

Kapitel 2: Einsatz des Manuals für Aufbau- und Basiskurs



Das vorliegende Manual enthält eine detaillierte Beschreibung der 24 Sitzungen des Aufbaukurses. Es ist speziell für die Weiterführung des Basiskurses entwickelt worden (Spector et al., 2006). Neben der Beschreibung jeder einzelnen Sitzung erhalten die Gruppenleiter detaillierte Hinweise zur Vorbereitung und Gestaltung der Sitzungen. Im Unterschied zum intensiveren Basiskurs, dessen 14 Sitzungen zweimal wöchentlich stattfinden, wird der Aufbaukurs einmal pro Woche über 24 Wochen hinweg durchgeführt.

Der Übersichtlichkeit halber wird jede Sitzung auf einer separaten Doppelseite beschrieben. Die Struktur jeder Sitzung ist stets die gleiche (s. Tabelle 1).

Phase	Dauer	Aktivitäten
Orientierungsteil	ca. 10 min	<ol style="list-style-type: none">1. Singen des Gruppenliedes2. Aufwärmen: Softball-Spiel mit Namensnennung3. Diskussion des aktuellen Datums, Jahreszeit, Ort4. Orientierung im Hier und Jetzt: Wetter, Mahlzeiten, aktuelle Ereignisse
Hauptteil	ca. 25 min	Themenspezifische Aktivität (siehe Tabelle 2, S. 14)
Abschluss	ca. 10 min	<ol style="list-style-type: none">1. Zusammenfassung der Sitzung2. Singen des Gruppenliedes3. Ankündigung der nächsten Sitzung (Datum, Thema)4. Bedanken bei Gruppenteilnehmern für Teilnahme und Verabschiedung

Tabelle 1: Allgemeine Struktur der Gruppensitzungen

Um das Vorgehen in Orientierungsteil, Hauptteil und Abschlussphase zu veranschaulichen, sowie die Verwendung spezieller Materialien zu zeigen, sind Videomitschnitte als Download im Internet bereitgestellt.

Drei Videobeispiele s. Anhang und Download-Materialien.



Die Aktivitäten jeder Sitzung sind darauf ausgerichtet, nach Möglichkeit alle Gruppenteilnehmer zu stimulieren. Grundsätzlich stehen zwei Varianten zur Auswahl, die mit A und B markiert sind und sich in ihrem Schwierigkeitsgrad unterscheiden oder für Gruppen unterschiedlicher Größe geeignet sind. Zur Vereinfachung für Anwender, die wenig Zeit für die Vorbereitung haben, sind erprobte Materialien als Arbeitsblätter angefügt. Materialien, die man käuflich erwerben kann, sind auf S. 79 f. aufgelistet (s. Anhang).

Aufbaukurs Sitzung Nr.	Thema	Basiskurs Sitzung Nr.
1	Mein Leben (Familie)	3
2	Zeitgeschehen	5
3	Nahrungsmittel 1	4
4	Kreativität	8
5	Zahlen	12
6	Mannschaftsspiele	14
7	Töne und Geräusche	2
8	Bewegung	1
9	Kategorisieren	9
10	Haushaltsschätze 1	--
11	Alltagstipps 1	--
12	Nachdenkliches	--
13	Werbung	--
14	Kunst	--
15	Gesichter und Orte	6
16	Wörter 1	13
17	Nahrungsmittel 2	4
18	Zusammenhänge finden	7
19	Orientierung	10
20	Geld und Währung	11
21	Wörter 2	13
22	Haushaltsschätze 2	--
23	Mein Leben (Beruf)	3
24	Alltagstipps 2	--

Tabelle 2: Zuordnung Sitzungen Aufbaukurs ► Basiskurs

1. Nutzung des Manuals für den Basiskurs

Das vorliegende Manual kann für den Basiskurs ebenfalls genutzt werden, denn alle Themen des Basiskurses werden im Aufbaukurs wieder aufgegriffen (s. Tabelle 2). Hierbei gibt es drei Alternativen. Die entsprechenden Sitzungsbeschreibungen enthalten einen zusätzlichen Vorschlag zur Gestaltung einer Basiskurs-Sitzung. Weiterhin stehen wie erwähnt zwei Varianten A und B zur Auswahl. Später im Aufbaukurs kann die jeweils andere gewählt werden. Sollte eine der Varianten sich als sehr stimulierend für die Gruppe erweisen, kann sie im Aufbaukurs wiederholt werden, ggf. mit anderen Materialien.

