

Michael Cammarota

„Ich wusste gar nicht,
dass ich so gut malen kann!“

Bericht aus dem Praxisfeld im Seniorenheim

IHP Manuskript 1907 G * ISSN 0721 7870



Michael Cammarota

„Ich wusste gar nicht, dass ich so gut malen kann!“

Bericht aus dem Praxisfeld im Seniorenheim

Gliederung:

1. Wo mache ich nur mein Praktikum?
2. Der erste Tag
3. Der Arbeitsraum
4. Die Arbeitsmaterialien
5. Der Ablauf
 - 5.1. Kurzes Blitzlicht
 - 5.2. Inspiration durch Fotos
 - 5.3. Arbeiten mit Texten
 - 5.4. Praktisches Arbeiten
 - 5.4.1. Freies Malen
 - 5.4.1.1. Malen mit Musik
 - 5.4.1.2. Stempeln mit Obst und Gemüse
 - 5.4.1.3. Flamingos stempeln
 - 5.4.1.4. Malen wie Picasso
 - 5.4.1.5. Ein gemeinsames Bild
 - 5.4.1.6. Projekt Jahreszeiten
 - 5.4.1.7. Malen im Sextett
 - 5.4.2. Positive Verstärkung
6. Schattenwelt
7. Meine persönliche Grenzerfahrung
8. Fazit und eigene Gedanken
9. Quellen und Literatur

1. Wo mache ich nur mein Praktikum?

Es war gar nicht so einfach, das richtige Praxisfeld für mich zu finden.

Was liegt mir? Was nicht? Und wo könnte ich mich intensiv einbringen?

Ich malte einige Bilder mit meinem Lehrcounselor, Manuel Rhode, und nach weiteren Gesprächen war es für mich sonnenklar: Ich wollte zukünftig mit alten Menschen arbeiten. Ich spürte, zu ihnen habe ich sofort einen Draht. Mit ihnen kann ich auf Augenhöhe arbeiten. Sodann bereitete ich die Bewerbung für das Seniorenheim „Haus im Park“ in Krefeld-Uerdingen vor, das hauptsächlich dementiell veränderte Bewohner betreut. Daraufhin meldete sich Fr.Frenken, die Leiterin des dortigen Sozialdienstes, und wollte nähere Einzelheiten zu meiner Methodik und meinem praktischen Arbeiten erfahren.

Ich erklärte ihr, wie sich meine Ausbildung beim IHP staffelte und wie ich als angehender Counselor für Kunst- und Gestaltungstherapie mit den Damen und Herren arbeiten würde. Kurzerhand lud sie mich ins Seniorenheim ein und zeigte mir alle Etagen.

Wir wollten es zusammen versuchen und einigten uns auf eine Malstunde jeden Donnerstag von 15-16 Uhr. 15 Uhr war eine günstige Zeit, da viele Bewohner bereits bei Kaffee und Kuchen in der Cafeteria saßen. Waren sie einmal auf dem Sprung, fiel es uns leichter die Bewohner einzusammeln und zum Aufenthaltsraum einzuladen. Saßen sie dagegen alle bereits wieder in ihren privaten Räumen, fehlte oft der Antrieb, sich für eine angebotene Aktion aufzuraffen. Denn natürlich wollten wir niemanden zum Malen überreden. Die Bewohner sollten aus freien Stücken mitarbeiten wollen.

2. Der erste Tag

Dann war es soweit! Ich sollte zunächst mit einigen Bewohnern zusammen Kaffee trinken, damit ich sie und sie mich kennenlernen konnten. Ein erstes Beschnüffeln! Ich berichtete ihnen von meinen Plänen, wie und was wir gemeinsam erarbeiten würden. Bis dato hatte ich niemals zuvor eine Gruppe angeleitet und mein Herz klopfte mir bis zum Hals als ich ins Seniorenheim fuhr. Konnte ich die Erwartungen erfüllen, die in mich gesetzt wurden?

Als Quereinsteiger arbeitete ich vorher nur mit unpersönlichen Maschinen und nun wollte ich eine Gruppe mit alten Menschen anleiten, die noch dazu dementiell verändert sind. War das nicht eine Nummer zu groß für mich?

Sehr schnell beruhigte ich mich wieder. Immerhin befand ich mich in einer fundierten Ausbildung beim IHP. Des Weiteren sind mir in meinen 50 Jahren schon viele verschiedene Menschentypen und Lebenssituationen begegnet. Nun brannte ich darauf, endlich loszulegen. Eine Dame vom Sozialdienst saß die erste halbe Stunde dabei, dann war ich mit der Gruppe alleine!

Meine anfänglichen Zweifel verflüchtigten sich sehr schnell, denn ich war von Anfang an fest in unsere kleine Malgruppe eingebunden und gefordert. Die Stammgruppe bestand

seither aus 6-9 Mitgliedern. Mal kamen Bewohner hinzu, mal waren Bewohner unpässlich, erkrankt oder befanden sich auf einem Ausflug.

3. Der Arbeitsraum

Unser Arbeitsraum war ein gemütlicher Aufenthaltsraum mit großen Fenstern, daher mit sehr viel Tageslicht, was wir als sehr angenehm empfanden. 6 Tische konnte ich so anordnen, dass wir eine große Arbeitsfläche hatten und ich alle Bewohner gut ringsum verteilen konnte. Bevor wir die Bewohner einsammelten (*einige wenige warteten bereits im Raum auf mich*) bereitete ich den Arbeitsplatz vor. Jeder bekam eine große, bunte Malunterlage und ich drapierte die Malmittel in die Mitte, so dass sie jeder erreichen konnte.

