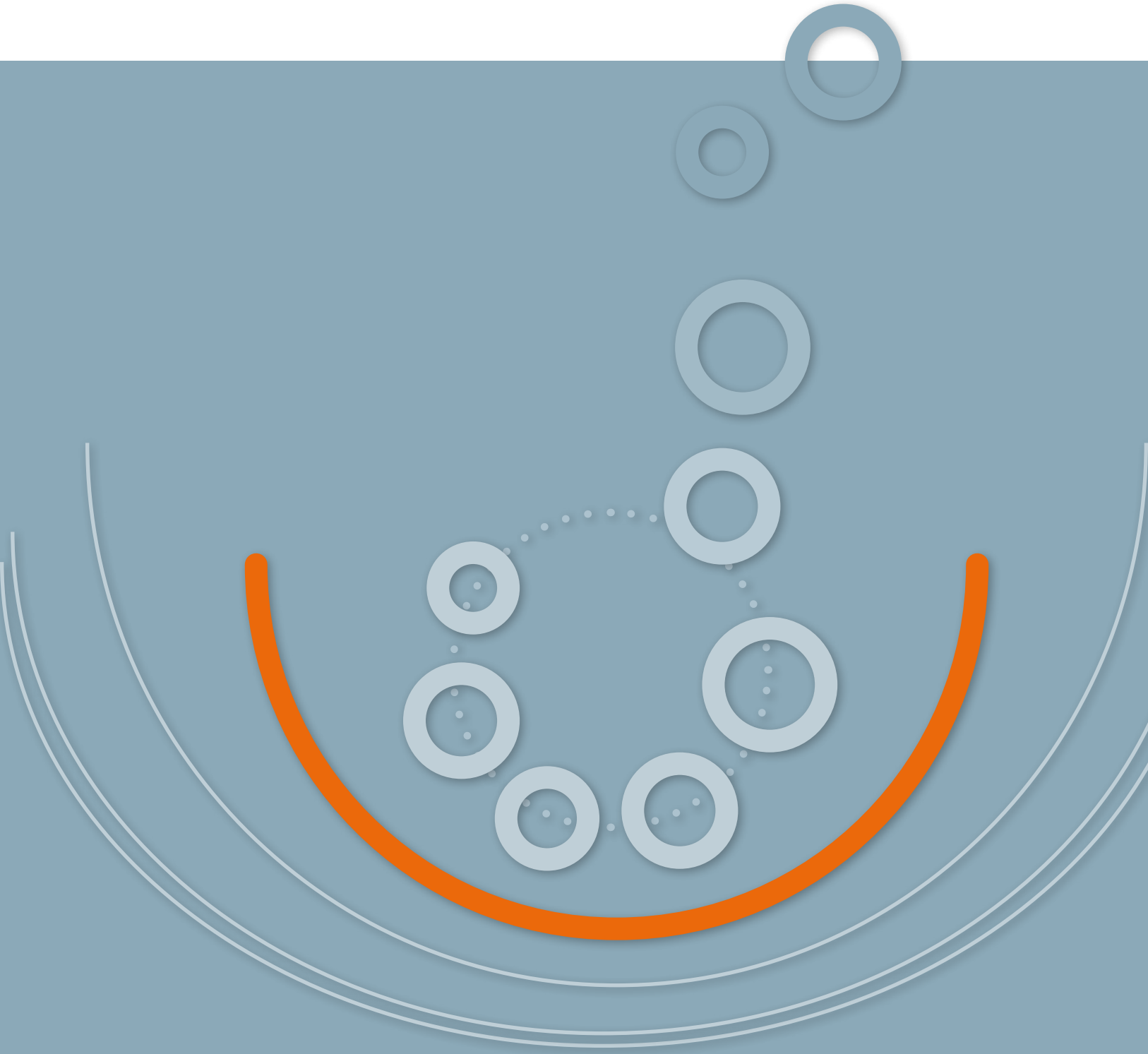


Bausteine.demenz

Handlungswissen für den beruflichen Alltag



Unterstützte Selbsthilfe

Unterstütze Selbsthilfegruppen initiieren!

PETER WISMANN

1 Support Groups – ein Konzept aus den USA

In den USA gibt es bereits seit den 1980er Jahren professionell unterstützte Gruppen für Demenzbetroffene und deren Angehörige.

3 Unterstützte Selbsthilfegruppen – ein Konzept

Menschen mit Demenz können sich organisieren und in Selbsthilfegruppen austauschen. Dafür brauchen sie Unterstützung.

6 Von der Psychoedukation bis zur Erlebnisgruppe

Gruppen in Deutschland

6 **Der Demenz trotzen** – Das Münchener Beispiel

7 **Hinausgehen und Teilhaben** – Das Mindener Beispiel

8 **Personzentrierte Gruppenarbeit** – Das Mannheimer Beispiel

9 **Ein geschützter Raum** – Das Kieler Beispiel: Vom Kurs zur festen Gruppe

11 Ohne Diagnose keine kognitive Störung – oder wie?

Manche Menschen leiden an kognitiven Störungen, ohne dass die Medizin eine Diagnose dingfest machen kann. Auch sie brauchen einen Platz zum Austausch.

13 In Kontakt treten – Gruppen initiieren – Sich vernetzen

Vielleicht gibt es viel mehr unterstützte Selbsthilfegruppen für Menschen mit Demenz in Deutschland als wir wissen. Zumindest wissen diese Gruppen kaum etwas voneinander.

14 Einfach loslegen – aber planvoll!

Unterstützte Selbsthilfegruppen für Menschen mit Demenz initiieren.

16 Buchvorstellungen

17 Literaturverzeichnis · Impressum

Menschen mit Demenz brauchen einen geschützten, einen ganz eigenen Raum, in dem sie mit Gleichbetroffenen frei sprechen, Kraft tanken und neuen Sinn für ihr Leben konstruieren können. Das berichten immer wieder Personen, die den Schritt gewagt und sich einer Gruppe von Betroffenen angeschlossen haben. Jedoch: Bislang existieren nur wenige solcher unterstützter Selbsthilfegruppen, wie wir sie nennen, im deutschsprachigen Raum.

Der Begriff „unterstützte Selbsthilfegruppen“ soll deutlich machen, worum es geht: Um klassische auf Lebenssituationsbearbeitung und -bewältigung zielende Gruppenkontexte Gleichbetroffener, in denen professionelle Helfer und Menschen ohne Demenz sich als Unterstützung leistendes Back-Office und nicht – wie sonst fast immer – als „Bestimmer“ verstehen.

Mit diesen Bausteinen wollen wir engagierte Profis dazu anregen und ermutigen, solche Gruppenkontexte überall im deutschsprachigen Raum zu initiieren.

- ▶ Wir schauen, wie es andere, zum Beispiel in den USA, machen.
- ▶ Wir stellen existierende Gruppen aus Deutschland vor.
- ▶ Wir erläutern das Konzept von „unterstützten Selbsthilfegruppen“ und
- ▶ geben Anregungen und Tipps zum Aufbau von Gruppen.

Lassen Sie sich anregen!

Peter Wißmann · Michael Ganß 

Support Groups – ein Konzept aus den USA

In den USA gibt es bereits seit den 1980er Jahren professionell unterstützte Gruppen für Demenzbetroffene und deren Angehörige.

Peter Wißmann

Im vergangenen Jahr machten sich einige Mitarbeiter der Demenz Support Stuttgart auf den Weg, um Gesprächspartner für ein Buch zu suchen, in dem ausschließlich die Stimmen von Menschen mit Demenz zu Gehör kommen sollten. Der Zugang zu dem Thema sollte über Gruppen für Betroffene zustande kommen. Einige wenige solcher Gruppen waren bekannt, viel mehr aber nicht. Nachfragen bei Alzheimergesellschaften und anderen Fachstellen führten auch nicht wesentlich weiter. Die Gruppen, zu denen Verbindung aufgenommen wurde, hatten voneinander noch nie zuvor gehört und keinerlei Kontakt untereinander.

Wenn man bei sich zu Hause nicht fündig wird, lohnt ein Blick dorthin, wo andere schon über mehr Erfahrungen verfügen. Wer sich im Internet oder in der Bibliothek auf der Suche nach Veröffentlichungen zum Thema „Gruppen für Menschen mit Demenz“ macht, stößt recht schnell auf die Support Groups in den USA und in einigen anderen Ländern. Diese können unseres Erachtens einige Anregungen für Interessierte hierzulande geben. Gleichwohl möchten wir ein weitergehendes Modell, das Modell der „unterstützten Selbsthilfegruppen“ für die Praxis im deutschsprachigen Raum vorschlagen. (vgl. S. 3)

Unterstützungsgruppen in den USA und anderswo

Mitte der 80er Jahre des vergangenen Jahrhunderts starteten in einigen Regionen der Vereinigten Staaten erste Pilotprojekte mit sogenannten Support Groups (Unterstützungsgruppen) für Menschen mit Demenz. Dies stellte – so die amerikanischen Autorinnen Robyn Yale und Lisa Snyder – einen neuen Ausgangspunkt im Kontinuum der Betreuung von demenziell veränderten Personen dar.

Mitte der 1980er starteten in den USA erste Unterstützungsgruppen für Menschen mit Demenz. Sie sollten ihnen helfen, ihre Situation zu verstehen, anzunehmen und sich auf sie einzustellen.

Peter Wißmann ist Geschäftsführer der Demenz Support Stuttgart gGmbH, stellvertretender Vorsitzender der Aktion Demenz e. V. und geschäftsführender Herausgeber von demenz.

Ausgangspunkt war die Überzeugung, dass viele Menschen mit einer Demenz willens und auch in der Lage sind, über ihre Situation zu sprechen, wenn ihnen dazu die Gelegenheit geboten würde. Diese Überzeugung widersprach der bis in unsere Tage weitverbreiteten Meinung, die Betroffenen hätten keine „Krankheitseinsicht“ und seien daher auch nicht in der Lage, sich mit ihrer Situation adäquat auseinanderzusetzen. Support Groups sollten dazu beitragen, es Menschen mit Demenz zu ermöglichen, ihre Situation zu verstehen, anzunehmen und sich auf sie einzustellen.

