Zeitschrift: Fachzeitschrift Heim

Herausgeber: Heimverband Schweiz

Band: 68 (1997)

Heft: 10

Artikel: Ausbildung zur Gedächtnistrainerin : Baustein III : Kommunikationsmodelle, Projektarbeit und "Das Spielen im Gedächtnistraining"

Autor: Schnetzler, Rita

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-812374

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 26.08.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Ausbildung zur Gedächtnistrainerin

BAUSTEIN III: KOMMUNIKATIONSMODELLE, PROJEKTARBEIT UND «DAS SPIELEN IM GEDÄCHTNISTRAINING»

Von Rita Schnetzler

Gruppen sind komplexe Gebilde. Das konnten die Teilnehmerinnen an der Ausbildung zur Gedächtnistrainerin im dritten Kursblock auch praktisch erleben. Die Übernachtung im malerischen Haus der Stille und Besinnung in Kappel am Albis war für alle Teilnehmerinnen obligatorisch. Es standen deshalb erstmals auch zwei Abende zur Verfügung, die gemeinsam gestaltet werden konnten. – Zum Beispiel mit dem «Schoggispiel». Oder mit einem Gespräch darüber, weshalb man das besagte Spiel im Voraus so «daneben» fand, danach aber feststellen musste, dass man schon lange nicht mehr so gelacht hatte.

Hatten die ersten beiden Bausteine der Ausbildung zur Gedächtnistrainerin/zum Gedächtnistrainer*, welche der Heimverband Schweiz, die Memory Clinic Basel und das Psychologische Institut der Universität Freiburg dieses Jahr zum ersten Mal durchführten, vor allem Grundlagen vermittelt, so war der dritte Baustein des Kurses vorwiegend der Praxis gewidmet. Auf dem Programm standen «Kommunikation», «Das Spielen im Gedächtnistraining» und «Einführung und Anleitung in die Projektarbeit». Der dritte Baustein des Kurses fand im Haus der Stille und Besinnung in Kappel am Albis statt, wo die Kursteilnehmerinnen auch übernachteten. Die in diesem Baustein erstmals obligatorische Übernachtung habe das «Gruppengefühl» gefördert, berichteten die Teilnehmerinnen. Zudem seien Themen wie Kommunikation und Gruppendynamik im gemeinsamen Alltag konkret erlebbar geworden.

Beziehungen sind komplexe Konstellationen. Nur ein Teil davon schlägt sich in der verbalen Kommunikation nieder. Dennoch: «Man kann nicht nicht kommunizieren.» (P. Watzlawick). Auch nonverbales Handeln oder Nichthandeln hat Mitteilungscharakter. «Falsches Kommunikationsverhalten», so die beiden Kursleiterinnen Vreni Zwick und Doris Ermini-Fünfschilling in ihrer Zusammenfassung der Themen der Ausbildung zur Gedächtnistrainerin, «wirkt sich negativ auf die Qualität zwischenmenschlicher Beziehungen aus.» Verschiedene Autoren und Autorinnen haben «die» Kommunikation analysiert und beschrieben und gelangten dabei zu je eigenen, heute mehr oder weniger bekannten Theorien und Modellen, die je spezifische Aspekte des komplexen «Vorganges» hervorheben. Diese Modelle möchten dazu beitragen, eine Kommunikation mit weniger Kampf, Streit und Hass zu ermöglichen. Zudem können mit ihrer Hilfe destruktive Auseinandersetzungen leichter erkannt und unterbrochen werden.

Vreni Zwick ist Erwachsenenbildnerin und Gedächtnistrainerin an der Memory Clinic in Basel.

