

# Der Körper spricht immer

## Eurythmie für Demenzbetroffene

Konstanze Gundudis, Eurythmistin und Kursleiterin in der Altenpflegefortbildung, im Gespräch mit **demenz**

INTERVIEW | Petra Uhlmann

**demenz: Frau Gundudis, was ist das Anliegen Ihrer Arbeit mit Menschen mit Demenz? Was haben Sie probiert, um dahin zu kommen?**

Die Bedeutung der künstlerischen Zugangswege für Menschen mit Demenz ist mittlerweile wieder erkannt worden und schlägt sich auch hier und dort in den Angeboten der Pflegeeinrichtungen nieder. Darstellende und bildende Künste mit den jeweiligen therapeutischen Berufszweigen finden ihren Platz dort, wo andere Therapieformen nicht angebracht sind.

Meine Ausbildung wurzelt in der Kunst. Über Schneiderin, Kostümgestalterin für das Theater bis dann zur Eurythmie. Mein Schwerpunkt ist die Verbindung von Sprache und Bewegung, kurz: Sprache, die Bewegung anregt – Bewegung, die Sprache anregt. Ich biete eine Begegnungsmöglichkeit.

**demenz: Wie nehmen Sie Kontakt auf? Warten Sie den richtigen Augenblick dafür ab? Oder gibt es diesen immer?**

Es ist tatsächlich wie sonst auch: Entweder ich rücke mit Betreten des Raumes ins Blickfeld einer Person oder ich versuche, mich durch Ansprache oder leichte Berührung bemerkbar zu machen. Oder ich versuche einfach, mich nach dem oft nonverbal geäußerten Wunsch einer Person zu nähern. Es kommt also erst einmal darauf an, sich eine Erlaubnis zu erbeten, in die Welt dieses Menschen einzutreten. Fehlen die Reaktionen auf meine Fragen, so muss ich ganz genau erspüren, was die Situation mir mitteilt. Der Körper spricht immer, auch wenn der Mensch nicht antwortet oder mir sagt, dass der im Moment nicht mit mir kommunizieren will.

**demenz: Wie eröffnet sich der Zugang, ist dieser bei jedem Menschen anders?**

Um in die für uns fremde Welt von Menschen mit Demenz einzutreten, bedarf es einer Handlungsanweisung, wie man sie „besucht“. Niemand wird damit geboren, das zu können. Es bedarf Anleitung, Übung, Sicheinlassen auf die fremde, veränderte Persönlichkeit, um einzutreten. Es sind tatsächlich die Sinne, die Tore zu ihnen sind. Manche dieser Tore sind verschlossen, andere lassen sich öffnen. Immer gehört sehr viel Wachheit von meiner Seite dazu, das Beobachten der Reaktionen auf meine gesendeten Signale.

Manche Männer mögen gerade das Weibliche dieser Kunst und erleben mich in der Rolle der Frau und genießen das. Oder sie entdecken ihre weiche Seite. Andere lehnen gerade deswegen das Angebot ab. Die Anzahl der Männer ist in den Gruppen gering. Bei den Einzelbetreuungen jedoch hält es sich die Waage.

**demenz: Was sind Ihre Erfahrungen bezüglich der Möglichkeit, sich über Körpersprache mitzuteilen? Ist diese noch bei Menschen mit Demenz verfügbar?**

Das hängt ja stark von der Art der Demenz ab. Ist die Betätigung der Muskulatur, zum Beispiel durch Parkinson, beeinträchtigt, muss ich ganz genau schauen, auf welcher Ebene sich die Personen mir mitteilen. Oder bei Sprachverlust – Aphasie – zusätzlich zum Bewegen auch zum Mitsprechen ermutigen.

**demenz: Warum scheint Eurythmie eine Möglichkeit des Zuganges zu sein?**

Die Eurythmie ist eine Kunst, die Sprache oder auch Musik sichtbar machen kann. Rhythmus, Farbe, ja die einzelnen Laute eines Wortes können in Bewegung gebracht werden und sind damit nicht nur hörbar, sondern auch sichtbar. Man kann auch sagen: Verschiedene Sinne empfangen die gleiche Information. Das Bewegungsgedächtnis kann sich sehr viel merken, das habe ich gerade durch die Eurythmie-Ausbildung erlebt. Verstanden habe ich, je anwesender ich beim Üben in meinen Gliedern bin, um so leichter geht die Erinnerung der Bewegung.

**demenz: Können Sie etwas anfangen mit dem Bild, dass Sie vor dem geöffneten Fenster stehen, nachdem eine Tür, der direkte Zugang, für Sie verschlossen bleibt?**

Ich erlebe es eher in der Art: Mir wird leise ein kleiner Türspalt aufgemacht, nachdem ich angeklopft habe.

**demenz: Wie reagieren Sie, wenn es nicht auf Anhieb klappt? Gibt es Menschen, die Sie gar nicht erreichen?**

Ich gehe davon aus, dass Menschen sich mir mitteilen wollen. Erhalte ich auf Anfragen verbaler und nonverbaler Kommunikationsebene keine Antwort, respektiere ich das. Natürlich vergleiche ich das mit den bisherigen Erfahrungen mit dieser Person und gehe ins Gespräch mit dem Pfleger, wenn mir etwas

*„Mein Schwerpunkt ist die Verbindung von Sprache und Bewegung: Sprache, die Bewegung anregt und Bewegung, die Sprache anregt!“*



*„Mit Eurythmie lassen sich Sprache oder Musik sichtbar machen. Laute können in Bewegung gebracht werden. Das Bewegungsgedächtnis kann sich viel merken!“*

untypisch vorkommt. Nicht immer ist der Wunsch einer Person in Übereinstimmung zu bringen mit dem, was ich anbieten kann. Dann beginne ich eine Art Verhandlung, wie sie von Tom Kitwood als eine der positiven Interaktionsmöglichkeiten beschrieben wurde.

