

Kunsttherapie für Menschen mit Demenz

Vom Defizit- zum Kreativitätsmodell

Die Psychoanalyse begreift Altern als einen lebenslangen Entwicklungsprozess, der auch bei einer geistigen Krankheit wie Alzheimer bestehen bleibt. Veränderte Bewältigungsmechanismen von Verlust und Trauer schließen Demenzkranke nicht von den Therapien aus, sondern erfordern von den TherapeutInnen ein an die Krankheit angepasstes Herangehen. In der Kunsttherapie gewinnt dieses theoretische Modell eine praktische Dimension.

Wie geht die Kunsttherapie vor und was bewirkt sie?

Die Kunsttherapie stellt eine Kommunikation zwischen PatientIn und TherapeutIn über das Medium Bild oder Gestaltung her. In der Gruppe oder einzeln und auf der Basis von gegenseitigem Vertrauen und Wertschätzung begeben sich Menschen, die nicht selten zuletzt in der Schulzeit einen Pinsel in die Hand genommen haben, auf eine Reise in das Land der Farben und Formen. Sie entdecken sich neu, sie lernen dazu. Der Schaffensprozess steht im Mittelpunkt und damit die Begegnung des Menschen mit sich selbst und mit anderen. Im Malen und Gestalten entstehen neue Äußerungsmöglichkeiten.

Kreatives Malen – entspannt, motiviert, stärkt und verbessert die kognitiven Fähigkeiten

Die Kunsttherapie erreicht Demenz-Patienten auf der emotionalen Ebene. Sie arbeitet auf der non-verbalen Ebene mit dem Medium Bild als "Übergangsobjekt". Sie hat viele Mittel, Demenz-Kranke zu beruhigen, zu motivieren und Ressourcen zu entdecken. Das Selbstvertrauen der Kranken wird gestärkt. Dadurch verhindert Kunsttherapie, dass Menschen in die Phase des "Vegetierens" kommen. Durch ihre Werke fühlen sich die Patienten nützlich und wertvoll. Sie können sich mit ihren Mitteln ausdrücken und bis zuletzt schöpferisch tätig sein.

Kunsttherapie sollte in jedem Alten- und Pflegeheim ebenso wie in Reha-Einrichtungen angeboten werden. Die Erfahrungen in der Selbsterhaltungstherapie (SET) im Alzheimer Therapiezentrum der Neurologischen Klinik Bad Aibling bestätigen das eindrucksvoll. SET ist ein umfassendes Konzept, das von Barbara Romero entwickelt wurde (siehe Literaturtipps). Es beinhaltet auch die Arbeit mit Angehörigen, welche die Kranken begleiten. Für sie werden ebenfalls Kunsttherapie, psychologische und medizinische Gespräche einzeln und in der Gruppe sowie Entspannungstechniken angeboten. Die Kosten für die Maßnahme können von der Krankenkasse erstattet werden.

Quelle: www.deutsche-alzheimer.de

Malatelier Cham

Evelyne Ziegler-Humbel, Maltherapeutin IHK

Altes Gemeindehaus, Schulhausstrasse 1, 6330 Cham

Telefon 041/781 40 07 – 076/306 30 67, www.malatelier-cham.ch



Maltherapie – Begleitetes Malen

Literaturtipps:

- **Ausdrucksmalen für Menschen mit Demenz**
Renate Sulser, Verlag Huber, ISBN 978-3-456-84832-7, Buch-Auszug:
«In meinem Kopf rutscht alles weg, sag, wohin ging es nur?»
Ja, wohin ging es nur? Dieser Frage setzt die Maltherapeutin Renate Sulser eine Neuorientierung in einem nichtkognitiven Medium entgegen. Mit dem von ihr entwickelten sinnes- und körperorientierten Ausdrucksmalen schafft sie einen Ort, an dem sich Menschen, die an einer dementiellen Erkrankung leiden, noch lange und mit viel Freude ihren tiefen Bedürfnissen, Erinnerungen und Anliegen widmen dürfen. Dieses Buch zeigt mit eindrücklichen Beispielen, wie mit Hilfe von Ausdrucksmalen der bei Demenz drohenden Inaktivität und Gefühlsverarmung entgegengewirkt werden kann. Für ihre maltherapeutische Arbeit mit demenzkranken Menschen wurde Renate Sulser 2002 der schweizerische Alzheimerpreis für bemerkenswerte Leistungen verliehen.
- **Malen mit Demenz – das Praxishandbuch**
Horst & Bärbel Kiessling, Birgit Osten, Mabuse-Verlag, ISBN 978-3-86321-180-6
- **Kunsttherapie mit demenzkranken Menschen, Ganß, M. und Linde, M.(Hg.)**
Dokumentation des Symposiums "KunstTherapie in der Altenarbeit – künstlerische Arbeit mit Demenzerkrankten". Frankfurt, Mabuse, 2004
- **Konzept und Wirksamkeit eines Behandlungsprogramms für Demenzkranke und deren Angehörige, Ergebnisse aus dem Alzheimer Therapiezentrum Bad Aibling**
Romero, B., Wenz, M., Zeitschrift Gerontol Geriat, 2002, 35, 118 – 128
- **Menzen, K.H.: Kunsttherapie mit altersverwirrten Menschen. München, Reinhard, 2004**
- **Bau, H.: Behandlungskonzepte der analytischen Psychologie. In: Radebold, H./Hirsch, R.D.(Hg.): Altern und Psychotherapie. Bern, Huber, 1994, 55 – 62**
- **Radebold, H.: Behandlungskonzepte der Psychoanalyse. In: Radebold, H./Hirsch, R.D.(Hg.): Altern und Psychotherapie. Bern, Huber, 1994, 43 – 54**

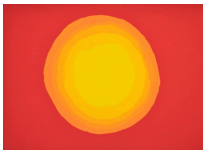
Zeichnen, Malen und Gestalten kann Menschen mit Demenz ermöglichen, ihre Gefühle auszudrücken und Entspannung zu finden.

Die Fähigkeit, sich in einem künstlerischen Medium ausdrücken zu können, wirkt sich positiv auf die Lebensqualität der Dementen aus. Durch die künstlerischen Tätigkeiten kann das „Ich“ gestärkt und Ängste reduziert werden. Demzufolge wird die Entwicklung des Selbstgefühls gefördert und Selbstheilungskräfte können entwickelt werden (vgl. Pflege heute, S1359).

Die Kunsttherapie lässt das Nachlassen geistiger Fähigkeiten in den Hintergrund treten. Stimmungen und Gefühle können ihren Ausdruck finden und durch das Schaffen von eigenen Werken das Selbstwertgefühl erheblich steigern.

Malatelier Cham

Evelyne Ziegler-Humbel, Maltherapeutin IHK
Altes Gemeindehaus, Schulhausstrasse 1, 6330 Cham
Telefon 041/781 40 07 – 076/306 30 67, www.malatelier-cham.ch



Maltherapie – Begleitetes Malen

Diese Therapie findet in der Regel unter Anleitung von erfahrenen Kunsttherapeuten statt. Sie bietet aber auch Angehörigen zahlreiche Anregungen für die Betreuung zu Hause. Voraussetzung ist immer, dass die betreffenden Personen Spaß an der Sache haben.

Bei der kreativen Beschäftigung sollte Vieles ausprobiert werden und die Erkrankten sollten Motive und Maltechniken selbst bestimmen können. Kunsttherapeuten beobachten, welche positiven oder negativen Reaktionen und Gefühle auftreten und gehen darauf ein. Es geht nicht um perfekte Kunstwerke, sondern darum, Menschen mit Demenz anzuregen und *Momente der Lebensfreude zu schaffen*.

Quelle: www.demenz-hilfe.at

Wie Kunst-Therapie demenzkranken Menschen helfen kann

Wenn die sprachliche Verständigung mit demenzkranken Menschen nicht mehr funktioniert, kann die künstlerische Gestaltung ein Weg sein, sich auszudrücken. Auch wenn der Patient bisher nie in dieser Richtung aktiv war, lernen die meisten diese Art der Selbstbestätigung in der Kunst-Therapie zu schätzen. Sie bringt Freude in einen Alltag, der durch den Verlust von Erinnerungen bestimmt ist.

Aktiv sein ohne Leistungsdruck

Die Kunsttherapie schafft es auf spielerische Weise, den Demenzkranken zu aktivieren. Statt passiv zuhause mehr oder weniger allein vor dem Fernseher zu sitzen, hat er in einer Therapiestunde die Möglichkeit, selbst etwas zu tun, und zwar ohne Erfolgsdruck. Er kann zum Beispiel mit Farben seine Stimmungen oder Erinnerungen ausdrücken. Manchmal kommen auch ein paar Worte zurück und der Patient kann plötzlich wieder ein wenig von seiner Kindheit erzählen.