Lisa Snyder, eine amerikanische Sozialarbeiterin hat sich intensiv mit den Support Groups in den USA beschäftigt. Sie sagt: „Der Hauptzweck ist, den Menschen zu helfen, der Alzheimerdemenz gegenüber offen zu sein – sie nicht zu privatisieren, speziell in der Familie.“ Und: „Oft ist es ja bei solchen Dingen so, dass man sie in sich verschließt und an ihnen leidet. Aber es ist nicht notwendig, daran alleine zu leiden. Menschen mit Alzheimer sind gespannt darauf, was das alles für ihr Leben bedeutet und wenn sie durch eine Support Group dazu kommen, etwas Bedeutung darin zu sehen, dann können sie beruhigter in diesen Prozess gehen. Das ist sehr wichtig.“ (Snyder 1999, 127–28, eigene Übersetzung)

Nach dem erfolgreichen Start erster Pilotprojekte entstanden in den USA immer mehr solcher Support Groups, die sich vor allem an Betroffene mit sogenannten leichten bis mittleren Demenzgraden richten. Laut Yale und Snyder zeichnen sich die Gruppen dadurch aus, dass sie von geschulten Moderatoren, sogenannten „facilitators“ angeleitet werden. Die Gruppenteilnehmer werden in der Gemeinde rekrutiert und im Rahmen eines Screenings ausgewählt. Für die Gruppentreffen wird eine Struktur entwickelt und zur Finanzierung des Ganzen sucht man sich Sponsoren.

Betroffene und deren Angehörige treffen sich in jeweils separaten Gruppen, um über die gleichen Themen zu reden.

Ein von Yale weiter ausgearbeitetes Modell hat in den USA und in anderen Ländern viele Nachahmer gefunden. Hier treffen sich Menschen mit Demenz im Frühstadium beispielsweise über einen Zeitraum von zwei Monaten zu einem wöchentlichen Termin von 90 Minuten. Auch die Angehörigen treffen sich parallel in einer Gruppe. Beim ersten Termin sind beide Gruppen die

Hälfte der Zeit zusammen und in der letzten Sitzung auch noch einmal. In den Gruppentreffen stehen die Diskussion sowie die Unterstützung durch Information und Austausch im Mittelpunkt. Mal sind es die Teilnehmer selbst, mal der Moderator oder die Moderatorin, die die Diskussionsthemen einbringen.

Lisa Snyder hat dieses Format variiert. In ihrem auf acht Wochen angelegten edukativen Konzept für Menschen im frühen Stadium der Demenz und ihre Angehörigen diskutieren beide Gruppen dieselben Themen, beispielsweise den Umgang mit Gedächtnisproblemen, die Auswirkungen der Demenz auf die Beziehungen in der Familie oder den Umgang mit Stress. Die Themen der wöchentlichen Treffen sind vorstrukturiert und zu allen gibt es begleitende Handouts.

Einen ganz anderen Charakter haben Support Groups, die zeitlich unbegrenzt angelegt sind. Hier gibt es – anders als in dem oben skizzierten Modell – keine vorstrukturierten Themen und auch nicht unbedingt eine parallele Gruppe für die Angehörigen. Was Thema des Austauschs in den Treffen ist, richtet sich nach den Wünschen und Bedürfnissen der Teilnehmer.

Support Groups – gut gegen Angst, Depression und Isolation

Verschiedene Autoren haben die Wirkungen und den Nutzen der Support Groups auf und für die Teilnehmer beschrieben (vgl. hierzu: Yale/Snyder 2002, 229 ff.). Eine Pilotstudie von Lisa Snyder et al, an der 70 Menschen mit Demenz und Gruppenbesucher teilnahmen, benennt als wichtigste Ergebnisse, dass durch die Teilnahme an den Gruppen bei den Teilnehmenden das Verständnis der Alzheimerdemenz gewachsen sei und sich die Fähigkeit, mit den Auswirkungen umzugehen, deutlich verbessert habe. Weitere Effekte seien:

- ▶ Deutliche Zunahme der Fähigkeit, die Diagnose anzunehmen.
- ▶ Deutliche Abnahme von Gefühlen der Isolation.
- ▶ Weniger Angst und depressive Gefühle.

Die Erwartung, dass sich die Konflikte mit den Betreuenden verringern würden, konnten allerdings fast 64 Prozent der Befragten nicht bejahen.

Support Groups expandieren in andere Länder

Auch in anderen Ländern, so beispielsweise in Großbritannien und in Australien, existieren Support Groups nach dem Vorbild und dem Modell aus den USA. Evaluationen dieser Ansätze ergaben auch hier positive Ergebnisse. So wird beispielsweise aus Australien berichtet, dass sowohl die Menschen mit Demenz als auch die Angehörigen von den Gruppenangeboten profitieren würden. Der Stress würde abnehmen, man sei stärker bereit, sich auf die Zukunft einzulassen und bei den Gruppenteilnehmern sei ein signifikanter Rückgang depressiver Gefühlszustände zu verzeichnen. (Sarre, 2005: 53–65)

Sprachfähigkeit erforderlich

Support Groups richten sich an Menschen mit leichter und mittlerer Demenz. Da sie als Gesprächsgruppen konzipiert sind, setzen sie die Fähigkeit, sich verbal mitzuteilen und verbalen Äußerungen folgen zu können, voraus. Yale und Snyder definieren weitere Voraussetzungen: So müssen die Teilnehmer als Resultat eines medizinischen Untersuchungsprogramms eine Demenzdiagnose haben und über diese informiert sein.

Aufnahmevoraussetzungen: Freiwillige Teilnahme, vorhandene Diagnose, keine psychotischen Symptome, kein erweiterter Unterstützungsbedarf etwa für den Toilettengang, kein störendes Verhalten.

Die Teilnahme an der Gruppe muss ihrem Willen entsprechen und nicht von Angehörigen oder anderen Bezugspersonen bestimmt sein. Sie müssen frei von körperlichen und von psychiatrischen Beeinträchtigungen sein, die innerhalb des Gruppensettings nicht befriedigt werden können, wie etwa die Begleitung zur Toilette, oder den Gruppenprozess behindern würden, beispielsweise Halluzinationen oder paranoide Zustände. ▶

„... genau das, was man braucht“ Menschen mit Demenz sprechen über Gruppen

„ Nach meinem ersten Treffen ging es mir viel besser. Die Leute da in der Gruppe waren wie ich. Alle hatten sie die gleichen Ängste, Gefühle und Probleme wie ich. Es entstanden neue Freundschaften; wir kümmerten uns umeinander und unterstützten uns gegenseitig. Kann sein, dass wir in unterschiedlichen Lebensphasen stecken, aber in vielerlei Hinsicht ist da viel, was uns verbindet und deshalb sind wir uns sehr nahe. Ich habe wieder zu leben

Unterstützte Selbsthilfegruppen – ein Konzept

Menschen mit Demenz können sich organisieren und in Selbsthilfegruppen austauschen. Dafür brauchen sie Unterstützung.

Es gibt in Deutschland eine Vielzahl von Gruppenangeboten von – oder eher – für Menschen mit Demenz, darunter Erlebnisgruppen, Gesprächs- und Erinnerungsgruppen, Betreuungsgruppen, psychoedukative Gruppen und einige mehr. Häufig richtet sich das Angebot gezielt an die Betroffenen, teilweise werden aber auch die Angehörigen angesprochen und in die Gruppenarbeit einbezogen. Die Gruppen werden zumeist von professionellen Fachkräften, seltener von engagierten Freiwilligen und wohl nie von Menschen mit Demenz selbst geleitet.

Im Folgenden wollen wir der Frage nachgehen, ob diese Gruppen als Selbsthilfegruppen im klassischen Sinne verstanden werden können und darauf aufbauend unser Konzept „unterstützter Selbsthilfe“ skizzieren und vorschlagen.

Wann können Gruppen für Menschen mit Demenz als Selbsthilfegruppen betrachtet werden?

Zur Beantwortung obiger Frage empfiehlt sich ein Blick auf die Definition des Begriffs Selbsthilfegruppe. Der Fachverband Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. bietet die folgende Definition an: „Selbsthilfegruppen sind freiwillige, meist lose Zusammenschlüsse von Menschen, deren Aktivitäten sich auf die gemeinsame Bewältigung von Krankheiten, psychischen oder sozialen Problemen richten, von denen sie – entweder selber oder als Angehörige – betroffen sind. Sie wollen mit ihrer Arbeit keinen Gewinn erwirtschaften. Ihr Ziel ist eine Veränderung ihrer persönlichen Lebensumstände und häufig auch ein Hineinwirken in ihr soziales und politisches Umfeld. In der regelmäßigen, oft wöchentlichen Gruppenarbeit betonen sie Authentizität, Gleichberechtigung, gemeinsames Gespräch und gegenseitige Hilfe. Die Gruppe ist dabei ein Mittel, die äußere – soziale und gesellschaftliche – und die innere – persönliche und seelische – Isolation aufzuheben.“

Selbsthilfegruppen wollen die Lebensumstände ihrer Mitglieder verbessern. Sie werden von Betroffenen organisiert und betonen die Gleichberechtigung. Es geht nicht zuletzt um die Aufhebung von Isolation.

Die Ziele von Selbsthilfegruppen richten sich vor allem auf ihre Mitglieder und nicht auf Außenstehende; darin unterscheiden sie sich von anderen Formen des Bürgerengagements. Selbsthilfegruppen werden nicht von professionellen Helfern geleitet; manche ziehen jedoch gelegentlich Experten zu bestimmten Fragestellungen hinzu.“ (<http://www.sekis-trier.de/index.php?id=12>) Die meisten Kriterien treffen sicherlich auf Gruppen, wie sie in diesem Heft beschrieben werden, zu. Auch wenn der Impuls zur Teilnahme an einer Gruppe oftmals von Angehörigen oder professionellen Helfern ausgeht, wird diese kaum möglich sein, wenn der Betroffene nicht damit einverstanden ist, also nicht freiwillig teilnimmt.

Die gemeinsame Auseinandersetzung und Bewältigung mit der von demenziellen Veränderungen geprägten Lebenssituation stehen bei vielen der Gruppen durchaus im Vordergrund. Eine Veränderung der persönlichen Lebensumstände wird fast immer auch ein Ziel sein. Veränderung der persönlichen Lebensumstände bedeutet in diesem Kontext vor allem: Akzeptanz der Demenz als Voraussetzung für die weiteren Schritte, Entwicklung von Strategien des Umgangs mit den Veränderungen und Auswirkungen der Demenz, Entwicklung von Sinn und neuen Perspektiven. Wenn formuliert wird: „In der regelmäßigen, oft wöchentlichen Gruppenarbeit betonen sie Authentizität, Gleichberechtigung, gemeinsames Gespräch und gegenseitige Hilfe“, kann dies durch Erfahrungen in Gruppen von Menschen mit Demenz bestätigt werden. (Ensinger-Boschmann 2009)

angefangen, habe die Tage in meinem Kalender gezählt und auf unser nächstes Treffen gewartet. Die Gruppe hat mir dabei geholfen, etwas von dem Vertrauen zurückzugewinnen, das ich verloren hatte. Sie hat mir eine Stimme gegeben, die bei anderen Gehör findet. Sie hat mir den Rettungsring geschenkt, den ich so verzweifelt brauchte. Meine Familie, die ein großes Glück für mich ist, sagt, dass ich ein anderer Mensch bin, seit es die Gruppe für mich gibt. **“**

DOREEN CAIRNS

Demenzbetroffene – auf dem Parkett der gesellschaftlichen Auseinandersetzung noch wenig präsent!

