

Frühlingshaft betreuen unter Coronabedingungen

Gegen die Einsamkeit

*Bereits der zweite Frühling steht im Zeichen der Pandemie.
Unser Autorinnenduo stellt Ideen vor, wie Sie Bewohnern ermöglichen,
sinnstiftend Menschen und Natur zu begegnen – digital und zum Anfassen.*

Text: Marion Deiters, Anna-Katharina Dittmar-Grützner

Mehr als ein Jahr werden die Menschen weltweit nun schon von einem Virus begleitet, der das (Zusammen-) Leben auch im Pflegealltag erheblich beeinflusst. In einigen Einrichtungen der Langzeitpflege werden die Betreuungsprogramme, vor allem die Gruppenangebote, immer wieder auf ein Minimum

heruntergefahren. Einige nutzen die Zeit, brechen aus den Routinen aus und werden kreativ, um den alten Menschen die Teilhabe in der Gemeinschaft trotz des Virus zu

ermöglichen. Menschen in der Langzeitpflege stehen unter besonderem Schutz. Partiiell kann daher nachvollzogen werden, dass in den Wohnstätten beschränkt und isoliert wird. Dies womöglich aus Angst und Sorge oder auch aus Unwissen und unreflektiertem Handeln.

Die Corona Schutzverordnung und die Empfehlungen des Robert-Koch-Instituts rieten bereits zu Beginn der Pandemie: „Die Regelungen dürfen nicht zu einer vollständigen

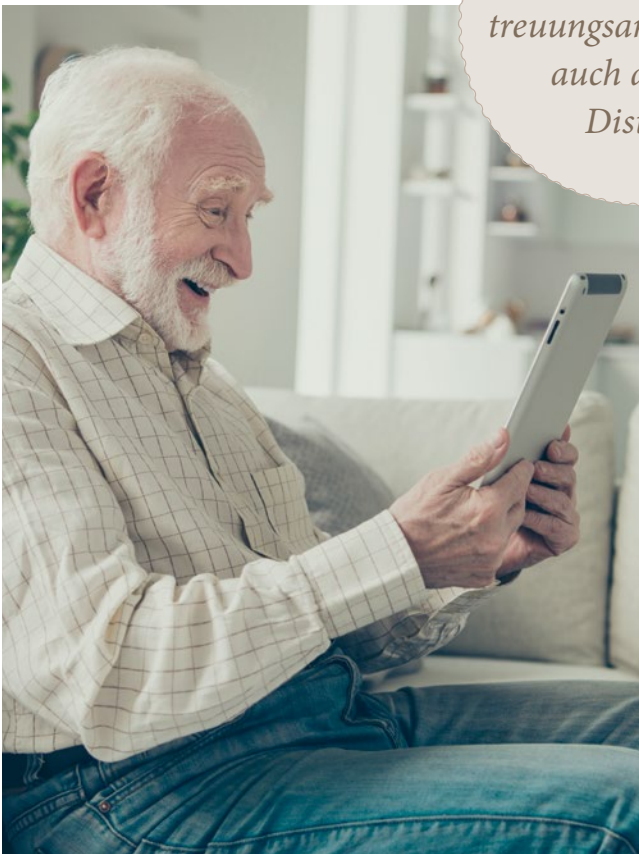
Isolation der Betroffenen führen (...).“

Kritisch hinterfragt werden muss, ob diese Empfehlungen tatsächlich in allen Einrichtungen gelebt werden. Steht der Schutz des Lebens im hohen Alter wirklich über der Lebensqualität der Menschen? Führen die Einschränkungen vor allem bei Menschen mit demenziellen Veränderungen zu verstärktem herausforderndem Verhalten?

Zieht dieses Benehmen unangemessenes Verhalten von Mitarbeitenden nach sich, und eine Gewaltspirale beginnt? Somit wird deutlich, dass viruskonforme und -angepasste Betreuungsangebote wichtiger denn je sind. Sie verringern Einsamkeit, fördern körperliche und geistige Bewegung und reduzieren herausforderndes Verhalten. Sie haben demnach präventive Wirkung.

