Kunstprojekte mit Senioren

Sich mit Kunst zu befassen heißt, sich mit Wissen zu befassen. Über Kenntnisse zu Materialien, Farben, Untergründen und Medien zu verfügen. Sich mit der Biografie eines Künstlers und dessen Werken auseinanderzusetzen. Es bedeutet, sich mit dem Erfahrungshorizont und den transformierten Gedanken eines anderen Menschen zu beschäftigen. In fast jedem Seniorenheim wohnen Menschen, die in ihrem Leben schaffende Künstler oder Hobbykünstler waren bzw. es noch sind, denn Künstler bleibt man sein Leben lang. Ihren Wohnraum und ihre Umgebung ansprechend zu gestalten sollte daher selbstverständlich sein. Auch die Flure und der Eingangsbereich sollten ästhetisch und ansprechend sein. Interessierte Bewohner in diese Gestaltung miteinzubeziehen kann ein elementares Aushängeschild für ein Seniorenheim sein. Kunst liegt zwar bekanntlich im Auge des Betrachters, doch was Dekoration und Kunst betrifft, haben kindlich anmutende Bastelarbeiten, Window-Colour-Flächen oder Kunst aus Klopapierrollen in einem Wohnbereich nichts verloren. Kunstwerke, die von Bewohnern gefertigt wurden, sollten buchstäblich einen ansprechenden Rahmen erhalten, mit einem Namen versehen sein und vielleicht sogar einen Titel aufweisen. Diese Fortbildungseinheit liefert zahlreiche Anregungen, das Thema Kunst mit Senioren anzugehen.

Autorin: Bettina Rottner-Schmidt, freiberufliche Trainerin für Persönlichkeitsentwicklung und Motivation, Clownin, Theaterpädagogin, Staatl. anerkannte Erzieherin, Coach

LERNZIELE

Wenn Sie diese Fortbildungseinheit gelesen haben …

- wissen Sie, wie wichtig künstlerische Prozesse gerade für ältere Menschen sind.
- entwickeln Sie Ideen, die Räume der Einrichtung zu gestalten.
- sind Sie motiviert, das Thema Kunst mit Senioren anzugehen.
- erweitern Sie Ihr Wissen zum Thema Farben.
- haben Sie Ideen für eine Materialsammlung.
- kennen Sie die Ziele der künstlerisch-therapeutischen Arbeit.
- kennen Sie den Unterschied zwischen prozess- und produktorientiertem Arbeiten.

STICHWÖRTER

Kunst, Lebensqualität, Prozesse, Kunstangebote, Gestaltung, Aktivierung, Kreativität, intuitives Malen, Malutensilien, Atelier, innere und äußere Realität

Lebensqualität im Alter

Im Alter gilt es, Lebensqualität und Ressourcen zu erhalten. Insbesondere Menschen mit demenzieller Erkrankung verlieren mehr und mehr das Verhältnis zum zeitlichen Geschehen, sie „fallen buchstäblich aus der Zeit“. (1) Das Leben findet mehr und mehr im Augenblick statt, die Zukunft kann nicht mehr geplant werden, und die Erinnerung an die Vergangenheit nimmt ab. Kommt das Bewusstsein dazu, dass die Erinnerungslücken immer mehr zum Vorschein kommen, leiden alte Menschen besonders stark darunter. Die Bedeutung der Gegenwart, des momentan Erlebbaren nimmt dann häufig zu. Dieses Erleben mit Aktivität zu verbinden macht Sinn. Die englische Ärztin, Sozialarbeiterin und Krankenschwester Cicely Saunders bringt es mit der folgenden Aussage auf den Punkt:

„Es geht nicht darum, dem Leben mehr Tage zu geben, sondern den Tagen mehr Leben.“

Die Beschäftigung mit Kunst beschert den Tagen bzw. dem Leben der Senioren mehr Glanz und buchstäblich auch Farbe. Das Leben ist bunt, auch diese Einstellung kann im Seniorenheim gelebt werden. Viele Bewohner, die heute

betreut werden, haben den Krieg und die Nachkriegszeit miterlebt. Kunstunterricht in der Schule hatte keine oder maximal eine untergeordnete Rolle. Das Leben war von Arbeit und Verzicht geprägt. Dennoch oder gerade deshalb zeigt die Erfahrung, dass Kunstangebote in Seniorenheimen gut und gerne angenommen werden.

