

„Einschränkungen durch Demenz hautnah erleben“

Das Seniorenzentrum St. Johannes befindet sich in Trägerschaft der Caritas Wohn- und Werkstätten Paderborn und verfügt über rund 120 vollstationäre Pflegeplätze, verteilt auf sechs Wohnbereiche, darunter ein spezialisierter Bereich für Menschen mit Demenz. Etwa 100 Mitarbeitende sind in unterschiedlichen Berufsgruppen tätig. Seit 2024 ist die Einrichtung Teil der Kooperation „Initiative WERTGESCHÄTZT“ und wird in diesem Rahmen im strukturierten Aufbau und der Umsetzung eines nachhaltigen BGMs begleitet und beraten. Ein aktiver Steuerkreis setzt seit 2025 einen Schwerpunkt auf Verhältnisprävention, insbesondere im Bereich der Team- und Führungskräfteentwicklung.

Ziel des Demenzparcours ist es, Mitarbeitende erfahrungsorientiert für das Krankheitsbild Demenz zu sensibilisieren. Im Mittelpunkt steht das Erleben der Auswirkungen einer Demenz, um die daraus entstehenden Verhaltensweisen besser zu verstehen.

Zielsetzung

Da in allen Wohnbereichen Menschen mit Demenz leben, zeigt sich im Alltag immer wieder, wie wichtig ein sicherer, verständnisvoller und reflektierter Umgang mit diesem Krankheitsbild ist. Vor diesem Hintergrund wurde der Demenzparcours als praxisnahes Schulungsformat durchgeführt.

Dabei geht es insbesondere darum...

- ... die Perspektive von Menschen mit Demenz besser nachvollziehen zu können,
- ... eigene Reaktionen im Umgang mit herausfordernden Situationen zu reflektieren,
- ... mehr Sicherheit im Pflegealltag zu gewinnen,
- ... Stress und Konflikte im Arbeitsalltag zu reduzieren.



Ziel: Mehr gegenseitiges Verständnis und Unterstützung – auch im Team!

Mit Fachkraft zum eigenen Erleben

Der Demenzparcours wurde in der Einrichtung von einer Mitarbeitenden mit Zusatzqualifikation als gerontopsychiatrische Fachkraft durchgeführt. Die Teilnehmenden bewerteten dies als besonders positiv, da die Inhalte eng an den tatsächlichen Pflegealltag angelehnt und mit praxisnahen Beispielen vermittelt wurden.

Zu Beginn des Workshops erhielten die Mitarbeitenden einen anschaulichen Kurzvortrag, in dem typische Symptome und Erscheinungsformen von Demenz verständlich erläutert wurden. Anhand konkreter Situationen aus dem Pflegealltag konnten viele Teilnehmende eigene Erfahrungen wiedererkennen und die theoretischen Inhalte unmittelbar mit ihrer Praxis verknüpfen.

Ein besonders wichtiger Bestandteil war die anschließende Reflexionsrunde. Hier hatten die Mitarbeitenden die Möglichkeit, ihre persönlichen Erfahrungen zu teilen und gemeinsam zu reflektieren:

- Wie habe ich mich in der Situation gefühlt?
- Was hat mich besonders verunsichert oder gestresst?
- Was hätte mir in diesem Moment geholfen?

Dieser Austausch wurde von den Teilnehmenden als besonders wertvoll empfunden. Er machte deutlich, wie intensiv die eigenen Gefühle erlebt wurden und wie nah diese den Empfindungen von Menschen mit Demenz kommen können. Dadurch entstand ein tieferes Verständnis für deren Lebenswelt und Bedürfnisse.

Im Anschluss durchliefen die Teilnehmenden den Demenzparcours mit insgesamt 13 Stationen. Diese orientierten sich an typischen Alltagssituationen, beispielsweise:

- Anziehen,
- Frühstück,
- Kochen und Backen,
- Mittag- und Abendessen oder
- Freizeitgestaltung

Mithilfe verschiedener Simulationselemente – etwa Einschränkungen der Motorik, veränderter Sinneswahrnehmungen oder störender Reize – wurde erfahrbar, wie herausfordernd selbst alltägliche Handlungen für Menschen mit Demenz sein können. Bereits während des Parcours berichteten viele Teilnehmende, dass sie vertraute Aufgaben nicht mehr wie gewohnt bewältigen konnten und sich zunehmend verunsichert oder überfordert fühlten. Dadurch entstand ein unmittelbarer Eindruck davon, welchen Belastungen Menschen mit Demenz im Alltag ausgesetzt sein können.



„Das geht ja gar nicht“, „Puh ist das schwer“, „Wie soll das denn funktionieren?“, waren häufige Aussagen beim Ausprobieren der Alltagsaufgaben unter erschwerten Bedingungen.

Perspektivwechsel mit Folgen

Im direkten Bezug zum Pflegealltag wurde vielen Mitarbeitenden bewusst, wie schnell selbst bei vermeintlich einfachen Alltagshandlungen Gefühle von Überforderung entstehen können. Unsicherheit, Frustration und Hilflosigkeit wurden dabei nicht nur thematisiert, sondern im Rahmen des Demenzparcours unmittelbar selbst erlebt.