Ein Hineinwirken in das soziale und politische Umfeld ist bisher kaum anzutreffen. Eine der wenigen Ausnahmen stellen die Schotten mit der Scottish Dementia Working Group (SDWG) dar – doch Schottland ist nicht Deutschland. Auf eine vielleicht nicht ganz so offenkundige, nichtdestotrotz aber wirkungsvolle Art, wirken einige der wenigen Gruppen in Deutschland aber dennoch in das soziale und politische Umfeld hinein. Wenn die Mindener Gruppe gesellschaftliche Einrichtungen wie die Sportverbände für Menschen mit Demenz öffnen hilft oder aus der Münchener Gruppe heraus Aktivistinnen wie Christian Zimmermann und Helga Rohra in die – auch mediale – Öffentlichkeit gehen, kann dies durchaus als ein solches Hineinwirken betrachtet werden. Es ist bisher außerordentlich solitär, zeigt aber Entwicklungsmöglichkeiten und Potenziale auf.

Problematische Aspekte

Könnte man also bisher sagen, dass die oben genannten Kriterien prinzipiell erfüllt werden können beziehungsweise erfüllt werden, scheint dies bei einem anderen Punkt in der Definition der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen (DAG-SHG) problematischer zu sein. Legt man nämlich streng das Kriterium „Selbsthilfegruppen werden nicht von professionellen Helfern geleitet“ an, bleibt nur eine Antwort möglich: Die in Deutschland bisher existierenden Gruppen für Menschen mit Demenz sind offensichtlich keine Selbsthilfegruppen im Sinne der zitierten Definition, denn die wenigen bekannten Gruppen werden von professionellen Helfern geleitet, zumeist auch initiiert.

Eine Reihe von Menschen mit Demenz im sogenannten Frühstadium, könnte sich durchaus selbstständig gemeinsam mit anderen organisieren.

Wäre es aber auch anders denkbar? Sicherlich doch! Noch einmal sei die schottische Vereinigung angeführt. Diese greift zwar auch auf Supporter (Unterstützer) zurück, organisiert sich aber weitgehend selbst. Und eine Reihe von Menschen mit Demenz – im sogenannten Frühstadium – könnte sich durchaus selbstständig gemeinsam mit anderen organisieren, vielleicht nicht für alle Ewigkeit, aber doch für kürzere oder längere Zeiträume.

In der Regel dürfte die Forderung nach dem Verzicht auf eine professionelle Leitung oder besser Unterstützung jedoch eher nicht zu erfüllen sein.

Unterstützte Selbsthilfe

Doch trifft die Frage, ob Gruppen von Menschen mit Demenz die Definition von Selbsthilfegruppen erfüllen, wie sie die Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen vorgibt, eigentlich den Kern dessen, um das es gehen muss? Unsere These lautet: Nein! Eine solche Definition trägt bei vielen Personengruppen, bei demenziell veränderten Menschen jedoch nur partiell und begrenzt. Die Schlussfolgerung lautet jedoch nicht, diesen Menschen daher die Fähigkeit zur Selbsthilfe in Gruppenkontexten abzusprechen, sondern einen erweiterten Selbsthilfebegriff zu formulieren.

Notwendig ist ein erweiterter Selbsthilfebegriff. Aufgrund der kognitiven Beeinträchtigungen Demenzbetroffener entsteht ein höherer Unterstützungsbedarf.

Bei der Demenz handelt es sich um einen Prozess, der sich durch Veränderungen im Bereich kognitiver Fähigkeiten auszeichnet und zu Beeinträchtigungen beim Planen, strukturierten Vorgehen, Erinnern und verwandten Funktionen führen kann. Hier entsteht ein Unterstützungsbedarf, der durch andere Personen gedeckt werden muss. Die Fähigkeiten, mit anderen in einen kommunikativen Kontakt und Austausch zu treten sowie Empathie und Mitgefühl für die anderen zu entwickeln, sind wichtige Voraussetzungen für die Selbsthilfe im Gruppenkontext. Sie unterliegen zwar Veränderungsprozessen, verschwinden jedoch weder automatisch, vollständig noch regelhaft. Wie Erfahrungen aus Gruppen zeigen, können sie durch diese sogar gestärkt und wiederbelebt werden. (Ensinger-Boschmann, 2009)

Wir schlagen vor, für selbsthilfeorientierte Gruppen von Menschen mit Demenz den Begriff „unterstützte Selbsthilfegruppen“ zu verwenden.

Das bedeutet: Selbsthilfe im Sinne von Aktivitäten, die „sich auf die gemeinsame Bewältigung von Krankheiten, psychischen oder sozialen Problemen richten, von denen sie (...) betroffen sind“, findet in einem speziellen Typ von Gruppen von Menschen mit Demenz durchaus statt. Sei es durch die gemeinsamen Gespräche

Was bringen unterstützte Selbsthilfegruppen?

Nutzen für Menschen mit Demenz:

- ▶ Möglichkeiten der Artikulation in einem geschützten Raum
- ▶ Auseinandersetzung mit der Lebenssituation aufgrund der Demenz, Entwicklung von Bewältigungsmechanismen
- ▶ Psychische Stabilisierung
- ▶ Lebensfreude, positive Erlebnisse mit anderen, gegenseitige Hilfe
- ▶ Aufhebung von Isolation und Teilhabemöglichkeiten

Nutzen für Profis, Angehörige und die Gesellschaft:

- ▶ Möglichkeit des Zugangs zur subjektiven Wahrnehmung und dem Erleben von Menschen mit Demenz
- ▶ Lernprozess
- ▶ Veränderung von Bildern, Haltungen und Handeln gegenüber Menschen mit Demenz

Selbsthilfe in Deutschland: Ein Blick in die Geschichte

Selbsthilfegruppen (SHG) haben in Deutschland eine jahrzehntelange Tradition. Bereits Mitte der 1950er Jahre bildeten sich erste Gesprächs-Selbsthilfegruppen zur Bewältigung gesundheitlicher Probleme. Allein diese Entwicklung verlief bis in die 1970er Jahre zunächst außerhalb der Wahrnehmung von Experten, die sich jedoch zunehmend von dieser Entwicklung bedroht fühlten.

Es folgte eine rhetorisch hochgerüstete Debatte. Auf der einen Seite die Anhänger der Selbsthilfeidee, die gegen die „Entmündigung durch Experten“ angehen wollten. Auf der anderen die Gegner dieser „neuen“ Versorgungsform, die mit massiver Abwertung der Selbsthilfebewegung reagierten. Dessen ungeachtet war die gesellschaftliche Anerkennung der Selbsthilfegruppen nicht mehr aufzuhalten. Ein Meilenstein war 1982 die Gründung der Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen (www.dag-shg.de), die sich bis heute als Fachverband für Selbsthilfegruppen versteht. Sie ist die

Trägerin der „Nationalen Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen“ (NAKOS, www.nakos.de), einer der wichtigsten Knoten für die Vernetzung von Selbsthilfegruppen.

In den 80er und 90er Jahren vervielfachte sich eine Vielzahl der SHGs, darüber hinaus wurden viele große Selbsthilfe-Organisationen als Interessenvertretungen der Selbsthilfegruppen gegründet. So zum Beispiel die Alzheimer Gesellschaften, die sich der Unterstützung von pflegenden Angehörigen von Menschen mit Demenz annahmen.

Mit der Gesundheitsreform aus dem Jahr 2000 wurde die finanzielle Förderung der Selbsthilfe eine gesetzliche Pflichtleistung der gesetzlichen Krankenkassen (§20c SGBV) und der Rehabilitationsträger (§ 29 SGB IX). Um die Jahrtausendwende wurde die Zahl der SHGs bundesweit auf 70.000 – 100.000 mit rund 3 Millionen Mitgliedern geschätzt.

oder durch die gemeinsamen nach außen gerichteten Aktivitäten. Ziel ist dabei „eine Veränderung ihrer persönlichen Lebensumstände“: Man will sich nicht von der Demenz unterkriegen lassen, sondern neue Perspektiven für sein Leben entwickeln. Aufgrund des spezifischen Charakters von Demenz bedarf diese Form der Selbsthilfe jedoch in der Regel einer Unterstützung durch Dritte, die sich als Dienstleistung versteht. Wir schlagen daher vor, für selbsthilfeorientierte Gruppen von Menschen mit Demenz den Begriff „unterstützte Selbsthilfegruppen“ zu verwenden.

Selbsthilfe braucht Selbstbestimmung

Dies macht nun jedoch keineswegs jede Gruppe, an der demenziell veränderte Menschen teilnehmen, zu einer unterstützten Selbsthilfegruppe. So ist beispielsweise die Gruppe, in der Menschen mit Demenz beschäftigt oder zur Entlastung der Angehörigen betreut werden, eine Betreuungs-, aber keine Selbsthilfegruppe. Bei letzterer müssen immer die bereits mehrfach zitierten Grundintentionen ihrer Mitglieder – insbesondere das Anliegen, sich gemeinsam mit anderen mit seiner Situation auseinanderzusetzen – gegeben sein.

Ob die Bezeichnung Selbsthilfegruppe legitim ist, sollte davon abhängen, wie stark die Teilnehmer selbst Inhalte und Vorgehen bestimmen.

Ob die Bezeichnung Selbsthilfegruppe legitim ist, sollte jedoch auch von einem weiteren Kriterium abhängig gemacht werden: Wie stark bestimmen die Teilnehmer tatsächlich selbst Inhalte und Vorgehen?

Bei Modellen, in denen Profis und andere sich als solche verstehende Fachleute im Wesentlichen die Ziele, Themen und Vorgehensweisen definieren und mehr oder minder straff durchexerzieren, ist durchaus Skepsis angebracht. Vielleicht handelt es sich dabei um recht gute und für viele Menschen durchaus auch hilfreiche Schulungs- und Informationsvermittlungskonzepte – doch der Selbsthilfegedanke spielt hier im Prinzip keine Rolle.

