

Umgebung und Orientierung

Im Gespräch: Antriani Steenebrügge und Maren Asmussen-Clausen

Fotos: Claudia Thoelen

Die jeweilige Umgebung beeinflusst unser Verhalten, so wie auch wir die Umgebung beeinflussen. Menschen mit Demenz können durch die Gestaltung der Umgebung eine Orientierung im jeweiligen Augenblick erfahren.

Asmussen-Clausen: Antriani, du bist pflegende Angehörige und Kinaesthetics-Trainerin. Wie erfährst du deine Situation als pflegende Angehörige?

Steenebrügge: Die Situation hat sich für uns deutlich entspannt, nachdem unsere Mutter vor vier Jahren in eine versorgende und betreuende Einrichtung gekommen ist.

Unsere Aufgaben als pflegende Angehörige beschränken sich seither auf Besuche. Wenn wir sie besuchen, dann unternehmen wir etwas mit ihr. Wir gestalten gemeinsam den Alltag. Wir tun Dinge, die gerade anstehen, auch spazieren gehen oder ihre hochaltrige Schwester einmal die Woche besuchen. Wenn ich von «wir» spreche, meine ich meine Geschwister und mich. Wir wissen vorgängig nie, wie sich die Situation gestaltet. Wir nehmen sie so, wie sie ist.

Asmussen-Clausen: Was ist wichtig zu wissen, damit man die Situation eurer Mutter versteht?

Steenebrügge: Hilfreich ist zu wissen, dass sie aus

einer Familie mit zwölf weiteren Geschwistern stammt. Sie ist im Sauerland auf einem Bauernhof aufgewachsen. Das ist wichtig, weil sie immer wieder nach ihren Geschwistern fragt. Sie war ihr Leben lang handwerklich aktiv, ist gelernte Schneiderin und sehr geschickt mit ihren Händen. Sie hat in jeder ruhigen Minute, in der nicht gerade Arbeit im Haushalt anstand, gehandarbeitet. Sie hat nicht nur geschneidert, sondern auch viel gestickt.

Asmussen-Clausen: Es befinden sich im Büro von Kinaesthetics Deutschland zwei Kissen, die von deiner Mutter hergestellt wurden.

Steenebrügge: Ja, genau! Das sind Sitzkissen mit dem Kinaesthetics-Logo.

Asmussen-Clausen: Was verbindet deine Mutter und die Kinästhetik?

Steenebrügge: Uns war klar, dass die Bewegung in den Alltagsaktivitäten eine besondere Rolle spielt. Das Phänomen Demenz zeigte sich bei ihr schon vor vielen Jahren. Wir brachten ihr, als sie noch zu Hause war, ab und zu Wäsche zum Falten oder Bügeln vorbei. Ansonsten hat sie ganz viel Zeit damit verbracht, die ganze Familie mit Wollsocken zu bestricken.

Asmussen-Clausen: Alltagsaktivitäten haben also eine ganz hohe Bedeutung?

Steenebrügge: Davon bin ich überzeugt. Unsere Annahme ist, dass sie über das Ausführen von Alltagsaktivitäten ein Stückchen Orientierung in sich selbst findet. Wir beobachten, wenn wir sie besuchen, dass sie schon länger auf der Suche ist und dies immer mehr zunimmt – auf der Suche nach räumlicher Orientierung und auf der Suche nach ihrer Ursprungsfamilie, weil sie immer wieder nach Geschwistern fragt, die schon lange nicht mehr leben. Sie möchte dorthin zurück, sie möchte nach Hause. Wenn sie von zu Hause spricht, dann meint sie ihr elterliches Zuhause. Sie fragt auch manchmal nach ihren Eltern und ist dann teilweise auch relativ unruhig, weil sie vor Ort einfach niemanden aus dem elterlichen Zuhause finden kann.

Asmussen-Clausen: Welche Angebote könnt ihr eurer Mutter machen? Was habt ihr für Erfahrungen sammeln können?

Steenebrügge: Wir haben die Erfahrung gemacht, dass wir, wenn wir sie besuchen gehen, am besten so vorgehen, dass wir erst mal die Lage sondieren und







gucken, wie es ihr geht. Ist sie bereit für Besuch? Erkennt sie jemanden der Verwandten oder jemanden, der ihr nahesteht? Oder nimmt sie uns als völlig fremde Personen wahr? Dann wenden wir uns den Aktivitäten zu, die anstehen. Zum Beispiel frisieren wir ihr regelmäßig die Haare. Sie geht zwar zum Schneiden zum Friseur, aber die wöchentliche Versorgung der Haare, damit sie gut aussieht und sich gut fühlt, hat immer schon bei uns stattgefunden: Einmal die Woche Haare waschen, legen, aufdrehen und föhnen, wie bei einem Friseur. Das ist eine Aktivität von ganz vielen, die wir einfach beibehalten haben. Wir merken und sie sagt es auch manchmal, dass ihr das gut tut.

