

Die Schulen mit Leben füllen

Langfristige Hilfe für Nepals Erdbebenregionen durch die Notfallpädagogik



Bereits 2015 waren Notfallpädagoginnen in Nepal und erlebten die Zerstörung und die Verzweiflung der Menschen nach den verheerenden Erdbeben hautnah. „Man spürt immer noch eine generelle Anspannung bei den Menschen. Da ist die Erinnerung und natürlich die ständige unterschwellige Angst vor weiteren Beben“, erzählt Lukas Mall nach seiner Rückkehr. Bei den zwei großen Naturkatastrophen im April und Mai 2015 (Stärke 7,8 und 6,9) kamen fast 9.000 Menschen ums Leben, 3,5 Millionen wurden obdachlos. Lukas Mall war Teil eines 17-köpfigen Teams, das in Kooperation mit der Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ GmbH) von 03. bis 18. November in die nepalesische Bergregion reiste. Die elf Notfallpädagoginnen waren zusammen mit sechs Übersetzern und einer Koordinatorin der GIZ ca. 60-70km nordwestlich von Katmandu im Einsatz. Eines der besuchten Dörfer ist der 3000-Seelen-Ort Dandagaun. Er wurde von dem Erdbeben

vor zwei Jahren hart getroffen. Viele starben, fast alle Gebäude wurden beschädigt oder zerstört, praktisch jeder hat eine nahestehende Person verloren. „Die größte Schwierigkeit ist, dass wir jeden Tag wieder an all das erinnert werden“, sagt der Direktor der Schule. Und es stimmt, der Wiederaufbau kommt sehr langsam voran. Alles

Bild oben: Anfangskreis mit Lukas Mall
Bild unten: Malen hilft, Unausgesprochenes auszudrücken
muss mühsam in die entlegenen Orte wie Dandagaun geschafft werden. Nach wie vor bietet sich ein Bild der Zerstörung, als sei das Beben erst Monate her



Ziemlich beste Freunde
weil du mit ihr Rollstuhl fährst

Freiwilligendienste

in Deutschland und weltweit

Freunde der
Erziehungskunst
Rudolf Steiners

Das Leben hat viel zu bieten – du auch!
www.freunde-waldorf.de
0721 - 354 80 60



und nicht über zwei Jahre. Die Angst vor weiteren Beben lähmt die Menschen. Und sie ist nicht unbegründet: Die Nachbeben dauern bis heute an, Forscher rechnen mit weiteren. Es geht nun vor allem darum, die Menschen zu stärken und die Gebäude, die wieder aufgebaut werden, sicherer zu machen. Aus diesem Grund baut die GIZ Schulen auf, bietet landwirtschaftliche Schulungen und Ausbildungsmöglichkeiten. Das Wiederaufbauprogramm bietet eine mittel- bis langfristig angelegte Unterstützung für die Instandsetzung der vom Erdbeben betroffenen Gemeinden. „Aber auch die Softskills und Bildung sind wichtig“, erklärt Berthold Börs, Experte bei der GIZ. Dafür sind die Notfallpädagoginnen angereist. In drei Dörfern arbeiten die Fachleute mit ca. 3000 Menschen. Es geht darum, die Resilienzkraft der Kinder und Jugendlichen zu aktivieren. Die Lehrer und auch die Eltern sollen durch Workshops befähigt werden, als Unterstützung für die Kinder zu agieren. Nur wer selbst über genug Kraft verfügt, kann anderen helfen. So können in den Schulen und zuhause sichere Orte für die Kinder entstehen, physisch wie psychisch.

Rita Lüscher-Rieger

Spendenkonto
GLS Bank Bochum BLZ 430 609 67
Konto 800 800 700
IBAN DE06 4306 0067 0800 8007 00
BIC GENODEM33GLS Stichwort „Notfallpädagogik“

Tagungsrückblick

Angst und Demenz

Ein Tiermediziner folgt der Spur von Demenz, eine Ergotherapeutin entschlüsselt körperliche Signale und ein Forscher fragt „Was hilft gegen Angst im Alter?“

Angst ist ein Phänomen, das in der Pflege von Menschen mit Demenz allgegenwärtig ist. Auf der anderen Seite gibt es zu diesem Thema nur wenig Forschung. Viele Erkenntnisse zum Umgang mit Angst im Alter stammen aus der Psychologie; bei Demenz sind sie allerdings nicht immer hilfreich. Dies hängt unter anderem damit zusammen, dass der Geist bei einer Demenz wie Alzheimer stark abbaut und die Reflexionsfähigkeit – wie sie etwa bei einer Psychotherapie die Grundvoraussetzung bildet – nur noch sehr eingeschränkt bis gar nicht mehr funktioniert.

