

M E D I E N I N F O R M A T I O N Langversion

Märchen steigern deutlich das Wohlbefinden

Einjähriges Projekt mit demenziell Erkrankten wissenschaftlich ausgewertet

Osnabrück, 27. Juli 2010. Märchen haben eine überaus positive Wirkung auf demenziell Erkrankte – dies ist das Ergebnis einer „Märchenstube“, die am Küpper-Menke-Stift in Osnabrück durchgeführt wurde. „Wir sind immer aktiv auf der Suche nach neuen Ideen, die eine Bereicherung und eine Verbesserung der Lebensqualität für unsere Bewohner bedeuten. Mit dieser Zielsetzung haben wir auch das Märchenprojekt begonnen“, so Sabine Weber, Geschäftsbereichsleiterin Altenhilfe der Diakoniewerk Osnabrück gGmbH.

Die professionelle Märchenerzählerin und Leiterin dieses Projektes, Sabine Meyer, hat ein Jahr lang wöchentlich mit einer festen Gruppe Demenzerkrankter in der Altenhilfeeinrichtung der Diakoniewerk Osnabrück gGmbH gearbeitet, Märchen frei erzählt, gesungen und unter Einsatz von Requisiten und Kostümen Erinnerungen wach gerufen – mit erstaunlichen Ergebnissen, wie Dr. Antje Rethschulte feststellte, die die wissenschaftliche Begleitung übernahm: „Das allgemeine Wohlbefinden und die Ausgeglichenheit der demenzerkrankten Bewohner haben sich während der Märchenstunden sichtbar gesteigert“, fasst Rethschulte die Ergebnisse der Untersuchung zusammen. Dies erlebten auch die Mitarbeiterinnen des Begleitenden Sozialen Dienstes, Ursula Loos und Mathilde Hohmann, die im Alltag zudem eine verbesserte Kommunikationsbereitschaft feststellten. „Auch Bewohner, die zu Beginn wenig oder gar nicht am Geschehen teilgenommen haben, waren nach kurzer Zeit sehr aufmerksam und haben sich aktiv beteiligt“, schildert Meyer ihre eindrucksvollen Erlebnisse.



Ermöglicht wurde das Projekt durch die Finanzierung der Stiftung des Gesundheitszentrums Bad Laer. „Wir sind sowohl dem Sponsor, aber auch allen Mitarbeitern im Küpper-Menke-Stift sehr dankbar, dass sie das Projekt mitgetragen und unterstützt haben. Es hat erheblichen Aufwand bedeutet“, weiß Geschäftsbereichsleiterin Sabine Weber zu schätzen.

Die Märchenstube

Mit einer festen Gruppe von maximal 15 Bewohnern arbeitete Sabine Meyer wöchentlich rund 30 Minuten lang. Die Märchen wurden nicht vorgelesen, sondern unter Zuhilfenahme von Requisiten und Kostümen frei erzählt. Das Erleben mit allen Sinnen sollte für die Teilnehmer im Vordergrund stehen. Denn Sinneswahrnehmungen, Körpersprache und Stimme spielen für demenziell Erkrankte eine mindestens ebenso große Rolle wie die verbale Kommunikation. Feste Rituale, beispielsweise die Begrüßung der Teilnehmer durch die Märchenerzählerin bereits an der Tür, das Singen eines Liedes zur Einstimmung sowie zum Abschluss oder das Einbringen von Requisiten boten einen geschützten Rahmen und Orientierung. In der Mitte des Raumes waren während jeder Sitzung Requisiten aufgebaut, die passend zum Märchen ausgewählt waren. Schon nach wenigen Sequenzen begannen die Teilnehmer anhand der mitgebrachten Gegenstände zu rätseln, welches Märchen in der heutigen Sitzung erzählt werden würde. Das Raten fand in gebannter „Theateratmosphäre“ statt. Die Teilnehmer flüsterten, achteten darauf, nicht zu viel Lärm zu verursachen, und warteten auch bei Verzögerungen geduldig auf den Beginn.

Während und nach der rund zehnminütigen Erzählung eines Märchens blieb stets viel Raum zur Interaktion. Die Teilnehmer wurden nach eigenen Erlebnissen und Erinnerungen gefragt und dazu ermuntert, sich mit den Requisiten zu beschäftigen. So schnupperten sie an Kräutern, probierten Musikinstrumente aus oder suchten zur Aschenputtel-Geschichte Linsen in Gefäßen mit feinem Sand.

