



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



## FORGET ME NOT Training Module Intellectual Output 2.2

### MODUL 5



## Verwenden der Memory Box in der Praxis



## Inhaltsverzeichnis

M.5.1 Vorteile in verschiedenen Kontexten.....	3
M.5.1.1 Vorteile für den Demenzerkrankten .....	3
M.5.1.2 Institutionelle Vorteile bei der Verwendung der digitalen Memory-Box.....	3
Verbesserung der IKT-Kompetenz des Personals.....	3
Verbesserte Kompetenz des Personals im Umgang mit Demenz .....	4
M.5.1.3 Vorteile für Angehörige und Freunde einer Person mit Demenz .....	4
M.5.2 Anwendungsbeispiele in der Praxis .....	5
M.5.2.Verschiedene Nutzungskontexte .....	5
1. Stimulation der erhaltenen kognitiven Fähigkeiten.....	5
2. Generationenbindung .....	5
3. Gruppenaktivitäten im institutionellen Kontext .....	6
4. Weitergabe des Erbes.....	6
5. Vernetzung für Pflegepersonal.....	6
6. Reiche Quelle für Reminiszenz im Verlauf der Demenz .....	6
7. Unabhängige Arbeit mit der Lebensgeschichte .....	7
8. Fokus auf individuelle Betreuung.....	7
9. Instrumente zur Überwindung der physischen Entfernung.....	7
10. Umgang mit negativen Erinnerungen .....	7
M.5.2.1 Anwendungsbeispiele aus der Praxis.....	8
Situation 1: Ein einzelner Benutzer ohne pflegerische Betreuung als Teil der Biographiearbeit ...	8
Situation 2: Ein ungelernter, selbstausbildeter informeller Betreuer .....	9
Situation 3: Ein informeller Betreuer mit Ausbildungsunterstützung.....	10
Situation 4: Ein professioneller Pfleger mit einem Patienten .....	11
Situation 5: Ein professioneller Pfleger mit einer Reminiszenzgruppe .....	12
M.5.3 Wie kann die Grundnutzung erweitert werden.....	14
M.5.3.1 Weitere Einsatzmöglichkeiten .....	14
M.5.3.2 Erfahrungsaustausch und Diskussion.....	14
M.5.3.3 Urteil über die Auswirkungen .....	15
M.5.3.4 Weiterführende Literatur und Forschung.....	16



## **M.5.1 Vorteile in verschiedenen Kontexten**

### **M.5.1.1 Vorteile für den Demenzerkrankten**

Die digitale Memory Box wie Forget me not spielt bei der Reminiszenztherapie eine bedeutende Rolle. Indem sie digitale Erinnerungselemente erstellen, die sich auf bestimmte definierte Momente im Leben eines Menschen beziehen. Digitale Erinnerungen, die Text, Bilder, Videos und Töne enthalten, dienen Menschen mit Demenz und ihren Betreuern als Aufforderung, nützliche Erinnerungssitzungen zu veranstalten oder über Erinnerungen zu sprechen, um dem Demenzkranken zu helfen, sich daran zu erinnern, wer sie sind und wie ihr Leben war. Es verbessert das Wohlbefinden von Demenzkranken und dient dem Zweck für Besuch von Betreuern. Die Pflegekräfte lernen die Person, die sie betreuen, besser kennen und es werden patientenzentrierte Kommunikationsaktivitäten angeregt.

Die wichtigsten Vorteile für die Person mit Demenz sind:

- Verbesserte Stimmung, Wohlbefinden und Selbstwertgefühl
- Erinnerungen werden stimuliert
- Der Ansatz ist auf das Stadium der Demenz zugeschnitten
- Forget me not bleibt als Vermächtnis zukünftiger Generationen bestehen
- Der Erkrankte behält das Gefühl einer persönlichen Identität
- Verbesserte Einstellung der Pflegepersonen durch bessere Kenntnis der Person
- Die Erinnerungssitzungen sind unterhaltsam und basieren auf digitaler Unterstützung
- In einigen Fällen können Patienten im Frühstadium die IKT noch selbst nutzen
- Verbesserte Sozialisation, Kommunikation mit den Bezugspersonen, anderen Bewohnern im Altenheim sowie zu Pflegekräften
- Neuartige und unterhaltsame Art, Schlüsselereignisse aufzuzeichnen und erneut zu besuchen

### **M.5.1.2 Institutionelle Vorteile bei der Verwendung der digitalen Memory-Box**

Die Reminiszenztherapie ist in vielen Pflegeeinrichtungen Europas weit verbreitet und die Verwendung von physischen oder digitalen Memory Boxen ist zu einem wichtigen Bestandteil geworden. Die Pflegekräfte akzeptieren die Unterschiede zwischen den beiden Ansätzen und kombinieren sie je nach Kontext der Reminiszenzsitzung.

Was sind die Vorteile der Verwendung einer digitalen Memory Box in einem institutionellen Umfeld?

#### **Verbesserung der IKT-Kompetenz des Personals**

Dieser technologische Ansatz für die Verwendung einer Memory Box verbessert die IKT-Kenntnisse der Pflegekräfte, da sie einen Computer oder mobile Geräte (Laptop, Tablet, Smartphone) verwenden müssen. Dank der vorliegenden Schulungsmodule und der folgenden Schulungs-Webinaren und -videos können Pflegekräfte ihre allgemeinen IKT-Kenntnisse verbessern und sie für ein nützliches Tool anwenden, das sich auf eine nicht-medikamentöse Demenztherapie konzentriert.

Die grundlegenden IKT-Kenntnisse im Zusammenhang mit der Verwendung von Forget me not sind:



- Textbearbeitung
- Erstellen von Hyperlinks
- Hochladen und Bearbeiten von Bildern
- Hochladen und Einbetten von Videos über YouTube
- Tonaufnahmen und Hochladen ebendieser

### Verbesserte Kompetenz des Personals im Umgang mit Demenz

Während viele Betreuer über Erfahrung in der täglichen Pflege von Menschen mit Demenz verfügen, haben viele von ihnen nicht versucht, neue Technologien zur Reminiszenztherapie zu nutzen. Durch das Hinzuziehen dieses neuartigen digitalen Ansatzes zur Verwendung von Memory Boxen erweitern Pflegepersonen ihre Angebotspalette im Umgang mit Demenzkranken.

