

# Demenz und Bewegungskompetenz

Autorin: Maren Asmussen-Clausen

Fotos: Hardy Lienshöft, Heiner Clausen

**Oft wird Demenz als isolierter Verlust von kognitiven Fähigkeiten wahrgenommen, obwohl bei genauer Betrachtung ein Verlust von körperlicher Orientierung erkennbar ist. Kinaesthetics geht davon aus, dass ein differenziertes Bewegungsangebot einem Menschen mit Demenz helfen kann, sich zu orientieren und verlorene Fähigkeiten wiederzuentwickeln.**

**An der Kinaesthetics-Fachtagung in Essen ging es darum, den Zusammenhang zwischen Demenz und Bewegungskompetenz theoretisch und anhand von konkreten Erfahrungsberichten aufzuzeigen.**

**Grundlagen erläutern.** Am 22. Oktober 2018 trafen sich in Essen 150 interessierte Menschen, um die Beziehungsgestaltung und das Bewegungslernen im Umgang mit Menschen mit einer Demenzerkrankung zu erörtern. In Vorträgen und Workshops wurden Grundlagen und Erfahrungen in der Arbeit mit Menschen mit Demenz dargelegt. Es wurde aufgezeigt, wie Bewegungslernen auch mit Demenz möglich ist und welche positiven Auswirkungen dies auf Lebensqualität und Gesundheitsentwicklung jedes einzelnen Menschen hat.

**Bewegungslernen ein Leben lang.** Maren Asmussen stellte dar, wie stereotype Bewegungsmuster bei Men-

schen mit Demenz entstehen können und wie differenzierte pflegerische Angebote zum Bewegungslernen beitragen können. Insbesondere in täglichen Aktivitäten wie beim Sich-Kleiden, Sich-Bücken, Drehen oder Setzen können differenzierte Lernprozesse gestaltet werden. Oft geht es dabei um kleine Einladungen zur Eigenaktivität, wie das selbständige Einschenken eines Getränkes, welches die Bewegungs- und Gesundheitsentwicklung von Menschen mit Demenz positiv beeinflussen kann.

**Die Bedeutung der gleichzeitig gemeinsamen Bewegung.** Gemeinsame und aufeinander bezogene Bewegungen ermöglichen es dem Menschen mit Demenz, sich neu im Körper zu orientieren. Insbesondere die Regulation der eigenen Körperspannung kann im gemeinsamen Prozess mit einem anderen Menschen leichter verändert und angepasst werden. Diese achtsame Interaktion über Berührung und Bewegung lässt sich mit Kinaesthetics relativ leicht erlernen und hat eine hohe Bedeutung für die Orientierung und Bewegungskompetenzentwicklung von Menschen mit Demenz.

**Der Expertenstandard «Beziehungsgestaltung in der Pflege von Menschen mit Demenz».** Anja Boysen veranschaulichte die Absicht des neuen Expertenstandards: Der Expertenstandard «Beziehungsgestaltung in der Pflege von Menschen mit Demenz» stelle die personenzentrierte Pflege in den Mittelpunkt. Dabei stehe der Erhalt und die Förderung der Identität und die Stärkung des Personseins im Mittelpunkt.

Dieser neue Expertenstandard stellt die Beziehungsgestaltung als zentralen pflegerischen Auftrag wieder in das Zentrum des Pflegeprozesses. Es ist eine Neuorientierung, die nicht mehr nur funktionale oder evidenzbasierte Maßnahmen beachtet. Es geht um die Beziehung in dem jeweiligen Pflegeangebot. Auf Basis einer personenzentrierten Haltung geht es darum, dem Menschen mit Demenz das Gefühl zu vermitteln, gehört, verstanden und angenommen zu werden.

**Die rechtliche Situation.** Prof. Dr. Volker Großkopf hat engagiert zu dem Thema «Das Spannungsfeld zwischen Selbstbestimmung und dem Recht auf körperliche Unversehrtheit – haftungsrechtliche Herausforderung bei Menschen mit Demenz» referiert. Dabei zeigte er auf, dass eine zentrale Handlungsanleitung die Aufklärung sowie die Willensbekundungen des Menschen sind. Sofern keine Aussagen mehr getroffen werden können, geht es um das Herausfinden des mutmaßlichen Willens, welcher ebenso bindende Wirkung hat. Das Frei-







heitsrecht wird höher gewichtet als die körperliche Unversehrtheit.

