

Vorwort

Wenn es nicht gelingt, Körper, Seele und Geist gleichwertig zu sehen und zu versorgen, »läuft« nichts! Ein ganz einfaches Beispiel verdeutlicht dies.

Aktivierung?

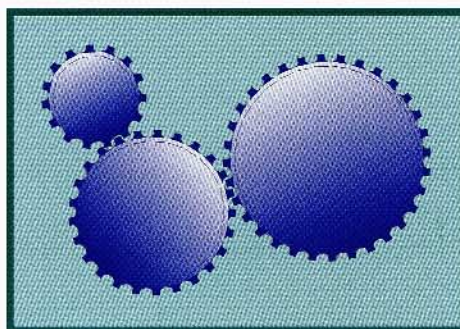
Bei der vielen Arbeit?

Wer bezahlt das?

Können Sie sich drei Zahnrädchen in einem altmodischen Uhrwerk vorstellen? Das kleinste Rädchen erhält einen Impuls und beginnt sich zu drehen. Seine Zähne fügen sich nahtlos in die Zwischenräume des zweiten, mittleren Zahnrades. Dieses nimmt den Schwung auf, dreht sich selbst und treibt mit seiner Rotation das größte Zahnrad an. Wenn an keinem Rädchen

Und wozu?

Störungen durch fehlende Zähne oder ungenaue Zwischenräume auftreten, wird das gute alte Stück seinen Dienst tun. Die Uhr »geht«.



Ich wage diesen Vergleich (wohl wissend, daß jeder Vergleich hinkt), denn ich stelle mir das Zusammenwirken von Körper, Seele und Geist des Menschen ganz ähnlich vor. Und habe ich einen dementiell erkrankten alten Menschen vor Augen – mit »ungenauem Zwischenraum und fehlenden Zähnchen« – dann dürfte das Bild noch plastischer werden.

Kleines Zahnrad

Nur wenn der Körper optimal versorgt ist, wenn medizinische Betreuung,
(im Beispiel: der Körper)

altersgerechte Ernährung und genügend Flüssigkeit gewährleistet sind,
wird dieses Zahnrad sich bewegen, Leben zeigen.

Mittleres Zahnrad

Freude und Interesse am täglichen Leben, an der Umwelt und der eigenen
(im Beispiel: die Seele)

Person zeigen sich aber nur, wenn auch für die Drehung des mittleren
Rädchens gesorgt ist. Wenn schöne Dinge, erbauliches Erleben, freude-
bringende Gespräche und Kontakte das Selbstwertgefühl bestätigen oder
bestärken und dem Alltag außer dem ewigen Warten auf die nächste Mahl-
zeit noch andere Dimensionen geboten werden. Auch die Seele hat Hunger,
braucht dringend Pflege und freundliche Versorgung.

Großes Zahnrad

Es ergibt sich von selbst, daß so viel Schwung letztendlich auch das größte
(im Beispiel: der Geist)

Rädchen bewegen wird. Langsam zwar – und hier stimmt der Uhrwerk-
Vergleich wieder – ganz langsam und zögerlich wird es sich drehen, soweit
seine Kraft reicht. Und doch, der Geist kommt wieder in Bewegung. Oft
bedarf es nur eines kleinen Rucks. Ein kurzer Moment reicht, so wie in einer
Nebelbank plötzlich für einen Augenblick klare Sicht herrscht. Jeder hat
das schon erlebt. Plötzlich kommt von einem demenzerkrankten alten Men-
schen eine ganz klare, völlig richtige Antwort oder Aussage. Das Erstaunen
ist groß, die Freude dauert nicht lange – die Nebelwand schließt sich wie-
der. Die Suche nach dem richtigen Weg beginnt aufs neue.

Ich wünsche allen

Das Begreifen, wie sehr Zufriedenheit, Wohlbefinden und die Möglichkeit, in Würde alt zu werden, von der guten Versorgung von Körper, Seele und Geist abhängen.

Die Geduld, warten zu können, hinzuhören, herauszuspüren, wo und mit welcher kleinen Dingen sich oft wieder Interesse und Lebensfreude wecken lassen.

Die Freude, erfahren zu können, wie Sie bereichert sind, wie Arbeitssinn sich positiv verändert, wenn Sie es schaffen, ein Stückchen mehr Lebensqualität im Heim zu verwirklichen.

Die Erfahrung, selbst zu entdecken, wie motivierend und positiv eine verbesserte Lebensqualität der Heimbewohnerinnen/Heimbewohner sich für jeden persönlich und auf die tägliche Arbeit auswirkt.

»Was nicht zur Tat wird,

Gustav Werner, geboren 12. März 1809, gestorben 31. Juli 1887, evan-

bat keinen Wert«.

gelischer Pfarrer und Begründer der Gustav Werner Stiftung zum Bruder-

Dieser Satz stammt

haus Reutlingen, einer diakonischen Einrichtung für behinderte, psychisch

von Gustav Werner:

krankte und pflegebedürftige alte Menschen. Diesen Satz, so einfach, so tref-

fend formuliert, möchte ich über diese gesamte Arbeit stellen.

»Ich würde ja gerne aktivieren, letztendlich habe ich in meiner Ausbildung hierzu einiges gelernt, aber dafür habe ich einfach keine Zeit«! So oder ähnlich klingen die Stoßseufzer des Pflegepersonals fast aller Altenpflegeheime landauf, landab.

Es ist tatsächlich so, ich will hier nicht erneut Zahlen und Statistiken aufnehmen. In den letzten Jahren sind in allen Heimen die reinen Pflegeverrichtungen unaufhaltsam zeitintensiver, kräfteverzehrender und psychisch belastender geworden. Der Personalschlüssel konnte dieser rasanten Entwicklung aus Kostengründen bekanntlich nicht angepaßt werden.

Keine engagierte Altenpflegerin, kein motivierter Altenpfleger wird diesen Zustand (status quo) erträglich, gar gut finden oder auf Dauer damit arbeiten wollen. Aber Jammern und Klagen bringen keine Veränderung, nützen weder den alten Menschen noch dem Personal. Jeder Tag muß bewältigt werden. Ohne den Wunsch nach Verbesserung aus dem Auge zu verlieren, sollten deshalb alle Möglichkeiten ausgeschöpft werden, im Sinne des bereits zitierten Wahlspruch: Was nicht zur Tat wird, hat auch keinen Wert.

Wie wäre es also mit

Diese ist sofort in die Tat umsetzbar. Sie werden es schnell erleben, die »10-der »10-Minuten-

Minuten-Aktivierung« hat ihren Wert! Danken möchte ich an dieser Stelle *Aktivierung«?*

meinen ehemaligen Schülerinnen und Schülern, vielen Kolleginnen und Kollegen aus meinen Fortbildungen, die die Anregungen aus der 10-Minuten-Aktivierung aufgegriffen und in ihren Heimen ausprobiert haben. Ihren positiven Rückmeldungen verdanke ich viel, nicht zuletzt auch die Veröffentlichung in diesem Buch.