



DEMENZ – DIE REISE IN EINE ANDERE WIRKLICHKEIT GERONTOGARTEN – FREIRAUM FÜR EINE ANDERE WELT

Freiräume für Menschen zu gestalten, bedeutet, sich mit den Bedürfnissen der Menschen zu befassen. Bei der Gestaltung von Freiräumen für Demente übernimmt der Planer die Verantwortung für Menschen zu planen, die in den meisten Fällen ihre Wünsche, Träume und Bedürfnisse nicht mehr konkret auszudrücken vermögen. Kenntnisse über den Verlauf der Krankheit, Symptome, Fehlverhaltensweisen, Sinneswahrnehmung und Therapiemöglichkeiten sind nötig, um mit viel Einfühlungsvermögen einen Freiraum zu schaffen, der die Gefühle und das Wesen von Dementen widerspiegelt.

Gerontogärten, wie Gärten für demente Personen genannt werden, stellen eine Erweiterung der Milieuthérapie dar. Die Milieuthérapie erzielt gute Erfolge zur Minderung von Verhaltensstörungen, indem die Umgebung an die Bedürfnisse von Dementen ausgerichtet wird. Häufig wird beobachtet, daß eine Kombination von verschiedenen Therapien die Lebensqualität von Dementen und von ihren Angehörigen um vieles steigert. So werden neben der medikamentösen Behandlung ebenso andere Therapien angewandt, wie Musiktherapie, Kunsttherapie und Ergotherapie. Umgangsmethoden, wie die Validation von Naomi Feil, zeigen positive Reaktionen. In einem Gerontogarten kann man die verschiedensten Therapien vereinen und Räumlichkeiten schaffen, die individuell eingesetzt und erfahren werden können.

Für die Gestaltung von Freiräumen für Demente ist es wichtig, sich über folgende Merkmale der Krankheit im Klaren zu sein:

Der Gedächtnisverlust, der bei einer Demenzerkrankung auftritt, löst bei den Betroffenen eine zeitliche, räumliche und situative Desorientiertheit aus. Sie verlieren die Fähigkeit, Informationen im Langzeitgedächtnis zu speichern und gleichzeitig gehen ihnen immer mehr Erinnerungen und Erfahrungen, die in ihrem Langzeitgedächtnis gespeichert sind, verloren. Es bleiben ihnen nur noch einzelne Erinnerungen, an die sie sich klammern, um nicht vollständig ihre eigene Persönlichkeit zu verlieren. Oft braucht es einen Anstoß von Außen, eine Assoziation, die nicht selten symbolischen oder poetischen Ursprungs ist, um Erinnerungen hervorzurufen. Die Gegenwart erleben sie auf einer rein sinnlichen Ebene.



Photo: Domdey Cornelia „Wenn das Gedächtnis nachläßt“
Bundesministerium für Gesundheit, Richard Conzelmann

Sie sind hineingeworfen in das Hier und Jetzt und sind an die unmittelbaren Erfahrungen gebunden. Ihnen geht mehr und mehr die Möglichkeit verloren, die Wahrnehmungen mittels ihrer Erfahrungen und mittels ihres Verstandes zu filtern und zu erklären. Die Gehirnstörungen, die durch die Krankheit ausgelöst werden, lassen komplexe Gedankengänge nicht mehr zu. Dieser Zustand erklärt die vorherrschenden Angstzustände der Betroffenen. Das höchst beängstigende Gefühl, seine eigene Lebensgeschichte zu vergessen, wird oft durch eine bedrohlich wirkende Umwelt verstärkt. Verhaltensstörungen wie Unruhe, Suche nach dem vertrauten Zuhause, Aggression, aber auch Verleugnung der Schwächen oder totale Resignation sind Bewältigungsformen dieser Angst.

Als Außenstehender ist es einem nicht möglich den Gedächtnisverlust zu verhindern. Mit einer einfühlsamen Planung der Umgebung können wir dem Dementen die Chance geben, mit seiner durcheinandergeratenden Gefühlswelt besser zurechtzukommen.

Viele der bestehenden Gerontogärten bieten durch die Anlage eines Endlosweges und durch Pflanzen, die den Wechsel der Jahreszeiten verdeutlichen hauptsächlich Lösungen für die Verhaltensstörungen und für die Desorientiertheit an.