Die Beschäftigung, verbunden mit dem Erleben des Augenblicks, spielt eine entscheidende Rolle, wenn es um den Erhalt von Lebensqualität geht. Es lohnt sich, auch einen Blick auf die alltäglichen Indikatoren zu werfen. Die sozialen Indikatoren wie Einkommen, Gesundheitszustand und Leistungsfähigkeit zählen zu den objektiven Faktoren. Die subjektiven Indikatoren, wie Furcht oder Ängste, meist tief verankert im Unterbewusstsein, sowie Hoffnungen oder Erwartungen, aber auch individuelle Probleme, Lebensthemen und ihre Bewältigungsmuster haben Einfluss auf die Lebenszufriedenheit. Dies geht mit der Lebensqualität einher und beschäftigt und belastet ältere Menschen sehr. Kein Leben verläuft ohne Schicksalsschläge. Im Alter tritt einiges wieder zutage, der immer näher rückende Tod ist ebenso ein Thema.

Geht es um ein gelebtes Kunstprojekt in der Pflege, sind vor allem die sozialen Indikatoren von Bedeutung. Für Menschen ist es wichtig, dazuzugehören, anerkannt und geliebt zu werden. Für alte Menschen ist es dazu noch wichtig, gebraucht zu werden und sich nicht überflüssig zu fühlen. Ein noch schöneres Gefühl ist es, noch Bedeutung zu haben. Oft hört man im Seniorenheim: „Ich will niemandem zur Last fallen.“ Das gesamte Leben lang wurde der eigene Wert anhand der vollbrachten Leistung definiert. Daher ist es besonders wichtig, dass ältere Menschen die Gelegenheit bekommen, ihre Selbstständigkeit zu erhalten und möglichst lange eigenständig, selbstwirksam und mobil zu bleiben.

Die Erfahrung zeigt, dass viele Senioren neugierig sind und sich gerne auf Neues und Anregendes einlassen. Wichtig sind in diesem Zusammenhang eine gute Beziehung und

Vertrauen zu einer Person, die sie dabei unterstützt. Ebenso ein verlässlicher Rahmen, schöne Rituale und Regelmäßigkeit.

Wichtig: Interesse an Neuem geht auch durch eine demenzielle Erkrankung nicht verloren.

Der künstlerische Prozess – was Ausdruck durch Malen schafft

Sich mit sich selbst auseinanderzusetzen und mithilfe der Kunst auszudrücken kann ein hilfreicher und befreiender Prozess sein. Es bedarf seitens der Betreuungskraft ein gewisses Maß an Anspruchsdenken für diese Aufgabe oder eine Zusatzausbildung im Bereich der Kunsttherapie, um individuelle Prozesse professionell begleiten zu können. Auch Eigenerfahrung in der Auseinandersetzung mit künstlerischen Prozessen ist von Vorteil.

Es ist wichtig, trotz niedrigschwelliger Angebote, dass sich Kunst im Seniorenheim von einem einfachen Bastelangebot abhebt.

Zum Verständnis: Ein Bastelangebot ist produktorientiert. Es wird nach Vorgabe der Betreuungskraft etwas hergestellt, den Bewohnern dient ein fertiges Produkt als Vorlage. Die Betreuungskraft hilft, greift bei Bedarf ein oder verschönert. Die Gruppe unterhält sich und ist beschäftigt, wird aktiviert.

