



curahumanis
6005 Luzern
041/ 249 00 80
www.curahumanis.ch

Medienart: Print
Medientyp: Fachpresse
Auflage: 5'300
Erscheinungsweise: 9x jährlich

Themen-Nr.: 531.30
Abo-Nr.: 1084854
Seite: 32
Fläche: 129'483 mm²

Mit Demenz und Fantasie zu gemeinsamen Geschichten

Die TimeSlips-Methode

Anhand von Bildern werden in Gruppensitzungen Menschen mit Demenz zum Erfinden von Fantasiegeschichten animiert, die wortgetreu protokolliert und als Zusammenfassung bei den nächsten Treffen eingebracht werden – ohne gezielte Biografiearbeit, mit Freude am gemeinsamen Tun aller Beteiligten. Diese in Amerika entwickelte kreative Methode wird vom Zentrum für Gerontologie (ZfG) Zürich nun erstmals in der Schweiz angewendet, unter anderem auch in einem Museum vor ausgewählten Kunstwerken. **Karin Wilkening, Vanessa Manzei und Sandra Oppikofer**

Da viele demenzielle Erkrankungen immer noch nicht ursächlich medikamentös heilbar sind, kommt den sogenannten «nichtmedikamentösen» Behandlungsformen weiterhin grosse Bedeutung zu. Spezielle Umfeldgestaltung und Kommunikationsstrategien wie z. B. in den bekannten Konzepten der Personenorientierung oder der Validierung sind dabei inzwischen im Sinne einer Kompetenzorientierung und Wertschätzung Teil jeder modernen Demenzbetreuung. Zentral ist hierbei stets – in Ablehnung des früher propagierten Realitätsorientierungstrainings –, in die subjektive Welt der Menschen mit Demenz einzutauchen, wobei der nichtdemente Begleitende sich jedoch stets der «eigentlichen» Realität bewusst ist und nur aus Gründen der Deeskalation dieses Wissen nicht thematisiert – «richtige» Antworten lauten eigentlich anders.

FANTASIE STATT GEDÄCHTNISTRAINING Die amerikanische Kulturanthropologin Anne Basting hat diese Sichtweise zu Beginn der 1990er Jahre ergänzt und zum Teil revolutioniert, indem sie die Teilhabe an unterschiedlichen kreativen Aktivitäten auch bei Menschen mit Demenz förderte, bei denen es keine eindeutig «richtige» Reaktion gibt und weniger das Gedächtnis als vielmehr die Fantasie angesprochen wird. In ihrem letzten Buch «Forget Memory», das 2009 publiziert wurde (die von Kreuzner übersetzte deutsche Ausgabe erschien 2012), thematisiert sie

die Ängste vor dem Gedächtnisverlust, zeigt jedoch gleichzeitig, wie kreatives Potenzial bei Menschen mit Demenz aktiviert werden kann. Sie beschreibt Möglichkeiten der öffentlichen Teilhabe oder des aktiven Handelns, einerseits in eher nonverbalen Bereichen wie der Musik und der Bildenden Kunst, andererseits aber auch im spielerischen Umgang mit Sprache bei Theateraufführungen, in der Poesie oder beim Erfinden von Geschichten. Gerade in einer solchen enthierarchisierten Begegnung mit Kunst in verschiedenen Formen gibt es kein «Richtig» oder «Falsch» – zugelassene Experimentierfreude und emotionale Spontaneität sind Teil der Kultur und kompensieren kognitive Einbussen.

«Es gibt kein «Richtig» oder «Falsch» – zugelassene Experimentierfreude und emotionale Spontaneität sind Teil der Kultur und kompensieren kognitive Einbussen.»

In der TimeSlips-Technik, einer «Storytelling»-Methode, hat Basting einen besonders einfach erlernbaren Weg aufgezeigt, wie man – ohne vorherige Biografiekenntnisse über Teilnehmende – eine kreative Gruppenaktivität initiieren kann, die allen Beteiligten Freude macht. Kennzeichnend ist ebenso,



curahumanis
6005 Luzern
041/ 249 00 80
www.curahumanis.ch

Medienart: Print
Medientyp: Fachpresse
Auflage: 5'300
Erscheinungsweise: 9x jährlich

Themen-Nr.: 531.30
Abo-Nr.: 1084854
Seite: 32
Fläche: 129'483 mm²

dass auch zunehmende Demenz mit Gedächtnisproblemen sowie Wortfindungsschwierigkeiten keine Teilnahmebarriere darstellt und dass darüber hinaus mit anderen teilbare Ergebnisse entstehen (mehr unter www.timeslips.org) – etwas, was das Selbstwertgefühl und die öffentliche Anerkennung von Menschen mit Demenz in besonderer Weise stärkt.

