



Pflege
PRAXIS



Die besten
Ideen – sofort
umsetzbar

Bernd Hoffmann

Aktivierung und Beschäftigung für Männer

Von der Planung bis zur Durchführung

schlütersche



Bernd Hoffmann

Aktivierung und Beschäftigung für Männer

Von der Planung bis zur Durchführung

**Die besten
Ideen - sofort
umsetzbar**

Bernd Hoffmann kam erstmals im Rahmen seines Zivildienstes in einer Tagespflegeeinrichtung mit der Altenpflege in Kontakt. Von da an war ihm klar, dass er künftig mit und für alte Menschen arbeiten möchte.

Nachdem er an der Universität Siegen ein Sozialpädagogikstudium mit Diplom abgeschlossen hatte, leitete er zunächst mehrere Jahre lang den Sozialen Dienst zweier rheinland-pfälzischer Pflegeeinrichtungen. Er absolvierte eine Fortbildung zum Heimleiter und übernahm 2009 erstmals die Leitung eines Pflegeheims.

Seit 2010 leitet er hauptberuflich als Geschäftsführer und Einrichtungsleiter eine stationäre Pflegeeinrichtung im Ruhrgebiet. Zudem ist er seit über zehn Jahren freiberuflich als Dozent und Prüfer in der Erwachsenenbildung tätig und hat darüber hinaus diverse Artikel in Fachmedien veröffentlicht.



**»Es ist unsere Aufgabe,
die Neugierde der Senioren
zu wecken!«**

BERND HOFFMANN



pflgebrief

- die schnelle Information zwischendurch
Anmeldung zum Newsletter unter www.pflegen-online.de

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <https://dnb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-8426-0815-3 (Print)

ISBN 978-3-8426-9016-5 (PDF)

ISBN 978-3-8426-9017-2 (EPUB)

© 2019 Schlütersche Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG,
Hans-Böckler-Allee 7, 30173 Hannover

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der gesetzlich geregelten Fälle muss vom Verlag schriftlich genehmigt werden. Alle Angaben erfolgen ohne jegliche Verpflichtung oder Garantie des Autors und des Verlages. Für Änderungen und Fehler, die trotz der sorgfältigen Überprüfung aller Angaben nicht völlig auszuschließen sind, kann keinerlei Verantwortung oder Haftung übernommen werden.

Die im Folgenden verwendeten Personen- und Berufsbezeichnungen stehen immer gleichwertig für alle Geschlechter, auch wenn sie nur in einer Form benannt sind. Ein Markenzeichen kann warenrechtlich geschützt sein, ohne dass dieses besonders gekennzeichnet wurde.

Titelbild: © LIGHTFIELD STUDIOS - stock.adobe.com
Covergestaltung und Reihenlayout: Lichten, Hamburg
Druck: Beltz Bad Langensalza GmbH, Bad Langensalza

Inhalt

Danksagung	7
Einleitung	8
1 Den alten Mann verstehen lernen – was Sie wissen sollten, um pflegebedürftige Männer angemessen zu betreuen	11
1.1 Der Mann in einer »weiblichen« Umwelt – Herausforderungen in der Betreuung pflegebedürftiger Männer	11
1.2 Das Rollenbild des Mannes im 20. Jahrhundert	17
1.3 Der Beruf stiftete Identität und Sozialkontakte	20
1.4 Rente oder rENDE?	21
1.5 Verlust der Souveränität – wenn die Kräfte nachlassen	24
1.6 Keine Vorbilder, keine Orientierung – »Mann sein = anders sein«?	26
1.7 Bedeutung der Biografie und Sozialisation	30
1.8 Biografische Eckpunkte zum Verständnis der Männer	34
1.9 Risiken der Biografiearbeit	37
1.10 Die Sache mit der Sozialisation	39
1.11 Männer und Aggression	42
1.12 Männer und Sexualität	47
1.12.1 Sexuelle Belästigung	48
1.12.2 Sexuelle Belästigung durch demenzkranke Männer	50
2 Beschäftigung und Aktivierung für Männer	53
2.1 Grundsätzliche Tipps für Beschäftigungsangebote – Was braucht der Mann?	53
2.1.1 Bewahrung des Selbstbildes	53
2.1.2 Männer brauchen Freunde	56
2.1.3 Außenaktivitäten	57
2.1.4 Gemischte oder getrennte Gruppen?	58

2.1.5	Frauen spornen Männer an	60
2.1.6	Gezielt um Hilfe bitten	62
2.1.7	Konkurrenz belebt das Geschäft	64
2.2	Mehrere Sinne ansprechen und themenorientiert arbeiten	65

3 Praxiserprobte Aktivierungs- und Beschäftigungsangebote für pflegebedürftige Männer

3.1	Vorabinformation zu den Aktivitäten	67
3.2	Ausflüge und Aktivitäten außerhalb von Pflegeeinrichtungen	69
3.3	Der neue Assistent des Hausmeisters	75
3.4	Gemeinsames »Schrauben«	78
3.4.1	Projektvorschlag	79
3.5	Arbeiten mit Beton	81
3.6	Gartenarbeit	84
3.7	Feuerstelle anlegen und Grillen	86
3.8	Arbeiten mit Holz	89
3.9	Themenkisten für (demenzkranken) Männer	94
3.10	Sitzfußball	99
3.11	Männer und Tiere	101
3.12	Männergeschäftsgruppen	106
3.13	Religiöses Erleben fördern	109
3.14	Musik ist Trumpf	111
3.15	Gedächtnistraining für Männer	114
3.16	Bogenschießen	116

Abschluss: Ein Plädoyer für das »Untypische« 119

Literaturverzeichnis & sonstige Quellen 123

Register 126

Danksagung

Ich danke in erster Linie der Schlüterschen Verlagsgesellschaft, die mir die Möglichkeit gegeben hat, meine über Jahre gesammelten Erfahrungen in der Betreuung männlicher Pflegebedürftiger in diesem Buch zu bündeln.

