

**KDE NÁS BOTA TLAČÍ**

STÁT V ÚNORU  
přispěje důchodcům



**ZDARMA**

# PRAŽSKÝ SENIOR

číslo: 1 / ročník: 8 – 2016 / vychází 29. února

**UŽITEČNÉ RADY, TIPY,  
ZAJÍMAVOSTI**

**NA NÁVŠTĚVĚ U VÁS**

I senioři z Prahy 10  
mohou žít na zámku



**PRAŽSKÝ SENIOR  
VYCHÁZÍ  
I K POSLECHU  
NA CD!**

**RECEPTÁŘ**

Klasické recepty  
v moderním hávu



**BEAT GROSSENBACHER**

**Übersetzung Deutsch**



## Beat Grossenbacher:

„WARE GEFÜHLE ZU ZEIGEN HALTE ICH FÜR SEHR WICHTIG!“

**Persönlich anwesend bei der Eröffnung des 1. CDA in Prag.**

**Ende letzten Jahres, haben Sie das erste Zentrum der multisensorischen Pflege CDA in der Tschechischen Republik eröffnet. Können Sie unseren Lesern im Detail beschreiben, worauf die Methode beruht.**

Die Grundlage der Methode beruht darauf, dass wir als Menschen immer und überall die Welt mit allen Sinnen wahrnehmen. Diese Sinneswahrnehmung beeinflusst unsere emotionale Stimmung immer, auch wenn wir dies so nicht bewusst im Alltag mitbekommen. Aus der Wissenschaft wissen wir, dass der gesunde Mensch nur etwa 5% aller

Sinnesimpulse bewusst verarbeitet, der Rest wird im Unterbewussten verarbeitet.

Aus der Farbenlehre wissen wir, dass Farben uns in unterschiedlichsten Richtungen emotionalisieren können. Weniger bekannt ist jedoch, dass wir alle Sinneswahrnehmungen in Farben auflösen. So kann zum Beispiel ein blauer Duft wie Lavendel dieselbe Wirkung erzielen, wie ein blaue Umgebung. Gleich verhält es sich mit den Klängen (Musik).

Diese Erkenntnisse machen wir uns in der Multisensorik nun zunutze, indem wir Räume so gestalten, dass wir während dem ganz normalen

Tagesablauf unsere Stimmung über die Sinneswahrnehmung gezielt verändern können.

**Wenn ich es richtig verstehe, ist dies ein einzigartiges therapeutisches Verfahren... wie sieht die alleinige (eigene) Therapie in der Praxis aus?**

Hat zum Beispiel ein Bewohner Angstzustände oder rennt nervös durch die Gänge, so ist es wichtig, dass wir diesen Bewohner nicht nur allgemein pflegen, sondern ihn auch in seiner emotionalen Stimmung abholen können. Wir können ihm helfen, indem wir ihn in eine Umgebung bringen, in der er sich selber beruhigen kann. Dazu sind Impulse nötig, die über alle Sinne kongruent eintreffen. Wir helfen so in der kongruenten Bespielung der Sinne, dass der Mensch sich lösen kann. Nebst dem gerade beschriebenen Gefühl von Sicherheit und Beruhigung, kann auch Aktivität bei Lethargie oder beispielsweise das Hungergefühl bei Menschen mit Appetitlosigkeit in die Pflege integriert werden.

**Für welche Zielgruppe ist ein solches Zentrum, welches in DS Hájé eröffnet wurde, gedacht?**

Eigentlich braucht jeder Mensch ein stimmiges Raumambiente, in dem er sich wohl und verstanden fühlt. Zum Glück können wir uns an vieles gewöhnen. So können wir beispielsweise negative Geruchsimpulse oder eine laute Umgebung mit der Zeit völlig aus dem Bewusstsein verbannen. Was wir dabei oft vergessen, im Unterbewussten wirken sie immer noch. Sehr oft resultiert aus einem solchen, im Unterbewussten negativ wirkenden Raumambiente emotionaler Stress.

Bei Pflegeeinrichtungen in denen sich Menschen aufhalten müssen, die teilweise mit einer

Hirnkrankheit zu kämpfen haben, ist es besonders wichtig ein Raumambiente zu schaffen, in dem sich die Bewohner wohl und verstanden fühlen. Ignoriert man ihre emotionalen Stimmungsschwankungen, ergibt dies eine Spirale von Stress, die sich in verschiedensten Formen zeigt und die kaum mehr ohne Medikamente zu bewältigen ist. Daraus ergibt sich wiederum die Stressspirale für die Mitarbeiter, weil auch diese dadurch unheimlich gefordert werden und dementsprechend Gefühle und Emotionen zeigen. Wir befinden uns in einer Abwärtsspirale.