Spannungsreiches Verhältnis

Das Verhältnis zwischen Selbstbestimmung und Selbsthilfe der Gruppenteilnehmer sowie Input und Handeln der professionellen Unterstützer wird stets ein spannungsreiches bleiben, denn es handelt sich hier nicht um eine statische, sondern kontinuierlich wandelnde Beziehung.

**„Ich muss Spannungen aushalten können!“
Michaela Kaplaneck – Professionelle
„Kümmerein“ in Kiel.**

Doch mag sich auch der Grad der notwendigen Unterstützung durch den dienstleistenden „Kümmerein“ wandeln, gilt es, sich stets der Gefahr eines unbewussten Abgleitens in tradierte maternalistisch/paternalistische Handlungsweisen bewusst zu sein und diese zu reflektieren. An die Unterstützungsgebenden stellt eine solche Haltung große Herausforderungen. „Ich muss auch Situationen eines minutenlangen Schweigens oder, wenn erst mal kein Vorschlag kommt, aushalten können und nicht wieder sofort reagieren wollen“, sagt Michaela Kaplaneck, die eine Gruppe in Kiel leitet. „Wer eine Selbsthilfegruppe von Menschen mit Demenz begleiten will, braucht viele Kompetenzen.“ ▶

Von der Psychoedukation bis zur Erlebnisgruppe

Gruppen in Deutschland

Terra Incognita – unbekanntes Land. So könnte man das Feld und das Wissen über Gruppen für und von Menschen mit Demenz in Deutschland bezeichnen. Gruppen für demenziell veränderte Menschen gibt es ja durchaus: Man denke beispielsweise an Betreuungsgruppen, in denen berufliche oder auch ehrenamtliche Helfer Betroffene – wie im Namen bereits angelegt – betreuen und beschäftigen. Diese stellen ein wichtiges Glied in der Angebotskette für Menschen mit Demenz und ihre Familien dar, jedoch auch etwas ganz anderes, als das, was sich hinter dem Begriff der „unterstützten Selbsthilfegruppen“ verbirgt. ➔ Lesen Sie dazu den Bericht auf Seite 3.

Hier geht es darum, dass Menschen mit Demenz – als Akteure – sich mit ihrer Situation auseinandersetzen, ihrem Selbst eine Bedeutung geben, sich artikulieren oder gesellschaftliche Teilhabemöglichkeiten erschließen.

Die wenigen Unterstützungsgruppen in Deutschland, von deren Existenz man überhaupt weiß und die sich in der Regel auch anders nennen, sind sehr unterschiedlich angelegt – im Vergleich untereinander und auch im Vergleich zu den Support Groups aus den USA. Dem Konzept unterstützter Selbsthilfe stehen sie unterschiedlich nah.

Psychoedukation

Unter Psychoedukation versteht man die Schulung von Menschen, die an einer **psychischen oder anderen Störung** leiden. Oftmals werden dabei die Angehörigen mit einbezogen. Ziel ist es, zu einem besseren Krankheitsverständnis zu kommen und besser mit der Krankheit umgehen zu können. Das vorhandene Fachwissen über die Krankheit soll mit den persönlichen Erfahrungen der Teilnehmer in Verbindung gebracht werden. Die Informationsvermittlung spielt neben der emotionalen Entlastung eine große Rolle.

Der Demenz trotzen

Das Münchener Beispiel

Am ehesten ausgerichtet an dem Modell der Support Groups in den USA ist ein Gruppenangebot in München, das von der lokalen Alzheimer Gesellschaft getragen wird. TrotzDemenz© nennt es sich eigensinnig und doppeldeutig. „Seminar für Menschen im frühen Stadium einer Demenzerkrankung und deren Angehörige“ lautet der Untertitel.

Wie es begann

Im Mai 2007 startete in München das Forum „Demenz mitten im Leben“ (DemiL), das von der Jacob und Marie Rothenfuß-Gedächtnisstiftung (2007–2008) sowie der Software AG Stiftung bis 2010 gefördert wird. Einmal monatlich richtet sich dieses psychoedukativ ausgerichtete Treffen an Menschen mit Demenz im Alter von etwa 40 bis 65 Jahren und deren Angehörige. Angehörige und Betroffene treffen sich zur gleichen Zeit in parallelen Gruppen, die zum Abschluss für einen wechselseitigen Austausch zusammenkommen.

DemiL und TrotzDemenz® bieten Informationen für Demenzbetroffene, Unterstützung im Umgang mit Gedächtnisschwierigkeiten und Beratung über Strategien der Krankheitsbewältigung.

Der thematische Inhalt bei den jeweiligen Treffen ist in der Betroffenen- und der Angehörigengruppe annähernd gleich. Einzelne Vortragsveranstaltungen finden gemeinsam statt, damit die Partner die gleichen Informationen erhalten. Daneben wird einmal monatlich ein dreistündiges freizeitorientiertes Angebot organisiert. DemiL ist zum jetzigen Zeitpunkt ein fortlaufendes

„... genau das, was man braucht“ Menschen mit Demenz sprechen über Gruppen

„Also, wenn ich da hingeh, dann quatschen wir so schön, dann bin ich viel erleichterter und freudiger und in dem Moment ist alles in Ordnung.“

HERBERT SUND

Angebot, in das, nach vorheriger Beratung und Gruppenkapazität, neue Teilnehmer aufgenommen werden können.

TrotzDemenz®

Weil auch ältere Menschen mit Demenz nach der Diagnose Rat und Unterstützung benötigen, wurde im Mai 2008 zusätzlich das psychoedukative Seminar **TrotzDemenz®** entwickelt, das offen ist für Menschen im frühen Stadium einer Demenz und ihre Angehörigen, gleich welchen Alters. Finanziell unterstützt wurde dieses Projekt über die Selbsthilfeförderung der Krankenkassen. Seit 2010 unterstützt das Sozialreferat der Landeshauptstadt München das Projekt **DemiL** und **TrotzDemenz®** für zwei weitere Jahre. Der inhaltliche Aufbau der beiden Angebote gestaltet sich ähnlich. Das Seminar **TrotzDemenz®** ist jedoch kein offenes Angebot wie **DemiL**, sondern umfasst 8 aufeinanderfolgende wöchentliche oder 14-tägige Gruppentreffen. Hieran schließen sich Nachtreffen an. Diese haben einen sechs- bis achtwöchigen Rhythmus.

Die für Betroffene und Angehörige identischen Seminarinhalte sind beispielsweise Informationen über die Demenz, den Umgang mit Gedächtnisschwierigkeiten und Strategien der Krankheitsbewältigung, rechtliche Regelungen, Auswirkungen auf die familiäre Situation und Zukunftsplanung mit Unterstützungsmöglichkeiten. Geleitet werden die jeweiligen Gruppen von erfahrenen Fachkräften, die in den Gruppen den Austausch untereinander fördern. Hierüber können Menschen in ähnlichen Lebenssituationen voneinander lernen und sich über die informativen Inhalte des Seminars austauschen.

Was soll erreicht werden?

Ziel der Angebote ist es, die Betroffenen wie auch Angehörigen bei der Entwicklung von Krankheitsbewältigungsstrategien zu unterstützen und Perspektiven für ein Leben nach und mit der Diagnose Demenz zu entwickeln. Für Betroffene stellen die Angebote häufig die einzige Möglichkeit dar, in Kontakt zu andern Menschen mit ähnlichen Problemen zu kommen.

Beide Projekte werden derzeit zeitlich befristet gefördert. Wie eine dauerhafte Finanzierung aussehen kann, ist zurzeit noch offen. Für die Teilnehmer ist das Gruppenangebot kostenfrei.

Die Teilnehmer

Beide Angebote richten sich an Menschen im frühen Stadium einer Demenz, die ihre Diagnose kennen und sich gemeinsam mit anderen aktiv mit ihrer Erkrankung auseinandersetzen möchten und an deren Angehörige. Das Angebot **TrotzDemenz®** steht

Menschen jeglichen Alters offen. Dahingegen richtet sich das Angebot **DemiL** an Menschen zwischen etwa 40 und 65 Jahren und deren Angehörige. Als grundsätzlich sinnvoll wird angesehen, dass Betroffene gemeinsam mit einer Person ihres Vertrauens das Angebot annehmen. Jedoch auch allein lebende Menschen mit Demenz können an der Gruppe teilnehmen.

In einem Vorgespräch wird herausgearbeitet, ob das Seminar bzw. Gruppenangebot für den Interessenten eine Unterstützung sein kann oder eher ein anderes Angebot geeignet ist. Die Gruppengröße beträgt ca. 8 Personen. ▶

Kontakt

Alzheimer Gesellschaft München e. V.
Josephsburgstr. 92, 81673 München
Tel.: 089 / 47 51 85
E-Mail: info@agm-online.de
www.agm-online.de

Hinausgehen und Teilhaben

Das Mindener Beispiel

Einen anderen Ansatz verfolgt der 2005 von betroffenen Angehörigen, ehrenamtlich Engagierten und Fachleuten gegründete Verein „Leben mit Demenz“ - Alzheimergesellschaft Kreis Minden-Lübecke e. V. in Nordrhein-Westfalen. Er versteht sich als eine Selbsthilfeorganisation und setzt sich in seiner Region für die Verbesserung der Situation von Menschen mit Demenz und deren Angehörige ein. Seine Arbeit wird ehrenamtlich getragen.

Die Teilnehmer bestimmen die Richtung

Seit 2007 gibt es im Kreis Minden Gesprächskreise für Menschen mit Demenz im Frühstadium. Aktuell sind es 3. Die Gruppengröße beträgt jeweils 6 Personen, um einen guten Kontakt der Teilnehmer zu ermöglichen, ohne sie zu überfordern. An der Gesprächsgruppe können Menschen teilnehmen, die eine fachärztlich gestellte Diagnose „Demenz“ haben. Der Teilnahme ist ein Vorgespräch beim Betroffenen Zuhause vorangestellt. In dieses werden die nächsten Angehörigen grundsätzlich mit eingebunden. Die Alterspanne reicht von 54 bis 74 Jahre.

Die Begegnungen in den Gesprächskreisen bieten Menschen mit Demenz im Frühstadium die Möglichkeit, neue Kontakte zu knüpfen, neue Anregungen zu bekommen und sich selbst regelmäßig etwas Gutes zu tun.

