

# Grosse Wirkung

## Fähigkeitsfördernde Aktivierungstherapie

**Ein regelmässiges multimodales Aktivierungsangebot hat bei Menschen mit leichter bis mittelgradiger Demenz eine gleich gute Wirkung wie das zurzeit beste Medikament. Dies zeigen Erkenntnisse aus dem MAKS-Forschungsprojekt und das daraus entstandene Handbuch.** Elvira Tschan



Elvira Tschan ist Aktivierungstherapeutin, Ausbilderin mit Lehr- und Beratungstätigkeit in den Bereichen Aktivierung und Alltagsgestaltung sowie Fachbuchautorin.  
agere@aktivierung.ch  
www.aktivierung.ch

Am 1. Dezember 2007 startete das Bundesministerium für Gesundheit das «Leuchtturmprojekt Demenz». Mit rund 13 Millionen Euro sollte intensiv zu demenzspezifischen Themen geforscht werden. Unter den sieben ausgewählten Projekten war das Projekt «MAKS aktiv». MAKS aktiv ist ein Forschungsprojekt der Psychiatrischen Universitätsklinik Erlangen in Kooperation mit der Diakonie Neuendettelsau und der Katholischen Fachhochschule Mainz. Das Fördervolumen umfasste etwa

550 000 Euro an Personal- und Materialkosten, davon war mehr als die Hälfte für die Therapie bestimmt. Es ist die erste Studie, die eine nichtmedikamentöse Therapie unter den gleichen methodischen Auflagen untersuchte, wie sie in den Zulassungsstudien für Antidementiva angewandt werden.

**Das Projekt** MAKS® steht für **motorisch, alltagspraktisch, kognitiv und spirituell**. Geforscht wurde über einen Zeitraum von zwölf Monaten. Teilnehmen



Unbestritten und wissenschaftlich belegt ist, dass eine regelmässige, ganzheitliche Förderung von Fähigkeiten eine positive Wirkung auf die einzelne Person hat.

Foto: Martin Glauser

konnten Menschen mit Demenz (ICD-10-Diagnose degenerative Demenz, MMS-Wert unter 24 Punkten, gruppentauglich, nicht taub und nicht blind). Es wurden fünf Gruppen mit je zehn Teilnehmenden gebildet. Diese wurden von zwei geschulten Pflegekräften und einer Assistenz geleitet. An sechs Tagen pro Woche wurden die Teilnehmenden vormittags zwei Stunden lang multimodal, das heisst motorisch, alltagspraktisch, kognitiv mit spiritueller Einstimmung aktiviert.

**Regelmässige gezielte Aktivierung nützt!** Das Forschungsergebnis räumt Zweifel aus und bestätigt das, was Aktivierungsfachpersonen seit Längerem formulieren: Eine regelmässige, ganzheitliche Förderung der Fähigkeiten hat eine positive Wirkung auf die Person. Ein auf die Person gut abgestimmtes Aktivierungsangebot zur Erhaltung und Förderung der Gedächtnisleistung, der körperlichen Mobilität und der alltagspraktischen Fähigkeiten wirkt ebenso gut wie die zurzeit besten Medikamente, welche für Menschen mit Demenz zur Verfügung stehen. Im Unterschied zur Abgabe von Medikamenten verursachen die Aktivierungsangebote keine Nebenwirkungen, ausser der, dass die Menschen zufriedener mit sich und ihrem Umfeld sind.

**Es braucht Schulung und Vernetzung!** Um individuelle Fähigkeiten, aber auch Defizite erkennen zu können, braucht es eine gezielte Schulung. Konsequenterweise alle Interventionen an den Ressourcen der Menschen in stationären Einrichtungen auszurichten ist noch lange nicht für alle Fachangestellten selbstverständlich. Die Bedeutung einer förderlichen Aktivierung in der Gruppe wird von Vorgesetzten meist unterschätzt. Und: Aktivierungsangebote werden häufig als Anhängsel wahrgenommen, durchgeführt werden sie meist nur, wenn noch Zeit bleibt. Wenn das Personal bzw. die Zeit knapp ist, wird am ehesten auf die Angebote im Bereich Aktivierung verzichtet. Das MAKS-Projekt bestätigt einmal mehr: Vernetzung tut not, denn Betreuungsangebote stehen meist unverbunden nebeneinander.

Fazit ist: Es braucht Konzepte für ein regelmässiges und multimodales Aktivierungsangebot. Ein solches Angebot ist therapeutisch wirksam und ist aus dem Bereich des Beliebens herauszunehmen!

**Das Handbuch** Das Handbuch mit DVD, das auf den Forschungsergebnissen des MAKS-Projekts basiert, bietet eine Vielzahl an Ideen für die Aktivierung von Menschen mit leichter bis mittelgradiger Demenz. Das Buch ist gut gegliedert und mit vielen farbigen Bildern illustriert. Altbekanntes mischt sich mit neuen Aktivierungsideen. Die Stärke des Buches sind die Kapitel zur motorischen, alltagspraktischen und kognitiven Aktivierung und zur spirituellen Einstimmung.

Die MAKS-Therapie® entspricht den Regeln der evidenzbasierten Pflegepraxis und betont die therapeutische Dimension pflegfachlichen Handelns. Das Buch wendet sich an alle haupt- oder ehrenamtlich Tätigen in der Altenhilfe, etwa an Pflegekräfte,

Ergotherapeuten, Sozialpädagogen, Psychologen und Psychoerontologen.

Dass ehrenamtlich Tätige im Bereich der Aktivierung miteinbezogen werden sollten, ist unbestritten. Ob sie professionelle Arbeit – als solche schätze ich therapeutisches Arbeiten ein – übernehmen sollen bzw. können, steht mit diesem Buch zur Debatte.

Zu kritisieren ist die spärliche theoretische Basis, die im Buch dargelegt wird. Da wird viel «erwähnt».

Material, das Erinnerungen weckt.

Foto: Elvira Tschan



So etwa der Bezug zu bestehenden Modellen wie dem ABEDL-Konzept nach Monika Krohwinkel oder die Pflege nach Böhm. Es wird geschrieben, dass «die Fähigkeiten und (biographisch bedingten) Interessen der an Demenz erkrankten Menschen» bekannt sein müssen, um ein passgenaues aktivierendes Angebot zusammenstellen zu können. So etwas, das wissen wir, braucht Schulung. Das Handbuch könnte dazu verführen, Aktivierung zu verstehen als «etwas zu tun», etwas auszuprobieren auf Kosten der Teilnehmenden. Mit Nachdruck zu unterstützen ist, dass sich Pflegende und im Aktivierungsbereich Tätige, aber nicht Ausgebildete dafür aus- und weiterbilden können. Damit multimodale Aktivierungsangebote zur Regel und zum Gewinn für alle werden, braucht es nicht nur Schulung, es braucht auch noch viel Aufklärung bei Leitungsverantwortlichen und eine Gesundheitspolitik, die sich von mehr als nur von Zahlen leiten lässt. Gerne möchte ich mir dies als Vision erhalten und es nicht als Illusion einordnen müssen. ■



**Aktivierungstherapie für Menschen mit Demenz**  
Eichenseer, B. & Grassel, E. (2011). Aktivierungstherapie für Menschen mit Demenz. München: Elsevier/Urban & Fischer. ISBN 978-3-437-28020-7, 313 S., 450 Abb., Kt., inkl. DVD, ca. 57,00 SFR.