Es geht um den Erhalt von Ressourcen und Fingerfertigkeiten sowie um Geselligkeit und das gemeinsame Erleben. Das ist sehr wichtig und Standard in jedem Pflegeheim.

Kunst hat jedoch einen anderen Rahmen und Stellenwert. Ein Kunstangebot ist prozessorientiert und findet bestenfalls in einem Atelier statt. Es geht um innere Prozesse, die Ausdruck finden. Im Kunstraum/Atelier befinden sich Materialien in einer angemessenen Vielfalt, Tischstaffeleien und Werkzeuge, mit denen altersgerecht gearbeitet werden kann. Die Betreuung von Kunst im Seniorenheim durch eine Kunsttherapeutin ist sinnvoll, jedoch nicht zwingend notwendig.

Es gibt genügend Material, sich mit Kunst und künstlerischen Prozessen zu befassen. Der Aspekt des lebenslangen Lernens gilt daher nicht nur für Senioren, sondern auch für Betreuungskräfte. In der Kunst inspiriert man und wird inspiriert.

Es ist wichtig ist zu wissen, dass entstandene Bilder nicht zu bewerten sind. Die Gedanken des Pädagogen und Forschers Arno Stern sind auch für Menschen im Alter von erheblicher Bedeutung. Arno Stern ist der Begründer des „Malorts“, einer Institution, die es mittlerweile auf der ganzen Welt gibt. So ist der sichere „Malort“ laut Stern ein geschützter Bereich ohne Bewertung von außen. Er enthält ausreichendes und hochwertiges Material und ermöglicht das „Malspiel“, in dem bereits viel passiert, wenn eine Person Farbe auf ein Blatt Papier bringt. „Malort“ und „Malspiel“ bilden somit die Grundlage für ein erfolgreiches Malprojekt.

Die Bedeutung des malerischen Gestaltens im Alter

Das biologische Gesetz der Anpassung besagt: „Was nicht weiter gebraucht wird, geht mit steigendem Alter verloren.“ (1) Bewegungsmuster bleiben erhalten oder gehen verloren, wenn sie nicht aktiviert werden.

Künstlerisches Gestalten ist untrennbar mit der Wahrnehmung verbunden. Einem Menschen die Möglichkeit zu geben, sich gestalterisch auszudrücken, ist mehr als nur bloße Beschäftigung. Durch diese Art der Aktivierung wird ein Zusammenspiel von Leib, Seele und Geist gefördert, das die Person ganzheitlich anspricht und aktiviert. (1)

Durch die Anregung künstlerisch begleitender Prozesse begünstigt man nicht nur die Feinmotorik der Bewohner, sondern bietet ihnen auch Möglichkeiten der Selbstwirksamkeit. Das seelische Erleben kann malerisch zum Ausdruck gebracht werden und es erfolgt eine geistige Auseinandersetzung mit den Dingen. Die physische und psychische Verfassung eines Menschen bedingen sich gegenseitig. Das therapeutische Malen bietet eine Möglichkeit, dem eigenen Befinden Ausdruck zu verleihen und zeitgleich biografisch Orientierung beizubehalten.

Gestaltung ist letztendlich der Bestandteil jeder Handlung und somit Teil der Person, die sie ausführt. Wenn man Gestaltung beeinflusst, nimmt man immer auch Einfluss auf die Persönlichkeit. Der Mensch – egal welchen Alters – entwickelt sich in Abhängigkeit seiner Umwelt und seinen Handlungsmöglichkeiten. Bereichert man die Umwelt der Senioren mit kreativen Handlungselementen, erweitert man automatisch die Handlungsmöglichkeiten der Menschen. (1)

2 Aspekte beschreibt die Kunsttherapeutin Heike Lutzeyer in ihrem Buch „Malen mit alten und demenziell erkrankten Menschen“:

- Zum einen, den malenden, schaffenden Menschen in seinem eigenen Prozess zu belassen. Das bedeutet, nicht in das Werk des Schaffenden eingreifen, wenn er dies nicht in Auftrag gibt, auch wenn es manchmal schwerfällt. Es ist schon viel geschehen, wenn ein alter Mensch in ein Atelier kommt und sich an eine Staffelei setzt und Farbe (egal in welcher Form) auf einen Malgrund aufträgt.
- Zum anderen das Schaffen von Settings. Ein Kunstprojekt, an dem sich Senioren aktiv beteiligen, sich unter Anleitung künstlerisch ausprobieren und erleben können und sogar eine gemeinsame Ausstellung schaffen oder selbst die Flure ihres Wohnheims gestalten, vermittelt gelebte Wertschätzung.

Erfahrungslernen ist eine sehr intensive Lernform. Senioren haben in ihrem Leben schon viele Erfahrungen gemacht, Herausforderungen, Krisen und Schicksalsschläge ertragen und gemeistert. Im Alter eine andere Art Erfahrung machen zu können setzt körperliche und sinnliche Impulse.

Fallbeispiel: Das Kunstprojekt

Betreuungsassistentin Ramona liebt es, mit ihren Bewohnern zu werkeln, zu backen und zu kochen. Sie mutet ihren Bewohnern viel zu und versucht, sie zu animieren, möglichst viel noch allein zu tun.
Ramona erfährt durch Zufall von einem Kunst-Angebot namens „DemenzArt“. Sie ist selbst Hobbykünstlerin und in ihrer Freizeit gerne kreativ. Daher ist sie neugierig, schaut sich die Ausstellung an und ist angetan von den Werken, die Menschen geschaffen haben, die manche Einschränkung oder demenzielle Erkrankung haben.
Ramona möchte so ein Kunstprojekt auch in ihrer Einrichtung ermöglichen und spricht Heimleiter Herrn Kraus darauf an. Dieser zeigt sich offen für Neues, ist auch bereit, Geld zu investieren, legt dabei aber viel Wert auf Nachhaltigkeit und Zuständigkeitsbereiche. Er bittet Ramona, ein Konzept zu entwickeln, Kosten einzuschätzen und ihm die Überlegungen und Berechnungen vorzustellen. Ramona macht sich an die Arbeit. Sie findet einen passenden Raum im Pflegeheim, den sie als Atelier nutzen könnte, und beschafft Kataloge, mit deren Hilfe sie den Kostenaufwand für Materialien besser einschätzen kann. Sie überlegt sich 2 passende Wochentage und stellt eine Liste mit Bewohnern zusammen, die für den Projektanlauf infrage kommen.
Herr Kraus stimmt zu.
Daraufhin bereitet Ramona die erste Kunststunde vor. Sie richtet Tische mit zunächst 4 Malplätzen ein, bestellt spezielle Tischstaffeleien und ein gutes Sortiment an kombinierbaren Farben und Malgründen. Ramona lädt zu einem festgelegten Termin ihre 4 „Probanden“ ein. Es sind 3 Damen und ein Herr. Ramona hat im Vorfeld das Thema Friedensreich Hundertwasser vorbereitet. Sie stimmt die kleine Gruppe mit einem Zitat von Hundertwasser ein: „Regentage sind schöne Tage“. (3) Herr Müller, der einzige Herr der Runde, war zeitlebens Landwirt. Noch heute beschäftigt ihn, wie sein Beruf vom Wetter abhing und Regen Fluch und Segen zugleich sein konnte. Er sitzt mittlerweile im Rollstuhl, ist aber körperlich fit und sucht nach sinnvoller Beschäftigung und lebendigen Unterhaltungen. Ramona kennt ihn schon länger, und er hat ihre Einladung gerne angenommen und berichtet angeregt von Regentagen und wie sie den Ackerbau beeinflusst haben. Ramona erzählt danach von den 5 Häuten, die Hundertwasser den Menschen zuschreibt, und zeigt einen Kunstdruck, auf dem eine seiner berühmten Spiralen zu sehen