Voraussetzung für die bedeutende Arbeit von Betreuungskräften ist die gute Begleitung durch die Leitung. Sie muss dafür sorgen, dass Einzelgespräche und Supervision möglich sind. Dies, um die belastenden Situationen durch das Virus zu reflektieren, eine sorgfältige Einschätzung

*Beziehen Sie
Angehörige in Be-
treuungsangebote ein,
auch aus der
Distanz.*



Fotos: Adobe Stock/deagrez; Die Denkstation (r.)

von Risiken vornehmen zu können und Einzelfallentscheidungen zu treffen. Dieser Beitrag setzt Impulse, um kreative Angebote auch in Zeiten der Pandemie umzusetzen. Dafür werden drei soziale Betreuungsangebote näher beleuchtet und Planungshinweise gegeben. Angelehnt werden die Angebote an ein Fallbeispiel:

Dietmar Rath (76) ist unfreiwillig in ein Heim eingezogen. Er ist schwerkrank und auf fremde Hilfe angewiesen. Die Einrichtung liegt eine Stunde von seinem Haus entfernt. Seine Frau starb vor einem Jahr. Sie lebte ihm Sparsamkeit und Bescheidenheit vor. Herrn Raths nächste Angehörige leben nicht im selben Bundesland, dennoch sind sie auch aus der Ferne engagiert. So senden seine Brüder regelmäßig Päckchen mit Hilfsmitteln (Radio, Smartphone, etc.) oder kleinen Leckereien (Nüsse, Schokolade, Brot). Dies alles, damit Dietmar sich auch mal etwas gönnt. Dietmar Rath legte immer sehr viel Wert auf seine Freiheit, Autonomie und Selbstbestimmung. Er philosophiert gerne, ist belesen. Er fühlt sich einsam und würde gerne mehr Zeit mit anderen Menschen verbringen. Auch seinen Kater Carl vermisst er sehr. Dietmar ist sehr naturverbunden. Früher ist er gerne gewandert. Sein Lieblingsplatz war eine Bank am Waldrand, auf der er den Vögeln lauschen konnte.

Kaffeeklatsch am Telefon

Das A und O für die Betreuungskräfte ist es, mit den pflegebedürftigen Schutzbefohlenen im Gespräch zu bleiben, die Bewohnerbiografien stetig zu ergänzen und somit bewohnergerechte Angebote zu generieren. Zurück zu Dietmar. Nur in einem Raum zusammensitzen, hilft nicht gegen seine oder die Einsamkeit anderer Bewohner. Auch eine Dauerbeschallung durch Radio oder Fernsehen sind nicht geeignet, das Gefühl von Alleinsein zu überwinden. Doch was dann?

Dietmar hat keine Sprachprobleme. Er kann sich gut verständigen, dennoch fühlt er sich in der Einrichtung einsam. Gerne würde er sich mit anderen austauschen. In Zeiten der Pandemie wurden glücklicherweise für den Austausch neue Möglichkeiten geschaffen. Zu nennen ist hier der „Kaffeeklatsch am Telefon“ (einfach googeln), angeboten durch verschiedene Anbieter (beispielsweise die Rosenberg Initiative, rosenberg-initiativ.de). Bei den Telefonaten geht es darum, nett zu plauschen, über Gott und die Welt, das Wetter, Gefühle und Gedanken. Ehrenamtliche an der anderen Seite der Leitung haben Zeit. Sie leihen ein Ohr, um das Bedürfnis nach einem Gespräch zu stillen. Was hat die Betreuungskraft nun mit dem Telefonangebot zu

tun? Um das Angebot bestmöglich für den Bewohner zu gestalten, sollte ein angenehmer Rahmen geschaffen werden. Eine schöne Tischdecke, ein feines Geschirr, die gefaltete Serviette sowie jahreszeitlicher Tischschmuck, wie Tulpen im Frühling, tragen zum gemütlichen Ambiente bei. Bevor das Telefonat geführt wird, sollte dafür



