

Interview mit Andrea Walker, der fachlichen Leiterin einer Betreuungsgruppe in Norderstedt sowie einigen ehrenamtlichen MitarbeiterInnen (EA)

Frau Walker, seit nunmehr 20 Jahren leiten Sie die Donnerstagsgruppe in Norderstedt. Was tun Sie während der gemeinsamen 3 Stunden?

Wir treffen uns jeden Donnerstag. Wichtig ist die herzliche Begrüßung. Zunächst trinken wir dann gemeinsam Kaffee. Bei einem Betreuungsverhältnis von 1:1 oder höchstens 1:2 bietet sich immer Gelegenheit zum Gespräch mit dem Sitznachbarn aber auch zu einem Gespräch in der Gruppe. Die Dekoration auf dem Tisch, der Kuchen oder ein von mir mitgebrachter und vorgelesener kurzer Zeitungsartikel kann einen Gesprächsanstoß geben. Jeder kann sich entsprechend seinen Bedürfnissen und Fähigkeiten einbringen oder auch bei sich sein. Anschließend machen wir uns je nach Witterung auf zu einem Spaziergang, auch in Kleingruppen, je nach persönlichen Möglichkeiten der Gäste. Dabei nutzen auch zurückhaltendere Gäste häufig die Gelegenheit zum Gespräch.

In der nachfolgenden lockeren Runde bieten wir leichte Sitzgymnastik, Bewegungsübungen – auch mit einem Ball, tanzen auch paarweise und singen - je nach Vorlieben der TeilnehmerInnen. Mit einzelnen Anstößen zu bestimmten Themen wie zum Beispiel „Berufe“, „Kochen“, „Reisen“, „Mode“, ... regen wir zum Gedankenaustausch und zur Erinnerungsarbeit an. Mit einem gemeinsamen Abendessen und dem Lied „Die Gedanken sind frei“ beschließen wir in unserer Gruppe den Nachmittag.

Was ist Ihnen an so einem Nachmittag besonders wichtig?

Primär muss die Stimmung im Team mit den EA positiv und entspannt sein. Unsere Gäste haben ein sehr gutes Gespür für Atmosphäre.

Außerdem sollen zunächst die Angehörigen Vertrauen zu unserem Angebot haben, dass und damit die Gäste sich wohl fühlen können. Deshalb begleiten die Angehörigen i.d.R. ihre/n Erkrankte/n auch während der ersten Besuche.

Bewegung, Rhythmus – eine Fähigkeit, die lange erhalten bleibt – Musik/Singen und kognitive Inhalte, aber auch Rückzugsräume für den Einzelnen sind Bestandteile im Gruppengeschehen. Wichtig ist es, während unserer gemeinsamen Zeit Raum für Humor - auch einmal albern sein zu dürfen - und gemeinsames Lachen zu haben. Das gibt ein Gefühl von Vertrauen, alle fühlen sich als Gruppe und können mitschwingen. Zuvor vielleicht gefühlte Unsicherheiten und Ängste verlieren an Gewicht. Unser Ziel ist es, alle Teilnehmer in der Gruppe im Laufe der 3 Stunden zu erreichen und sie spüren zu lassen, wie schön es ist, dass sie da sind.

Gibt es auch manchmal besondere Herausforderungen?

Ja, wenn jemand zum Beispiel nicht in der Gruppe bleiben möchte, oder sehr unruhig ist. Dann wendet sich ein Mitarbeiter dem Betreffenden aufmerksam zu, beschäftigt sich eventuell ausschließlich mit dem Gast abseits vom Gruppengeschehen oder hält auch den gewünschten Abstand, um demjenigen dann bei Bedarf einen eigenen Spielraum zu lassen. Eventuell gehen beide auch außerhalb des Gruppenraums spazieren. Es wird dann so gut wie möglich auf die Bedürfnisse des einzelnen Betroffenen eingegangen. Wenn diese Situation über einen längeren Zeitraum besteht, lösen sich die Betreuungspersonen im Laufe der Gruppenzeit auch manchmal gegenseitig ab.