FARBEN GEHÖREN ZUM LEBEN

„Farbe ist der Ort, wo unser Gehirn und das Weltall sich begegnen.“ Paul Cézanne (2)

Das weite Spektrum der Farben mit seinen vielen Nuancen wirkt auf die Gefühle und das Wohlbefinden. Farben sprechen unmittelbar tiefe Seelenschichten an. Jede Farbnuance besitzt ihre eigene Schwingung und wirkt unterschiedlich auf Menschen. Die Farbwahrnehmung lässt den Alltag sinnlicher erleben und gestalten. Heilungsprozesse kann man durch Farben unterstützen – ohne Nebenwirkungen – und die psychische Verfassung eines Menschen an seinen Farbvorlieben erkennen.

Farben wirken auf allen Ebenen: körperlich, geistig und seelisch.

Farbe ist ein Sinneseindruck, der entsteht, wenn Licht auf die Netzhaut des Auges fällt. Das Licht, eine farblose Energiestrahlung, veranlasst spezielle Sinneszellen im Auge zu einer Nervenerregung, die zum Gehirn geleitet wird und dort auf bisher weitgehend ungeklärte Weise als Farbe ins Bewusstsein des Menschen tritt.

Farben wirken auf die psychische Gesundheit. Sie sind Nahrung für Seele und Sinne.

Alle Sinneswahrnehmungen haben Einfluss auf die Gefühle, im besonderen Maße die Farben. (2)

Man würde nie die Farbe „Rot“ mit einer depressiven Verstimmung verbinden.

Es sehen nicht alle gleich. Man sieht, was dem Bewusstsein entspricht, d. h., was man sehen will. Das Auge sieht aktiv, es gestaltet die Wahrnehmung mit. Zu jeder Farbe hat man bewusst oder unbewusst eine Meinung, die abgerufen wird, wenn man die Farbe sieht. So denkt man bei „Blau“ zunächst an Wasser und Himmel, bei „Rot“ an Liebe und Wärme und bei „Gelb“ an Licht und Kommunikation. (2)

ist. Die Spirale ist ein Symbol für Leben und Tod. Hundertwasser hat unzählige Bilder mit Spiralen gemalt. An der Wand hat Ramona Fotos von Spiralen aus der Natur gut sichtbar angebracht: ein Farnblatt, einen Wasserstrudel, einen Wirbelsturm, ein Chamäleon und ein Schneckenhaus. Danach geht's ans Malen.
Ramona lässt die Bewohner eine Spirale mit einem Edding-Stift auf ein DIN A3 großes Malpapier übertragen. Sie gibt den Tipp, besser innen anzufangen, und ermutigt die Teilnehmer, dass auch der berühmte Maler Hundertwasser seine Spiralen nicht gleichmäßig, manchmal sogar eckig gemalt hat. Nach Vollendung der Spirale werden Teilstücke ebenfalls mit dem Edding-Stift markiert. Danach malen die Teilnehmer die Felder farblich aus. Dazu benutzt Ramona Gouache-Farben. Diese Farben haben eine starke Leuchtkraft und motivieren die Gruppe zum Experimentieren. Die erste Stunde ist schnell geschafft, auch wenn die Teilnehmer gerne noch weitermachen würden. Ramona kündigt daher als kleinen Trost schon die nächste Stunde an. Dann sollen die Bewohner an Details weiterarbeiten und Akzente in den Spiralen setzen, z. B. Striche, Punkte oder andere Elemente.
Nach Beendigung des Projekts fertigt Ramona Passepartouts an und befestigt die Bilder in schönen Wechselrahmen. Sie hängt sie gut sichtbar im Eingangsbereich auf, dazu auch die Bilder von den Natur-Spiralen, die als Inspiration dienten. Sie kennzeichnet die einzelnen Bilder mit den Namen der Künstler. Um für das Projekt noch mehr Aufmerksamkeit zu erhalten, schneidet Ramona zusammen mit weiteren Bewohnern Spiralen aus, die sie an einem Seilspannsystem an der Decke im Eingangsbereich befestigt. Sie stellt auch eine Kurzbiografie zu Friedensreich Hundertwasser und Informationen zu seinen Werken aus. Die Angehörigen und Besucher sind beeindruckt von der Schaffenskraft der Bewohner unter Ramonas Anleitung.
Die Künstlergruppe trifft sich auch nach diesem ersten Projekt weiter. Es entstehen noch viele weitere Werke und Themen, Ramona ist begeistert und ebenfalls künstlerisch inspiriert. Sie meldet sich für eigene Malkurse an und setzt sich intensiv mit dem Thema „Malen und Demenz" auseinander. Auch Herr Kraus ist sehr angetan und hat die Idee, eine weitere Ausstellung im Rathaus zu planen.
Auf dieser Vernissage hält sogar der Bürgermeister eine Ansprache. Die Künstler und Ramona kommen ebenfalls zu Wort und stellen ihr Projekt mit Freude und Stolz vor.