4. Die Arbeitsmaterialien

- Buntstifte, Filzstifte, Wachsmalstifte, Acryl-, Wassermal- und Fingeralfarben
- Pinsel in verschiedenen Größen und Formen
- DIN A3 und DIN A4 Zeichenblöcke, Tonpapier, Tapete
- Rasierschaum, Kleister, Stempel, Pfeifenreiniger
- Schere, Kleber, Klebeband
- Umhänge und Handschuhe

5. Der Ablauf

Die Treffen waren stets gleich gegliedert, damit die dementiell veränderten Bewohner sich an den wiederkehrenden Rhythmus gewöhnen konnten.

5.1. Kurzes Blitzlicht

5.2. Inspiration durch Fotos

5.3. Arbeiten mit Texten

5.4. Praktisches Arbeiten

Wiederholtes, an das sie sich erinnerten, gab ihnen Sicherheit. Sie tauten bald auf und wurden ruhiger. Sie erzählten offener und mehr über sich und trauten sich auch bei der praktischen Arbeit immer mehr zu. Wie oft habe ich in den Anfängen zu hören bekommen: „Ich kann nicht malen!“ oder „Das letzte Mal habe ich in der Schule gemalt!“

Sehr wichtig war mir zu Beginn jeder Stunde, dass ich jeden Bewohner persönlich mit Handschlag und auch mit dem richtigen Namen begrüßte.

Bis wir dann den Rollator ordentlich parkten, gab es noch einige weitere Sätze Smalltalk. Jeder sollte sich wohl, erwünscht und vor allem „erwartet“ in unserer Malgruppe fühlen. Dabei sollte der Grad der Demenz erst einmal keine Rolle spielen.

5.1. Kurzes Blitzlicht

Saßen wir alle am Platz, fragte ich jeden, wie es ihm ginge, was er vielleicht aus der vergangenen Woche berichten möchte oder was ihm evtl. noch auf der Seele brannte. Anfangs waren die Bewohner sehr zurückhaltend und sagten stets: „Es geht mir gut!“ oder äußerten: „...wie immer!“ Als sie mich besser kannten, kamen auch andere Sätze: „Mir tut wieder das Bein so weh!“ oder „Ich habe die Nacht schlecht Luft bekommen!“ oder auch schon mal „Das Wetter ist ja wieder drückend - wie soll man dabei schlafen?!“

Ich hörte bei diesen Antworten aufmerksam und aktiv zu, spiegelte sie und gab den Bewohnern zu verstehen, dass ich an ihnen und ihrer Geschichte interessiert bin.

Bald darauf sprachen wir in großer Runde weiter. Ich bemühte mich, auch die stilleren Damen und Herren namentlich mit aufzurufen, damit sie sich am Gespräch beteiligten. Dies musste sehr vorsichtig geschehen, ohne die Bewohner mit Gewalt in den Mittelpunkt zu zerren. Sie sollten auch keinesfalls das Gefühl bekommen, dass ich sie ausfragte oder ihnen Geheimnisse entlocken wollte. Jeder erzählte das, was er wollte. Am Ende der Runde erzählte ich ebenfalls Persönliches von mir.

5.2. Inspiration durch Fotos

Viele Fotos aus dem Internet druckte ich aus und verteilte sie im Kontext zur praktischen Arbeit vorbereitend an die Bewohner. Hier einige Beispiele:

Alte Schwarz-Weiß-Kommunions- und Konfirmationsbilder aus den 30iger bis 50iger Jahren, Blumenwiesen, Autos, Städte. Fotos von Familien im VW-Käfer, wie sie in den Sommerferien über den Brenner nach Italien fahren. Großformatige Aufnahmen von Insekten, Affen, Schafen, Bäumen, Regenbögen und vieles, vieles mehr.

Wenn von den Bewohnern Themen aufkamen, konnte ich den Stoff bis zur nächsten Woche recherchieren und vorbereiten. Zum Beispiel erinnerten sich einige Bewohner an den zugefrorenen Rhein bei Krefeld-Uerdingen. Dieses Schauspiel gab es in ihrem Leben wohl insgesamt nur zwei Mal.

Sie berichteten begeistert, dass sie von Uerdingen nach Duisburg laufen konnten, ohne eine Brücke zu benutzen. Einmal fand sogar ein Wochenmarkt auf dem zugefrorenen Fluss statt.

Prompt erhielten die Bewohner beim nächsten Treffen Fotos und Zeitungsberichte zu diesem Ereignis. Sie waren ganz aus dem Häuschen über die alten Schwarz-Weiß-Fotos von Krefeld und Duisburg. Jeder hatte einen Kommentar oder eine kleine Geschichte beizutragen.

Während dieser freien Erzählrunden erlebten wir eine lustige, kleine Anekdote: Wir sprachen über Bauernhöfe und hatten uns für die spätere, praktische Arbeit vorgenommen, Gänse auf einer Blumenwiese auszumalen. Dabei fragte ich beiläufig in die Runde, wer denn schonmal ein Gänseei gegessen hätte. Ein paar Bewohner machten sich bemerkbar und nickten zustimmend. Daraufhin wollte ich wissen, wie lange wohl ein Gänseei bräuchte, bis es hart gekocht ist. Wie aus der Pistole geschossen meinte Frau Sommer: „Ein Gänseei braucht 9 Monate bis es hart ist!“ Sofort korrigierte sie sich: „Oh, ich meinte natürlich 9 *Minuten!*“ Frau Sommer lachte herzlich los und wir alle stimmten mit ein.

