



Alzheimer Gesellschaft
Baden-Württemberg e.V.
Selbsthilfe Demenz

Nachlese | Mit Demenz leben | 26. Juni 2019 **Kunsttherapeutische Angebote für Menschen mit Demenz**

*Der Mensch spielt nur,
wo er in voller Bedeutung des Wortes Mensch ist,
und er ist nur da ganz Mensch,
wo er spielt.*



Für *Regine Gienger* beinhaltet Spielen vor allem das schöpferische Gestalten mit Papier, Farben und verschiedenen anderen Materialien. Der eingangs zitierte Satz des Dichters *Friedrich Schiller* (1759-1805) entspricht ihrer Philosophie im Umgang mit Menschen mit Demenz. In ihrem Heimatort Plochingen bietet die Kunsttherapeutin für diese Personengruppe regelmäßig Kunsttherapie an.

Sie war am 26. Juni 2019 zu Gast im Treffpunkt 50plus in Stuttgart, erläuterte ihre Arbeit und stellte Werke von Menschen mit Demenz vor.

Das Erlebnis soll das Versinken in das „Spiel“ sein

Das einleitende Zitat stammt aus Schillers Abhandlung „Über die ästhetische Erziehung des Menschen“. Ästhetik bedeutet für ihn Wahrnehmung mit allen Sinnen, er wollte mit ihr Natur und Vernunft in Einklang bringen. Im Spiel sind sinnliches Erleben und der Verstand in Balance. Echte Kunst ist identisch, sie ist nicht Deko, sondern kommt aus der eigenen Erlebnisqualität eines Menschen.

Im Erlebnis des ganzheitlich fühlenden Menschen, im echten, freien Spiel, das nicht überfordert, versinkt der Mensch. Das Zeitgefühl verändert sich, die Aufmerksamkeit ist nur auf sich gerichtet, wir sind nur bei uns. Entscheidend ist der andere, der mit ins Erlebnis geht. Für Menschen mit Demenz ist das besonders wichtig, weil sie ihr Person-Sein nicht von sich aus aufrechterhalten können.

Das Versinken in etwas ist der wesentliche Moment, wie Kultur entsteht. Verschiedene Autoren haben sich nach Schiller mit diesem Zustand ebenfalls auseinandergesetzt.

Als erster hat der Psychologe *Mihali Csikszentmihalyi* den *Flow* beschrieben. Er versteht darunter das beglückende Gefühl eines mentalen Zustandes völliger Konzentration und völligen Aufgehens in einer Tätigkeit.

Maria Montessori spricht von der „Polarisation der Aufmerksamkeit“. Auch sie versteht darunter, sich ganz einer Sache hinzugeben, dazu kommt äußere Anregung beim Tun.

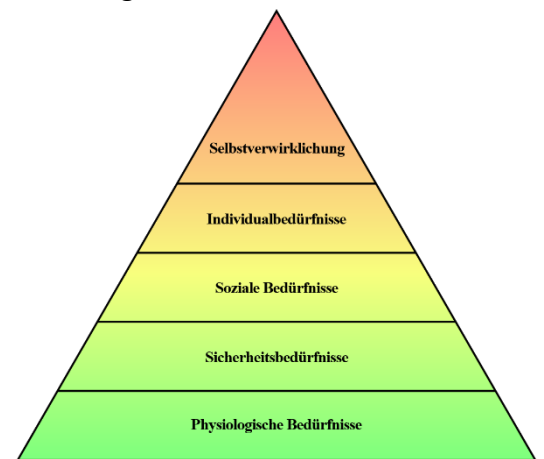
Der Psychologe *Siegbert A. Warwitz* hat sich empirisch mit dem Phänomen des Flow-Erlebens in verschiedenen Altersstufen, bei unterschiedlichen Menschengruppen, bei unterschiedlichen Tätigkeiten und unterschiedlichen Beanspruchungsgraden auseinandergesetzt. Dabei kam er zu dem