Stunde vorbereiten: Malutensilien zusammenstellen

Nachdem ein Atelier eingerichtet ist, lohnt sich ein Blick auf die Materialien und Werkzeuge. An einem Projekt bzw. Kunstwerk kann auch mehrere Wochen gearbeitet werden, daher sollte der Raum ausschließlich als Atelier genutzt werden. Die Atmosphäre ist wichtig, ein wenig Chaos darf dazugehören, denn wo gearbeitet wird, fallen für gewöhnlich auch Späne, und in einer Hochglanzwerkstatt sind noch keine genialen Werke entstanden. Dennoch sind ein gewisses Sortieren und Organisieren von Wichtigkeit. Gute Materialien sind teuer und sollten gut aufbewahrt werden. Im kreativen Prozess werden Sauberkeit und Ordnung in Mitleidenschaft gezogen, das ist Teil des Vergnügens. Doch zu Anfang sollten die Utensilien sauber und geordnet sein, damit reine Energie und Inspiration fließen können. (4) Im Folgenden werden jene Materialien aufgelistet, die für ein Kunstprojekt von Bedeutung sind.

Acrylfarbe: Hier lohnt es sich, mehr Geld zu investieren, da teurere Farben auch mehr Pigmente enthalten und bessere Ergebnisse erzielen.

Leinwände: Es gibt sie günstig und in allen Formaten.

Andere Malgründe: Dies können Kartons, festes Papier, alte Lexika, Bildbände, Notenblätter, Poster, Filmplakate sein. Es lohnt auch immer ein Besuch auf einem Flohmarkt, um sich inspirieren zu lassen.

Pinsel: Schaumstoffpinsel eignen sich ebenso gut wie andere Pinsel. Hierbei ist auf verschiedene Größen und Formen zu achten.

Weitere Malutensilien: Dienlich sind z. B. alte Kreditkarten (als Spachtel), Kartons, leere Deoroller oder Luftpolsterfolie (als Druckwerkzeug). Auch mit alten Obstnetzen, Kämmen, Schwämmen, Kugelschreibern und Farbrollen können spannende Effekte erzielt werden. Jedes Werkzeug hinterlässt bestimmte Spuren auf dem Malgrund und erweitert so die visuelle Sprache. Hier lohnt es sich, kreativ zu sein und auszuprobieren.

Zubehör: Als standfestes Wasserglas haben sich alte Essiggurkengläser bewährt und als Palette alte Kuchenteller. Ein Lappen sollte nicht fehlen. Gut ist auch eine Sprühflasche mit Wasser, um den Malgrund befeuchten zu können oder besondere Effekte zu erzielen, wie z. B. Tropfen.