Das Selbstwertgefühl des Gesprächspartners achten

Zu einer geglückten Kommunikation gehört unter anderem ein «gesundes» Selbstbild. Dieses sollte möglichst realistisch sein, denn es bestimmt unser Verhalten. Wenn das Selbstbild eines Gesprächspartners zu weit von der «Wirklichkeit» abweicht, leidet die Kommunikation. Dies wiederum wirkt sich negativ auf das Selbstwertgefühl aus, welches das Selbstbild prägt. Das Selbstwertgefühl (SWG) ist für Vera F. Birkenbihl, Autorin des Buches «Kommunikationstraining», das für die Absolventinnen der Ausbildung zur Gedächtnistrainerin Pflichtlektüre war, eine «zentrale Einheit unserer Seins, auf die wir letztlich alles beziehen». In der Kommunikation vermitteln uns unsere Gesprächspartner einen Eindruck davon, wie sie uns beurteilen. Dadurch beeinflussen sie unser Selbstwertgefühl. Wer die Kommunikation nicht durch einen Angriff auf das Selbstwertgefühl des Gegenübers stören möchte, achtet dieses deshalb und erfüllt damit das Bedürfnis, dieses Menschen, akzeptiert zu werden.

Weil das Selbstwertgefühl unter anderem von der Beurteilung durch die Mitmenschen abhängt, ist es bei vielen älteren Menschen, die nicht mehr den gängigen gesellschaftlichen Idealen genügen, «angeschlagen». Für Gedächtnistrainerinnen ist es wichtig, dies zu berücksichtigen, denn die Teilnehmenden an ihren Kursen sind oft nicht nur betagt, sondern auch in ihren intellektuellen Fähigkeiten eingeschränkt. Alte und demente Menschen aber werden in einer leistungsorientierten Gesellschaft, welche in erster Linie Attribute wie «jung» und «dynamisch» hoch schätzt, von vielen Menschen negativ beurteilt.

Gegenüber Menschen mit angeschlagenem Selbstwertgefühl ist es besonders wichtig, nach Thomas Gordon (in «Familienkonferenz: Die Lösung von Konflikten zwischen Eltern und Kind») die «Sprache der Annahme» zu pflegen. Weil unsichere Menschen die Abwesenheit von positiven Rückmeldungen bereits als Ablehnung empfinden, muss ihnen Annahme aktiv – in Form von «positiven Streicheleinheiten» – kommuniziert werden. Neben Thomas Gordons Modell des «Aktiven Zuhörens» wurden im dritten Baustein der Ausbildung zur Gedächtnistrainerin auch die vier Ebenen einer Nachricht (Gesprächseinheit) nach Friedemann Schulz von Thun und die drei Persön-

* Im folgenden wird ausschliesslich von Gedächtnistrainerinnen die Rede sein. Dies weil am diesjährigen Kurs ausschliesslich Frauen teilnahmen, was in weiteren Kursen jedoch keineswegs der Fall sein muss.

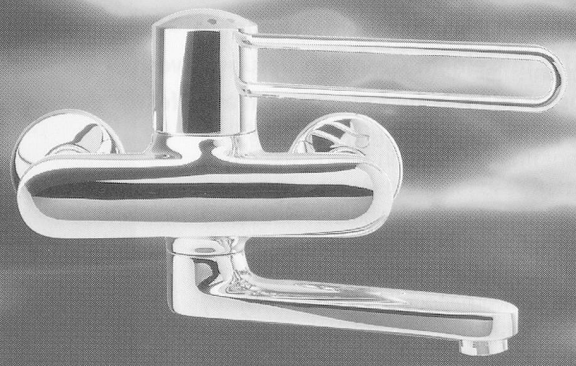
KWC ARMATUREN

Leader in Bad- und Küchenarmaturen

KWC VITA:

für spezielle BEDÜRFNISSE.