AUFBAU EINER TIMESLIPS-SITZUNG Eine Time Slips-Sitzung dauert circa 45 bis 60 Minuten, wird von mindestens zwei Personen («facilitator» – engl. für «Ermöglicher») begleitet und findet gewöhnlich im wöchentlichen Rhythmus statt. Teilnehmende sind Menschen in unterschiedlichen Demenzstadien. Der Moderator stellt offene Fragen, die dazu anregen, über das Sichtbare hinaus Vorstellungen zu einem Bild zu entwickeln. Skurrile Bildvorlagen liefert das «Storytelling-Kit», das auf der TimeSlips-Homepage bestellt werden kann. Es können aber auch eigene Materialien verwendet werden. Der Protokollschreiber notiert die Antworten wörtlich, fasst sie im Verlauf der Sitzung immer wieder zu einem roten Faden zusammen und liest sie vor – quasi als «externes Gedächtnis» zur weiteren Anregung, wobei auch kleinste Beiträge der einzelnen Teilnehmenden Beachtung finden.

Nicht direktiv zu sein und ausschliesslich Zitate aufzunehmen, bedeutet, alle kreativen Wortschöpfungen der Teilnehmenden zuzulassen und ihre Fantasie ins Zentrum zu rücken. Bei der gemeinsamen Titelfindung ist eine Leistung auf der Abstraktionsebene erforderlich sowie eine Einigung aller durch Interaktion – und auch das geschieht! Nicht nur um die entstandene Geschichte zu loben, sondern auch um die Anspannung fallen zu lassen, wird am Ende applaudiert. Die Geschichten werden anschliessend Interessierten gezeigt und mitgegeben. Erfahrungsgemäss verändern sich nicht nur die Geschichten nach mehreren Sitzungen und bekommen mehr unvorhergesehene Wendungen, auch das Umfeld wird häufig überrascht von dem verborgenen Potenzial der Teilnehmenden – ihrer Fantasie, ihren Fähigkeiten,

aufeinander einzugehen und auch Widersprüchliches auszuhalten.

BISHERIGE TIMESLIPS-ERFAHRUNGEN IN STATIONÄREN EINRICHTUNGEN An der Fachhochschule Ostfalia in Wolfenbüttel wurden in der Projektarbeit der Fakultät Soziale Arbeit seit 2010 über zwei Jahre hinweg in vier Alterseinrichtungen und einer Tagesbetreuung in jeweils circa 15 bis 20 Sitzungen über 60 erstaunlich reichhaltige Geschichten aus den Zitaten der Teilnehmenden komprimiert und erste Erfahrungen im deutschsprachigen Raum mit der TimeSlips-Technik gesammelt (vgl. dazu auch Neubauer & de Groot, 2011, S. 123, und Kasten 1). Von Fritsch et al. (2009) wurden in einer evaluierenden amerikanischen Begleitstudie folgende Veränderungen nach mehrfacher Teilnahme an TimeSlips-Sitzungen berichtet: Verbesserung der Stimmungslage sowie der Kommunikations- und Kontaktfähigkeit der Teilnehmenden und gleichzeitig Abnahme von Verhaltensauffälligkeiten. Auch war bei Betreuenden eine positivere Einstellung zu den Menschen mit Demenz zu beobachten, insbesondere, wenn sie an den Sitzungen teilgenommen hatten und die erstaunlichen Leistungen einiger Teilnehmer miterlebten.

Im Sanatorium Kilchberg wird auf den gerontopsychiatrischen Stationen seit Oktober 2012 die TimeSlips-Gruppenmethode ebenfalls erfolgreich angewendet. Die Verwendung der gleichen Bilder erlaubt nun einen Vergleich zwischen deutschen und schweizerischen Geschichtenproduktionen. Erstmals wurde hier gezeigt, dass die Methode auch für depressive ältere Menschen und stationäre Psychiatriepatienten mit einer durchschnittlichen Aufenthaltsdauer von vier Wochen geeignet ist. Auch die nichtdementen Teilnehmenden nehmen etwas aus den Sitzungen mit: geduldig zu sein, sich auf das Tempo und die Pausen der Erzählenden einzulassen, keine festen Erwartungen bezüglich der Antworten zu haben, offen für alles zu sein und dann auch wirklich selbst staunen, lachen und sich freuen zu können über das Ergebnis der neuen Geschichte – das macht den Reiz einer TimeSlips-Sitzung aus.

