



## KUNSTTHERAPIE *wirkt positiv*

Das Wohlbefinden von Pflegebedürftigen kann durch verschiedene kunsttherapeutische Aktivitäten verbessert werden. Dies gilt für Menschen mit und ohne Demenz. Die Einbeziehung von kunsttherapeutischen Aktivitäten in die Pflege kann dazu beitragen, die therapeutische Seite der Pflege zu profilieren, diese Arbeit zu unterstützen und sie in eine vielfältige und innovative Richtung zu entwickeln.

*Mit kreativen Methoden kann die Pflege neue Wege gehen. Aktuelle Pflegestudien verweisen auf positive Ergebnisse der Kunsttherapie in der Langzeitpflege.*

TEXT: STEFAN GÖRRES, CELINA GRÄF

### 1

#### Vertrauen aufbauen

Im Jahr 2017 veröffentlichten Forscher in Großbritannien eine Studie, in der hinderliche und förderliche Faktoren für eine erfolgreiche Durchführung von künstlerischen Programmen in Pflegeheimen untersucht wurden.

Das Ziel war die Implementierung und Integration von Kunstprogrammen in die Pflege von Menschen mit Demenz. Die Stichprobe für die Studie bestand aus 32 Künstlern, die im Rahmen des „Imagine Arts“-Programms beauftragt worden waren, ein Kunstprogramm für 14 Pflegeheime innerhalb eines Jahres umzusetzen. Sie erhielten zu Beginn der Studie eine demenzspezifische Schulung, zum Beispiel zum Einsatz nonverbaler Kommunikation bei Menschen mit Demenz. Die Künstler wurden während der gesamten Programmdurchführung von der örtlichen Kunstorgani-

sation unterstützt und beraten. Ihre Erfahrungen dokumentierten sie in Tagebüchern, die qualitativ ausgewertet wurden.

Vier Hauptthemen konnten identifiziert werden, die aus Sicht der Künstler die erfolgreiche Durchführung von Kunstprogrammen in Pflegeheimen beeinflussen: Kontextfaktoren wie die Größe der Gruppe und der Standort, Erkennen von Bedürfnissen der Bewohner und die adäquate Reaktion darauf, Fördern von Beziehungen und Aufbau von Vertrauen.

### 2

#### Depressionen lindern

Eine quasi-experimentelle Studie, die 2019 von Forschern in Taiwan veröffentlicht wurde, testete die Wirksam-

keit von Kunsttherapie-Aktivitäten im Rahmen eines Gruppenprogramms zur Verringerung von Depressionen und zur Verbesserung des Selbstwertgefühls älterer Bewohner in Langzeitpflegeeinrichtungen. Ziele waren unter anderem: Vertrauen aufbauen, Selbstbewusstsein stärken sowie die positive Verstärkung durch Bestätigung erbrachter „Leistungen“ im Rahmen der durchgeführten Aktivitäten.

Die Stichprobe bestand aus 55 Probanden (26 Männer und 29 Frauen, Durchschnittsalter: 78,4 Jahre) mit milder Depression aus zwei Pflegeheimen. Diese wurden per Zufall auf die Interventionsgruppe (n = 29) und die Kontrollgruppe (n = 26) aufgeteilt. Die Kontrollgruppe erhielt die übliche Pflege der Pflegeeinrichtung und keinen Zugang zu den künstlerischen Sitzungen. Für die Interventionsgruppe wurden künstlerische Aktivitäten im Gruppenformat einmal pro Woche über insgesamt zwölf Wochen angeboten. Jede Aktivität dauerte 90 bis 100 Minuten: zehn Minuten zum Aufwärmen, fünf Minuten zum Einführen in das Thema, 55 bis 65 Minuten für das eigentliche künstlerische Schaffen sowie 20 Minuten zum Vorstellen der Endergebnisse. Um die Auswirkungen des Programms zu bewerten, wurden strukturierte Fragebögen vor der Interventionsphase und nach der zwölften Woche der Intervention ausgefüllt.