gesorgt werden, dass der Bewohner zur Toilette gehen kann, um möglichst ohne Störung und in einer ruhigen Atmosphäre telefonieren zu können. Dann werden der Kuchen und der Kaffee serviert und das Telefonat gestartet. Sofern der Bewohner Schwierigkeiten haben könnte, den Hörer länger zu halten, könnte ein Headset helfen. Die Idee lässt sich auch gut auf die Arbeit mit Angehörigen übertragen. Dietmar hat engagierte Brüder, die sicherlich bei einem Kaffeetrinken aus der Ferne mitmachen würden. Für diesen Zweck ist es sinnvoll, wenn die Einrichtung für den allgemeinen Gebrauch je nach Wohnbereichsgröße zwei bis vier Tablets zur Verfügung stellt. Ein Termin für ein Videogespräch wird mit den Angehörigen vereinbart. Das Zimmer von Dietmar wird schön hergerichtet, Kuchen serviert (wie oben beschrieben), und das Gespräch mit der Familie kann in einem angenehmen Rahmen beginnen, und dies ganz viruskonform. So erhält Dietmar Abwechslung vom routinierten Alltag und noch viel wichtiger: Er fühlt, dass Menschen auch außerhalb der Einrichtung Interesse haben, mit ihm Zeit zu verbringen. Er fühlt sich wertgeschätzt.

