Neue Wege im Erlernen personzentrierter Begegnung

Kein Esel ist wie der andere

Die Pflege und Betreuung von Menschen mit Demenz verlangt ganz besonderes Einfühlungsvermögen. Das lernt man bekanntlich nicht aus Büchern. Um ganz praktisch zu erfahren, wie stark Empathie und Selbstsicherheit die Arbeit beeinflussen, gingen Pflegeschülerinnen und -schüler in die Natur - mit Eseln. Kommunikationstrainer HERMANN WIESINGER berichtet von einem lehrreichen Tag.

Die Betreuung und Begleitung dementiell erkrankter Menschen bedeutet für das Betreuungs- und Pflegepersonal gleichermaßen Verantwortung und Herausforderung und fordert deshalb ein Höchstmaß an sozialer und personaler Kompetenz. Das „Haben" sowie das „Erwerben" dieser Kompetenzen sind somit unabdingbare Voraussetzungen für die Arbeit mit Menschen mit Demenz. In Österreich findet die Professionalisierung dieser Kompetenzen vornehmlich in den Schulen für Sozialbetreuungsberufe / Altenarbeit (SOB/A) statt. Soziale und personale Kompetenzen können aber sehr schwer (falls überhaupt) durch das Studium von Literatur, Unterricht an der Tafel oder Powerpoint-Präsentationen vermittelt und gelernt werden.

Den gängigsten Definitionen des Begriffes „Lernen" folgend, sollen Erfahrungen zur Verhaltensänderung führen. Doch wie können im Schulbetrieb Erlebnisse vermittelt werden, die Schülerinnen und Schüler dazu veranlassen, ihr Verhalten – bedingt durch das Aufnehmen neuer Werte in ihr Selbstkonzept – zu ändern?

Neue Wege dazu beschreitet die SOB/A des Diakoniewerkes Gallneukirchen. Hier trainiert man mit Eseln! Denn: Genauso wie unsere Mitmenschen

© Fotos (5): Wiesinger/Taubinger

mit Demenz sind sie öftmals nicht mehr ganz bei Sinnen und beizeiten etwas starrsinnig – so die vorherrschende Meinung. Also, wer könnte sich da besser als Lehr- und Lernpartner anbieten als Esel? Und bei der Arbeit mit Eseln lernt man dann auch sofort: Natürlich sind die Urteile in Bezug auf beide ein völliger Unsinn! Weder Esel noch Menschen mit Demenz sind dumm und stur! Mit „eseligen" Klischees kann schnell aufgeräumt werden!

Um die Eigenheiten des Esels zu verstehen, muss man seine ursprüngliche Heimat kennen. Karges Gebirgsland und Felswüsten haben über Jahrtausende sein Verhalten geprägt. In dieser Umgebung ist es notwendig, sich aufmerksam, sicher und mit Bedacht zu bewegen. Taucht irgendwo auch nur der Anschein einer Gefahr auf, kann der Esel nicht blindlings wie ein Pferd in der mongolischen Steppe davonlaufen. Die Gefahr, in einer Felsspalte zu landen, wäre viel zu groß. Ganz im Gegenteil: Esel bleiben stehen, beobachten und suchen nach einem geeigneten Ausweg. Deshalb gehen sie auch nicht gern durch den Wald – dort könnte der Bär oder der Wolf lauern. Und da kann schon das Geräusch einer entfernten Motorsäge oder der Klettverschluss einer Jacke dazu führen, dass der Esel Angst bekommt und stehen bleibt. Diese Fähigkeit, innezuhalten, eine Gefahr einzuschätzen und nach einer brauchbaren Überlebensstrategie zu suchen, wann immer er sich durch Neues oder Unerwartetes bedroht fühlt, erweckt in uns den Anschein der Sturheit.

Genau so, wie wir das Verhalten des Esels ob unserer Unwissenheit als dumm und stur abqualifizieren, stempeln wir auch unsere älteren Mitmenschen schnell als intolerant, eigensinnig, schwerfällig und stur ab. Eben leider auch ob unserer Unwissenheit darüber, dass jedes Verhalten seinen Grund und damit auch Sinn hat. Schmerzen, der Verlust des Partners, das Krankheitsbild, die gesamte Biographie oder einfach die Müdigkeit am Leben. All diese Gründe, um nur einige zu nennen, sind genug Berechtigung für „ältere" Verhaltensweisen.

