

Die „10-Minuten-Aktivierung“

Definition:

Gesetzt den Fall, Sie arbeiten auf einer Pflegegruppe mit vorwiegend dementen, verwirrten und psychisch kranken alten Menschen:

- Personalnotstand ist für Sie Realität und kein Fremdwort.
- Ihnen ist aber nicht gleichgültig, wenn in den Sitzecken die Bewohner, Bewohnerinnen in ihren Stühlen mehr hängen als sitzen, dösen, schlafen oder einfach nur warten, w a r t e n ...;
- Sie spüren, wie dringend diese Personengruppe auf Sinnesreize, Anregung, Erweckung ihres Langzeitgedächtnisses – kurz auf Aktivierung angewiesen ist.
- Sie suchen nach einem Weg, Stetiger Zeitmangel, die Scheu vor zeitaufwendiger Vorbereitung und die Sorge, doch nicht „anzukommen“, hat Sie bisher abgeschreckt.
- Die „10-Minuten-Aktivierung“ ist vielleicht Ihre Lösung.

Im Herbst 1991 wurde diese Methode vom Ministerium für Arbeit, Gesundheit, Familie und Frauen Baden-Württemberg mit einem Preis ausgezeichnet.

Wichtige Voraussetzungen:

- Alle Mitarbeiter, Mitarbeiterinnen, einschließlich der Heim- und Pflegedienstleitung, müssen die Notwendigkeit von Aktivierung sehen und mittragen.
- Im Dienstplan sollte diese Aktivierung gleichberechtigt mit allen anderen Pflegedienstleistungen geführt werden.
- Alle Mitarbeiter, Mitarbeiterinnen übernehmen der Reihe nach diese täglichen „10-Minuten“. Es ist eingeplant, dass auch ausländisches Personal (Sprachschwierigkeiten) miteinbezogen wird.
- In einer einmaligen Vorbereitung, an der auch Angehörige und ehrenamtliche Helfer mitwirken, wird ein **Aktivierungsschrank** bereitgestellt und eingerichtet.
- Übersichtlich, in Schachtel sortiert, werden hier alle Dinge gesammelt, die im Leben der dementen Bewohner, Bewohnerinnen einst eine Rolle gespielt haben.
- Für das Personal, nach einem Pflegevormittag oft sehr gestresst, liegt eine Aktivierungs-Anleitung bei.

Durchführung:

Einmal am Tag, am besten kurz vor dem Mittagessen, wenn schon alles am Tisch sitzt, greift der im Dienstplan erwähnte Mitarbeiter im Schrank nach seinem Material, geht an den Esstisch und beginnt ein Gespräch, lässt fühlen, riechen, schmecken oder hören. Auch einfache, den Kreislauf und Atem anregende Körperbewegungen sind im Plan. Die „10-Minuten“ sind knapp, aber für viele Demente häufig das Konzentrations-Potential. Das Thema wird Tischgespräch, der Gegenstand aber wieder im Schrank verstaut.

Was ist im Schrank?

Haushaltsgegenstände, wie Kochlöffel, Einweckgläser, alte Tisch- und Leibwäsche, Kernseife oder Handwerkszeug, wie Nägel, Schrauben, Meterstab oder Hammer. Dem Einfallsreichtum sind keine Grenzen gesetzt, sofern man eine Voraussetzung einhält:
dem Dementen muss der Gegenstand aus dem aktiven Leben vertraut sein!

Sinn und Ziel:

Alle noch vorhandenen Langzeit-Erinnerungen werden aktiviert. Die Sorge des Bewohners, der Bewohnerin, etwas nicht zu kennen und nicht mehr zu wissen, fällt weg. Das Selbstwertgefühl der Betroffenen wird optimal gestärkt, und das ganze Personal verändert die Wertschätzung der Bewohner, Bewohnerinnen erheblich.

Alle – Demente, Personal und das ganze Haus – profitieren. Und zwar im normalen, vorgegebenen Zeitrahmen.

Kurzbiografie

Ute Schmidt-Hackenberg, verh., zwei Kinder. Werklehrerin mit Weiterbildung zur Maltherapeutin.

16 Jahre in einem Altenpflegeheim Leitung der Therapie-Abteilung mit Schwerpunkt Dementenbetreuung. Gleichzeitig 16 Jahre Dozentin an Altenpflegeschulen für die Fächergruppe Aktivierung.

Seit 1995 auch selbständige Fortbildungsreferentin für Alten- und Dementenbetreuung mit Schwerpunkt der von ihr entwickelten Methode „10-Minuten-Aktivierung“ und Malen „Malen mit Dementen“. Ab 1998 Firmierung unter AKTIVA.

Buch

Ute Schmidt-Hackenberg

„Wahrnehmen und Motivieren“

Die 10-Minuten-Aktivierung für die Begleitung Hochbetagter

Vincentz Verlag, Hannover, 1996.