

Das Sinn- und Tastbuch „Um Verlorenes wiederzufinden“



Projektarbeit im Rahmen der Ausbildung
Fach – Sozialbetreuung mit Schwerpunkt „Altenarbeit“
am Berufsförderungsinstitut, Raimundstraße 3–5, 4020 Linz

Lehrgangsbezeichnung: FSB – „A“, Linz- Land

Lehrgangsbegleitung: Gabriela Maderthaler, Barbara Payrè

Lehrgangsteilnehmerin: **Nina Kastenhofer und Sabina Herzog**

Die Sinne des Menschen

Das Sehen:

Der so genannte Gesichtssinn ist der aufwändigste der menschlichen Sinne. Rund 100 Millionen lichtempfindliche Zellen leiten Helligkeits- und Farbinformationen von unserer Netzhaut zum Gehirn weiter. Und damit ist das Gehirn auch gut beschäftigt. Mindestens ein Drittel seiner Kapazität wird für die visuelle Datenverarbeitung gebraucht.

Das Riechen:

Unser Geruchssinn springt bereits auf wenige Moleküle an und kann um die 5000 Gerüche unterscheiden. Ganz verstanden ist das Riechen noch nicht. So gibt es Moleküle, die sich nur in winzigen Details unterscheiden. Doch während das eine noch nach Moschus riecht, müffelt das andere nach Urin. Zur Unterscheidung soll daher nicht nur die Form der Moleküle beitragen, sondern auch die Art und Weise, wie die einzelnen Moleküle schwingen.



Das Schmecken:

Gerade einmal 50 Geschmacksknospen schmecken auf unserer Zunge. Es gibt sie in den Geschmacksrichtungen: süß, sauer, salzig und bitter. Das ist nicht viel und so muss die Nase tatkräftig helfen, wenn es um das Erkennen von Nuancen geht. Wie beim Riechen ist auch beim Schmecken immer noch nicht ganz klar, wie es eigentlich funktioniert. So sind Saccharin und Rohrzucker von unterschiedlicher Molekülform, schmecken aber gleich süß.

Das Hören:

30 000 Hörzellen befinden sich - von Flüssigkeit umgeben - in jedem unserer Innenohren. Über eine ausgefeilte Mechanik bringen Trommelfell und die Gehörknöchelchen Hammer, Amboss und Steigbügel den Schalldruck von außen nach innen.

Das Fühlen:

Tastdruck, Schmerz und Temperatur - die Haut ist des Menschen größtes Organ und auf ihr befinden sich zahlreiche Zellen für die unterschiedlichen Sinneseindrücke.



Basale Stimulation

Definition:

Basal bedeutet:

- Grundlegend, voraussetzungslos
- An der Basis betreffend

Stimulation bedeutet:

- Anregung, Anregungshilfe
- Zur Verfügung stellen von Möglichkeiten

Definition nach Christl Bienstein:

- Basale Stimulation heißt, den Menschen dort abholen, wo er wahrnehmen kann und ihn von dort ausgehend fördern.
- Basale Stimulation knüpft an die primärsten Wahrnehmungserfahrungen an.
- Sie setzt nichts voraus, und ist nicht defizitorientiert.

Die Haut – das Kontaktorgan

Der eigentliche Teil des Körpers, mit welchem der Mensch in Kontakt zu anderen, zu sich selbst, sowie zu seiner Umwelt tritt, ist die Haut. Aus diesem Grund wird die Haut auch als Kontaktorgan bezeichnet.

Biologie der Haut:

Die Haut kennzeichnet das größte organische System des menschlichen Körpers.

Man unterscheidet: Oberhaut, Lederhaut, Unterhaut

Oberhaut:

Bildet die äußere Schicht der Haut.

Sie ist gefäßlos und variiert in ihrer „Dicke“ je nach Körperregion.

Lederhaut:

Liegt unterhalb der Epidermis. Der obere Abschnitt der Lederhaut, die Papillarschicht besteht aus lockerem Bindegewebe, das feine elastische Fasern besitzt.

Unterhaut:

Besteht aus lockerem Bindegewebe, wird von den die Haut versorgenden Blutgefäßen und Nerven durchzogen.

Hautsensibilität:

Die Haut besitzt zahlreiche unterschiedliche Arten von Sinnesorganen für die Empfindungen und Wahrnehmungen von Druck, Berührung, Wärme, Kälte, Schmerz, und Bewegung der Haare auf der Haut.

„Der Volksmund spricht über die Haut häufig, vom Spiegel der Seele, da sie nicht nur äußere Prozesse deutlich macht, sondern auch Gefühle und emotionale Zustände ausdrückt“

Biographiearbeit

Seit den 90iger Jahren des vorigen Jahrhunderts wird in den Betreuungskonzepten im Altenbereich immer mehr auf die Bedeutung des Wissens der Lebensgeschichten der Bewohner hingewiesen.

Methoden:

- Gesprächsorientierte Biographie
- Aktivitätsorientierte Biographie
- Biographiebögen

Vorteile:

- Leitfaden
- Struktur

Nachteile:

- Verhör

Fragegestaltung:

- Offene Fragen und geschlossene Fragen

Themen:

- Wichtig bei einer Biographie-Erhebung ist das „Wie“!
Wie hat der Bewohner die Schulzeit erlebt, was war für ihn prägend.

Mögliche Themen:

- Kindheit (Wie war das Verhältnis zu den Eltern)
- Schule (Wie waren die Lehrer)
- Jugend
- Beruf
- Familie
- Pension/Alter
- Einstellung zum Glauben
- Existenzielle Erfahrungen

Durch die Biographiearbeit erfährt man viel über die Menschen und ihre Erfahrungen und Erlebnisse, was den Zugang sehr oft erleichtern kann.

Zwischenmenschliche Kommunikation

Zwischenmenschliche Kommunikation geschieht nicht nur in gesprochener oder geschriebener Sprache, sondern auch nonverbal, durch Mimik und Gestik (gebärdensunterstützte Kommunikation), durch Tonfall und Rhythmus (Vokale Kommunikation), durch Nähe und Berührungen oder Distanz (Proxemik) und mit dem Einsatz von Hilfsmitteln.

Neben der Mimik und der Gestik ist auch die Körperhaltung stark wirksam (auf den anderen und auf sich selbst).

Der Anteil der nonverbalen Kommunikation beträgt 80 Prozent. Zwischenmenschliche Kommunikation wird natürlich auch von Empathie und emotionaler Intelligenz, sowie vom gesellschaftlichen Status der Kommunizierenden beeinflusst.

„Man kann nicht Nichtkommunizieren“ (Paul Watzlawick)

Kurzbiographien

(welche Menschen haben wir uns ausgesucht):

Da wir ganz viele Menschen in unserem Projekt ansprechen wollen, und die Biographie nicht so eine große Rolle spielt, möchten wir hiermit nur 4 Kurzbiographien unserer Bewohner anführen.

Frau K. :

Geboren 1919 in Niederösterreich

Verwitwet

Römisch – Katholisch

1 Tochter

Kurzbiographie:

- Frau K. ist am Bauernhof aufgewachsen. Sie hatte einen Bruder der früh starb. Am Hof gab es immer Hunde.
- Sie arbeitete in der Endkriegszeit 2 Jahre in Russland als Krankenschwester. Das war ein furchtbares Erlebnis mit vielen Traumata, da sie viel Kontakt mit Kriegsverletzten hatte, keine Versorgungsmittel vorhanden waren und Notlügen gegenüber Schwerverletzten benutzen musste → „Bin gleich bei Ihnen“, usw.
- Der Gatte ist zu Hause im Ehebett verstorben. Frau K. wollte ihn wachkitzeln, bis sie bemerkte, dass er tot war. Danach hatte sie sich im Haus versteckt, wegen den lästigen Nachbarn und ist nur noch nachts in den Garten gegangen.
- Sie hatte eine sehr gute Ehe geführt, hatten viele gemeinsame Interessen und gingen gerne in die Berge.
- Frau K. gibt an, dass ihr jetzt im Alter ständig die Ereignisse von Russland unterkommen. Sie war damals erst 18 – 19 Jahre alt.

Diagnosen:

- Akutes Nierenversagen, Arterielle Hypertonie, mittelgradige Demenz, Chronische Niereninsuffizienz, Osteoporose

Frau H.:

Geboren 1921

Verwitwet

Römisch – Katholisch

1 Sohn und eine Tochter

Kurzbiographie:

- Frau H. erzählt, in Gmunden aufgewachsen zu sein.
- Sie war viel Bergsteigen und sogar 2-mal am Traunstein. Am Gipfel hat sie immer gesungen und gejodelt „Wo i geh und steh“
- Arbeitete in der Pflege in Prag und sagt heute sehr oft „Neben mir ham´s d´Leid erschossen!!!“
- Lernete in Prag einen Soldaten kennen, den sie dann heiratete.
- Auf Anfrage gibt Frau H. an, lange dort gewesen zu sein.
- Nach Kriegsende zogen sie dann nach Österreich und bekamen 2 Kinder.
- Zu den Kindern hat sie heute leider keinen Kontakt mehr.

Diagnosen:

- Demenz gemischt, Polyneuropathie, Hypercholesterinämie, Hypertonie

Frau L.:

Geboren 1924 in St. Johann am Wimberg

Geschieden

- Frau L. hat jahrelang in ärmsten Verhältnissen gelebt, hatte weder Strom noch fließend Wasser und sehr wenig Geld zur Verfügung.
- Für kleine Einkäufe und Reparaturen wurde sie von verschiedenen Männern zu sexuellen Handlungen genötigt.
- Daraus resultiert die heutige Abneigung gegen gewisse Männer (Pfleger)

Diagnosen:

- Akute Verwirrtheit, Insult, Kachexie

Frau M.:

Geboren 1929

Verwitwet

1 Sohn und 1 Tochter

Kurzbiographie:

- Frau M. kommt ursprünglich aus Budapest. Die Unruhen von damals zwangen die Leute zu fliehen, um zu überleben.
- Sie ist mit 15 Jahren mit der ganzen Familie nach Österreich geflohen und unverseht angekommen.
- Ihre einzige Schwester starb mit 17 Jahren an Tuberkulose.
- Sie lernte einen deutschen Soldaten kennen, den sie in Oberösterreich heiratete und von dem sie dann 2 Kinder bekam.
- Die schönsten Erinnerungen waren die Hochzeit, die Kutschenfahrt im weißen Brautkleid und der Bräutigam in Militäruniform.
- Ihr Mann ist vor 6 Jahren verstorben.

Diagnosen:

- Akutes Nierenversagen, Hypertonie, zerebral – vaskuläre Insuffizienz, Schenkelhalsfraktur rechtsseitig, Stauungsödem.

Probelauf: Aussagen, Gefühle, Erinnerungen

Renate; 50 Jahre; Angestellte

Erster Eindruck: → Platten liegen alle am Boden

24 Platten (Verwandtschaftserinnerungen von Kindheit – Großvater)

Wäscheklammern:

- Fühlt sich nach Arbeit an
- erinnert an Mama

Schleifpapier mit Muttern:

- Kalt und rau
- erinnert an Vater → Vater viel gearbeitet, in der Demenz viel mit Schrauben gespielt

Schwamm:

- Weich, wuschelig
- erinnert an Kindheit, Basteln, Stofftiere

Steine:

- Schön anzuschauen,
- Fühlt sich nicht so gut an → Tut weh → unangenehm
- erinnert an Opa → Steingarten

Kaffee / Nudeln:

- erinnert an Italien
- Fühlt sich gut an

Gitter / Seil:

- erinnert an Waschrumpel
- Angenehm
- Seil sticht

Federn:

- Fühlt sich gut und weich an
- erinnert an die Schwester → fürchtet sich vor Federn (Vögel)

Perlen:

- Fühlt sich sehr gut an
- erinnert an Oma → Perlenkette

Holzringe:

- Fühlt sich gut an
- Kann nichts damit anfangen

Wollblumen:

- erinnert an Kindheit → Basteln
- Fühlt sich weich und gut an
- Optisch sehr ansprechend

Blätter:

- erinnert an die Schulzeit → Volksschule → Basteln mit Blättern
- Fühlt sich feucht an

Holzscheiben:

- Fühlt sich an wie Holz
- erinnert an Puzzle

Reflektion:

- Durchführung
- Stolpersteine
- Aha – Effekt
- Was hat uns begeistert?
- Gruppengrößen
- Kommunikation
- Pflegepersonal
- Nachhaltigkeit
- Bleibender Eindruck
- Haben wir unsere geplanten Ziele erreicht?

Durchführung:

Wir starteten unser Projekt spontan und die Bewohner wurden nicht darauf vorbereitet. Wir haben uns bewusst keinen festen Plan für das Starten des Projektes gemacht.

Es ergab sich eigentlich alles mittels des Rundganges der Stationen der Pflege 2 und 3. Unsicher, wie wir waren, begannen wir mit einer blinden Bewohnerin, die jedoch nach kurzer Zeit abgeblockt hat, da sie das Gefühl hatte, jetzt unbedingt erraten zu müssen was das für ein Material ist.

Von Platte zu Platte stieg der Druck auf die Bewohnerin und wir mussten abbrechen.

Unseren nächsten Versuch starteten wir mit einer bettlägerigen Bewohnerin. Doch wir erlebten des Weiteren einen Rückschlag, da wir zu dieser Bewohnerin keinen Zugang fanden, zumal sie Nina nicht kannte.

Aber nichts desto trotz ließen wir uns nicht demotivieren. Wir starteten einen Rundgang durch den Gemeinschaftsbereich und fanden die Idee nicht schlecht, das Projekt mit einer kleinen Gruppe von 3 Frauen zu starten. Und siehe da, unser Projekt schlug ein. Schon bei der ersten Platte (Wollblumen) lösten wir unter den Frauen Diskussionen aus und sie kamen aus dem Staunen nicht heraus.

Die Platten gefielen ihnen sehr. Sie hatten sogar die Idee, dass man manche Platten als Rahmen

für Bilder verwenden könnte. Eine Dame nahm sogar die Perlenplatte, stellte diese auf den Holzvorsprung, um zu testen, wie sich die Platte an der Wand mache.



Was uns sehr erstaunt hat war, dass die Platte mit den Holzscheiben alle Teilnehmer als Kekse gedeutet hatten. Erstaunlich war ebenso, welche Erinnerungen wir auslösen und wie schnell wir Kommunikation aufbauen konnten. Natürlich wurden auch die anderen Bewohner des Gemeinschaftsraumes aufmerksam, was wir da herzeigten, und konnten uns vor Aufmerksamkeit kaum retten.



Schnell waren die nächsten Teilnehmer gefunden und das Projekt wurde der Hit auf der Station. Uns hat auch gefreut, dass sogar das Pflegepersonal neugierig wurde, Fragen stellte und gespannt das Geschehen beobachtete.

Danach gingen wir auf die Station 3, wo wir eine Dame besuchten, die eine sehr starke Persönlichkeit hat (hochgradige Demenz), um zu sehen, wie diese reagiert. Ehrlich gesagt, wir waren neugierig.

Kurzbeschreibung Frau L:

Sehr mobil, pfeift den ganzen Tag, schreit ständig: „Hallo Hallo“, sieht in jeden Mann einen „Alois“.

Man kann aber auch ganz normal mit ihr reden. Sie ist eben sehr direkt und verbalisiert jeden Gedanken, leider oft sehr verletzend: „Ma hast du an Oasch!“; „Der hat kane Zähnt im Möuh“. Wenn man damit umgehen kann, ist es manchmal auch witzig.

Wir gingen zu Frau L. ins Zimmer, wo sie bei ihrem Tisch saß. Wir zeigten ihr die Platten,



eine nach der anderen, und keine hat sie richtig begeistert. Sie sagte: „So a Klumpat, brauch i net!“. Wir zogen unser Projekt trotzdem bis zum Schluss durch, auch wenn das Feedback: „Jo hat mir gefallen, aber net viel, eigentlich goanix“ nicht so toll war.

Wir denken dass Frau L. durch ihre Demenz nichts mit dem Projekt anfangen konnte, und wir hatten daraus gelernt.

Stolpersteine:

„Aller Anfang ist schwer“

Es begann schon mit der Dienstenteilung. Wir hatten leider fast immer entgegengesetzt frei, wodurch wir uns für den Einkauf, das Herstellen und die Durchführung uns nie einen konkreten Plan austüfteln konnten.

