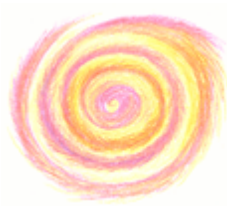
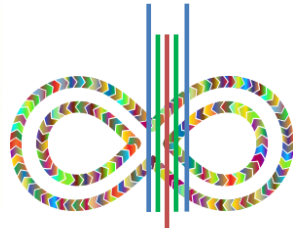


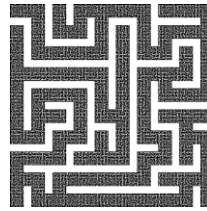
O 5 - Malen/Basteln



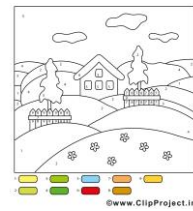
Spirale



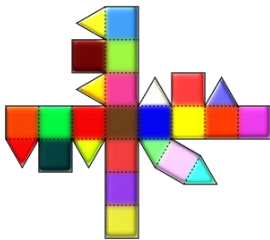
∞ - Zeichen



Labyrinth



Malen nach Zahlen



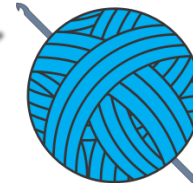
Ausschneiden



Bindfaden knüpfen



Nähen



Häkeln

Ziele:

Hauptziel ist die Schulung der Feinkoordination von Hand und Fingern sowie das Training der Hand-Augen-Koordination. Feinkoordination der Hände wird für viele Aktivitäten des täglichen Lebens benötigt (Fingernägel schneiden, Schmuck anlegen, usw.). Malen und Basteln können diese Fähigkeiten fördern und dienen ggf. auch als Motivationsfaktor, da viele Menschen Freude beim Malen und Basteln empfinden.

Material:

- Buntstifte
- Papier
- Ggf. Malvorlagen (Labyrinth, Malen nach Zahlen, Mandala)
- Bindfäden
- Näh- oder Häkelmaterial
- Tisch mit Stühlen

Durchführung [Gruppentraining]:

Begleiten Sie die Kurzzeitpflegegäste nacheinander zu einem Gemeinschaftstisch und nehmen Sie dann ebenfalls dort Platz.

Übungsziel ist es entweder mit Buntstiften die oben vorgeschlagenen verschiedene Formen und/oder Bilder sowie nach individueller Präferenz des Kurzzeitpflegegasts zu malen oder Bastelaufgaben durchzuführen. Bei allen Übungen gilt: Nicht die möglichst genaue Ausführung der Übung ist das Ziel, sondern dass überhaupt ein Prozess in Gang gesetzt wird und es dem Kurzzeitpflegegast Spaß macht. Die Gruppengröße kann bis zu 10 Personen umfassen. Individuelle Erklärungen und Anleitungen sollten Sie aber jedem Kurzzeitpflegegast kurzfristig geben können. Daher wären noch größere Gruppen wahrscheinlich eher ungeeignet.

Die Spirale

Einfache geometrische, spiralförmige Gebilde (siehe Abbildung) können schnell gezeichnet werden, wobei durch die Kombination unterschiedlicher Farben individuelle Akzente gesetzt werden können und auch die eigene Kreativität gelebt werden kann.

Das ∞ - Zeichen/Schmetterling

Ähnlich wie in der Malübung „Spirale“ wird auch hier eine geometrische Form gezeichnet (siehe Abbildung), wobei ebenfalls unterschiedliche Farben genutzt werden können. Dies kann in Form eines ∞-Zeichens (siehe Abbildung) geschehen. Für die Anbahnung eines Bewegungsflusses ist es von Vorteil, erst in einer Farbe und in einem Schwung zu malen und dann weitere Schwünge mit anderen Farben zu gestalten. Anschließend können entweder vertikale oder horizontale Linien eingefügt werden. Durch horizontale Linien kann sich aus dem Zeichen ein rudimentärer Schmetterling ergeben. Dies kann als willkommene Überraschung dienen und zur weiteren Motivation der Kurzzeitpflegegäste beitragen.

Das Labyrinth

Das Labyrinth bietet die Möglichkeit, gezielt Linien nachzumalen oder den Weg durch das Labyrinth zu finden. Kann der Kurzzeitpflegegast dies geistig nicht mehr leisten, kann ein Labyrinth auch genutzt werden, um die Gänge auszumalen.