Anders als in den Support Groups, beispielsweise in den USA, geht es hier nicht um psychoedukativ ausgerichtete und strukturierte Inhalte und Abläufe. Die Begegnungen in den Gesprächskreisen bieten Menschen mit Demenz im Frühstadium die Möglichkeit, neue Kontakte zu knüpfen, neue Anregungen zu bekommen und sich selbst regelmäßig etwas Gutes zu tun. Die Teilnehmer können über das sprechen, worüber sie gerne sprechen wollen. Die Inhalte orientieren sich an der aktuellen Situation und den Bedürfnissen der Teilnehmenden. Zwar gibt es auch hier eine professionelle Kraft, die die Gruppe begleitet. Diese versteht sich aber als ‚Kümmerer‘, der von sich aus keine Angebote einbringt, sondern lediglich die Impulse von Teilnehmern gezielt aufgreift, für eine gute Gesprächsatmosphäre sorgt, den Roten Faden zwischen den Treffen hält und sicherstellt, dass auf die in der Gruppe entwickelten Ideen auch die notwendigen Umsetzungsschritte erfolgen.

Schöne Dinge erleben

Den meisten Teilnehmern ist gerade der soziale Kontakt außerhalb der Familie, der Austausch mit und das Kennenlernen von neuen Menschen wichtig. Daher steht das Angebot zu Gesprächen und der Kontakt mit anderen Betroffenen im Mittelpunkt. Dabei geht es häufig um schöne Begebenheiten und Erlebnisse – ein Gegengewicht zu den Alltagsproblemen. Auch Erlebnisse aus der Vergangenheit spielen dabei eine Rolle. Einzelne Teilnehmer lenken die Gesprächsinhalte aber immer wieder auch auf das Selbsterleben der Demenz. Doch primär geht es den Teilnehmern darum, an ihre Stärken und Interessen anzuknüpfen, gemeinsam etwas zu erleben und am Leben der Gesellschaft weiterhin aktiv teilzuhaben.

Sport, Kultur und andere Aktivitäten

Seit Januar 2009 wird zusätzlich zu den Gesprächskreisen ein Aktivitätsprogramm für Menschen mit Demenz im Frühstadium angeboten. Unter dem Motto „Zusammen ist man weniger allein“ haben die Besucher der Gesprächsgruppen die Möglichkeit, an besonderen Tages- und Halbtagesangeboten teilzunehmen.

Das Angebot Kontaktangebot steht im Mittelpunkt. Dabei geht es häufig um schöne Erlebnisse. Einzelne Teilnehmer lenken die Gesprächsinhalte aber auch immer wieder auf ihre Demenz.

Das umfassende Aktivitätsprogramm ist aus den Gesprächen, den Ideen und den geäußerten Bedürfnissen in den Gesprächskreisen hervorgegangen – und es entwickelt sich in enger Abstimmung mit den Angehörigen ständig weiter. So sind zurzeit etwa 15 entsprechende Termine im Jahr anberaumt. Es handelt sich hierbei um ganztägige Angebote. Diese umfassen erlebnisorientierte, auch sportlich orientierte sowie handwerkliche und künstlerische Aktivitäten, Musik, Konzertbesuche und den Besuch von Informationsveranstaltungen. Seit Januar 2010 treffen sich die Teilnehmer zweimal im Monat unmittelbar vor den Gesprächskreistreffen für anderthalb Stunden zum Sport. Was besonders ist: Dieses Angebot wird in das Breitensportangebot der Vereine eingebunden, um wieder ein Stück mehr gesellschaftliche Teilhabe zu ermöglichen. Mit den Angehörigen finden zweimal im Jahr gemeinsame Aktivitäten statt. ▶

Kontakt

Hartmut Schilling

Leben mit Demenz – Alzheimergesellschaft Kreis Minden
Lübecke e. V.

Tel.: 0571 / 97 42 967 oder 0571 / 6 48 35 46

E-Mail: post@leben-mit-demenz.info

Personzentrierte Gruppenarbeit

Das Mannheimer Beispiel

Ähnlichkeiten zum Mindener Modell zeigt eine Gruppe in Mannheim. Hier versteht man sich bewusst als Erlebnisgruppe. Auch hier geht es darum, Dinge miteinander und Schönes zu erleben, Neues kennenzulernen und sich nicht vom gesellschaftlichen und sozialen Leben abkoppeln zu lassen.

Träger des nunmehr schon seit 5 Jahren bestehenden Angebots ist der Verein VIVA e. V., ein Zusammenschluss von Fachleuten aus der Altenarbeit, der sich für eine auf die persönlichen Wünsche und Bedürfnisse zugeschnittene Versorgung und psychosoziale Betreuung von älteren und verwirrten Menschen engagiert.

Von der Welt etwas mitbekommen

Die Gruppe hat aktuell acht feste Mitglieder zwischen 60 und 74 Jahren. Bei der Gruppengründung vor rund fünf Jahren hatten die Mitglieder der ersten Stunde vor allem ihr Interesse formuliert, ohne Versagensängste kommunizieren, noch etwas erleben und von der Welt etwas mitbekommen zu können.

„Sowohl die Vertrautheit untereinander als auch das Selbstverständnis der demenziell veränderten Menschen ist gewachsen – das hat zu einer stärkeren Verbundenheit der Gruppenmitglieder untereinander geführt.“

Dies hat zu einer Struktur geführt, die von wöchentlichen, zweieinhalb Stunden dauernden Treffen in der Gesprächsrunde und den daraus erwachsenden Außenaktivitäten und Exkursionen bestehen. Diese werden sorgfältig besprochen und geplant. Sie haben meist mit der unmittelbaren Lebensumwelt der Teilnehmer zu tun. „Im Lauf der Zeit haben die Gesprächsrunden immer stärker an Gewicht gewonnen“, formuliert Ellen Ensinger-Boschmann, die die Gruppe leitet. „Sowohl die Vertrautheit untereinander als auch das Selbstverständnis der demenziell veränderten Menschen ist gewachsen – das hat zu einer stärkeren Verbundenheit der Gruppenmitglieder untereinander geführt.“ (Ensinger-Boschmann 2009)

Das personenzentrierte Konzept

Die Gruppenleitung – eine Pädagogin und Sozialarbeiterin – beruft sich bei ihrem Tun auf den personenzentrierten Ansatz von Carl Rogers, dessen zentralen Elemente wie Empathie, Kongruenz und bedingungslose positive Wertschätzung die Arbeit in der Gruppe bestimmen. Ihre Aufgabe sieht sie darin, ein Interaktionsnetz in der Gruppe zu installieren.

Die Kommunikationsfähigkeit in der Gruppe hat sich verbessert, Verhaltensunsicherheiten und nicht situationskonforme Verhaltensweisen haben sich verringert oder werden von der Gruppe toleriert.

Durch ihr Zuhören und einen von Empathie gekennzeichneten Stil soll Kommunikationsbereitschaft der Gruppenmitglieder untereinander entstehen. Das Gesprächsangebot fördert diesen Prozess zwischen den Beteiligten, indem Wünsche und Vorlieben geäußert, Meinungen gebildet und Beschlüsse in der Gruppe gefasst werden. Die Gruppenleitung sieht sich allenfalls als Vorschlagende, gemacht wird das, was die Teilnehmer einbringen, miteinander besprechen und schließlich auch entscheiden.

„... genau das, was man braucht“ Menschen mit Demenz sprechen über Gruppen

„Also, ich find das ganz in Ordnung. Also, das ist wirklich schön. Seitdem ich weiß, dass es diese Gruppe gibt, komme ich auch her.“ RITA DECHANT

Gruppenerfahrung

Laut Einschätzung der Gruppenleitung hat sich die Kommunikationsfähigkeit in der Gruppe verbessert, Verhaltensunsicherheiten und nicht situationskonforme Verhaltensweisen haben sich verringert oder werden von der Gruppe toleriert. Zu erkennen sei, dass sich Mitgefühl und Selbstwertgefühl als wesentliche Bestandteile des Gruppengefühls herauskristallisiert haben, ebenso wie innerhalb des positiven Bezugssystems Personen und Ereignisse für die demenziell veränderten Menschen erinnerbar sind. ▶

Kontakt

Beratungsstelle Viva für ältere Menschen und ihre Angehörigen
Ellen Ensinger-Boschmann
Tel.: 00 49 / 621-70 34 35
E-Mail: e.boschmann@beratungsstelle-viva.de

Ein geschützter Raum

Das Kieler Beispiel: Vom Kurs zur festen Gruppe

Anfang 2009 startete in Kiel eine Gruppe für Menschen mit Demenz. Hervorgegangen ist dieses Angebot aus der Initiative einer Sozialarbeiterin, die den Aufbau einer solchen Gruppe als abschließendes eigenständiges Projekt innerhalb ihres praktischen Studienseesters angelegt hatte. Träger sind die Alzheimer Gesellschaft Kiel e. V. und die Beratungsstelle Demenz und Pflege. Gestartet war man anfangs allerdings unter dem Label Kurs, vergleichbar mit dem Münchener Beispiel.

Worum es bei den Treffen gehen soll, bestimmen die Teilnehmer. Was sie mitbringen, was „oben auf liegt“, wird von der Moderatorin aufgegriffen und genutzt.

Ein solch seminar-orientiertes Angebot erwies sich jedoch schon bald als nicht passend und so entstand schließlich eine sich kontinuierlich – im vierzehntägigen Rhythmus – treffende Gruppe mit offenem Design.

Die Teilnehmer geben das Thema vor

Wie in Minden und Mannheim gibt es auch hier kein festes Thema. Worum es bei den Treffen gehen soll, bestimmen die Teilnehmer. Was sie mitbringen, was „oben auf liegt“, wird von der Moderatorin aufgegriffen und genutzt. Nur für den Fall, dass es einmal nichts Aktuelles geben sollte, das den Teilnehmern auf den Nägeln brennt, hat sie etwas Vorbereitetes „im Rucksack“. Doch der Rucksack kann fast immer geschlossen bleiben.

Denk- und Sprechverbote gibt es nicht. Es entstehen intensive Momente der Betroffenheit. Dann wird auch schon einmal geweint. Aber die Gruppe spendet Trost und danach entwickelt sich auch wieder etwas Heiteres.

Vorträge und Informationsinputs von Ärzten und anderen beruflichen Helfern werden von den Teilnehmern nicht gewünscht. Themen, die sie selbst immer wieder auf die Agenda setzen, betreffen beispielsweise die Partnerschaft, Rollenverteilungen, mangelndes Verständnis und gleichzeitige Schonhaltung, Angst vor Abhängigkeit sowie der Umgang mit der Diagnose in der Öffentlichkeit und im Bekanntenkreis.

