



# MÄRCHENLAND

Es war einmal ...

MÄRCHEN UND DEMENZ

## PRÄVENTIONSMASSNAHME „Es war einmal... MÄRCHEN UND DEMENZ“

MÄRCHENLAND – Deutsches Zentrum für Märchenkultur beschäftigt sich seit 30 Jahren professionell mit Märchen. In unseren durchschnittlich 1.500 Veranstaltungen pro Jahr entwickeln wir auf der Grundlage des vielseitig nutzbaren Mediums Märchen sehr unterschiedliche Formate, bei denen wir Märchen als Inspirations- und Stimulationsquelle für verschiedenste Bedarfslagen und Zielgruppen nutzen.

Vor diesem Hintergrund haben wir im Auftrag des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend die vierjährige wissenschaftliche Studie „Es war einmal... MÄRCHEN UND DEMENZ“ durchgeführt, mit der die gesundheitsfördernde Wirkung von Märchen speziell für das mentale Wohlbefinden von DemenzpatientInnen und Pflegekräften empirisch nachgewiesen werden konnte.

Auf der Basis der gewonnenen Erkenntnisse hat MÄRCHENLAND das in Deutschland neuartige Gesundheitsförderungskonzept „Es war einmal... MÄRCHEN UND DEMENZ“ erarbeitet. Unsere Maßnahme entspricht dabei den Leitlinien für Prävention in stationären Pflegeeinrichtungen nach § 5 SGB XI des GKV-SV sowie des GKV-Leitfadens Prävention nach § 20, 20a und 20b SGB V, weshalb sie von den Pflegekassen vollumfänglich finanziert wird.





## EINE PRÄVENTIONSMASSNAHME, ZWEI ZIELGRUPPEN

Das Besondere der Maßnahme „Es war einmal... MÄRCHEN UND DEMENZ“ ist seine nachweislich positive Wirkung sowohl auf (an Demenz erkrankte) SeniorInnen, wie auch auf ihre Betreuungs- und Pflegekräfte. Märchen bieten einen niedrigschwelligen und emotionalen Zugang zu den genannten Zielgruppen, der als psychosoziale Intervention zur Verbesserung der Lebensqualität wie folgt beiträgt:

- Förderung psychischer Gesundheit
- Wohlbefinden
- soziale Interaktion
- Gemeinschaftsbildung und Teilhabe
- Stärkung kognitiver Fähigkeiten
- Vorbeugung von Depressionen
- Förderung motorischer Kompetenzen
- Reduzierung von herausforderndem Verhalten

Hiermit verbindet sich eine merkliche Erleichterung des Pflege- und Betreuungsalltags. Die Maßnahme ist der Verhaltens- und Verhältnisprävention zuzuordnen.

## DEMENTZPRÄVENTION, NEU GEDACHT UND PROFESSIONELL GEMACHT

Professionelles und regelmäßiges Erzählen bekannter Märchen hat einen positiven Einfluss auf an Demenz erkrankte Menschen. Daher ist das von MÄRCHENLAND entwickelte „Partizipative Demenzerzählen“ durch ausgebildete MÄRCHENLAND-DemenzerzählerInnen als psychosoziale Intervention mit direkter Wirkung auf an Demenz Erkrankte anerkannt. Im Rahmen unserer Maßnahme führen wir in jeder Einrichtung an fünf bis acht aufeinander folgenden Wochen strukturierte, professionelle Märchenstunden durch [2.].

Im Anschluss daran wird die Pflegeeinrichtung in die Lage versetzt, die Interventionen nach MÄRCHENLAND-Qualitätsstandard selbstständig durchzuführen: Diesbezüglich bilden wir die von der Einrichtung dafür ausgewählten Pflege- und Betreuungskräfte in Multiplikatoren-Schulungen zu Märchenvorleserinnen und Märchenvorlesern aus [3.]. In Verbindung mit dem von MÄRCHENLAND bereitgestellten Arbeitsmaterial („MÄRCHENLAND-Box“ und „MÄRCHENLAND-Koffer“) erreichen wir auf diese Weise einen optimalen und langfristig wirksamen Einsatz des Mediums Märchen als psychosoziale Intervention in stationären Pflegeeinrichtungen. [4.] Wir unterstützen die Einrichtungen dabei nicht nur durch ein initiales Strukturierungsgespräch [1.], sondern auch durch eine maßnahmenbegleitende, fragebogenbasierte Evaluierung [5.].

## DIE ZENTRALEN BAUSTEINE DER MASSNAHME

### 1. Klärung der Ausgangssituation

In einem initialen Strukturierungsgespräch mit dem Steuerungsgremium der Maßnahme wird zunächst die Ausgangssituation in der stationären Pflegeeinrichtung ermittelt. Dem Gremium sollten neben den MÄRCHENLAND-BeraterInnen, den professionellen DemenzerzählerInnen und der Einrichtungsleitung, auch die Verantwortlichen für das Qualitätsmanagement, Pflege- und Betreuungskräfte, Heimbeiräte, Ehrenamtliche, gesetzliche und AngehörigenvertreterInnen sowie VertreterInnen der Pflegebedürftigen angehören.

Bei diesem Gespräch werden regelmäßige Termine und feste Räume für das professionelle Märchenerzählen festgelegt und die Demenzstufen und Biografien der BewohnerInnen analysiert. Im zweiten Schritt werden die Erwartungen des Pflegepersonals an die Märcheninterventionen erfragt und geklärt.

### 2. Partizipatives Demenzerzählen

Das Partizipative Demenzerzählen wird in fünf bis acht aufeinanderfolgenden Wochen durch ausgebildete MÄRCHENLAND-DemenzerzählerInnen in der Einrichtung unter Berücksichtigung der MÄRCHENLAND-Qualitätsstandards durchgeführt. Die Veranstaltungen finden regelmäßig einmal wöchentlich und möglichst immer am gleichen Wochentag, im selben Raum und zur gleichen Uhrzeit statt. Empfohlen wird eine Gruppengröße von 15 – 30 Personen.

Jede Erzählveranstaltung wird zeitlich auf etwa 45 bis 60 Min. begrenzt, wobei für das Ankommen und die Verabschiedung jeweils mindestens eine weitere halbe Stunde veranschlagt wird. Die MÄRCHENLAND-DemenzerzählerInnen verfügen über eine abgeschlossene Spezialqualifizierung, die sowohl Kenntnisse über Alterserkrankungen und Grundregeln für den Umgang mit an Demenz Erkrankten als auch eine fundierte Sprach- und Schauspiel-ausbildung umfasst.

Besondere Bedeutung hat hierbei die praktische Erfahrung im partizipativen Demenzerzählen,

das auf der aktiven Einbeziehung des (an Demenz erkrankten) Publikums in das Erzählgeschehen beruht. Ermöglicht wird dies durch den Einsatz einer speziell entwickelten Erzählweise sowie durch die bewusste Zuwendung der Vortragenden zu den ZuhörerInnen. Oft gelingt es sogar, in direkten Dialog zu treten.

Die ErzählerInnen steigern die Aufmerksamkeit des Publikums durch den Einsatz eines goldenen Märchenmantels und anderer Erinnerungsanker.

Der Verlauf aller Märcheninterventionen, insbesondere auch die Reaktionen der teilnehmenden BewohnerInnen und BetreuerInnen, werden durch die MÄRCHENLAND-DemenzerzählerInnen regelmäßig als wichtige Quelle für die maßnahmenbegleitende Evaluierung dokumentiert.

*„Märchen, Mythen und Legenden sind das Gedächtnis der Völker. Sie verbinden Epochen und Generationen, indem sie Werte und Selbstverständnis der Gemeinschaften überliefern, die sie hervorgebracht, weiterentwickelt und tradiert haben. MÄRCHENLAND – Deutsches Zentrum für Märchenkultur sieht in dieser Tradition eine innovative Kraft und arbeitet mit dem Kulturträger Märchen aktiv, um die Zukunft aus Bewährtem heraus zu gestalten. Märchen sind nicht nur eines der ältesten Kulturgüter unserer Zivilisation. Sie sind im Bewusstsein unserer Gesellschaft verankert. Für Kinder bedeuten Märchen die erste Berührung mit Literatur und Erwachsene erinnern sich zeitlebens an sie, auch noch in fortgeschrittenen Phasen der Demenz. Daher gehören Märchen zu den tiefsten Eindrücken, die ein Mensch im Leben erfährt. Denn Märchen, so heißt es, sind Nahrung für die Seele.“*