Ideen zur praktischen Umsetzung

„Farbe ist eine Macht, die direkt auf die Seele wirkt:" Wassily Kandinsky (2)

Sich eine Stunde lang der Farbe „Blau" zu widmen klingt zunächst (buchstäblich) etwas eintönig, bietet aber vielfältige Möglichkeiten, sich dem Thema zu nähern. So kann man zu Stundenbeginn und zur Auflockerung z. B. mit einer Wortsammlung anfangen. Diese dient gleichzeitig der Erinnerung und regt zum Austausch und gemeinsamen Gespräch an.

Abbildung 1: Innere vs. äußere Realität

Mit der Farbe „Blau" verbindet man u. a.:
- Romantik
- Treue
- Himmel
- Wasser
- Maria
- Götter
- Klarheit – Wahrheit – Weisheit
- blaue Augen
- Himmelsstern
- blaue Stunde
- Blaubart
- Bluejeans
- feeling blue
- blue monday
- having the blues (2)
- Blaulicht

„Blau" in der Natur:
- Pflanzen (Alraune, Enzian, Flachs, Glockenblume, Kornblume, Schwertlilie, Veilchen, Rittersporn)
- Tiere, auch wenn „Blau" die seltenste Farbe im Tierreich ist (Blauer Morphofalter, Blauhäher, Blaureiher, Pfau)
- Steine (Saphir, Lapislazuli)

„Blau" in Gedichten:
- „Mit deinen blauen Augen" (Heinrich Heine)
- „Er ist's" (Eduard Mörike)
- „Die blaue Blume" (Joseph von Eichendorff)

„Blau" in Gemälden:
- „Der Blaue Reiter" (Franz Marc)
- „Das Mädchen mit dem Perlenohrring" (Jan Vermeer)
- „Die Sternennacht" (Vincent van Gogh)
- „Klein Blue" (Yves Klein)
- „Die blauen Akte" (Henri Matisse)

„Blau" in der Musik:
- „Die Moldau" (Bedřich Smetana)
- „Blau blüht der Enzian" (Heino)

Tipp: Eine ganze Stunde einer Farbe zu widmen weckt auch Erinnerungen. Die Farbe entsteht im Kopf und es werden Assoziationen damit verknüpft. Ein Zitat der taubblinden Schriftstellerin Helen Keller lautet: „Was ich suche, ist nicht da draußen, es ist in mir." (5) Diese Aussage trifft mitunter auch auf Menschen mit Demenz zu. Über die Kunst, schöne Erinnerungen zu wecken, kann für alle Beteiligten sehr wohltuend sein.

Innere und äußere Realität

Die innere Realität besteht sowohl aus körperlichen als auch psychischen Merkmalen und die äußere Realität aus der sozialen und physikalischen Umwelt.

Die inneren Vorgänge sind die innere Welt eines jeden Menschen, seine Blase. Im künstlerischen Prozess können

innere Vorgänge ohne Worte nach außen transportiert und transformiert werden. Dies kann in einer vertrauensvollen Umgebung für den Malenden sehr befreiend sein. Für die Betreuungskraft ist es von Vorteil, sich der inneren und äußeren Realität der zu betreuenden Personen bewusst zu sein.

Ziele der künstlerisch-therapeutischen Arbeit

Kunst wirkt gesundheitsfördernd, künstlerisches Praktizieren ebenso wie das Wahrnehmen von Kunst. Dies wird durch neue Erkenntnisse der medizinischen Forschung bestätigt. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) fordert daher sogar die Einbindung der Künste in den Gesundheitsbereich. Im Folgenden werden die Ziele der künstlerisch-therapeutischen Arbeit aufgelistet.

