

Mal- und Kunsttherapie

in der Altenpflege und im Bereich der Demenz



Cornelia Zaworka-Hagen

Schon in der Urzeit ritzen Menschen Zeichen wie Striche, Punkte, Kreise, Ornamente in Steine und Felsen. So hinterließen sie Spuren, zeigten ihr Umfeld und schilderten ihre Gedankenwelt.

Auch Kinder greifen noch ganz intuitiv zum Malstift und verarbeiten ihre täglichen Erlebnisse und das neu Gelernte in dieser Ausdrucksform. Gestört wird dieses Verhalten nur, wenn schon sehr früh - beispielsweise durch Eltern und Erzieher - der Hang zur Perfektion oder das Thema „Richtig oder Falsch“ transportiert wird. Doch eigentlich ist dieser Zugang für die Psychohygiene jedes einzelnen von uns sehr wichtig. Durch diese einschränkenden Erfahrungen sind wir aber oftmals als Erwachsene in unserem freien Ausdruck gehemmt und rationiert. Unser ganzes Leben lang, bis ins hohe Alter.

Wie kann Kunsttherapie in der Arbeit mit SeniorInnen funktionieren?

Die Eingrenzungen, die der ältere Mensch im Laufe seines Lebens erleidet, sind zahlreich: Wir erleben im Alter eine altersbedingte Weitsichtigkeit, die Arterien erfahren eine abnehmende Leistungsanpassung, die Blutdruckregulation verändert sich. Im Alter sind Bänder, Sehnen und Muskeln weniger dehnbar – die Beweglichkeit nimmt ab. Dadurch entsteht oft eine Isolation von der



Außenwelt, da die Mobilität eingeschränkt wird und „man nicht zur Last fallen möchte“. In unserer schnelllebigen Zeit auch nachvollziehbar. Langsamkeit wird niemandem mehr zugestanden.

Die Psychoanalyse begreift Altern als einen lebenslangen Entwicklungsprozess. Dieser Prozess ist für uns aber meist nicht vordergründig erkennbar und eine bewusste, aktive Verarbeitung wird im Alltag nicht gefördert bzw. Möglichkeiten dazu sind in unserer Gesellschaft zu wenig bekannt oder nicht salonfähig.

Selbstreflexion und Kommunikation von SeniorInnen können mit Hilfe der kunsttherapeutischen Arbeit in der stationären Altenpflege unterstützt werden. Alltagsthemen wie Krankheit, Pflegebedürftigkeit, Sterben und Tod können thematisiert und verarbeitet werden. Die Kreativität kann im Alter wiederentdeckt werden, Lebensfreude wird

geweckt und die mit dieser Therapie zusammenhängenden Erfolgserlebnisse wirken sich positiv auf den Menschen aus.

Die ältere Person kann sich kreativ ausdrücken, ohne auf ein bestimmtes, vorgefasstes „Endprodukt“ hinzuarbeiten. Das Enstehende wird nicht bewertet.

Dazu kommt, dass die Mal- und Kunsttherapie (fast) ohne Sprache auskommt und daher nicht den üblichen Missverständnissen, denen Sprache oft unterworfen ist, unterliegt.

Demenz – Erinnerungs-Kunst

Will man den fortschreitenden Abbau geistiger Fähigkeiten bei Demenz eindämmen, muss man die noch vorhandenen Stärken fördern. Kunsttherapie eignet sich dafür besonders gut, da sie den Menschen mit all seinen Sinnen anspricht. Beim Sehen, Tasten, Riechen und Malen/Gestalten werden Erinnerungen an die Kindheit, Familie, den Beruf wachgerufen.



schen aber belastet hat. Es wird sozusagen etwas aus unserem Inneren nach außen getragen und wird sichtbar, nimmt Form an. Es ermöglicht dem Demenzkranken sich mit seinen Mitteln auszudrücken und schöpferisch tätig zu sein.

Mögliche praktische kunsttherapeutische Ansätze sind beispielsweise:

- Farben auftragen und diese dann „sprechen lassen“.
 - Mit Knetmasse Ort/Objekte gestalten.
 - Einen Lieblingsraum zeichnen.
 - Erinnerungsarbeit mit persönlichen Bildern und Gegenständen – Biografiearbeit
- Im Abschnitt, in dem die Krankheit nicht



Beispielsweise kann eine haptische Erfahrung mit Farben eine positive Kindheits-erinnerung plötzlich präsent werden lassen. Das Gefühl in einer Gruppe gut aufgehoben zu sein, ebenso. Es ist wie Fahrradfahren, etwas das wir nicht verlernen oder vergessen.

Verloren geglaubte Kenntnisse können also wieder zu Tage treten und stärken nicht nur Denken und Orientierung, sondern auch das Selbstwertgefühl.

Die Kunsttherapie erreicht Demenz-PatientInnen im emotionalen Bereich. Sie arbeitet non-verbal beispielsweise mit dem Medium Bild als "drittes Element" – PatientIn/Objekt/TherapeutIn.

Es entsteht ein Gegenüber (Bild), das sich zeigt – so wie es im Moment ist – und mit Abstand betrachtet werden kann. Vielleicht definiert sich auch etwas, das vorher nur diffus im Körper wahrnehmbar war, den Men-

so weit fortgeschritten ist, das kein Bezug mehr zum Malen oder zum dafür benötigte Material gefunden werden kann, ist Ausdrucks-malen für Menschen mit Demenz eine Tätigkeit, in der sie Ruhe, Wohlbefinden und Freude erleben können.

Denn wir dürfen sicher nicht vergessen, dass die eigene Identität nicht alleine das Wissen um die persönliche Biografie ausmacht.

Vielleicht fühlen wir uns selbst auch gerade dann tief verwurzelt und erkannt, wenn wir Berührung und Begegnung erfahren dürfen?

Mal- und Kunsttherapie kann eine Begleitform für ältere Menschen und Menschen mit Demenz sein, welche die Lebensqualität erhöht und die vorhandene seelische Isolation auflöst.

Wie wird das Umfeld dieser Menschen betreut?

Diese Arbeit sollte nicht am direkt Betroffenen enden. Familie, Freunde und Angehörige sind wichtige Bestandteile, auf die nicht vergessen werden darf. Für die Personengruppe inkl. Pflegepersonal, die die Kranken begleiten, sollte ebenfalls ein ausgleichendes Angebot zur Verfügung gestellt werden. Auch Gruppen, in welchen ältere Menschen mit Angehörigen zusammen kreativ arbeiten, sind aus meiner Sicht anzudenken.

Cornelia Zaworka-Hagen

Maltherapeutin IAC

www.maltherapie-zaworka.jimdo.com



Griffleiste
geben Stützfunktion und Halt beim Stehen

Knaufarmlehne

Knierolle
erleichtert den venösen Rückfluss des Blutes beim Sitzen

Sitzkomfort
Spezielle Polsterungen (Mikrotaschenfederkern) beugen dem Wundsitzen vor.

LÄNGLE
HAGSPIEL

In über 60 Jahren hat Längle Hagspiel sich Besonderes Know-how im Pflege- und Carebereich angeeignet. Funktionalität, Ergonomie und Komfort unserer Produkte werden von den Bewohner/innen, den Angehörigen und vom Pflegepersonal geschätzt.

Im Schlatt 28 | A-6973 Hochst. | +43 5578 75 292 | office@stuhl.at | www.stuhl.at