

# Wohin geht die Zeit, wenn man sie „vertreibt“?

## Das Spiel in der Betreuung von Menschen mit Demenz

Gaby Hasler Herzberg



Schwer vorstellbar, aber wahr: Wer alt wird, hat plötzlich Zeit, viel Zeit. Zu viel, um sie mit sinnvollen Tätigkeiten zu nutzen. Dafür fehlen schlicht die Ressourcen. Die körperlichen und geistigen Kräfte nehmen ab. Gerade Menschen mit Demenz riskieren, auf ihre Passivität reduziert zu werden. Das Warten auf die nächste Mahlzeit ist wohl kaum eine sinnvolle Aktivität. Da muss mehr gehen. Hier leistet das Spiel einen sinnstiftenden Beitrag. Auf mehreren Ebenen – wie die Erfahrung zeigt.

„**H**och auf dem gelben Wa-ha-gen ...“, schallt es durch die Kaffeestube des Pflegeheims. Am grossen runden Tisch sitzen sechs Bewohner\_innen und singen aus vollem Hals. An den umliegenden Tischen setzen vereinzelt Stimmen mit ein. Frau Meierhofer (Name geändert) strahlt über das ganze Gesicht. Sie hat das Würfelspiel gewonnen und durfte sich als Hauptgewinn ein Lied wünschen, das jetzt alle mit ihr singen. Die hier beschriebene Situation ereignete sich vor der Pandemie. Derzeit werden andere Gewinne ausgelobt, z.B., dass die Gewinnerin den anschliessenden Kaffee als Erste serviert bekommt oder der Sieger das nächste Spiel auswählen darf etc. Das Spiel, das Frau Meierhofer gewonnen hat, heisst „Kuhschwanz“ (s. Kasten 1). Und gleich geht es in die nächste Spielrunde; die Mitspielenden können es kaum erwarten.

## Glanzpunkte im Heimalltag

In einer Spielrunde herrscht eine gesellige, gelöste Atmosphäre. Es wird gelacht und gewitzelt. Es wird geplaudert und erzählt. Man fordert sich gegenseitig heraus und hofft auf den Gewinn. Dafür wird auch schon mal geschummelt; aber man hilft sich gerne auch gegenseitig. Kurzum: Wer spielt, der lebt!

Das Spiel vermag wie kaum ein anderes Aktivierungsinstrument zu überzeugen. Es setzt Akzente und schafft Lichtblicke im Alltag der Bewohnenden. Das Spiel macht Gebrechen und sogar Schmerzen für einen Moment vergessen.

## Anforderungen an das Spiel

Damit das Spiel seinen Zweck vollumfänglich erfüllen kann, muss es auf die „Zielgruppe“ bzw. deren Möglichkeiten und Fähigkeiten angepasst sein. Hier gilt es einiges zu beachten: Die Einzelteile der Spiele haben eine gute, leicht greifbare Grösse. Kanten sind abgerundet, die Haptik ist angenehm. Das Spielmaterial ist ungiftig, auf Plastik ist möglichst zu verzichten. Alles ist leicht zu reinigen.

Kasten 1

### Das Würfelspiel „Kuhschwanz“ – so geht's:

Wer zuerst alle sechs Linien durchstreichen kann, gewinnt.

Gruppengrösse: zwei bis acht Mitspielende

Spielzeit: ca. 10 bis 15 Minuten pro Runde

Material: ein Würfel, Tuch als Unterlage, pro Spieler\_in einen Stift und ein Blatt Papier (Papiere evtl. vorbereitet)

Jede\_r Spieler\_in zeichnet Striche auf das Blatt:

```

  |
  ||
  ||| | |
  ||||
  |||||
  |||||
  |||||
  
```

Reihum wird gewürfelt. Wer z.B. eine Fünf würfelt, streicht die 5er-Reihe ab. Es muss nicht der Reihe nach eliminiert werden (kann aber, als Spielvariante). Wer ist zuerst fertig?

Spielvariante: Umgekehrt. Wer hat den Kuhschwanz zuerst aufgebaut?

Die Farben des Spiels sind kräftig und gut voneinander zu unterscheiden. Ineinander verlaufende Pastelltöne sind ungünstig. Allfällige Bildmotive sind einfach erkennbar und der Klientel angepasst. Also: Nicht verniedlichend, keine „Barbie“-Bilder. Bestenfalls haben Bildmotive einen Bezug zu der Vergangenheit oder Gegenwart der unterstützten Menschen oder zu ihren momentanen Interessen (s. Kasten 2)

Ein Spiel kann vielfältig eingesetzt werden, indem man den Schwierigkeitsgrad des Spiels anpasst. Werden die Spielregeln entweder erleichtert oder verschärft, wird ein Spiel mal leichter, mal anspruchsvoller. Spielen soll fördern und fordern, aber keinesfalls unter- oder überfordern. Das wichtigste Spielziel ist und bleibt die Freude am Spiel!