Schon nach wenigen Sitzungen entstand ein überraschend großes Zusammengehörigkeitsgefühl unter den Teilnehmern. Sie machten sich gegenseitig Mut,



halfen einander und kommunizierten und lachten gemeinsam. „Auch Bewohner, die zu Beginn wenig oder gar nicht am Geschehen teil genommen haben, waren nach kurzer Zeit sehr aufmerksam und haben sich aktiv beteiligt“, schildert Meyer ihre eindrücklichen Erlebnisse. Dies bestätigen auch die Mitarbeiterinnen des Begleitenden Sozialen Dienstes, Ursula Loos und Mathilde Hohmann. Sie bemerkten eine erstaunliche Entwicklung bei den Teilnehmern der Märchenstube. „Die Kooperationsbereitschaft und die Umgänglichkeit entwickelten sich äußerst positiv“, so Hohmann.

Die Untersuchung

Neben der teilnehmenden Beobachtung konnten durch Befragung der Pflegenden und der Angehörigen jeweils zu Beginn und am Ende des Projekts wichtige Erkenntnisse über die Wirkung von Märchen auf demenziell Erkrankte gewonnen werden. Die Krankheitssymptomatik, Verhalten, Eigenschaften, Kommunikationsfähigkeit und persönliche Besonderheiten jedes Mitglieds wurden vorher und nach Ablauf eines Jahres zusammengetragen und verglichen. Jede Sitzung wurde auf Video aufgenommen und der Ablauf und das Verhalten jedes Teilnehmers im Abschluss analysiert. Die Ergebnisse wurden in einem standardisierten Protokollblatt festgehalten. Außerdem wurden jeweils vier der Probanden einen Tag nach der Märchensequenz befragt, um die Konzentrations- und Merkfähigkeit sowie die inhaltliche Transferleistung zu überprüfen.

Die Ergebnisse

Die Ergebnisse des Projektes fassen Meyer und Rethschulte wie folgt zusammen:

- o Das Wohlbefinden und die Entspannung wurden durch die Märchen deutlich gesteigert. Das Aggressionspotential und die sonst zum Krankheitsbild gehörende Unruhe gingen deutlich zurück.
- o Die Bereitschaft zur Kooperation wurde gefördert. Der Umgang miteinander war äußerst freundlich und hilfsbereit. „Unter den Probanden hat sich Zusammenhalt entwickelt. Die Teilnehmer haben sich gegenseitig geholfen, die Fragen zum Inhalt der Märchen zu beantworten, haben sich ge-



genseitig Mut gemacht und auch bei der Arbeit mit den mitgebrachten Requisiten miteinander kooperiert“, berichtet die Erzählkünstlerin.

- o Weiterhin war die Konzentrationsfähigkeit, die bei diesem Krankheitsbild eigentlich sehr eingeschränkt ist, erstaunlich ausgeprägt. Alle Zwischenrufe oder Fragen waren auf die Märchen bezogen. „Störungen von außen, beispielsweise das Geschehen vor dem Fenster oder auf dem Flur, wurden kaum wahrgenommen, was für Demenzerkrankte sehr außergewöhnlich ist“, so Rethschulte.
- o Die Mitteilungsbereitschaft wuchs. Auch die Bewohner, die sonst kaum sprechen, berichteten von ihren persönlichen Erinnerungen.
- o Das reine Vorlesen von Märchen hat nicht denselben Effekt. Das freie Erzählen in Kombination mit Requisiten oder Liedern und der Freiraum zur Interaktion sind entscheidend für den Erfolg.

Die Wirkung von Märchen

Märchen und die Situation des Erzählens seien im Langzeitgedächtnis mit emotionalen Erlebnissen aus der Kindheit oder der Elternschaft verknüpft, so erläutert Meyer die Wirkung. Sabine Meyer, die mit ihrem Erzähltheater auch mit Kindern arbeitet, erlebte vor Beginn des Projektes im Küpper-Menke-Stift bei ihrer Arbeit erstaunliche Offenheit von demenziell Erkrankten für Märchen. „Diese Erlebnisse und Erfolge waren der Impuls, sich detaillierter mit dem Thema auseinander zu setzen“, erläutert Meyer den Hintergrund der Studie.

Das **Küpper-Menke-Stift**, eine Altenhilfeeinrichtung der Diakoniewerk Osnabrück gGmbH, bietet 137 Wohnpflegeplätze sowie 32 Reihenhauswohnungen für das Betreute Wohnen. Neben den klassischen Versorgungsangeboten hat sich das Küpper-Menke-Stift auf die Betreuung von Menschen mit Demenz und die Palliativpflege spezialisiert.