

Protokoll

1. Anwendertreffen zum demenz balance-Modell© am 10.12.2010 in Köln-Deutz

Impulse und Anregungen aus dem Gespräch mit Ursula Dannhäuser (Psychologin)

1. Was Selbsterfahrung im Rahmen des demenz balance-Modells© bedeuten kann:

- Menschen werden von dem Modell berührt und machen mit sich selbst Erfahrungen; Selbsterfahrung bedeutet auch, dass uns etwas bewusst wird (über unser Selbst und über unsere Umwelt)
- Am Anfang ist eine Würdigung der Teilnehmenden, die sich ja auf einen Prozess der Selbsterfahrung einlassen, angemessen:
„In der Rolle als Pflegende stellen sie sich immer als Person zu Verfügung. Ein Schwerpunkt ihrer Arbeit ist die Beziehungsgestaltung zu Menschen mit Demenz. Das demenz balance-Modell © spricht sie als Person an und gibt ihnen die Möglichkeit, aus dem eigenen Erleben als Person heraus, die Kompetenz und Empathiefähigkeit für ihre berufliche Rolle zu erweitern.“
- Die Anwendung des Modells bedeutet für die Seminarteilnehmenden auch eine Auseinandersetzung mit dem „Hier und Jetzt“. Es gilt zu bedenken, dass die Teilnehmenden Fragen aus der Vergangenheit aus dem Hier und Jetzt beantworten. Diese Auseinandersetzung bedeutet für die Teilnehmenden eine Herausforderung, die sich in zwei Richtungen entwickeln kann: Auf der einen Seite kann eine positive, befriedigende Feststellung über das jetzige Leben getroffen werden, auf der anderen Seite kann aber auch die Frage nach dem Lebenssinn aufgeworfen werden.
- Folgende drei existenzielle Themen können im Rahmen der Selbsterfahrung berührt werden:
 - ⇒ 1. die Frage nach dem Lebenssinn
 - ⇒ 2. das Thema Bindung und hierin eingeschlossen Verlust und Trennung
 - ⇒ 3. das Thema Bedürfnisse und hiermit verbunden die Frage, ob ich einen Zugang zu dem, was ich brauche, bekomme. Bei der Bearbeitung der Bedürfnisse können auch Sehnsüchte berührt werden.
- Je nachdem, wie offen die Teilnehmenden sind, sind sie bereit und in der Lage, in die Vergangenheit zu gehen (Fragen innerhalb der Übung).
- Wichtig: Ich kann als Dozentin/Trainerin/Seminarleitung bei den Teilnehmenden nichts auslösen, was nicht da ist (kann ja auch beruhigend sein). Man kann sich darauf verlassen, dass Menschen sich in der Regel gut schützen können.

2. Wie ich mit der Selbsterfahrungsübung beginnen kann

- Vielleicht braucht es am Anfang so etwas wie eine Einladung. Eine Einladung, die die Wertschätzung darüber, dass die Seminarteilnehmenden sich in der Übung selbst zur Verfügung stellen, zum Ausdruck bringt, z.B.:
 - ⇒ „Ich stelle mich selbst als Person zu Verfügung, um in meiner beruflichen Rolle mehr Empathiefähigkeit zu entwickeln, um die „Landkarte“ eines anderen zu erkunden.“
 - ⇒ „Die Zumutung besteht darin, dass ich mich zur Verfügung stelle, dies ist aber von Zeit zu Zeit nötig, weil ich mit Menschen arbeite.“
- Die Erfahrung, die die Seminarteilnehmenden im Rahmen der Selbsterfahrungsübung machen, stellt eine Momentaufnahme dar. Der Hinweis darauf, dass die Erfahrungen nichts Festgeschriebenes sind, kann entlastend sein.
- Folgender Hinweis kann für einige Seminarteilnehmende vielleicht auch wichtig sein: „Jede/Jeder kann andere Erfahrungen machen, es gibt kein Richtig und kein Falsch, alles hat seinen Wert.“