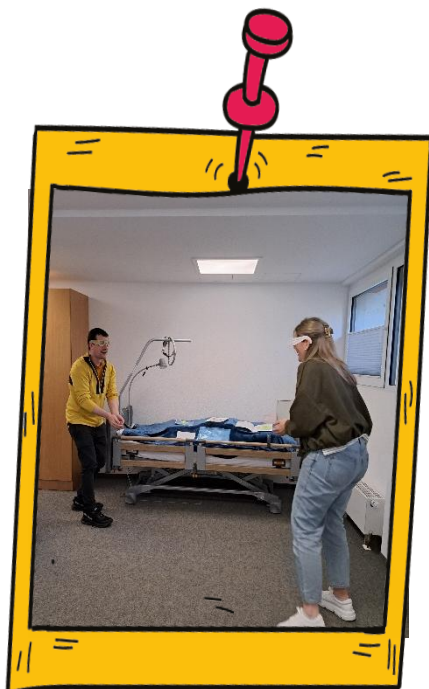
Diese Selbsterfahrung führte bei vielen Teilnehmenden zu einem Perspektivwechsel. Verhaltensweisen von Bewohnerinnen und Bewohnern, die zuvor als herausfordernd oder schwer nachvollziehbar wahrgenommen wurden, konnten nun besser verstanden und in den Kontext der demenziellen Erkrankung eingeordnet werden.

Dadurch entwickelte sich ein tieferes Verständnis für die Bedürfnisse und das Erleben von Menschen mit Demenz, was sich positiv auf den pflegerischen Umgang im Alltag auswirkte.

Die während des Demenzparcours selbst erlebten Erfahrungen führten bei vielen Mitarbeitenden zu einem Perspektivwechsel und einer bewussteren Reflexion des eigenen Handelns. Die daraus gewonnenen Erkenntnisse wirken sich unmittelbar auf den Arbeitsalltag aus. Dies zeigt sich unter anderem darin, dass die Mitarbeitenden

- den Bewohnerinnen und Bewohnern mit mehr Geduld begegnen,
- Anleitungen klarer, ruhiger und verständlicher geben,
- Alltagssituationen bewusster strukturieren und begleiten sowie
- belastende oder stressreiche Situationen frühzeitig erkennen und gezielt entschärfen.

Die Veränderungen im Umgang mit Menschen mit Demenz entstanden somit nicht allein durch die theoretische Wissensvermittlung, sondern vor allem durch die eigenen Erfahrungen und das persönliche Erleben im Rahmen des Demenzparcours.



Auch der Teamzusammenhalt wurde gestärkt

Beitrag zur Gesundheitsförderung und Teamentwicklung

Der Demenzparcours wirkt sich nicht nur positiv auf die Betreuung und Pflege der Bewohnerinnen und Bewohner aus, sondern auch auf die Mitarbeitenden selbst. Durch die eigenen Erfahrungen im Parcours entwickelten viele Teilnehmende ein besseres Verständnis für die Lebenswelt von Menschen mit Demenz. Dies trägt dazu bei, belastende Situationen im Pflegealltag besser einzuordnen, das Stresserleben zu reduzieren und mehr Handlungssicherheit zu gewinnen.

Viele Mitarbeitende berichteten, dass sie sich nach dem Workshop sicherer im Umgang mit Menschen mit Demenz fühlen. Gleichzeitig wurde deutlich, wie wichtig eine wertschätzende Kommunikation und ein an die Bedürfnisse der Betroffenen angepasstes Verhalten sind.

Darüber hinaus stärkt der Demenzparcours den Zusammenhalt im Team. Der gemeinsame Perspektivwechsel und der Erfahrungsaustausch fördern gegenseitiges Verständnis und unterstützen einen einheitlichen, empathischen Umgang mit Menschen mit Demenz.

Die gemeinsamen Erfahrungen führten im Team zu einem offeneren Austausch über herausfordernde Situationen. Dadurch entstand ein gemeinsames Verständnis, das die gegenseitige Unterstützung im Arbeitsalltag stärkte.

Auswirkungen auf die Pflegequalität

Durch die im Demenzparcours gemachten Erfahrungen gelingt es den Mitarbeitenden zunehmend, sich in die Situation der Bewohnerinnen und Bewohner hineinzusetzen. Dies fördert ein einfühlsameres und bewussteres Handeln im Pflegealltag.

In der Praxis zeigt sich dies unter anderem durch:

- einen respektvolleren und geduldigeren Umgang,
- eine individuellere Gestaltung der Pflege und Betreuung,
- weniger Konflikte und Missverständnisse sowie
- eine insgesamt ruhigere Atmosphäre auf den Wohnbereichen.

Die im Demenzparcours gewonnene Handlungssicherheit ermöglicht einen sichereren und bedürfnisorientierteren Umgang mit Menschen mit Demenz und trägt so zu einer höheren Qualität der Pflege und Betreuung bei.

