

4.6.1.2 *Themenzentrierte Gespräche*

Dieses Angebot der Biografiearbeit lässt sich gut in einem Altenheim umsetzen.

Die Bewohner treffen sich regelmäßig zu einem Gesprächskreis und tauschen sich über ein vorher bekanntes Thema aus.

Dieses Thema kann vorgegeben werden oder die teilnehmenden Personen besprechen am Ende eines jeden Treffens, welches Thema bei der kommenden Zusammenkunft besprochen werden soll.

Die Bewohner haben so die Möglichkeit, sich auf die Themen vorzubereiten. Vielleicht besitzt die eine oder andere Person noch Gegenstände zum Thema, die sie zum nächsten Treffen mitbringen kann.

Fotos oder Bilder können ebenfalls zur Anregung des Gesprächs eingesetzt werden.

Wichtig ist es, bei den Gesprächskreisen eine angenehme Atmosphäre zu schaffen. Zum Beispiel kann Kaffee und Kuchen gereicht werden. Ideal ist es, wenn an einem runden, nett eingedeckten Tisch zusammengesessen wird.

Die Gruppe sollte vier bis sechs Bewohner nicht übersteigen, damit die Personen auch öfter zu Wort kommen können. Gleichzeitig entsteht im kleinen Kreis eine gemütliche Atmosphäre, in der es den Personen erfahrungsgemäß leichter fällt, sich zu öffnen.

Bewohner, die während eines solchen Angebots regelmäßig einschlafen, sollten an diesem nicht teilnehmen. In diesem Fall stört ihre Anwesenheit das Geschehen.

Außerdem ist zu überlegen, ob die Gruppe als geschlossene Gruppe stattfinden soll.

Sinnvoll bei dieser Art der Vorgehensweise ist es, wenn die Gruppenleitung einen Gegenstand mitbringt und in die Mitte auf den Tisch stellt, um das Thema für die Bewohner in Erinnerung zu rufen und um die Bewohner am Thema zu halten.

4.6.1.3 *Gesprächskreise*

Auch diese Methode eignet sich für den Einsatz in der Biografiearbeit.

Im Gegensatz zu den themenzentrierten Gesprächen, finden sich bei dieser Form der Biografiearbeit Menschen unvorbereitet zusammen und unterhalten sich über Themen, die sich während des Gesprächs ergeben.

In einer lockeren und ungezwungenen Atmosphäre werden Erfahrungen und Erlebnisse oder Meinungen ausgetauscht.

Es kann sein, dass diese Form der Zusammenkunft für die Erstellung der Biografien nicht so effektiv ist, wie die themenzentrierten Gespräche, da nicht einzu-

schätzen ist, welche Themen bei dem Treffen besprochen werden und die Teilnehmer sich nicht vorbereiten konnten. Oder es werden Themen besprochen, die für die Erstellung der Biografie nicht von Bedeutung sind.

Bei den beiden letztgenannten Erhebungsmöglichkeiten ist es in der Regel schwierig, sich bei der Aktivität Notizen zu fertigen. Oftmals ist es aufgrund der gewonnenen Datenfülle nur möglich, dass prägnante Informationen festgehalten werden.

4.6.1.4 *Auktion der Wünsche*

Diese Methode stellt eine Möglichkeit dar, um Informationen über die Zukunftsbiografie des alten Menschen zu erhalten (Idee modifiziert nach einer Anregung der Trainerin der Fortbildung zur zertifizierten Gedächtnistrainerin). Die Aufgabe besteht darin, Zukunftswünsche zu ersteigern.

Für die Durchführung bedarf es ebenfalls einer Vorbereitung. Auf Metaplankarten werden diverse Zukunftswünsche notiert; dabei wird auf einer Karte immer nur ein Wunsch festgehalten.

Je nach Klientel, also ältere Menschen in ihrer eigenen Wohnumgebung oder ältere Menschen, die in einem Altenheim leben, werden sich Gedanken über mögliche Zukunftswünsche gemacht und diese sind auf den Karten zu notieren. Die Auswahl der Wünsche erfolgt personenunabhängig und kann für folgende Einsätze ergänzt oder ausgetauscht werden.