MÄRCHENLAND-Manifest 2010

### 3. Multiplikatoren-Schulung und Coaching des Pflege- und Betreuungspersonals

Damit das Medium Märchen als psychosoziale Intervention auch über das Maßnahmenende hinaus regelmäßig und dauerhaft genutzt werden kann, bieten wir für die Pflege- und Betreuungskräfte eine Schulung zum/zur MärchenvorleserIn an. Empfohlen wird eine Gruppengröße von 6 – 9 Personen. Um den Erfahrungsaustausch und Netzwerkaufbau zwischen den Einrichtungen zu befördern, findet eine gemeinsame Multiplikatoren-Schulung für jeweils 2 bis 3 Pflege-

und Betreuungskräfte aus 2 bis 3 Einrichtungen statt.

Der Umgang mit Märchen führt in der Regel zu einer unmittelbar wirksamen Auszeit von der Routine des Pflegealltags. Eine psychische und physische Entlastung des Personals ist die Folge. Die zweitägige



Schulung wird individuell auf die Pflegeeinrichtungen und die vorher erfragten Bedürfnisse der Teilnehmenden zugeschnitten und umfasst folgende Themenkreise:

- Hintergrundinformationen des partizipativen Demenzerzählens in Pflegeeinrichtungen
- Märchen als Erinnerungsanker und psychosoziale Intervention
- Integration der Märchenlesung in den Pflegealltag
- Auswahl der Märchen und Besonderheiten des Vorlesens
- Lautbildung und Sprachtraining
- Vorleseübungen, Körpersprache
- Praktische Übungsstunden

Im Anschluss an die Multiplikatoren-Schulung sind die Pflege- und Betreuungskräfte in der Lage, professionell mit dem Medium Märchen zu arbeiten und befähigt, ohne aktive Mitwirkung von MÄRCHENLAND, das Präventionsformat der Märchenlesung, und die zugehörigen Arbeitsmaterialien zu nutzen.

#### 4. MÄRCHENLAND-Box und MÄRCHENLAND-Koffer

Jede teilnehmende Einrichtung erhält sowohl eine MÄRCHENLAND-Box als auch einen MÄRCHENLAND-Koffer. Die MÄRCHENLAND-Box für die BewohnerInnen steht unter dem Motto SEHEN-HÖREN-FÜHLEN-MERKEN-MALEN-SPIELEN. Die Box unterstützt sowohl das kognitive Gedächtnistraining in der Gemeinschaft als auch die emotionale Aktivierung. Sie behandelt ein ausgewähltes Märchen (z. B. Schneewittchen) in unterschiedlichen medialen Ausprägungen: Buch, Film, Hör-

buch, Memory, Puzzle, Ausmalbilder. Es wird empfohlen, die einzelnen Medien regelmäßig einzusetzen.

Der MÄRCHENLAND-Koffer für die MärchenvorleserInnen enthält alle notwendigen Arbeitsmaterialien und Utensilien, mit denen der Vortrag ritualisiert und damit zum Erinnerungsanker werden kann. Der MÄRCHENLAND-Koffer enthält ein spezielles Märchenbuch mit den für an Demenz Erkrankte geeigneten Märchen, den Märchenmantel, die Glocke und den Leitfaden.

#### 5. Evaluation und Dokumentation

Abschließend erhält jede Pflegeeinrichtung eine Dokumentation der durchgeführten Maßnahme, die auf der fragebogengestützten Evaluierung basiert. Die Evaluierung baut auf den Ergebnissen der Studie „Es war einmal... MÄRCHEN UND DEMENZ“ auf, die in Zusammenarbeit mit der Alice Salomon Hochschule Berlin (Prof. Dr. Ingrid Kollak) durchgeführt wurde (2012-2015).

#### 6. Supervision (optional)

Ziel der Multiplikatoren-Schulung ist die Befähigung der Pflege- und Betreuungskräfte mit dem Medium Märchen zu arbeiten, nach Maßnahmenende selbst regelmäßige Märcheninterventionen durchzuführen und die Arbeitsmaterialien zu nutzen. Deshalb erhalten die MärchenvorleserInnen nach einer 2 bis 3- monatigen Praxisanwendung bei einer Hospitation eines/einer MÄRCHENLAND-DozentIn die Chance, in individuellen Übungsstunden ihre Vortragsweise zu optimieren.

**Insgesamt profitieren alle Beteiligten einer Pflegeeinrichtung langfristig von dieser Maßnahme!**



#### Impressum