Ergebnis: Das „Urbild des Menschen im Flow ist das spielende Kind, das sich im glückseligen Zustand des Bei-sich-Seins befindet.“ Das Spiel des Kindes erfüllt nach Warwitz bereits alle wesentlichen Kriterien, die für das Flow-Erleben charakteristisch sind:

- Selbst gestellte Anforderungen und Lösungskompetenz befinden sich im Gleichgewicht
- Die Aufmerksamkeit konzentriert sich auf ein überschaubares Handlungsfeld
- Auf die Aktivitäten erfolgen klare Rückmeldungen
- Handeln und Bewusstsein verschmelzen miteinander
- Der Spielende geht voll in seiner Tätigkeit auf
- Das Zeitgefühl verändert sich
- Die Tätigkeit belohnt sich selbst

Der Psychologe *Abraham Maslow* spricht vom „peak experience“, einem euphorischen Zustand der Selbstverwirklichung. Seine Bedürfnispyramide zeigt, dass Selbstverwirklichung (volle Ausschöpfung des eigenen Potentials) die höchste Stufe der Bedürfnisbefriedigung ist.



Altern und Selbstverwirklichung

Kunsttherapie im hier vorgestellten Setting richtet sich an ältere Menschen. Für die Kunsttherapie mit Älteren ist entscheidend, von welchem Konzept des Alterns man ausgeht. Früher war das Defizitmodell vorherrschend, welches im Altern einen Abbauprozess sieht. Heute wird gefragt, was „erfolgreiches Altern“ ist. Nach *Baltes & Baltes* bedeutet erfolgreiches Altern, geeignete Ziele auszuwählen, den Prozess der Zielerreichung zu optimieren und Ressourcenverluste zu kompensieren.

Man orientiert sich überdies nicht mehr an der Verhütung von Krankheiten, sondern fragt: „Wie entsteht Gesundheit?“. Ein Baustein in der Gesundheitsförderung ist das Konzept der Salutogenese des Medizinsoziologen *Aaron Antonovsky*, bei der das subjektiv empfundene Gefühl entscheidend ist. Es hat folgende Aspekte:

- die eigene Person und die Umwelt zu verstehen,
- ein Gefühl von Sinnhaftigkeit
- und das Gefühl, das eigene Leben bewältigen zu können.

Mit fortschreitendem Alter verändern sich die Voraussetzungen hierfür. Je älter ein Mensch wird, umso höher ist das Risiko, eine Demenz zu bekommen. Die Diagnose Demenz bezieht sich auf die ganze Person und nicht nur auf einen organischen Aspekt, das Gehirn. Damit ändert sich die Einstellung insofern, als man eine Demenz nicht als medikamentös zu behandelnde Krankheit sieht, sondern sozialpsychiatrisch. Man muss den Blick schärfen und einen Perspektivwechsel dahingehend vollziehen, was mit der Person ist.



Alzheimer Gesellschaft
Baden-Württemberg e.V.
Selbsthilfe Demenz

Symptome der Demenz sind:

- Kognitive Störungen: Gedächtnis, Orientierung, Denken, Wahrnehmung, Sprache, Zerfall des Zeitgefühls
- Störungen im psychischen Erleben und Verhalten: Affektive Symptome, psychotische Symptome, Hyperaktivität, Apathie.

Man muss kritisch fragen, ob durch die Demenz die personale Kontinuität verletzt wird, Erlebnisarmut und Selbstwissensverlust eintreten, Persönlichkeit und Gefühlsleben sich verändern. *Müller, Romero* und *Wenz* sind der Meinung, dass solche Symptome durch psychosoziale Interventionen beeinflusst werden sollen. Dazu gehören außer der künstlerischen Therapie (Kunst-, Musik-, Tanztherapie u.a.) unter anderem Ergotherapie, kognitive und sensorische Verfahren.