Wichtig: Die Reihenfolge der Sitzungen von Basis- und Aufbaukurs ist unterschiedlich! Wenn Sie mit diesem Manual den Basiskurs beginnen möchten, entnehmen Sie die Abfolge der Basiskurs-Sitzungen Tabelle 3.

Basiskurs Sitzung Nr.	Thema	Aufbaukurs Sitzung Nr.
1	Bewegung	8
2	Töne und Geräusche	7
3	Mein Leben	1, 23
4	Nahrungsmittel	3, 17
5	Zeitgeschehen	2
6	Gesichter und Orte	15
7	Zusammenhänge finden	18
8	Kreativität	4
9	Kategorisieren	9
10	Orientierung	19
11	Geld und Währung	20
12	Zahlen	5
13	Wörter	16, 21
14	Mannschaftsspiele	6
--	Alltagstipps	11,24
--	Nachdenkliches	12
--	Kunst	14
--	Werbung	13
--	Haushaltsschätze	10,22

Tabelle 3: Zuordnung Sitzungen Basiskurs ► Aufbaukurs

2. Aufgaben der Gruppenleiter

Allgemeine Vorbereitung:

- Werfen Sie bei jeder Sitzung zuvor einen kurzen Blick auf die kommende Sitzung. Dann können Sie den Teilnehmern gegebenenfalls schon vorab Vorschläge machen und ihre Vorlieben für eine bestimmte Variante erfragen.
- Geben Sie am Ende jeder Sitzung einen kleinen Ausblick auf die kommende Sitzung, so dass sich die Teilnehmenden darauf einstellen oder sich eine Notiz machen können. Auch wenn Details vergessen werden, vermittelt dies Sicherheit.
- Erscheinen Sie pünktlich, so dass die Gruppe direkt beginnen kann und niemand warten muss.

Aufgabenverteilung:

Die Gruppenleiter tragen die Verantwortung für die Gestaltung der Sitzungen. Auch wenn Einheiten wie der Orientierungsteil gelegentlich zum Training von den Co-Leitern übernommen werden können, liegt die Verantwortung beim „Haupt-Leiter“.

Auch auf die Co-Leiter kommt es an:

- Ein positiver und offener Umgang mit den einzelnen Gruppenteilnehmern wirkt in jeder Sitzung zusätzlich anregend.
- Nehmen Sie Liedblätter, Zeitungsartikel etc. an sich, wenn der entsprechende Teil der Sitzung zu Ende ist.
- Unterstützen Sie Gruppenmitglieder mit speziellen Beeinträchtigungen in Absprache mit der Gruppenleitung.
- Wenn Pausen entstehen, weil der Gruppenleiter gerade etwas austeilt oder aufbaut, beginnen Sie ein Gespräch mit ihren Sitznachbarn. Schwatzen ist erlaubt!
- Wenn Teilnehmer in den Pausen selbst miteinander in Kontakt treten, lassen Sie es geschehen oder fördern Sie dies.
- Wenn jemand einen interessanten Beitrag macht, greifen Sie ihn auf. Sie können auch eine Weile damit warten und den Beitrag später für alle Gruppenteilnehmer wiederholen.
- Beteiligen Sie sich an der Diskussion von Meinungen und Vorlieben, aber achten Sie darauf, dass die Meinung der Teilnehmer und nicht Ihre eigene im Mittelpunkt steht.
- Denken Sie daran, dass jede Meinung und Antwort legitim ist und positiv entgegengenommen wird. Korrigieren Sie nicht die Äußerungen der Teilnehmer.
- Fühlen Sie sich verantwortlich für die kontinuierliche Verlaufsdokumentation (siehe S. 20) und besprechen Sie Ihren Eindruck zu allen Teilnehmern nach jeder Sitzung mit der Gruppenleitung.