Sinnesgärten, die Menschen mit Demenz über viele Sinneseindrücke wie Hören, Fühlen, Riechen und Sehen aktivieren wollen, wirken meiner Erfahrung nach eher verwirrend. Da die vielen Eindrücke untereinander keinen Bezug haben, lösen sie bei Menschen, die keine Möglichkeit haben diese mit Logik zu begreifen, zusätzliche Ängste aus. Sinneswahrnehmungen sind wichtig für die Planung aber sie sind immer im Bezug zu den Gefühlen zu sehen die sie auslösen. Denn die Gefühle sind die Brücke der Dementen zur Realität und Gegenwart.

In vielen Fällen hat sich gezeigt, daß Demente ihnen ursprünglich fremde Orte, an denen sie sich wohl fühlen, intuitiv wiederfinden.

Genauso erkennen sie sofort, daß ihnen eine Person sympathisch ist, selbst wenn sie sich nicht an ihren Namen erinnern können.

Richtig gestaltete Räume können auf ihre Weise dem Prinzip der Validation von Naomi Feil folgen. Ein Raum löst durch Formen, Farben, Materialien und symbolischen Artefakten über die Sinne bestimmte Gefühle aus. Entsprechen diese den gerade vorherrschenden Gefühlen, fühlt die Person sich in diesem Raum wohl und verstanden. Die Gefühle können ausgelebt werden und verlieren somit ihre bedrückende Intensität.

Mein Ziel ist es, verschiedene „Gefühlsräume“ zu schaffen und diese in einem harmonischen Gesamtgefüge darzustellen. In jedem Raum sind Pflanzen, Formen, Farben und Funktionen auf die zu erzielenden Gefühle abzustimmen. Um dieses zu erreichen, ist das Wissen über den Einfluß unserer Umwelt auf unseren Organismus von großer Bedeutung.



Photo: Isabelle Woysch

Es gibt verschiedenste Informationsquellen über die Auswirkungen unserer Umwelt auf unseren Körper und unsere Psyche. Wissenschaftliche Untersuchungen über die Wirkung von Farben und Formen, psychologische Erkenntnisse über die Bedeutung von Symbolen und Erfahrungsberichte von Pflegenden über die Verhaltensweisen dementer Personen. So hat man z.B. festgestellt, daß die Farbe Grün die Genesung anregt, sie fördert die Atmung, das Herz und das Muskelgewebe. Grün hat eine beruhigende und zugleich erfrischende Wirkung. Im Bereich der Seele sorgt es für moralische und ethische Ausgewogenheit und festigt die Liebe und Zuverlässigkeit und wirkt gegen Kummer.

Symbole sind der Ausdruck unseres Unterbewußtseins. Es ist das Bedürfnis unseres Unterbewußtseins, sich in Form von Bildern auszudrücken, die sich dann in unseren Träumen zeigen. Viele dieser Bildnisse haben vor langer Zeit Einzug in unser Alltagsleben erlangt. Sie tauchen in Mythen und Märchen auf. Sie manifestieren sich in der Kunst und im alltäglichen Leben. So steht die Rose für die Liebe und die Taube für den Frieden. Symbole sind eine Brücke zu Gefühlen, die man auch in Unwissenheit über die Bedeutung des Symbols verspüren kann.

Ließt man Erfahrungsberichte über Demente, erfährt man, daß Demente sehr stark die symbolische Seite von Dingen aufgreifen, um dadurch einen weiteren Anstoß für Erinnerungen zu haben. Sie erfahren Farben sehr intensiv und haben oft Probleme, von einem Raum in einen anderen Raum zu gehen, wenn sich der Bodenbelag in seiner Farbe stark unterscheidet. Diese und viele weitere Informationen kann man sammeln, um zu erfahren, wie die Umwelt auf einen Menschen und speziell auf einen Dementen wirkt.

Bei der Fülle von Informationen passiert es leicht, daß man den Überblick wegen so vieler Details verliert und eine unharmonische Planung entstehen kann. Feng Shui hat mir geholfen, den Überblick über die Wirkungsweise zu bekommen und die Zusammenhänge zu verstehen.

Für die Planung werden die Grundsätze des Feng Shui, wie das Prinzip von Ying und Yang sowie die Wechselwirkungen der 5 Elemente angewendet. Dadurch entsteht bei der Planung ein harmonisches Gesamtgefüge.

In den Gartenräumen soll eine Welt dargestellt werden, die dem Seelenzustand des Dementen entspricht. In der Welt des Dementen herrscht nicht Logik, Vernunft und Erfahrungen. Die Logik weicht der Poesie, die Vernunft der Sensibilität und die Erfahrung weicht wichtigen einzelnen Erinnerungen.

Die Welt des Dementen ist nicht so verschieden der Unsrigen, sie ist nur in der Zeit- und Ortsachse verschoben. Viele Demente leben in einer vergangenen Zeitspanne und oft wandeln sie durch verschiedene Stufen ihres Lebens bis auf kurze Augenblicke, die sie in der Gegenwart verbringen. So befinden sich manche in der Kindheit bei ihren beschützenden Eltern, andere versorgen ihre allgegenwärtige Familie oder sie durchleben die Phase der Trauer um verstorbene Menschen. Selbst

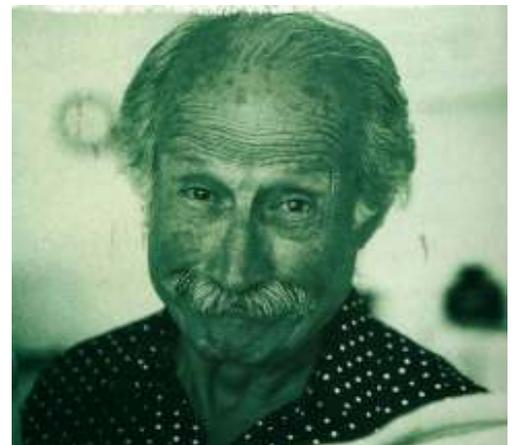


Photo aus: Domdey Comelia „Wenn das Gedächtnis nachläßt“
Bundesministerium für Gesundheit, Richard Conzelmann



der Tod begleitet sie in ihrer Wanderung durch die Zeit. Jede dieser Zeitspannen ist geprägt durch ganz eigene Gefühlserlebnisse. In der Kindheit sucht man die Geborgenheit des Elternhauses, um in seinem Schutz Selbstvertrauen, Spontaneität und Kreativität zu üben. Die Jugend ist geprägt von der Liebe und der aufkeimenden körperlichen Reife. Das Erwachsenenalter steht für die Sorge um die Familie und das Alter für das Abschiednehmen von lieb gewonnenen Menschen. Der Tod letztendlich ist der Übergang in eine andere Welt.

Auf dieser Basis habe ich im Zuge meiner Diplomarbeit das Grundkonzept des Lebensgartens entwickelt.

Dies bedeutet, daß für die einzelnen Lebensstationen Gartenräumen entwickelt werden, die auf die Situation der Personen mit Demenz und auf die Funktionen eines Stationsgartens, wie Kaffeeterrasse und Therapieräume ausgerichtet sind. So entstehen fünf Räume, die Kindheit, Jugend, Erwachsene-Alter, Alter und den Übergang in eine andere Welt darstellen.

Verbunden werden die Räume durch den Weg, der den Gartenbesucher, wie ein Leitfaden an den einzelnen Lebensstationen vorbeiführt. Zur besseren Orientierung ist er in einem einzigen Material gehalten. Dieses hebt sich gut von der Umgebung ab, ist leicht rau, enthält aber keine Stolperschwellen. Geeignet sind hier helle sandgestrahlte Betonsteine oder auch hellgelber aufgerauhter Klinker. Die Farbe Gelb eignet sich besonders gut für den Wegebelag, sie ist eine aktive Farbe und führt als therapeutische Wirkung eine Lösung herbei. Am besten gestaltet man die Wegführung und somit die Anordnung der Räume an einen Rundweg. Dies fördert die Orientierung und ermöglicht Bewohnern, die einen starken Bewegungsdrang haben, diesen auszuleben. Allerdings sollte er nicht zu einem Hamsterrad werden, indem eine demente Person nicht mehr aufhören kann zu laufen und den Ausgang nicht mehr findet. Der Weg führt den Menschen zu den verschiedenen Räumen. Immer wieder auftauchende Elemente am Wegesrand wie ein Rosenbogen, eine Gießkanne, ein Besen, eine Bank, ein Quellstein oder ein Vogelhäuschen holen die demente Person in ihrer Welt ab und geben ein Stück Lebensgefühl und Eigenständigkeit zurück.