5.3. Arbeit mit Texten

Anschließend las ich etwas vor:

Lieder, Gedichte, Kurzgeschichten, „Ratefuchs“ oder „Geschichten mit Redewendungen“.

Als **Liedtext** gab es zum Beispiel von Peter Maffay „Der Baum des Lebens“, in dem wunderbar die Zyklen der vier Jahreszeiten beschrieben wurden.

Daraufhin verteilte ich Fotos oder bereits gemalte Bilder von Bäumen aus dem Internet und in der darauffolgenden praktischen Arbeit malte jeder seinen eigenen, persönlichen Lebensbaum mit Wasserfarben, inspiriert durch die Fotos und das Lied.

Gedichte waren immer sehr beliebt. Klassiker wie „Herr von Ribbeck auf Ribbeck im Havelland“ oder „Das Lametta“ waren der Hit. Herr von Ribbeck und seine Birnen kannte jeder Bewohner.

Die **Kurzgeschichten** beschrieben kleine Alltagssituationen aus der Vergangenheit, z.B. „Die Kaffeemühle“, „Der verlorene Schlüssel“ oder „Elfriede hat einen Schrebergarten“. Die Texte hatten maximal eine DIN A4-Seite, um die Bewohner nicht zu überfordern. Sie hatten auch meist ein Happy End.

Viele Geschichten spielten zu einer Zeit, als die Bewohner selbst Kinder waren. Sie sollten sich erinnern und hineinfühlen in ihre Vergangenheit. Als sie z.B. mit der Großmutter Heiligabend in der warmen Stube saßen und es nach Backäpfeln und Braten roch, während das Holzschicht im Ofen knisterte und sich die Vorfreude auf die nahende Bescherung einstellte.

Das Langzeitgedächtnis war bei vielen Bewohner sehr gut intakt. Viele von ihnen kannten noch Liedtexte aus der Kindheit oder rezitierten Gedichte aus der Schulzeit.

Beim **Ratefuchs** wurden fünf Hinweise vorgelesen, die immer eindeutiger wurden, bis schließlich jeder bei der letzten Erklärung den Begriff erraten konnte. Nach jedem Hinweis sah ich erwartungsvoll in die Runde, ob es schon Lösungsvorschläge gab.

Beispiele:

1. Ich bin immer aus Metall
 2. Ich habe einen Bart
 3. Manchmal verliert man mich
 4. Man kann mich an der Hose tragen
 5. Ich gucke durch das Schlüsselloch
(*Schlüssel*)
1. Man füllt immer etwas in mich rein
 2. Danach muss man mich immer sauber machen
 3. Ich werde ganz schön heiß
 4. Man stellt mich auf den gedeckten Tisch
 5. Neben mir liegen Messer und Gabel
(*Teller*)

Die Ratespiele sollten die Bewohner animieren, um die Ecke zu denken und sich zu konzentrieren.

Die **Geschichten mit Redewendungen** wurden aus vielen Redewendungen und geflügelten Worten gebildet. Ich las den ersten Teil vor und machte eine kleine Pause. Der Rest wurde dann von den Bewohnern ergänzt. Sie hatten immer kleine Erfolgserlebnisse, wenn wieder etwas passte und waren stolz, zu zeigen, dass sie sich erinnerten. Zwei Beispiele aus ‚Mein Freund Werner‘: ‚Werner hatte früher immer die größte Klappe, ständig musste er seinen Senf dazugeben. Dabei weiß doch jeder: „Reden ist Silber...“, dann kam sofort von den Bewohnern: „...Schweigen ist Gold“. ‚Wir Kinder klaubten damals die restlichen Kartoffeln vom Acker, das waren ganz schöne Oschis! Ja, ja, die dümmsten Bauern...‘ sofort wurde ergänzt ‚...ernten die dicksten Kartoffeln!‘ Bei diesen Texten hatten alle immer sehr viel Spaß und konnten gar nicht genug bekommen. Jede Geschichte beinhaltet ungefähr 25 Redewendungen.

Beim Verlesen der Texte galt immer, laut und sehr langsam zu sprechen und die Wörter, besonders deren Vokale, übertrieben lang zu betonen. Bewohner, die gerne auch mal ohne ihr Hörgerät zur Malstunde kamen, setzte ich für ein besseres Verständnis direkt neben mich.

5.4. Praktisches Arbeiten

In den ersten Monaten schnitt ich vor der Stunde sehr viele saisonale Motive aus. Die Bewohner suchten sich dann passende Objekte raus, klebten sie auf farbiges Tonpapier und malten sie mit Filzstiften oder Ölkreiden aus.

