



Nonverbale Kommunikation
Bei der Basalen Interaktion verstehtigt man sich mit Atem, Berührung, Bewegung und Musik

Foto: Getty Images/dolgachov

„Unsere Sprache versteht jeder“

Atem, Bewegung, Berührung und Musik: Das sind die vier internationalen Sprachen, die jeder Mensch versteht, sagt Michael Meyer, Gründer der Basalen Interaktion. Die Idee für sein Konzept entstand aus der Not heraus: „Trotz vieler Schulungen zur Kommunikation in der Betreuung von Menschen mit Demenz, fehlte es einfach an der Nachhaltigkeit“, erklärt der Motivationstrainer. Häufig würden Routinen im Alltag schlicht abgearbeitet. Das gemeinsame Handeln und Kommunizieren sei verlorengegangen. Dieses Aufeinander hören und achten soll mit der Basalen Interaktion wieder zurückgewonnen werden. „Die Beziehung zwischen den Bewohnern und der Pflegeperson soll erlebnisorientiert und wertschätzend sein“, erklärt Michael Meyer. Hilfsmittel dafür ist die nonverbale Kommunikation. Berührung, Bewegung, Atmung und Musik kennen keine Demenz und können von Menschen, die darunter leiden, besser verstanden werden, vom Gehirn verarbeitet und zugeordnet werden als Worte.

Am Caritas Altenzentrum St. Hedwig in Kaiserslautern wurde 2015 das Projekt „Basale Interaktion – Erlebnisorientierte Kommunikation bei Menschen mit Demenz“ gestartet. Ziel war, die Lebensqualität und das Wohlbefinden der Bewohner zu steigern und gleichzeitig die Arbeitszufriedenheit der Pflegenden spürbar zu verbessern.

„Bei der Basalen Interaktion steht zu erst einmal der Anwender im Zentrum“, beschreibt Michael Meyer. Wer das Konzept umsetzen will, brauche neben Empathie auch den Mut, etwas anders zu machen, sich auf etwas

Neues einzulassen. In Schulungen lernen die Pflegenden daher zuerst, ihren Selbstwert zu stärken und eine positive Haltung zu ihrer Arbeit aufzubauen. Es müsse einem selbst gut gehen und man müsse seine eigenen Fähigkeiten wertschätzen, sagt Meyer. Erst dann könne Stress abgebaut werden. Die eigene Zufriedenheit wirke sich dann unmittelbar auf die Bewohner aus: „Erst wenn man selbst entspannt und achtsam ist, kann man die Fähigkeiten und Bedürfnisse des Bewohners erkennen und darauf eingehen“, erklärt der Coach. „Das tägliche Handeln muss zum Erlebnis werden.“ Das ist der erste Schritt.

Der zweite Schritt des Konzepts ist die Interaktion mit dem Bewohner. Hier konzentriert sich alles auf die vorhandenen Ressourcen. „Egal, wie weit fortgeschritten eine Demenz ist – jeder Mensch kann etwas besonders gut“, betont Michael Meyer. Diese besonderen Fähigkeiten gelte es aufzuspüren und zu motivieren. „Eine Beziehung knüpft man am besten immer da, wo jemand etwas besonders gut kann oder sehr gerne mag.“ Am besten funktioniere das über Berührungen und Mobilisierungsbewegungen, die in kleinen, achtsamen Schritten gemeinsam aufgebaut werden.

Am Caritas Altenzentrum St. Hedwig wurde das Konzept erfolgreich implementiert. „In unserer Evaluation wurde die Stimmung im Team deutlich besser eingeschätzt“, erklärt der Gründer der Basalen Interaktion. Auch Arbeitszufriedenheit und Wertschätzung nahmen im Projektverlauf zu.