Die wichtigsten Vorteile im Zusammenhang mit der Verwendung von Forget me not sind:

- Potenzial für neuartige Gruppenaktivitäten (z. B. durch die Verwendung eines Projektors)
- Verbesserte patientenzentrierte Versorgung
- Verbessertes Einfühlungsvermögen für den Patienten, indem er ihn besser kennenlernt
- Schafft einen Kontext für mehr Verständnis
- Fördert und verbessert die Kommunikation mit der Familie, Freunden und Pflegekräften
- Es entsteht eine Wirkungsbeobachtung - Selbstwert, Aktivitätsniveau, beobachtbare Reaktion steigen an

### M.5.1.3 Vorteile für Angehörige und Freunde einer Person mit Demenz

Nicht alle Betreuer von Menschen mit Demenz sind professionelle oder hauptberufliche Betreuer und Pfleger. Angehörige und Freunde sind und sollten häufig in die Reminiszenztherapie einbezogen werden. Forget me not ist ein einfaches und benutzerfreundliches Instrument für alle, die sich an der Reminiszenztherapie ihrer Lieben beteiligen möchten. Es kann auch ohne spezielles Training verwendet werden und ermöglicht eine intuitive Reminiszenzsitzung. Eine Tochter oder ein Enkel einer an Demenz erkrankten Person kann beispielsweise bei einem Sonntagsbesuch helfen, einen Erinnerungsgegenstand zu erstellen oder einfach durch zuvor erstellte Erinnerungen blättern und eine angenehme Unterhaltung führen, die das Gedächtnis anregt.

Die wichtigsten Vorteile für Familienmitglieder und Freunde sind:

- Freude an der Interaktion mit den Demenzerkrankten
- Größere Wertschätzung ihrer Angehörigen mit Demenz während die Reminiszenz die bestehenden Fähigkeiten erhält
- Verbessert das Verständnis der Krankheit
- Neue Art des Bindungsaufbaus
- Entwicklung neuer Fähigkeiten, um mit der Krankheit umzugehen
- Austausch von Erfahrungen und Fähigkeiten zwischen den Pflegekräften



- unterstützt die Interaktion zwischen den Generationen
- Verbindungen innerhalb der Familie oder des Freundeskreises können gestärkt werden
- bessere Verbindungen zwischen den verschiedenen Mitautoren, besonders mit professionellen Pflegekräften

## **M.5.2 Anwendungsbeispiele in der Praxis**

Forget me not ist kein Instrument, das kognitive Beeinträchtigungen wiederherstellen oder verhindern kann. Unabhängig vom Kontext der Nutzung sind verschiedene Formen der Demenz durch eine unvermeidliche Entwicklung und Verschlechterungen kognitiver Funktionen gekennzeichnet. Man muss die Person in ihren Fähigkeiten respektieren und darf sie niemals in eine Situation bringen, in denen die Person versagt.

Wenn eine der in Forget me Not gespeicherten Erinnerungen keinen Sinn mehr macht oder nicht mehr mit der Lebensgeschichte der Person verbunden ist, dann bestehen Sie nie darauf. Steuere Sie dann das Gespräch auf eine besser erhaltene Erinnerung.

Die Hauptfunktion von Forget me not ist es, das Wohlbefinden der Menschen zu fördern. Es ist eine interaktive Möglichkeit, die Qualität der Beziehungen zu verbessern und gleichzeitig die positiven Effekte der Erinnerung zu nutzen.

### **M.5.2.Verschiedene Nutzungskontexte**

#### **1. Stimulation der erhaltenen kognitiven Fähigkeiten**

Eine Abnahme der kognitiven Funktionen im Rahmen der Demenzerkrankung kann zu einem größeren Verlust der Autonomie führen.

Reminiszenz kann einen Schwerpunkt für mentale Aktivität liefern. Wenn sie von einem digitalen Instrument wie Forget me not unterstützt wird, stimuliert sie nicht nur das Gehirn, sondern vermittelt auch Erfolgserlebnisse, wenn digitale Erinnerungen erstellt werden. In späteren Lebensabschnitten ist es absolut entscheidend, diese kleinen Siege und den Leistungsstolz zu schaffen, um das Selbstwertgefühl und das Wohlbefinden älterer Menschen zu verbessern.

#### **2. Generationenbindung**

Da jüngere Menschen häufig als IKT-versierter angesehen werden, verstehen und beherrschen sie die Verwendung des Online-Tools „Forget me not“ sehr schnell. Kinder oder Enkel eines Demenzkranken können diese Fähigkeiten nutzen, um ihren Großeltern nicht nur bei der Erstellung digitaler Erinnerungen zu helfen, sondern vor allem, um eine Bindung zwischen den Generationen herzustellen. Da sich das moderne Leben so schnell ändert, kommt es nicht selten vor, dass sich ältere Menschen ignoriert fühlen, weil sie neue Technik "sowieso nicht verstehen".

Eine gemeinsame Aktivität zwischen älteren Menschen mit hohem Erinnerungsvermögen und der jungen Generation mit technischem Hintergrund bedeutet für beide Seiten eine Win-Win-Situation, die es älteren Menschen ermöglicht, stärker einbezogen zu werden, im Mittelpunkt der



Aufmerksamkeit zu stehen und letztendlich Beziehungen zwischen den Generationen zu pflegen und zu verbessern.

### 3. Gruppenaktivitäten im institutionellen Kontext

Reminiszenz kann auch in Gruppen oder Vereinen innerhalb von Pflegeeinrichtungen verwendet werden. Der Fokus liegt nicht auf den Erinnerungen einer Person, sondern auf den Erinnerungen der Gruppenmitglieder eines gemeinsamen Themas oder Objekts. Es könnte all das sein, was Erinnerungen bei den meisten Mitgliedern der Erinnerungsgruppe wecken kann: ein Lied aus ihrer Jugend, ein berühmtes Gebäude, ein historisches Ereignis, Traditionen usw.