Kapitel 3: Praktische Vorbereitung

1. Gruppenleitung

Die Gruppe sollte durch zwei Personen geführt werden, Gruppenleitung und Co-Gruppenleitung. Von den Autoren des CST-Manuals werden keine Vorgaben bezüglich der Profession der Gruppenleiter gemacht, sie sollten jedoch verlässlich anwesend sein. Die Kognitive Stimulationstherapie erfordert ein spezielles Vorgehen, das die Äußerung von Meinungen und Vorlieben anregt und sich vom üblichen „Gedächtnistraining“ unterscheidet (s. „Schlüsselprinzipien der KST“). Daher sollten die verantwortlichen Gruppenleiter nach dem Schneeball-Prinzip bereits praktische Erfahrungen mit erfahrenen Leitern erworben haben. Optimal ist, zuvor mindestens bei einer Gruppe als Co-Therapeut mitgewirkt zu haben (Basis- oder Aufbaukurs), an einer Schulung mit praktischen Anteilen oder an einer Supervision mit Videomitschnitten teilzunehmen. Aktuelle Informationen für den deutschsprachigen Raum unter www.dikst.de

2. Größe und Zusammensetzung der Gruppe

Eine Gruppengröße von 5 bis 7 Teilnehmern hat sich als optimal erwiesen, um allen Mitgliedern ausreichend Raum, Zuwendung und Möglichkeit zur Kommunikation geben zu können.

Die Kognitive Stimulationstherapie wurde für Menschen mit leichter bis mittelgradiger Demenz entwickelt. Weiterhin formulieren Spector et al. (2001) folgende Kriterien, die die Teilnehmenden erfüllen sollten:

- keine schwerwiegenden Hör- oder Sehprobleme, die ein aktives Handeln in der Gruppe beeinträchtigen könnten. An (Lese-)Brille bzw. Hörgerät denken!
- ausreichende Verständigungsmöglichkeiten (Sprache) und Kommunikationsfähigkeiten
- keine die Gruppenteilnahme beeinträchtigenden Erkrankungen
- keine die Gruppe beeinträchtigenden Verhaltensweisen, wie z. B. Umherwandern, oder lautes Reden ohne Eingehen auf andere

Gruppen, die homogen bezüglich ihrer kognitiven Fähigkeiten sind, erweisen sich als einfacher durchführbar. Die Teilnehmenden können dadurch besser aufeinander eingehen, eine Unter- oder Überforderung einzelner Teilnehmer wird vermieden. Wenn dies nicht realisierbar erscheint, ist es sinnvoll, dass die Co-Therapeuten sich in die Nähe der stärker beeinträchtigten Gruppenmitglieder setzen, um diese zu unterstützen. Auch männliche und weibliche Teilnehmer können unterschiedliche Interessen haben, die gleichberechtigt berücksichtigt werden sollten. Eine gemischt-geschlechtliche Zusammensetzung führt erfahrungsgemäß zu einem höheren Aktivitätsniveau und lebendigeren Diskussionen.

3. Gruppenraum

Es sollte ein geschlossener Raum ausreichender Größe gewählt werden, der freundlich und hell erscheint. Durchgangsverkehr sowie übermäßige Geräuschbildung von außerhalb sollten vermieden werden. Der Raum sollte mit einem der Gruppengröße entsprechenden Tisch ausgestattet sein. Beim Zusammenschieben kleinerer Tische sollte darauf geachtet werden, dass die Tischfläche nicht zu groß wird. Ein zu großer Tisch verursacht ein Gefühl von Distanz, kann die Kommunikation hemmen und die Sicht auf die Materialien erschweren.

4. Terminfindung

Das Aufbauprogramm findet einmal pro Woche statt, das Basisprogramm sogar zweimal. Mindestens ein Wochentag sollte dazwischen liegen. Regelmäßige und gleichbleibende Termine sind speziell für Menschen mit Demenz unerlässlich. Es sollten die Tageszeiten bedacht werden. Oftmals ist ein aktiviertes Arbeiten am Vormittag eher möglich, andererseits ist in ambulanten Gruppen die Teilnahme vielleicht davon abhängig, dass berufstätige Angehörige nach der Arbeit die Anfahrt übernehmen. Angehörige und Patienten, die im eigenen Haushalt wohnen, sollten auf die Möglichkeit hingewiesen werden, sich auf Basis des seit 2017 geltenden „Pflegestärkungsgesetzes“ ab Pflegegrad 1 eventuell entstehende Kosten für das Gruppenangebot erstatten zu lassen.