Beispiele:

Schafe

Diskussionsanregung: „Wissen sie noch, wie damals die großen Schafherden durch die Straßen zogen? Gibt es das heute noch? Kennen Sie einen Schäfer?“

Blumen

„Welche Lieblingsblume haben Sie? Kennen Sie ein Gedicht oder ein Lied zu Ihrer Blume? Hatten Sie früher einen Garten?“

Katzen und Hunde

„Hatten Sie früher auch ein Haustier? Wie hieß es?“

Kerzengestecke

„Erzählen Sie, wie es bei Ihnen Heiligabend war. Was gab es traditionell an den Feiertagen zu essen? Was war Ihr liebstes Weihnachtsgeschenk?“

Feuerwerk

„Haben Sie früher auch so viel zu Hause geknallt? Wie lief bei Ihnen zuhause ein typisches Silvester ab? Gab es Bleigießen?“

Weitere Motive waren *Clowns, Bäume, Mandalas, Picasso-Gemälde* und vieles mehr.

Manchmal passierte es auch, dass wir ins Singen gerieten. Einmal, als wir eine Tulpenwiese ausmalten, summte plötzlich ein Bewohner das Lied „Tulpen aus Amsterdam“. Der zweite und dritte Bewohner stieg ein und sang schon die ganze Strophe, bis wir alle sangen ohne hochzuschauen und trotzdem ganz vertieft in unsere Arbeiten waren. Eine schöne Atmosphäre. Alles war so locker und selbstverständlich!

Eines Tages, als ich Frau Freitag im Zimmer abholen wollte, sagte sie mir, dass es ihr nicht gut ginge und sie gerade aus dem Krankenhaus käme. Sie wolle dann heute lieber nicht mit malen. Als ich bereits im Flur war, rief sie mir dennoch hinterher: „Ach Michael, wissen sie, ich komme doch vorbei!“

Sie malte eine Stunde lang sehr ruhig und aufmerksam und ließ sich kaum von irgendeinem Zwischenruf ablenken. Augenscheinlich vergaß sie eine Stunde lang ihre Krankheiten und malte voller Eifer und Freude. Nicht die Bewohnerin malte das Bild - sondern das Bild fesselte und malte die Bewohnerin.

„*Jeder Malende, der sich dem kreativen Prozess des Entstehens eines Bildes überlässt, findet Zugang zu seinen eigenen Ressourcen!*“ Brigitte Dorst

Frau Schmied wollte anfangs nie mit malen. Sie betonte stets, dass sie nicht malen könne. Sie wollte aber als stille Beobachterin in jeder Stunde dabei sein. Trotzdem bereitete ich ihr bei jedem Treffen einen Arbeitsplatz vor. Sie bekam eine Unterlage, ein leeres Blatt Papier und eine Auswahl verschiedener Stifte. Eines Tages nahm sie einen Stift und fing einfach an. Seit dieser Zeit gehörte sie zu den eifrigsten Malerinnen.

5.4.1. Freies Malen

Ich bemühte mich, die Bewohner allmählich zum Malen mit Wasser- und Acrylfarben zu bringen. Sie sollten *freier* malen, als immer nur ausgeschnittene Formen auszumalen. Sich von Vorlagen und Gesprächen inspirieren lassen, eigene Farben auswählen und die Hände fließen lassen. Nun, was sollte das bringen? - Das Ausmalen war doch so schön einfach! Ich bemerkte, dass manche Bewohner *mehr* experimentieren wollten, wie z.B. Herr Becker. Malte er ein Blatt oder eine Blume aus, dann malte er das Blatt nicht einfach nur grün oder die Blume einfach rot. Nein, er nahm diverse Stifte, um das Motiv zu füllen, malte eine Blume blau, grün, rot und gelb. Alle Farben waren vertreten. Dabei summt er zufrieden ein Liedchen. Hier war noch Luft nach oben! Die Bewohner sollten diesen einen Punkt erreichen: Malen, ohne nachzudenken. Die Ideen sollten unbewusst durch ihre Hände über die Stifte aufs Papier fließen. Einfach los malen. Ohne richtig und falsch. Ohne Kontrolle. Ohne eigene oder fremde Bewertung. Sich ausdrücken durch alle Farben und alle Möglichkeiten, um sich mit Freude kreativ zu verwirklichen.

„Das spannende in der Kunsttherapie ist, dass sich die Bilder der Kontrolle des Geistes entziehen und neben Bewusstem auch Unbewusstes sichtbar wird.“ Susanne Höhle
Dennoch musste ich bei diesem Vorhaben vorsichtig herangehen und war mir anfangs noch nicht ganz klar, wie der ein oder andere dementiell veränderte Bewohner mit einem Malen ohne angegebene Grenzen klarkam. Klare, ausgeschnittene Umrisse und von mir vorgegebene Farben, so wie es bisher immer war, gaben Sicherheit. Nicht jeder Bewohner kam sogleich mit der „neuen, großen Auswahl“ zurecht.

Wie Fr. Grünfeld, die eher ungern *frei* malte.

Bedingt durch den Grad ihrer Demenz hatte sie Schwierigkeiten mit der Entscheidung für Farben und Motive. Reines Ausmalen dagegen liebte sie - erfragte aber immer eine Start-Farbe. Damit malte sie Motiv um Motiv, ohne eine neue Farbe zu wählen. Und wenn ich sie nicht auf eine neue Farbe aufmerksam machte, was ich selten tat, wechselte sie während der gesamten praktischen Arbeit nicht einmal den Stift. Für sie war es beruhigend und richtig zugleich, das komplette Blatt rot oder schwarz auszufüllen, egal welche Motive es zeigte.

