

# Für mehr Selbstvertrauen

Die Selbsterhaltungstherapie hat das Ziel, vorhandene Ressourcen von Menschen mit Demenz zu fördern, deren Selbstvertrauen zu stärken und ihr Wohlbefinden zu steigern. Im Seniorenpflegeheim St. Bilhildis in Mainz arbeitet man seit 2006 erfolgreich mit dem Konzept.

Text: Susanne El-Nawab

**D**as Konzept der Selbsterhaltungstherapie (SET) wurde in den 1980er Jahren von der Psychologin Dr. Barbara Romero entwickelt und vorwiegend im klinischen Bereich eingesetzt. Nach der erfolgreichen Implementierung des Konzeptes im Seniorenpflegeheim St. Bilhildis stehen nun zwei weitere Einrichtungen der Franziska Schervier Altenhilfe in Köln und Frechen bereits in den Startlöchern. Die Idee der Selbsterhaltungstherapie ist, die vorhandenen Ressourcen von Menschen mit Demenz zu fördern, das Selbstvertrauen zu stärken und das Wohlbefinden zu steigern. Insgesamt wohnen 88 Personen im Senio-

renpflegeheim St. Bilhildis in Mainz, von denen 75 Prozent an einer Demenz leiden. St. Bilhildis hat sich darauf spezialisiert, Menschen mit Demenz zu betreuen. Günther Robl, Mitglied der dreiköpfigen Hausleitung und Sozialdienstleiter, berichtet davon, dass hier oftmals Demenzbetroffene ein Zuhause finden, mit denen andere Pflegeeinrichtungen in Mainz nicht mehr zurechtkommen.

**Mobilität fördern, Muskeltonus senken**  
Für die Bewohner mit schweren demenziellen und motorischen Störungen wurde Ende 2016 eine spezielle Station mit acht Plätzen eröffnet: die SET-Oase. Mit einem an die Bedürfnisse dieser Gruppe angepassten Programm sollen die Beweglichkeit gefördert und Erlebnisarmut vermieden werden. Die Mobilität der Bewohner, die am Programm teilnehmen, verbessert sich deutlich, so die ersten Erfahrungen. „Oft sind die Neurologen ganz erstaunt gewesen, dass sich der Muskeltonus mancher Bewohner gesenkt hat. Das macht sich dann bemerkbar für ihre Lebensqualität“, so Romero im Gespräch.

**Es gibt nichts Wertvolleres als die Beziehung**  
Im Mittelpunkt steht, im Rahmen der Begleitung das soziale und materielle Umfeld an die Bedürfnisse des Demenzbetroffenen anzupassen. Auf Gedächtnistraining und andere defizitorientierte Verfahren wird in der Regel verzichtet. Wichtige Elemente sind: Kommunika-

tion, Bewegung und Erinnerungsarbeit, Alltagsgestaltung und Beschäftigung. Das Ziel ist, dass Pflege und Tagesgestaltung sich an den individuellen psychischen Bedürfnissen und Vorlieben des Bewohners orientieren und dessen individuelle Ressourcen im Alltag fördern. Es geht also darum, vorhandene Fähigkeiten zu erhalten, anstatt das, was schon verloren ging, krampfhaft zu trainieren. „Wenn sich ein Mensch mit Demenz freut, täglich Kreuzworträtsel zu machen und glücklich dabei ist, dann ist das ein Element von Selbsterhaltungstherapie“, so Romero. „Aber wenn ein Arzt den Angehörigen sagt: ‚Also wissen Sie, Ihr Mann hat Demenz. Und Sie müssen jetzt täglich mit ihm Kreuzworträtsel machen‘, und er ist dabei unglücklich und die Beziehung der beiden leidet darunter, dann ist es ver hindernd. Dann ist die Beziehung belastet. Und es gibt doch nichts Wertvolleres, was die Leute haben, als die Beziehung!“

**Leere Zeit ist für Menschen mit Demenz oft ein Stressfaktor**  
Mitarbeiter müssen geschult werden, wie sie mit herausforderndem Verhalten umgehen, so Romero. „Und wichtig ist, zu verstehen, dass der Demenzbetroffene mich nicht ärgern will, sondern zu erkennen, was das Problem ist, und zu überlegen: Wie kann ich dem entgegenwirken?“

In St. Bilhildis hat man hausinterne Standards erarbeitet, wie die Mitarbeiter mit belastendem bzw. gefährdenden Verhalten und Erleben bei Demenz

## VIDEO-TIPP

**Altenheim TV Spezial:** Mehr zum Thema Demenz-Konzepte, die Selbsterhaltungstherapie, Impressionen vom Hausbesuch sowie Dr. Barbara Romero und Günther Robl im Gespräch – all dies sehen Sie in der Sendung Altenheim TV Spezial: [www.altenheim.net/tv-spezial](http://www.altenheim.net/tv-spezial)





Foto: Susanne El-Nawab

In der SET-Oase von St. Bilhildis leben acht Bewohner mit schwerer Demenz und motorischen Einschränkungen. Insgesamt wohnen 88 Senioren in dem Seniorenpflegeheim, das sich auf Demenz spezialisiert hat.

umgehen sollen, um die Handlungssicherheit zu erhöhen. „Beim herausfordernden Verhalten setzten wir zum Beispiel Assessment-Instrumente ein, um diese Verhaltensweisen erstmal in den Blick zu bekommen und Häufigkeit und Schwere zu erkennen. Das ist der erste Schritt. Und wenn es irgendwelche Verhaltensweisen gibt, die problematisch

ligkeiten im Verhalten, Ärger oder Depressionen vermeiden. Dabei ist es u.a. wichtig, dafür zu sorgen, dass die Demenzbetroffenen weder über- noch unterfordert sind.“

Die SET wurde in St. Bilhildis auch in die Pflegedokumentation bzw. Strukturierte Informationssammlung (SIS) integriert und sorgt inzwischen für eine

Wie lange brauchen die Mitarbeiter, bis sie das Verfahren verinnerlicht haben? Er habe den Eindruck, dass es schneller zu verstehen sei als andere Konzepte. „Bei Bewohnerbesprechungen merkte man bald, dass es da bei den Leuten ‚klick‘ gemacht hat“, erläutert Robl.

Insgesamt habe sich das Konzept positiv auf alle Bereiche ausgewirkt: die Bewohner, deren Bedürfnisse besser berücksichtigt werden könnten, und die Mitarbeiter, deren Fachlichkeit es stärke. Diese wirke sich u.a. auch auf die Pflegegrad-Einstufung aus: Eine adäquate Einstufung könne durch Mitarbeiter unterstützt werden, die in der Lage sind, demenzbedingte Probleme kompetent zu erkennen und darzustellen. „Die Nachfrage nach unseren Zimmern – wir haben eine Warteliste – und die Tatsache, dass viele Mitarbeiter uns lange treu bleiben, haben sicherlich auch damit zu tun“, so Robl. Die Kollegen in den beiden NRW-Einrichtungen möchten nun an die Erfahrungen anknüpfen.

## SET wurde in die Informationssammlung SIS integriert und sorgt inzwischen für eine hohe fachliche Kompetenz der Mitarbeiter

sind, dann setzen wir uns als Team zusammen, also Mitarbeiter des Sozialen Dienstes und der Pflege, und machen eine Fallbesprechung, in der Maßnahmen festgelegt werden“, so Robl. Das bedeute zwar mehr Zeitaufwand, aber man habe einen guten Nutzen dadurch. „Mit einer Anpassung der Tagesgestaltung und der Begleitung an die individuellen Bedürfnisse von Bewohnern lassen sich viele – nicht alle! – Auffäl-

hohe fachliche Kompetenz der Mitarbeiter, so Robl. Er erläutert: „Wir haben verschiedene SET-Maßnahmenfenster, die den einzelnen Themenfeldern zugeordnet sind. Also das herausfordernde Verhalten z.B. haben wir dem Themenfeld eins zugeordnet, die Ressourcenlisten für Gespräche und Aktivitäten etc. stehen im Themenfeld fünf. Da haben wir eine feste Struktur. Es ist ein sinnvoller Mehraufwand, weil wir dann Dinge dokumentieren, die den Menschen guttun. Wenn wir in bestimmten Situationen feststellen, dass Bewohner aufblühen und die Augen anfangen zu leuchten – das muss man notieren, mit konkreten Sätzen beschreiben und dann im Alltag nutzen“, so Robl.

### MEHR ZUM THEMA

Info: [www.set-institut.de](http://www.set-institut.de)  
[www.schervier-altenhilfe.de/mainz/st-bilhildis/demenz](http://www.schervier-altenhilfe.de/mainz/st-bilhildis/demenz)

**mega.com**  
 ein deutscher Hersteller für  
**Kontaktmatten**  
 kompatibel mit fast allen  
 Schwesternrufanlagen.  
**Info unter 04191/9085-0**  
[www.megacom-gmbh.de](http://www.megacom-gmbh.de)

Kalender Orientierungshilfe 2019

# Für Ihre Bewohner: Der Jahresbegleiter im Großformat

- Gesprächsimpulse und Tagesrituale für die soziale Begleitung
- Tag für Tag anregende Kalendersprüche
- Zeitliche Orientierung im Jahresverlauf



**Als Orientierungshilfe für alte Menschen gehört der Kalender seit Jahren in den Einrichtungen zur Standardausstattung. Freuen Sie sich auf den neuen Jahrgang mit seinen Vorzügen:**

- Groß wie ein Weltatlas (29,5 x 34 cm)
- Für jeden Tag ein Kalenderblatt zum Abreißen oder Herausnehmen
- Auf jedem Blatt deutliche, kontrastreiche und gut lesbare Angaben wie Datum und Wochentag. Zusätzlich sind Mondphase, Sonnenaufgang und Sonnenuntergang verzeichnet
- Täglich ein neuer, liebevoll ausgesuchter Spruch – von der Bauernregel bis zum Dichterwort
- Kein Wochentag wie der andere: Von Montag bis Sonntag und am Feiertag auch eine eigene Farbe und ein eigenes Symbol