Damit zielen einzelne Maßnahmen, welche die Angst von Menschen mit Demenz in der Pflege reduzieren, vor allem auf emotionale und körperliche Dimensionen ab. Maßnahmen wie beispielsweise die Ergotherapie oder die Basale Stimulation – Aktivierung der Wahrnehmungsbereiche, Anregung primärer Körper- und Bewegungserfahrungen – auch um Angst besser bewältigen zu können. Derartige Themen standen bei der Tagung „Angst und Demenz“, die am 8. November vom Dialog- und Transferzentrum Demenz (DZD) an der Universität Witten/Herdecke (UW/H) veranstaltet wurde, im Mittelpunkt.

Theoretische Grundlagen und ungewohnte Zusammenhänge

Bevor es aus wissenschaftlicher Perspektive um den Zusammenhang von Angst und Alter bzw. Angst und Demenz ging, sorgte eine Änderung des ursprünglichen Programms für eine erste Überraschung. Ein Gespräch mit Prof. Dr. Erich Grond – Gerontologe und Psychotherapeut mit den Schwerpunkten Altenpflege und Demenz – musste im Vorfeld aus Krankheitsgründen abgesagt werden. Dafür unterhielt sich Detlef Rüsing (Leiter des DZD) als Einstieg in den Fachtag mit Prof. Dr. Jan Ehlers, der in seiner Funktion als Vizepräsident der Universität Witten/Herdecke nicht nur die Grußworte sprach, sondern als Tiermediziner im Gespräch auch näher erläuterte, inwieweit Tiere wie Hunde von Demenz betroffen sein können, wie sich dabei ihre Angst äußert und welcher Zusammenhang zu uns Menschen besteht. Denn auch Hunde können im Alter Demenz bekommen, so Erkenntnisse aus der jüngsten Tierforschung. Und nicht selten verlieren sie dabei vermehrt die Orientierung, bellen und jaulen häufiger und können in der Nacht nicht mehr so gut schlafen, Verhaltensweisen, welche Pflegewissenschaftler als „herausfordernd“ bezeichnen. Es folgten Vorträge von den beiden Pflegewissenschaftlern Christian Müller-Hergl und Georg

Franken – beides Mitarbeiter am DZD. Während Müller-Hergl in seinem Vortrag „Angst im Alter“ zunächst danach fragte, welche spezifischen Ängste im Alter besonders stark ausgeprägt sind und was man dagegen unternehmen kann – etwa gegen die generalisierte Angststörung mit Hilfe einer kognitiven Verhaltenstherapie – ging es in dem Vortrag „Angst und Demenz“ von Franken insbesondere um den Zusammenhang mit Demenz und einzelne beforschte Maßnahmen im Umgang damit – etwa Fallbesprechungen.

Brückenschlag in die Praxis

Am Nachmittag stand vor allem die Praxis im Vordergrund. Detlef Rüsing eröffnete mit einem Überblick über verschiedene Pflegekonzepte, die im Alltag hilfreich sein können, etwa Validation nach Naomin Feil, Validation nach Richard oder der Personenzentrierte Ansatz von Tom Kitwood. „Alle diese Ansätze“, so Rüsing, „haben gemeinsam, dass der einzelne Mensch mit Demenz in der Pflege in den Vordergrund tritt und damit der wertschätzende Umgang“. Gudrun Schaade – eine sehr erfahrene Ergotherapeutin – ging in ihrem Vortrag „Umgang mit Angst in der Demenz aus Sicht der Ergotherapie“ vor allem auf die körperlichen Symptome der Angst ein, etwa erhöhte Aufmerksamkeit, erhöhte Muskelanspannung und erhöhte Herzfrequenz. Der Vortrag von Ansgar Schürenberg knüpfte an die ergotherapeutischen Ausführungen an. Schürenberg ist Experte für basale Stimulation. Sein Vortrag „Vertrauen erwecken – Basale Stimulation in der Pflege dementierender Menschen“ veranschaulichte an einzelnen Beispielen, wie Vertrauen auf der Körperebene bei Menschen mit Demenz aufgebaut werden kann. Als Beispiel nannte er die atemstimulierende Einreibung. Die Pflegeperson kann gewissermaßen über diese Technik Vertrauen auf der Körperebene aufbauen, indem sie die Bewegung der Einreibung an den Atemrhythmus anpasst. Den Abschluss zu dieser Veranstaltung markierte der Vortrag „Angst in der Beratungspraxis“ von Jutta Meder. Sie ist Demenzfachberaterin und sowohl in der Alzheimer Gesellschaft als auch im Demenz-Servicezentrum Region Ruhr tätig. Was Beratung in diesem Zusammenhang bedeutet, wurde anhand eines recht plastischen Fallbeispiels aus der Beratungspraxis verdeutlicht: Eine Tochter hat Angst davor, beide Elternteile zu verlieren. Die Mutter dagegen als Ehefrau die Angst vor dem Alleinsein durch den Tod des Ehemannes, der an Demenz erkrankt ist. Für die Beraterin wie Meder ein Spannungsverhältnis. Auf der einen Seite das Wissen über Demenzerkrankungen, auf der anderen Seite das empathische Vermögen und das tiefgehende Verständnis von Familienkonstellationen.

Universität Witten/Herdecke

Weitere Informationen bei Detlef Rüsing,
(0) 2302 / 926-306