Außerdem werden zum Beispiel Knöpfe oder andere kleine Gegenstände benötigt, die als „Zahlungsmittel“ eingesetzt werden. Jeder Teilnehmer erhält die gleiche Anzahl von „Zahlungsmitteln“, zum Beispiel 30 Knöpfe. Diese Menge sollte schon gegeben sein, damit ein Bieten stattfinden kann und mehrere Karten erworben werden können.

Die teilnehmenden Personen sitzen gemeinsam an einem Tisch und der Therapeut liest einen Wunsch vor. Die Gruppenmitglieder haben jetzt die Möglichkeit, diesen Wunsch zu ersteigern und als Gegenwert ihr Zahlungsmittel einzusetzen.

Aufgrund der zugeteilten Zahlungsmittel ist die Möglichkeit des Eintauschens begrenzt. Die Wünsche auf den Karten werden nur nacheinander vorgelesen, so dass die Teilnehmer keinen Einblick über das gesamte Kartenspektrum haben. Sie müssen sich also, ohne zu wissen was noch kommt, entscheiden.

Wenn alle Karten vorgelesen wurden, initiiert der Therapeut ein Gespräch über die ersteigerten Karten (es können aber auch Karten nicht ersteigert werden).

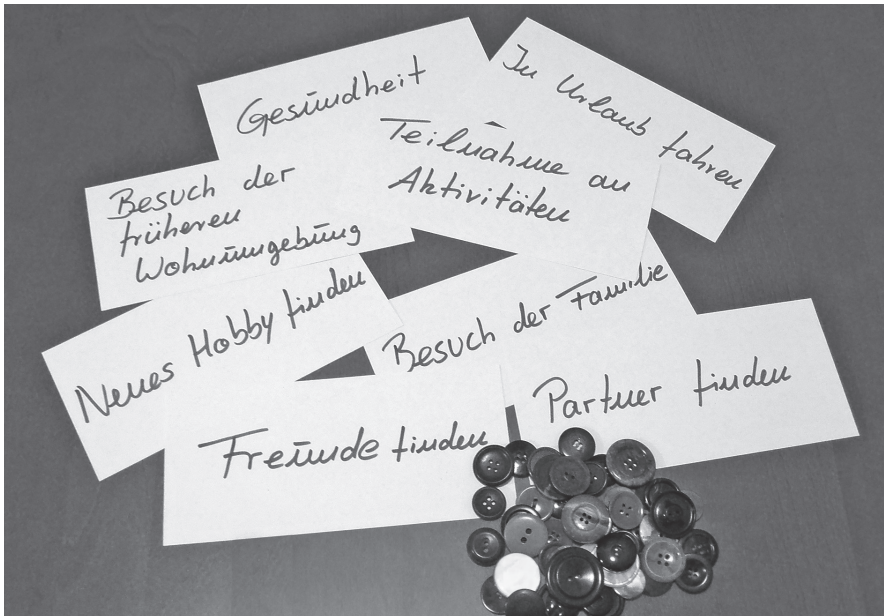


Abb. 8: Wunschkarten und Knöpfe als Zahlungsmittel

Diese Form der Biografiearbeit kann auch in einem Einzelkontakt eingesetzt werden, wobei hier das Bieten entfällt und die Anzahl der Zukunftswünsche, ebenso wie die Höhe des „Zahlungsmittels“, reduziert sein sollte. Bei dieser Vorgehensweise gibt der Therapeut zu Beginn vor, wie viel eine Wunschkarte „kostet“.

Wichtig ist es, das Angebot in einer Therapieeinheit abzuschließen. Ein erneutes Anknüpfen ist aufgrund der Angebotsstruktur nicht sinnvoll.

4.6.1.5 Satzergänzungsbogen

Mit dem Satzergänzungsbogen liegt ein Medium vor, das dem alten Menschen zur Verfügung gestellt werden kann und der zur Vorbereitung auf ein Biografiegespräch in der Gruppe oder zu einem biografischen Interview mitgebracht wird. Dieser Bogen dient als Gesprächsgrundlage und der alte Mensch hat die Möglichkeit, sich in Ruhe Gedanken über seine Biografie zu machen.