Bei Demenz ist es das Kurzzeitgedächtnis, welches vor allem vom Abbau betroffen ist. Bilder und Kunstempfinden docken jedoch an anderen Stellen im Gehirn an. Kunstschaffen und Kunstgenuss sind zudem nicht rein kognitiv, sondern dringen in tiefere Bewusstseins Ebenen vor. Der Kunsttherapie werden bei alten dementen Menschen eine ganze Reihe von Wirkungen zugesprochen: selbst kreativ zu schaffen oder Werke zu betrachten weckt Emotionen und Erinnerungen; Konzentration, Orientierungsfähigkeit und der soziale Austausch werden verbessert, Depressionen abgebaut.

Kunsttherapeutische Angebote für Menschen mit Demenz in Plochingen

Regine Gienger bietet in Plochingen Kunsttherapie in der

- Dienstags-Betreuungsgruppe „miteinander“ für Menschen mit neurodegenerativen Veränderungen im Treff am Markt. Es handelt sich um ein Angebot der Stadt Plochingen.
- im Offenen Atelier im Johanniterstift und
- im Rahmen von Museumsbesuchen und Projekten an.

Die 2015 gegründete Betreuungsgruppe soll der Entlastung von pflegenden Angehörigen dienen und bietet wöchentlich für einige Stunden Kunst und Musik zum Mitmachen. Die Treffen dieser Demenzgruppe sind ritualisiert durch Begrüßung, ein Wunschkonzert mit gemeinsamem Singen im Kreis, das künstlerische Gestalten, Kaffee und Abschied. Für das künstlerische Gestalten liegen Wasserfarben und Pinsel, Wachsmal- und Buntstifte sowie Papiere auf dem Tisch. Jeder kann sich selbst aussuchen, was er oder sie möchte. Die Betreuung des Malens kann als Individualprozess oder als Gruppenprozess stattfinden. Im Individualprozess werden Einzelne beispielsweise dazu animiert, Fotografien oder Bilder zu erweitern. Im Gruppenprozess arbeitet man zusammen an einem Werk.

Das offene Atelier im Johanniterstift Plochingen wurde als Weiterentwicklung des schon seit 2005 in einzelnen Wohnbereichen angebotenen mobilen Ateliers eingerichtet. Hier treffen sich Bewohnerinnen des Pflegeheims einmal pro Woche mit Kunsttherapeutin Regine Gienger und ihrem Team aus bürgerschaftlich engagierten Frauen, um ohne Erwartungsdruck kreativ zu werden. Regine Gienger kommt mit einem Wagen als Art von Buffet, der alles enthält, was zum schöpferischen Gestalten anregt.



Alzheimer Gesellschaft
Baden-Württemberg e.V.
Selbsthilfe Demenz

Die wissenschaftlichen Grundlagen, denen sie folgt, sind stets *Validation* und *Ressourcenorientierung* sowie *personenzentriertes Arbeiten nach Carl Rogers* in der Weiterentwicklung für demenzbetroffene Personen. Entsprechend stehen der Schaffensprozess und die Begegnung des Menschen mit sich selbst und mit anderen im Mittelpunkt. Die eigene sinnliche Wahrnehmungsfähigkeit der Teilnehmenden wird gefördert. Es herrscht eine Atmosphäre der Achtsamkeit, Akzeptanz und Wertschätzung. Nonverbale Kontaktaufnahme und Kommunikation sind möglich, Farben, Formen und Strukturen sprechen Gefühle an. Arbeiten im Kontakt mit anderen Menschen ermöglicht Resonanz und vermittelt sichtbares sinnerfülltes Tun.

Das Malen bringt die Möglichkeit zu Selbsterkenntnis, im Dialog sagt Regine Gienger nicht „schön“, sondern „Wie ist es für Sie?“.

Beispiele von Bildern, die in der Kunsttherapie entstanden

Einige der nachfolgenden Bilder sind Stationen von Prozessabläufen, wobei zu erwähnen ist, dass nicht das Ergebnis das wichtigste ist, sondern das, was sich im Miteinander während des Prozesses ereignet.