Justyna Musiała, Bastiaan Winde und Vincent Bijwaard danke ich für ihre künstlerisch-kreative Unterstützung. Sie zeichnen für einige der verwendeten Fotos verantwortlich.

Großer Dank geht auch an Astrid Buschfeld und Thomas Grziwotz vom Lucy-Romberg-Haus, einem Bildungsinstitut der AWO in Marl. Sie waren die ersten, die mich mit meinem Seminar »Maloche, Fußball & Feierabendbier« vor einigen Jahren auf die Leute losgelassen haben, da sie die Bedeutung des Themas erkannten. Ich freue mich auf die Fortführung unserer wunderbaren Zusammenarbeit.

Auch bei den vielen Seminarteilnehmern der vergangenen Jahre möchte ich mich bedanken. Die Rückmeldungen aus der Praxis waren und sind sehr wertvoll für mich. Es ist exakt so, wie ich es häufig zu Beginn eines Semintages sage: Nicht nur die Teilnehmer nehmen etwas für sich mit, sondern auch ich etwas für mich – und das aus jedem einzelnen Seminar. Besonders hervorheben möchte ich an dieser Stelle Sebastian Röder, der mit dem Team der Caritas Tagespflege St. Paulus in Kamp-Lintfort sehr kreative und herausragende Dinge fabriziert, auf die ich in diesem Buch ebenfalls eingehen werde. Selbiges gilt für Waltraud Möllmann, die ihren Einrichtungsleiter tatsächlich dazu bewegen konnte, aktiven Bogensport mit älteren Herren zu gestatten. Auch hierüber werde ich Ihnen auf den Folgeseiten berichten.

Abschließend danke ich den für mich wichtigsten Personen (und Lebewesen) überhaupt: Meiner Frau Sabine und meinen Hunden Holly und Cira. Die drei hatten in den letzten Wochen und Monaten sehr wenig von mir, da ich mich ständig zum Lesen und Schreiben in mein Arbeitszimmer verzog. Vielen Dank für Eure Geduld. Ab sofort mische ich mich wieder verstärkt unters Rudel!

Einleitung

Da stand ich nun. »Nimm mal den Herrn Meier mit und geh mit ihm eine Runde durch den Wald.« Was meine Kollegen aus der Tagespflege mir, dem Neu-Zivi, da an meinem ersten Arbeitstag auferlegten, klang leicht. War es auch. Bis Herr Meier nicht mehr zurückwollte und ich erstmals in meinem Leben mit dem, zumindest für mich, äußerst herausforderndem Verhalten eines demenzkranken Mannes konfrontiert wurde. Auch wenn ich mit der Situation (mangels Kenntnis des Krankheitsbildes Demenz) hoffnungslos überfordert und zudem noch froher war, dass die Altentherapeuten mir bald zu Hilfe eilten und Herrn Meier zur Rückkehr bewegten: Dies war zugleich der Moment, der meine Neugierde und mein Interesse an der Arbeit mit älteren Menschen nachhaltig weckte und meine spätere Berufswahl begründete.

Einige Jahre später hatte ich mein Studium hinter mich gebracht und stieg voller Tatendrang in den Sozialen Dienst ein. Fortan sollte ich die Beschäftigungsangebote für rund 160 Bewohner verantworten. Das gelang auch recht gut, besonders schwierig blieb es aber immer mit den Männern. Obwohl ich gezielt und regelmäßig Einladungen zu Aktivitäten aussprach, war die Resonanz beim »starken« Geschlecht eher verhalten.

Die Einrichtungen, in denen ich tätig war, verzeichneten bereits damals einen relativ hohen Anteil männlicher Bewohner. Sehr viele Männer waren nach jahrelangem Alkoholmissbrauch am Korsakow-Syndrom erkrankt, was bekanntlich demenzähnliche Gedächtnisstörungen nach sich zieht. Besagte Männer zog es meist nicht zu meinen Aktivitäten, sondern eher in Richtung Ortskern, auf der Suche nach einem leckeren Tröpfchen.

Aber auch bei den geistig fitten, orientierten Bewohnern machte ich die Beobachtung: Mit den eher auf Frauen ausgerichteten Beschäftigungs- und Aktivierungsangeboten konnten die Herren der Schöpfung überhaupt nichts anfangen. Das starke Geschlecht ist in der Pflegebedürftigkeit in der Rolle des Schwächeren. Und immer dann, wenn Langeweile aufkam, kam es eben auch zu den geschilderten unerwünschten »Begleiterscheinungen« wie bei Herrn Meier. Entsprechend wichtig war es mir, eine gute männerspezifische Tagesstruktur mit passgenauen Beschäftigungsangeboten zu schaffen.



Info

- Nur wer die Eigenheiten und Besonderheiten von Männern kennt, kann den Rahmen für eine individuelle Pflege- und Betreuung und damit für ein würdevolles Altern gestalten.
- Sozialem Rückzug der männlichen Pflegebedürftigen gilt es durch interessante Aktivitäten zu begegnen – Es ist unsere Aufgabe, die Neugierde der Senioren zu wecken und Langeweile vorzubeugen.

Heute, rund 15 Jahre später, möchte ich meinen beruflichen Erfahrungsschatz mit Ihnen, Lesern dieses Buches, teilen. Bereits seit mehreren Jahren bin ich mit dem Seminar »Maloche, Fußball & Feierabendbier« landauf, landab unterwegs und genieße den Erfahrungsaustausch mit Menschen, die im Betreuungsbereich tätig sind. Die große Nachfrage nach diesen Seminaren (was die durchweg hohen Teilnehmerzahlen zeigen) und die Rückmeldungen der Menschen aus der Betreuungspraxis bestätigen immer wieder – pflegebedürftige Männer benötigen besondere Angebote.