Die wenigen Tage, die wir miteinander frei hatten, nutzen wir von morgens bis abends, um rechtzeitig unser Projekt fertig zu stellen. Durch diesen extremen Zeitmangel wuchs auch der Druck auf uns, demzufolge ist es leider passiert, dass wir uns in die Haare bekamen. Das wurde mit einem Gespräch jedoch sehr schnell aus der Welt geschafft.

Wir hatten eine gewisse Vorstellung wie unser Projekt ablaufen sollte. Doch die ersten beiden Bewohner, die wir uns aussuchten, reagierten leider nicht so wie wir uns das gewünscht hatten. Nichts desto trotz machten wir weiter.

Aha – Effekt:

Es ist erstaunlich, wie verschiedene Charaktere unterschiedlich auf die Materialien reagiert haben. Von Staunen, Erinnern, Begeisterung bis Abneigung war alles vorhanden. Interessant ist es, wie man mittels so alltäglichen Dingen so viel Begeisterung auslösen kann und dies nicht nur bei den Bewohnern.

Bemerkenswert war es als alle Bewohner, denen wir die Holzscheibenplatte reichten, sagten, dass dies Weihnachtskekse sind. Faszinierend was die Bewohner sehen und fühlen, auf Weihnachtskekse wären wir selber nie gekommen.



Was hat uns begeistert?

Schon bei der Herstellung des Buches wuchs unsere Begeisterung von Stunde zu Stunde, von Platte zu Platte. Als es endlich fertig war, ging unsere Euphorie mit uns durch. Wir riefen Nachbarn, Familie und Freunde an, sofort auf Besuch zu kommen, um sich das fertiggestellte Buch anzusehen, da sich vorher niemand richtig etwas unter unserem einzigartigen Sinn- und Tastbuch vorstellen konnte.

Die plötzliche Anteilnahme, Neugierde und das Interesse der Bewohner hat uns sehr begeistert, vielleicht auch gerade deswegen, weil unser Projekt so schwierig begann. Wir ernteten auch viel Lob und Anerkennung der Bewohner, das uns sehr viel bedeutet, da wir so viel Liebe investiert haben.



Gruppengrößen:

Da wir während unserer Projektdurchführung nicht so gute Erfahrungen mit Einzelpersonen gemacht haben, entschlossen wir uns, das Projekt in der Gruppe durchzuführen. Der Erfolg gab uns Recht. Wir bemerkten, dass es in der Gruppe besser war, da sich die Bewohner untereinander austauschen und über die Platten diskutieren konnten. Die Stimmung unter mehreren Menschen war viel gelöster und entspannter. Es wurden Erfahrungen und Erinnerungen ausgetauscht.

Jedem war frei gestellt, ob man sich einbringen möchte oder auch nicht.



Kommunikation:

Es ist interessant, mit so einfachen Dingen so schnell Vertrauen aufzubauen und somit eine Kommunikation. Zum Beispiel kannte Frau H. Nina nicht und sang ihr während der Projektdurchführung ein Lied vor. Auch nach dem Projekt war Frau H. kaum mehr zu bremsen. Sie erzählte wie kreativ sie ist und wie gern sie zeichnet. Und sie zeichnet wirklich sehr gut. Frau R. erzählte Nina bei der Perlenplatte wie sie damals einen Christbaumschmuck aus Styroporkugeln und Pajetten bastelte, der jedoch viel zu schwer für den Christbaum war.



Dies sind nur kleine Auszüge der Kommunikation in unserem Projekt. Es wurde noch viel mehr erzählt, worauf wir in unserem Kurzfilm noch näher eingehen werden. Aber es zeigt uns auch auf, wie schnell alte Menschen Vertrauen fassen können und wie leicht wir Teile einer Biographie einsammeln konnten.

Reaktionen der Bewohner:

Frau S.: „Ihr seid Künstler, wenn ihr diese verkauft, werdet ihr reich“

Frau M.: „Kann man die Weihnachtskekse noch essen?“

Frau P.: „Schade dass die Perlen nicht echt sind“

Frau U.: „Das erinnert mich an früher, als wir die Wäsche noch mit der Waschrumpel machten“

Pflegepersonal:

Als wir das Projekt starteten, wusste das Pflegepersonal nichts damit anzufangen. Sie waren zwar neugierig, wussten die Situation jedoch nicht einzuschätzen. Nach einer Weile, als sie auch bemerkten, dass das Projekt einschlug, kamen sie dazu, stellten Fragen und waren sehr interessiert.