Es wird mit einfachen Wellenlinien begonnen, die dann weiter ausgeschmückt werden



Alzheimer Gesellschaft
Baden-Württemberg e.V.
Selbsthilfe Demenz



Erinnerungen werden wach, die Zeichnungen von Häusern gleichen Kinderzeichnungen



Die Kirche wurde mit Transparentpapier kopiert, um auch die andere Seite zeigen zu können



Auch hier wurde mit einem Bild angefangen, das Schritt um Schritt erweitert wurde



Alzheimer Gesellschaft
Baden-Württemberg e.V.
Selbsthilfe Demenz



Tagesausflug in die Wilhelma: die Teilnehmenden wurden auf Farben und Formen aufmerksam gemacht, die sie in anschließenden Workshops in Zeichnungen umsetzten



Eigenes kreatives Gestalten und bewusstes Erleben kann innere Bilder mit Körperwahrnehmungen, Gefühlen und Gedanken reaktivieren. Das hilft dem Menschen, sich selbst kennen zu lernen und sich mit seinem gelebten Leben zu versöhnen.

Regine Gienger schloss folgerichtig ihre Ausführungen mit einem Aphorismus des mittelalterlichen Mystikers Meister Eckhart:

*Wenn die Seele etwas erfahren möchte,
wirft sie ein Bild der Erfahrung vor sich nach außen
und tritt in ihr eigenes Bild ein.*



Alzheimer Gesellschaft
Baden-Württemberg e.V.
Selbsthilfe Demenz

Empfohlene Literatur

- Dörner, Klaus | Plog, Ursula et al. (Hrsg.): Irren ist menschlich. Lehrbuch der Psychiatrie und Psychotherapie | PsychiatrieVerlag, 25. Auflage 2019.
- Ganß, Michael: Demenz-Kunst und Kunsttherapie. Künstlerisches Gestalten zwischen Genius und Defizit. | Mabuse-Verlag 2009
- Ganß, Michael | Narr, Barbara (Hrsg.): Alt und Jung im Pflegeheim. Intergenerative Projekte mit Malen, Werken und Theater | Mabuse-Verlag 2010
- Gienger, Regine: Das Mobile Atelier – ein Kommen und Gehen. Erfahrungsbericht aus der Arbeit mit älteren Menschen in einer Pflegeeinrichtung. In_Kunst & Therapie. Zeitschrift für bildnerische Therapien 2011/1 | Verlag Claus Richter.
- Gruber, Harald (Hrsg.): Kunsttherapie bei dementiell erkrankten Menschen. Dimensionen des Vergessens und Erinnerns | EBVerlag 2010
- Kitwood, Tom (Hrsg.): Demenz. Der person-zentrierte Ansatz im Umgang mit verwirrten Menschen | Huber Verlag 5. ergänzte Auflage 2008.
- Müller, Friedemann | Romero, Barbara | Wenz, Michael: Alzheimer und andere Demenzformen. Ratgeber für Angehörige. So erreichen Sie den Betroffenen – so helfen Sie richtig – so sorgen Sie für sich | Trias Verlag 2. Aufl. 2010
- Oppikofer, Sandra | Nike, Susanne | Wilkening, Karin (Hrsg.): Aufgeweckte Kunst-Geschichten. Menschen mit Demenz auf Entdeckungsreise im Museum | Zentrum für Gerontologie & UFSP Dynamik Gesunden Alterns der Universität Zürich, 2015.
- Piechotta-Henze, Gudrun | Josties, Elke | Jakob, Ramona | Ganß, Michael (Hrsg.): „Ein Zaun kennt viele Farben“. Plädoyer für eine kreative Kultur der Begegnung mit Menschen mit Demenz | Mabuse-Verlag 2011

Dr. Brigitte Bauer-Söllner, Redaktionsteam Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg