

Psychosoziale Betreuung von betagten Menschen

Die Spielpädagogik in der Betagtenbetreuung

Spielen im Altersheim – ist das nicht kindisch? Vertrödelt die Betreuungsperson nicht ihre wertvolle Zeit? Erfahrungen beweisen das Gegenteil.

Von Gabriele Hasler

Man hört Lachen und sieht eine Runde von sechs Personen um einen Tisch sitzen. Auf dem Tisch liegen Würfel. Soeben hat jemand das Spiel gewonnen. Die Siegerin darf sich ein Lied wünschen. Alle stimmen es an. Die Siegerin freut sich sichtlich darüber. Was ist das für ein Würfelspiel, und wo wird es gespielt? Man sieht zwei Würfel und ein grosses Bild vom Matterhorn, auf dem ein Weg mit den Zahlen 1–30 gezeichnet ist. Gewonnen hat die Person, welche als erste bei der Zahl 30 – eben auf dem Matterhorn – angekommen ist. Die Spielerinnen und Spieler sind weit über 80 Jahre alt. Wir befinden uns in einem Altersheim. Die Gruppe wird von ihrer Betreuungsperson begleitet.

Würfelspiel: Der Kuhschwanz

Jeder Spieler zeichnet auf ein Blatt Papier Striche wie folgt:

```

|
||
| | | | | | |
| | | |
| | | | |
| | | | | |
| | | | | | |

```

Es wird reihum je einmal gewürfelt. Wer eine 5 würfelt, eliminiert die 5er-Reihe etc. Es muss nicht der Reihe nach eliminiert werden. Wer ist zuerst fertig?

Man kann es auch umgekehrt spielen: Wer hat den Kuhschwanz als Erste(r) aufgebaut?

Spielen im Heim

Bloss weil Menschen alt sind, dürfen sie nicht auf Passivität reduziert werden. Lange Weile im Heim darf und muss nicht sein. Langeweile ist sogar ungesund. Auch betagte Menschen wollen ihren Fähigkeiten entsprechend aktiv sein und ihre Zeit als sinnvoll erleben.

Es reicht nicht aus, die medizinische und pflegerische Versorgung von betagten Menschen zu gewährleisten. Die psychosoziale Begleitung muss fester Bestandteil der Betreuungsarbeit sein. Das im Zusammenhang mit Betreuung und Pflege oft verwendete Schlagwort «Lebensqualität» beinhaltet auch, dass der Alltag im Leben der Bewohnerinnen und Bewohner mehr Akzente bekommen muss, als solche, die im Warten auf die Mahlzeiten bestehen. Das Spiel kann dabei einen wichtigen Beitrag leisten. Spielen ist ein Urbedürfnis des Menschen. Die Spielkultur ist so alt wie die Menschheit selber, älter als Lesen und Schreiben. Der Mensch hatte schon immer das Bedürfnis, zu spielen, sei dies zur Ablenkung, Erholung, um Geselligkeit und Gemeinschaft zu erleben, zum Wettkampf oder zum Lernen.

Sinn und Nutzen

Damit ist aber der Einsatz des Spiels in der Betagtenbetreuung noch nicht genügend gerechtfertigt. Um Vorgesetzte von dieser lustvollen Aktivierungsmöglichkeit zu überzeugen und dem Spiel seinen ihm angemessenen Raum zu geben, müssen wir mehr professionelle Gründe kennen. Stellen Sie sich die oben beschriebene Spielrunde vor Ihrem inneren Auge vor: Die Betreuungsperson erklärt das Spiel. Dabei sind die betagten Menschen aufmerksam und konzentriert. Sie denken



Foto: Altersheim, Sumiswald

nach, verstehen und begreifen. Sie fassen nach den Würfeln, werfen sie auf den Tisch und geben sie weiter. Dazu bewegen sie jeweils ihre Schultern, Arme, Hände und den Kopf. Sie spielen gemeinsam mit anderen Menschen. Sie reden und lachen miteinander und helfen sich gegenseitig. Sie nehmen direkt Anteil am Erleben anderer Menschen. Jede Person in der Runde möchte gerne gewinnen. Dazu braucht es Mut, Engagement, Konzentration und Freude am Spiel. Die Spielenden sind ausschliesslich auf das aktuelle Geschehen am Tisch konzentriert. Am Schluss erzählt vielleicht eine Person, was sie früher gespielt hat und mit wem. Ich behaupte aus Erfahrung und Überzeugung, dass der aufgezeigte Nutzen des Spielens (s. Kasten) Aspekte zur Förderung der Selbstständigkeit von betagten Menschen sind. Der Einsatz der Spielpädagogik leistet demzufolge einen wichtigen Beitrag zur Erhöhung der Lebensqualität in Alters- und Pflegeheimen.

Kartenspiel: Bauernkrieg

Ein gut gemischtes Kartenspiel teilen wir auf zwei Spieler auf. Jeder legt seinen Stapel verdeckt vor sich hin. Jetzt kehren beide eine Karte nach der anderen um. Wer jeweils den höheren Wert in der Hand hält, darf beide Karten unter seinen Stapel legen. Wenn zwei Karten mit dem gleichen Wert aufeinandertreffen, wird weitergelegt, bis eine höhere Karte gelegt wird. Variante: Herz ist Trumpf: Herz ist Trumpf, und die Herzkarten haben dieselben Werte wie beim Schieber.

Die konkrete Anwendung im Alltag

Spielen mit betagten und dementen Menschen gestaltet sich anders als mit Kindern oder in einer Runde mit Freunden. Damit der Einsatz der Spielpädagogik zum Erfolg für alle wird, gilt es ein paar Dinge zu beachten:

Das betagtengerechte Spiel

- Das ausgewählte Spiel ist der Klientel angepasst. Es erfüllt diese Kriterien:

Grösse und Beschaffenheit

- Die einzelnen Teile eines Spiels haben eine Grösse, welche leichtes Greifen zulässt.
- Das Material ist angenehmem anzufassen.
- Abgerundete Kanten vermindern die Verletzungsgefahr.
- Kleinere Spielutensilien sind rund, damit sie bei allfälligem Verschlucken keine Gefahr darstellen.
- Die Materialien sind ungiftig.
- Das Spiel lässt sich einfach reinigen.

Farben und Motive

- Die Farben sind kräftig und wohltuend für das Auge.
- Die Motive sind einfach und nicht verniedlichend.
- Die Motive stehen in Bezug zu ihrem früheren oder aktuellen Leben und zu ihren Interessen.

Schwierigkeitsgrad

- Die Spielregeln sind einfach abzuändern (leichter oder schwieriger).
- Das Spielmaterial ist mit einfachen Mitteln der Klientel anzupassen (vergrössern).

Die Auswahl des Spiels

Damit Sie die richtige Wahl treffen, wissen Sie, mit wem Sie das Spiel spielen möchten. Sie kennen die *Vorlieben, Fähig-*

keiten und Handicaps der Personen. Werden Sie sich über *Ihre Motivation* und Ziele klar. Möchten Sie die betagten Menschen unterhalten, fördern oder fordern? Je nach der Ihnen zur Verfügung stehenden *Zeit* wählen Sie ein kürzeres oder längeres Spiel aus. Beachten Sie hier auch die *Ausdauer* und die *kognitiven Fähigkeiten* der betagten Menschen. Überlegen Sie sich, wo Sie spielen wollen oder können. Wenn Sie für ein Spiel einen Tisch benötigen, dieser aber nicht zur Verfügung steht, müssen Sie umplanen.

Das Spiel anleiten

Ein Spiel so anleiten, dass es alle begreifen, ist eine hohe Kunst und braucht einiges an Übung. Es gibt aber ein paar goldene Regeln: Nennen Sie zuerst die Art des Spiels (zum Beispiel Würfelspiel) und seinen Namen. Dann bezeichnen Sie das Ziel, also wann hat wer gewonnen? Und erst zum Schluss die Regeln. Es macht nichts, wenn nicht alle in der Runde alles verstanden haben. Das Spiel erklärt sich schlussendlich im Tun. Für das Verständnis ist es einfacher, wenn Sie das Spielmaterial zeigen und auflegen. So können die Teilnehmenden hören, sehen und tasten. Sie aktivieren also drei Sinneskanäle gleichzeitig. Dies erleichtert das Verstehen und Begreifen sehr.

Trotz aller korrekten Anleitung passiert es, dass die Teilnehmenden innert kürzester Zeit die Spielregeln ändern oder das Spiel völlig umwandeln. Oft wird auch plötzlich nicht mehr gespielt, sondern es entsteht ein Gespräch daraus. Das Spiel selber wird unwichtig. Im ersten Moment sind viele Betreuungspersonen über diese Entwicklung enttäuscht. Sie fragen sich, was sie falsch gemacht haben. Wenn Sie das Geschehen aber genauer und mit Distanz betrachten, werden Sie erkennen, dass in der beschriebenen Situation etwas ganz Tolles passiert ist. Sie haben es geschafft, mittels eines einfachen Spiels die Eigeninitiative der betagten Menschen hervorzubringen. Mehr Aktivierung geht nicht!

Seminare zum Thema

Der SBGRL führt am 17.1. und 14.3.2008 in Luzern Seminare zum Thema «Spielen mit betagten und dementen Menschen» durch.

Weiter Informationen: www.sbgrl.ch

Weitere Seminarangebote finden Sie unter www.spielbar.ch.

Spielen

Nutzen für den betagten Menschen

Gedächtnistraining
Geselligkeit erleben
Jemandem helfen können
Vergessen von Schmerzen
Vergessen von Gebrechen
Spas und Freude erleben
Konzentration
Erleben von Glück
Gewinnen dürfen
Zeitvertreib
Training von Mut
Pflegen von Kontakten
Fördern der Bewegungsfähigkeit und Koordination
Gemeinschaftssinn fördern
Hilfe annehmen können
Vergessen von Problemen
Ablenkung
Lachen
Zeigen von Fähigkeiten
Endlich wieder einmal bewusst Macht haben
Entscheidungen treffen dürfen
Aufarbeiten/Beschäftigung mit der Vergangenheit
Bewegung von Körper, Geist und Seele

Nutzen für die Betreuungsperson

Lernt den betagten Menschen von einer anderen Seite her kennen
Möglichkeit zur Biografiearbeit
Niedrige Materialkosten
Hohe Flexibilität in der Anwendung
Einfach zu erlernen
Spas und Freude erfahren
Pflegen von Kontakten
Geringer Zeitaufwand
(Fast) überall einsetzbar
Erlebt Leichtigkeit und Freude mit den Betagten
Lachen
Gemeinschaft erleben

Nutzen für die Institution

Geringe Kosten
Bei vielen Bewohner/innen einsetzbar
Von Laien und Fachleuten erlernbar
An verschiedenen Anlässen einsetzbar
Positive Stimmung im Hause
Verbindet Generationen miteinander
Niedriger Zeitaufwand
Angemessene Aufwendung für Weiterbildung
Generationenübergreifend
Zufriedene Bewohner/innen mit allen Folgen: weniger Schmerzen, mehr Ruhe für verwirrte Menschen, ruhigere Tage und Nächte etc.
Farbiges Miteinander



«Beim Spiel kann man einen Menschen besser kennen lernen als im Gespräch in einem Jahr.» (Platon)

Motivationsarbeit

Ein häufiges Thema ist, wie Sie die betagten Menschen zum Spielen motivieren können. Oft treten Ihnen Widerstände entgegen. Damit gilt es professionell umzugehen, und Sie dürfen es keinesfalls persönlich nehmen. Die Abneigung ist nicht gegen Sie gerichtet, sondern gegen das Spielen.

Einige Bewohnerinnen und Bewohner empfinden Spielen als kindisch, dem Herrgott die Zeit gestohlen oder sind es nicht gewohnt zu spielen. Viele ältere Menschen durften früher aus religiösen Gründen nicht spielen, es galt vor allem an Sonntagen als unsittlich und als Gotteslästerung. Es gibt auch Menschen, die ganz einfach nicht gerne spielen!

Ich empfehle Ihnen, finden Sie die Gründe heraus, aber lassen Sie sich nicht davon aufhalten! Und versuchen Sie niemanden

zu überreden! Spielen ist eine Kultur. Und wie jede Kultur muss auch die Spielkultur wachsen. Nur langsames Wachstum hat auf Dauer Bestand.