In diesem Fall erstellt der Betreuer, der den Erinnerungsworkshop leitet, ein gemeinsames Profil für die Gruppe und füllt es mit Erinnerungen, die auf gemeinsamen Themen basieren. Die Erinnerungen werden nicht nur auf dem Tablet oder Computer angezeigt, sondern für alle gleichzeitig projiziert. Zum Beispiel könnte es sich um ein Foto eines ikonischen Gebäudes in ihrer Stadt handeln, das inzwischen abgerissen wurde. Demenzerkrankte werden mit hoher Wahrscheinlichkeit Erinnerungen daran haben. Es könnte ein Kino, eine Schule oder ein längst vergangener Park sein. Das Teilen von Erinnerungen innerhalb einer Gruppe kann den Mitgliedern helfen, sich besser kennenzulernen und Themen zu finden, über die Freundschaften geschlossen werden können. Es handelt sich um eine großartige Kommunikationsübung für alle.

### 4. Weitergabe des Erbes

Wenn die verbleibende Zeit des menschlichen Lebens kürzer wird, fragen sich viele Menschen, welches Vermächtnis sie den nächsten Generationen hinterlassen werden. Werden sie in Erinnerung bleiben oder wird ihre Gegenwart einfach verblassen?

Ein Profil in Forget me not zu erstellen und es während der Reminiszenztherapie mit Erinnerungen in digitaler Form zu befüllen, wird schließlich eine schöne Sammlung von Erinnerungen hinterlassen. Mit den Login-Informationen können Familienmitglieder die Erinnerungen von überall auf der Welt durchsuchen und können so von dem Vermächtnis, das ihnen hinterlassen wurde zehren.

### 5. Vernetzung für Pflegepersonal

Non-formale Betreuer von Menschen mit Demenz können sich oft einsam fühlen oder das Gefühl haben ihnen lastet viel auf den Schultern. Lokale Wohltätigkeitsorganisationen und informelle Gruppen versuchen die ansonsten isolierten Betreuer in regelmäßigen Treffen zu unterstützen. Diese sprechen häufig Probleme an, mit denen Pflegekräfte konfrontiert sind. Der Erfahrungsaustausch kann ihnen helfen, Lösungen für ihre persönliche Situation zu finden.

Ein Schwerpunkt eines solchen Treffens könnte auf Reminiszenzsitzungen und insbesondere auf der Verwendung einer digitalen Memory Box mit einem Demenzkranken liegen. Die Netzwerke könnten diese ihren Mitgliedern vorstellen und so könnten sie eine neue Art der Interaktion mit ihrer geliebten Person mit Demenz genießen.

### 6. Reiche Quelle für Reminiszenz im Verlauf der Demenz

Es gibt zwei Ziele, bei der Arbeit mit einer persönlichen digitalen Memory Box. In frühen Stadien der Demenz kann der Erkrankte noch eine Fülle von Informationen liefern, die in seine digitalen



Erinnerungen einfließen. Je größer die Anzahl der Erinnerungen, desto mehr wird das Gehirn beansprucht. Je mehr Erinnerungen es im frühen Stadium gibt, desto mehr Erinnerungen wird es im späteren Stadium der Krankheit geben, wenn die Person auf ihre zuvor geschaffenen und abgespeicherten Erinnerungen zurückgreifen kann.

### 7. Unabhängige Arbeit mit der Lebensgeschichte

Eine digitale Memory Box, wie Forget me not, muss nicht nur im Kontext von Demenz verwendet werden. Für viele Menschen kann es eine sehr angenehme und einfache Möglichkeit sein, ein interaktives Buch mit Memoiren zu erstellen. Wenn Erinnerungen wiederauftauchen, können sie schnell in einem kurzen Text festgehalten werden. Vielleicht begleitet von einem Archivfoto oder einer Aufnahme der Person, welche die Geschichte mit ihrer Stimme erzählt oder sogar in Verbindung mit einem eingebetteten Video von YouTube. Es kann eine angenehme Art sein, Erinnerungen aufzuzeichnen, als sie einfach auf ein Blatt Papier zu schreiben.

Und sollte der Forget me not Nutzer eines Tages von einer Form von Demenz betroffen sein, wird die vorherige Arbeit mit der eigenen Lebensgeschichte sich besonders vorteilhaft auf ihre geistigen Fähigkeiten auswirken.

### 8. Fokus auf individuelle Betreuung

Die meisten Menschen mit Demenz beginnen ihre Frühbetreuung zu Hause, wenn die Unterstützung von einem Familienmitglied oder von Krankenschwestern / Pflegekräften geleistet wird. In diesem frühen Stadium können die Betreuer mit dem Demenzkranken zusammenarbeiten, um digitale Erinnerungen zu schaffen und ihr Gehirn aktiv zu halten.

Zu einem späteren Zeitpunkt, wenn andere gesundheitsbezogene Probleme hinzukommen, kann die Person mit Demenz in eine institutionelle Betreuung überführt werden. Diese Zeit kann eine sehr stressige Erfahrung für die Person sein. Wenn sie pflegebedürftig ist, wird in der Regel ein persönliches Portfolio erstellt, um einen stärker auf den Menschen ausgerichteten Service zu bieten. Hier kann ein persönliches Forget me not Profil mit einer Reihe von Erinnerungen nützlich sein. Forget me not hilft dem Erkrankten, egal in welchem Stadium er ist, seine Erinnerungen können den Pflegekräften helfen, ihren neuen Patienten besser kennenzulernen und sofort einen auf den Menschen fokussierten Ansatz zu bieten.

### 9. Instrumente zur Überwindung der physischen Entfernung

Die digitale Memory Box ist auf jedem Gerät, das mit dem Internet verbunden ist, nur ein paar Klicks entfernt. Dadurch können weit entfernte Familienmitglieder oder Freunde ebenfalls auf Erinnerungen zugreifen und diese hinzufügen oder bearbeiten. Sie benötigen dafür die Erlaubnis des Forget me not Profilbesitzers und können dann vorhandene Erinnerungen anschauen oder bearbeiten. Sie können auch nur neue Erinnerungen erstellen, ohne die Vorhandenen zu sehen.