**Können Sie uns näher beschreiben, wie diese Methode entstanden ist?**

Seit fast 25 Jahren beschäftige ich mich mit dem Menschen und seinen Emotionen. Im Marketing in dem es immer um Umsätze geht, mussten wir immer wieder den Beweis erbringen, dass ein gutes Raumambiente über Duft, Klang, und haptische Impulse, den Mehraufwand auch wieder einspielt. Unsere Forschungen, unter anderem auch über das EEG, haben gezeigt, dass gerade das Schaffen eines Wohlfühlambientes sich viel stärker auf das Verhalten des Menschen auswirkt, als immer neue, sogenannte „Events“ zu veranstalten.

Die wissenschaftliche Erkenntnis, dass der gesunde Menschen nur zu 5% bewusst durchs Leben geht zwang uns dazu die Frage zu stellen, wie ist es bei Menschen, bei denen die Erinnerung immer stärker in Leidenschaft gezogen wird.

Gerade dieses Thema hat uns in den letzten Jahren sehr viel Energie und Herzblut gekostet, brachte uns aber auch mit vielen interessanten Menschen im Pflegebereich zusammen. Diese Menschen, die sich vollumfänglich in der Pflege engagieren, haben uns mit ihren Erfahrungen immer weiter vorangebracht. Sie gaben uns die volle Unterstützung, um viele Theorien zu überprüfen aber teilweise auch zu überdenken. Ohne diese Menschen wären wir heute noch nicht da, wo wir sind.

Wichtiger Sparringspartner war hier sicherlich Edgar Studer (GF Domicil Kompetenzzentrum Demenz Bethlehemacker, CH-Bern), der als Vorreiter in der multisensorischen Pflege gilt und dessen jahrelanges Engagement im demenziellen Bereich auch über die Grenzen hinaus bekannt ist.



foto + foto tituli: Beat Grossenbacher

„Der Verstand schwindet, die Emotionen bleiben“ so ist es im Einstieg auf seiner homepage zu lesen. Ein kurzer und doch so wahrer und wichtiger Satz der auch zum Motto vom Herrn Studer wurde.

Aber der Weg geht ja immer weiter. Wir entwickeln uns immer weiter, so auch unsere Arbeiten mit dem CDA. Zum Wohle der Menschen forschen und Erfahrungen sammeln, dies ist unser Weg und dazu gehört nun auch das Sammeln der Erkenntnisse aus Haje Prag. Ich freue mich sehr, dass die Zusammenarbeit mit DS Háje weitergeht und sogar durch die hervorragende Betreuung, von unserem Partner in Tschechien Herrn Jan Saidl, vertieft wird.

### **Wie kam es dazu, dass es ihre einzigartige Methode bis nach Prag Südstadt schaffte?**

Interessierte Menschen, die die Augen offen haben, gibt es auf der ganzen Welt. Und dass Menschen, die sich in der Pflege engagieren, sich mit dem Wohl der Bewohner auseinandersetzen, sollte doch selbstverständlich sein. Diese Erkenntnis macht selten an einer Landesgrenze halt.

### **Was geht einer solchen Realisation und Instandsetzung eines solchen multisensorischen Zentrums voran?**

Wichtig ist zuerst einmal zu begreifen, dass eine moderne Pflege sich nicht nur mit Betten und den allgemein üblichen Pflegehilfsmitteln beschäftigen sollte.

Ohne das vorgängige Grundwissen und das „selber erleben“ des CDA und wie dementsprechend eine Pflege aufgebaut sein könnte, in der die Emotionalität des Bewohners im Mittelpunkt steht, würde es wohl sehr schwierig, für solche Vorhaben Gelder freizuschöpfen.

Im Fall Haje Prag gab es einen Dreitagesworkshop in der Schweiz, bei dem die Leitung und ausgewählte Mitarbeiter die Grundlagen der multisensorischen Pflege vermittelt erhielten. Wichtiger Bestandteil innerhalb dieser Besuchstage in der Schweiz ist es jedoch nicht nur theoretische Grundlagen zu erlernen. Die Sensibilisierung jedes einzelnen für das Zusammenspiel der Sinne und auch deren Wechselwirkungen stehen im Vordergrund und können im firmeneigenen CDA selbst erlebt werden.

### **Wie viele solche Zentren es bereits in der Welt gibt? Erwarten sie weitere Interessent aus der Tschechischen Republik?**

In der Schweiz und Deutschland gibt es schon ein paar Institutionen, die auf solche Einrichtungen zählen und das Interesse steigt immer mehr, das ist merklich spürbar. Wir haben auch bemerkt, dass viele die Arbeiten mit dem CDA mit dem sogenannten Snoezelen verwechseln. Hier muss von unserer Seite noch intensiv an dem Bekanntheitsgrad gearbeitet werden.