Die Satzanfänge sind in der „Ich-Form“ vorgegeben, um eine höhere Identifikation zu erzielen. Zum Beispiel: „Am liebsten möchte ich ...“ Aufgrund dieser Formulierung eignet sich der Bogen aber nicht zum Ausfüllen durch dritte Personen.

Im Anhang befindet sich der Satzergänzungsbogen als Kopiervorlage.

4.6.2 *Aktivitätsorientierte Biografieerhebung*

Bei der aktivitätsorientierten Biografieerhebung setzt der Therapeut ein Medium ein, das die Datenerhebung unterstützt.

Die Teilnehmer sind je nach Angebot mehr oder weniger aktiv an der Gestaltung der Aufgabe beteiligt.

4.6.2.1 *Der Biografiebrief*

Diese Form der Biografiearbeit ist für Personen geeignet, die gerne schreiben beziehungsweise früher gerne geschrieben haben. Mit Sicherheit kommt diese Form der Biografiearbeit nur für einen kleinen Personenkreis in Frage.

Es gibt alte Menschen, denen diese Vorgehensweise emotional zu anstrengend sein kann oder sie haben körperliche Einschränkungen, die ihnen diese Vorgehensweise nicht mehr ermöglicht.

Aber das Anfertigen eines handgeschriebenen Briefes hat für die derzeitige ältere Generation einen ganz anderen Stellenwert als dies in fünfzig Jahren der Fall sein wird. In der Jugend- und Erwachsenenzeit dieser Personen haben die Menschen sich viele Briefe geschrieben. Zum Teil war es die einzige Kommunikationsmöglichkeit mit Verwandten und Freunden.

Das Erhalten oder Warten auf einen Brief löste Emotionen aus. Diese mit einem Brief verbundenen Emotionen können auch beim Schreiben eines oder mehrerer Biografiebriefe ausgelöst werden.

Das Schreiben eines Briefes ist etwas sehr Persönliches, das Zeit braucht und einem ganz eigenen Tempo unterliegt. Das Lesen von Worten in der eigenen Handschrift geschrieben, hat eine andere Wirkung auf den Menschen, als der gleiche Satz geschrieben mit dem Computer.

Bei dieser Form der Biografiearbeit wird der ältere Mensch aufgefordert, einen Biografiebrief zu schreiben. Der Brief kann das Leben, Lebensabschnitte oder einzelne Themen beinhalten (vgl. Ruhe a. a. O., S. 82).

Die Person kann den Brief an sich selber oder an einen von ihm ausgewählten Menschen schreiben (vgl. Ruhe a. a. O. S. 82).

Für einige Menschen kann es leichter sein zu schreiben, wenn sie sich vorstellen, dass sie die Zeilen an eine bestimmte Person richten.

Zu berücksichtigen ist, dass diese Auswahl einer Person schon den Inhalt und den Schreibstil beeinflussen kann. Zum Beispiel ist es etwas anderes, ob das Thema „Verlust des Ehepartners“ in Gedanken an eine Freundin oder dem eigenen Kind geschrieben wird.