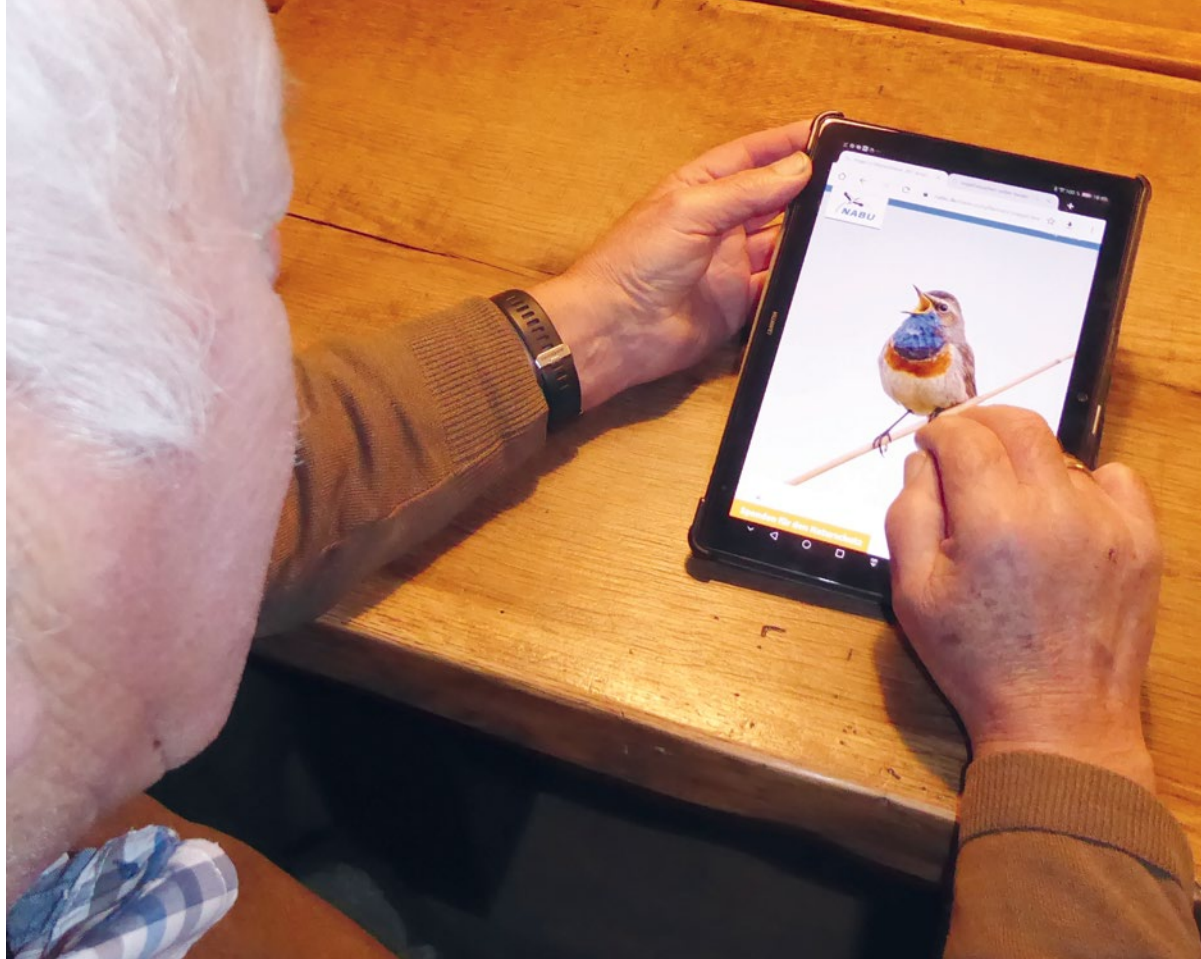
Mehr zum Thema

Lesen Sie auch die Beiträge in [aktivieren](#) 3/2020 von Marie Krüerke zu Nistkästen und Insektenhotels und von Heike Jurgschat-Geer zum Kontakthalten trotz Besuchsverbot. Weitere frühlinghafte Angebote finden Sie auf [aktivieren^{plus}](#) (aktivieren-plus.de). Der Zugang ist für Abonnenten kostenlos.

Digitale Angebote gemeinsam mit Angehörigen

Durch die Pandemie wird deutlich, dass die Kontaktbeschränkungen auch die Angehörigen belasten können. In Dietmars Beispiel fragen sich die Brüder vielleicht: Wie geht es

*Der Naturschutz-
bund Deutschland
(nabu.de) bietet auf
seiner Website
Anregungen, wie Sie
naturbegeisterte
Senioren ansprechen
können.*



meinem Bruder? Wird er gut versorgt? Was kann ich aus der Ferne für ihn tun? Das Team der Sozialen Betreuung kann die Angehörigen und Freunde, die zeitweise nicht in die Einrichtungen kommen dürfen oder möchten, dennoch in die Betreuung einbeziehen. Heute besitzt fast jeder ein Handy, über das Kurzgeschichten, Gebete oder aber auch



*Anna-Katharina Dittmar-Grützner
Gesundheits- und Krankenpflegerin, Pflege-
managerin, Berufspädagogin im Gesund-
heitswesen, Tel. 0151 288 933*

Artikel aus der Zeitung durch die Angehörigen oder Freunde aufgesprochen werden können. Diese Aufnahmen werden an die Betreuungskraft oder an den Bewohner gesendet. Die Betreuungskraft hilft dabei, die Texte dann mit einem Handy und mit Boxen anzuhören. Sie könnte zusätzlich zur Zeitungsrunde, Artikel aus dem Lokalteil auf Tonband sprechen und den Bewohnern zur Verfügung stellen, die nicht an der Runde teilnehmen können. Möglich wäre es ebenso, die Angehörigen zu bitten, Fotos über das Smartphone oder das Tablet an die Bewohner zu senden, die dann gemeinsam mit dem Betreuungsteam angeschaut werden, um ins Plaudern zu geraten.

Tipps für seniorengerechte Smartphones und Apps

- Möglicherweise möchten die Bewohner ein eigenes Smartphone oder Tablet. Sie können dahingehend beraten, dass auf ein seniorengerechtes Smartphone zurückgegriffen wird, wie zum Beispiel eines der Marke Doro (doro.com). Seniorengerechte Smartphones berücksichtigen die veränderten Fähigkeiten des Sehens, Hörens und der Motorik. Es gibt kontrastreiche Bildschirme, integrierte Assisten-

ten, klare Signale, verstärkte Vibrationen und die Möglichkeit, eine vertraute Person aus der Distanz auf das Smartphone zugreifen zu lassen, etwa um die Lautstärke zu regulieren.

- Für Menschen mit Demenz kann die App Auguste der Alzheimer Gesellschaft Niedersachsen hilfreich sein. Sie können sie im Rahmen der Selbsthilfeförderung durch die Techniker Krankenkasse kostenfrei laden.

Die App bietet diverse Spiele wie Zuordnung, Merken oder Suchen in verschiedenen Schwierigkeitsgraden. Über die Galerie können eigene Fotos gespeichert und beschriftet werden (beispielsweise Fotos zum Frühling: blühende Zweige, das Vogelhäuschen aus dem eigenen Garten oder verschiedene Gartenvögel). deutsche-alzheimer.de