MENSCHEN MIT DEMENZ IM MUSEUM Neben



curahumanis
 6005 Luzern
 041/ 249 00 80
 www.curahumanis.ch

Medienart: Print
 Medientyp: Fachpresse
 Auflage: 5'300
 Erscheinungsweise: 9x jährlich

Themen-Nr.: 531.30
 Abo-Nr.: 1084854
 Seite: 32
 Fläche: 129'483 mm²

diesem in Einrichtungen erfolgreich praktizierten Weg wird – nach dem Vorbild des Museum of Modern Art in New York und des Palazzo Strozzi in Florenz – im Kunsthaus Zürich in Zusammenarbeit mit dem Zentrum für Gerontologie erstmals der Versuch unternommen, die TimeSlips-Technik in einem Museum und vor Gemälden einzusetzen. Mit der Einbeziehung von Museen wird der in den USA begonnene und in Deutschland an vielen Orten aufgegriffene Weg des Ausbaus von «demenzfreundlichen Kommunen» umgesetzt und so die Teilnahme an Kultur im öffentlichen Raum als ein Bürgerrecht auch für Menschen mit Demenz eingefordert. Museen, die sich gezielt alten Menschen und Menschen mit Demenz öffnen, sind ein künftiger «Silberstreifen am Horizont». So lautete der Titel einer Ende Januar 2013 im Verkehrshaus Luzern durchgeführten



Dr. phil. Sandra Oppikofer ist Betriebsökonomin und Sozialpsychologin. Sie leitet Evaluationsprojekte am Zentrum für Gerontologie (ZfG) der Universität Zürich und ist als Dozentin in internen und externen Weiterbildungen tätig.
sandra.oppikofer@zfg.uzh.ch
www.zfg.uzh.ch



TimeSlips-Storytelling
 Foto: Mahalie Stackpole

EIN SCHÖNES PAAR «Die sitzen in einem Boot. Innerhalb des Gewässers, Wald und Wiese. Es riecht nach Fisch und Rauch. Der junge Mann Adam-Rolf ist älter als seine Freundin Eva-Sylvia. Sie ist Anfang 20. Das Mädchen hat gute Muskeln, will ihm zeigen, was sie hat. Die weiss schon, was sie will. Erstaunliche Muskeln. Er ist auch nicht schlecht, hat einen guten Bart. Er könnte Polizist sein. Sie passen gut zusammen, beide sind nett. Sie träumen von der Liebe. Er träumt von seinem Schätzelein, da kann noch einiges passieren. Die beiden könnten heiraten! Er schaut sie von der Seite aus an. Er interessiert sich: Hast du die gleichen Gedanken wie ich? Sie überlegt, was sie sagen soll ...
 ... ein Mann mit Bart ist nicht meine Art !»

Geschichte aus protokollierten Teilnehmerantworten einer Gruppensitzung in einer Braunschweiger Alterseinrichtung der Arbeiterwohlfahrt im Rahmen des Ostfalia-TimeSlips-Hochschulprojekts der Fakultät Soziale Arbeit im WS 2011/12

Beispielhafte TimeSlips-Fragen

- Was passiert da gerade?
- Wo kommen die beiden her?
- Welche Namen könnten sie haben?
- Was denken sie voneinander?
- Haben sie Familie?
- Was denken ihre Familien über sie?
- Was wird als Nächstes passieren?
- Werden sie sich wieder treffen?



curahumanis
 6005 Luzern
 041/ 249 00 80
 www.curahumanis.ch

Medienart: Print
 Medientyp: Fachpresse
 Auflage: 5'300
 Erscheinungsweise: 9x jährlich

Themen-Nr.: 531.30
 Abo-Nr.: 1084854
 Seite: 32
 Fläche: 129'483 mm²



Prof. Dr. Karin Wilkening,
 Dipl.-Psych., ist wissenschaftliche
 Leiterin des Projekts «Aufgeweckte
 Kunstgeschichten» am Zentrum für
 Gerontologie (ZfG) der Universität
 Zürich und emeritierte Professorin
 der Fakultät Soziale Arbeit an der
 Fachhochschule Ostfalia in Wolfen-
 büttel. Sie ist zertifizierter TimeS-
 lips-Facilitator.
 karin.wilkening@gmail.com



Vanessa Manzei ist Sozialarbei-
 terin BA. Sie arbeitet im Sanatorium
 Kilchberg und ist dort für die Imple-
 mentation der TimeSlips-Gruppen
 zuständig.
 v.manzei@gmx.de

Tagung der Schweizer Museologen, bei der diese erstmals die Bedürfnisse alter Menschen ins Blickfeld nahmen – allerdings noch ohne Demenz zu thematisieren. Einzig das Naturmuseum Winterthur bietet derzeit in der Schweiz ein spezielles Angebot für Menschen mit Demenz.

DAS ZÜRCHER PROJEKT «Aufgeweckte Kunst-Geschichten – mit Demenz Bilder gemeinsam neu entdecken».