Stellen Sie sich Kinder oder Enkelkinder vor, die das Land verlassen haben und nicht körperlich mit dem Demenzkranken zusammen sein können, sie könnten immer noch zu ihrem digitalen Memory box beitragen und Erinnerungen hinzufügen, die mit der Person zusammenhängen, selbst wenn sie sich auf der anderen Seite der Welt befinden.

### 10. Umgang mit negativen Erinnerungen



Der Zweck von Forget me not ist es, die Identität der Person zu festigen, die durch positive und negative Erfahrungen definiert ist. Wenn sich die Person spontan an ein schwieriges Ereignis in ihrem Leben erinnert, ist es daher notwendig, ihre Geschichte mit Freundlichkeit aufnehmen zu können. Wenn die Person starke Schmerzen hat oder sich die Pflegekraft mit diesem Austausch nicht wohl fühlt, ist es wichtig, die Unterstützung eines Spezialisten (Ärzte, Psychologen, Therapeuten) zu suchen.

Manchmal kann die Erinnerung in der Therapie nur von medizinischen Experten (Ärzte, Psychologen, Therapeuten) genutzt werden, um die Akzeptanz der Person mit früheren Traumata zu verringern. Forget me not ist jedoch nicht dazu bestimmt, für diese Therapien verwendet zu werden.

### **M.5.2.1 Anwendungsbeispiele aus der Praxis**

Nun, da einige Kontexte der Verwendung beschrieben wurden, wäre es nützlich zu zeigen, in welcher Weise Forget me not aus der Perspektive verschiedener Personen verwendet wird, die an der Reminiszenztherapie beteiligt sind. Auf den folgenden Seiten werden Berichte von Personen beschrieben, die Forget me not auf unterschiedliche Art und Weise verwendet haben.

#### **Situation 1: Ein einzelner Benutzer ohne pflegerische Betreuung als Teil der Biographiearbeit**

**RAHMEN:** Vor einiger Zeit begann ich, Gedächtnisprobleme zu haben. Ich konnte mich nicht an die Namen von Personen, Daten und Details bestimmter Situationen erinnern. Ich ging zu meinem Arzt für eine Diagnose und suchte auch nach Methoden, die das Leben einfacher machen könnten. Also beschloss ich, unter anderem die Forget me not Plattform auszuprobieren.

**SITUATION:** Ich bin eine 72-jährige Frau und bin seit zwölf Jahren im Ruhestand. Seitdem ich mit meinem Arzt über meine Gedächtnisprobleme gesprochen habe, habe ich etwas über Alzheimer und verwandte Krankheiten gelernt. Ich brauchte ein paar Antworten. Nach einigen Recherchen verstand ich, dass die alten Erinnerungen am besten erhaltenen waren und dass sie mir lange Zeit Trost spenden konnten. Ich wollte ein Buch erstellen, um die Ereignisse, die ich mit meiner Familie und meinen Freunden teilen wollte, selbst auszuwählen.

**ANSATZ:** Ich habe von einer Freundin, die selbst eine Pflegekraft ist und sich um ihre Tante kümmert, etwas über Forget me not erfahren. Sie erklärte mir die Idee und zeigte mir, wie sie ihre Memory Box bei ihrer Tante benutzte und auch, wie sie ihre Konten benutzte, um diesen mit Inhalt zu füttern.

**VORBEREITUNG:** Mein Freund stellte mir die Website vor und zeigte mir die Ressourcen und die Plattform. Dies war für mich sehr nützlich und ich fand Informationen über Demenz in einer kurzen und leicht verständlichen Form. Mein Sohn hat mir geholfen das Konto zu erstellen. Jetzt kann ich es selbst verwalten. Ich habe meinen Sohn immer noch als Mitautor eingeladen, was mich beruhigt und uns den Gedankenaustausch ermöglicht. Ich habe gelernt, wie man Bilder, Text und Ton/Video einfügt. Zuerst dachte ich, es wäre zu kompliziert, aber mit Hilfe meines Sohnes gingen wir Schritt für Schritt die Sachen durch. Ich weiß, dass es Anleitungen für alles auf der Website gibt, aber ich ziehe es vor, zuzusehen und zu experimentieren.





**ERINNERUNGEN KREIEREN:** Als ich erkannte, dass ich die auf dem Computer gespeicherten Fotos nur in digitaler Form herunterladen konnte, bat ich meinen Sohn, alte Fotos meiner Familie und Freunde aus der Kindheit sowie Bilder von Orten, die ich in der Vergangenheit besucht hatte, zu scannen. Jetzt kann ich sie in meinem Forget me not Album sammeln und Beschreibungen oder Videos hinzufügen. Um das zu tun, musste ich lernen, wie man YouTube-Links auf das Album kopiert, aber es ist einfacher als ich dachte.

**VERWENDUNG DER ERINNERUNGEN:** Ich habe Schwierigkeiten mich an die Daten der Ereignisse und ihre Chronologie zu erinnern, also konzentriere ich mich auf Reisebilder. Im Moment benutze ich es als Möglichkeit, mein Gedächtnis zu stimulieren. Ich gruppieren die Fotos derselben Reise oder desselben Ortes und schreibe über sie: Jahr (ungefähr), Name des Ortes, Namen der Personen auf dem Foto, etc. Es ist eine Aktivität, die ich alleine mache. Wenn ich zu viele Schwierigkeiten habe, zeige ich die Bilder meiner Familie und meinen Freunden und bitte sie, mir zu helfen, indem sie mir einige Hinweise geben. Normalerweise weiß immer jemand die Antwort. Wenn ich müde werde, höre ich auf und komme zu meinen Erinnerungen zurück, wenn ich es will. Ich erkannte auch, dass meine Lieben später in der Lage sein werden, mit mir Gespräche über diese Erinnerungen zu führen und einige schöne Stunden miteinander zu verbringen.

