



Sandra Verena Müller



Vanessa Focke

„Weckworte“ – Alzpoetry zur Steigerung der Lebensqualität von älteren Menschen mit geistiger Behinderung und Demenz

Ein Erfahrungsbericht

Teilhabe 2/2015, Jg. 54, S. 68 – 71

KURZFASSUNG Da Menschen mit sogenannter geistiger Behinderung immer älter werden, erkranken auch immer mehr von ihnen an Demenz. Somit müssen sich die Einrichtungen der Behindertenhilfe auf die Bedürfnisse älterer Bewohner(innen), zum Teil mit Demenz, einstellen und ihre Tagesstruktur und Freizeitangebote entsprechend anpassen. Im Bereich der Altenhilfe ist derzeit das Konzept der „Weckworte“ besonders beliebt. Die Weckworte stellen eine Kombination von einfacher Dichtkunst mit Bewegung, Aufgaben, Musik und Geschichten erzählen dar, mit dem Ziel, neue und positive Kommunikation mit Menschen mit Demenz zu ermöglichen. Dabei wurde überprüft, ob auch ein sehr sprachdominiertes Freizeitangebot wie die „Weckworte“ bei älteren Menschen mit geistiger Behinderung und Demenz sinnvoll zur Steigerung der Lebensqualität und Lebensfreude einzusetzen ist. Unsere Praxiserfahrung zeigt, dass auch ältere Menschen mit geistiger Behinderung – mit und ohne Demenz – von der Durchführung der „Weckworte“ profitieren können.

ABSTRACT „Weckworte“ – Alzpoetry to improve the quality of life of elderly persons with cognitive disabilities and dementia – an experience report. As the life experience of persons with so called disabilities is increasing, an increasing number of them suffers from dementia. As a consequence, the facilities of the services for persons with disabilities have to adapt their offers to the needs of elderly residents, some of them suffering from dementia, and they have to adapt their daily schedules and their recreational offers. In the field of services for the elderly, the concept of “Weckworte” (wake-up words) is quite popular. The “Weckworte” are a combination of simple poetry and movement, tasks, music and storytelling, with the objective to enable new and positive ways of communication with persons who suffer from dementia. It was also examined if a recreational offer that is mainly based on language as the “Weckworte” can contribute in a good way to increase the quality of life and the joy of living of elderly persons with cognitive disabilities and dementia. Our experience in practice shows that elderly persons with cognitive disabilities – with and without dementia – can profit from the “Weckworte” project.

Einleitung

Vor den 1980er Jahren wurde dem Thema Demenz bei älteren Menschen mit sogenannter geistiger Behinderung kaum eine Bedeutung zugemessen. HÜLSHOFF (2012) spricht in diesem Zusammenhang sogar von einer jahrzehntelangen Tabuisierung. Die Anzahl älterer Menschen mit geistiger Behinderung ist in den letzten Jahren stetig gestiegen und wird im Zuge des demografischen Wandels in den kommenden Jahrzeh-

ten weiter zunehmen. DIECKMANN und GLOVIS (2012) errechneten am Beispiel von Westfalen-Lippe, dass im Jahr 2030 jede(r) zweite Bewohner(in) in stationären Wohneinrichtungen sechzig Jahre oder älter sein wird. Infolgedessen wird auch der Anteil von älteren Menschen mit geistiger Behinderung und einer Demenzerkrankung steigen.

Diese Entwicklung stellt die Einrichtungen der Behindertenhilfe vor neue Herausforderungen. Gedächtnisdefizi-

te, Orientierungsschwierigkeiten, Antriebsminderung, soziale Rückzugstendenzen, Verhaltensauffälligkeiten und andere Demenzsymptome der Bewohner(innen) werden zunehmen (GÖVERT, WOLFF, MÜLLER 2013; WOLFF, MÜLLER 2013). Beispielsweise führen Orientierungsschwierigkeiten zu der Angst, nicht mehr in die Wohngruppe zurückzufinden und diese wiederum kann in Rückzugstendenzen münden. Ein häufiges Demenzsymptom bei Menschen mit geistiger Behinderung ist die Antriebsminderung (MÜLLER, WOLFF 2012), die u. a. dazu führt, dass Hobbys oder liebgelebte Gewohnheiten nicht mehr verfolgt werden.