Wir schafften vom Seniorenheim Wassermalkästen mit max. 8 großen Farbtabletten an und die Bewohner sollten ihre ersten freien Arbeiten auf leerem DIN A4-Papier darstellen. Die Farbauswahl war bewusst klein gehalten. Bunte Regenbögen sollten es werden. Dann ging es los. Alle Bewohner bekamen eine intensive Einführung in die neue Maltechnik. Sehr unsichere Bewohner hielten stets Rücksprache mit mir und hatten immer Sorge, etwas falsch zu machen. Nicht nur einmal habe ich ihnen dann versichert, dass es weder falsch noch richtig gibt. Ins Tun zu kommen und einfach loszulegen war hier die Devise.

„Sie können nichts falsch machen, denn alles, was vor Ihnen auf dem Blatt entsteht - ist Kunst! Alles, was durch Ihre eigenen Hände entsteht - ist Kunst! Es steckt in Ihnen und es möchte heraus. Lassen Sie Ihre Hände einfach malen. Sie alle malen wundervoll fantasiereiche Bilder. Trauen Sie sich!“

„Der Gestaltende arbeitet beim Malen direkt an seiner Selbstgestaltung, seiner Individuation und damit an seiner Selbstheilung!“ Ingrid Riedel

Die Regenbögen wurden grandios und ich war mächtig stolz auf meine Künstler (siehe Bilder 1+2).



**** Bild 1 ****



**** Bild 2 ****

Alle Bilder gefielen mir, denn sie waren etwas Besonderes und so individuell wie die Bewohner selbst. Jeder, der dort saß war etwas Besonderes! Manchmal kam es vor, dass ein Bewohner sein Bild, das er ein oder zwei Wochen vorher malte, nicht mehr erkannte. Wenn ich ihm dann berichtete, dass es wirklich durch seine eigenen Hände entstand, war die Freude um so größer: „Ich wusste gar nicht, dass ich so gut malen kann!“

Wir kreierte über ein Jahr sehr viele verschiedene Werke und wiederholten an keinem Donnerstag ein bereits gemaltes Thema. So kamen viele verschiedene Materialien und Techniken zum Einsatz. Ein paar ausgewählte, die bei den Bewohnern besonders gut ankamen, möchte ich gerne vorstellen.

5.4.1.1. Malen mit Musik

Jeder Bewohner bekam drei leere DIN A3-Zeichenblätter und durfte sich zwei Farben der Ölkreiden aussuchen. Dann startete ich verschiedene Musikstücke und lud die Bewohner ein, ihre Hände, ohne viel nachzudenken, über das Blatt Papier gleiten zu lassen. Es entstanden eindrucksvolle Bilder (siehe Bilder 3+4). Ich kam kaum mit dem Wechseln der Blätter nach. Denn die Bewohner waren so eifrig und fleißig bei der Sache, dass drei Blätter viel zu wenig waren. Ich ließ Tango, Walzer aber auch modernere Stücke ertönen.

Herr Becker schwang die Arme wie ein Dirigent und Frau Sommer, die früher im Büro arbeitete, malte abwechselnd die gleichen, kurzen Wellenbewegungen, bis das gesamte Blatt ordentlich mit „Steno-Kürzeln“ gefüllt war.



**** Bild 3 ****



**** Bild 4 **** - auch dieses Bild entstand mit Musik.
Gemalt von einer Bewohnerin, die schwerhörig ist und das wiedergab, was sie erreichte.

5.4.1.2. Stempeln mit Obst und Gemüse

Wir stempelten mit halbierten Zitronen und Broccoli-Röschen. Es entstanden bunte Küchenbilder und tolle „Broccoli-Wälder“ (siehe Bild 5).

Die Bewohner hatten viel Freude. Natürlich hatten einige Bedenken, ich könnte das angemalte Gemüse nach Benutzung in den Müll schmeißen. Als ich ihnen jedoch versicherte, die Farbe abzuwaschen und das Gemüse an den Nachbarn für seine Hühner weiterzugeben, waren alle beruhigt.



**** Bild 5 ****

5.4.1.3. Flamingos stempeln

Zwei Bewohner stempelten für alle anderen Teilnehmer rosa Flamingo-Körper mit ihren Händen auf Tonpapier. Die Hände wurden mit Einweg-Handschuhe geschützt. Bewusst suchte ich die kleinste und die größte Hand aus der Runde, damit wir unterschiedliche „Tiere“ darstellen konnten. Anschließend wurde jeder eingeladen, Schnäbel und Beine mit Filzstiften anzufügen (siehe Bild 6).



**** Bild 6 ****

5.4.1.4. Malen wie Picasso

Ich zeigte gemalte Gesichter von Picasso und lud die Bewohner ein, eigene, bunte Picasso-Gesichter zu malen (*siehe Bild 7*). Die Vorgabe war: Das Gesicht so schief und so bunt wie möglich zu malen sowie darauf zu achten, dass KEIN Auge wie das andere aussieht. Damit wollte ich dem Einwurf: „Ich kann doch nicht malen und schon gar nicht wie Picasso!“ entkräften. Die Bilder wurden das Highlight unserer kleinen Vernissage, die wir nach meiner praktischen Arbeit im Seniorenheim veranstalteten. Angehörige und Freunde der Bewohner wurden eingeladen und es gab für jeden Künstler ein Gläschen Sekt.