**ZU ERWARTENDE AUSWIRKUNGEN:** Ich mag dieses Multimedia-Album, weil es mir ermöglicht hat zu lernen, wie man ein neues interaktives Werkzeug benutzt, das über das passive Zuschauen von Bildern beim Scrollen hinausgeht. Das Zusammenstellen, Auswählen und Vervollständigen der Memory Box ist angenehm. Ich wollte kein Erinnerungsbuch erstellen, um meine Erfahrungen an meine Familie weiterzugeben, und Freunde könnten so lohnend und beruhigend sein.

### Situation 2: Ein ungelernter, selbstausgebildeter informeller Betreuer

**RAHMEN:** Ich bin eine informelle Pflegekraft. Die Diagnose Demenz meines Mannes geht auf Anfang des Jahres zurück. Er begann grundlegende Dinge zu vergessen, wie das, was er in der Nacht zuvor getan hatte und was er gegessen hatte. Ich beschloss mich zu Hause um ihn zu kümmern.

**SITUATION:** Mein Mann ist 75 Jahre alt und wurde mit einer Art Demenz diagnostiziert. Ich ergriff die Initiative, die Plattform Forget me not zu nutzen und mich mit ihren 5 Modulen als Betreuerin zu trainieren.

**ANSATZ:** Unsere Kinder erwähnten das Projekt Forget me not und ich beschloss, es auszuprobieren. Darüber hinaus ist ein enger Freund von mir eine professionelle Pflegekraft und hat sie erfolgreich an seinem Arbeitsplatz eingesetzt.

**VORBEREITUNG:** Zuerst habe ich die auf der Projektwebsite vorgestellten Module gelesen. Ich wollte sehen, ob dieses Instrument in unserer Situation nützlich sein könnte. Als informelle Pflegekraft kannte ich die Besonderheiten dieser Krankheiten nicht. Ich fand es interessant, dass die Module sowohl theoretisch als auch praktisch waren. Dann entschied ich mich, die Plattform aufzurufen und folgte den Anweisungen in Modul 4. Ich habe einen Account angelegt, um mich mit der Plattform vertraut zu machen. Ich verstand die Vorgehensweise und stellte die Plattform meinem Mann vor und er schien



interessiert. Ich zeigte ihm eine Vorschau, die ich über unsere Kinder erstellt hatte, und er schien glücklich zu sein. Er erinnerte sich sogar an einige Erinnerungen aus der Vergangenheit.

**ERINNERUNGEN KREIEREN:** Der Prozess von Erinnerungen war herausfordernd und hat Spaß gemacht. Da sich mein Mann in einem frühen Stadium der Demenz befindet, bemühte er sich ein wenig, seine Erinnerungen chronologisch zu ordnen, wobei er ein bisschen Hilfe brauchte. Sein Engagement war jedoch sehr hilfreich und er fühlte sich während des gesamten Prozesses nützlich. Während wir an den Erinnerungen arbeiteten, hatten wir außerdem noch die Gelegenheit, einige unserer Erinnerungen noch einmal zu erleben.

**VERWENDUNG DER ERINNERUNGEN:** Bei der Bearbeitung seiner Erinnerungen auf der Plattform zu helfen ließ ihn sich hilfreich und gebraucht fühlen. Er fühlte sich verbunden mit unseren Kindern und seiner Vergangenheit. Er war jedoch sehr traurig, als er sich an verstorbene Freunde und Familienmitglieder erinnerte. Ich halte es für wichtig, obwohl es schmerzhaft ist, dass der Tod als Teil des Lebens akzeptiert wird und es hilft meinem Mann, mit der Realität Schritt zu halten. Insgesamt hat er positive Erfahrungen mit der Plattform gemacht und möchte sie so lange wie möglich nutzen.

**ZU ERWARTENDE AUSWIRKUNGEN:** Als Pflegekraft ist es nützlich über ausreichende Kenntnisse von Demenz zu verfügen. Die Verwendung von Forget me not ermöglicht es Ihnen, sich wieder mit Ihrem Partner zu verbinden, indem Sie positive Interaktionen auf der Grundlage der erhaltenen kognitiven Fähigkeiten haben, um sich von den Einschränkungen des täglichen Lebens zu befreien und gleichzeitig das Wohlbefinden zu fördern. Das sind lohnende Momente für meinen Mann und es fühlt sich gut an, wenn er sich wieder als Mensch präsentiert. Die in die Module integrierten Beispiele liefern nützliche Informationen und helfen dem Leser, das nächstgelegene Zentrum zu finden, in dem er professionelle Hilfe suchen kann. Was die an Demenz erkrankte Person betrifft, so ist es notwendig, ihnen eine angepasste Unterstützung durch professionelle oder informelle Betreuer mit Kenntnis dieser Krankheit anzubieten. Die Vorteile von Forget me not sind vielfältig und ich kann dieses Tool nur empfehlen.

### Situation 3: Ein informeller Betreuer mit Ausbildungsunterstützung

**RAHMEN:** Meine Mutter ist die hauptberufliche Pflegekraft meines Vaters mit vaskulärer Demenz und Alzheimer. Ich versuche, so präsent wie möglich zu sein, vor allem nach der Arbeit und am Wochenende.

**SITUATION:** Wir beide besuchen eine lokale Selbsthilfegruppe, in der Betreuer von Menschen mit Demenz ihre Geschichten erzählen und Unterstützung von einer professionellen Betreuerin erhalten. Bei einer der Sitzungen wurden wir mit Forget me not bekannt gemacht, und da ich Computer täglich benutze, fand ich es wirklich einfach zu bedienen.

**ANSATZ:** Meine Mutter war anfangs zurückhaltend, sie sagte, dass sie zu viel zu tun habe und keine Zeit habe mit Computern zu spielen während sie sich um meinen Vater kümmere. Eines Tages setzten wir uns hin und diskutierten die Nutzung der Plattform im Detail, da ich angefangen hatte die Module zu lesen, die in der Sitzung vorgestellt wurden.