Die Fachwelt hat erst in jüngerer Zeit die Notwendigkeit erkannt, sich mit den neuen Herausforderungen im Umgang mit älteren Menschen mit geistiger Behinderung und einer zusätzlichen Demenzerkrankung auseinanderzusetzen (GUSSET-BÄHRER 2012). Dazu gehört auch die Notwendigkeit, Tagesstrukturen und Freizeitangebote an die speziellen Bedürfnisse älterer Menschen mit geistiger Behinderung und einer Demenz anzupassen (WATCHMAN, KERR, WILKINSON 2010; LINDMEIER, LUBITZ 2012).

Das Forschungsprojekt „Leben mit geistiger Behinderung und Demenz“

Das vom BMBF geförderte Forschungsprojekt „Leben mit geistiger Behinderung und Demenz“ der Ostfalia Hochschule für angewandte Wissenschaften Wolfenbüttel hat das Ziel, die Lebensqualität dieses Personenkreises zu verbessern. Das Forschungsprojekt gliedert sich in drei Schwerpunkte: Diagnostik, Hilfeplanung und zielgruppenspezifische Angebote. Aufgabe des dritten Schwerpunkts, zielgruppenspezifische Angebote, ist es, ressourcenorientierte Freizeitangebote zur Stärkung des Selbstbewusstseins und der Lebensfreude, und somit zur Verbesserung der Teilhabe am Leben in der Gemeinschaft und zur kulturellen Teilhabe, zu entwickeln. In der Altenhilfe gibt es bereits langjährige Erfahrungen mit Konzepten der gesellschaftlichen Teilhabe, wie beispielsweise einem Modellprojekt zur kulturellen Teilhabe, dem Geschichten erzählen im Museum (WILKENING 2014). Bei dieser Methode wird in einer Gruppe zu einem Foto oder Kunstwerk eine gemeinsame Geschichte entwickelt und schriftlich festgehalten.

Die Intention unseres Forschungsvorhabens ist es, erfolgreiche Konzepte und Methoden der Altenhilfe auf den Personenkreis von Menschen mit geistiger Behinderung und Demenz zu über-

Abb. 1: Durchführung der Weckworte mit einer Gruppe älterer Menschen mit geistiger Behinderung in der Seniorenstagesstätte der Lebenshilfe in Braunschweig. (Standbild aus Videoaufnahmen von Jesse Berr)



tragen (NARTSCHENKO 2012). So wurde die Methode der „Weckworte“, die in Deutschland auf Lars RUPPEL (2012) zurückgeht, in die stationären Einrichtungen der Behindertenhilfe getragen, um sie dort mit älteren Menschen mit kognitiver Beeinträchtigung zu erproben.

„Weckworte“: Wie funktioniert das?

Das Konzept Alzpoetry wurde vor etwa 10 Jahren von Gary Glazner in einem Altenheim in New York entwickelt. Lars Ruppel führte diesen Ansatz in der Altenhilfe in Deutschland ein. Aus der Weiterentwicklung des Alzpoetry Konzepts entstanden schließlich die „Weckworte“. Hintergrund dieser Idee ist die Tatsache, dass Menschen mit einer Demenz im mittleren Erkrankungsstadium nur sehr schwer neue Gedächtnisinhalte speichern können; hingegen sehr früh im Leben gespeicherte Erinnerungen, das sogenannte „Altgedächtnis“, häufig noch lange gut erhalten bleiben. So können sich an Demenz erkrankte Menschen oft noch lange an Erlebnisse aus ihrer Kindheit und Jugend erinnern, auch wenn sie nicht mehr wissen, was sie am Tag zuvor erlebt haben.