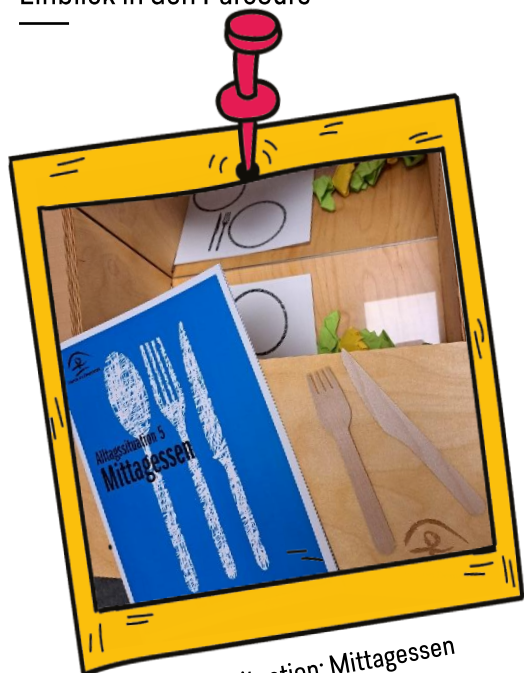
Fazit

Pflegequalität weiterentwickeln, Arbeitszufriedenheit erhöhen

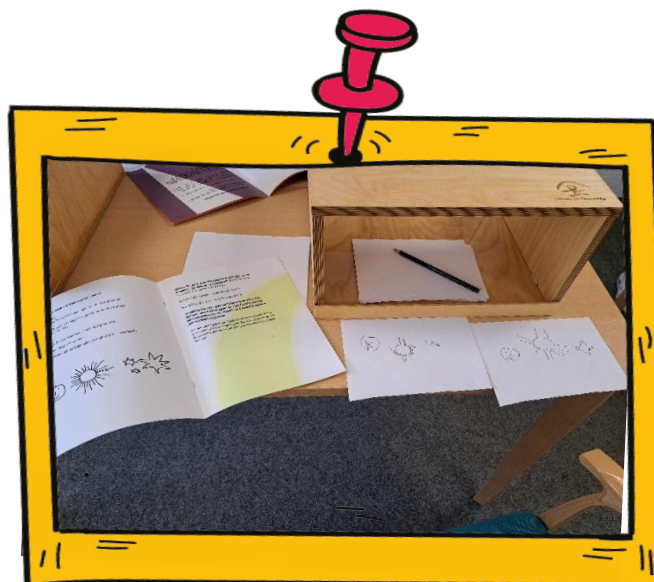
Der Demenzparcours hat sich in der Einrichtung als wirkungsvolles und praxisnahes Instrument erwiesen. Besonders die Kombination aus fachlichem Input, Selbsterfahrung und gemeinsamer Reflexion trägt wesentlich zum Erfolg der Maßnahme bei.

Aus persönlicher Sicht wird deutlich, dass insbesondere das eigene Erleben einen nachhaltigen Eindruck hinterlässt. Die Möglichkeit, die Herausforderungen von Menschen mit Demenz selbst zu erfahren, fördert einen Perspektivwechsel und beeinflusst den pflegerischen Umgang nachhaltig.

Einblick in den Parcours



Alltagssituation: Mittagessen



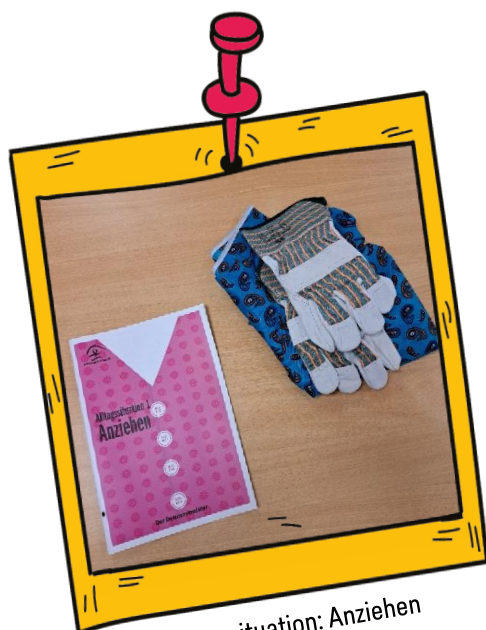
Zeichnen durch einen Spiegel



Alltagssituation: Hausarbeit



Aufgaben bewältigen unter Zeitdruck



Alltagssituation: Anziehen



Alltagssituation: Frühstück

Dank an all unsere Partner und Partnerinnen

Betriebskrankenkassen, die diese Initiative unterstützen

Alle Angebote der Initiative sind für Einrichtungen kostenfrei. Ermöglicht wird dies durch das Engagement von 30 Betriebskrankenkassen, die sich 2019 auf Grundlage des Pflegepersonal-Stärkungsgesetzes zusammengeschlossen und die Initiative WERTGESCHÄTZT ins Leben gerufen haben.



**WERT
GESCHÄTZT**

Werden Sie Teil unserer Erfolgsstory!

Informieren Sie sich über die BKK-Initiative WERTGESCHÄTZT
unter www.bkk-wertgeschaetzt.de