Im Idealfall ergibt sich somit der Lebenszyklus, der in seiner Anordnung dem chinesischen Wandlungszyklus der Fünf Elemente entspricht. Durch die Zuordnung der Fünf Elemente werden den einzelnen Räumen die verschiedenen Jahreszeiten und bestimmte Farben zugeteilt. Dies verhindert eine Sinnesüberreizung in den einzelnen Räumen. Gleichzeitig fördert es die zeitliche und örtliche Orientierung der Dementen. Der Lauf der Jahreszeiten wird sichtlich erlebbar. Dies bedeutet aber nicht, daß z.B. im Bereich der Kindheit nur im Frühling

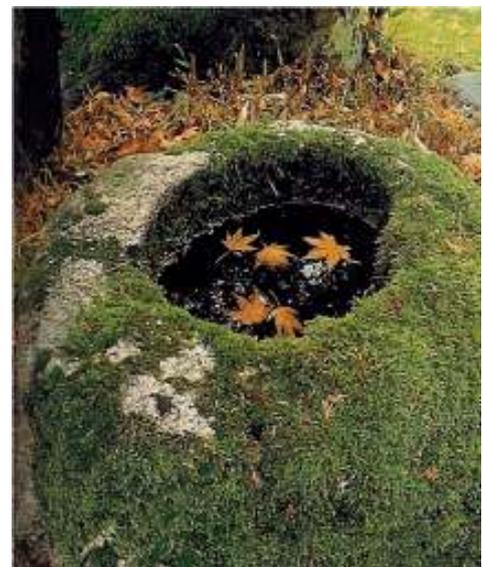


Photo aus: Conran / Parson: „Garten-Ideen, Garten-Design“ Dumont Verlag

Pflanzen blühen dürfen. Jedoch soll der Schwerpunkt der Blütezeit im Frühling liegen.

Zur örtlichen Orientierung dient das Element Wasser sowie andere Gestaltungselemente wie z.B. ein Rosenbogen, oder Hochbeete. Solche Elemente richten die Aufmerksamkeit auf einen Gartenraum, indem eine bestimmte Stimmung erlebt werden kann. Selbst zurückgezogene Personen mit Demenz können durch z.B. das Geräusch und die Bewegung des Wassers kurzzeitig aus ihrer Welt geholt werden, um gebannt das Spiel des Wassers zu verfolgen.

Über die Farbe ist der Raum definiert. Der Raum der Kindheit ist z.B. in Blau und Grün getaucht. Zum einen ist es eine sichtbare Orientierung, zum anderen lösen diese Farben eine besondere Stimmung aus. Die Gefühle, die durch diese Stimmung ausgelöst werden, entsprechen den Gefühlen des Lebensabschnittes. Zur Erzeugung dieser Stimmung werden die Symbolik der Farben und die direkte Einwirkung der Farblichtwellen auf Körper und Gemüt gezielt eingesetzt. Hauptsächlich werden Farben in einem Garten durch die Blüten und Blätter der Pflanzen vertreten. Aber auch die verschiedenen Materialien, Kunstwerke und Ausstattungselemente, wie Sitzkissen oder bunt gestrichene Zäune, Bänke oder Pergolen, können Farbe in die Situation bringen.



Photo aus: Hobhouse Penelope: „Farbe im Garten“ Ulmer Verlag

Bei der Pflanzenwahl sind neben der Farbe, die Jahreszeit und die symbolische Bedeutung Auswahlkriterien. Die Gefühle, die in dem jeweiligen Raum erzeugt werden sollen, stehen auch bei der Pflanzenverwendung immer im Vordergrund. Zusätzlich wird darauf geachtet, daß es Pflanzen sind, die den meisten Menschen geläufig sind und somit bei einem Demenzen Erinnerungen auslösen können.

Die Funktionen der einzelnen Räume ergeben sich wie von selbst aus dem Zusammenhang. So ist der Raum der Kindheit ein Raum, um sich in der vertrauten Gruppe zusammenzufinden und in der Geborgenheit Geschichten zu lauschen oder sich dem kreativen Malen zu überlassen.