Der Anteil männlicher Senioren in den pflegerischen Langzeiteinrichtungen nimmt ständig zu – und macht passgenaue Maßnahmen erforderlich. Oft genug ziehen sich die Männer zurück und lehnen die Teilnahme an Angeboten ab, da diese ihnen ganz und gar nicht zusagen. Gerade (aber nicht nur) in der Eingewöhnungsphase muss es unser Ziel sein, einen guten Zugang zum Bewohner zu gewinnen, um sozialer Isolation vorzubeugen.

Um angemessene Beschäftigungsmöglichkeiten anzubieten, müssen wir wissen, worin sich die Wünsche und Bedürfnisse männlicher Senioren von denen ihrer weiblichen Altersgenossinnen unterscheiden. Das anerzogene männliche Rollenbild und typische Unterschiede zwischen Mann und Frau müssen den Betreuungskräften bekannt sein. Dann gelingt es im Handumdrehen, passende Aktivitäten anzubieten, die auch die Männer aus der Reserve locken und zur Teilnahme motivieren.

Die hier vorgestellten zahlreichen, in der Praxis bewährten Aktivitäten und Ideen zur Beschäftigung von Männern, von orientierter bis zu demenziell erkrankter Zielgruppe, sollen Ihnen unmittelbar im Berufsalltag eine wertvolle Unterstützung sein!

Ich wünsche Ihnen viel Erfolg und Freude bei der zielgerichteten Beschäftigung männlicher Pflegebedürftiger.

Bernd Hoffmann

1 Den alten Mann verstehen lernen – was Sie wissen sollten, um pflegebedürftige Männer angemessen zu betreuen

1.1 Der Mann in einer »weiblichen« Umwelt – Herausforderungen in der Betreuung pflegebedürftiger Männer

Obwohl der Anteil der Männer in Pflegeeinrichtungen beständig ansteigt, sind die Frauen weiter deutlich in der Überzahl (► Tab. 1). Im Jahr 2017 gab es in Deutschland insgesamt 3,4 Millionen Pflegebedürftige. Rund 24 Prozent wurden vollstationär in Heimen versorgt, der Frauenanteil betrug 70,4 Prozent.

Dieses Verhältnis gilt allerdings nicht nur für die Bewohner – beim Personal sieht es nicht anders aus. Der Pflegeberuf ist überwiegend in Frauenhand, 85 Prozent der Beschäftigten¹ sind weiblich. Dieses Bild bekomme ich auch regelmäßig in meinen Seminaren gespiegelt – die Männer dürfen sich hier nicht nur ausnahmsweise, sondern in aller Regel, als »Hähne im Korb« fühlen und stellen eine klare Minderheit dar.

Da auch die Betreuungskräfte in aller Regel weiblich sind, bestehen für die pflegebedürftigen Senioren nur wenige Möglichkeiten, klassisch »männliche« Themen und Probleme mit einer Person zu besprechen, die sich in die männliche Denk- und Empfindungsweise hinein-

Männer sind noch eine Minderheit in den Pflegeheimen

¹ Vgl. <https://www.bundesgesundheitsministerium.de/themen/pflege/pflegekraefte/beschaeftigte.html>, Zugriff am 24. 03. 2019

Tab. 1: Pflegebedürftige nach Pflegegrad und Art der Versorgung*

Pflegebedürftige zum Jahresende 2017						
Pflegebedürftige nach Pflegegrad und Art der Versorgung						
Pflegegrad	Insgesamt	Zu Hause versorgt	davon			
			Allein durch Angehörige	Zusammen mit/ durch ambulante Pflegedienste	Vollstationär	Mit Pflegegrad 1 und teilstationärer Pflege
Pflegebedürftige Insgesamt (Anzahl)	3.414.378	2.594.862	1.764.904	829.958	818.289	1.227
Anteil weiblicher Pflegebedürftiger (%)	62,9	60,5	57,7	66,5	70,4	75,5
Anteil männlicher Pflegebedürftiger (%)	37,1	39,5	42,3	33,5	29,6	24,5
Pflegegrade						
Pflegegrad 1	46.126	37.414	-	37.414	7.485	1.227
Pflegegrad 2	1.566.689	1.392.583	996.284	396.299	174.106	-
Pflegegrad 3	1.022.450	764.705	520.134	244.571	257.745	-
Pflegegrad 4	549.375	308.763	198.975	109.788	240.612	-
Pflegegrad 5	224.176	91.397	49.511	41.886	132.779	-
Bisher ohne Zuordnung	5.562	-	-	-	5.562	-

Pflegebedürftige zum Jahresende 2017

Anteil an Pflegebedürftigen (%)	100	76,0	51,7	24,3	24,0	0,0
Jeweiliger Anteil des Pflegegrades 5 (%)	6,6	3,5	2,8	5,0	16,2	x

* Vgl. Statistisches Bundesamt (Destatis) (2018): Pflegestatistik 2017 – Pflege im Rahmen der Pflegeversicherung – Deutschlandergebnisse, S. 18 Im Internet: <https://www.destatis.de/DE/Publikationen/Thematisch/Gesundheit/Pflege/PflegeDeutschlandergebnisse.html>, Zugriff am 26. 2. 2019

versetzen kann – idealerweise ein anderer Mann. (So wie ja auch Frauen bestimmte Themen vorzugsweise mit anderen Frauen besprechen).

Auf die wöchentlichen Beschäftigungsangebote wird seitens der Herren der Schöpfung häufig mit purem Rückzugsverhalten reagiert. Wer mag es den Männern auch verübeln?