**ERINNERUNGEN KREIEREN:** Die Erstellung von Erinnerungen auf der Plattform war für mich einfach. Alles, was man braucht, sind nur ein paar Klicks. Es ist sehr intuitiv. Die größte Herausforderung war das Sammeln der Fotos und vor allem die Erzählungen der Erinnerungen. Glücklicherweise konzentrierte sich eine der Sitzungen in unserer lokalen Selbsthilfegruppe auf Möglichkeiten, Erinnerungen von Menschen mit Demenz zu extrahieren und aufzuzeichnen. Es ist so leicht frustriert zu werden, aber ruhig, positiv und mitfühlend zu bleiben, ist der Schlüssel dazu! Eines Tages hat mein Vater alle Fotos seines ereignisreichen Lebens rausgeholt. Es hat lange gedauert bis wir das Durcheinander geklärt hatten, aber es half uns, einige wichtige Erinnerungen zu identifizieren, die er in sein Online-Album, wie er es nennt, aufnehmen wollte. Wir verbrachten die folgenden Wochen damit, die Fotos zu digitalisieren und seine Kommentare aufzunehmen.

**VERWENDUNG DER ERINNERUNGEN:** Wir befinden uns noch in einem frühen Stadium, schaffen noch Erinnerungen und besuchen manchmal einige der geschaffenen. Die Arbeit mit Forget me bietet keinen Fokus für meine Besuche im Haus meiner Eltern, sondern gibt meinen Eltern auch etwas zum Reden, wenn sie darüber diskutieren, welche Erinnerungen aufgezeichnet werden sollen, während ich nicht da bin.

**ZU ERWARTENDE AUSWIRKUNGEN:** Trotz der anfänglichen Zurückhaltung meiner Mutter kann sie jetzt die Vorteile sehen, da es meinen Vater beschäftigt und ihn von anderen Dingen ablenkt, die Probleme verursachen können. Es hat ihnen auch erlaubt sich wieder über alte Erinnerungen zu verbinden, anstatt nur mit ihrem täglichen Geschäft fortzufahren und einen weiteren Tag zu überleben. Unsere Forget me not Sitzungen nehmen viel von meiner Freizeit in Anspruch, aber ich bin stolz darauf etwas Positives für meinen Vater zu tun. Etwas, das ihn glücklich macht und angenehme Familienmomente schafft, die ich für uns verloren glaubte. Ich glaube, dass Forget me not das Gehirn meines Vaters stimuliert, aber selbst wenn es das nicht tut, macht es ihn glücklich und hilft ihm sich auf etwas Positives zu konzentrieren.

#### Situation 4: Ein professioneller Pfleger mit einem Patienten

**RAHMEN:** Ich bin eine professionelle Pflegekraft und arbeite seit drei Jahren für einen mobilen Pflegedienst. Auch wenn wir nicht mit jedem Patienten viel Zeit haben, versuche ich, so viel wie möglich über die Menschen herauszufinden, um die ich mich kümmere. Der tägliche Umgang mit Demenz zeigt mir, wie wichtig es ist, eine Beziehung zu den Betroffenen zu haben.

**SITUATION:** Einer meiner Patienten ist 70 Jahre alt und hat eine Demenz in einem frühen Stadium. Sie ist sehr freundlich und wir hatten von Anfang an eine gute Verbindung. Nachdem ich von Forget me not aus meiner ehemaligen Berufsschule gehört hatte, wollte ich es mit ihr versuchen, um eine noch bessere Verbindung herzustellen und ihr zu helfen, ihre Erinnerungen so lange wie möglich am Leben zu erhalten.

**ANSATZ:** Ich habe von Forget me not von meiner Berufsschule gehört. Andere ehemalige Klassenkameraden und jetzt auch Kollegen haben es bereits ausprobiert und fanden es sehr hilfreich.



**VORBEREITUNG:** Ich habe mit dem Durchlesen der Module begonnen und mich gleich danach auf der Plattform registriert. Das Einzige, was Sie zur Registrierung benötigen, ist eine E-Mail-Adresse.

**ERINNERUNGEN KREIEREN:** Nachdem ich mich bei Forget me not angemeldet hatte, begann ich mit dem Patienten Erinnerungen zu schaffen. Sie holte eine Menge Fotos hervor, welche wir einscannen und hochladen. Ich habe einige ihrer Lieblingsmusik von YouTube hochgeladen. Um noch mehr Erinnerungen zu bekommen, habe ich mit ihrer Tochter darüber gesprochen. Sie war sehr aufgeregt und sofort Bilder von ihrem Smartphone hochgeladen.

**VERWENDUNG DER ERINNERUNGEN:** Jetzt haben meine Patientin und ich die Möglichkeit Forget me not während unserer Gespräche zu benutzen. An ihren schlechten Tagen zeige ich ihr die Erinnerungen ich kann fühlen, wie sie wieder mehr mit der Welt verbunden ist. Es gibt mir als professionelle Pflegekraft ein gutes Gefühl, noch ein bisschen mehr zu helfen.

**ZU ERWARTENDE AUSWIRKUNGEN:** Nachdem wir Forget me not eine Weile lang angewendet haben, habe ich die Erfahrung gemacht, dass meine Patientin weniger schlimme Tage hat. Ihre Familie hat mir berichtet, dass sie die Plattform auch regelmäßig nutzt, weil es sie glücklich macht und sie sich wieder mehr als Familie verbunden fühlt.

#### Situation 5: Ein professioneller Pfleger mit einer Reminiszenzgruppe

**RAHMEN:** Die Sitzung findet in einem Pflegeheim für abhängige ältere Menschen statt.

**SITUATION:** Ich bin eine professionelle Pflegekraft und biete Aktivitäten für die Bewohner des Pflegeheims an.

**ANSATZ:** Als professionelle Pflegekraft halte ich mich regelmäßig über den Fortschritt bei der nicht-medikamentösen Behandlung von Demenz auf dem Laufenden. Die Kollegen haben mir einen Link zur Projektwebsite geschickt. Ich habe die Methode in meinem Pflegeheim eingeführt und wir wurden schnell ein Partner von Forget Me Not. Bald nahm ich an Schulungen teil, um den Umgang mit der Plattform zu erlernen.