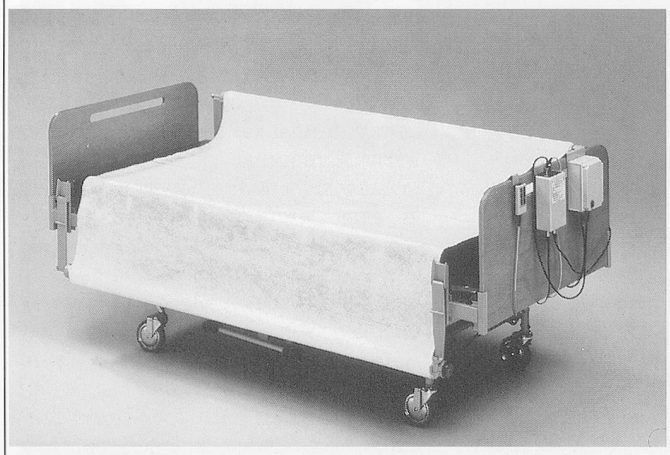
Krankenhäuser, Behinderten- und Pflegeheime brauchen besondere Armaturen, die auf ihre speziellen Anforderungen zugeschnitten sind. KWC kennt diese Bedürfnisse und hat die passende Armaturenlinie entwickelt: KWC VITA. Rufen Sie uns an. Wir beraten und informieren Sie gerne. KWC AG, Armaturen, 5726 Unterkulm Telefon 062 768 68 68.



RENZEN & PARTNER

PATIENTENWENDESYSTEM PROWEND

DIE MEHRFACH-ENTLASTUNG IN DER DEKUBITUS-PROPHYLAXE



ProWend ist ein neues, **selbsttätiges Patientenwendesystem** für die schonende Umlagerung eines Pflegebedürftigen im Bett.

Mit Hilfe von ProWend kann die Lagerung mühelos durch nur eine Pflegekraft erfolgen. Das **Pflegepersonal wird rückenschonend und zeitlich entlastet**. Die Fernbedienung ermöglicht auch dem Patienten selbst die Bestimmung seiner Liegeposition. Das macht ihn **unabhängiger** und das Pflegepersonal **flexibler**.

Die erhöhte Mobilität wirkt Ischämien und Ödemen entgegen. Die Gefahr der Thrombosenbildung wird reduziert. Somit **verbessert** ProWend die **Pflegequalität für den Patienten und das Pflegepersonal.**

Das Patientenwendesystem ist **an handelsübliche Pflegebetten montierbar.** Die Grundfunktionen des Bettes bleiben erhalten. Zusätzlich wird konstruktionsbedingt das Herausfallen des Patienten verhindert.

Bewährt in der europäischen Krankenpflege - jetzt neu auch in der Schweiz

H+ Besuchen Sie unseren **Ausstellungsstand** auf dem **50. Schweizerischen Krankenhauskongress vom 22.-24. Oktober 1997 in Interlaken**

Spital/Heim: _____

Abteilung: _____ Kontaktperson: _____

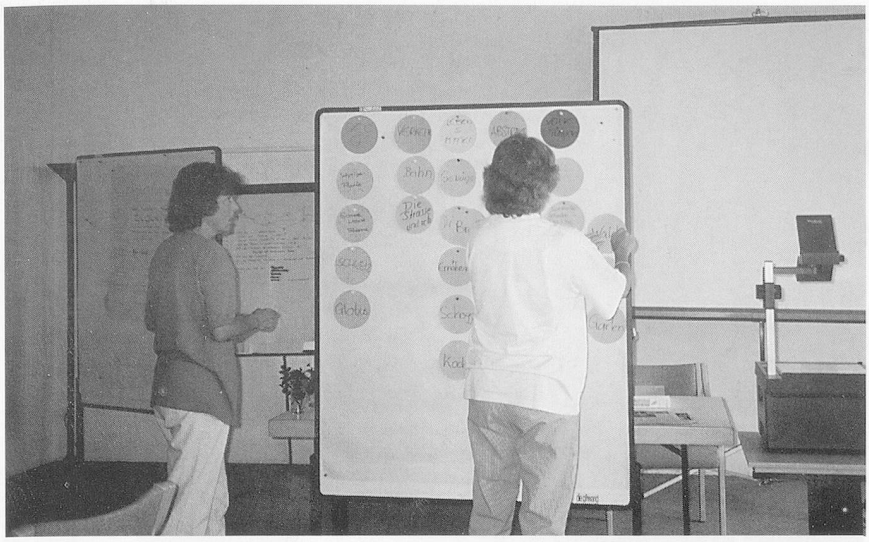
Strasse: _____ PLZ/Ort: _____

Telefon: _____ Fax: _____

Für ausführliche Informationen Coupon ausfüllen und senden oder faxen an:

ATO FORM SCHWEIZ AG, Binningerstr. 110d, 4123 Allschwil
Telefon: 061/ 487 94 44, Fax: 061/ 487 94 49

ATO FORM



Ein eingespieltes Team: die beiden Kursleiterinnen Vreni Zwick und Doris Ermini-Fünfschilling.

lichkeitsebenen in der «transaktionalen Analyse» nach Eric Berne besprochen.

In Gruppen finden neben jenen auf der Beziehungsebene auch gruppendynamische Prozesse statt. Die Kenntnis derselben soll es den zukünftigen Gedächtnistrainerinnen erleichtern, sich als Kursleiterinnen selber wahrzunehmen, schwierige Gruppensituationen zu analysieren, die Rolle einzelner Teilnehmender an ihrem Training zu verstehen und dynamische Prozesse aus Distanz zu betrachten. Das Verhalten der Mitglieder einer Gruppe ist geprägt vom Bedürfnis nach Anerkennung und von jenem nach Sicherheit. Wir nehmen oft einiges in Kauf, um unsere Sicherheit in der Gruppe und damit unsere Gruppenzugehörigkeit nicht zu gefährden. Unsere Sicherheit in Gruppen wird durch Regeln und Normen gefestigt. Regeln entstehen aus dem Bedürfnis, Situationen zu strukturieren und das Zusammenleben zu vereinfachen. Sicherheitsfördernd sind sie nur für jene, die sie kennen. Nicht alle Regeln sind nämlich offiziell. Wenn ein Gruppenmitglied eine inoffizielle Regel übertritt, riskiert es, «inoffiziell» von der Gruppe ausgeschlossen zu werden. Je nach Umgebung und Situation übernimmt der gleiche Mensch in verschiedenen Gruppen verschiedene Rollen. Diese können zum Beispiel auf die Bewältigung einer gemeinsamen Aufgabe, auf die Förderung des positiven Gruppenklimas oder aber auf das Stören des Arbeitsprozesses oder der Kommunikation ausgerichtet sein.