Fazit**Beschäftigung ja, aber männerorientiert**

Angebote für Männer sollten sich an deren Lebenswelt und Vergangenheit orientieren, wenn sie Freude bereiten sollen.

Nahezu alle Pflegeeinrichtungen orientieren sich stark am Wohngruppen- bzw. Hausgemeinschaftsprinzip. Die Wohnküche steht im Mittelpunkt des Lebens, die Betreuungsangebote sind im Regelfall stark hauswirtschaftlich ausgerichtet: Koch- und Backgruppen, lebenspraktische Tätigkeiten wie Wäsche oder Servietten falten oder Duftsäckchen befüllen. Alles nicht gerade traditionell männliche Betätigungsfelder...

1.2 Das Rollenbild des Mannes im 20. Jahrhundert

Wenn Sie männliche Bewohner mit Aktivitäten erreichen möchten, müssen Sie zunächst das Rollenselbstbild des Mannes im 20. Jahrhundert betrachten. Auch ältere Männer fühlen sich in ihrem Selbstwert gestärkt, wenn ihre familiären Rollen, ihr Freizeitverhalten und ihre bisherigen Lebensleistungen von anderen Personen anerkannt und gewürdigt werden. Das trifft auch auf die älteren Männer zu, die betreut werden, weil sie pflegebedürftig sind. Selbst wenn sie durch eine Demenz mehr und mehr Erinnerungen an ihr Leben verlieren, bleiben die einst gelernten Rollen zumindest noch teilweise erhalten und bieten gute Anknüpfungspunkte für Ihre Aktivierungsangebote.

Alle Ihre heutigen Bewohner sind mit einer traditionellen Rollenzuschreibung aufgewachsen. Sie wurden in den 30er- oder 40-Jahren geboren, sind also noch mit einer ganz anderen Art von Erziehung aufgewachsen. Einer Erziehung, die noch stark zwischen Mädchen und Jungen unterschied. Auch heute finden sich durchaus noch Überbleibsel der einstigen geschlechtsspezifischen Sozialisation: Jungs gingen auf den Fußballplatz, Mädchen spielten mit Puppen. Und was rief der Vater einst dem Sohnmann auf dem Bolzplatz zu, wenn dieser hingefallen war und bitterlich weinte? »Steh auf und hör auf zu heulen, Du bist doch kein Mädchen!« Den Spruch hört man sogar noch heute.

Die traditionellen Geschlechterrollen gelten auch heute noch

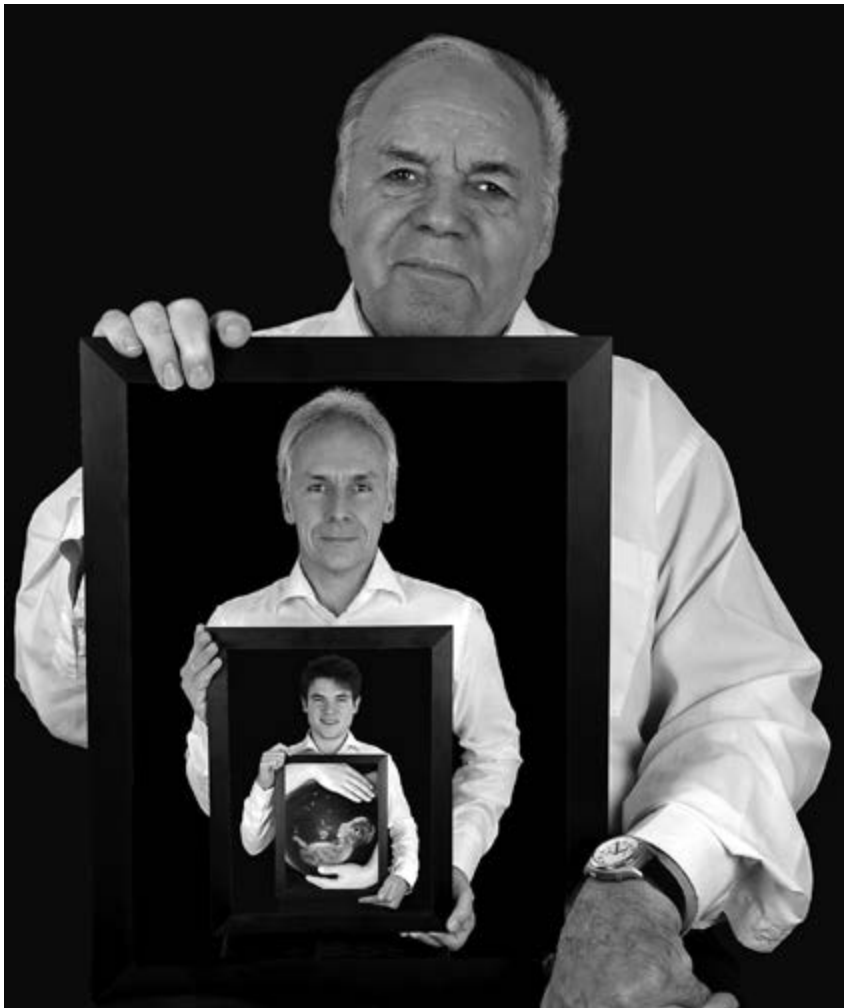
»Typische« männliche Rolle zur Mitte des 20. Jahrhunderts

- Oberhaupt und Ernährer der Frau und Familie
- Zuständig für Kontakte nach außen
- Stark, rational, kämpferisch, sexuell aktiv
- Männer sind »Jäger« und Versorger der Familie – das »steinzeitliche« Rollenbild erscheint hier noch als durchaus passend

»Typische« weibliche Rolle zur Mitte des 20. Jahrhunderts

- Abhängig von einem männlichen Beschützer (in der Kindheit und Jugend übernimmt diese Rolle der Vater, später der Partner/Ehemann)

- Zuständig für die sozialen Bindungen innerhalb der Partnerschaft und Familie
- Schwach, emotional, irrational, ausgleichend, sexuell passiv oder desinteressiert
- Frauen sind auf »Jäger« angewiesene »Brutversorgerinnen«



2 Beschäftigung und Aktivierung für Männer

2.1 Grundsätzliche Tipps für Beschäftigungsangebote – Was braucht der Mann?

Welche Beschäftigungsangebote bieten sich für Männer überhaupt an? Wodurch können Betreuungskräfte Interesse wecken und was ist geeignet, um die männlichen Bewohner in die Gemeinschaft zu integrieren?