Der Raum der Jugend ist ein Aktionsraum, in dem man Fremde trifft, Kaffee trinkt, Kommunikation betreibt und vielleicht das Tanzbein schwingt. Der Raum des Erwachsenen-Alters soll fürsorgliche Gefühle erzeugen. Dort befindet sich der Gemüsegarten, der gehegt und gepflegt werden will. Auch ein Hase oder Vögel fördern elterliche Gefühle. Im Raum des Alters gibt es die Möglichkeit, sich alleine oder zu zweit zurückzuziehen und über den Lauf der Zeit nachzudenken. Nur der Raum des Überganges in einer andere Welt ist kein eigener Raum sondern der Eingang in das Haus. Er betont den Ein- und Ausgang und ist nicht nur symbolisch der Übergang in eine andere Welt.

In den Jahren, in denen ich nun in diesem Beruf tätig bin habe ich für die verschiedensten Betreiber individuelle Lösungen ausgearbeitet. Basierend auf der Grundidee der Gefühlsräume haben wir in Zusammenarbeit mit der Heimleitung und den Therapeuten andere Leitideen und Gefühlsräume entwickelt, die konkret auf die angebotenen Therapien und Betätigungen der einzelnen Institutionen eingehen. So entstanden z.B. ein Garten der Kommunikation, oder ein Garten der

Alltagsverlockungen, oder auch der Garten einer Tagesstätte, der auf kleinstem Raum Rückzug, Gartenarbeit und Zusammensitzen auf der Terrasse ermöglicht.

Eine Umgebung, die speziell darauf ausgerichtet ist Gefühle auszulösen, ist ein geeigneter Ort, um auch für nicht Demente Gefühle aktiv zuzulassen und zu erleben. Verhindern Logik und Verstand eine sensible Wahrnehmung, gibt es die Möglichkeit sich über die Bedeutung von Symbolen und die Wirkung von Farben und Formen zu informieren. Ein anschließendes Insichgehen zeigt oftmals, daß man derartige Empfindungen am eigenen Leibe erfahren kann. So wird ein Garten der speziell für Demente gestaltet wurde, ein Garten für jedermann. Am Ende steht das Mitgefühl für den Anderen und dies nicht nur von seitens des Gesunden.

Es ist ein Garten der Begegnung geworden.

Beispiel: Raum der Kindheit



Das Murmeln und Gurgeln des Quellsteines, Sinnbild für die Geburt des Lebens, läßt einen auf seinem Weg innehalten und richtet die Aufmerksamkeit auf den Raum, der sich vor einem auftut.

Durch einen von der Waldrebe berankten, mit blauen Blüten besetzten Torbogen, gelangt man in den Bereich der Kindheit. Eingerahmt von leicht überhängenden Bäumen und Sträuchern und somit etwas geschützt vor den Blicken von außen entsteht ein runder Grasplatz. Dieser strahlt Geborgenheit und Ruhe aus. Das Gras ist durchsetzt mit Klee und Gänseblümchen, welche beliebte Pflückpflanzen der Kindheit sind. Der Frühling zeigt sich in seiner vollen Pracht unter anderem in den Zwiebelpflanzen, der früh blühenden Haselnuß oder der frischgrünen Birke. Eingetaucht in sanfte Grün- und Blautöne und erfüllt von dem leisen Rauschen der immergrünen Blätter des Bambus, überflutet einen ein wohliges Gefühl der Ruhe. Schneeglöckchen und Blausternchen lassen das neu erwachte Leben erahnen. Der Duft des Flieders im Mai läßt Erinnerungen an alte Zeiten entstehen.

Eine Hollywoodschaukel vermittelt das tröstende Wiegen der Mutter oder das leicht berauschende Gefühl des Schaukelns auf der Kinderschaukel. Vor allem sehr unruhige Demenzzranke können durch eine sanft schaukelnde Bewegung beruhigt werden. Geschwungene Bänke sollen einladen sich mit lieben bekannten Menschen nieder zu setzen, um Märchen und Geschichten zu hören oder zusammen zu singen. Somit ein geeigneter Ort für die Ergo -, Kunst oder Musiktherapie.