**Resilienz.** Axel Enke hat sich in seinem Vortrag dem Thema «Resilienz- ein starkes Konzept in schwierigen Zeiten» sehr anschaulich gewidmet. Er hat die wissenschaftlichen Grundlagen und Forschungsergebnisse zu Resilienz dargelegt und Empfehlungen präsentiert. Dazu gehören unter anderem gesunde Ernährung, Ausgleichssport, positive Beziehungen, Optimismus, Verantwortung, Netzwerke und Ziele.

**Workshops.** In unterschiedlichen Workshops wurden die vielfältigen praktischen Erfahrungen im Umgang mit Menschen mit Demenz dargelegt und die besonderen Lern- und Entwicklungsprozesse aufgezeigt. Es wurden die Situationen im Krankenhaus in der Altenpflege und im ambulanten Bereich thematisiert.

**Weitere Kinaesthetics-Bildungen zum Thema Demenz.** Am Ende der Tagung wurde aufgezeigt, dass sich Kinaesthetics weiter intensiv mit diesem Thema beschäftigen wird. Der Experten Standard «Beziehungsgestaltung in der Pflege von Menschen mit Demenz» wird in

den kommenden Jahren umgesetzt. Für eine nachhaltige Umsetzung benötigen Pflegende ein tiefgehendes Verständnis für die Situation von Menschen mit Demenz. Der person-zentrierte Ansatz nach Carl Rogers, Naomi Feil und Tom Kitwood bietet eine zentrale Verstehensgrundlage. Gleichzeitig sind Beziehungskonzepte gefragt, welche die leibliche Ebene berücksichtigen. Das bietet Kinaesthetics.

Ab Herbst 2019 wird es ein spezifisches Einführungsmodul zu Kinaesthetics und Demenz geben. Dieses Modul dauert einen Tag bzw. acht Lerneinheiten. Das Einführungsmodul kann mit oder ohne Grundkurs Kinaesthetics belegt werden. In diesem Modul geht es um die Bewegungsentwicklung, den Expertenstandard und die Möglichkeiten zur Umsetzung des Expertenstandards aus der Bewegungsperspektive mit Kinaesthetics. Wenn eine Einrichtung nun schon Interesse an solch einem Modul hat, kann sie sich bei Kinaesthetics Deutschland melden. Die Grundkurse Kinaesthetics in der Pflege bieten ebenso Grundlagen für achtsame Interaktion mit Menschen mit Demenz. Nach den Kinaesthetics Grundkursen sind auch Aufbaumodule mit unterschiedlichen Schwerpunkten für die Begleitung von Menschen mit Demenz geplant. ●



# LQ



**kinaesthetics – zirkuläres denken – lebensqualität**

In der Zeitschrift LQ können die LeserInnen am Knowhow teilhaben, das Kinaesthetics-AnwenderInnen und Kinaesthetics-TrainerInnen in zahllosen Projekten und im Praxisalltag gesammelt haben. Ergebnisse aus der Forschung und Entwicklung werden hier in verständlicher Art und Weise zugänglich gemacht. Es wird zusammengeführt. Es wird auseinander dividiert. Unterschiede werden deutlich gemacht. Neu entdeckte Sachverhalte werden dargestellt und beleuchtet. Fragen werden gestellt. Geschichten werden erzählt.

Die LQ leistet einen Beitrag zum gemeinsamen analogen und digitalen Lernen.

Bestellen Sie die Zeitschrift LQ unter [www.verlag-lq.net](http://www.verlag-lq.net) oder per Post

verlag lebensqualität  
nordring 20  
ch-8854 siebnen

[verlag@pro-lq.net](mailto:verlag@pro-lq.net)  
[www.verlag-lq.net](http://www.verlag-lq.net)  
+41 55 450 25 10



Print-Ausgaben plus Zugang zur Online-Plattform



## Bestellung Abonnement LQ – kinaesthetics – zirkuläres denken – lebensqualität

Ich schenke lebensqualität

- mir selbst
- einer anderen Person

Meine Adresse:

Vorname \_\_\_\_\_

Name \_\_\_\_\_

Firma \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

PLZ \_\_\_\_\_ Ort \_\_\_\_\_

Land \_\_\_\_\_

eMail \_\_\_\_\_

Geschenkabonnement für:

Vorname \_\_\_\_\_

Name \_\_\_\_\_

Firma \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

PLZ \_\_\_\_\_ Ort \_\_\_\_\_

Land \_\_\_\_\_

eMail \_\_\_\_\_