Asmussen-Clausen: *Das ist interessant. Ihr macht ihr ein Angebot und werdet selbst aktiv. Das ist ja auch ein «In-den-Aktivitäten-des-täglichen-Lebens-aktiv-werden». Dabei nutzt ihr, wenn ich das richtig verstehe, auch die Umgebung. Wie und wofür nutzt ihr den Einfluss derselben?*

Steenebrügge: Die Umgebung ist immer da. Mich hat der Text im Kinaesthetics-Konzeptbuch angesprochen, dass der Einfluss der Umgebung auf einen Menschen nicht vorhersehbar ist. Wir nehmen einfach, was uns zur Verfügung steht und machen ihr daraus ein Angebot. Und dann schauen wir, ob sie dieses Angebot annimmt oder nicht.

Wenn wir jetzt beim Haare-Aufdrehen bleiben, dann lassen wir sie zum Beispiel fühlen, ob die Lockenwickler alle richtig sitzen. Erst dann setzen wir ihr die Trockenhaube auf und fragen sie, ob die Temperatur richtig ist. Das genießt sie alles sehr. Meist macht sie noch ein Nickerchen, während die Haare trocknen. Wenn wir ihr nach einer Weile die Haube wieder abnehmen, bitten wir sie zu fühlen, ob die Haare trocken sind. Dann fordern wir sie dazu auf, die Lockenwickler selbst wieder zu entfernen. Das ist schon eine Herausforderung, sie muss dann tasten, wo die Nadeln und wo die Lockenwickler sitzen. Sie nimmt sie heraus und legt sie in eine bestimmte Kiste. Meist fragt sie dann, ob da noch etwas ist oder ob sie alles rausgenommen hat. Scheinbar ist sie in diesem Moment in dieser Aktivität auch orientiert. Danach kämmen wir ihre Haare und gehen mit ihr ins Bad. Der Weg ist ihr nicht immer klar. Wenn nicht, braucht sie eine führende Hand, die ihr eine Orientierung in die Richtung des Bads gibt. Dort ist ein Spiegel und sie kann schauen, ob alles zu ihrer Zufriedenheit ist.

Das ist nur die Schilderung dieses Moments des Haare-richtens. Daneben gibt es unzählige weitere Momente, weil es auch unzählige Umgebungsfaktoren gibt.



Asmussen-Clausen: *Wenn ich an die Umgebung denke und an die wunderschönen Bilder, dann ist der Kontakt mit der Umgebung erfahrbar. Inspirierend! Ich sehe auch, wie die Umgebung für Aktivität anregen kann – wahrscheinlich liegt es nicht in der Umgebung, sondern im Menschen, aber trotzdem hat es eine Wirkung ...*

Steenebrügge: Es gibt dort diese wunderbare Fotoserie mit den Tassen, die sie auf ein Tablett stellt. Meine Mutter war immer Hausfrau und sie kennt sich damit aus, Geschirr zusammenzustellen. Deshalb bieten wir ihr das an. Ich bin mir fast sicher, dass, wenn wir ihr einen Laptop hinstellen würden, sie damit nichts anfangen könnte, weil sie damit nie etwas zu tun gehabt hatte. Ich finde, man kann auf den Bildern erkennen, dass sie sich erst einmal die Umgebung anschaut. Die Bitte «Magst du das Geschirr aufs Tablett stellen?» hört sie natürlich, und dann kombi-





Die Fotografien sind von der Fotografin Claudia Thoelen. Sie hat sich sehr intensiv mit dem Verstehen von Menschen mit Demenz auseinandergesetzt.



niert sie das mit ihren Augen. Sie schaut, wo die Tassen sind, wo das Tablett ist. Ich finde, man sieht in ihren Augen eine gewisse Skepsis, aber dann beginnt sie das Geschirr anzufassen und zu sortieren. Sie bemerkt auch, wenn eine Tasse nicht richtig steht.