** Bild 7 **

5.4.1.5 Ein gemeinsames Bild

Die Bewohner bekamen Schürzen um und setzten sich eng um einen Tisch, auf dem eine Tapete ausgerollt war. Mit Fingerfarben wurde diese Tapete nun ausgestaltet und jeder durfte frei malen, was ihm einfiel (*siehe Bilder 8,9,10*). Am Ende gab es keine weiße Stelle mehr auf der Tapete und es entstand ein 3 Meter langes Werk. Für mich persönlich war es das schönste, gemeinschaftlich erstellte Projekt: Die Bewohner saßen sehr eng beisammen und fühlten die Farben direkt mit den Fingern.



** Bild 8 **



**** Bild 9 ****

**** Bild 10 ****

5.4.1.6. Projekt Jahreszeiten

Gab es einen Jahreszeiten-Wechsel, so gestalteten wir alle gemeinsam ein Bild (siehe Bilder 11+12). Ausgeschnittene Figuren wurden von allen Bewohnern mit Ölkreiden ausgemalt und auf eine große Leinwand geklebt.

Das erzeugte ein tolles „Wir“-Gefühl. „Das haben wir alle zusammen geschafft!“ Das fertige Kunstwerk wurde im Flur des Sonnenblumenweges (3.Etage) im Seniorenheim aufgehängt und passend zu den Jahreszeiten ausgewechselt, so dass immer die richtige Jahreszeit aushing.



**** Bild 11 ****

**** Bild 12 ****

5.4.1.7. Malen im Sextett

Diese Arbeit habe ich angeleitet, nachdem sich in einer der vorherigen Sitzungen folgende Geschichte zutrug: Wir malten wieder einmal mit Wasserfarben und dabei passierte das Missgeschick. Obwohl ich Wasserbecher mit breitem, flachem Fuß verwendete, wurde trotzdem der Becher von Frau Holste umgestoßen und ergoss sich über das soeben gemalte Bild von Frau Sommer. Frau Sommer war außer sich und beschuldigte ihre Nachbarin, das Wasser absichtlich über ihr Bild geschüttet zu haben.

Sie meinte weiter: „Frau Holste konnte mich noch nie leiden, selbst unseren Mittagstisch kleckert sie komplett voll. Mit dem Wasserbecher wollte sie mir wieder bewusst schaden!“ Ich brauchte einige Zeit, um beide Damen zu beruhigen.

In der folgenden Malstunde wurden nun sechs Bewohner eingeladen, jeweils ihren „Lebensbaum“ mit Wasserfarben zu malen. Nach ca. 8-10 Minuten (die Bewohner hatten gerade den Stamm angefangen) bat ich alle, ihr Bild an den rechten Nachbarn weiterzureichen, der von nun an weitermalen durfte. Das gab eine große Aufregung. Die Bewohner waren sehr überrascht, kurz verunsichert, aber auch neugierig darauf, wie es weiterging. Nun wurde das Bild alle 5 Minuten weitergegeben, bis der Bewohner sein Ursprungsbild wieder vor sich liegen hatte und staunte, was sich alles verändert hatte. Die Bewohner haben „ihr“ Bild losgelassen und dem Nachbarn vertrauensvoll übergeben. Auch bei dieser Arbeit sind außergewöhnliche Bilder entstanden. Jeder hat am Bild das ergänzt, was er am besten Malen konnte und was seiner Meinung nach auf dem Werk noch fehlte (siehe Bild 13).

Noch etwas zur Organisation:

Bei dieser Methodik sollte darauf geachtet werden, dass die Blätter vorher auf der Rückseite mit Namen beschriftet werden, da es immer mal wieder vorkommen kann, dass ein Bewohner sein Blatt nicht weiterreicht oder es in die falsche Richtung gerät!

Ich halte es aber für sehr wichtig, dass der ursprüngliche Künstler sein Anfangs-Blatt mit all den Veränderungen irgendwann wieder vor sich hat.



** Bild 13 **

5.4.2. Positive Verstärkung

Am Ende der Stunde zeigte jeder sein Werk in die Runde. Meist betonte ich dabei noch ein, zwei Besonderheiten zu jedem Bild. Dann bekam jedes Bild einen Applaus. Mit gegenseitiger Wertschätzung belobigten die Bewohner ihre Mitmaler. Ich hörte Worte wie: „Klasse“ oder „Das ist ja wunderschön!“ oder „Ja, der Herr Becker, der konnte schon immer gut malen!“ Die Bewohner strahlten, wenn der Applaus kam. Einige waren sehr bescheiden und schauten ungläubig auf ihr Werk, andere nickten triumphierend in die Runde und verbeugten sich sogar.

Ich bemerkte schnell, dass ich die alten Menschen motivieren und abholen konnte, um sie wunderbar ins Tun zu bringen. Sie waren wie gefesselt an ihrer kreativen Arbeit und ließen sich kaum ablenken. In dieser Zeit wurde kaum geklagt. Mir kam es manchmal sogar so vor, als würden Schmerzen und Leid über die ganze Stunde hinweg einfach vergessen.

Die Menschen wurden ruhiger. Wenn eine stark dementiell veränderte Bewohnerin lächelte (*was sie vielleicht schon lange Zeit vorher nicht mehr tat*), gab mir dies regelmäßig ein Gänsehaut-Gefühl. Diese und viele andere schöne Augenblicke, wie sie von nun an sehr oft im Seniorenheim geschahen, gaben mir ein Gefühl von hoher Zufriedenheit und das Gefühl: Du kannst hier etwas bewegen!