Tabuloses Sprechen im geschützten Raum

Einen geschützten Raum zu schaffen, in dem tabulos alles gesagt werden darf: Das ist eine wichtige Funktion der Gruppe und der Gruppenleiterin. Denk- und Sprechverbote gibt es nicht. Auch Zuhause können die Teilnehmer oftmals nicht alles sagen, was sie bedrückt und was sie bewegt. Es könnte den Angehörigen verletzen, ihn vielleicht auch provozieren. Doch wohin damit? „Das hat mir gut getan, hier so frei sprechen zu können“, formuliert es ein Teilnehmer. „So viel, wie ich hier heute gesabbelt habe, werde ich das die nächsten 14 Tage nicht mehr tun.“

Eine medizinische Diagnose ist hier keine Voraussetzung für die Gruppenteilnahme.

Es entstehen intensive Momente in der Gruppe, in denen Betroffenheit herrscht, in denen auch schon einmal geweint wird und in denen man sich dann gegenseitig tröstet und nach denen sich dann auch wieder etwas Heiteres entwickelt. Zwischen den Teilnehmern des Gruppenangebots haben sich Beziehungen und Netzwerke gebildet. Es gibt Mitfahrgelegenheiten und gemeinsame Besuche von Veranstaltungen. In diese sind auch die

Unterstütze Gruppen für Betroffene Unterschiede und Gemeinsamkeiten im Überblick

Zwischen den vorgestellten Gruppenansätzen sind Unterschiede und Gemeinsamkeiten erkennbar.

Gemeinsam ist allen der Grundgedanke, einen Raum zu schaffen, in dem sich Menschen mit Demenz aktiv mit ihrer Situation auseinandersetzen und sich gegenseitig Unterstützung bieten können.

Vom Charakter her sind es alles Gesprächsgruppen – auch diejenigen, die sich bewusst als erlebnisorientierte Gruppen verstehen und viele Aktivitäten miteinander unternehmen.

Unterschiede betreffen vor allem die Verortung auf einer Skala zwischen den Polen offen bis durchstrukturiert und die daraus abgeleitete Rolle der Personen, die eine Moderations- oder Leitungsfunktion ausüben.

Auch die Frage, ob eine ärztlich formulierte Demenzdiagnose Voraussetzung für die Gruppenteilnahme ist, wird unterschiedlich beantwortet. Schließlich gestalten sich auch die Einbeziehung und die Arbeit mit den Angehörigen der Gruppenteilnehmer unterschiedlich.

Außerdem gibt es weitere Gruppentypen, so beispielsweise eine gemeinsame therapeutische Gesprächsgruppe für Menschen mit Frühdemenz und ihre Ehepartner. (Bruder 2007)

Angehörigen eingebunden. Auch sie treffen sich, wenn auch nur alle vier bis sechs Wochen, und organisieren sich selbst.

Die Gruppenteilnehmer

Sieben Personen sind zurzeit in der Gruppe. Sie sind zwischen 65 und 76 Jahre alt. Zu den Treffen kommen die Teilnehmer selbstständig. Neue Mitglieder sind willkommen. Als ein Aufnahmekriterium wurde seinerzeit formuliert: „Frühdemenz diagnostiziert beziehungsweise auf dem Weg dahin.“ Eine Diagnose ist jedoch keine Voraussetzung für die Gruppenteilnahme. Wichtiger ist das zweite Kriterium: „Wunsch nach aktiver Auseinandersetzung mit der veränderten Lebenssituation gemeinsam mit Gleichbetroffenen.“ Die Gruppenteilnahme ist kostenfrei. ▶

Kontakt

Michaela Kaplaneck
kaplaneck@t-online.de

Ohne Diagnose keine kognitive Störung – oder wie?

Manche Menschen leiden an kognitiven Störungen, ohne dass die Medizin eine Diagnose dingfest machen kann. Auch sie brauchen einen Platz zum Austausch.

Herbert Sund besucht seit anderthalb Jahren die Gruppe für Menschen mit Demenz in Kiel. ((Verweis)) Lesen Sie dazu den Beitrag auf Seite ((einfügen)) ((Verweis-Ende)). Vor zweieinhalb Jahren bemerkten zuerst seine Frau, dann auch er selbst immer stärker Probleme mit dem Gedächtnis, der Orientierung, der Konzentrationsfähigkeit und mehr. Sie bestimmten sein Leben und seinen Alltag immer stärker und führten zu allen Problemen, die man im Zusammenhang mit Demenz kennt.

In der Gruppe fand er einen Ort, an dem er über all das sprechen und sich mit Gleichbetroffenen austauschen kann. Das bedeutet ihm viel. Herbert Sund hat vor anderthalb Jahren begonnen, sich diversen Untersuchungen und diagnostischen Prozessen zu unterziehen. Bis heute liegt jedoch kein Ergebnis vor. Der Medizin gelingt es nicht, eine Diagnose zu stellen.

„Darf ich trotzdem weiter zur Gruppe kommen?“, fragte Herbert Sund die Leiterin kürzlich. Die Frage war in diesem Fall scherzhaft gemeint. Doch hat sie durchaus einen realen Hintergrund.

Eingangskriterium Diagnose: Für

Für die amerikanischen Support Groups haben Yale und Snyder (2002) als erste Voraussetzung für die Aufnahme eines Teilnehmers das Vorliegen einer medizinischen Demenzdiagnose formuliert. Auch bei den meisten der wenigen Gruppen in Deutschland wird dieses Eingangskriterium genannt. Das Hauptargument für eine ausgesprochene Diagnose lautet: Nur wenn eine Diagnose vorliegt, kann der betroffene Mensch auch in einen Prozess der Auseinandersetzung damit gehen. Genau darum gehe es in den Gruppen.

Was zählt mehr, die ärztliche Feststellung oder das konkrete Erleben der betroffenen Menschen, die sich kognitiv beeinträchtigt fühlen?

Ein zweites Argument lautet: Wenn Menschen in die Gruppen kommen, bei denen gar keine „echte Demenz“ vorliegt, sondern die vielleicht nur eine sogenannte sekundäre – also oft rückgängigzumachende – Demenz oder eine Depression haben, dann würden diese Personen der Chance verlustig gehen, ihren „wirklichen“ Problemen auf die Spur zu kommen. Und: Menschen, die zwar Gedächtnis- und kognitive Probleme, jedoch keine echte Demenz haben, könnten die gruppendynamischen Auseinandersetzungsprozesse behindern.

Eingangskriterium Diagnose: Wider

Herr Sund wäre von allen Gruppen oder richtiger von den Organisatoren, die dieser Argumentation folgen, nicht aufgenommen worden. Und das, obwohl er seit längerer Zeit massive kognitive Veränderungen durchlebt, Beeinträchtigungen erfährt und im Alltag auch die Auswirkungen von Stereotypen und Defizitbildern über Menschen mit Demenz am eigenen Leib erlebt (siehe dazu auch seinen Bericht in dem Buch „Ich spreche für mich selbst. Menschen mit Demenz melden sich zu Wort“). Die Gruppe, an der er regelmäßig teilnimmt, hilft ihm und stützt ihn, mit seiner Lebenssituation zurechtzukommen.

Was zählt also: Eine ärztliche Diagnose oder das reale Erleben von Menschen? Benötigen wir unterstützte Selbsthilfegruppen

„... genau das, was man braucht“ Menschen mit Demenz sprechen über Gruppen

„Unterstützungsgruppen von Betroffenen für Betroffene sind eine sehr wichtige Form für uns, mit all dem umgehen zu können – unser Alltagsleben bewältigen zu können.“ **TEILNEHMER EINER GRUPPE IN DEN USA**

für Menschen mit einer ärztlich diagnostizierten Demenz oder Gruppen für Menschen mit kognitiven Veränderungsprozessen?

Dass Menschen, die bei sich Veränderungen im Bereich der Gedächtnisfunktionen und der Orientierung bemerken, diese diagnostisch zu klären versuchen sollten, ist unumstritten. Verschiedene Demenzformen lassen sich heute relativ gut diagnostizieren und bei manchem Betroffenen können vielleicht zugrunde liegende organische Ursachen identifiziert und die demenziellen Symptome zum Verschwinden gebracht werden.

Aber: Oft sind Diagnosen so ungenau – Beispiel: Demenz, demenzielles Syndrom –, dass ihre Aussagekraft gering ist. Von vielen Wissenschaftlern werden die Grenzen zwischen normalen und sogenannten krankhaften kognitiven Veränderungen als so fließend angesehen, dass kaum scharfe Trennlinien gezogen werden können.

Bei Menschen wie Herbert Sund scheitert die Medizin schlichtweg bei dem Versuch, mit ihren Mitteln überhaupt zu einer Diagnose zu gelangen.

Die Alzheimerdemenz wird von vielen Fachleuten mittlerweile wieder als Teil des menschlichen Gehirnalterungsprozesses betrachtet und nicht als eine exakt zu bestimmende und wissenschaftlich sauber abgrenzbare Krankheitsdiagnose. Und bei Menschen wie Herbert Sund scheitert die Medizin schlichtweg bei dem Versuch, mit ihren Mitteln überhaupt zu einer Diagnose zu gelangen. ▶

Was zählt? Schreiben sie uns!

Hier noch einmal die Frage:

Was zählt? Und: Sollte das Vorliegen einer Demenzdiagnose zum Eingangskriterium für unterstützte Selbsthilfegruppen gemacht werden?

Ihre Meinung interessiert uns. Schreiben Sie uns, was Sie zu diesen Fragen denken. Über die Reaktionen werden wir in den kommenden Ausgaben von **demenz.DAS MAGAZIN** berichten.

Senden Sie Ihre Meinung an:

Demenz.DAS MAGAZIN – Herausgeber
c/o Demenz Support Stuttgart
Hölderlinstraße 4
70174 Stuttgart
oder per E-Mail an:
demenz.DAS MAGAZIN@t-online.de

„... genau das, was man braucht“ Menschen mit Demenz sprechen über Gruppen

„Ich kann gar nicht sagen, wie gut es sich für mich anfühlt, mit Menschen zusammensitzen, die Alzheimer haben und mir anzuschauen, was sie machen, durch welche Kämpfe sie gehen, das alles zu hören und mehr zu planen.“ **TEILNEHMER EINER GRUPPE IN DEN USA**

In Kontakt treten – Gruppen initiieren – Sich vernetzen

Vielleicht gibt es viel mehr unterstützte Selbsthilfegruppen für Menschen mit Demenz in Deutschland als wir wissen. Zumindest wissen diese Gruppen kaum etwas voneinander.