**VORBEREITUNG:**

Wählen Sie das Publikum: Wer kann interessiert sein, wer wird davon profitieren? Wer kann wegen eines Ausfallrisikos nicht teilnehmen?

Das Stadium der Erkrankung darf nicht zu schwer sein, da sonst die Workshops individuell durchgeführt werden müssen.

- Die Lebensgeschichte und die kognitive Schwelle jeder Person kennen.
- Wenn der Patient ein störendes Verhalten zeigt, sollte auf die Sicherheit des Patienten und der Gruppe geachtet werden.
- Arbeiten Sie im Team, um die Bewohner zu informieren, zu motivieren, zu unterstützen und die Aktivität so zu organisieren, dass sie mit dem Rest der Aktivitäten übereinstimmt.
- Begrenzen Sie die Gruppe auf 10 Personen (maximal 15), ansonsten organisieren Sie 2 Gruppen, da es schwierig sein wird, mit der Gruppe zu interagieren und die Sitzung zu leiten.



- Denken Sie an den Ort, an dem die Sitzung stattfinden soll, den Ort, an dem er geräumig und der Mobilität der Menschen angemessen sein soll, die Menschen sollen bequem sitzen und die Umgebung soll angenehm und beruhigend sein.

#### ERINNERUNGEN KREIEREN:

Das Thema:

- bezieht sich auf das kollektive Gedächtnis (Schule, Landwirtschaft, Dorf, Tänze, Musikbälle, Versammlungen. . . ), auch wenn es individuell anders gelebt wurde.
- bezieht sich auf Ereignisse, die erlebt und nicht nur den Patienten bekannt sind, um keine Ausgrenzung zu verursachen.
- erzeugt eine Diskussion innerhalb der Gruppe.
- fördert den Ausdruck positiver Emotionen. Negative Emotionen können auch vom Bewohner angesprochen werden, sie müssen mit Empathie aufgenommen werden.

Die Ressourcen sind:

- vielfältig: Internetlinks, Fotos, Videos, Audio, Texte.
- in ausreichender Menge, ungefähr das Äquivalent von 1,5 oder 2 Sitzungen, falls einige Elemente nicht vertraut genug sind.
- für das Publikum geeignet: große Bilder, hochwertiger Ton.
- relevant, ist der Reichtum des Materials ebenso wichtig wie seine technische Qualität.

Erinnerungen in einem Workshop:

- Platzieren Sie Menschen nach ihren sensorischen Fähigkeiten (Sehbehinderte vor dem Bildschirm, Hörgeschädigte so nah wie möglich am Moderator und gegenüber dem Moderator, um das Lippenlesen zu erleichtern) und durch gegenseitige Sympathien.
- Begrüßen Sie die Gruppe und erlauben Sie jedem, sich vorzustellen.
- Erinnern Sie sich an den Kontext und die Bedeutung des Workshops.
- Führen Sie das Thema ein und wecken Sie die Begeisterung.
- Sei aufmerksam, sei neugierig auf die Erfahrungen des anderen.
- Förderung des generationsübergreifenden Austauschs.
- Formulieren Sie klar und deutlich für alle.
- Haben Sie eine angenehme Zeit, indem Sie die Gruppendynamik fördern.
- Sei bereit für das Unerwartete.
- Schließe ab und kündige die Pläne für die nächste Sitzung an.
- Sorgen Sie für den Komfort aller Beteiligten.

ZU ERWARTENDE AUSWIRKUNGEN:

- Schaffung von Interaktion, Aufbau von Selbstwertgefühl und Förderung der sozialen Verbindung mit und zwischen den Bewohnern durch vergangene Erinnerungen. Die Durchführung von Erinnerungsworkshops kann auch globale und nachhaltige Auswirkungen haben:
- Dynamik des Gesundheitsteams
- Individuelles Unterstützungsprojekt



- Verbesserte Kommunikation (quantitativ und qualitativ)
- Verbesserung der gesamten zwischenmenschlichen Beziehungen (zwischen Bewohnern, mit Pflorgeteams, Familien)

## M.5.3 Wie kann die Grundnutzung erweitert werden

### M.5.3.1 Weitere Einsatzmöglichkeiten

Dieser Abschnitt wurde nach den ersten Tests und dem Feedback über den Einsatz von Forget me not in der Praxis entwickelt. Sie enthält Ideen für alternative Nutzungen, die bisher nicht durch das Projekt identifiziert wurden.

- ✓ Tritt ein Großereignis innerhalb der Pflegeeinrichtung ein, kann es mit alten Erinnerungen verknüpft werden: Arbeit, Sportereignisse, Umzüge, Wahlen. . . . Zu diesem Thema könnte dann die Durchführung eines Erinnerungsworkshops erwogen werden, um die Vorbereitung zu fördern und die Anpassungsfähigkeit des Einzelnen zu unterstützen.
- ✓ Forget me not, dass ich nicht als Werkzeug für die Vorbereitung auf die Lebensgeschichte eines Menschen verwendet werden kann, bevor ein Kurzfilm über die Person erstellt wird (Beispiel: <http://mylifefilms.org/>)
- ✓ Einige Betreuer haben die Plattform für sich selbst genutzt, um ihre eigenen Alben zu erstellen. Sie schätzen, dass Forget me not sicher und anonym ist, nicht von profitverfolgten multinationalen Technologiekonzernen kontrolliert wird. Sie haben das Gefühl, dass es ihnen mehr Kontrolle über ihre eigenen Erinnerungen gibt, und sie schätzen das Multimedia-Format jedes Speichereintrags.

