

Gruppen- Theraplay im Seniorenzentrum Käthe- Kollwitz- Haus

Karin Moser

Das Seniorenzentrum Käthe – Kollwitz – Haus steht in Trägerschaft der Arbeiterwohlfahrt. Es liegt in mitten eines beliebten Wohngebietes in Potsdam (nahe Berlin) und hat sowohl viel Grünfläche als auch eine gute verkehrstechnische Anbindung und Infrastruktur. Das Seniorenzentrum besteht aus unterschiedlichen Einrichtungen, die eng miteinander kooperieren. So befinden sich die Kurzzeitpflege, das Betreute Wohnen, die Sozialstation, die Seniorenfreizeitstätte und die Tagespflege unter einem Dach. Die größte Einrichtung ist der stationäre Bereich. Dazu gehört ein Restaurant, dass auch für Bürger aus dem Wohngebiet geöffnet ist und die zentrale Therapie „Kleeblatt“, in der ich als Gruppen - Theraplay- Therapeutin für 20 Stunden wöchentlich beschäftigt bin. Alle unsere Angebote stehen den BewohnerInnen, den BesucherInnen, den Klienten des Seniorenzentrums und interessierten Bürgern aus dem Wohngebiet zur Verfügung.

Seit November 2001 wird Gruppen - Theraplay als ein Aktivierungsangebot durchgeführt. Dieser Artikel beschreibt den Therapieverlauf bei BesucherInnen der Tagespflege.

Die Tagespflege betreut Erwachsene und alte Leute mit einem erheblichen Betreuungsaufwand, sie hilft dementiell erkrankten Menschen ihren Tagesablauf besser zu strukturieren und schafft für alleinstehende die Möglichkeit zur sozialen Integration. Die BesucherInnen der Tagespflege kommen 1 bis 5 mal wöchentlich. Mit Hilfe eines Fahrdienstes werden sie von ihren Wohnungen abgeholt und in unser Seniorenzentrum gebracht. Einige BesucherInnen sind gleichzeitig auch MieterInnen des Betreuten Wohnens unseres Hauses und können so vom Betreuungspersonal direkt von ihren Wohnungen abgeholt werden.

Das Gruppen – Theraplay findet einmal wöchentlich für ca. 30 Minuten statt. Die TeilnehmerInnen werden von der Therapeutin in der Tagespflege abgeholt und gehen gemeinsam zum Theraplay Raum. Die Gruppe besteht aus fünf Frauen mit Alzheimererkrankung und einer Teilnehmerin ohne dementiellen Beeinträchtigungen. Diese sechste Person hat den Wunsch geäußert sich die Beschäftigung anzusehen und möchte gern dabei bleiben. Geleitet wird die Gruppe von einer Gruppen – Theraplay – Therapeutin.

Die Wurzeln von Gruppen- Theraplay

Theraplay ist eine von Ann Jernberg in den 60er Jahren in Chicago geschaffene kommunikative- körpernahe Kurzzeit - Spieltherapie. Sie ist ursprünglich im Rahmen der "Head Start Bewegung" entstanden und für immer mehr verhaltensauffällige Kinder und dann auch bei Erwachsenen eingesetzt worden (Ann M. Jernberg, Theraplay – eine direktive Spieltherapie, 1987).

Theraplay hat seine Wurzeln sowohl in den wissenschaftlichen Theorien der interaktiven kindlichen Entwicklung, in der Bindungstheorie, in der Entwicklungspsychologie als auch im praktischen Umgang mit Kindern und Erwachsenen. Das bedeutet, dass Theraplay aus einer sinnvollen

Zusammensetzung verschiedener Elemente besteht, die sich bewährt haben (Franke, 1999).