Fotos: (v.l.); Die Denkstation(2); AdobeStock/alabura



Naturerlebnisse nicht nur für Männer

Ein weiteres gemeinschaftliches, kreatives und besonders auf Männer und somit auch auf Dietmar zugeschnittenes Projekt kann das Bauen von Vogelfutterhäuschen oder Nistkästen sein. Die gemeinsam gebauten und bemalten Vogelanstalten können auf dem Einrichtungsgelände gut sichtbar für die Bewohner aufgestellt oder angebracht werden. Möglichst so, dass sie von den Zimmerfenstern gut zu beobachten sind. Ausgebaut werden kann das Projekt, indem auch die Umgebung der Vogelanstalten gestaltet wird. Zum Beispiel kann der Boden unter dem Vogelfutterhäuschen mit Schneeglöckchen, Osterglocken, Narzissen und Tulpen bepflanzt werden. Aber auch das Herstellen von Meisenknödeln und anderen Futterringen kann, auch noch zu Beginn des Frühlings, für die heimische Vogelwelt hilfreich sein. Diese Aufgabe könnten Bewohner übernehmen, die leichte Einschränkungen in der Motorik haben. Für die Bewohner, die nicht mehr selbst aktiv werden können, kann das Team eine Fühlschnur bereitlegen, etwa mit einem Porzellanvogel, einem Nagel, einem Holzstück und einem Säckchen aus durchsichtigem Organzastoff mit Körnern. Eventuell können ein blühender Zweig oder eine duftende Blume eingebunden werden, um auch den Geruchssinn anzuregen. Egal, welche Materialien und Gegenstände genutzt werden – es ist virusbedingt darauf zu achten, dass die Materialien nur bewohnerbezogen verwendet oder desinfiziert werden. Zweige und Blumen lassen sich leicht ersetzen. Tipp: Anleitung vom NABU zum Bau von Nistkästen (nabu.de/tiere-und-pflanzen/voegel/helfen/nistkaesten/index.html) und Futterhaus (nabu.de/tiere-und-pflanzen/voegel/helfen/vogelfuetterung/11771.html)

Virtuelle Kulturangebote und Freiluftkonzerte

Zum Abschluss, noch einmal zurück zum Thema Dauerbeschallung der Bewohner oder Tagespflegegäste durch Radio und/oder TV. Die Möglichkeiten der digitalen Welt sollten gezielt und auf die Bewohner angepasst genutzt werden.

Daher ist es für Betreuungsteam und ihre Angebote

hilfreich, sich mit diesen Medien zu beschäftigen und

sich digital breit aufzustellen. Solange die

Bewohner nicht oder nur bedingt am

öffentlichen Leben teilnehmen

können oder solange das öffentli-

che Leben eingeschränkt ist,

sollten die Angebote zu ihnen

kommen. So können virtuelle

Kulturangebote aus Theatern,

Konzertsälen, städtischen

Bühnen oder Museen in die

Einrichtungen getragen werden.

Dazu bietet sich eine schön

gestaltete Einladung zum Event an,

durch die sich der Bewohner eingela-

den fühlt. Aber auch Hofkonzerte, vor den

Türen der Einrichtung, sind – gerade mit der

wärmeren Jahreszeit – wieder machbar. Musiker aus der

Umgebung, die Schützenfestkapelle oder Kinder aus dem

benachbarten Kindergarten oder den Grundschulen

können angefragt werden. Prinzipiell sollte alles getan

werden, damit sich die Bewohner in den Pflegeeinrichtun-

gen vor allem in Zeiten der Pandemie nicht allein gelassen

und noch besser begleitet fühlen, als in normalen Zeiten.

Auch wenn derzeit viele Maßnahmen, um sie viruskon-

form umzusetzen, erst mal mehr Aufwand und Vorberei-

ungszeit benötigen, scheinen sie nachhaltig den Gemüts-

zustand der Bewohner positiv zu beeinflussen. Die Bewoh-

ner sind tagsüber aktiver und schlafen abends besser. Mehr



Marion Deiters

Gesundheits- und Krankenpflegerin,
Diplom-Berufspädagogin (FH) - Fachbereich
Pflege, Tel. 01 51 288 933 36,
diedenkstation.de

Bewegung verringert die Gefahr von Stürzen, herausforderndes Verhalten wird reduziert. Diese und viele weitere positive Effekte motivieren, diese Zeit zu investieren. ●

Beide Autorinnen arbeiten als pädagogische Mitarbeiterinnen in der Aus-, Fort- und Weiterbildung an den Schulen für Gesundheitsberufe und Pflegeberufe der Mathias-Stiftung in Rheine und sind Inhaberinnen von Die Denkstation – Dittmar-Grützner & Deiters GbR, Steinfurt, info@diedenkstation.de, diedenkstation.de