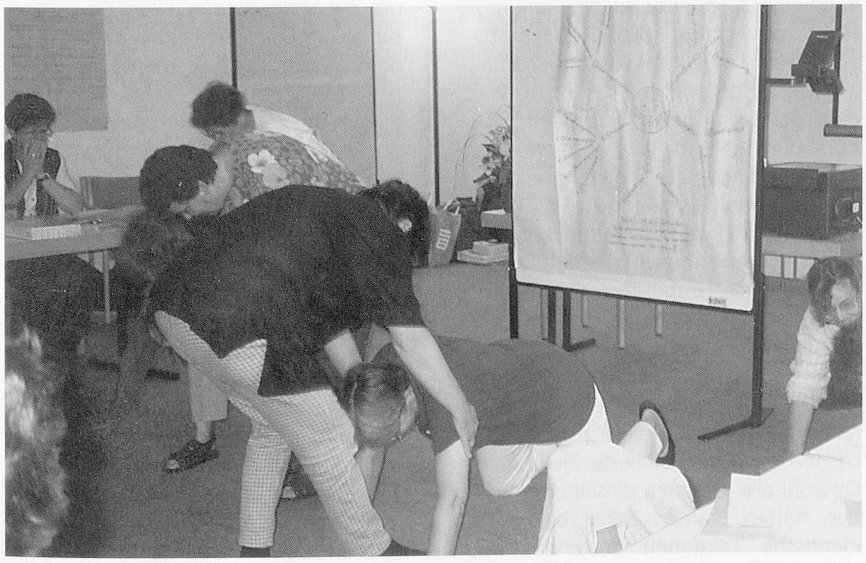
Das gleichschenklige Dreieck

Um dem Grundbedürfnis der Gruppenmitglieder nach Anerkennung gerecht zu werden, muss die Gruppenleiterin bereit sein, sich der Gruppe, dem WIR, zuzuwenden. Dazu ist sie nur dann überzeugend imstande, wenn sie auch ihre eigenen Bedürfnisse wahrnimmt, also das ICH nicht vernachlässigt. Die Arbeit auf der Beziehungsebene sollte nach Möglichkeit die Sachebene, den Inhalt oder das Thema eines Kurses, nicht ins Abseits drängen. Das ICH (die Leiterin bzw. jedes einzelne Gruppenmitglied), das WIR (die Gruppe) und das ES (Thema/Sache) in ein besseres Gleichgewicht zu bringen, dies ist gemäss TZI die Aufgabe der Gruppen- bzw. Kursleiterin. TZI, themenzentrierte Interaktion, ist ein von Ruth Cohn postuliertes Modell für die erfolgreiche Leitung von Gruppen. Weil das ICH der Leiterin ein gleichberechtigtes Element des gleichschenkligen Dreiecks ES – ICH – WIR ist, ist ihr Leitungsstil geprägt von ihrer Persönlichkeit.

So einfach, wie wir es beim Studium einschlägiger Literatur gelegentlich zu glauben versucht sind, verlaufen Beziehungen und Gruppenprozesse (glücklicherweise) nicht. Oft gelingt es uns zudem nicht, eine Situation, in die wir selber involviert sind, aus Distanz zu betrachten. Innerhalb des begrenzten zeitlichen Rahmens der Ausbildung zur Gedächtnistrainerin (vier Blöcke à je drei Kurstage) war es naturgemäss nicht möglich, die Themen Kommunikation, Gruppenprozesse und Gruppenleitung abschliessend zu behandeln.

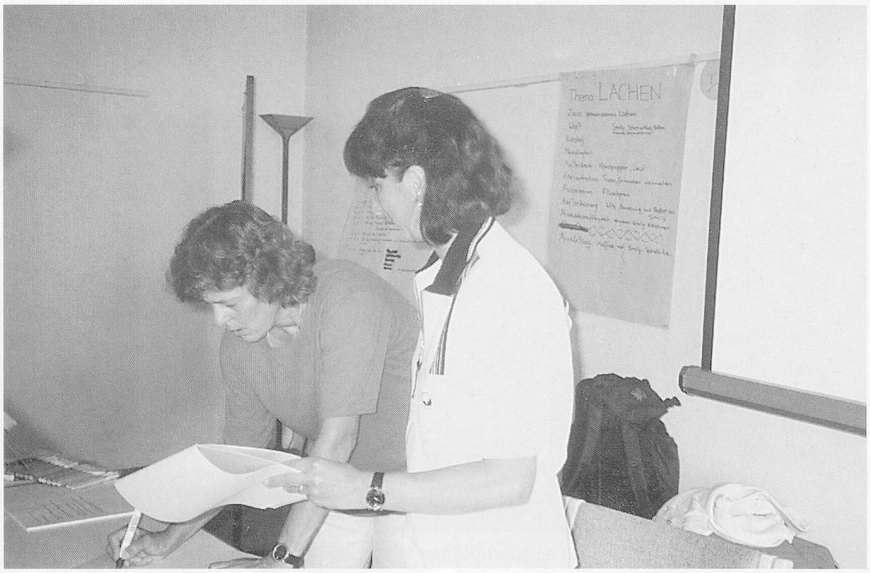
Ebenso wichtig wie die theoretischen Kenntnisse ist es für die zukünftigen Gedächtnistrainerinnen, die Theorie im Alltag und besonders in den von ihnen geleiteten Kursen wiederzuerkennen. Um diese Fähigkeit zu fördern, forderten die Kursleiterinnen die Teilnehmerinnen im Laufe des dritten Kursblockes denn auch immer wieder auf, aktuelle Gruppen- und Beziehungssituationen zu analysieren. So zum Beispiel nach der Vorbereitung eines Unterhaltungsprogramms in Gruppen: Die Kursteilnehmerinnen hatten am ersten Tag des dreitägigen Kursblockes den Auftrag erhalten, in vier Gruppen je eine Abend- bzw. Morgenunterhaltung vorzubereiten. Der offene Rahmen dieser Aufgabenstellung führte nicht nur zu unterschiedlichen Ergebnissen – von der poetisch-musikalischen Führung durch das Haus der Stille und Besinnung bis zum geliebt-verpönten «Schoggispiel» –, sondern auch zu verschiedenartigen Gruppenprozessen.