Wir sind der vollen Überzeugung, dass sich unsere Methode auch in Tschechien durchsetzen wird. Ein Grund dafür ist sicherlich, dass bei Neubauten oder Umbauten kaum zusätzliche Investitionen zu erwarten sind.

### **In Anbetracht dessen, dass die Zahl der Senioren mit psychomotorischen Problemen langsam aber sicher wächst, vermuten sie demnach, dass es auch mehr von solchen Zentren geben wird?**

Es ist nicht nur die Gruppe der Senioren mit psychomotorischen Problemen, die von der Emotionalität der Heimatmosphäre profitieren. Deshalb sollten sich alle damit beschäftigen. Das Pflegeheim der Zukunft wird so aufgebaut sein, dass das Heim generell in zwei Zonen aufgeteilt wird. Der wichtigste Bereich wird das sogenannte Wohnzimmer als Lebensmittelpunkt werden. Dazu gehören auch Rückzugszonen in dem das CDA eine wichtige Rolle spielen muss. Lange Gänge werden langsam verschwinden und einer anderen Zimmeranordnung weichen. Dies bedarf aber auch bei den Architekten ein Umdenken und ein Aneignen des Wissens von der Emotionalität des Menschen.

Dieses Wissen möchten wir in Fortbildungsseminaren auch in Tschechien weitergeben. Es geht dabei nicht nur um das Zweckmässige oder um eine monumentale Inszenierung von Heimkomplexen. Es geht um Wohnräume, in denen sich der Mensch wohl und verstanden fühlen kann.

Die zweite auch sehr wichtige Zone wird das Schlafzimmer sein. Hier muss in Zukunft der Individualität des Bewohners Rechnung getragen werden. Wenn sich sein Lebenszustand verändert, muss auch die Einrichtung anhand dieser Veränderungen mit verändert werden können. Diesem Umstand kann ohne grosse Kosten oder gar

bauliche Umgestaltung mit dem richtigen Konzept Rechnung getragen werden.

**Was kostet (wie teuer ist) eigentlich der Betrieb eines solchen Zentrums im Vergleich**

**zu den herkömmlichen Verfahren der Pflege von Patienten mit psychomotorischen Problemen.**

Ich kenne die normalen Kostenbudgets in Tschechien nicht. Und wieviel für herkömmliche Verfahren eingesetzt wird. Unsere Erfahrungen zeigen uns, dass bei Neubauten oder Umbauten keine grossen Mehrkosten entstehen, manchmal sind sogar durch die Zusammenlegung verschiedenster Systeme und Einrichtungsgegenstände finanzielle Überraschungen im positiven Sinn möglich. Ein komplett ausgestattetes CDA erhält man ab ca. 20'000 Euro. Je nach Ausführung können diese Kosten natürlich variieren. Im Falle DS Háje haben wir, durch die Verpflichtung der Frau Direktorin Mgr. Zavadilova sich als Vorzeigezentrum zu präsentieren, den Anschaffungspreis optimiert. Die Betriebskosten für eine CDA Ausstattung sind nicht der Rede wert und laufen zum grössten Teil unter die sowieso anfallenden Betriebskosten.

**In wie weit waren Sie persönlich an der Entwicklung von dieser Methode beteiligt und wie viele Personen oder Institutionen haben an der Lösungen zusammen gearbeitet?**

Ich bin der Gründer der Methode CDA und war sehr intensiv an der Entwicklung beteiligt. Zum Glück standen uns aber auch Personen im Fachgebiet der Psychologie zur Seite. Diese führten vor allem die wissenschaftlichen Untersuchungen, teilweise mit dem EEG, durch. Täglich arbeiten zur Zeit etwa drei Personen Vollzeit an der CDA

**Wie sind Ihre eigenen Erfahrungen (Was haben Sie persönlich...) mit Patienten mit psychomotorischen Problemen, (...erlebt ) und wie nehmen Sie diese Menschen war? (Wie denken sie über diese Menschen?)**

Seit über 20 Jahren darf ich Pflegeheime zu meinen Kunden zählen. Dabei habe ich einen besonderen Bezug zu den Bewohnern aber auch zum Personal. Ich habe dabei erleben dürfen, dass gerade bei Menschen, bei denen der Verstand in Mitleidenschaft gezogen wurde, die Emotionalität viel mehr im Vordergrund steht. Diese Menschen zu erleben, macht bewusst, dass uns der sogenannte Verstand daran hindert, Emotionen zuzulassen oder zu zeigen. Ich bin manchmal beschämt, dass ich, wie viele andere, dermassen intensiv gelernt habe Emotionen zu unterdrücken, dabei wäre es oft doch so wichtig, diese auszudrücken. Ich hoffe, dass ich auf meinem weiteren Weg noch lernen kann, auch mit dem sogenannten „normalen Verstand“, wieder Emotionen zu zeigen. Auf jeden Fall arbeite ich daran.