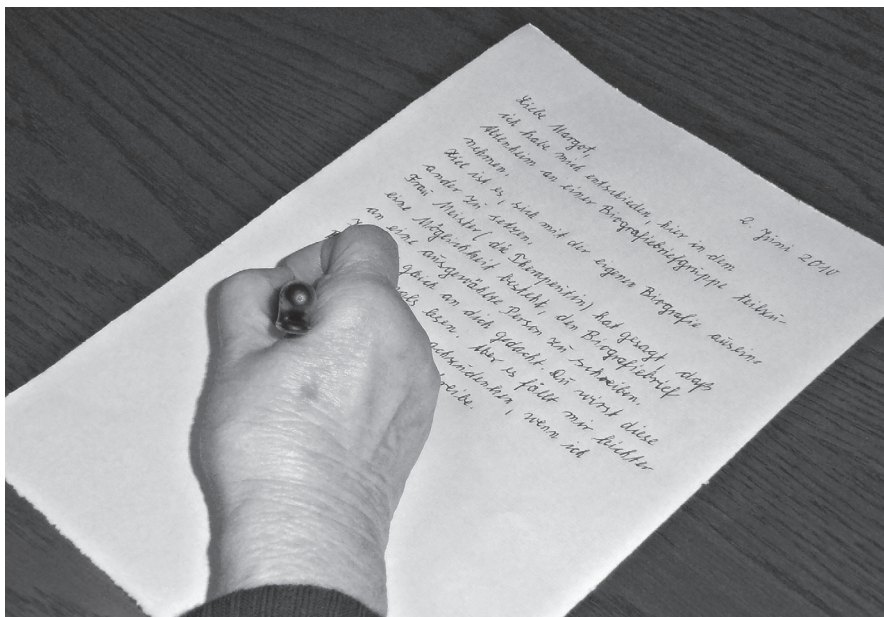


Abb. 9: Biografiebrief

Aus den oben genannten Gründen ist es sinnvoll, keine Vorgaben zur Person zu machen, an die der Brief geschrieben wird. Vielleicht möchte der ältere Mensch den Brief auch an sich selbst schreiben, als sogenannte Lebensbilanz.

Ergibt es sich im Laufe der Zusammenarbeit mit dem alten Menschen, dass diese Form der Biografiearbeit ein passendes Medium darstellt, sollte zu Beginn besprochen werden, ob und wie eine Kommunikation über den Inhalt erfolgen soll.

Es kann sich aber auch ergeben, dass diese Form der Biografiearbeit ein ganz persönliches Mittel für die Person darstellt, sich mit ihrer Lebensgeschichte auseinanderzusetzen. In diesem Fall sollte dann ein ergänzendes Mittel ausgesucht werden, um an biografische Informationen für die therapeutische Arbeit zu gelangen.

Vielleicht besteht aber in einer Einrichtung auch die Möglichkeit, eine Biografiebriefgruppe ins Leben zu rufen, die sich regelmäßig einmal im Monat trifft.

Die Teilnehmenden besprechen bei ihren regelmäßigen Treffen, welches Thema der nächste Brief beinhalten soll.

Die Personen haben zwischen den Treffen Zeit, diesen Brief anzufertigen.

Die weitere Verfahrensweise mit den geschriebenen Briefen muss mit der Gruppe zu Beginn abgesprochen werden und alle müssen einverstanden sein.

Bei dem folgenden Treffen können die Briefe zum Beispiel den anderen Anwesenden vorgelesen werden oder man spricht über den Inhalt der Briefe. Auch ist zu überlegen, ob die Briefe eine Begrenzung in der Länge erhalten sollen.

Wichtig ist bei dieser Art der Gruppe, in der die Personen sich gegenseitig persönliche Dinge mitteilen, dass es sich um eine geschlossene Gruppe handelt.

Bei dieser Verfahrensweise der Biografiearbeit baut sich schnell ein Vertrauensverhältnis auf und die Teilnehmenden müssen sich sympathisch finden. Ein Wechsel der Teilnehmer sollte bei dieser Form der Biografiearbeit nicht vorgenommen werden.

Das heißt, dass immer dieselben Personen teilnehmen. Ist ein Gruppenteilnehmer verhindert, so wird dieser freie Gruppenplatz nicht durch eine andere Person gefüllt, sondern die Gruppe besteht dann bei dem entsprechenden Treffen aus den verbleibenden Teilnehmern. Die Anzahl der Treffen wird gemeinsam mit den Teilnehmern abgesprochen.

Außer dem Leiten der Gruppe kann es die Aufgabe des Ergotherapeuten sein, dem alten Menschen für dieses Projekt die entsprechenden Hilfsmittel zur Verfügung zu stellen. Das Ausprobieren von verschiedenen Stiften, das Anpassen von Griffverdickungen oder das Anfertigen von Papier mit entsprechend großen Zeilenabständen können als unterstützende Maßnahmen beispielhaft genannt werden.