«Wie war das Gruppenklima, wie die Zusammenarbeit?», «Gab es eine spezifische Rollenverteilung und wenn ja, wurde diese vorher abgesprochen?», «Welches war Ihre Rolle?» und «Fühlten Sie sich wohl darin?», dies eine Auswahl der Fragen, welche die beiden Kursleiterinnen Doris Ermini-Fünfschilling und Vreni Zwick den Teilnehmenden stellten. Bei dieser Auswertung fanden sich einige der in der Fachliteratur beschriebenen Phänome-



Der dritte Baustein des Kurses war der Praxis gewidmet...

ne und Konstellationen wieder. So zum Beispiel die Diskrepanz zwischen Selbst- und Fremdwahrnehmung eines Gruppengliedes und die sich daraus entwickelnde inadäquate Rollenverteilung. Oder die unterschiedliche Reaktion von Erwachsenen-, Kinder- und Eltern-Ichs auf den «Schoggispiel»-Vorschlag einer Teilnehmerin. Eine andere Gruppe berichtete, es habe sich zwar eine Rollenverteilung ergeben. Diese sei aber ganz im Dienste der Erfüllung der Aufgabe gestanden und habe mit den gewohnten Rollen der Mitglieder wenig zu tun.



Im vierten Kursblock werden die Teilnehmerinnen ihre Projektarbeiten präsentieren.
Fotos Rita Schnetzler

Das Spielen im Gedächtnistraining

Die meist älteren Teilnehmenden an Gedächtnistrainings-Kursen tun sich schwer mit dem Spielen. Doch nicht die Aktivität an sich macht ihnen Mühe, sondern der Begriff, der für viele Menschen dieser Generation negativ gefärbt ist. Spielen hat in der Geschichte der Menschheit eine lange Tradition, vor allem als kulturelle Äusserung Erwachsener. In der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts und besonders nach dem zweiten Weltkrieg galt Spielen unter Erwachsenen jedoch als Zeitverschwendung. Das Spiel wurde den Kindern zugewiesen und hier oft zu pädagogischen Zwecken eingesetzt. In der Schweiz konnten sich einzig der Jass, Schach, Dame und allenfalls noch Mühle und Halma als Spiele für Erwachsene halten. Wer Spielen für kindisch hält, tut sich begreiflicherweise schwer damit, im Gedächtnistraining zu spielen anstatt an seinen Defiziten zu «arbeiten».

Dies soll Gedächtnistrainerinnen und -trainer zwar nicht davon abhalten, Spiele in ihr Kursprogramm einzubeziehen. Denn Spiele schaffen Kontakte und fördern das Vertrauen. Sie regen zu Gesprächen an und unterstützen den Zusammenhalt in der Gruppe. Zudem fördern viele Spiele Fähigkeiten wie Konzentration, Wortfindung, Merkfähigkeit und Wortflüssigkeit. Es ist jedoch empfehlenswert, spielerische Aktivitäten im Gedächtnistraining nicht als Spiel, sondern als «Übung» zu bezeichnen. Übungen können im Gedächtnistraining denn auch gezielt zur Förderung bestimmter Hirnfunktionen eingesetzt werden: Sprachspiele zur Förderung der Wortfindung und der Wortflüssigkeit, Spiele in der Art des «Rucksackspiels» (Ich packe in meinen Rucksack ...) zur Förderung der Merkfähigkeit und Spiele in der Art des «Was ist hier falsch?» (Vergleich von annähernd identischen Bildern) zur Förderung der Konzentration. Bei der Einführung neuer Spiele ist es wichtig, die Spielregeln einfach und klar zu formulieren. Zudem sollten neue Spiele häufig wiederholt werden, damit sie nicht sofort wieder vergessen werden. Damit die Kursteilnehmenden sich weder über- noch unterfordert fühlen, ist es wichtig, die Spiele auf ihre Komplexität zu prüfen und sich bei der Auswahl nach den Möglichkeiten der Teilnehmenden zu richten.