Das zentrale Moment der „Weckworte“ ist der Einsatz spezieller Vortragstechniken für (klassische) Gedichte, die zur Bewegung einladen und Geist und Körper „aufwecken“ (RUPPEL 2012). Zu den Weckwortetechniken gehören die „Call and Response“ Technik, der gezielte Einsatz von Mimik, Körperkontakt z. B. durch Händedruck, die Färbung der Stimme zum Transport von Emotionen sowie der Einsatz von Requisiten.

Neben der Sprache spielen Mimik, Gestik und Berührungen eine zentrale Rolle. Es ist z. B. wichtig, sich beim Vortrag der Gedichte zu bewegen, Blickkontakt zu den Bewohner(inne)n zu halten und ihnen auf Augenhöhe zu begegnen. So wird durch einen leichten Händedruck Kontakt zum Gegenüber hergestellt und im Idealfall auch der Rhythmus des Gedichts durch rhythmische Mitschwingen der Arme übertragen oder gar Nachahmungen angeregt. Dass Poesie und Gedichte Erinnerungsprozesse in Gang setzen und einen Bezug zur Wirklichkeit vermitteln, klingt zunächst befremdlich, erwies sich aber bei unserer Erprobung als erfolgreich. (Abb. 1)

Rahmenbedingungen für die Umsetzung der „Weckworte“ mit älteren Menschen mit geistiger Behinderung

Gemeinsam mit einer Gruppe von Studierenden¹ wurde erstmalig im Rahmen eines Modellprojekts in zwei Kooperationseinrichtungen² überprüft, ob das Konzept der „Weckworte“ mit älteren Menschen mit einer geistigen Behinderung, die zum Teil an Demenz erkrankt sind, umzusetzen ist. Im Folgenden möchten wir über den Ablauf und unsere Erfahrungen berichten:

Die Umsetzung der „Weckworte“ fand in einer festen Gruppe von elf älteren Menschen mit kognitiver Beeinträchtigung mit und ohne Demenz statt. Die Teilnehmenden bildeten eine sehr heterogene Gruppe, die sich aus Fußgängern, Rollstuhlfahrern, Menschen mit flüssi-

¹ Wir danken den Projektstudierenden: Jesse Berr, Christopher Kahlcke, Chantal Klapper, Anna Klaus, Thorsten Flömer, Vanessa Focke und Malika Kahihili.

² Wir danken den Mitarbeitern der Evangelischen Stiftung Neuerkerode und der Lebenshilfe Braunschweig für die gute Zusammenarbeit, insbesondere Herrn Matthias Liborius und Herrn Stefan Röther für ihre organisatorische Unterstützung.

ger Sprache und Menschen ohne Sprachkompetenz zusammensetzte. Die teilnehmenden Bewohner(innen) waren zwischen 57 und 87 Jahre alt. Wir entschieden uns in diesem Fall bewusst für eine heterogene Gruppe, da dies die Realität in den Einrichtungen der Behindertenhilfe darstellt. Die Dauer der „Weckworte“ wurde für die Bewohner(innen) mit einer Stunde festgesetzt, mit Hol- und Bringdiensten sollten jedoch insgesamt zwei Stunden eingeplant werden. Die Mitarbeiter(innen) sowie die Studierenden sollten sich mindestens drei Stunden freihalten in Anbetracht der Vor- und Nachbereitungszeit.

Die Umsetzung der „Weckworte“ mit diesem Personenkreis war erwartungsgemäß personalintensiv. Je nach Gruppengröße ist von drei bis vier Unterstützenden/Anleitenden auszugehen. Hier können auch interessierte Laien angeleitet und einbezogen werden. Neben den Vortragenden – und denen, die pantomimisch unterstützen – sind auch immer mehrere Personen notwendig, die den Bewohner(inne)n bei der Durchführung assistieren. Konkret wurden die Mitarbeiter(innen)³ unserer Kooperationseinrichtungen durch drei bis fünf Studierende der Fakultät „Soziale Arbeit“ der Ostfalia Hochschule unterstützt.