Info

Männer tendieren eher zu kürzeren, dafür körperlich anstrengenderen Aktivitäten. Frauen hingegen sind ausdauernder und zeigen an längeren Beschäftigungsinhalten Interesse.

2.1.1 Bewahrung des Selbstbildes

Männer sind immer dann zur Stelle, wenn sie helfend und beratend ihre Kompetenzen einbringen können. Sie definieren sich über Leistung und ein »Bessersein« als die anderen.



Sind sich die männlichen Bewohner nicht mehr sicher, dass sie etwas souverän erledigen können, ziehen sie sich eher aus dem Tun zurück und bringen aus dem Hintergrund ihre Erfahrungen und Kompetenzen ein. So können sie ihr Selbstbild des »perfekten Mannes« bewahren.

Tab. 5: Wenn Männer nicht aktiv sein können (wollen)

Alternative zum Tun	Geeignete Aktivitäten
Einfach nur dabei sein	<ul style="list-style-type: none"> • Besuche von Fachmessen (Berufsorientierung) • Waldspaziergänge (Naturverbundenheit) • Ausflüge zum Wochenmarkt etc. (Versorger) • Koch- und Backgruppe (ja, richtig gelesen: gemäß meiner Erfahrung genießen Männer es mitunter sichtlich, der Hahn im Korb zu sein und sich von den Damen bekochen zu lassen)
Zuschauen	<ul style="list-style-type: none"> • Fußballspiel ansehen • Den Hausmeister im Garten beim Zeltaufbau anlässlich des jährlichen Sommerfest beobachten
Mitreden	<ul style="list-style-type: none"> • Stöbern im Baumarkt • Gesprächskreise zu »männlichen« Themen

Alternative zum Tun	Geeignete Aktivitäten
Fachsimpeln	<ul style="list-style-type: none"> • Besuch eines Autohauses • Besuch alter Werksgelände, Fabriken, Industriemuseen • Angeln gehen
Geschichten erzählen lassen	<ul style="list-style-type: none"> • Feierabendbier (in der Kneipe an der Ecke) – Achtung: Bei Bewohnern mit bekannten Alkoholproblemen auf alkoholfreies Bier achten! • Männerstammtische
Möglichkeiten bieten, sich selbstbestimmt, kompetent, handelnd einzubringen, ohne sich eine Blöße geben zu müssen	Zusammen etwas reparieren oder zusammenbauen, z. B. ein Fahrrad, einen Schrank etc.

Als gutes Beispiel für das bloße Fachsimpeln, ohne selbst aktiv eingreifen zu müssen, fällt mir immer wieder das Grillanzünden bei einem öffentlichen Fest in einem Seniorenheim ein: Die Herren der Schöpfung geben dem Hausmeister hierbei detaillierte Tipps, wie er das Zündholz zu positionieren hat, wo die Anzünder hineingesteckt werden sollen und was alles zu tun



3 Praxiserprobte Aktivierungs- und Beschäftigungsangebote für pflegebedürftige Männer

3.1 Vorabinformation zu den Aktivitäten

Auf den folgenden Seiten gebe ich Ihnen einige praxiserprobte Beispiele an die Hand, die sich in der Betreuung älterer Herren bereits bewährt haben. Es handelt sich um keine Patentrezepte – letzten Endes müssen Sie selbst abwägen, inwiefern Sie die einzelnen Maßnahmen in den Alltag Ihrer Pflegeeinrichtung integrieren können.



Info

Besprechen Sie Ihr Vorhaben, wenn Sie unsicher sind, ob Sie die Aktivität umsetzen können oder dürfen, in jedem Fall vorab mit Ihren Vorgesetzten. Jedes Haus hat unterschiedliche Anforderungen, Philosophien und Richtlinien. Stellt in der einen Einrichtung das Errichten einer Feuertonne beispielsweise kein Problem dar, kann es in anderen Häusern ein striktes Verbot geben. Dies habe ich regelmäßig in meinen Seminaren rückgemeldet bekommen.

Jedes Haus ist einzigartig und entsprechend verschieden – selbst wenn mehrere Häuser in gleicher Trägerschaft stehen, sagt dies noch nicht zwingend etwas über die gelebte Praxis in der jeweiligen Einrichtung aus. Also, im eigenen Interesse – fragen Sie nach, wenn Sie unsicher sind.



Zum Aufbau der Aktivierungsbeispiele

- Zunächst erfolgt eine kurze Zusammenfassung/Übersicht.
- Anschließend werden die Vorteile, die für die pflegebedürftigen Männer aus dem Beschäftigungsangebot entstehen, aufgeführt. Hier werden auch Bezüge zu den theoretischen Ausführungen im ersten Teil des Buches gezogen.
- Danach folgen Hinweise zu den konkreten Inhalten bzw. der Durchführung des Angebots.
- Besondere Hinweise und wichtige Informationen schließen die jeweilige Übersichtsseite ab.