Personen, die aufgrund ihrer Erkrankung nicht mehr in der Lage sind einen Brief selbständig zu schreiben, kann alternativ ein Aufnahmegerät eingerichtet werden. Diese Vorgehensweise bietet sich zum Beispiel auch für diejenigen an, die zu Hause leben und sich mit der eigenen Biografie auseinandersetzen möchten.

4.6.2.2 *Eigene Beobachtungen*

Ergänzend zu den Informationen, die durch den Einsatz von Aktivitäten gewonnen oder durch das biografische Interview zusammengetragen werden, dienen die eigenen Beobachtungen ebenfalls als Quelle, um Informationen über die Biografie des Bewohners zu sammeln.

Bei dem biografischen Interview kann bei den Ausführungen, die die zu interviewende Person äußert auf die Mimik und Gestik geachtet werden. Auch die Stimmlage gibt Auskunft über die Emotionen zu einem Ereignis. Es kann vorkommen, dass das Gesagte nicht mit der Mimik oder Stimmlage der Person übereinstimmt.

Diese Beobachtungen werden notiert und vielleicht in einer anderen Situation nochmals angesprochen oder mit einem Medium thematisiert. Dann lässt sich vielleicht die Ambivalenz zwischen Gesagtem und dem Ausdruck genauer aufklären.

Zum Beispiel erzählt eine Person im Biografieinterview, dass es ihr nichts ausmacht, 200 km weit weg vom bisherigen Wohnort gezogen zu sein und dass alle Verbindungen zu Freunden und Bekannten dadurch abgebrochen sind. Sie freut sich, jetzt in der Nähe der Tochter zu leben. Der Umzug vom eigenen Haus in das Altenheim macht ihr nichts aus.

Der Interviewer empfindet diese Aussage aber ganz anders. Durch die Körpersprache und Mimik des alten Menschen bekommt er den Eindruck, dass es der Person nicht gleichgültig ist, wo sie wohnt und dass sie die gewohnte Umgebung vermisst.

Um sich über diese Ambivalenz Klarheit zu verschaffen, kann zum Beispiel in einem kleinen Gesprächskreis mit Bewohnern, die ähnliche Erfahrungen mit einem solchen Umzug gemacht haben, diese Situation thematisiert werden.

Auch können Beobachtungen im Alltag zur Vervollständigung der Biografie beitragen. Zum Beispiel wird bei einer dementen Person, die sich selbst nicht mehr äußern kann beobachtet, wie sie sich bei klassischer Musik entspannt und zur Ruhe kommt. Diese Beobachtung kann im täglichen Miteinander genutzt werden, um eine Alltagssituation für den Betroffenen angenehmer zu machen. Konkret können die Mitarbeiter der Pflege dieses Wissen nutzen, um bspw. die Situation des Duschens für den alten Menschen entspannter zu gestalten.

4.6.2.3 Themenkisten

Die Themenkisten werden vom Ergotherapeuten individuell zusammengestellt. Sie beinhalten jeweils themenorientiert verschiedene Medien, die den alten Menschen unterstützen sollen, sich an bestimmte Ereignisse bzw. Erlebnisse aus seinem bisherigen Leben zu erinnern. Dabei kann es sich hier sowohl um Bildkarten mit typischen Gegenständen, als auch um typische Gegenstände an sich handeln. Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt und die Auswahl sollte sich an dem Bedarf der Zielgruppe orientieren.

Je nachdem welche Themen angesprochen werden sollen und über welche Lebenssituationen Informationen zu sammeln sind, werden Materialien zusammengetragen.

Das Anfassen dieser Medien, also das Erfassen über einen weiteren Sinneskanal als den visuellen, regt die Erinnerungen zweifellos mehr an. Je mehr Wahrnehmungsbereiche in die Arbeit integriert werden, desto größer ist die Stimulation. Gerade bei dementen Menschen ist dieser Einsatz von Medien eine gute unterstützende Maßnahme, um Erinnerungen zu wecken.