Die Ergebnisse des Kunsttherapieprogrammes zeigten, dass die Kunsttherapie Depressionen in der Interventionsgruppe lindern und das Selbstwertgefühl verbessern konnte.

# 3

## Kunst aktiviert

Niederländische Forscher von zwei Universitäten in Heerlen veröffentlichten 2016 eine explorative Beobachtungsstudie. Gegenstand der Studie war die Frage, ob und wie Pflegeheimbewohner mit Demenz auf die interaktive Kunstinstallation "Venster" reagieren und ob sich die Reaktionen ändern, wenn der Inhaltstyp und damit die Art der Interaktion des Kunstwerkes sich verändert.

Das Konzept von "Venster" (deutsch: Fenster) wurde von Designern entwickelt und ahmt ein elektronisches Fenster nach. Die Installation war beruhigenden, aktivierenden oder interaktiven Inhalts und konnte Musik abspielen. Es nahmen zehn Pflegeheimbewohner (davon acht Frauen) mit starker Demenz aus einer geschlossenen Abteilung eines Pflegeheimes in den Süd-Niederlanden sowie zwei Pflegekräfte an den Sitzungen teil. Die Sitzungen fanden in einem öffentlichen Bereich des Pflegeheims statt, wo „Venster“ platziert war. Während jeder Sitzung wurde jeweils nur eine der drei Arten von Inhalten (beruhigend, aktivierend oder interaktiv in-

klusive Musik) vorgestellt. Es fanden insgesamt acht Sitzungen mit einer maximalen Dauer von einer Stunde und 32 Minuten statt. Während der gesamten Sitzungen wurden insgesamt 1 417 Reaktionen generiert.

Es wurden 737 Mensch-Mensch- (53 Prozent) und 481 Mensch-Kunst-Reaktionen (37 Prozent) sowohl hinsichtlich verbaler als auch nonverbaler Natur (Mimik, Gestik) ausgewertet. Weitere 138 Reaktionen (acht Prozent) signalisierten einen Verlust der Konzentration, 61 Reaktionen (drei Pro-

Studien haben es an den Tag gebracht: Kunsttherapeutische Interventionen – etwa das Malen eigener Bilder – stärken das Selbstwertgefühl.

zent) beruhten auf unklaren Wechselwirkungen. Die durchschnittliche Dauer der Sitzungen mit beruhigenden und aktivierenden Inhalten war miteinander vergleichbar (91 beziehungsweise 83,5 Minuten). Die Sitzungen mit interaktiven Inhalten waren mit rund 32,5 Minuten deutlich kürzer.

Häufig beobachtete Reaktionen waren das Erkennen und Benennen von abgebildeten Inhalten oder Gegenständen sowie Fragen zur Funktion oder dem Sinn der Installation. Zudem zeigten sich häufig vielfältige körperliche Gesten, Mimiken oder Tippen auf den Bildschirm sowie Mitsingen der Musik. Selbst bei Menschen mit einer schweren Demenz kann Kunst eine aktivierende Wirkung zeigen und damit die Pflege unterstützen.

Fazit: Die Pflege kann die therapeutische und aktivierende Wirkung von Kunst in zweifacher Hinsicht nutzen – um das Wohlbefinden der Bewohner zu fördern und um die therapeutische Bedeutung von Pflege zu stärken. ««

### ZUM DOWNLOAD

Studie 1: [bit.ly/2YYhpwo](https://bit.ly/2YYhpwo)

Studie 2: [bit.ly/32uKEZX](https://bit.ly/32uKEZX)

Studie 3: [bit.ly/2LrMZPO](https://bit.ly/2LrMZPO)



**Prof. Dr. Stefan Görres**

ist Pflegewissenschaftler am Institut für Public Health und Pflegeforschung

(IPP) an der Universität Bremen



**Celina Gräf**

ist studentische Hilfskraft am Institut für Public Health und Pflegeforschung

(IPP) an der Universität Bremen