Wenn ich mich nun entscheide, ältere Mitmenschen mit oder ohne Demenz ein Stück ihres Weges professionell zu begleiten, dann muss ich mich auch dafür entscheiden, diese begründeten, „älteren" Verhaltensweisen mit einer gehörigen Portion Empathie als subjektive Wirklichkeit für gültig zu erklären.

Jede dieser Entscheidungen verpflichtet uns zu Lernprozessen. So auch die Schülerinnen und Schüler der SOB/A Gallneukirchen, die beschlossen haben, ein Stück ihres Ausbildungsweges gemeinsam mit den fünf Eseln Justus, Cindy, Easy, Poldi und Fridolin zu beschreiten. Auch bei diesen fünf Tieren tut man gut daran, ihre „eseligen" Verhaltensweisen als gültig zu erklären und nach den Gründen dafür zu suchen, um sie besser verstehen zu können.

Dies war eine Idee der Pädagogin Karin Taubinger, die ich als Kommunikationstrainer, der seit Jahren Aktionen mit demenzkranken Men-

Es liegt in seinen Genen: Essen, sobald etwas Essbares in Sicht kommt!

In seinem Herkunftsgebiet, den kargen Gebirgswüsten, ist auch das Nahrungsangebot eher gering. Deshalb wollen Esel auch fressen, sobald sie nur irgendwo irgendetwas (Gras, Äpfel, Gemüse) erspähen. Ihre Gene zwingen sie dazu.

Der Esel hat zur Angst aber noch ein weiteres, sein Verhalten bestimmendes Gefühl: Die Wut. Der Esel frisst seine Wut nicht in sich hinein, sondern lebt sie aus. Denn nur mit Wut kann der Esel überleben. „Wenn du mich am Straßenrand nicht grasen lässt, also mir mein Fressen wegnimmst, dann werde ich wütend! Ich bleibe stehen, lege meine Ohren zurück, wedle mit dem Schwanz, und wenn es sein muss, dann werde ich auch noch treten!"

schen durchführt, mit Begeisterung aufgriff. Gemeinsam haben wir uns mit Birgit Chalcraft vom Verein G.U.T. (Ganzheitliche Unterstützung durch Tiere am Bauernhof) zum Ziel gesetzt, den personzentrierten Ansatz in Pflege und Betreuung für die Schülerinnen und Schüler spürbar und damit lernbar zu machen. Ziel ist es, in Zusammenarbeit mit den Co-Trainern – den Eseln – Parallelitäten zur Arbeit mit dementiell erkrankten Menschen herauszufinden. Durch das gemeinsame Reflektieren über die Erfahrungen und Erkenntnisse der angehenden Pflegefachkräfte sollen Lösungsansätze und Transfermöglichkeiten für ihre praktische Arbeit gefunden werden.

"Nein, nicht fressen jetzt!" Ziehen und reden führt nicht immer zum Ziel.

Die Praxis:

Bevor es zu den Eseln geht, wird in der Schule der personzentrierte Ansatz nach Carl Rogers gepaukt, besprochen und auf seine Realität im beruflichen Alltag überprüft.

Dann wird's ernst! Vom geschützten Raum des Klassenzimmers geht's zum Eselhof. Dort bringt die Eseltrainerin Birgit Chalcraft den Schülerinnen und Schülern die Eigenarten des Esels sowie der Umgang mit ihm näher. Sie erklärt: „Wenn du **JA** sagst, dann sage es mit offenem Herzen!" und sie fügt hinzu, „wenn zum Beispiel der Esel grasen darf." Sie ergänzt: „Wenn du **NEIN** sagst, dann ohne Schuldgefühle!" Sie fügt hinzu: „Wenn der Esel also nicht grasen darf, signalisiere das durch einen kurzen Ruck am Führstrick und mit einem verbalen „Nein!"

Und jetzt wird's wirklich ernst. Die Schülerinnen und Schüler bekommen den Auftrag, sich einen Esel auszusuchen und mit dem Führstrick von der Weide zum Hof zu bringen. Mutige vor! Doch wie schon erwähnt, Esel sind nicht dumm, und schon gar nicht der Justus. Der weiß sehr genau, wo der Apfelbaum mit den leckeren Äpfeln steht und … der steht nicht beim Hof. Schüler Dominik R. muss sich entscheiden: Ja oder Nein?.