Natürlich war mir stets klar, dass ich nichts zur Heilung der Demenz beitragen konnte. Eine Demenz ist nicht heilbar! Ich konnte mich aber sehr wohl mit meiner Arbeit daran beteiligen, dass die Bewohner sich für eine gewisse Zeit gehört und verstanden fühlten, ihre kognitiven Fähigkeiten trainieren, um ihre Kreativität wieder in Schwung zu bringen oder vielleicht sogar - nach so vielen Jahren – das allererste Mal zu entfachen.

Ich muss dazu sagen, dass es im „Haus im Park“ für die alten Menschen sehr viel Engagement und sehr viele Aktionen seitens der Angestellten und auch der vielen fleißigen Ehrenamtler gibt: Vom Stricken bis zur Kino-Vorführung, vom Plätzchenbacken bis zum Basteln. Ganz zu schweigen von den zahlreichen Ausflügen in den Zoo, auf die Kirmes, auf den Weihnachtsmarkt und vieles, vieles mehr. Jeder Bewohner wird nach dessen Bedürfnissen individuell beschäftigt und gefördert.

6. Schattenwelt

Im Seniorenheim wohnte auch der Tod, der normalerweise auf seinem Zimmer hockte, sich aber ab und an doch mal auf den Stationen sehen ließ.

Das erste Mal als ich ihm begegnete, arbeitete ich bereits drei Monate mit meiner Malgruppe. Es war Altweiber und ich wollte mit meinen Künstlern lustige Clownsgesichter malen. Ich sagte zu der Dame vom Sozialdienst: „Ach, Frau Ludwig, holen Sie doch bitte Fr. Schmidt, dann hole ich unseren Herrn Becker.“

Frau Ludwig, die gewiss nicht komisch klingen wollte, antwortete: „Frau Schmidt kommt heute nicht! Die ist tot“. Ich musste schlucken. Wie tot? Aber das geht doch nicht! Ich hatte doch nun meine Malstunde. Und nun war sie tot?

Sofort erinnerte ich mich an die letzte Woche, in der Frau Schmidt nach der Malstunde lieber noch etwas sitzen bleiben und noch nicht mit ihrem Rollator in Richtung Zimmer wollte.

„Ach wissen Sie, Michael,“ sagte sie, „ich bekomme etwas schwer Luft heute, ich bleibe noch ein wenig sitzen, bevor ich zurückfahre.“ Nun war die liebe Fr. Schmidt gestorben, trotzdem drehte sich die Erde noch weiter und ich saß bei meinen restlichen Künstlern, versuchte die Fassung zu bewahren und malte Clownsgesichter. Natürlich wussten es alle bereits. Wir sprachen anfangs ein wenig über sie. Jeder sagte etwas zu Fr. Schmidt. Wie nett sie doch war, oder dass sie am selben Mittagstisch gemeinsam aßen. Dann malten wir weiter. So richtige Karnevalsfreude kam an diesem Tag aber nicht mehr auf.

Natürlich war es mir damals schon klar: Die Lebenszeit ist bei jedem irgendwann zu Ende. Doch obwohl ich es bereits wusste, so wie jeder andere in diesem Heim und auf der Welt, war ich dennoch erschrocken. Gelang es mir doch bisher immer erfolgreich das Thema Tod weitestgehend von mir fernzuhalten. Gleichzeitig musste ich an meine Kolleginnen vom IHP und deren Praxisfelder denken. Ob bei ihnen auch die Mitglieder einer Arbeitsgruppe einfach so versterben? Nein, das gab es nur bei mir, denn ich arbeitete mit alten Menschen. Der Tod gehört zum Leben und er gehört in dieses Haus. Und ab heute war er auch Teil meines Praktikums.

7. Meine persönliche Grenzerfahrung

Frau Bremer, die praktisch von der ersten Stunde an immer beim Malen dabei war, sehr selten eine Runde versäumte und immer eine lustige Anekdote beizutragen wusste, kam plötzlich nicht mehr. Auf Nachfrage erfuhr ich, dass sie im Sterben lag und ihr Zimmer nicht mehr verlassen konnte. Lange überlegte ich, ob ich diese liebe Frau in ihrem Zimmer besuchen sollte. Durfte ich das eigentlich? War dies nicht zu intim, zu privat? Die Frau war im Begriff zu sterben - sie ging den letzten Weg. Durfte ich sie da überfallen? Sie dabei stören - beim Sterben?

Nach einer weiteren Malrunde ohne Frau Bremer ging ich, ohne weiter darüber nachzudenken, zu ihrem Zimmer, die fertigen Werke der anderen Teilnehmer unter dem Arm. Ich klopfte an und mein Herz überschlug sich fast. Ich ging hinein. Frau Bremer lag im Bett. Als sie mich erkannte, strahlten ihre Augen. Gleichzeitig lächelte sie mühsam. „Ach, das ist aber schön, dass Sie gekommen sind, Michael!“

„Ja, wir vermissen Sie alle, Frau Bremer“, sagte ich mit dünner Stimme und nahm ihre Hand. Da fing sie an zu weinen und jammerte: „Es dauert so lange, warum darf ich nicht sterben!“ Dies war nun eine neue Situation für mich: Frau Bremer *wollte* sterben - aber der Tod ließ sich nicht blicken und blieb auf seinem Zimmer hocken. Sie war bereit zu gehen, aber ihr Herz war noch zu stark.

