

M 1

Texte der Filmsequenzen

All das macht mir Angst (0:00 Minuten)

Die Welt ist so, wie sie jeder einzelne Mensch wahrnimmt ...

Einige Menschen glauben nun, dass sich ihre Wahrnehmungen von der Welt decken.

Diese Menschen bezeichnen sich als die normalen Menschen.

Und sie bezeichnen all das, was sie sehen, als die normale Sicht der Welt.

Und all das, was nicht in dieses Wahrnehmungsschema passt, nennen sie unnormale oder verrückt, oder dement, geisteskrank, toll, abartig, unnatürlich, verzerrt, affektiert, unecht, irr, unzurechnungsfähig, krank, gestört, umnachtet, wahnsinnig, verschroben, absonderlich, befremdlich, eigentümlich, bizarr.

Und all das macht den so genannten normalen Menschen Angst.

Vorspann (1:30 Minuten)

In dieser Straße

Ich wohne in dieser Straße, gleich neben den Anderen, die auch da wohnen. Und – ich wohn' schon lange da, Jahre, eigentlich schon immer.

Ich glaub', meine – meine Eltern wohnen auch da. Aber ich seh' sie nicht immer, nur manchmal. Und ich seh' mich im Spiegel – manchmal. Und wenn ich mich so anschau, dann seh' ich aus wie sonst auch, nur irgendwie anders, ein bisschen fremd, aber nicht immer, nur manchmal.

Meine Eltern sind früh gestorben. Sie fehlen mir. Aber sie sind ja nicht immer tot. Nur manchmal. Und manchmal sind sie auch da. Dann red' ich mit ihnen, und sie hören mir zu, und das tut gut. So wie damals, als ich mich wohl gefühlt habe. Besonders bei Mama. Sie ist immer da. Und sie hat auch immer Zeit. Und sie versteht mich, und bei ihr darf ich so sein wie ich bin.

Auf dem Kalender steht, dass heute Montag ist. Montag, der 11. November 2 – 0 – 0 – 6. Wie die Zeit vergeht. Was war denn gestern? Komisch, dass ich mich daran nicht erinnern kann. Und Mama ist immer da, wenn ich traurig bin, 2 – 0 – 0 – 6. Was ist denn das?

Was ist denn bloß los mit mir? Aber ich bin doch. Und nachher kommt der Vater und holt mich ab. Dann ist alles wieder gut.

In der Straße, wo ich wohne, da gibt es so viele Gesichter, die ich nicht kenne. Aber alle sagen „Guten Tag“. Grad so, als würden die mich kennen. Und ich weiß gar nichts von ihnen. Nur der eine Mann, der den Rasen klein macht, der kommt mir bekannt vor. Der Herr, Herr, der Herr ... Na

ja, also er wird schon wissen, wie er heißt. Jetzt steh ich vor diesem Haus. Irgendwie kommt es mir bekannt vor. Eigentlich wollte ich raus. Aber ich bin ja hier draußen und ich steh' in dieser Straße und ... Wo bin ich denn, was wollte ich denn noch gleich? Was? Wo bin ich? Manchmal weiß ich nichts mehr.

Irgendwann unwichtig (5:40 Minuten)

Worte sind irgendwann unwichtig geworden.
Orte sind irgendwann unwichtig geworden.
Glaube ist irgendwann unwichtig geworden.
Zeit ist irgendwann unwichtig geworden.
Regeln sind irgendwann unwichtig geworden.
Ehre, Ansehen und Wohlstand sind irgendwann unwichtig geworden.
Heimat ist irgendwann unwichtig geworden.
Erinnerungen sind irgendwann unwichtig geworden.
Gegensätze sind irgendwann unwichtig geworden.
Du bist irgendwann unwichtig geworden.
Ich bin irgendwann unwichtig geworden.

Die weißen Flecken werden immer größer (7:07 Minuten)

Die weißen Flecken werden immer größer. Ich komme mir richtig verloren vor. So, als würde ich nirgendwo mehr hingehören. Aber das ist nicht richtig, dass ich so denke. Meine Kinder warten doch auf ihre Mutter. Ich kann doch nicht einfach hier bleiben.

Das große Vergessen (7:20 Minuten)

Ich will immer jung bleiben – doch dabei möglichst alt werden – aber altern und dafür meine Stärke, meine Kraft, meine Gesundheit hergeben – niemals – und dann auch noch sterben – scheußlich – scheußlich – nicht mit mir – ich will jung bleiben – niemals sterben – niemals alt werden – ich will leben – jung bleiben – ich will nicht alt werden und sterben. Ich nicht – ich, ich vergess' einfach alles – alles.