Der Ablauf der „Weckworte“ in der stationären Behindertenhilfe

Um den Bewohner(inne)n einen festen Rahmen zu bieten, gab es eine immer wiederkehrende Routine im Ablauf einer jeden Gruppensitzung. Als Sitzordnung wurde ein Stuhlkreis gewählt. Jede Gruppensitzung hatte eine thematische Klammer wie z. B. Herbst, auf welches auch die Dekoration im Raum abgestimmt wurde. Zu Beginn wurde jede(r) Bewohner(in) einzeln begrüßt und nach bzw. ihrem Wohlbefinden befragt.

Ein von Sitzung zu Sitzung wechselnder Moderator führte die Bewohner(innen) durch die jeweilige Gruppensitzung. Als festes Ritual wurde jede Gruppensitzung mit demselben Begrüßungslied „Schön, dass Ihr alle da seid...“ begonnen, in dem jede(r) Bewohner(in) einzeln mit Namen begrüßt wurde (siehe Abb. 2). In jeder Sitzung wurden 10–14 Gedichte deklamiert. Je nach Art und Umfang der Gedichte wurden sie szenisch mit Rollenverteilung inszeniert. So eignete sich beispielsweise die Ballade „Der Erlkönig“ von Johann Wolfgang von Goethe hervorragend für eine pantomimische Untermauerung. Oft wurden auch zur Veranschaulichung Requisiten verwendet, die thematisch zu den Gedichten passten. Es wurden

Abb. 2: Durchführung der Weckworte mit einer Gruppe älterer Menschen mit geistiger Behinderung in der Evangelischen Stiftung Neuerkerode. (Standbild aus Videoaufnahmen von Jesse Berr)



Abb. 3: Durchführung der Weckworte in der Seniorentagesstätte der Lebenshilfe in Braunschweig. (Foto: Chantal Klapper)



sowohl den Bewohner(inne)n aus der Kindheit bekannte einfache Gedichte, als auch anspruchsvolle, teils klassische Gedichte von Rilke oder Eichendorff, teils neue moderne Gedichte vorgetragen. So konnte ein kreativer und emotionaler Begegnungsraum geschaffen werden. (Abb. 3)

Verschiedene Vortragstechniken, die auf Lars Ruppel zurückgehen, wurden erprobt und angewandt. So wurde beispielsweise bei dem Gedicht „Reh“ von Heinz Ehrhardt der Text mit einer Bewegung kombiniert, die der Vortragende zusammen mit anderen Bewohner(inne)n durchgeführt hat. Bei dem „Erntelied“ von Richard Dehmel wurde die „Call and Response“ Technik (Ruppel 2012) angewandt, indem die Zeile „Mahle, Mühle, Mahle“ mit den Teilnehmenden zusammen nachgesprochen wurde. Zudem war die Wiederholung mit einer Bewegung verbunden die an das Mahlen erinnert. Auf diese Weise wurden die Bewohner(innen) akti-

viert und mit eingebunden. Als festes Ritual bildete „Die Mondnacht“ von Joseph von Eichendorff in jeder Gruppensitzung das Abschiedsgedicht, gefolgt von einem immer wiederkehrenden Abschiedslied „Alle Leut‘, alle Leut‘ geh’n jetzt nach Haus...“, welches zum Aufstehen animierte. In der zweiten Kooperationseinrichtung war das Abschiedslied auf Wunsch der Bewohner(innen) „Rote Rosen aus Athen sagen Dir auf Wiedersehen“. Zum Abschluss der Gruppensitzung wurden sie erneut nach ihrem Wohlbefinden befragt.

Analyse und Reflexion der Gruppensitzungen

Zur Dokumentation und zur eigenen Fortbildung wurden die Sitzungen auf Video⁴ aufgezeichnet und in einer projektbegleitenden Vorlesung in der Hochschule analysiert und von den Studierenden das eigene Verhalten reflektiert. Nicht nur Reaktionen der Bewohner(innen) konnten so genau beobachtet wer-

³ Wir danken Michaela Fritz, Elke Korytowksy, Roland Kremer und Martin Kastner.