5. Materialien

Für jede Sitzung sollten folgende Materialien vorhanden sein:

- Weißwandtafel und Stifte bzw. Flipchart
- Softball
- Liedtexte, Liederbücher (in mehrfacher Ausführung)
- Begleitinstrument oder Musikabspielgeräte zur Liedbegleitung
- Namensschilder
- Unterlage, Stift und Dokumentationsblatt

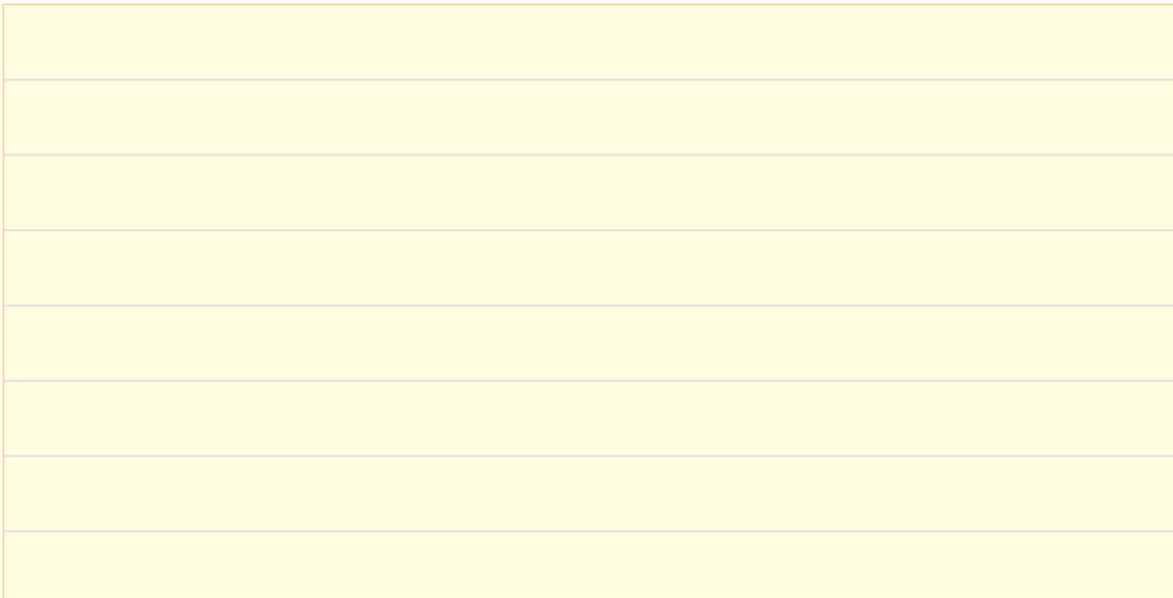


Für den thematisch wechselnden Hauptteil sollten unter anderem vorab besorgt bzw. bestellt werden:

- diverse Landkarten
- Fotos von Berühmtheiten oder Sehenswürdigkeiten
- Bilder lokaler Ansichten
- Quizbücher
- altmodisches Spielzeug, altgediente Haushaltgegenstände (oder Fotos)
- Kegelspiele, Dominosteine, Ringwurfspiel, Bingo, Dosenwerfen etc., siehe Bezugsquellen auf Seite 79 f.

Für einige Sitzungen könnten mehrere Exemplare der Materialien benötigt werden. Der Zugang zu einem (Farb-)Kopierer oder einem Laminiergerät ist von Vorteil, um die Materialien bei Mehrfachverwendung besser schützen zu können.

Tipp: Notieren Sie eigene Ideen und Variationen auf dem gelben Zettel unter jeder Sitzung.



6. Verlaufsdocumentation

Die Evaluation des Kurses mit Hilfe kognitiver Tests wird empfohlen – hierzu kann statt der ADAS-Cog auch die CERAD-Testbatterie (Consortium to Establish a Registry for Alzheimer's disease) eingesetzt werden, die sich in unserer Pilotstudie als ebenso geeignet erwies und den Vorteil hat, dass der verzögerte Abruf als Maß für das episodische Gedächtnis geprüft wird.

Während der Durchführung ist es wichtig, in jeder Sitzung die Aktivierung der Gruppenteilnehmer zu dokumentieren. Auf diese Weise kann die Planung künftiger Sitzungen und die Auswahl geeigneter Inhalte an die Bedürfnisse und Fähigkeiten der Teilnehmer angepasst werden. Erstellen Sie eine Fotokopie der nachfolgenden Seite und füllen Sie sie nach jeder Sitzung aus.