Theraplay ist eine Kurzzeittherapie für emotional gestörte und/ oder schwierige alte Menschen und wird sowohl in Gruppen- als auch in Einzeltherapie angewandt. Es ist besonders ideal für Menschen, die durch ihr zurückgezogenes oder provokatives Verhalten die Welt außen vor lassen. Theraplay will diese Menschen direkt herausfordern und ihre verborgene Bedürfnisse nach Nähe befriedigen. Bei Gruppen- Theraplay werden die Gruppenmitglieder zu Aktivitäten geführt die bewirken, dass man sich gut fühlt. (Jernberg, 1990)

Gruppen- Theraplay im Seniorenzentrum

Das Gruppen- Theraplay wurde speziell bei BewohnerInnen mit Demenzerkrankungen eingesetzt, um die oft so schwierige Interaktion unter den BewohnerInnen und zu den BetreuerInnen zu verbessern. Die BewohnerInnen bekommen Sicherheit im Umgang miteinander und können ihre MitbewohnerInnen entdecken. Mit Hilfe von einfachen Regeln und Ritualen wird eine Beziehung aufgebaut, die durch ihre Einfachheit auch von Menschen mit fortgeschrittener Demenzerkrankung verstanden wird. Dies schafft Bindung zwischen den TeilnehmerInnen. Ausgrenzungen durch Unsicherheiten müssen nicht mehr sein, da sich die TeilnehmerInnen durch das vorgelebte Beispiel der TherapeutIn auf die eigenen guten Seiten und die der anderen konzentrieren. Die TeilnehmerInnen fühlen sich sicher und angenommen.

Gruppenzusammensetzung

Die Teilnehmerinnen für Gruppen – Theraplay wurden nach ihrer beobachtbaren Freude an Spielsituationen, der Kontaktfreudigkeit und der krankheitsbedingten Einschränkung, diese beiden Bedürfnisse auszuleben, ausgesucht. Das heißt z. B. bei Frau R.: Frau R. ist sehr gesprächig und hilfsbereit. Sie spricht jede Person die in ihr Blickfeld kommt mit gleichbleibenden Redewendungen an, kann dabei bekannt und fremd nur bedingt unterscheiden und nimmt abwehrende Äußerungen erst sehr spät wahr. Durch dieses fast als aufdringlich zu beschreibende Verhalten erfährt sie oft Ablehnung, die sie für sich nicht einordnen kann. Bei Gruppenangeboten kann sie oft den Ablauf nicht folgen und beginnt dann einfach von etwas anderen zu erzählen und stört so den Gruppenprozess. Dieses Verhalten führt dazu, dass sie sich nicht angenommen fühlt und die Erfahrung macht, nicht gut genug zu sein.

Frau A. ist eine kleine Frau die sehr gerne isst, lacht und die Rolle des „kleinen Mädchens“ in der Gruppe übernommen hat. Sie versucht ihre deutlichen Einschränkungen durch passives Verhalten zu überspielen und lässt sich von den anderen BesucherInnen bemuttern. Das führt dazu, dass sie sich immer weniger zutraut und sich verstärkt zurückzieht.

Frau P. ist eine ehemalige Leistungssportlerin und überaus aktiv. Im Gegensatz dazu steht der fortschreitende geistige Abbauprozess der sie in ihrer Aktivität einschränkt. Sie ist überaus hilfsbereit und kontaktfreudig, kann aber kaum noch Situationen abschätzen und adäquat darauf reagieren. Das führt sehr oft dazu, dass sie für ihr gutgemeintes Verhalten als anmaßend, unpassend und unangenehm empfunden wird. Die Reaktionen ihrer Umwelt nimmt sie deutlich wahr und kränken sie sehr.

Frau Z. ist im Gegensatz dazu sehr träge und phlegmatisch. Jede Aktivität scheint ihr zuviel und neigt zu depressiven Verhalten. Kaum erlebt man die einmal lachend oder

froh.