Spielen Sie mit jenen, die es gerne und ohne grosse Motivationsarbeit tun. Spielen Sie an Orten, an denen man Ihnen zu sehen kann. Manche Menschen brauchen Zeit, wollen zuerst aus der Ferne beobachten, was da geschieht. Aus Erfahrung weiss ich, dass viele Menschen gerne spielen möchten, sich aber nicht trauen. Laden Sie zum Zuschauen ein. Die eine und andere Person wird sich mit der Zeit dem Spiel anschliessen, andere bleiben Zuschauer – und wieder andere werden es weiterhin nicht mögen. Spielen in der Betreuungsarbeit ist ja nur eine Möglichkeit der Aktivierung von vielen!

Preise, ja oder nein?

Es gibt nichts Langweiligeres, als mit jemandem zu spielen, der nicht gewinnen will! Und bald kommt die Frage nach dem Preis für den Sieger. Der Siegerpreis kann materiell sein, zum Beispiel ein Bon für die Cafeteria, ein Muster eines Badezusatzes oder Ähnliches. Hübsch finde ich persönlich immer wieder die immateriellen Preise. Ein Lied, eine Geschichte oder ein Spaziergang machen meist genauso viel Freude. Ob Sie sich für oder gegen Preise entscheiden, hängt von Ihrer persönlichen Haltung und der aktuellen Situation ab. Entscheidungen darf man auch immer wieder anpassen und neu treffen.

Besser das Notwendige jetzt als das Perfekte nie!

Spielen mit betagten und dementen Menschen ist anspruchsvoll. Diese Tatsache lässt manche mutlos aufgeben, bevor sie

Nusspiel: Ratespiel

Unter etwa zwanzig Baumnussschalen sind fünf Haselnüsse versteckt worden. Die Spieler dürfen reihum eine Schale heben und die Nuss – falls eine darunter ist – essen. Wer am meisten Nüsse gefunden hat, gewinnt.

richtig damit angefangen haben. Wissen alleine reicht nicht aus für professionelle Arbeit. Dafür braucht es Erfahrungen. Und diese bekommen Sie nur im Tun.

Leichter wird es, wenn mehrere Mitarbeiterinnen am selben Strick ziehen. Wenn Sie sich austauschen und gegenseitig unterstützen können. Sie müssen auch nicht jeden Tag das Rad neu erfinden. Es hat sich bewährt, in der Arbeit mit betagten und dementen Menschen mit Ritualen zu arbeiten. Das heisst: Sie beginnen die Spielrunde immer auf dieselbe Art und Weise. Auch der Abschluss kann immer gleich oder ähnlich gestaltet sein. Dies gibt Ihnen und den betagten Menschen Sicherheit.

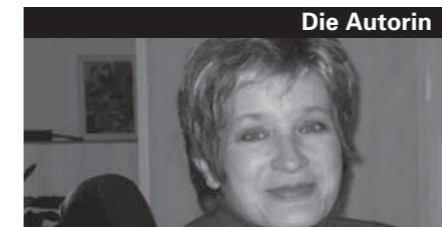
Es macht auch Sinn, Spiele, die gut ankommen, immer wieder zu spielen. Viele Betreuungspersonen glauben, sie müssten immer wieder etwas Neues ausdenken. Das bringt viel Aufwand und setzt Sie unter Druck. Und es ist nicht nötig. Es geht nicht darum, dass Sie die ganze Vielfalt ausleben können und müssen. Es geht vielmehr darum, den betagten Menschen eine gute Zeit zu ermöglichen. Denn sie sind der Mittelpunkt unserer Arbeit!

Ich möchte Sie ermutigen, freudvoll und mutig dranzubleiben!

Weitere Informationen zum Thema:

SPIELBAR® Hasler & Herzberg
Dorfstrasse 46
4469 Anwil
061 991 92 44
spielbar@spielbar.ch
www.spielbar.ch

Die Autorin



Gabriele Hasler ist Spielpädagogin, Coach, Erwachsenenbildnerin, Pflegefachfrau und Mitinhaberin der SPIELBAR® Hasler & Herzberg