Aber auch nicht demente ältere Menschen haben Freude und schwelgen in Erinnerungen, wenn sie Gegenstände von früher betrachten können.

Diese Kisten helfen auch, ein Gespräch über die Vergangenheit zwischen Therapeut und dem alten Menschen, der nicht von einer Demenz betroffen ist, lebendiger zu gestalten und differenziertere Erinnerungen zu wecken, als wenn beide

Personen dieses Biografiegespräch ohne unterstützendes Medium durchführen würden. Nach folgenden Themen können diese Kisten z. B. mit Materialien gefüllt werden:

- Wohnen
 - Zimmerschlüssel
 - Bilder von Häusern, Wohnungen
 - Bilder von Räumen
 - Gartenbilder

- Schule/Ausbildung/Studium
 - Schulhefte von früher
 - Schiefertafel
 - Alte Schulbücher
 - Vergrößertes Bild mit einer Person in Schuluniform
 - Butterbrotpapier
 - Brotdose

- Arbeit/Beruf
 - Vergrößerte Fotos von Personen bei der Arbeit aus damaliger Zeit
 - Verschiedene Werkzeuge

- Essen
 - Kaffeebohnen
 - Verpackungen aus damaliger Jugend-Erwachsenenzeit
 - Geschirr
 - Einweckglas

- Hygiene
 - Stück Seife
 - beliebte Düfte von früher
 - Kamm, Bürste
 - Rasierapparat, Garnitur zum Nassrasieren
 - Waschlappen
 - Zahnbürste und Zahnpasta
 - Vergrößerte Fotos von damaliger Unterwäsche
 - Originalverpackungen oder Fotos von ihnen

- Hausarbeit
 - Nähkorb mit Utensilien
 - Kittelschürze
 - Alte Kochbücher

- Waschbrett
- Mopp
- Historische Küchengeräte

- Freizeit
 - Bilder von früher zum Thema Schwimmen
 - Bilder von früher zum Thema Wandern
 - Bilder von früher zum Thema Radfahren
 - Alte Handtaschen
 - Bestickte Taschentücher
 - Alte Bücher
 - Musik aus damaliger Zeit

- Tiere
 - Verschiedene Plastiktiere wie Katze, Hund, Vögel, Hühner, Kühe, Kaninchen
 - Vergrößerte Fotos mit Tieren

- Feiern
 - Weihnachtsbaumanhänger
 - Lametta
 - Ostereier
 - Geburtstagskerze
 - Konfirmationskarte
 - CD mit Weihnachtsmusik

- Urlaub
 - Bilder von Autos aus damaliger Zeit
 - Bilder von Zugreisenden aus damaliger Zeit
 - Alter Reisekoffer
 - Sand, Muscheln, Steine
 - Bild von einem Strand
 - Bild mit Bergen

- Liebe/Freundschaft
 - Alte (Liebes-) Briefe
 - Vergrößerte Fotos



Abb. 10: Auszug aus der Materialauswahl für eine Themenkiste „Haushalt“

Gerade für Therapiegruppen eignen sich diese Kisten sehr gut, um das Gespräch anzubahnen, im Fluss zu halten und die alten Menschen zu ermutigen, sich im Rahmen ihrer Möglichkeiten zu beteiligen.

Die Kisten können immer ergänzt oder die Gegenstände jederzeit ausgetauscht werden. Sie stellen somit ein wachsendes und zielgruppenorientiertes Medium dar. Dieses Angebot eignet sich, wie das Folgende, auch gut für alte Menschen, die im Rahmen eines Hausbesuchs behandelt werden.