Wichtig**Sie tragen die Verantwortung**

Die Beispiele, insbesondere die unter »Info« aufgeführten Hinweise, sind von mir mit großer Sorgfalt zusammengetragen worden. Die Rahmenbedingungen variieren naturgemäß einrichtungsindividuell und können nur durch die durchführenden Personen (ersatzweise deren Vorgesetzte) bewertet und verantwortet werden. Der Autor und die Schlütersche Verlagsgesellschaft übernehmen keine Haftung bei Unfällen, Sach- und/oder Personenschäden, die bei der Durchführung der aufgeführten Aktivitäten entstehen.

3.2 Ausflüge und Aktivitäten außerhalb von Pflegeeinrichtungen

Männer sind oft stärker nach außen orientiert als Frauen. Betreuungskräfte sollten männlichen Pflegebedürftigen daher regelmäßig kleine Ausflüge organisieren.

Vorteile:

- Die Aktivierung erfolgt, je nach Ausflugsziel, auf nahezu allen möglichen Sinneskanälen: kognitiv, auditiv, visuell, olfaktorisch, haptisch, motorisch, mitunter sogar gustatorisch (Geschmacksinn).
- Anknüpfung an Berufserfahrungen und »männertypische« Interessen.
- Alternativen zum »Tun« sind gegeben: Die Teilhabe, das »Dabeisein« steht bei derartigen Aktivitäten klar im Vordergrund.
- Ein Einbezug demenzkranker Männer ist sehr gut möglich.
- Je nach Ausflugsziel ist diese Aktivität kostenlos und belastet das Betreuungsbudget kaum. »Umsonst« ist sie aber keinesfalls: Man muss nicht immer Eintritt zahlen, um Männern einen schönen Tag zu bescheren.
- Sofern es an Begleitpersonal mangeln sollte: Viele Angehörige sind froh, wenn sie Ausflüge begleiten können. Das lindert auch Schuldgefühle und ein schlechtes Gewissen! Es tut gut, noch einmal eine schöne gemeinsame Zeit außerhalb der Mauern des Pflegeheims mit Vater, Onkel oder Opa zu verbringen.

Abschluss: Ein Plädoyer für das »Untypische«

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Sie sind am Ende dieses Buches angelangt und haben nun, so hoffe ich, viele neue und erfolgsversprechende Ansätze für die erfolgreiche Beschäftigung männlicher Pflegebedürftiger erhalten.

Es ist mir wichtig an dieser Stelle nochmals zu betonen, dass es durchaus Ausnahmen gibt, die die Regel definieren. Wir arbeiten glücklicher Weise nicht mit Maschinen, sondern mit Menschen zusammen. Stereotype, d.h. Vorurteile in unseren Köpfen enden exakt dort, wo Individualisierung, Wertvielfalt und Entwicklungsmöglichkeiten Grenzen sprengen.

Manche Männer nehmen sehr wohl gerne an lebenspraktischen Tätigkeiten wie Koch- und Backgruppen teil. Und ja, manche von Ihnen beteiligen sich sogar aktiv am Geschehen und schneiden dabei selbst Zutaten klein, ebenso wie die Damen. Ebenso werden Sie in mancher »Holzwerkstatt« als emsigste Unterstützer Frauen ausmachen können, die die Laubsäge gar nicht mehr aus der Hand geben möchten.

Grundsätzlich sollten wir bei der Angebotskonzeption die jeweilige Situation des Mannes und dessen Vorlieben im Blick behalten und nicht schon im Vorfeld zu streng selektieren, welche Maßnahme für die Herren geeignet sein könnten und welche nicht. Dadurch würden uns wertvolle Chancen entgehen, wie das nachfolgende und wohl schönste Beispiel meiner Berufslaufbahn im Betreuungsbereich verdeutlicht, das ich auch in meinen Seminaren immer wieder gerne erzähle:

„Herr Hoffmann, Sie müssen bald mal eine Aktivität im Bereich »Kreatives Gestalten« übernehmen, die Inge ist noch weiter krank.« Oh je, »Kreatives Gestalten« war so gar nicht mein Ding. Ich war eher Freund der kognitiven Angebote wie Gedächtnistraining. Nun denn, wenn die Pflegedienstleitung es fordert, bleibt mir wohl nichts anderes übrig. Mittelmäßig bis spärlich

motiviert machte ich mich auf die Suche nach Inhalten, um die mir auferlegte Gruppenstunde vorzubereiten. Schnell wurde ich im Internet fündig und schon war der Aushang am schwarzen Brett angebracht: »Mandalas malen mit Herrn Hoffmann, nächsten Dienstag, 14:00 Uhr.«

Die Teilnehmerzahl war überschaubar, was mich aber nicht weiter irritierte. Ein Herr war neu in der Runde, ich kannte ihn noch gar nicht. Erst wenige Tage zuvor war er bei uns eingezogen. Er stellte sich als Herr Pintor vor. Mitten in der Aktivität, er saß gemeinsam mit mir an einem Tisch, schimpfte er wie ein Rohrspatz. »Die Stifte sind das Allerletzte, das ist hier sowieso alles eine Zumutung.« Sein Kopf erreichte eine bedrohliche Rotschattierung. »Ich hab keine Lust mehr, ich hau ab!« Sagte es und knallte die Tür zu. Danke, zahlen! Für mich war das der krönende Abschluss eines ungeliebten Nachmittags. Nun denn, ich hatte es hinter mich gebracht, »Auftrag ausgeführt«. Sportler würden wohl sagen »Mund abputzen und weitermachen«. Dennoch hing mir die heftige Reaktion noch einige Tage nach.