Unterstützte Selbsthilfegruppen können für Menschen mit Demenz eine wichtige Funktion erfüllen und eine große Hilfe darstellen. ➔ Lesen dazu auch den Beitrag „Unterstützte Selbsthilfegruppen – ein Konzept“ auf Seite ((einfügen)) . Dies wurde auch in der Diskussion auf der Veranstaltung „Stimmig!“ im Januar 2010 in Stuttgart deutlich (<http://www.demenz-support.de/stimmig/?cmd=werkstatt1>). Angeregt wurde dort, den Gedanken der unterstützten Gruppen im deutschsprachigen Raum weiter und breiter zu streuen und Möglichkeiten der gegenseitigen Kontaktaufnahme, des Austausches, der fachlichen Auseinandersetzung sowie der Beratung/Unterstützung zu schaffen.

gehören unter anderem Richard Taylor aus den USA und James McKillop aus Schottland. Wir freuen uns über alle, die an einem Austausch und an der Weiterentwicklung der Fachdiskussion interessiert sind. ▶

Kontakt und Ansprechpartnerinnen

Michaela Kaplaneck (Region Nord) und
Andrea Kynast (Region Süd)
Beide erreichbar unter: kaplaneck@t-online.de

Möglichkeiten der Kontaktaufnahme schaffen – wir beginnen jetzt damit

Kontakt – Information – Austausch

Einige Gruppen sind bekannt, andere vielleicht nicht. Wer Interesse hat, mit anderen Gruppen Informationen auszutauschen oder in Kontakt zu treten, kann sich im ersten Schritt bei uns melden. Wir werden einen kleinen Fragebogen zusenden, in dem das jeweilige Angebot kurz beschrieben wird. Um den einzelnen Gruppen Gelegenheit zu geben, auch untereinander in Kontakt zu treten, werden wir – die entsprechende Bereitschaft der Gruppen vorausgesetzt – eine Kontaktliste erstellen und zur Verfügung stellen. Mittelfristig könnten auch Austauschtreffen organisiert werden.

Gruppen initiieren

Wir möchten weitere Menschen dazu motivieren, unterstützte Selbsthilfegruppen für Menschen mit Demenz zu initiieren und aufzubauen. Wer hieran Interesse hat, kann sich bei den unten genannten Ansprechpartnerinnen melden.

Mittlerweile gibt es auch Fortbildungsangebote für Personen, die unterstützte Gruppen initiieren, aufbauen und leiten/begleiten wollen. ➔ Beachten sie dazu den Kasten „Hier kann ich frei sprechen“.

Fachdiskussion

Wir wollen den Austausch und die fachliche Diskussion über Gruppen für Menschen mit Demenz sowie über Fragen der Selbsthilfe und der Selbstorganisation vorantreiben und intensivieren. Dies kann in Form von Fachveranstaltungen, Veröffentlichungen und auf anderen Wegen erfolgen. Bei diesen Fragen tauschen wir uns mit unseren Freunden in anderen Ländern aus. Dazu

QUALIFIZIERUNG · WORKSHOP

Hier kann ich frei sprechen

Gruppen von und für Menschen mit Demenz initiieren, planen, aufbauen und moderieren

Inhalte:

- ▶ Die Bedeutung von Unterstützungs- und Selbsthilfegruppen
- ▶ Erfahrungen mit unterschiedlichen Gruppenkonzepten
- ▶ Wie kann man eine solche Gruppe initiieren?
- ▶ Wer ist die Zielgruppe?
- ▶ Die Rolle des Moderators/Der Moderatorin
- ▶ Die Gestaltung von Gruppentreffen und Aktivitäten
- ▶ Einbindung von Angehörigen und Vernetzung

Zielgruppen:

- ▶ Interessierte, die Unterstützungs- und Selbsthilfegruppen für Menschen mit Demenz initiieren und moderieren wollen
- ▶ Moderatoren von Unterstützungs- und Selbsthilfegruppen für Menschen mit Demenz

Termine:

- ▶ 4. Oktober 2010 in Stuttgart
- ▶ Ein weiterer Termin in Bremen in 2010 ist geplant. Termine in anderen Städten/Regionen auf Anfrage.

Informationen:

Demenz Support Beratungs-, Fortbildungs- und Service GmbH
info@demenz-support-bfs.de
Telefon: 0711-99787-25
www.demenz-support-bfs.de

Einfach loslegen – aber planvoll!

Unterstützte Selbsthilfegruppen für Menschen mit Demenz initiieren

Wir hoffen, dass Sie sich im Moment gerade diese Fragen stellen:

- ▶ Wie kann eine Gruppe initiiert werden?
- ▶ Wo mache ich das?
- ▶ Wie kann ich potenzielle Gruppenmitglieder ansprechen?
- ▶ Wen brauche ich als Partner?

Damit haben Sie den ersten Schritt bereits getan: Sie haben sich entschieden und wollen loslegen.

Solange es kaum Erfahrungen über unterstützte Selbsthilfegruppen für Menschen mit Demenz gibt, liegen Handlungsempfehlungen natürlich noch in weiter Ferne. Zumal die wenigen existierenden Gruppen kaum miteinander vernetzt sind und der Erfahrungsaustausch noch informell über persönliche Kontakte läuft.

Der Praktikerin über die Schulter geschaut

Vielleicht lohnt es sich da, einer Praktikerin über die Schulter zu schauen, um zu erfahren, wie sie vorgegangen ist. Andrea Kynast, Sozialarbeiterin bei einem Pflegestützpunkt in Rheinland-Pfalz, hospitierte im Herbst 2008 im Rahmen des Internationalen Hospitationsprogrammes der Robert-Bosch-Stiftung für einen Monat bei der Scottish Dementia Working Group (SDWG), der schottischen Interessenvertretung von und für Menschen mit Demenz. Überzeugt von der effektiven Arbeit der SDWG stellte sie diesen Ansatz kurze Zeit später bei der Veranstaltung „Aufbruch!“ der Aktion Demenz in Stuttgart vor. Ihre Ideen stießen auf Interesse, doch gab es auch Zweifler an den Umsetzungsmöglichkeiten einer solchen Idee in Deutschland.

Inspiziert und ermutigt von James McKillop hat Andrea Kynast Ende 2009 einfach damit begonnen, im Hunsrück-Städtchen Simmern eine Selbsthilfegruppe zu initiieren.

Andrea Kynast hat im folgenden Jahr zu der regionalen Alzheimer-Selbsthilfegruppe Kontakt aufgenommen. Klassischerweise handelte es sich bei dieser Gruppe um eine Selbsthilfegruppe für die Angehörigen von Menschen mit Demenz. Außerdem hat sie sich mehrfach mit der rheinland-pfälzischen Alzheimer-Gesellschaft in Verbindung gesetzt, um beide Stellen als Kooperationspartner für eine Interessenvertretung für Menschen mit Demenz in Rheinland-Pfalz zu gewinnen. Offensichtlich war die Zeit jedoch noch nicht reif und auch die Fachleute noch nicht hinreichend sensibilisiert für einen Wandel.

Einfach beginnen

Nicht zuletzt dank des ständigen Austauschs mit James McKillop und dessen Ermutigung hat Andrea Kynast Ende 2009 schließlich beschlossen, einfach zu beginnen. Im Dezember initiierte sie eine unterstützte Selbsthilfegruppe in Simmern (Hunsrück), einer Kleinstadt mit knapp 8.000 Einwohnern. Bewusst hat sie sich für eine strikte Trennung ihrer Aufgaben für die Gruppe von ihrer beruflichen Tätigkeit entschieden und engagiert sich hier ausschließlich als Privatperson. Auf diesem Weg soll garantiert werden, dass die Gruppeninitiative völlig frei von jeglichen externen Interessen wirken und sich entfalten kann und nicht Gefahr läuft, instrumentalisiert zu werden.

Den Mitgliedern der Gruppe ist es wichtig, ihren Rahmen autonom zu bestimmen.

Dies ist auch ganz im Sinne der Mitglieder, denen es wichtig ist, ihren Rahmen bei jeder Sitzung und bei jeder Planung völlig autonom zu bestimmen. Um diese Idee auch konsequent durchzusetzen, hat Andrea Kynast im zentral gelegenen Mehr-Generationen-Haus einen Gruppenraum organisiert und konnte somit auch eine neutrale Räumlichkeit für die Treffen sichern. Mit der dort zuständigen Person für die Öffentlichkeitsarbeit

„... genau das, was man braucht“ Menschen mit Demenz sprechen über Gruppen

„Nach der Diagnose war ich ja schon sehr down. Inzwischen hab' ich mich sehr gut gefangen, wobei mir die Gespräche in der Gruppe eine große Hilfe waren, da fühlt man sich wirklich aufgefangen. Wenn man diese Diagnose kriegt, ist das genau das, was man braucht.“ **HELEN MERLIN**

wurde ein intensives Vorgespräch geführt, um an dieser wichtigen Schnittstelle Überzeugungsarbeit für ein anderes Bild von Menschen mit Demenz zu leisten. Nur wer erkannt hat, welche Potenziale eine solche Gruppe hat, kann auch überzeugende Öffentlichkeitsarbeit im Sinne dieser Gruppe leisten.

Die Zusammenarbeit erwies sich in der Folge auch als sehr konstruktiv und effektiv. Die Treffen werden regelmäßig im Verteiler des Mehr-Generationen-Hauses veröffentlicht – eine zeitaufwendige Aufgabe die von dieser Stelle zuverlässig übernommen wird. Die Veröffentlichungen in den verschiedenen lokalen Amts- und Wochenblättern mobilisierten dann auch die ersten Teilnehmer und Teilnehmerinnen: Zunächst waren es nur 2, aber in der Zwischenzeit treffen sich regelmäßig bis zu 8 Personen im Alter von 59 bis 76 Jahren in Simmern.