### M.5.3.2 Erfahrungsaustausch und Diskussion

Dieser Abschnitt enthält einige Zitate von Menschen mit Demenz und ihren Betreuern über ihre Erfahrungen mit dem Forget me not Ansatz als nicht-medikamentöse ergänzende Behandlung von Demenz:

#### *Begünstigte/ Demenzkranke*

- ✓ Mir gefällt die Idee des digitalen Albums, obwohl ich die Unterstützung meiner Kinder und Enkelkinder brauche, um der Plattform Erinnerungen hinzuzufügen.
- ✓ Insgesamt bringt es gute Gefühle und Erinnerungen hervor, aber manchmal kann es auch sehr emotional sein, wenn man sich an Freunde und Familie erinnert, die gestorben sind. Ich habe meine Familie als Mitautoren hinzugefügt, um mir beim Erstellen meiner Memory Box zu helfen.
- ✓ Wir konnten den Moment noch einmal erleben!
- ✓ Es fühlt sich gut an, über all das zu reden.
- ✓ Es war ein angenehmer Moment.
- ✓ Es weckt Erinnerungen.
- ✓ Wann ist das nächste Mal?



### *Nahestehende/ informelle Betreuerinnen und Betreuer*

- ✓ Die Plattform war sehr einfach zu bedienen und sehr geeignet für das Publikum für das sie entwickelt wurde. Es war eine großartige Erfahrung für meine Oma, da sie die Gelegenheit hatte, einige tolle Erinnerungen aus ihrem Leben zu teilen. Es gab ihr Selbstvertrauen.
- ✓ Ein super Instrument! Es ist toll wieder zu lachen.
- ✓ Ich habe eine Menge gelernt, das ist überraschend!
- ✓ Endlich sprechen wir mal nicht nur über die Krankheit und verstehen uns wieder.

### *Professionelle Pflegekräfte/ Heimpersonal*

- ✓ Mir gefällt die Struktur der Plattform und die Tatsache, dass ich über mein Konto zu den Sammlungen verschiedener Personen beitragen kann. Ich fühle Erfüllung, wenn ich das Glück in den Gesichtern dieser Menschen sehe, nachdem ich ihre Erinnerungen betrachtet habe. Für das Personal vorteilhaft ist es, dass sie ihre Patienten besser kennenlernen. Es fördert zudem einen personenzentrierten Ansatz.
- ✓ Nach den Workshops herrscht eine gute Atmosphäre.
- ✓ Die Bewohner teilen viel mehr miteinander, es ist schön.
- ✓ Es ist ein anregendes und verbindendes Projekt für das Team.

### *Moderatoren von Gruppensitzungen*

- ✓ Es sind sehr interessante Anlässe, wir lernen eine Menge!
- ✓ Es ist ein einfach zu bedienendes und unterhaltsames Support-Tool.
- ✓ Die Workshops werden sehr geschätzt und heiß ersehnt.

### **M.5.3.3 Urteil über die Auswirkungen**

Wie bereits erwähnt, ergeben sich für alle an der Reminiszenztherapie Beteiligten positive Auswirkungen durch die Nutzung der FMN-Plattform. Einige der wichtigsten Vorteile der Plattform sind in der folgenden Tabelle aufgeführt:

Auswirkungen der Plattform:

Pflegefachkraft	Informeller Pfleger	Demenzerkrankter (Begünstigte)
-----------------	---------------------	-----------------------------------



<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gefühl von Erfüllung</li> <li>• Chance den Patienten besser kennzulernen</li> <li>• Unterstützt personenzentrierten Ansatz</li> <li>• Professionalisierung und Best Practice</li> <li>• Verwendung nicht-medikamentöser Therapie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Möglichkeit des Bindungsaufbaus zwischen Generationen</li> <li>• Stärkung der familiären Bindungen</li> <li>• Unterstützung und Verbesserung der Kommunikation mit dem Begünstigten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Steigerung des Wohlbefindens und der Laune</li> <li>• Stimulation des Gehirns, um es aktiv zu halten</li> <li>• Erhaltung des Gefühls der Individualität und des Selbstwertgefühls</li> <li>• Ermöglicht die Weitergabe von ungreifbarem Erbe, Erfahrungen und Geschichte</li> </ul>
--	---	---

#### **M.5.3.4 Weiterführende Literatur und Forschung**

Die Projektpartner des Forget me not Projekts haben einige zusätzliche Links zusammengestellt, um die Lernenden zu Online-Materialien zu führen, mit denen sie ihr Wissen über verschiedene Arten von Demenz und Reminiszenz als zusätzliche nicht-medikamentöse Behandlungsmöglichkeit vertiefen können.

- Die Alzheimer's Show ist die größte jährliche Veranstaltung Großbritanniens, die eine Reihe von Akteuren zusammenbringt, die sich mit der Alzheimer-Krankheit und anderen Formen der Demenz befassen. Hier finden Sie die Liste der Aussteller in den verschiedenen Jahren: <https://alzheimersshow.co.uk>
- Join Dementia Research ist ein nationaler Dienst, der es jedem leicht macht, an der wichtigen Demenz-Forschung teilzuhaben. Menschen mit Demenz oder Gedächtnisproblemen, ihre Betreuer und alle Interessierten können sich hier anmelden: <https://www.joindementiaresearch.nihr.ac.uk/>
- Auf der Website des Salford Institute for Dementia <https://www.salford.ac.uk/salford-institute-for-dementia> finden Sie viele nützliche Quellen.
- Mitarbeiter des Gesundheits- und Sozialwesens sind möglicherweise mit diesem Online-Kurs über E-Learning für das Gesundheitswesen vertraut: <https://www.e-lfh.org.uk/programmes/dementia/>
- Ein Video, das ein besseres Verständnis von Demenz bietet, produziert von der Alzheimer's Society: <https://www.youtube.com/watch?v>
- Einen Bericht der australischen Regierung über die Vorteile der Reminiszenztherapie bei Menschen mit Demenz finden Sie hier: <https://medicine.unimelb.edu.au/>





Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



- Hier ein innovativer Ansatz in den Niederlanden und Frankreich, um Menschen mit Demenz zu unterstützen:
  - a) <https://www.businessinsider.com/inside-hogewey-dementia-village-2017-7>
  - b) <https://www.weforum.org/agenda/2018/06/france-is-building-a-village-for-people-with-alzheimers/>