3. Wie ich als Trainerin mit Widerständen umgehen und mich in meiner eigenen Rolle stabilisieren kann

- Der Begriff Widerstand ist häufig negativ besetzt; alternative Begriffe sind: Überlebensstrategie, Bewältigungsstrategie, Schutz
- o Signale der Gruppe während der Arbeit mit dem Modell wie:
 - o Verteilen von Süßigkeiten,
 - o Essen,
 - o häufig zur Toilette gehen,
 - o Lachen,
 - o Nebengespräche,können ein Hinweis auf „Widerstand“ sein. Man sollte allerdings offen bleiben, keine Deutungen festschreiben und eher die Gruppe nach dem Befinden fragen.
- Grundsätzlich gilt es, das Verhalten und das Empfinden der Teilnehmenden nicht zu bewerten, sondern auf der beschreibenden Ebene Unterschiede herauszuarbeiten. Wichtig: Modell sein, wertschätzend mit den Teilnehmenden umgehen, auch wenn einige sagen, die Arbeit mit dem Modell würde bei ihnen keine Gefühle hervorrufen oder sie könnten sich das alles nicht vorstellen.
- Wenn die Störungen massiv sind (z.B. Lachen, sich nicht auf die Übung einlassen, das Modell blöd finden), wäre es eine Idee, zu reflektieren, in welchem Kontext das Modell angewendet wird. Gründe könnten sein:
 - Die Teilnehmende mußten an der Veranstaltung teilnehmen.
 - Die Teilnehmenden fühlen sich nicht gut von der Moderatorin geschützt.
 - Die Arbeit an der eigenen Person ist den Teilnehmenden neu.
 - Es sind Teilnehmende, die es nicht gewohnt sind, die eigenen Gefühle, zu reflektieren.
 - Die Teilnehmenden sind es nicht gewohnt, sich über ihre Bedürfnisse Gedanken zu machen.
- Wenn keine Gefühle benannt werden können, sollte nach körperlichen Reaktionen und Empfindungen gefragt werden, denn diese sind für viele Menschen leichter zu benennen. Es ist auch sehr gut möglich, den Teilnehmenden etwas anzubieten, etwas vorzuschlagen (z.B. bei der Frage: „Was können Sie gut“, ebenso bei den

Gefühlen und Bedürfnissen). Wichtig: Wenn man sich als Seminarleitung dafür entscheidet, etwas vorzuschlagen, ist es wichtig, immer mehrere Dinge vorzuschlagen (sonst Fixierung).

- Sich der eigenen Haltung als Seminarleitung bewusst werden und diese reflektieren. Die Haltung: „Es ist völlig in Ordnung, dass Menschen auf diese Übung und innerhalb der Übung verschiedenen reagieren“, kann hilfreich sein, liebevoll mit den „Widerständen“ umgehen zu können.
- Ich muss und kann als Trainerin keine Lösungen parat haben, aber ich kann die Menschen in ihrem Prozess begleiten (gelassene Haltung).
- Auch in methodischer Hinsicht überlegen, erforschen, was mir als Trainerin Sicherheit gibt: Das, was mir Sicherheit gibt, ist auch in Ordnung.
- Wichtig ist, dass man den Seminarteilnehmenden die Schritte im demenz balance-Modell© (das, was sie tun sollen) genau erklärt. Gute Prozessführung im Rahmen des demenz balance-Modells© gibt die Sicherheit: Das ist ein Raum, in dem sich etwas entwickeln kann!

4. Wie ich als Trainerin/Dozentin/Seminarleitung mit Teilnehmenden umgehen kann, die emotional stark berührt werden:

- Die Situation wahrnehmen (nicht ignorieren) und mit der Person in Kontakt gehen. Bei eigener Unsicherheit, ist es eine gute Idee, die Person zu fragen, was sie braucht und was ihr gut tun würde, z.B.: „Ist es okay, wenn Sie etwas hier sitzen bleiben? Tut ihnen das gut oder möchten Sie lieber raus gehen?“ Immer zwei Möglichkeiten anbieten! Es kann hilfreich sein, die Gefühle des emotional berührten Teilnehmenden zu verbalisieren.
- Für ein weiteres Gespräch kann die Pause angeboten werden.
- Zu Beginn der Arbeit mit dem demenz balance-Modell© kann man (muss nicht) vorher sagen, dass die Arbeit damit auch berührende Aspekte haben kann. Dabei ist es gut, wenn man verschiedene Optionen beschreibt: „Es kann sein, dass die Arbeit Sie sehr berührt, das muss aber nicht so sein.“
- Bei Teilnehmenden, die stark in den Affekt gehen, Distanz zu dem Gefühl herzustellen. Eine Möglichkeit ist auf das Hier und Jetzt hinzuweisen, dass es sich um eine Übung handelt, in der es darum geht, sich etwas vorzustellen, was jedoch nichts mit der Realität zu tun haben muss.
- Eine Möglichkeit ist es auch, die Person zu bitten, die fehlenden Teile aus dem Briefumschlag herauszunehmen und wieder zurück in die Figur zu legen.
- Bei Teilnehmenden, die psychosomatisch reagieren (z.B. Atemnot) ist es so, dass entsprechenden Gefühle nicht benannt werden können und eine somatische Reaktion erfolgt. Die eigene emotionale Sicherheit als Seminarleitung ist dabei wichtig: Ich habe keine Schuld/Verantwortung für das Geschehen. Ich habe die Verantwortung, damit gut und ernsthaft um zu gehen.
- Wichtig ist es für sich selbst den Rahmen zu klären: Es ist keine therapeutische Situation; persönliche Probleme Schwierigkeiten können und sollen im Rahmen des Seminars nicht bearbeitet werden.