Großes Informationsbedürfnis

Die Themen der Treffen sind sehr unterschiedlich, aber allen Beteiligten liegt vor allem ein wesentlicher Faktor am Herzen: Information, um Wissen über ihre Erkrankung zu erlangen und die Initiative ergreifen zu können. Die Interessen sind so vielfältig wie die Persönlichkeiten: Die einen benötigen Informationen zu einer gesicherten Diagnostik, die anderen wollen mehr über unterstützende therapeutische Maßnahmen erfahren. Versicherungsschutz ist sowohl bei der Frage der Fahrtauglichkeit als auch im Sport – zwei Mitglieder der Gruppe sind begeisterte Bergsteiger – ein relevantes Thema. Um diesen Informationswünschen nachzukommen, werden Veranstaltungshinweise weitergeleitet, schriftliche Informationen gesammelt und verteilt und Referenten gesucht und eingeladen. So stehen etwa Mitarbeiter der Gedächtnisambulanz der Uni-Klinik Mainz oder Therapeuten den Gruppenmitgliedern Rede und Antwort. Bei diesen Anlässen wünschen die Gruppenmitglieder auch die Anwesenheit ihrer Partner, um mit diesen gemeinsam auf einem Wissens- und Informationsniveau zu sein.

Wenn die Gruppe stabil genug ist, will Andrea Kynast in den Hintergrund treten, die Moderatorenrolle verlassen und nur noch Aufträge der Gruppe entgegennehmen.

Alle Zitate aus:
„Ich spreche für mich selbst.
Menschen mit Demenz melden
sich zu Wort“,
2009, Mabuse-Verlag.

Noch ist die Gruppe nicht stabil und auf die Unterstützung von Andrea Kynast angewiesen. Frau Kynast ist gespannt, wann sie die Moderatorenrolle verlassen, in den Hintergrund treten und lediglich Aufträge der Gruppe entgegennehmen wird. Das werden die nächsten Monate zeigen. Ebenso unsicher ist die endgültige Gruppengröße oder, ob sich verschiedene Gruppen für unterschiedliche Stadien der demenziellen Veränderungen ausdifferenzieren. Ein spannender Prozess für alle Beteiligten. Als unerwartet wichtiger Kooperationspartner haben sich die Ergotherapeuten der umliegenden Gemeinden erwiesen. Über sie gelingt es der Organisatorin, Kontakte zu Betroffenen zu knüpfen. Denn einerseits scheinen viele Demenzbetroffene in ergotherapeutischer Behandlung zu sein und andererseits sind die Therapeuten aufgeschlossen für das neue Gruppenangebot. Das mag nicht überall so sein. Das Beispiel zeigt aber, wie wichtig der sozialräumliche Bezug eines solchen Angebots ist.

Kooperationspartner sind das A und O

Sehr wichtig es ist, Kooperationspartner zu gewinnen, die Zugang zu Menschen mit Demenz haben und diese Personen auf das Gruppenangebot hinweisen und es vermitteln können. Das bestätigen auch die Verantwortlichen der anderen in diesem Heft vorgestellten Gruppen. In Minden besteht eine enge Vernetzung mit zwei Demenzfachberatungsstellen.

Als unerwartet wichtiger Kooperationspartner haben sich die Ergotherapeuten der umliegenden Gemeinden erwiesen. Über sie gelingt es der Organisatorin, Kontakte zu Betroffenen zu knüpfen.

In der Kieler Gruppe kam ein Teilnehmer über das Internet, einer über vorher bereits bestehende Kontakte aus einem Forschungsprojekt, alle anderen aber über eine kooperierende Beratungsstelle zur Gruppe. Und Vergleichbares berichten auch die Gruppen aus Mannheim und München.

Aufrufe bei örtlichen Zeitungen oder Informationen auf Webseiten können eine wichtige Starthilfe sein. Damit das funktioniert, sollten die Initiatoren aber zuvor genau überlegt haben, wer ihre wichtigen Kooperationspartner vor Ort sein könnten und wie sie sich für eine Zusammenarbeit gewinnen lassen. ▶

Buchvorstellungen



DANUTA LIPINSKA

Menschen mit Demenz personenzentriert beraten

Dem Selbst eine Bedeutung geben

Huber, Bern 2009

ISBN 978-3456848334

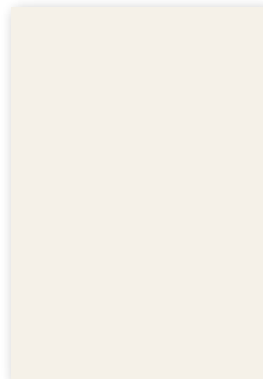
144 Seiten, € 24,95

„Mit diesem Buch gebe ich meiner Überzeugung Ausdruck, dass Männer und Frauen mit Demenz auf Wunsch Zugang zu professioneller Beratung haben müssen, um ihnen zu helfen, ihrem Leben eine Bedeutung zu geben und sich selbst und ihre aktuellen Erfahrungen besser zu verstehen.“

So formuliert die Autorin die Intention ihrer Veröffentlichung. Dass dies möglich ist, leitet sie nicht allein aus konzeptionellen Überlegungen ab, sondern kann es auch durch ihre praktischen Erfahrungen als Beraterin belegen.

Worauf es in der Beratung von Menschen mit Demenz ankommt und welche Herausforderung dies für den Beratenden bedeutet, wird von Danuta Lipinska einfühlsam in diesem Buch entwickelt.

„Das erste Buch, das zeigt, wann, wie und worauf hin man Menschen mit einer Demenz beraten kann“, kündigt der Verlag an. ▶



HARALD WELZER

Das kommunikative Gedächtnis – Eine Theorie der Erinnerung

Verlag C.H. Beck, München 2008

ISBN 978-3-406-57341-5

260 Seiten, € 14,950

Erinnern ist mehr als das Abrufen von Informationen, die im Gehirn abgelegt sind. Erinnern ist ein von vielen Faktoren beeinflusster Prozess der Rekonstruktion, stellt der Soziologe und Sozialpsychologe Harald Welzer heraus. In seiner Darstellung der Gedächtnisfunktionen, in die Welzer zu Beginn des Buches verständlich einführt, stützt er sich nicht nur auf die Neurowissenschaften, sondern stellt die Bedeutung der sozialkommunikativen Mechanismen für die Gedächtnisfunktion heraus. Fast man seine Gedankengänge zu einer Aussage zusammen, so würde sie lauten: Erinnerung bildet sich nur in der Interaktion in der Gemeinschaft mit anderen Menschen. Und nur diese Erinnerungen sind identitätsstiftend. Unweigerlich stellt sich hier die Frage, was Erinnern und damit die Identität beeinflusst.

In diesem Buch werden eine Reihe weitverbreiteter Sichtweisen zum autobiografischen Gedächtnis in Frage gestellt. Dies erfolgt in einer verständlichen Art und Weise. Viele Beispielgeschichten lassen die theoretischen Ausführungen des Autors anschaulich werden. Es ist spannend, seinen Gedanken zu folgen. Und unweigerlich werden die Gedanken auf die eigenen autobiografischen Erinnerungen gelenkt. Ein Buch eher für diejenigen, der sich theoretisch mit den Prozessen des Erinnerns und der Identitätsbildung auseinandersetzen will. ▶



ESME MONIZ-COOK / JILL MANTHORPE

Frühe Diagnose Demenz

Rechtzeitige evidenzbasierte psychosoziale Intervention bei Menschen mit Demenz

Huber, Bern 2010

978-3456848068

264 Seiten, € 29,95

Was kann man tun, um die Lebensqualität und das Wohlbefinden von Menschen mit Demenz zu erhalten und zu verbessern? Man kann ihnen frühzeitig nach der Diagnose psychosoziale Unterstützungsmaßnahmen anbieten, sagen die Autoren dieses Buches. Welche Maßnahmen das sein können, wird anschaulich erläutert. Sie reichen von Gruppenpsychotherapie und familien- und paarbezogener Erinnerungsarbeit über Kunsttherapie bis hin zur Gruppenarbeit mit Männern mit beginnender Demenz und die Arbeit in Begegnungsstätten.

Die psychosozialen Interventionsmaßnahmen werden fast immer mit Fallbeispielen vorgestellt und dann von dem internationalen Autorenteam analysiert. Ein Kapitel widmet sich den Möglichkeiten technischer Unterstützungsmittel für Menschen mit Demenz (Enable-Projekt).

Abschließend bietet diese Veröffentlichung auch ein Kapitel über ehrenamtlich organisierte Interventionen für Betreuungspersonen. ▶

Lteraturverzeichnis

Snyder, Lisa / Jenkins, Cecily / Joosten, Liebeth: Effectiviness of support groups for people with mild to moderate Alzheimer's disease. An evaluative survey. In: American Journal of Alzheimer's disease and others demtnias®. Abrufbar unter: <http://aja.sagepub.com>

Jens Bruder: Gesprächsgruppen für Früherkrankte und ihre Ehepartner. In: Demenz eine Herausforderung für das 21. Jahrhundert. 100 Jahre Alzheimer-Krankheit. Hrsg. Deutsche Alzheimer Gesellschaft. S. 239 – 245. Berlin 2007

Ellen Ensinger-Boschmann: Personzentrierte Gruppenarbeit mit demenziell erkrankten Menschen zur Unterstützung des Selbstwahrnehmungs- und Bewältigungsprozesses. In: Person 1 (2009), S. 54-61

Anna Sarre: Living with memory loss: a national experience of support groups in Australia. In: Les Cahiers de la Fondation Mederic Alzheimer, Nr. 1 (2005), S. 53 – 65

Lisa: Speaking our minds. Personal reflections from individuals with Alzheimer's. New York 1999

Impressum

Bausteine.demenz

ist eine Beilage der Zeitschrift demenz – DAS MAGAZIN (www.demenz-magazin.de)
© Zeitschrift demenz, Ausgabe 4, 2010

Herausgeber

Netzwerk Pflegen durch die geschäftsführenden Herausgeber Peter Wißmann (p.wissmann@demenz-support.de) und Michael Ganß (michael-ganss@online.de); in Verbindung mit Prof. Dr. Thomas Klie, Dr. Tomas Müller-Thomsen, Prof. Dr. Gudrun Piechotta-Henze, Christel Schumacher und Else Natalie Warns unter Beratung von Prof. Dr. Dr. Reimer Gronemeyer

Redaktion

Redaktionsbüro Pro-Kontext
Petra Heyde, Achim Beinsen
redaktion@pro-kontext.net

Grafik

Beate Franck-Gabay

Produktion

Jens Hinzmann Verlagsservice

Verlag

Netzwerk Pflegen
in der Vincentz Network GmbH
Postfach 6247
D-30062 Hannover

Vertrieb

Leitung Dirk Gödeke
Tel. 00 49 (0)5 11 / 99 10-026
Fax 00 49 (0)5 11 / 99 10-029
zeitschriftendienst@vincentz.de
www.vincentz.net