⁴ Unter Berücksichtigung der Vorgaben des Datenschutzes wurden nur Bewohner(innen) gefilmt, die uns vorher, nach Aufklärung über das Vorhaben, ihre schriftliche Einwilligung gegeben hatten.

den, die Studierenden reflektierten sich ebenfalls beim Vortragen der Gedichte. Beim Analysieren der Videos wurden Details offensichtlich, die in der Gruppensitzung leicht übersehen wurden. Insgesamt war zu erkennen, dass viele Bewohner(innen), die zu Anfang sehr zurückhaltend und ruhig waren, von Sitzung zu Sitzung immer offener und aktiver wurden und zum Teil mit eigenen Wortbeiträgen an den Gruppensitzungen partizipierten. Auch die kleinen Veränderungen, wie z. B. wache Momente bei einer schwer beeinträchtigten Bewohnerin mit fortgeschrittener Demenz, konnten in dieser Analyse die gebührende Beachtung finden. Bemerkenswert war, dass eine Bewohnerin mit einer fortgeschrittenen Demenz, die normalerweise sehr viel schlief, in einigen Momenten hellwach wirkte. Dies zeigt, dass die „Weckworte“ eine Methode zur Steigerung der Lebensqualität für ein breit gefächertes Klientel sein kann, unabhängig vom Grad der Behinderung und/oder vom Schweregrad der Demenz.

Neben den Fortschritten und dem zunehmenden Engagement der Bewohner(innen) war die Weiterentwicklung der Studierenden beeindruckend. Auch sie wurden immer selbstbewusster und kreativer und es gelang ihnen von Mal zu Mal mehr, emphatisch und auf Augenhöhe auf die Bewohner(innen) zuzugehen.

beiterin berichtete, dass ihr Bezugsbetreuer zum ersten Mal an regelmäßigen Terminen teilnahm und sich immer sehr auf die „Weckworte“ freute. Die teilnehmenden Bewohner(innen) „erwachten“ sinnbildlich in den Gruppensitzungen und nahmen aktiv teil. Eine Bewohnerin ergriff selbst die Initiative und rezitierte sogar selbst regelmäßig Gedichte und übernahm im Laufe des Projekts sogar den Vortrag des Abschlussgedichts „Die Mondnacht“. Auch eine Bewohnerin, die unter einer Dysarthrie litt, trug mithilfe eines Vorlesestifts ein Gedicht über ihr Lieblingstier, die Katze, vor. Sogar bei körperlich schwer beeinträchtigten Personen waren positive Reaktionen oder Zeichen der Entspannung zu beobachten.

Einzelne Worte und Sätze der Gedichte lösten Assoziationen und Erinnerungen aus. So waren die „Weckworte“ auch in den dazwischenliegenden Tagen Anlass für Gespräche über positive und negative Erinnerungen aus der Kindheit sowie alltägliche Themen.

Zusammengenommen konnte festgestellt werden, dass die sechs Gruppensitzungen der „Weckworte“ ein voller Erfolg waren und eine Anregung, dieses Konzept in der Arbeit mit Menschen mit geistiger Behinderung und einer Demenz zu etablieren und ihnen so kulturelle Teilhabe zu ermöglichen. Unsere Kooperationseinrichtungen ha-

Band 9. Weimar: Kongress- und Kulturmanagement, 143–148.

GUSSET-BÄHRER, Sinikka (2013): Demenz bei geistiger Behinderung. München: Reinhardt.

HÜLSHOFF, Thomas (2012): Wenn Menschen mit geistiger Behinderung im Alter an Demenz erkranken – Herausforderungen an Behindertenhilfe und Pflege. In: Teilhaber 51 (4), 146–147.

