

Zeitschrift: Fachzeitschrift Heim
Herausgeber: Heimverband Schweiz
Band: 66 (1995)
Heft: 8

Artikel: Einführungskurs in das Gedächtnistraining im Alters- und Pflegeheim :
geistiges Potential wahrnehmen, gebrauchen, trainieren
Autor: Johner Bärtschi, Eva
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-812586>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 02.04.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Einführungskurs in das Gedächtnistraining im Alters- und Pflegeheim

GEISTIGES POTENTIAL WAHRNEHMEN, GEBRAUCHEN, TRAINIEREN

Von Eva Johner Bärtschi

Eine Woche später. Der Versuch, sich zu erinnern: Richtig – etwas mit Gedächtnistraining! Stimmt, kalt war's im Antoniushaus Mattli in Morschach, weil die Heizung renoviert wurde und der Heumonat seinem Namen keine Ehre erweisen wollte. Genau, ein Lied haben wir gehört, uns dazu bewegt, Konzentrationsübungen gemacht. Und was sonst noch?

Wissen über das Altern des Menschen

Ein Blick in meine Notizen und Unterlagen hilft weiter. Es war dieser 12. Juni, der dritte Tag eines viertägigen Einführungskurses in das Gedächtnistraining im Alters- und Pflegeheim. Geleitet wurde er von Doris Ermini-Fünfschilling, Gerontologin an der Memory-Clinic am Kantonsspital Basel, mit Unterstützung von Frau Vreni Zwick, Gedächtnistrainerin am selben Ort. An zwei Tagen im Mai hatten die Teilnehmerinnen, 15 Frauen, vorwiegend als Ergo- und Aktivierungstherapeutinnen in verschiedenen Alters- und Behinderteneinrichtungen tätig, vor allem Kenntnisse über die physischen und psychischen Faktoren erworben, welche Verhaltensänderungen bei einer senilen Demenz bewirken.

Denn bevor ein Gedächtnistraining überhaupt an die Hand genommen werden kann, braucht es Wissen über das Altern des Menschen, über normale und krankhafte Altersveränderungen, über Bedürfnisse und Wünsche älterer Menschen; notwendig sind aber auch Kenntnisse über Gruppenleitung und Gruppendynamik, sind methodische und didaktische Fähigkeiten.

Gedächtnistrainings für Patienten mit einer beginnenden Demenz wurden 1986 von der Memory-Clinic in Basel eingeführt. Sie sollten den Betroffenen helfen, Probleme und Schwierigkeiten, die in den Anfangsphasen einer Altersdemenz auftauchen, besser zu bewältigen. «Im Gedächtnistraining», so Doris Ermini in ihrem Skript, «werden die Patienten animiert, stimuliert und motiviert, ihr geistiges Potential wieder wahrzunehmen, zu gebrauchen und zu trainieren. Dies führt zu einer Festigung von gespeichertem Wissen und Kommunikationsfähigkeit. Daneben lernen die Patienten Kompensationsmechanismen, wie zum Beispiel den Gebrauch von Gedächtnishilfen, wodurch im Alltag Fehler vermieden werden. Die dadurch verbesserte Alltagskompetenz wirkt sich positiv auf den emotionalen Zustand aus. Der verbesserte Gemüts-

zustand führt wiederum zu erhöhter geistiger Aktivität usw. Durch die Diskussionen mit der Gedächtnistrainerin lernen die Patienten, das Nachlassen ihrer geistigen Leistungsfähigkeit als Krankheitssymptome zu betrachten. Dies ermöglicht ihnen, ihren reduzierten Zustand zu akzeptieren. Sie lernen, besser damit umzugehen. Das Gedächtnistraining erlaubt neben dem kognitiven Training eine stützende Begleittherapie.»

Das «Heringsquintett»

Nach einer kurzen Vorstellungsrunde und einer Stunde, die der Klärung auftauchender Fragen gewidmet war, standen dann Probleme der Methodik und Didaktik im Vordergrund. In zwei parallelen Arbeitsgruppen veranstalteten Doris Ermini und Vreni Zwick je eine Gedächtnistrainings-Demonstration mit den Kursteilnehmerinnen. Das Thema der Lektion von Doris Ermini war «Musik und Geräusch». Nach dem Einstieg mit einem Lied des «Trio Grande» ging es darum, Geräusche zu erraten und im Ohr zu behalten. Beim Rückwärtszählen war Konzentration gefordert; beim Aufzählen von Musikinstrumenten ging es um den Wortschatz und um die kognitiven Fähigkeiten des Assoziierens und Kategorisierens. Ein Händekonzentrationspiel sorgte für Auflockerung, während verdrehte Namen von Musikstücken (das Heringsquintett, der Stundenwalzer, die Sonnenscheinsonate, die diebische Lerche) das Altwissen provozierten. Zum Schluss versuchten wir uns noch einmal an die zu Anfang gehörten Geräusche zu erinnern – und ich mich daran, dass ich eigentlich als Journalistin in einer Gedächtnistrainings-Lektion sass: im Eifer des Mitmachens hatte ich dies ganz vergessen.