4.6.2.4 Landkarten/Stadtpläne

Anhand von Landkarten und Stadtplänen kann eine Reise durch die Zeit mit dem Bewohner nachvollzogen werden. Diese Medienwahl bietet sich auch, ähnlich wie die Themenkisten, für eine Gruppensituation an. Es besteht dadurch die Möglichkeit, in kürzerer Zeit von mehreren Bewohnern Lebensdaten zu erhalten. Auf einer Metaplanwand oder auf einer dünnen Styroporplatte befestigte Landkarten oder Stadtpläne können dann mit farbigen Steckern die Urlaubsziele oder Wohnorte des Bewohners markiert werden. Bei den Stadtplänen können zum Beispiel für den Bewohner bedeutsame Örtlichkeiten aufgezeigt werden. Dabei erhält jeder Bewohner, wenn die Bearbeitung der Stadtpläne in der Gruppe durchgeführt wird, eine ihm zugeordnete Farbe. Somit lassen sich die „Lebensbereiche“ für den einzelnen Bewohner gut sichtbar darstellen.

Das Arbeiten in einer Gruppe, deren Bewohner aus derselben Stadt stammen, wird zu einem lebendigen Austausch beitragen und vielleicht erkennen die Be-

wohner Gemeinsamkeiten, von denen sie vorher nichts wussten. Dieses Angebot kann dazu führen, dass sich auch außerhalb von Gruppenangeboten Kontakte zwischen Bewohnern ergeben.

Ein Beispiel soll eine mögliche Vorgehensweise exemplarisch darstellen.

In einem ersten Interviewgespräch mit Herrn M. wurde dieser nach Orten beziehungsweise Städten gefragt, die für ihn eine „Lebensstation“ darstellen. Folgende Städte konnten auf der Karte markiert werden:

Berlin:

Hier wurde Herr M. im westlichen Teil der Stadt 1930 geboren und ist in einer Wohnung, als Einzelkind, aufgewachsen.

München:

Aus beruflichen Gründen ist Herr M. 1960 umgezogen und hat in dieser Stadt seine zukünftige Ehefrau kennengelernt.

Essen:

Gemeinsam mit der Ehefrau 1965 in deren Heimatstadt gezogen. Hier wurde die Tochter geboren.

Göttingen:

1975 auf Grund einer beruflichen Veränderung ist die Familie nach Göttingen gezogen. Sie wollten auch das Ruhrgebiet verlassen.

Burg auf Fehmarn:

Mehrere Sommerurlaube dort verbracht.

Lüneburg:

Aufgrund einer beruflichen Umorientierung zog die Familie 1978 um.

Hamburg:

Das Ehepaar zog 2008 nochmals um in ein Altenheim. Diese Stadt wurde gewählt, da hier die Tochter mit ihrer Familie lebt.

Für die weitere Biografiearbeit kann die Landkarte bei Bedarf wieder hinzugezogen werden, um die neuen erhobenen Informationen zu ergänzen.

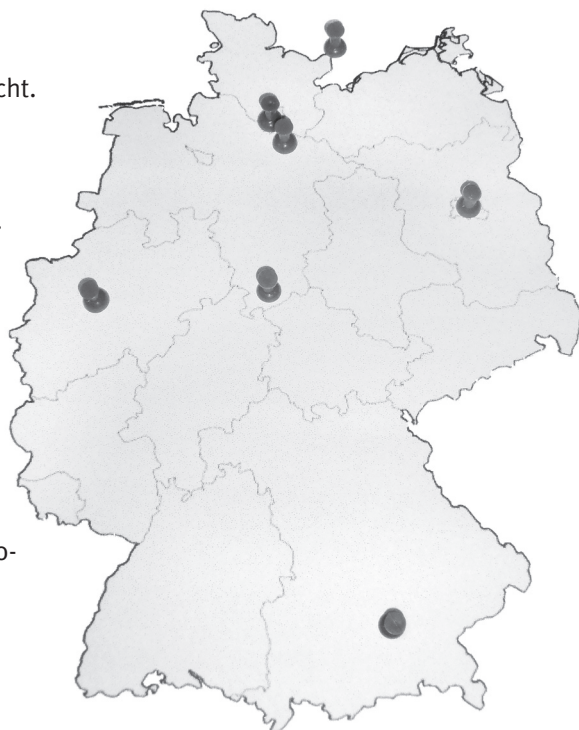


Abb. 11: Landkarte mit Markierungen