LINDMEIER, Bettina; LUBITZ, Heike (2012): „Wolken im Kopf“. Bildungsangebote für Mitarbeitende und Mitbewohner(innen) demenzkranker Menschen mit geistiger Behinderung in Einrichtungen der Eingliederungshilfe. In: Teilhaber 51 (4), 169–181.

MÜLLER, Sandra V.; WOLFF, Christian (2012): Demenzdiagnostik bei Menschen mit geistiger Behinderung. Ergebnisse einer Befragung. In: Teilhaber 51 (4), 154–160.

RUPPEL, Lars (2012): Weckworte. Wie klassische Gedichte den Anker in die Gegenwart werfen. Ein Projekt für demente Menschen, Angehörige und Pfleger. Unveröffentlichtes Manuskript. <http://larsruppel.de> (abgerufen am 19.03.2015).

NARTSCHENKO, Valentina (2012): Was kann die Behindertenhilfe von der Altenhilfe lernen. Ein Versuch des Wissenstransfers im Umgang mit Menschen mit geistiger Behinderung und Demenz. Unveröffentlichte Bachelor Arbeit.

WOLFF, Christian; Müller, Sandra V. (2013): Die Lebenssituation von geistig behinderten Menschen mit Demenz in Einrichtungen der Behindertenhilfe. Ergebnisse einer Befragung in Niedersachsen und Bremen. *Z Gerontol Geriat* 47, 397–402.

WATCHMAN, Karen, KERR, Diana & WILKINSON, Heather (2010): Supporting Derek. A practice developmental guide to support staff working with people who have learning difficulty and dementia. Brighton: Pavilion Publishing.

WILKENING, Karin, KÜNDIG, Yvonne & OPIKOFER, Sandra (2014): Aufgeweckt! Eine Kunstgeschichte. *Demenz Das Magazin* 20, 6–9.

Die „Weckworte“ – auch erfolgreich im Einsatz bei älteren Menschen mit geistiger Behinderung

Sind „Weckworte“ ein passendes Angebot für ältere Menschen mit geistiger Behinderung?

Die Frage kann mit einem eindeutigen „Ja“ beantwortet werden. Auch ein sehr auf Sprache fokussiertes Gruppenangebot, wie das Rezitieren von Gedichten, kann von Menschen mit kognitiver Beeinträchtigung und Demenz wahrgenommen werden, und zwar unabhängig von der Schwere der geistigen Behinderung. Selbst fehlende Sprache muss kein Hinderungsgrund sein.

Insgesamt erhielten wir viele positive Rückmeldungen seitens der Teilnehmenden und deren Betreuenden. So fragten viele Mitarbeiter(innen) aus den Wohngruppen, ob das Projekt nicht fortgeführt werden könnte. Eine Mitar-

ben dieses Angebot verstetigt und Mitarbeitende entsprechend fortgebildet, so dass aus dem Modellprojekt ein ständiges Angebot geworden ist.⁵

LITERATUR

DIECKMANN, Friedrich; GIOVIS, Christos (2012): Der demografische Wandel bei Erwachsenen mit geistiger Behinderung. Vorausschätzung der Altersentwicklung am Beispiel von Westfalen-Lippe. In: Teilhaber 51 (1), 12–19.

GÖVERT, Uwe; WOLFF, Christian & MÜLLER, Sandra V. (2013). Geistige Behinderung und Demenz – Experteninterviews mit Fachkräften aus Einrichtungen der Behindertenhilfe. In: Tagungsreihe der Deutschen Alzheimer Gesellschaft e.V. „Zusammen leben – voneinander lernen“

i Die Autorinnen:

Prof. Dr. Sandra Verena Müller

Professorin für Rehabilitation und Integration an der Ostfalia Hochschule Wolfenbüttel, Fakultät Soziale Arbeit, Diplom-Psychologin, Klin. Neuropsychologin GNP

@ s-v.mueller@ostfalia.de

<http://projekt-demenz.de>

Vanessa Focke

Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin B.A.

@ fockev@outlook.de

⁵ Diese Arbeit wurde vom BMBF gefördert (Förderkennzeichen 17S01X11).