Wer gewinnt? Ein "Machtkampf" führt oft nicht weiter.

Natürlich Nein, denn schließlich hat er einen Auftrag zu erfüllen, und zwar, den Esel von der Weide zum Hof zu führen. Doch Justus entscheidet sich für die Äpfel, 150 Meter weg vom Hof, also für Ja.

15 Minuten und einige Äpfel später sind sie dann doch am Hof eingetroffen. Bei der (Video-) Reflexion auf die Situation angesprochen, meinte Schüler Dominik: „Am Anfang hat es mich schon gestört, dass ich mich nicht durchsetzen konnte. Doch irgendwann war's mir egal. Soll er keine Äpfel fressen, nur weil ich mich durchsetzen will?"

Transferdiskussion in der Gruppe:
Unterschiedliche Ideen oder Wünsche von demenzerkrankten Bewohnen und Mitarbeitern dürfen nicht von Macht- und Durchsetzungsinteressen („Wer ist der Stärkere?") bestimmt werden.

Vom Hof geht's dann gemeinsam einige hundert Meter Richtung Wald. Die Esel und und ihre neuen Führerinnen und Führer lernen, sich aufeinander einzustellen. Die Esel werden zu zweit oder allein geführt. Im Wald selbst passiert es dann: Eseldame Cindy verweigert sichtlich aufgeregt ihrer Führerin Jasmin das Weitergehen und schlägt sogar mit den Hufen aus. Niemand weiß, wieso: Angst, Hufschmerzen …? Jasmin macht das einzig Richtige und bittet die Eseltrainerin Birgit um Hilfe.

Im Reflexionsgespräch meint Schülerin Jasmin: „Ich war mit der Situation völlig überfordert und sehr froh, dass mir Birgit geholfen hat. Allein hätte ich nicht gewusst, was ich machen soll."

Transferdiskussion in der Gruppe:
Wenn mich herausforderndes Verhalten von dementiell erkrankten Menschen überfordert, dann muss ich mir Unterstützung holen.

Nachdem es Birgit mit viel Geduld und Zureden geschafft hat, Cindy aus dem Wald zu bringen, geht's weiter über Wiesen und Wege. Schülerin Theresia und Esel Justus gehen gemeinsam. Man kann Theresia immer besser vom Gesicht ablesen, dass sie gestresst und freudlos ist. Justus ignoriert ihr „Nein!" mit konsequenter Souveränität und genauso konsequent sucht er sich das beste Gras und die besten Äpfel auf der Wiese. Während die Karawane weiterzieht, bleiben die beiden zurück. Auf halber Strecke beim Gasthaus (wir haben eine Pause verdient!) darf sie sich einen neuen Esel wünschen. Sie bekommt den „braven" Poldi und hat wieder Freude am Tun.

Esel Justus denkt wohl: "Du kannst gern weitergehen, Theresia! Ich gönne mir erst einmal ein paar Äpfel."

Beim Reflektieren meint Theresia: „Der Justus war wirklich schwierig und ich hatte schon eine sehr große Wut auf ihn. Mein 'Nein, nein, nein!' war dem völlig wurscht! Am liebsten hätte ich ihn stehen gelassen! Ja, friss doch! Mach, was du willst!"

Transferdiskussion in der Gruppe:
Wir müssen nicht mit allen gleich gut können. Was bei dem einen gut funktioniert, klappt bei der anderen gar nicht. Wenn wir das ändern möchten, sollten wir aber überlegen, warum etwas nicht funktioniert.

Das Prinzip:
„Wenn du **JA** sagst, dann mit offenem Herzen, Wenn du **NEIN** sagst, dann ohne Schuldgefühle" wird intensiv diskutiert und bestätigt: Ein „Ja" ist dann kein „Ja", wenn es aus einem versagendem „Nein" entspringt.

Die Verschnaufpause im Gasthaus hat allen gut getan, nur nicht den Eseln. Während wir in der warmen Stube für unser leibliches Wohl sorgten,

Eselpause

standen diese im leichten Nieselregen und warteten auf uns. Die Schüler waren satt, müde, und wollten eigentlich ohne Umwege zum Hof zurück. Doch da hatten sie die Rechnung ohne die Esel gemacht. Denn jetzt wollten die ihre Mittagspause. Bei der erstbesten Gelegenheit ging es weg vom Pfad, schnurstracks ins satte Grün. Da half kein NEIN, kein Ziehen am Führstrick. Die SchülerInnen wollten zurück, doch die Esel forderten ihr Recht. Ein zarter Hauch von Egoismus wehte über die Wiese. Erst nachdem Birgit als Eseltrainerin ein Machtwort sprach, durften die Esel in Ruhe grasen. Aber auch nur kurz. So nach dem Motto: Der größte Hunger ist gestillt, die Bäuche gefüllt und weiter geht's!