Aufbau einer Gedächtnistrainings-Lektion

Gedächtnistrainings-Lektionen (GT-Lektionen) sollten rhythmisch aufgebaut sein. Dies gilt zwar grundsätzlich für alle Formen der Bildung, ist aber für Menschen mit intellektuellen Defiziten besonders wichtig. Spiele sind ein wichtiges Element zur Rhythmisierung einer Lektion. Auch wenn sie Konzentration erfordern, sind viele Bewegungsspiele für eine Auflockerung der Lektion geeignet. Bei der Vorbereitung und Planung einer GT-Lektion spielen *«die fünf Ws»* eine wichtige Rolle. Die Gedächtnistrainerin muss im Auge behalten, *wer* die Zielgruppe des Kurses ist, *was* diese sich vom Kurs erhofft, *warum* der Kurs durchgeführt wird und *wo* der Kurs stattfindet. Die genannten vier Punkte beeinflussen sodann das *Wie*, die Didaktik und die Methodik, die im Kurs zur Anwendung kommen. Nachdem sie diese Grundsätze noch einmal durchgedacht und zudem einen ausführlichen Text über das Lachen studiert hatten, machten sich die Kursteilnehmerinnen gruppenweise an die Vorbereitung einer GT-Lektion zum Thema Lachen für eine definierte Zielgruppe. Obwohl alle Gruppen dieselben Vorgaben hatten, kamen dabei keinesfalls identische Lektionen zustande. Das Thema Lachen, so zeigte sich, ist äusserst ergiebig. Für Gedächtnistrainerinnen ist es schon deshalb wichtig, weil Lachen lockert und dadurch durchaus auch geistige Blockaden lösen kann.

Als wichtige Elemente einer GT-Lektion nannte Ermini den Einstieg, eine Gedächtnis- und/oder Merkfähigkeitsübung, eine Auflockerungsphase, eine Konzentrationsübung sowie Übungen zur Verbesserung der Assoziations- und der Produktionsfähigkeit und zur Auffrischung des Wortschatzes. Als erfahrene Gedächtnistrainerin gab die Leiterin der Memory Clinic in Basel den Teilnehmerinnen zahlreiche Tips zum methodischen und didaktischen Vorgehen im Kurs und zur Auswahl der Hilfsmittel. Letztere sollten, so Ermini, sparsam und bewusst eingesetzt werden und möglichst für alle Teilnehmenden sinnlich erlebbar sein.

Im vierten Kursblock werden die 25 Kursteilnehmerinnen ihre Projektarbeiten präsentieren. Dabei handelt es sich um die Vorbereitung einer GT-Lektion für ein definiertes Zielpublikum zu einem selbstgewählten Thema, das Stoff für mindestens zwei weitere Lektionen bieten sollte. Weil die Absolventinnen der ersten vom Heimverband angebotenen Ausbildung zur Gedächtnistrainerin gegenseitig von ihrer Projektarbeit profitieren möchten, haben sie sich entschlossen, die Endfassungen ihrer Arbeiten zum Eigengebrauch zu publizieren. Damit in diesem gemeinsamen Werk nicht mehrmals dasselbe Thema vorkommt, besprachen die Teilnehmerinnen im dritten Kursblock ihre diesbezüglichen Pläne. Bei dieser Gelegenheit erhielten einige von ihnen nützliche Tips und Hinweise von Teilnehmerinnen, die mit dem von ihnen gewählten Thema bereits in irgendeiner Form gearbeitet hatten. ■