Asmussen-Clausen: *Es beginnt ein Prozess mit der Umgebung. Wie ein Eintauchen. Welche Rolle spielt dabei der zeitliche Faktor?*

Steenebrügge: Es braucht eine gewisse Zeit, bis für sie klar ist, was da für eine Umgebung vorhanden ist und was damit zu tun ist. Es braucht einfach Zeit ihrerseits, eine Aktivität ausführen zu können, und unsererseits eine Gelassenheit, die Umsetzung der Aktivität abzuwarten.

Asmussen-Clausen: *Ich glaube, es ist etwas ganz Wichtiges, die Chance zu bekommen, sich der Umgebung zu stellen. Und das braucht Zeit. Im Anschluss daran dann auch etwas zu tun, benötigt eine andere Zeit.*

Steenebrügge: Das braucht auf jeden Fall eine andere Zeit. Normalerweise hätte sie die Geschirraktivität früher wie automatisiert getan: zack, zack, alles zusammengestellt und ab in die Spülmaschine. So wie man halt Dinge tut, wenn man sie schon sehr häufig gemacht hat. Man denkt nicht darüber nach, wie man eine Tasse abstellt, so dass sie auch gut steht. Normalerweise geht das schnell. Doch hier braucht es im Vergleich zu früher mehr Zeit. Es geht langsamer, erfordert mehr Achtsamkeit und es braucht von den Angehörigen die Kompetenz, abzuwarten und nicht korrigierend einzugreifen.

Asmussen-Clausen: *... und dem auch eine Bedeutung zu geben.*

Steenebrügge: Sie muss ihre Hände und Finger einsetzen. Sie muss sich nach vorne beugen, Gewicht verlagern, immer ihr kinästhetisches Sinnessystem und den Tastsinn mit den Augen in Beziehung setzen. Wir vermuten, dass dies alles ihr hilft, im Hier und Jetzt etwas orientierter zu sein.

Asmussen-Clausen: *Spürt ihr eine Veränderung eurer Mutter aufgrund des gemeinsamen Beisammenseins und der Unterstützung in den Aktivitäten des täglichen Lebens?*

Steenebrügge: Es ist schwierig zu beschreiben, aber wir haben das Gefühl, dass sich ihre Beziehung zu uns verändert, sie uns anders wahrnimmt, nachdem wir ihr bei einem Besuch Angebote gemacht haben. Ich weiß nicht, ob sie uns immer als ihre Kinder wahr-

nimmt, aber dass sie wahrnimmt, dass wir Menschen sind, die ihr sehr nahe stehen, zeigt sie ganz deutlich. Wir werden zum Beispiel nach solchen Aktivitäten, wie den zuvor beschriebenen, nicht von ihr gesiezt, was sonst schon mal passieren kann.

Asmussen-Clausen: *Durch die Gestaltung der Umgebung ist das Im-Moment-Dasein präsent, bezieht man das nun auf die Aktivität mit den Tassen oder auf etwas anderes. Dazu passt auch ein Foto, auf dem eine Einkaufsszene mit Obst zu sehen ist. Es verdeutlicht irgendwie das «Jetzt-bin-ich-da».*

Steenebrügge: Bei der Einkaufsszene ist sie der Aufforderung gefolgt, dass Äpfel eingekauft werden und in die Schale zum Abwiegen gelegt werden sollen. Was uns in diesem Zusammenhang viel mehr beeindruckt hat, war Folgendes: Als wir mit den gekauften Äpfeln zurück in der Einrichtung waren, ist sie der Aufforderung gefolgt, einen Apfel zu schälen. Sie sagte zunächst, dass sie das gar nicht richtig sehen könne. Wir munterten sie dann dazu auf, dass sie es einfach so machen soll, wie sie denkt, dass es funktioniert, weil wir auch gerne ein Stückchen Apfel essen würden. Sie schälte den Apfel daraufhin so, wie sie immer Äpfel geschält hatte, und dabei hatte sie keinerlei Probleme. Das beeindruckte uns sehr.

Asmussen-Clausen: *Antriani, vielen herzlichen Dank für das anregende Gespräch.* ●



Antriani Steenebrügge ist Kinaesthetics-Trainerin, Vorsitzende des Kinaesthetics Vereins Deutschland e.V. und pflegende Angehörige.



Maren Asmussen-Clausen ist Kinaesthetics-Trainerin, Ausbilderin der European Kinaesthetics Association (EKA) und Geschäftsführerin von Kinaesthetics Deutschland. Sie ist im Thema «Demenz» und in der Interaktion mit demenzbetroffenen Menschen sehr erfahren.

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 oder per Post

verlag lebensqualität
nordring 20
ch-8854 siebnen

verlag@pro-lq.net
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 _____