Kunst-Therapie: Aus der Einsamkeit herauskommen

Während einer Malstunde in einer Malgruppe ist der Demenzkranke unter anderen, die das gleiche Schicksal erleben. Sie haben die Chance, Kontakte zu knüpfen, was ihnen normalerweise in ihrem Zustand schwer fällt. Durch das gemeinsame Tun und Anschauen der Bilder fühlen sich die Patienten nicht so allein und werden zugleich in ihren Fähigkeiten gefordert. Auch wenn sich viele am Anfang schwer tun, nur einige Striche zu Papier bringen und die Ausdauer gering ist, so verändert sich dies im Laufe der Sitzungen, bis ganze Bilder entstehen.

Zuhause mit dem Demenzkranken malen

Sollten Sie selbst künstlerisch aktiv sein, könnten Sie versuchen, Ihren demenzkranken Angehörigen zum Malen oder Gestalten zu bewegen. Dazu gehört eine große Portion Geduld und Einfühlungsvermögen.

Da Sie den Kranken aber am besten kennen, wissen Sie vielleicht eher, was er meint, wenn er Gegenstände falsch benennt. Wichtig für eine solche Kunstaktion ist Ruhe und Ordnung. Gehen Sie immer wieder gleich vor, wenn Sie eine solche Sitzung selbst vornehmen.

Malatelier Cham

Evelyne Ziegler-Humbel, Maltherapeutin IHK

Altes Gemeindehaus, Schulhausstrasse 1, 6330 Cham

Telefon 041/781 40 07 – 076/306 30 67, www.malatelier-cham.ch



Kunst-Therapie

Malen bringt Demenzkranken Freude und hilft beim Erinnern

Verwenden Sie wenige, praktische Materialien

Bieten Sie Ihrem Angehörigen zunächst nur wenig Material an: einen stabilen Malblock mit festem Papier, ein Pinsel, Wasser und wenige Farben – nicht gleich den ganzen Farbkasten, der ihn überfordern könnte. Legen Sie immer alles an den gleichen Platz, an die gleichen Stellen, sodass der Patient hierin ein Ritual erkennen kann.

Nehmen Sie große Farbtöpfchen, mit denen er leichter hantieren kann, und flache, halb gefüllte Schalen mit Wasser, die nicht umfallen können. Wasserlösliche Farben sind ideal, da sie sich notfalls leicht aus der Kleidung waschen lassen.

Bleiben Sie beim Malen immer in der Nähe

Bleiben Sie beim Malen immer bei Ihrem Angehörigen, damit Sie sich austauschen und ihm behilflich sein können. Ein Demenzkranker braucht ständig Zuwendung und Aufmerksamkeit, damit er sich nicht allein fühlt. Malen Sie eventuell gemeinsam und sprechen Sie mit ihm über die Bilder. Ein fertiges Bild kann dem Patienten viel Freude bringen, die ihm in seinem Alltag oft fehlt.

Quelle: www.curendo.de

Wir fühlen und denken in Bildern

Das Begleitete Malen eröffnet uns die Gelegenheit, mit unseren inneren Bildern und Stimmungen in Kontakt zu kommen. Es ist eine Form der Selbsterfahrung, bei welcher Sie sich auf einer nonverbalen, emotionalen Ebene begegnen.

Bilder werden malend geklärt, nicht erklärt. Mit sorgfältiger Hingabe entsteht malend Neues, Berührendes, Überraschendes und Vertrautes – es kann wahrgenommen, wenn nötig gewandelt und über die malende Tätigkeit ins tägliche Leben integriert werden.

Als Maltherapeutin nehme ich Anteil an der Entstehung des Bildes, unterstütze mit gezielten Interventionen Ihren Prozess und begleite Sie in Ihrer persönlichen Arbeit am Bild. Das Bild wird gemalt, um etwas neu zu verstehen, nicht um Bekanntes zu illustrieren. Sie malen auf grossformatiges Papier. Es stehen Ihnen die hochwertigen, wohlriechenden Lascaux Resonance Farben zur Verfügung.

«Das Gehirn ist ein bildgebendes Organ.»

Prof. Dr. Gerald Hüther, Neurobiologe

Worksheet Alzheimer/Demenz, 10/2013

© Evelyne Ziegler-Humbel, Mal- und Kunsttherapeutin

Malatelier Cham

Evelyne Ziegler-Humbel, Maltherapeutin IHK

Altes Gemeindehaus, Schulhausstrasse 1, 6330 Cham

Telefon 041/781 40 07 – 076/306 30 67, www.malatelier-cham.ch