- Für den Extremfall ist es gut zu wissen, wohin ich jemanden weiterempfehlen kann: Beratungsstellen für Ehe-, Familien- und Lebensfragen, Psychologische Notfalldienste, Angehörigenberatungsstellen usw.
- Als Seminarleitung sollte man darauf achten, dass das Modell am Ende der Übung wieder zusammengeklebt wird. Hierdurch wird verdeutlicht, dass die Teilnehmenden nicht mehr in der Situation der Verluste sind.

Methodischen Fragen

1. Welche Voraussetzungen sollten erfüllt sein, damit das demenz balance-Modell © umgesetzt werden kann:

- Gruppengröße: 14 bis 16 Personen (wenn die Gruppe zu klein ist, fühlen sich die Teilnehmenden eher gehemmt und wie auf dem Präsentierteller)
- Zusammensetzung der Gruppen:
 - o Unterschiedliche Hierarchiestufen in einer Gruppe können sowohl bereichernd als auch hemmend sein.
 - o Das gleiche gilt dafür, wenn Führungskräfte aus dem Unternehmen mitmachen.
 - o Sind die Teilnehmenden in ihrem Alter extrem unterschiedlich, kann das manchmal schwierig werden.
 - o Wenn in Krankenhäusern noch gar nicht mit dem Thema gearbeitet wurde, könnte es ebenfalls mühsam werden.
 - o Bei einer Gruppe mit einem hohen Anteil von Migranten kann es zu Verständnisproblemen bestimmter Begrifflichkeiten kommen. Dann: Mit einfachen Worten erklären.
- Die Transparenz hinsichtlich der Methode sollte sowohl den Teilnehmenden als auch dem Auftraggeber gegenüber gegeben sein.
- Wird das demenz-balance-Modell© in der eigenen Einrichtung durchgeführt, könnte das schwierig sein.
- Es ist günstig, wenn man die Gruppe kennt und das Ganze in eine Basis-Demenz-Fortbildung eingebettet ist.
- Für den ersten Teil der Selbsterfahrung sollten vier Stunden zur Verfügung stehen.
- Gut wäre es, wenn es einen Raum gibt, in dem Tische stehen, die dann im zweiten Teil weggeräumt werden können.

2. Ideen und Fragen zur Methodik

- Einleitung:
Die Teilnehmenden informieren (siehe Handbuch) und würdigen(siehe Vorschlag U. Dannhäuser)
- Einstimmung der Teilnehmenden und Klärung darüber, was das Modell zeigen kann und was nicht. Mögliche Formulierungen:
 - o „Das demenz balance-Modell© ist kein Test, in dem sich zeigt, ob Sie eine Demenz bekommen werden oder wie weit Ihre Demenz fortgeschritten ist.“
 - o „Es simuliert eine Lebenssituation, in der Sie Verluste erleben.“