Frau W. ist das „jüngste“ Mitglied unserer Gruppe. Ihre Alzheimer Demenz ist schon weit fortgeschritten und sie versucht das durch grimassieren und clownhaften Verhalten zu überspielen. Damit erntete sie für kurze Zeit Aufmerksamkeit doch bald auch Ablehnung und abwertende Bemerkungen.

Frau Sch. ist in ihrer Orientierung nicht eingeschränkt. Sie besucht die Tagespflege da sie keine Angehörigen und nur mehr wenig Freunde hat und in ihrer körperlichen Aktivität eingeschränkt ist. Auf ihren Wunsch hat sie an der GTP teilgenommen und Freude an der intensiven Interaktion in der Gruppe gefunden. Sie ist aber auch im Alltag sehr gut integriert und hat ihren festen Platz in der Gemeinschaft.

Stundenverlauf einer Gruppen- Theraplay Einheit

Im Laufe der Zeit ist der Weg von den Räumen der Tagespflege zu unserem Theraplay Raum ein wichtiges Ritual geworden. Man nähert sich langsam an. Ein kurzes Gespräch ist möglich. Die Stimmung der einzelnen Teilnehmerinnen und der Gruppe wird deutlich. Dadurch werden alle auf die Therapie eingestimmt.

Der Gruppen - Theraplay – Begrüßungsspruch ist immer gleich. Diese Wiederholung hilft den Teilnehmerinnen sich noch einmal auf die Situation einzustimmen. Sicherheit wird vermittelt.

Das Check-up ist ein weiteres Ritual. Die Therapeutin stellt sich auf die Teilnehmerin ein, beachtet sie wirklich und konzentriert sich intensiv auf sie. Die Teilnehmerin bekommt durch das immer positive Spiegeln ihrer Persönlichkeit, den Anstoß ihr Selbstbild zu verändern. Beachtung findet dabei Neues („Ihre Haare sind länger geworden“) und bereits Bekanntes („Oh, Sie haben ja wieder ihre Lachaugen mitgebracht“). In dieser Zeit konzentriert sich die Teilnehmerin auf sich selbst. Sie hat die Gelegenheit, sich in positiver Art und Weise zu sammeln. Die anderen Teilnehmerinnen beobachteten das Geschehen und werden durch die Therapeutin aktiv miteinbezogen. So entwickelt sich ein Bezug zu jedem Teilnehmer und zur Gruppe. Immer öfter kommt es in dieser Situation vor, dass die Teilnehmerinnen kurz von ihren Ängsten, Unsicherheiten aber auch Freuden erzählen. Die einzelnen Gespräche dauern selten länger als fünf Minuten und doch erfahren wir in dieser Situation oft von Schmerz und Freuden die im Alltag nicht mehr so artikuliert werden können.

Die Gruppen- Theraplay Spiele, den Mittelteil des Therapieverlaufes, erkennt man vor allen am interaktiven Charakter. Mindestens zwei Teilnehmerinnen sind am Spiel beteiligt, meist aber alle. Auch wenn die Spiele in sich eine Herausforderung beinhalten, ein „falsch machen“ möglich ist, bleibt der Spaß an der Aktion im Vordergrund. Kann eine Teilnehmerin ein Spiel nicht oder macht es falsch, wird sofort und klar angezeigt, dass es trotzdem in Ordnung ist. Jede Teilnehmerin ist ein Gewinner. Zum Spielen selbst benötigen wir nur wenige Utensilien. Ein Raum, Platz für Bewegung und die richtige Bestuhlung ist die Grundvoraussetzung. Die Spiele im einzelnen stehen unter dem Motto: Wir sind das „Spielzeug“ und durch uns wird das Spiel immer wieder spannend! Dafür braucht man meist nur wenig und überwiegend kostengünstiges Material wie: Seifenblasen, Watte, Federn, verschiedene kleine Stoff- oder Holztiere.