Etwa vier Wochen später rief mich Herr Pintor, als ich gerade an seinem Zimmer vorbeilief, zu sich. Er bat mich, Platz zu nehmen und eine Schublade zu öffnen. Darin lag ein kleines Skizzenbuch. »Schlagen Sie es mal auf«, sagte er. Was ich dann erblickte, war einfach nur wunderbar: Seite um Seite waren Bleistiftzeichnungen zu sehen, eine schöner als die andere, jeweils mit Datum versehen und unverkennbar mit »Pintor« signiert. Ich starrte aufs Buch und dann auf Herrn Pintor, der schließlich sagte:

»Ich habe immer schon gezeichnet. Dann kam dieser besch... Schlaganfall. Meine Hand will immer noch nicht so wie ich es möchte, aber es wird besser. Übrigens, vor vier Wochen: Ich wollte Sie nicht so anfahren, aber ich war einfach so unzufrieden mit mir selbst. Das hat mir den letzten Nerv geraubt. Ich konnte diese blöde Vorlage nicht mal sauber ausmalen, ohne die Linien zu überschreiten. Aber mein Eifer wurde wieder geweckt. Ich bat meine Kinder, mir ein Skizzenbuch zu kaufen. Seitdem fertige ich jeden Tag eine neue Skizze an, um wieder besser zu werden. Ich hoffe, ich komme wieder dahin, wo ich mal war«, führte er aus.



© Kalle Kolodziej – Fotolia.com

Mir stockte der Atem. Ich fand es einfach nur grandios, dass diese Aktivität, zu der ich »zwangsverdonnert« wurde, einen derart wichtigen Impuls für Herrn Pintor dargestellt hat.

Um sein, ob der wiederentdeckten Ressourcen erwachtes, Selbstbewusstsein weiter zu fördern bat ich ihn, mir diverse »Cliparts« zu zeichnen: Miniaturbildchen, die ich für unsere Wochenaushänge verwenden wollte. Diesem Wunsch kam er gerne nach. Er zeichnete uns Symbole für Filmvorführungen, für Gesprächskreise, für Ausflugsfahrten, ja, selbst für Inges »Kreatives Gestalten« – in der allseits geteilten Hoffnung auf ihre baldige Genesung. Durchweg alle Aushänge des Hauses trugen fortan Herrn Pintors persönliche Note und er wurde nicht müde, jeden Bekannten, der zu Besuch kam, direkt vor das Schwarze Brett zu führen, um den Aktivitäten-Wochenplan mit seinen Zeichnungen zu zeigen.

Erst kürzlich habe ich erfahren, dass Herr Pintor noch immer in dem Pflegeheim lebt. Wie mir berichtet wurde, sind mittlerweile zahlreiche großformatige von ihm gezeichnete Bilder im Haus aufgehängt worden. Das erfüllt mich mit großer Freude und auch mit ein wenig Stolz.

Bis zu diesem Zeitpunkt hätte ich nicht gedacht, dass »Kreatives Gestalten« so viel positive Energie für das Leben eines älteren Mannes bedeuten kann.

Im Falle von Herr Pintor hat es einen Stimmungswandel bedeutet – raus aus der Depression, hinein ins Tun. Ressourcen feststellen, daraus Selbstbewusstsein ziehen. Sich trotz aller Einschränkungen noch als nützlich empfinden.

Darum möchte ich Ihnen nochmals folgenden Rat für Ihren beruflichen Weg mit auf den Weg geben: Orientieren Sie sich stets an den Menschen, nicht an seinem Geschlecht.

Bei Ihrer verantwortungsvollen Aufgabe wünsche ich Ihnen allzeit gutes Gelingen!

Literaturverzeichnis & sonstige Quellen

- Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (2016): Siebter Altenbericht zur Lage der älteren Generation in der Bundesrepublik Deutschland. Berlin.
- DeLamater J, Koepsel E (2015): Relationships and sexual expression in later life. A biopsychosocial perspective. In: *Sexual Relationship Therapy* 30, 2015, S. 37–59
- Filipp S, Mayer K (1999): Bilder des Alters – Altersstereotype und die Beziehungen zwischen den Generationen. Kohlhammer, Stuttgart.
- Gaede K (2019): Metoo in der Pflege. Diese 12 Tipps helfen Ihnen bei sexueller Belästigung. Im Internet: <https://www.pflegen-online.de/diese-12-tipps-helfen-ihnen-bei-sexueller-belaestigung>
- Gelber RP, Launer LJ, White LR (2012): The Honolulu-Asia Aging Study: epidemiologic und neurophathologic research on cognitive impairment. In: *Curr Alzheimer Res.* 2012, Nr. 6, S. 664ff.
- Hammer E (2012): Das Beste kommt noch – Männer im Unruhestand. Herder, Freiburg.
- Hammer E (2014): Männer altern anders – Eine Gebrauchsanweisung. Herder, Freiburg.
- Heusinger J, Kammerer K (2013): Literaturstudie Pflege und Gender. Abschlussbericht zum ZQP Projekt. Berlin
- Jimenez F (2015): Warum die Suizidrate bei Männern höher ist. Im Internet: <https://www.welt.de/gesundheit/psychologie/article140153773/Warum-die-Suizidrate-bei-Maennern-hoehler-ist.html>
- Lehmann A (2015): Männer in Pflegeheimen sind oft Einzelgänger. Im Internet: <https://www.waz.de/staedte/muelheim/maenner-in-pflegeheimen-sind-oft-einzelgaenger-id10796043.html>
- Lindau ST, Schumm LP, Laumann EO u. a. (2007): A Study of Sexuality and Health among Older Adults in the United States. In: *New England Journal of Medicine* 357, Nr. 8, S. 762–774.
- MDS & GKV (2018): Richtlinien des GKV-Spitzenverbandes über die Durchführung der Prüfung der in Pflegeeinrichtungen erbrachten Leistungen und deren Qualität nach § 114 SGB XI für die vollstationäre Pflege vom 17. Dezember 2018