- o „Inwieweit Menschen mit Demenz das so empfinden und ob das realistisch ist, werden wir später in der Auswertung besprechen, jedoch nicht während der Anwendung des Modells.“
- Ideen zum Einstieg zum Thema Identität
 - o das Bild eines Baumstamms (was wir machen, ist Bewusstsein herstellen): Es gehört alles zu mir selbst
 - o Überleitung nach dem Spiel (Person raten)
Welche Fragen haben Sie denn gestellt?
 - Geschlecht
 - Alter
 - Beruf
 - Besondere Fähigkeiten
 - usw.
 Diese Kategorien werden aufgeschrieben und als Merkmale, die Identität ausmachen, festgehalten. Damit ist eine gute Einbindung der Anfangsübung zum Thema Identität möglich.
- Varianten zur Phantasiereise sind denkbar? Achtsamkeitsübung, Bodyscann, Körperwahrnehmung
- Bei sehr jungen Teilnehmenden (Schüler) und bei eher älteren Teilnehmenden (Ehrenamtliche) sollten die 16 Fragen verändert werden.
- Wie kann man einen guten Übergang von einer Phase (wenn drei Abschnitte fehlen zur Phase, wenn zehn Abschnitte fehlen) zur anderen moderieren, wenn die Gefühle sehr schwer und unterschiedlich sind?
 - o Unterschiedlichkeit deutlich machen, indem die Extreme deutlich benannt werden. „Es wurden Gefühle wie: Es geht mir gut“ bis hin: „Für mich hat das Leben jetzt keinen Sinn mehr“ genannt.
 - o Unterschiedlichkeit der Gefühle nicht bewerten, nur beschreiben
 - o Die Unterschiedlichkeit der Gefühle kann gut für den nächsten Schritt, die Bedürfnisse aus dem individuellen Erleben heraus zu formulieren, genutzt werden. Bei der Abfrage der Bedürfnisse vor allem die Personen fragen, die vorher die extremen Gefühlen benannt haben.
- Arbeitsblatt zur Ergebnissicherung (dritte Seite im demenz balance-Modell©):
 - o Welches Gefühl, welches Bedürfnis war für mich in der jeweiligen Phase bedeutsam?
 - o Was war für mich eine wichtige Erkenntnis?
- Wichtig ist es, dass wir am Ende, bevor die Person wieder zusammengeklebt wird, den Prozess zusammenfassen und das Typische der Phasen verbalisieren.
- Zum Abschluss könnte eine Bildkartei zu folgenden Fragen eine Alternative sein:
 - o Welche Erkenntnis aus dem heutigen Tag nehme ich mit?
 - o Was bedeuten die Erkenntnisse für mich privat?
 - o Was bedeuten die Erkenntnisse hinsichtlich meiner beruflichen Rolle?
 - o Was bedeuten die Erkenntnisse für den Umgang mit Menschen mit Demenz?

3.Weitere Themen, Anregungen

- Methoden zur Bewegung
 - o Billy, Billy, Bob
 - o Zählen bis 15
 - o Luftballonspiel
 - o Impuls aufnehmen und weitergeben

- Gut geeignet zur vertieften Auseinandersetzung mit dem personenzentrierten Ansatz ist das LoAD-Projekt, welches beim BMFSJ als CD-ROM via Internet bestellt werden kann.

4. Erfahrungsaustausch zur Arbeit mit dem demenz balance-Modell©

- Das Modell hilft den Blick darauf, was Menschen mit Demenz wollen, zu verändern.
- Mit dem Modell wird an der Haltung der Teilnehmenden gearbeitet. Einige sagen: „Ich versteh jetzt manches besser.“
- Die Notwendigkeit mit der Biografie der Bewohner zu arbeiten, wird sehr deutlich.
- Die Veränderung der Haltung ist grundsätzlich schwer überprüfbar.
- Jüngere Teilnehmende haben oft Schwierigkeiten mit der Verlusterfahrung.
- Die Moderation des gesamten Prozesses ist anstrengend und braucht ein hohes Maß an Konzentration. Bewegung mit Spaß am Schluss kann ein sinnvoller Ausgleich sein.
- Es ist ein Problem, beim Aufschreiben der Gefühle und Bedürfnisse mit dem Rücken zur Gruppe zu stehen. Eine Alternative ist es, auf Moderationskarten zu schreiben.
- Der Transfer der Erfahrungen in die Kitwood-Matrix führt häufig zur Überforderung der Teilnehmenden. Alternativen:
 - o Prüfen, was die Teilnehmenden schon haben, was sie aus der Praxis mitbringen,
 - o Konkret Erfahrungen in die „Kitwood-Blume“ hängen,
 - o Es ist auch möglich, die Bedürfnisse auf eine konkrete Bewohnerin zu beziehen,
 - o Fallbeispiele aus der Praxis nehmen,
 - o Mit Filmen oder fallorientiertem Film arbeiten,
 - o Kitwood vor- oder nachher (Änderung in der Methode)
- Bezüglich der Arbeit mit dem Modell bei Angehörigen gab es wenig Erfahrung. Mit dem Modell wird die emotionale Befindlichkeit der erkrankten Person in den Mittelpunkt gerückt. Dieses könnte die Angehörigen emotional überfordern. Es gab Überlegungen mit dem Modell den Angehörigen in den Mittelpunkt zu stellen. Methodisch könnte das so aussehen, dass die vorgestanzte Figur mit den gemeinsamen Erlebnissen ausgefüllt wird. In zweiten Schritt nimmt der Angehörige Abschnitte heraus, die nicht mehr gemeinsam möglich sind. Durch die freigewordenen Abschnitte schreibt der Angehörige Angaben zu seiner Befindlichkeit, die sich in dieser Situation entwickelt, auf die linke Figur der Arbeitsmappe. Im nächsten Schritt schreibt der Angehörige in die mittlere Figur Ideen und Möglichkeiten zur Kompensation dieser Situation.

Lingen und Köln im März 2011

Karin Welling und Barbara Klee-Reiter