Leider - was uns sehr gefallen hätte - setzte sich kein Pflegepersonal zu den Bewohnern und machte mit.

Reaktionen des Pflegepersonals:

Schwester S. :*“Wow, das ist einmal ein tolles Projekt, nicht nur für mobile Menschen“*

Schwester N. : *„Darf ich mir das Buch mal ausborgen, ich möchte es auch auf meiner Station verwenden?“*

Stationsleitung: *„Könnt ihr die Bücher dann auf der Station lassen, damit wir sie weiterverwenden können?“*

Nachhaltigkeit:

Wir hoffen, dass unser einzigartiges Sinn- und Tastbuch nicht in Vergessenheit gerät und in einer Ecke verstaubt.

Wir haben es uns zur Aufgabe gemacht, nach wie vor das Buch weiter zu verwenden. Jeder von uns beiden hat ein Sinn- und Tastbuch gemacht, da wir nach der Ausbildung in verschiedenen Altersheimen arbeiten werden.

Zum Fotografieren der Platten haben wir alle 24 Platten am Boden ausgelegt und sind auf die Idee gekommen, dass die Platten ein sehr schönes Wandbild ergeben würden. Man müsse nur eine kleine Aufhängung an jeder Platte anbringen.

Unsere nächste Idee wäre ein Sinn- und Tastbild zu gestalten. Dieses Tastbild sollte im Altersheim aufgehängt werden, wo Bewohner die Möglichkeit haben es zu „begreifen“ – Verlorenes wiederzufinden. Man könnte auch noch Platten dazu basteln und das Sinn- und Tastbuch/Wandbild jederzeit erweitern (auch gemeinsam mit den Bewohnern).

Bleibender Eindruck:

Wir haben viele unserer Bewohner mit dem Sinn- und Tastbuch in den Bann gezogen, mit einfachen Gegenständen von früher. An diesem Nachmittag konnten wir den Bewohnern ein Gefühl von zuhause vermitteln.

Es sind die Kleinigkeiten, die Menschen kurz aus ihrer kleinen Welt holen können, und unser Projekt hat uns diesen Leitsatz bestätigt.



Haben wir unsere geplanten Ziele erreicht?

Wir haben alle unsere geplanten Ziele mit den Bewohnern erreicht und darüber hinaus ist unser Projekt nicht nur nachhaltig, sondern auch erweiterbar. Wir können voller Selbstbewusstsein sagen, dass wir stolz auf uns und unsere Arbeit sind.

Anhang:

Weitere Zitate:

„Die Wunder der Welt werden uns genau in dem Maße enthüllt, wie wir im Stande sind, sie zu begreifen.“

„Die Schärfe der Wahrnehmung beruht nicht darauf, wie viel wir sehen können, sondern wie viel wir fühlen.“

Zitiert nach Helen Keller über das Tasten

Ein Blinder: *„Was ich tasten kann, das ist meine Wahrheit, was ich nicht Tasten kann sind meine Träume!“*

Aus dem Film „Menschen Hautnah“

Literaturhinweise:

Bielefeldt Elfriede:

Tasten und Spüren

4. Auflage

München; Basel: E. Reinhard 2000

ISBN 3-497-01528-8

Wolfgang Anders/ Sabine Weddemar

Häute schon Sch(ö)n berührt?

Körperkontakt in Entwicklung und Erziehung

Borgmann publishing KG

Hohestraße 39 D- 44139 Dortmund

2 Auflage 2002

Gesamtherstellung: Löer Druck GmbH, Dortmund

ISBN 3-86145-212-X

(ISBN 978-3-86145-212-6)

Udo Baer/ Gabi Schotte

Das Herz wird nicht Dement

Neukirchen- VLUYN:

Affenkönigverlag 2009/ 1 Auflage

ISBN 978-3-934933-29-3

Andrea Erkert

Die 50 besten Wahrnehmungsspiele

7 Auflage 2009

ISBN 978-3-7698-1613-6