Im Bild erkennt man eine Teilnehmerin, die durch die Gruppe angefeuert wird, das

Haarband dass auf einen Fuß gesteckt worden, mit den anderen Fuß abzustreifen.
(Die Bilder kann ich noch einfügen)

Das Essen hat bei Gruppen- Theraplay seinen festen Platz. Als Alltagshandlung wird es meist nicht besonders beachtet. Es wird ganz funktional in den Mund gesteckt, gekaut und geschluckt. Oft ist es negativ besetzt und mit Stress verbunden. Bei Gruppen- Theraplay bekommt das Essen einen positiven Stellenwert. Nicht nur als Grundbedürfnis wird es beachtet, sondern hier hat es auch mit Genießen, Annehmen und Bekommen zu tun. Der fürsorgliche Aspekt entsteht durch das „Füttern“ des anderen. Durch die interaktive Situation kann mehr Acht gegeben werden auf das, was gegessen wird, wie es schmeckt und wie es sich im Mund anfühlt.

Das Abschiedslied zeigt deutlich das Ende der Stunde an. Danach gehen wir wieder gemeinsam in die Räume der Tagespflege zurück.

Fazit nach 2 Jahren Gruppen- Theraplay

Die BetreuerInnen stellten fest, dass nach den Gruppen- Theraplay Stunden die TeilnehmerInnen sichtlich entspannt und positiv motiviert sind. Des weiteren bilden sie eine Einheit, das heißt, sie entwickeln ansatzweise ein „Wir- Gefühl“. Dieser Zusammenhalt ist am Tag der Therapie deutlich, in den folge Tagen schwächer zu bemerken. Dieses Wir-Gefühl stärkt die Frauen, es gibt ihnen zumindest zeitweise Halt im Leben in der Gemeinschaft und im Umgang mit ihrer Krankheit.

In den Stunden selbst ist zu sehen, dass jede für sich immer wieder auf Herausforderungen stößt, deren positive Bewältigung Freude bringt und sie stärkt. Die sonst so ruhige Frau Z. sagt was sie möchte, spricht bei Reimen und einfachen Sprüchen mit und singt unser Abschiedslied. Frau Sch. sagt, dass sie gerne mitspielt und freut sich daran, beteiligt zu sein. Frau P. hat durch die kleine Gruppe die Möglichkeit aktiv zu sein. Sie muss sich nicht so lange zurücknehmen, sie kann agieren und ihre Spielfreude zum Ausdruck bringen. Frau R. freut sich an der Mischung aus: im Mittelpunkt stehen und trotzdem Teil einer Gruppe zu sein. Sie kann Verantwortung abgeben, sie muss nicht alles kontrollieren, kann sich dadurch auf die Aktivität konzentrieren und ihren Selbstwert am konkreten Tun aufbauen. Frau W. erlebt das Eingebunden-sein in eine Gruppe. Sie wird als Mitglied der Gruppe akzeptiert, sie ist wichtig für die Gruppe ohne dass sie dafür irgendwelche „Leistungen“ erbringen muss. Frau A. zeigt in den Stunden deutlich ihre Stärken und wird dadurch aufgewertet.

So hat jede Teilnehmerin einen Weg gefunden, sich an der Interaktion in der Gruppe zu beteiligen. Deutlich ist für jeden Außenstehenden zu sehen, dass diese Art der Beschäftigung den Frauen Spaß macht, sie aktiviert und ihnen so ein Stück Selbstvertrauen zurückgibt.

Phyllis Rubin (1989, 1991) hat Gruppen-Theraplay wie folgt formuliert: „Innerhalb einer Theraplay- Gruppe beziehen sich die Personen in einer Art und Weise aufeinander, wie es außerhalb der Gruppe nicht oft erforderlich ist. Die Beziehung ist intimer, akzeptierender und positiver als üblich, man sorgt und kümmert sich bedachter. Diese Gruppen fördern Authentizität und Ehrlichkeit zwischen den Menschen, weil die Erfahrungen auf dem basieren, was wir miteinander TUN und nicht darauf, was wir sagen“.