Ich zeigte ihr unsere Bilder, nannte die Namen der Künstler und sie lächelte wieder. Sie freute sich so sehr über jedes einzelne Bild. Ich bestellte Grüße von den anderen und erzählte, was es Neues gab. „Ach, könnte ich doch noch malen - die Bilder sind so schön!“ Wir unterhielten uns noch eine Weile, dann verließ ich den Raum. Eine andere Bewohnerin kam zu Besuch und löste mich ab.

Ich war so gerührt und gleichzeitig so froh, sie noch lebend angetroffen zu haben. Ich hatte das Gefühl, für die sterbende Frau etwas sehr Schönes getan zu haben. Nicht eine Sekunde hatte ich das Gefühl zu stören oder nicht willkommen zu sein.

Es sollte alles so passieren. Nie zuvor habe ich meine Identität als Counselor so klar, stark und intensiv gespürt. Instinktiv tat ich das Richtige. Counseling war hier nicht mehr wortreicher Dialog und Resonanzbilder malen. Nein, Counseling war hier die Hand einer Sterbenden zu halten und dabei ein Gefühl von Nähe und Verständnis weiterzugeben sowie die Stille auszuhalten.

Vier Tage später starb sie.

Ich war zwar traurig, aber auch sehr froh, dass sie es nun endlich geschafft hatte. Sie wurde 98 und ihr Mann, alle Familienmitglieder und auch Freunde waren bereits vor ihr verstorben. Sie sei die Letzte, sagte sie immer, und nun ganz alleine auf der Welt. Alles, was sie sich wünschte, war friedlich einzuschlafen. Ihr erfüllter Lebenskreis mit allen glücklichen und traurigen Tagen hatte sich nun geschlossen. Der Tod war hier nicht, wie er üblicherweise in unserer alltäglichen Welt dargestellt wird: Plötzlich und grausam. Nein, hier war er friedlich, sanftmütig und erlösend.

8. Fazit und eigene Gedanken

„Wer die Seele eines Menschen berührt, betritt heiligen Boden.“ Novalis

Für mich ist dies das oberste aller Gebote. Man sollte behutsam und liebevoll mit Menschen, ihren Gefühlen, Freuden aber auch mit ihrer Trauer und ihren Ängsten umgehen. Nichts ist empfindsamer und verletzlicher als eine menschliche Seele. Aus meiner Zeit im Seniorenheim nehme ich mit, den Tod als Teil des Lebens zu akzeptieren und allen Menschen gleich zu begegnen, auch wenn sie alt oder krank sind. Denn nur allzu häufig vergessen wir in der heutigen hektischen Zeit, in der jeder so perfekt funktionieren muss, dass die Menschen im Seniorenheim nicht immer schon alt waren. Manch junger Pflegeschüler kennt sie nur jetzt - greisig, dement, unbeholfen, vielleicht sogar inkontinent.

Aber jeder meiner Künstler war auch mal 10 Jahre alt und sprang übermütig über Blumenwiesen. Jeder war auch mal 20 und lernte die Liebe kennen. Jeder der alten Menschen war mal 30 und 40, gründete eine Familie, lebte seinen Beruf. Jeder wurde 50, dann plötzlich 60 - man verlor Familienangehörige, Freunde starben. Jetzt ist man 70 und 80 oder noch älter und lebt im Seniorenheim, so als gäbe es das lange Leben vorher gar nicht. Habt Respekt vor dem Menschen und dem bewegten Leben davor.

Denn es war da.

Es war alles einmal da.

Woher ich das so genau weiß?

Durch so viele nachdenkliche, wunderbare Geschichten und Momente, durch so viele gemalte Emotionen in all den fantasiereichen Bildern. Über ein Jahr lang haben die Bewohner mich mitgenommen auf eine Reise durch ihr Leben, ihre Glücksmomente, ihre Ängste und ihre Sorgen.

Mein persönlicher Dank geht daher an die Bewohner und an die Mitarbeiter des Seniorenheims „Haus im Park“ in Krefeld-Uerdingen. Besonders an Fr. Frenken und Fr. Grunenberg vom Sozialdienst. Die Namen der Bewohner wurden geändert.

9. Quellen und Literatur

Dorst, Brigitte: Therapeutisches Arbeiten mit Symbolen: Wege in die innere Bilderwelt
Höhle, Susanne: Zauberhafte Märchen, IHP Manuskript 1422 G
Riedel, Ingrid: Trauma und Krise bewältigen: Psychotherapie mit Trust

Zusammenfassung

Bericht aus meinem Praxisfeld im Seniorenheim während meiner Ausbildung zum Counselor für Kunst- und Gestaltungstherapie. Mein intensives Jahr mit einer kleinen Malgruppe, bestehend aus hauptsächlich dementiell veränderten Bewohnern.

Biographische Notiz:

Name: Michael Cammarota
Wohnort: Krefeld
Berufsbezeichnung: Chemielaborant
Counselor IHP
Fachrichtung: Kunst- und Gestaltungstherapie
LehrCounselor: Sabine Schulte, Manuel Rohde
LehrTrainer: Maria Amon, Christof Aubke, Alexandra von Miquel,
Hella Janssen-Hack, Heinz Sondermann, Brigitte Michels,
Karl Metzler

