG VON BILDUNG

- hohe individuelle und kollektive Bedeutung dieser konkreten Qualifizierungsmaßnahme
 - Stolz und konstant hohe Motivation zur Teilnahme
- Materialien als unterstützende Lernmittel: passend, realitätsnah, hohe Anwendbarkeit im Alltag
- Bildungsangebot als Möglichkeit zur Reflexion, zum offenen Austausch und als vertrauensvoller Rückzugsort
- Auseinandersetzung mit komplexen Themen wie Demenz wird sehr geschätzt
- Beteiligung am Bildungsprozess gemäß der kognitiven Fähigkeiten



Idee und Gestaltung: Heike Lubitz
Abbildungen: Martijn van der Kooij, Pictoselector



AUSWIRKUNGEN UND LERNEFFEKTE DER BILDUNGSANGEBOTE: ÄUßERUNGEN DER MITBEWOHNER/INNEN

Verständnis und Empathie, Perspektivenübernahme

- *„Ja, über vieles gemeinsam sprechen. Mehr entgegen kommen. Ja, und vor allem freundlich sein. Und nicht immer gleich [macht eine schlagende Bewegung] ausrasten.“*
- *„Wollen wir mal so sagen: Es ist `ne Krankheit. Weil durch die Krankheit kann der Mensch jemanden verletzen, ohne dass da das Bewusstsein ist. Ohne, dass er weiß, was er getan hat. Und dafür kann man ihn nicht bestrafen“*
- *„Der wird älter. Der kann da nichts für. Das macht auch die Krankheit bei ihm“*

Bedeutung von Bildung und Austausch, hohe Bildungsmotivation

- *„es war schön, mal alles los zu werden“*
- *„Das drüber reden tut immer sehr gut“*
- *„Du, ich bin froh, dass wir so was machen. Vor allem die ganzen Erklärungen. Man merkt mittlerweile, wie man mit so was umgehen kann. Und da, Erfahrungen austauschen.“*
- *„Die Mitarbeiter haben immer so viel zu tun, da konnte man sie nicht auch noch mit belasten“*

AUSWIRKUNGEN UND LERNEFFEKTE DER BILDUNGSANGEBOTE: UMGANGSTRATEGIEN DER MITBEWOHNER/INNEN

- ❖ **Aushalten von Beanspruchungen: Aufgrund von Verbundenheit, Freundschaft, Sicherheitsgefühl, Wunsch nach Kontinuität für eigene Zukunft**
 - *„Wir haben uns beschwert, aber wir hatten keine Alternative“*
 - *„Abschieben, aber das wollte keiner“*
 - *„Weil sie dazu gehört“*
 - *„Das ist ihr Zuhause“*
 - *„Ich will selbst nicht abgeschoben werden. Ich weiß nicht, wie ich mal werde. Aber ich will auch hierbleiben“*
- ❖ **Gegenseitige Unterstützung und Erinnerung, Organisieren von Hilfe**
- ❖ **Gelassenheit bei Konflikten, sich selbst beruhigen, die Situation verlassen**
- ❖ **Neu-Definition der Belastungssituation**
 - Identifikation mit erkrankten Person/Perspektivenübernahme
 - aktives Aushalten der Situation
 - Vertrauen auf Verbesserung der generellen Umstände

FAZIT UND BILANZIERUNG

Position der Mitarbeiter/Innen und Mitbewohner/Innen

- ✓ Anerkennung als bedeutende Begleit- und Bezugspersonen in demenziellen Prozessen
- ✓ Teilnahme an gleichberechtigten Qualifizierungsmaßnahmen: Erweiterung der Wissensbestände sowie der Handlungs- und Problemlösungskompetenzen
- ✓ Einbezug beider Personengruppen von Vorteil
- ✓ Beitrag zur Stressentlastung, Konfliktbewältigung und Verbesserung der Lebens- und Arbeitsqualität der Personen im sozialen Gefüge
 - Auch der Person mit Demenz!
- ✓ Hoher Bildungsbedarf und Bildungsmotivation von Menschen mit geistiger Behinderung: Nachvollziehbarkeit abstrakter Inhalte möglich, wenn bedarfsgerecht aufbereitet und dargeboten

**Duale Form der konkreten Bildungsangebote:
Eine Komponente der Anpassung und Erweiterung von
Wohn- und Begleitungskonzepten
an die Lebensphase Alter**

DISKUSSION UND AUSTAUSCH



Dr. des. Heike Lubitz, Dipl. Päd.

Bildquelle: http://de.123rf.com/photo_12839079_blaue-blase-diskussion-von-fragen-computer-generierte-bild.html [13.05.2013]

WEITERFÜHRENDE LITERATUR ZUM THEMA

- Lindmeier, Bettina. Lubitz, Heike (2011). Alternde Menschen mit geistiger Behinderung und Demenz – Grundlagen und Handlungsansätze. In: Teilhabe 50, 4. 155 – 160
- Lindmeier, Bettina. Lubitz, Heike (2011). Geistige Behinderung und Demenz - Verbesserung von Lebensqualität und Handlungsstrategien durch Erwachsenenbildung. In: Erwachsenenbildung und Behinderung 22, 2. 36 – 41
- Lindmeier, Bettina. Lubitz, Heike (2012). „Wolken im Kopf“ – Bildungsangebote für Mitarbeitende und Mitbewohner(innen) demenzkranker Menschen in Einrichtungen der Eingliederungshilfe. In: Teilhabe 51, 4. 169 – 181
- Lubitz, Heike (2013): Demenz und geistige Behinderung – Möglichkeiten und Herausforderungen der Begleitung. In: Sonderpädagogische Förderung heute 58, 1. 26–35
- Lubitz, Heike (2014): „*Das ist wie Gewitter im Kopf!*“ – Erleben und Bewältigung demenzieller Prozesse bei geistiger Behinderung. Bildungs- und Unterstützungsarbeit mit Beschäftigten und Mitbewohner/Innen von Menschen mit geistiger Behinderung und Demenz. Klinkhardt; Bad Heilbrunn. [Im Druck]