Das Bild

Einfach beschriftete Bilder, welche ausgemalt werden können (Malen nach Zahlen® oder Mandalas), bieten eine gute Möglichkeit für Menschen mit Demenz, auf einfachem Weg ein Bild zu malen. Die Ergebnisse können ggf. professioneller aussehen, als dies freihändisch möglich wäre. Es geht auch bei dieser Übung natürlich nicht um eine möglichst genaue Bearbeitung der Bildern, das Ergebnis könnte aber motivationsfördernd auf den Kurzzeitpflegegast wirken und ihn in seinem Selbstvertrauen bestärken.

Bei Bedarf können Sie die Übung erleichtern oder erschweren, indem Sie die unten aufgeführten Variationen anwenden.

Ausschneiden

Lassen Sie die Kurzzeitpflegegäste aus einer Pappschablone oder einem Din-A4 Blatt eine vorgegebene Form ausschneiden. Entweder zeigen Sie ihnen eine Form oder malen sie auf. Im Anschluss an das Ausschneiden können die Gebilde noch farblich modelliert werden. Sowohl bei der Form, als auch bei den Farben, sind keine Grenzen gesetzt.

Bindfaden legen

Legen Sie Bindfäden vor die Kurzzeitpflegegäste und fordern Sie sie auf, eine Vorlage auf dem Tisch nachzulegen oder sich eine eigene Form auszudenken und zu legen. Danach kann jeder Kurzzeitpflegegast der Gruppe mitteilen, was er gelegt hat.

Nähen

Nähen ist, insbesondere bei Frauen, eine früher häufig genutzte Fertigkeit im täglichen Leben gewesen. Das Annähen, z. B. eines Knopfes an ein Stück Stoff, kann die Motivation fördern und das Vertrauen in die eigenen Fertigkeiten stärken.

Diese Übung sollte nur von Kurzzeitpflegegästen durchgeführt werden, welche noch ein relativ gutes Kognitionsvermögen besitzen und den Wert 1 bei der Testung des Funktionsbereichs Feinkoordination erreichen.

Häkeln

Auch Häkeln ist, insbesondere bei Frauen, eine früher häufig genutzte Fertigkeit im täglichen Leben gewesen. Das Häkeln eines Gegenstands kann die Motivation fördern und das Vertrauen in die eigenen Fertigkeiten erneut stärken.

Durchführung [Einzeltraining]:

Die Durchführung bei der Einzeltherapie ist simultan derer in der Gruppentherapie. Einzeltherapie wird empfohlen, wenn bei einem Kurzzeitpflegegast eine intensivere Begleitung und Anleitung von Nöten ist.

Gehirnjogging:

Durch die zielgerichteten Prozesse, welche zur Erreichung des malerischen Endergebnisses nötig sind (z. B. Linie nachmalen etc.), findet automatisch Gehirnjogging-Training statt. Bei rudimentärem Zeichnen (siehe ‚Variation - leichter‘) lassen Sie, falls es möglich ist, die Farben benennen, die von dem jeweiligen Kurzzeitpflegegast genutzt werden. Beim Basteln können Sie die einzelnen Arbeitsschritte benennen lassen.

Besonderheiten/Tipps:

Der Schwierigkeitsgrad soll immer an die Fähigkeiten der Kurzzeitpflegegäste angepasst sein.

Wenn ein Kurzzeitpflegegast deutliche Unsicherheit oder Überforderungsreaktionen zeigt, pausieren Sie die Übung, begleiten Sie die Person vom Gemeinschaftstisch und fahren Sie fort. **Nadeln und Scheren können zu Verletzungen führen, ebenso die Spitze der Buntstifte, wodurch eine Selbstgefährdung der Kurzzeitpflegegäste nicht ganz ausgeschlossen werden kann.**

Variationen:

Leichter:

- Rudimentäres Zeichnen mit unterschiedlichen Farben ohne feste Zielsetzung.
- Einfaches oder ungezieltes ausschneiden von Formen oder häkeln von Gegenständen.

Schwerer:

- Komplexere geometrische Formen (z. B. 3D-Objekte) zeichnen lassen oder umfangreichere Malen nach Farben®-Bilder auswählen.
- Komplexere Formen ausschneiden oder häkeln lassen.