Du fragst, was du für mich tun kannst? (8:30 Minuten)

Korrigiere mich doch nicht dauernd, ich schäme mich wirklich schon genug für meine Fehler.

Und bitte, lasse die Fragen, wer, was, wann, wie, wo. Du quälst mich damit. Und wenn ich deinen Namen nicht mehr weiß, dann ist das gar nichts gegen dich.

Ich würde mich besser zurechtfinden, wenn du ein Schild mit der Aufschrift „Toilette“ aufhängen würdest.

Und du könntest auch öfter mal die alten Fotoalben mit mir durchblättern.

Und bitte, diskutier' doch nicht mit mir, hab' mich einfach nur lieb.
So viel Unbegreifliches stürmt da auf mich ein ... meine Gefühle geraten schwer durcheinander. Das ist doch nichts Persönliches gegen dich.
Und wenn ich hinter dir herlaufe, dann hab' ich einfach nur Angst. Du kommst doch wieder?
Ich stell' immer wieder die gleichen Fragen. Aber ich will dich doch damit nicht ärgern. Hab' mich lieb.
Ich renn' unruhig durch die Gegend? Geh' doch einfach mit mir woanders hin, gib mir irgendeine Beschäftigung oder einfach nur was zu trinken.
Wenn ich nachts umhergeistere, dann räum' alles weg, worüber ich stolpern könnte, und schließ' die Türen nach draußen zu.
Ich versteck' halt mal gerne alle möglichen Sachen. Merk' dir die Verstecke, dann findest du die Sachen auch leichter wieder.
Und wenn ich mal richtig wild werde, dann lenk' mich ab, beruhig' mich oder nimm mich einfach in den Arm.
Wirre Muster auf Tapeten, Vorhängen oder Teppichen verwirren mich. Ich bin jetzt eher für klare und einfache Sachen.
Gib mir so viel Platz und Freiheit, wie ich brauche, ohne mich oder dich oder andere zu gefährden.
Weißt du, ich verlier' den Verstand. Das muss man sich erst mal bewusst machen.
Und wenn's halt gar nicht mehr geht, dann musst du dir Hilfe holen.
Es nutzt mir gar nichts, wenn du dich kaputt machst.
Und was ich noch selber machen kann, das lass mich auch machen.
Ich hab' dich lieb.
Und wenn du's gar nicht mehr kannst, wenn gar nichts mehr geht, dann tu mich lieber in ein Heim. Da geht's uns beiden besser.

M2

Wohnen mit Demenz

Methodischer Vorschlag:

Welche Wohnformen für Menschen mit Demenz gibt es außer der im Film genannten Möglichkeit? Sammeln und auflisten.

Arbeitsblatt verteilen, evtl. ergänzen, wenn andere Möglichkeiten genannt werden.

Arbeitsblatt als Kopiervorlage:

Wohnen mit Demenz – Vier Alternativen mit Vor- und Nachteilen

Ich sehe in dieser Wohnform
Vorteile und Nachteile

Zu Hause mit entlastenden Diensten, z. B.: ambulante Betreuungsdienste Nachbarschaftshilfe Sozialstation Tagespflege Kurzzeitpflege		
Pflegeheim		
„Betreutes Wohnen“		
Betreute Wohngruppe		

Arbeit in Paargruppen oder arbeitsteilig in Kleingruppen

Vorstellen der Vor- und Nachteile

Welche Wohnformen könnte ich mir für mich / für meinen Angehörigen vorstellen? (Meine Begründungen dafür ...)

Weiterführende Stichworte zu den einzelnen Wohnformen

Zu Hause

- Leben in vertrauter Wohnung und vertrautem Umfeld
- Leben mit vertrauten Bezugspersonen
- Wohnung oft nicht barrierefrei (Stufen, Bad/WC)
- Pflege der Wohnung braucht viel Kraft, manchmal ist die Wohnung zu groß und wird zur Belastung
- Angst vor Alleinsein, vor Einbrechern
- Meistens hängt die Rund-um-die-Uhr-Betreuung an einer Person (z. B. Ehepartner/in), die zunehmend überfordert ist
- Manche Menschen mit Demenz sind nachts sehr unruhig, sodass die pflegenden Angehörigen kaum Erholungsphasen haben
- Entlastungsmöglichkeiten für Pflege, Betreuung, Haushalt kommen stundenweise ins Haus (Sozialstation, Nachbarschaftshilfe)
- Es gibt Angebote, tagsüber („Tagespflege“) oder für mehrere Tage oder Wochen („Kurzzeitpflege“)