- Müller-Hergl C (2010): Was machen wir denn mit den Männern? In: pflegen: Demenz 15/2010
- Nienhaus A et al. (2016): Gewalt und Diskriminierung am Arbeitsplatz. Gesundheitliche Folgen und settingbezogene Ansätze zur Prävention und Rehabilitation. In: Bundesgesundheitsblatt, Vol. 59, No. 1, 2016, S. 88–97.
- Profamilia (2016): Sexualität und Demenz. S. 6 Im Internet: https://www.profamilia.de/publikationen.html?tx_pgextendshop_pi1%5Baction%5D=show&tx_pgextendshop_pi1%5Bcontroller%5D=Item&tx_pgextendshop_pi1%5Bproduct%5D=144&cHash=982d8dbfeb-c47b3711668e8431181197
- Sawicki P (2016): Was alte Männer wollen. Im Internet: https://www.deutschlandfunkkultur.de/sozialangebote-fuer-maenner-in-pflegeheimen-was-alte.976.de.html?dram:article_id=354956
- Schirmer U et al. (2012): Prävention von Aggression und Gewalt in der Pflege. 3., akt. Aufl. Schlütersche Verlagsgesellschaft, Hannover.
- Statistisches Bundesamt (Destatis) (2018): Pflegestatistik 2017 – Pflege im Rahmen der Pflegeversicherung – Deutschlandergebnisse, S. 18 Im Internet: <https://www.destatis.de/DE/Publikationen/Thematisch/Gesundheit/Pflege/PflegeDeutschlandergebnisse.html>
- Watzke M (2016): »A bisserl Charme und Bauchpinselei«. Im Internet: https://www.deutschlandfunkkultur.de/wie-motiviert-man-maenner-im-altenheim-a-bisserl-charme-und.976.de.html?dram:article_id=354948

Webseiten

<http://www.baumessenrw.de>
<http://www.jagd-und-hund.de>
<http://www.ifa-berlin.com>
<http://www.bergbaumuseum.de>
<http://industriemuseum.lvr.de>
<http://www.dasa-dortmund.de>
<http://www.fussballmuseum.de>
<http://www.landschaftspark.de>
<http://www.zollverein.de>
<http://www.schiffshebewerk-scharnebeck.de>
<http://www.dortmunder-hafen.de>
<https://beton-deko.de>
<http://www.ljv-nrw.de>
<http://www.veeh-harfe.de>
<http://www.dokanyo.net>
<http://www.mieteeinhuhn.de>

Musik

Herbert Grönemeyer: »Männer«, erschienen auf dem Album »Bochum 4630«, EMI, 1984

Filme

Cast Away – Verschollen (Originaltitel: !Cast Away“), 20th Century Fox und DreamWorks, 2000

Register

- Aggression 42, 43
 - selbstgerichtete 43
- Angeln 72
- Ausflüge 69
- Ausflugsziele 70
- Außenaktivitäten 58

- Baumarktbesuch 71
- Belästigung
 - sexuelle 48, 50
- Beton 81
- Biografie 30
- Biografiearbeit
 - Risiken 37
- Bogenschießen 116

- Demenz 48, 50
 - Frontotemporale 38
- Do Kan Yo® 117

- Eckpunkte
 - biografisch relevante 36
- Einzelbetreuung 59

- Fabrikbesichtigungen 71
- Feierabendbier 71
- Feuerkorb 87
- Feuerstelle 86
- Frauenwelten 27
- Fußballspiel 72

- Gartenarbeit 84
- Gedächtnistraining 114
- Gewalt 42
 - körperliche 45
 - nonverbale 42
- Grillen 86
- Gruppenangebote 58

- Hausmeister-Assistent 75
- Holz 89

- Identität 20

- Kameradschaft 35
- Konkurrenzdenken 64
- Krieg 35, 108
- Kriegsgefangenschaft 35

- Laubsägearbeiten 92
- Lebensalter 23
- Lebensphasen 24

- Männergesprächsgruppen 106
- Männerwelten 27
- Mannsein 29
- Musik 111

- Religiosität 109
- Retraumatisierung 38
- Rolle
 - männliche 17
 - weibliche 17
- Rollenbild 17, 25
- Rollenselbstbild 19

- Schrauber 78
- Selbstbild 53

- Sexualbegleitung 52
- Sexualität 47
- Sinneskanal 66
- Sitzfußball 99
- Souveränität 24
- Sozialisation 30, 39
- Sozialkontakte 20
- Spaziergänge 74
- Stadionbesichtigung 73
- Stammtisch 107

- Tanztee 73
- Themenkisten 94
- Tierbesuche 101
- Traumata 36

- Wissen
 - biografisches 32

- Zeitstrahl 32

Werden Sie »Männer-Versteher«!

Männer sind anders! Das gilt auch für ältere, pflegebedürftige Senioren, die in die Tagespflege kommen oder in einem Altenheim wohnen.

Sie brauchen passgenaue Angebote, Wertschätzung und Gemeinschaft.

Dieses Buch gibt nach einer kurzen Einführung in die Männerwelt eine Fülle von Anregungen für männerspezifische Beschäftigungen, z. B.:

- Assistenzjob »Hausmeister«
- Sitzfußball & Bogenschießen
- Arbeiten mit Holz & Beton
- Männergesprächsgruppen
- Männerspezifische Gedächtnistrainings

Diese und viele weitere, praxiserprobte Vorschläge werden kurz vorgestellt und sind vielfach auch für Männer mit Demenz geeignet. Checklisten sorgen für den schnellen Überblick.

schlütersche
macht Pflege leichter

Der Autor

Bernd Hoffmann ist Diplom-Sozialpädagoge, Leiter eines Altenheimes, freiberuflicher Dozent, Gutachter und Fachautor.

ISBN 978-3-8426-0815-3