## Anforderungen an die spielenden Betreuer\_innen

Ob es den Betreuungsfachpersonen gelingt, Menschen zum Spielen zu motivieren, hängt in erster Linie von der persönlichen Haltung ab. Spielen war, und ist, im Verständnis der meisten Menschen nach wie vor eine Beschäftigung der Kinder. Also assoziiert man Spielen mit kindisch, unernst, oberflächlich und sinnfrei. Diese Betrachtung greift zu kurz. Das Spiel ist eine hochkarätige Aktivierungsanlage mit mehreren Perspektiven.

Obwohl das Spielen im Kindesalter nicht gelernt werden muss (es ist genetisch verankert), braucht es für den Einsatz des Spiels in der Aktivierung sehr wohl Wissen und Können. Biographiearbeit, Spielmaterialkunde, Therapiemöglichkeiten, Kenntnis der Spiele: Nichts davon ist abhängig von Talent oder Lust. Diese Dinge müssen und können gelernt werden. Wer daneben über Kreativität, Flexibilität und Gelassenheit verfügt, ist klar im Vorteil. Ausserdem, um sich bei den Redewendungen – Redewen-

Kasten 2

### Fundstück aus einem Alters- und Pflegeheim: Das betagtengerechte Memory-Spiel

(selbst gemacht von einer aktiven Aktivierungsfachfrau)

Material: Getränkeuntersetzer aus Kork, paarweise Bilder von alten Haushaltsgegenständen (Kaffeemühle, Waschzuber, Fleischwolf, Einmachglas etc. Das Internet ist voll davon, der „Manufaktur“-Katalog leistet ebenfalls wertvolle Dienste), Leim.

Herstellung: Bilder in der passenden Grösse auf Fotopapier ausdrucken, zuschneiden und auf die Korktafeln kleben.

dungen sind ja nichts anderes als spielerische Sprachbilder – zu bedienen: Spielleiter\_innen müssen „auch mal Fünfe gerade sein lassen“ oder „über den eigenen Schatten springen können.“

Das hat seinen Sinn. Die Mehrheit von uns hat gelernt, den Fokus auf Defizite zu richten. Wir achten auf Fehler, auf Dinge, die falsch sind, und versuchen möglichst, die zu korrigieren oder auszumerzen. Aktivierungsarbeit – auch mit dem Spiel – erfordert aber zwingend einen lösungsorientierten Blickwinkel. Wer es schafft, seine eigenen Massstäbe anzupassen, und vielleicht auch ein paar Prinzipien zu verwerfen, hat sich und den Mitspielenden sicher etwas Gutes getan. Es zeigt sich: Wer spielt, lernt; und wer lernt, lebt.

## Nutzen für die betreuten Menschen

Spielen weckt den Geist und die Seele. Spielen ist eine äusserst taugliche Gelegenheit, die verbliebenen Fähigkeiten von betagten und dementen Menschen zu erhalten oder sie gar zu fördern. Das Spiel trainiert die körperliche Geschicklichkeit, das Auffassungsvermögen und das Ge-

dächtnis. Es fördert Mut, unbeschwerter Freude, Selbständigkeit und Selbstbestimmung. Wer aktiv ist, verspürt Lebensfreude. Das Spiel schafft Gelegenheit für geselliges Miteinander, für Gespräche und gemeinsames Lachen. Im Spiel werden Erinnerungen wach. Aufmerksame Betreuungsfachpersonen nutzen diesen Umstand für die Biographiearbeit. (s. Kasten 2)

Spielende Menschen sind ganz im Moment. Sie sind aufmerksam und konzentriert, sie wollen verstehen und begreifen. Alle nehmen direkt Anteil am Erleben der anderen. Man pflegt Kontakte und Beziehungen. Jedes Spiel schafft die Möglichkeit, wieder einmal eigene Entscheidungen zu treffen. Das Spiel lässt die Spielenden Glück erleben. Glück im Spiel, und Glück im Moment.



**Gaby Hasler Herzberg**, ist dipl.

Pflegefachfrau HF, dipl. Erwachsenenbildnerin HF und Spielpädagogin.

Ihr Schwerpunkt liegt in der Weiterbildung von Fachpersonen im Bereich Alter und Demenz.

[www.spielbar.ch](http://www.spielbar.ch)