Die fünf W's

In einigen allgemeinen didaktischen Überlegungen wies Doris Ermini auf die fünf W's einer Lektion hin:

Wo? Örtliche Verhältnisse: wo finden die Lektionen statt? Welche Infrastruktur ist vorhanden?



Begeisterte Teilnehmerinnen und Teilnehmer: Kreativität und Inspiration, ob in den unsommerlich kühlen Räumen...

- Wer? Wer nimmt daran teil? Es ist notwendig, etwas über das Alter, das Geschlecht, den Gesundheitszustand, die Interessen, eventuell die Biografie der Teilnehmerinnen und Teilnehmer zu wissen.
- Warum? Was ist das Ziel, das Anliegen, der Schwerpunkt einer Lektion?
- Was? Was ist der Inhalt einer Lektion? Was weiss ich? Was ist wichtig? Welche Probleme sind zu erwarten?
- Wie? Die Methode: wie bringe ich die Information, die ich vermitteln will?

Wichtig bei Gedächtnistrainings-Lektionen in einem Heim sind Einstieg und Ausstieg: ein gelungener, animierender Einstieg erhöht die Motivation der Teilnehmenden, ein entspannter Ausstieg bewahrt eine gute Erinnerung an die Lektion. Die Sprache der Kursleiterin sollte deutlich, gut artikuliert, langsam sein, möglichst in einer tiefen Tonlage. Blickkontakt zu allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern ist wichtig, zugleich gibt Wahrnehmen und Beobachten der Körpersprache auch Auskunft über die Befindlichkeit der Teilnehmenden. Ziel der Gesprächsführung ist es, durch aktives Zuhören den Gesprächspartner zum Sprechen zu bringen; dabei ist auch darauf zu achten, offene (und nicht geschlossene und suggestive) Fragen zu stellen. Zusammenfassen und Wiederholen des Gesagten durch den Kursleiter erleichtern das Verständnis und bildet die Basis für weitere Fragen.

In einer weiteren Gedächtnistrainings-Lektion hatte Frau Zwick das Thema «Rosen» gewählt. Nach einem Einstieg über die Realitäts-Orientierung (welchen Tag haben wir heute, welches

Doris Ermini:
Gedächtnistraining führt zur Festigung von gespeichertem Wissen.



Datum?) folgten Kreuzworträtsel, Konzentrations- und Lernfähigkeitsübungen. Wieviele Rosenwörter fallen Ihnen ein: Rosenstrauch, Rosenöl, Rosenhag...? Darauf die Aufgabe, ein gemeinsames Bestimmungswort zu suchen, zum Beispiel: Schlaf, Mantel, Sport, Kleidung = Winter; Kohl, Wasser, Käfer, Kranz = ? Rad, Stocher, Geschwür, Lücke = ? Tier, Vogel, Ritter, Zug = ?

Gar nicht so einfach!

Am Abend des dritten Tages und am vierten Tag sollten dann vor allem auch die Kursteilnehmerinnen mit prakti-

schen Übungen zum Zuge kommen. Sie alle hatten nach den Denkanstössen der ersten beiden Kurstage zu Hause eine Gedächtnistrainings-Lektion vorbereitet, die in der Gruppe vorgestellt und analysiert werden sollte. Ich kann mir vorstellen, dass die Kreativität und die Inspiration fünfzehn begeisterter Kursteilnehmerinnen, zusammen mit dem munter prasselnden Feuer im Cheminée der Empfangshalle, die so ganz und gar unsommerliche Kühle in den Räumen des Kurszentrums zu vertreiben vermochte. ■



... oder am Feuer.

Fotos Eva Johner Bärtschi

49. Schweizerischer
Krankenhauskongress

**INNOVATION...
UMSETZUNG...
LÖSUNG...**

**25. und 26. Oktober 1995,
La Marive, Yverdon-les-Bains**

Auskunft: Veska-Ausbildungszentrum,
Kongresssekretariat,
Frau I. Liechti, Rain 36, 5000 Aarau,
Tel. 064 24 00 25