Bei der Reflexion dazu stellte dann die ganze Gruppe unisono fest, dass in dieser Situation kein zarter Hauch, sondern eine kräftiges Lüfterl Egoismus über die Wiese wehte. „Wir sitzen fast eine Stunde im Wirtshaus und gönnen den Eseln nicht einmal zehn Minuten Zeit zum Fressen. Sehr empathisch war das nicht."

Transferdiskussion in der Gruppe:
Oft fällt es gar nicht (mehr) auf, wie arrogant es eigentlich ist, wenn wir darüber entscheiden, wann gegessen oder geduscht wird. Dementiell erkrankte Menschen in Heimen müssen sich den Strukturen des Heimes und den Bedürfnissen des Personals unterwerfen. Wir dürfen die Essenseingabegeschwindigkeit nicht erhöhen, nur weil wir vom Kollegen gefragt werden, ob wir mitgehen wollen, um eine zu rauchen! Die Bedürfnisse des Pflege- und Betreuungspersonals sind nicht über die der Bewohner zu stellen.

Mit vollem Bauch für die einen und halbvollem für die anderen ging es zurück zum Hof. Und Easy blieb seinem Bewegungsmuster bis zum Schluss treu: Stehen, gehen, laufen. Wobei die unterschiedlichen Reihenfolgen kein logisches Muster erkennen ließen. War es zu Beginn der Reise noch sehr amüsant mitanzusehen, wenn Easy aus dem Nichts heraus angaloppierte und die Schülerinnen Elena und Oana versuchten, in Rodeomanier mitzuhalten, so war ihnen spätestens gegen Ende der Reise die Anstrengung ins Gesicht geschrieben: „Es reicht!"

Beim Reflektieren meinten die beiden: „Wir sind froh, den Esel wieder abgeben zu dürfen. Es war sehr anstrengend. Wenn er stehen blieb, mussten wir ihn zum Weitergehen motivieren, wenn er zu laufen begann, mussten wir mitlaufen. Nur wenn er ging, konnten wir uns etwas entspannen, aber auch dann hofften wir ständig, dass das so bleibt. Aber wir haben es geschafft."

Am Ende des Tages sind die Schülerinnen und Schüler ziemlich erschöpft.

Transferdiskussion in der Gruppe:
Das Tempo in der Pflege ist meist viel höher als das Tempo der Heimbewohner. Das führt oft zu Ärger, Aggression und Konflikten. Möglicherweise liegt dies daran, dass (vielleicht) bei ihnen der Weg, bei uns aber das Ziel das Ziel ist? Von dementiell erkrankten Menschen kann kaum eine Anpassungsleistung gefordert werden. Also ist es an den Institutionen und dem Personal, diese Anpassung zu erbringen. Das kann auch mal heißen: Es muss nicht immer bereits am Vormittag die ganze Arbeit gemacht sein.

Bei allen Schwierigkeiten hatten die Schülerinnen und Schüler viel Spaß mit den Eseln und diese Aufgabe mit Herz, Ausdauer und Disziplin bewältigt. Sie haben sich voller Enthusiasmus, Motivation und Disziplin auf eine neue Lernmethode außerhalb des Klassenzimmers eingelassen und sind entschlossen, die gewonnenen Sichtweisen und Einsichten in den beruflichen Alltag zu integrieren. ■

KONTAKT
MAG. HERMANN WIESINGER
Kommunikations-Trainer und Supervisor (bewegtheit.at).
Zu seinen Schwerpunkten zählt die Verknüpfung psychosozialtherapeutischer Elemente mit bewegungspädagogischen Aspekten.
E-Mail: wiesinger@bewegtheit.at

KARIN TAUBINGER, MHPE
Schule für Sozialbetreuungsberufe Altenarbeit
Evangelisches Diakoniewerk Gallneukirchen
Hauptstraße 7, 4210 Gallneukirchen
www.zukunftsberufe.at