Dadurch, dass unsere EA gut geschult und unterdessen auch sehr erfahren sind, finden wir immer einen Weg.

Was hat sich vielleicht im Laufe der Jahre im Rahmen der Gruppenarbeit verändert?

Die EA, und ich selbst natürlich auch, sind routinierter geworden. Wir konnten im Laufe unzähliger intensiver Begegnungen mit vielen Betroffenen viel Erfahrung sammeln und unsere eigenen

jeweiligen Stärken gut erkennen und entwickeln. Dazu ist natürlich unser regelmäßiger Austausch im Anschluss an das Gruppentreffen unerlässlich.

Frau Breyer, was hat Sie seinerzeit motiviert, an einer Schulung für Ehrenamtliche zum Thema Demenzerkrankungen und Umgang mit den Betroffenen teilzunehmen?

Vor ca. 10 Jahren hatte ich den Pflegestützpunkt zwecks Beratung als betroffene Angehörige kennengelernt. Nach meiner Pensionierung hatte ich freie Zeit und wollte mich gerne für ältere Menschen einbringen. Ich suchte eine persönliche Herausforderung, wollte dazulernen, mein Wissen vertiefen. Die anschließende Schulung hat mir Mut gemacht, in die Betreuung von Menschen mit Demenz einzusteigen.

Frau Reuter, seit 18 Jahren engagieren Sie sich in der Betreuungsgruppe. Warum sind Sie so lange dabei?

Die Arbeit gibt mir selbst auch sehr viel. Ich komme aus meinem Zuhause heraus. Wir sind ein gutes Team, es herrscht eine gute kollegiale Atmosphäre. Wir ermöglichen den Gästen einen schönen Nachmittag, oft auch mit sehr heiteren Momenten. Die Gäste sind dankbar und zufrieden, manchmal sogar richtig glücklich. Wir bauen Beziehungen auf – oft von viel Sympathie zueinander getragen. Ich erlebe bei dieser Arbeit meine Stärken, meine Fähigkeiten und mache wichtige und gute Erfahrungen. Z.B. beobachte ich bei mir selbst, dass ich offener, toleranter und geduldiger geworden bin, auch in anderen Lebenszusammenhängen.

Frau Zimmermann, kommen Sie auch schon einmal an ihre Grenzen oder fühlen Sie sich überfordert?

Ja - damals wurde eine weit fortgeschritten erkrankte Teilnehmerin sehr traurig, verzweifelt und laut. Sie wollte nachhause zu ihrer Mutter und nicht mehr im Gruppenraum bleiben. Ich konnte sie nicht beruhigen. Frau Walker, als sehr erfahrene Leitung der Gruppe, war dann sofort an meiner Seite und hat die Teilnehmerin mit viel Einfühlungsvermögen und Geduld erreichen und beruhigen können. Das Team ist immer aufmerksam und fängt gegebenenfalls schwierige Situationen auf, die dann im Anschluss an den Gruppennachmittag immer besprochen werden. Außerdem gibt uns die regelmäßige fachliche Begleitung durch den Pflegestützpunkt Gelegenheit zur gemeinsamen Reflektion unseres Handelns in den verschiedenen auftretenden Situationen. Das gibt uns allen Sicherheit und Vertrauen.

Frau Kreidel, was berührt Sie im Kontakt mit Menschen mit Demenz besonders?

Die Gefühle, die spontan gezeigt werden. Es entsteht meist schnell, anders als im normalen Leben, eine herzliche Vertrautheit und oft auch Ausgelassenheit. Das ist für alle in der Gruppe sehr wohltuend.

.....

Die Alzheimer Gesellschaft dankt Ihnen und allen freiwillig Aktiven für Menschen mit Demenz für Ihren großen Einsatz und Ihr langjähriges, verantwortungsvolles und so freudiges Engagement, mit dem Sie die Betroffenen ein Stück in die Mitte der Gesellschaft holen!
D A N K E!

Das Interview führte Dr. Dagmar Boxhammer
Vorstand Alzheimer Gesellschaft Norderstedt-Segeberg e.V.
Juni 2019