

Erinnerungen sprudeln und setzen Glücksgefühle frei

Bettina Rath entwickelt Vorlesebücher für die Altenpflege

Wie schafft man eine Verständigung mit alten, pflegebedürftigen, demenzkranken Menschen, die in einer scheinbar anderen Welt leben? Können Angehörige die bestehenden Barrieren überwinden und einen Zugang zu Inhalten des Bewusstseins ihres erkrankten Familienmitglieds finden, die längst verloren zu sein scheinen? Diese Fragen stellte sich die Psychologin und Altenpflegerin Bettina Rath (Jahrgang 1946) immer wieder. Seit vielen Jahren beschäftigt sie sich beruflich und ehrenamtlich mit Demenzkranken und ihren Familien. Dabei entdeckte sie Vorlesegeschichten als wertvolle Verbindung über Generationen und Krankheit hinweg.

„Aus meiner langjährigen Erfahrung in der Altenpflege weiß ich: Gelingt es, die durchaus noch vorhandenen positiven Erinnerungen aus dem Langzeitgedächtnis wachzurufen, kann ein ungeahnt breites Spektrum von lebensgeschichtlichen Erfahrungen aktiviert werden“, betont die Verfasserin von bisher zwei Bänden einer Vorlesebuch-Reihe. „Es können Gefühle von Glück und Zufriedenheit, ja sogar Stolz auf die eigene Lebensleistung auftauchen, die längst verloren schienen. So kann einem schleichenden Identitätsverlust entgegen gewirkt werden.“

Auch für Angehörige und Pfleger erbege sich eine ganz neue Situation: Sie müssen nicht mehr auf die immer gleichen Sätze reagieren, sondern haben neue Kommunikationsmöglichkeiten auf einer ganz anderen, lebhafteren Basis.

Natürlich eignet sich nicht jede Geschichte zum Erschließen dieser neuen Ebene, betont Rath. „Leider gibt es nur wenige Texte, die für diesen Zweck wirklich geeignet sind, und mit denen speziell diese bisher vollkommen vernachlässigte Zielgruppe erreicht werden kann. Diese Texte müssen Voraussetzungen erfüllen, die in ihrer Kombination in der Literatur nur selten vorkommen. Bei demenzkranken Menschen leidet zuerst das Kurzzeitgedächtnis, während



Bettina Rath hat jahrzehntelange Erfahrungen in der Betreuung demenzkranker Menschen.

Foto: pr

das Langzeitgedächtnis noch lange erhalten bleibt. Am besten präsent ist die Zeit des jungen Erwachsenenalters. Die Geschichten müssen sich also auf Erinnerungen von früher beziehen, am besten aus der Zeit der Kindheit bis in das junge Erwachsenenalter der heute etwa 80-Jährigen. Diese Generation hat ihre Jugendzeit im und nach dem Krieg erlebt, und es gibt viele traumatische Erlebnisse aus dieser Zeit (Bombennächte, Hungersnot, Vertreibung, Flucht). Beim Vorlesen von Erinnerungsgeschichten für unsere Zielgruppe kann es nicht darum gehen, die Schrecken dieser Zeit zu verarbeiten. Dies ist für gebrechliche alte Menschen nicht

mehr möglich. Ziel ist vielmehr, den Stolz auf die oft genialen, phantasievollen Überlebensstrategien, die diese Generation in der schwierigen Nachkriegszeit entwickelt hat, wieder aufleben zu lassen. Sie sollen sich an ihren Mut, ihr Durchhaltevermögen, ihre Tapferkeit und ihre trotz aller Schwierigkeiten lebensfrohe Haltung erinnern. Da können die Jungen, die die Geschichten vorlesen, nur staunen und Anerkennung zollen.“

Immer wieder unterstreicht Bettina Rath den besonderen Charakter der Vorlesegeschichten: „Demenzkranken Menschen sind keine Schulkinder. Auch geht es nicht um ein Training kognitiver Kom-

petenzen oder eine Verbesserung der intellektuellen Leistungsfähigkeit, sondern um eine identitätsstärkende Wirkung durch das Wachrufen von positiven Bildern der eigenen Vergangenheit.“ Wichtig sei die Nähe zu eignen Erlebnissen und die Berücksichtigung der geringen Aufmerksamkeitsspanne der Zuhörer – zwei bis drei Seiten reichen oft aus, Schachtelsätze überfordern ebenso leicht wie zu komplizierte Handlungsstränge. Kurz, prägnant, lebhaft lautet die Devise, die eigentlich nicht nur auf diesen speziellen Zuhörerkreis zutrifft.

Im Hörer-Test zeigt sich die Text-Qualität

Bei der Suche nach geeignetem Material wurde Bettina Rath beim Berliner Zeitgut-Verlag fündig, der Sammelbände mit vielen kurzen, abgeschlossenen Zeitzegen-Erinnerungen aus dem 20. Jahrhundert veröffentlicht hatte. Sie testete einige Texte in dem von ihr betreuten Tageszentrum für Alzheimer Kranke in Wetzlar und war begeistert: „Bei etlichen demenzkranken Tagesgästen sprudelten die eigenen Erinnerungen nur so, und alle, die überhaupt noch Sprache verstehen und zudem ausreichend gut hören können, lauschten aufmerksam.“

Aus diesen Beobachtungen entstand die Idee der Vorlesebücher für die Altenpflege auf der Grundlage von Zeitzegen-Erinnerungen. Nach einem Jahr Auswahlarbeit und wiederholten Vorlestests entwickelte Bettina Rath ein „sicheres Gespür“ für die „richtigen“ Texte. 40 Geschichten hat sie für die ersten beiden Bände unter dem Titel „Momente des Erinnerns“ ausgewählt. Sie sprechen übrigens nicht nur alte Menschen an – auch Jüngere dürften einiges Unbekannte erfahren. (is)

Bettina Rath, „Momente des Erinnerns“, Zeitgut Verlag, 128 Seiten, ISBN 978-3-86614-177-3, 12,90 Euro.