- Stärkung des Selbstbewusstseins
- Freude über ein geschaffenes Werk
- Sensibilisierung der Körper- und Bewegungswahrnehmung
- Ausschöpfung der vollen Leistungsfähigkeit
- Aufrechterhaltung der Muskelkraft, der Elastizität und Beweglichkeit von Händen, Rücken und Schultergürtel
- Gelenkbeweglichkeit der Feinmotorik
- Wachhalten von Koordination und Reaktionsfähigkeit über situationsbezogene Anpassungsreize durch die einzelnen Mal- und Gestaltungstechniken
- innere und äußere Beweglichkeit
- Muße und Entspannung
- gegenseitige Empathie und Anteilnahme an den Ergebnissen (1)
- Kommunikationsfähigkeit
- Selbstwirksamkeit

Fazit

„Kreativität ist das Geschenk Gottes an uns. Der Gebrauch unserer Kreativität ist das Geschenk, das wir an Gott zurückgeben.“ (6) Diese Aussage stammt von der Autorin Julia Cameron aus ihrem Buch „Der Weg des Künstlers“.

Alten Menschen (mit oder ohne demenzielle Erkrankung) künstlerische Angebote zu machen ist ein Angebot für Selbstwirksamkeit und innere Freiheit. Gerade, wenn die Hilfsbedürftigkeit zunimmt und die Lebenskraft nachlässt, tut es Menschen gut, sich mit ihrem Inneren zu beschäftigen und die eigenen Gefühle nach außen zu transportieren. Dabei darf auch auf preisgünstige und einfache Kunstmaterialien zurückgegriffen werden. Um künstlerisch aktiv zu werden, können auch viele Alltagsmaterialien zum Einsatz kommen. Durch das Malen mit der Hand bzw. dem eigenen Finger fühlt der Malende sogar noch mehr, und es passieren erstaunliche Vorgänge im Körper: Die Sinne werden durch die Farben bereichert und der Körper erhält taktile Reize. Der Schaffende erlebt sich selbst. Auch zur Musik zu malen kann sehr wohltuend sein. Die Musik weckt mitunter Erinnerungen, die als Bewegung auf der Leinwand verewigt werden.

Sind die Werke fertiggestellt, bieten sich die Zimmer der Bewohner oder Flure der Einrichtung als Ausstellungfläche an. Die Werke der Senioren auszustellen, zeigt nicht nur Wertschätzung den Bewohnern gegenüber – die Werke zu betrachten, kann Kommunikationsanlässe schaffen, um mit Pflege- und Betreuungskräften, Besuchern, Angehörigen, Externen sowie Bewohnern ins Gespräch zu kommen.

Literatur

1 Lutzeyer, H.: *Malen mit alten und demenziell erkrankten Menschen.* Verlag: Urban und Fischer, München 2016.
2 Vollmar, K.: *Das große Buch der Farben.* Verlag: Königsfurt-Urania, Kiel 2021
3 Friedensreich Hundertwasser – Zitate (online unter https://1000-zitate.de/autor/Friedensreich+Hundertwasser/#:~:text=Wer%20zu%20fr%C3%BCh%20Erfolg%20hat,m%C3%BChelose%20Weg%20f%C3%BChrt%20zum%20Erfolg. *1000zitate/ autor/)*
4 Bowley, F.: *Intuitiv malen.* Edition Michael Fischer GmbH, Igling 2017
5 Helen Keller: Zitate (online unter https://1000-zitate.de/autor/Helen+Keller/#:~:text=Was%20ich%20suche%20ist%20nicht,ein%20normaler%20Mensch%20behandelt%20wird.%201000zitate.de/%20helen%20keller)
6 Cameron, J.: *Der Weg des Künstlers.* Verlag: Knaur. Leben, München 2019
7 Warum beschäftigen sich Menschen mit Kunst? (online unter https://www.soika.com/links/text/06d_wissenstransfer.htm)

Bildquellen

@ belahoche – AdobeStock.com
@ kvector – AdobeStock.com

Redaktionssprechstunde

Sie haben Fragen zu dieser Fortbildungseinheit? Unsere Redaktion ist jede Woche für Sie da. Sie können uns dienstags zwischen 10 und 12 Uhr unter der Telefonnummer 02 51 / 32 35 06 90 erreichen. Oder schicken Sie uns einfach jederzeit eine E-Mail an redaktion@betreuungskraefte-akademie.de