Das Zentrum für Gerontologie organisiert ab dem Frühjahr 2013 gemeinsam mit seinen Kooperationspartnern regelmässige Museumsbesuche im Kunsthaus Zürich für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen. Dabei werden die an Demenz erkrankten Menschen im Sinne der weiter oben diskutierten TimeSlips-Methode durch offene Fragen vor einem ausgewählten Gemälde zum kreativen Geschichtenerfinden animiert. Damit der Anlass für alle Beteiligten zu einem erfreulichen Erlebnis wird, stehen freiwillige Helfer für den Weg ins Museum und während des Besuchs zur Verfügung. Ein vom Kunsthaus-Restaurant offerierter Apéro macht den Museumsbesuch zu einem rundum fröhlichen und belebenden Ereignis für Erkrankte und Betreuende. Das Angebot kann dank verschiedener Sponsoren kostenlos angeboten werden. Das Interventionsprojekt «Aufgeweckte Kunst-Geschichten» wird von 2013 bis 2015 in Kooperation mit dem Kunsthaus Zürich, der Alzheimervereinigung Kanton Zürich, dem Sanatorium Kilchberg, der Gemeinde Horgen und dem Pflegezentrum Entlisberg der Stadt Zürich durchgeführt.

In Anlehnung an die bisherigen positiven Erfahrungen und durch die Kombination von TimeSlips und Museumsbesuchen erwarten wir in der prozessorientierten wissenschaftlichen Begleitung eine intellektuelle Stimulation und eine soziale Interaktion in besonders wertschätzender Umwelt mit neuen Gesprächsthemen, wodurch sowohl den an Demenz Erkrankten als auch ihren Angehörigen und den freiwillig Tätigen neue, positiv geteilte Erfahrungen und emotionale Nachhaltigkeit ermöglicht werden.



curahumanis
6005 Luzern
041/ 249 00 80
www.curahumanis.ch

Medienart: Print
Medientyp: Fachpresse
Auflage: 5'300
Erscheinungsweise: 9x jährlich

Themen-Nr.: 531.30
Abo-Nr.: 1084854
Seite: 32
Fläche: 129'483 mm²

Verbliebene Kompetenzen und kreative Ressourcen der Erkrankten können dadurch gefördert werden und die Freude am eigenen Tun wird geweckt.

«Das Projekt «Aufgeweckte Kunst-Geschichten» vereint alles, was für eine soziale Intervention im Bereich der Demenz erwünscht ist.»

Das Projekt «Aufgeweckte Kunst-Geschichten» vereint alles, was für eine soziale Intervention im Bereich der Demenz erwünscht ist: Es integriert, stärkt und befähigt Gesunde und Erkrankte gleichermaßen, bietet freiwillig Tätigen die Möglichkeit eines positiven und lustvollen sozialen Engagements und regt die Öffentlichkeit mittels realer Erfahrungen dazu an, ihr Defizitbild der Demenz zu überdenken. ■



Das Zentrum für Gerontologie organisiert gemeinsam mit seinen Kooperationspartnern regelmäßige Museumsbesuche im Kunsthhaus Zürich für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen.
Foto: Jos Schmid

Literatur

- Basting, A. D.** (2009). *Forget Memory: Creating Better Lives for People with Dementia*. Baltimore: The Johns Hopkins University (dt. Ausgabe: Basting, A. D. (2012). *Das Vergessen vergessen. Besser leben mit Demenz*. Übersetzt von G. Kreuzner. Bern: Hans Huber).
- Fritsch, T. et al.** (2009). *Impact of TimeSlips, a Creative Expression Intervention Program, on Nursing Home Residents With Dementia and their Caregivers*. In: *The Gerontologist* 49(1), S. 117–127.
- Nebauer, F. & de Groot, K.** (2011). *Auf Flügeln der Kunst. Ein Handbuch zur künstlerisch-kulturellen Praxis mit Menschen mit Demenz*. München: kopaed.



curahumanis
6005 Luzern
041/ 249 00 80
www.curahumanis.ch

Medienart: Print
Medientyp: Fachpresse
Auflage: 5'300
Erscheinungsweise: 9x jährlich

Themen-Nr.: 531.30
Abo-Nr.: 1084854
Seite: 32
Fläche: 129'483 mm²

Weiterführende Informationen

TimeSlips-Methode

Weitere Informationen zu TimeSlips und Materialien auf Englisch finden Sie auf der Homepage www.timeslips.org. Im Frühjahr 2014 ist am Zentrum für Gerontologie ein Einführungsseminar geplant.

Projekt «Aufgeweckte Kunst-Geschichten»



Museumsangebot für Menschen mit Demenz in Winterthur

Als bisher einziges Schweizer Museum bietet das Naturmuseum Winterthur spezielle Führungen für Menschen mit Demenz an (www.natur.winterthur.ch).