



Angehörigengruppen leiten und moderieren

Nachlese zum 11. Angehörigengruppenforum am 11.06.2010 in Stuttgart

Das Leiten und Moderieren einer Gruppe stand beim 11. Angehörigengruppenforum im Mittelpunkt. Gerne stellen wir Ihnen die bewährten Tipps sowie die offen angesprochenen Schwierigkeiten in der Gruppenarbeit vor:

BEWÄHRTES

Rahmenbedingungen

- Vor dem ersten Gruppentreffen führt der Leiter ein persönliches Gespräch mit dem neuen Teilnehmer und vermittelt evtl. auch Grundinformationen zum Thema Demenz.
- Rituale, z.B.:
 - Schriftliche Einladung zu jedem Treffen
 - Entspannungsübung
 - Abschiedsritual „Leichenschmaus“ – der Angehörige des verstorbenen Demenkranken kommt ein letztes Mal in die Gruppe und erzählt, wie es ihm geht.
- Klar definierte Gesprächsregeln für einen guten und fairen Umgang miteinander
- Namensschilder als Erleichterung für Wiedererkennen und Zuordnung
- Raum für Austausch – umso wichtiger, je mehr das Vertrauen in der Gruppe wächst



Im Austausch – bewährte Tipps für das Leiten einer Gruppe



- Innere Haltung der Teilnehmer, voneinander lernen zu können und zu wollen. Dazu gehört die Bereitschaft, anderen zuzuhören und sich mit eigenen Erfahrungen einzubringen.

Beginn des Treffens

- Angehörige brauchen Zeit um anzukommen und zu erzählen „Warum bin ich heute hier?“
- Verschiedene Varianten der Vorstellungsrunde
 - Die Leitung stellt die „alten“ Teilnehmer kurz vor und bittet die Neuen, sich selbst und ihre Anliegen ausführlicher vorzustellen.
 - Kurze Vorstellungsrunde aller Angehörigen.
 - Die Leitung erläutert die Gruppenregeln und lässt die neuen Angehörigen die Erzählrunde beginnen. Kommen später auch die Anderen zu Wort, nennen sie einfach noch ihren Namen.

Eigene Haltung als Leiter einer Gruppe

- Freude an der Arbeit, Zufriedenheit
- Offenheit gegenüber den Erfahrungen und Meinungen der Angehörigen – sie sind die Experten ihrer Lebenssituation!
- Gute Vorbereitung (inhaltlich, aber auch z.B. durch eine schöne Raumgestaltung)
- Eigene Grenzen kennen und eigene Fähigkeiten einbringen

SCHWIERIGES

Offen sprachen die Teilnehmer des Angehörigengruppenforums auch Themen an, die ih-

nen schwer fallen – hierzu gehören unter anderem:

Der Umgang mit:

- tabuisierten Themen, z.B. Sexualität
- „Dauerrednern“ und „Besserwissern“
- „guten Ratschlägen“ untereinander, die oft gut gemeint, aber nicht immer sinnvoll sind. Denn meist möchten Angehörige einfach über etwas sprechen und nicht unbedingt Ratschläge.
- selbst psychisch sowie demenziell erkrankten Angehörigen: hier muss die Leitung erkennen, dass auch beim Angehörigen eine Erkrankung vorliegt und die Beratung anders ausgerichtet werden muss.

- einer abwertenden Wortwahl/einem unwürdigen Umgang des Angehörigen über den/mit dem kranken Partner

Der lebhafte Austausch beim Angehörigengruppenforum zeigte, dass allein schon das Erleben und Diskutieren gemeinsamer Fragestellungen und Schwierigkeiten hilfreich ist, gut tut und zu kreativen Lösungen führt, auch wenn es nicht für alles eine einfache Antwort gibt – ebenso wie in der Angehörigengruppe!

Für das Angehörigengruppenforum 2011 planen wir wünschgemäß das Schwerpunktthema Sexualität bei Demenz – inhaltlich unterfüttert und begleitet von der Expertin Dr. Xenia Vosen-Pütz (u.a. zweite Vorsitzende unseres Verbandes).