Pflegeheim

- Hohes Maß an Sicherheit
- Völlige Entlastung von hauswirtschaftlichen Tätigkeiten (Kochen, Kleiderpflege, Wohnungspflege, Einkaufen, Schneeschippen ...)
- Hohe Professionalität von Pflege, Betreuung und Versorgung
- Meistens große bis sehr große Einrichtungen (50–200 Betten) mit Gefahr der Anonymität in einer Institution
- Viele Vorschriften des Heimgesetzes
- Hohe Kosten für Bewohner(innen), die teilweise von der Pflegeversicherung übernommen werden (je nach Pflegestufe)
- Großer Kostendruck im Heim, Abläufe sollen möglichst reibungslos und kostengünstig durchgeführt werden
- Zunehmend gibt es spezielle Wohnbereiche für Menschen mit Demenz
- Teilweise mit „Betreutem Wohnen“ und Tagespflege unter einem Dach
- Große Entlastung der Angehörigen

„Betreutes Wohnen“

- Wohnanlage mit separaten barrierefreien Wohnungen
- Leben in großer Selbstständigkeit – in Notfällen ist schnell Hilfe da (z. B. durch ein Notrufsystem)
- Bei Interesse kann an Gemeinschaftsangeboten teilgenommen werden
- Unterstützung, Betreuung, Pflege kann bei Bedarf angefordert werden (gegen Bezahlung)

- Der Ausdruck „Betreutes Wohnen“ erweckt bei vielen Menschen falsche Erwartungen, da eine Alltagsbetreuung für nicht mehr orientierte Menschen hier nicht möglich ist. Wer in „Betreutem Wohnen“ lebt, muss sich in seinem privaten Bereich selbstständig versorgen können oder Bedürfnisse nach Unterstützung artikulieren können; „Betreutes Wohnen“ ist für Menschen mit Demenz nicht geeignet.

Betreute Wohngruppe

- Kleinere barrierefreie Wohneinheit ca. 8–12 Bewohner/innen, mit Privatzimmern und Gemeinschaftsbereichen (z. B. Wohnküche, Pflegebad)
- Möglichst große Alltagsnähe und Einbeziehung ins Wohnquartier
- Kein Heim (unterliegt nicht dem Heimgesetz), eher vergleichbar einem gemeinschaftlichen privaten Wohnen (z. B. individuelle Einrichtung der Zimmer)
- Betreuung und Pflege in geteilter Verantwortung durch Angehörige (soweit sie können und wollen), Pflegedienste, Nachbarschaftshilfe, Freiwillige
- Es gibt bisher wenige Beispiele, keine öffentliche Förderung

M3

Angst, ganz viel Angst ...

Methodischer Vorschlag:

Jede/r notiert auf Kärtchen: „Warum ich mich mit dem Thema Demenz beschäftige ...“

Kärtchen vorlesen und anpinnen

Text von Gerd C. Altmann (dem Autor des Films) vorlesen (als Kopie verteilen)

Gespräch: Was deckt sich mit meinen eigenen Motiven? Was ist neu? Was irritiert – weshalb?

Warum ich mich mit dem Thema Demenz beschäftige?

Mich selbst schützen:

Alles, was ich freiwillig mache,
womit ich mich freiwillig und aktiv beschäftige,
wird mich nicht unvorbereitet überfallen.
Also, meine Angst beruhigen!

Verständnis wecken für das Erleben und Fühlen
von Demenz.

Was geschieht in und mit einem Demenzkranken?
„Ich verlier den Verstand – das muss man sich einmal
bewusst machen.“

Bei lebendigem Bewusstsein all das verlieren,
was letztlich den Menschen zur Hälfte oder ganz ausmacht,
den Verstand verlieren,
das, worauf wir alle letztlich doch so stolz sind ...

Aufzeigen, was in einem Demenzerkrankten vor sich geht.

Angst, ganz viel Angst ...
Peinlichkeit, ganz viel Gesichtsverlust ...
Wut, weil ich die Kontrolle verliere,
ich kann mich ja nicht mehr selbst bestimmen ...
und zwischendurch immer wieder Angst ...
Betroffene schreien um Hilfe,
aber niemand kann ihnen tatsächlich helfen,
eventuell noch trösten, aber helfen kann ihnen niemand,
wir sind ja selber hilflos.
Was sollen wir auch mit jemandem anfangen, der verrückt wird?

Verständnis wecken, ein Gespür entwickeln
für unsere Begrenztheit, für das Gefühl,
ausgeliefert zu sein, auf andere angewiesen zu sein.

Verständnis wecken für die Vorstellung,
dass nichts Bestand hat, nicht mal meine eigenen Glaubenssätze.

Gerd Christian Altmann