Es gibt je nach Situation und Bedürfnis mehrere Möglichkeiten, die Sinne anzusprechen, in ein „Gespräch“ einzutreten: eine Hand reichen, sich gegenseitig berühren, Bewegung, Musik, ein gemeinsamer Tanz. Wiegen zum Beispiel kann ein Anfang von einer Zweiergeschichte sein. Rhythmus ist ein wichtiges Element. Aber auch verbale Ansprache. Ich modifiziere dabei sehr viel die Intonation, den Klang meiner Stimme.

Nicht immer gelingt das. Aufgesetztes passiert, auch mir. Aber es sollte mir bewusst sein. Körpersprache ist wahrhaftig. Und ein aufgesetztes Lächeln kann man erkennen.

**demenz: Erfahren Sie, wie es den Menschen geht, nachdem Sie bei ihnen waren?**

Viele sind wacher, gelöster, aufgeräumter. Manche sagen es mir beim Verabschieden. Das sagen mir auch Angehörige und Pflegende. Die Stunde war gut, wenn Inneres in Fluss bis hin zum Überfließen angeregt wurde. Wenn die Teilnehmer sich angeregt mitteilen und miteinander in Kontakt gekommen sind.

**demenz: Sind sie nur die Gebende oder kommt auch etwas zurück, verbleibt etwas?**

Viele der Menschen begleiten mich weiter. Sei es durch Erfolge oder auch missglückte Begegnungen. Ich lerne so immer weiter und habe so manchen Lehrmeister getroffen.



*„Eine Hand reichen, sich gegenseitig berühren, ein gemeinsamer Tanz, das sind Möglichkeiten, die Sinne anzusprechen. Die Stunde war gut, wenn die Teilnehmer miteinander in Kontakt gekommen sind.“*





## Eurythmie

Zu Beginn des 20. Jahrhunderts initiierte Rudolf Steiner (1861–1925), Begründer der Anthroposophie, eine neue Bewegungskunst, die Eurythmie, die als sichtbarer Gesang und sichtbare Sprache verstanden und entwickelt wurde. Der Begriff Eurythmie ist griechisch und bedeutet „schöner Rhythmus“. Mit einem System von Bewegungen, Gesten und Gebärden können Sprache, Klänge und Laute in sichtbare Bewegungen übersetzt werden. In dieser Kunstform erfolgt der Ausdruck in einer fließenden, dem Tänzerischen verwandten Bewegungsform. Die Senioreneurythmie wird dabei häufig im Sitzen durchgeführt. Die Bewegungen der Eurythmistin werden nachvollzogen, was aktiv oder rein beobachtend erfolgen kann. Die Eurythmie fördert unter anderem die innere Regsamkeit und das Bedürfnis der Teilnehmenden, sich auszudrücken.

### Ziele der Senioreneurythmie

- ▶ Fördert die innere Regsamkeit der Senioren und das Bedürfnis, sich auszudrücken.
- ▶ Sprachrhythmus wird erfahren durch Bewegung.
- ▶ Die Artikulation der Laute wird durch Wiederholung geübt.
- ▶ Worte können wieder gefunden werden.
- ▶ Das allgemeine Wohlbefinden wird verbessert.

**demenz: Was ist der Grund, dass Ihre Möglichkeiten, mit Menschen so zu kommunizieren, von Einrichtungen in Anspruch genommen werden?**

Als erstes Offenheit und Suche nach geeigneten Angeboten für demenziell erkrankte Menschen. Die Bedeutung der künstlerischen Zugangswege für Menschen mit Demenz sollte Konsequenzen in der Stellenplanung eines Hauses haben. Darstellende und bildende Künste mit den jeweiligen therapeutischen Berufszweigen sollten wieder zum Stammpersonal gehören. Das war jetzt ein Wunsch!

**demenz: Können auch Angehörige davon profitieren, etwas davon aufgreifen, lernen?**

Es kann sein, dass Angehörige, zum Beispiel ein Sohn, Seiten seines Vater wahrnimmt, die er nicht kannte. Oder tatsächlich wieder Wege der Verständigung findet. Pflege der nonverbalen Ausdrucksformen, achtsamer werden für das Gegenüber. Darüber hinaus Interesse für den anderen zu entwickeln und der Wille, etwas zu investieren in Beziehungen.

**demenz: Frau Gundudis, wir danken für dieses Gespräch.▶**



© Michael Uhlmann (7)



## Kontakt und Begegnungen durch Körper, Mimik und Gestik

Ich traf Konstanze Gundudis in der Seniorenresidenz „nova vita“ in Berlin-Wilmersdorf, in der sie wöchentlich für Senioren und Seniorinnen sehr lebendig Sprache in Bewegung umsetzt und so gerade für Menschen mit Demenz mittels nonverbaler Sprache über Körper, Mimik und Gestik Kontakt und Begegnung herstellt. Wie viel Freude und Spaß es verbreiten kann, wie viele Dialoge geführt und verstanden werden, ist auch für mich eine neue, inspirierende Erfahrung gewesen. Die gemeinsame Bewegung, der sich wiederholende Rhythmus der Gruppe berührt nicht nur, sondern lässt auch Leben in den Körper einkehren. Nach einer dreiviertel Stunde stand sie vor einer munteren Runde, die bedauerte, dass die Zeit schon verstrichen war, das Wohlbefinden war hautnah spürbar.

Petra Uhlmann

Petra Uhlmann ist ehemals pflegende Angehörige, Autorin und Architektin. Sie gehört dem Kompetenzteam von demenz an.



**Konstanze Gundudis** ist diplomierte Eurythmistin, Kursleiterin in der Altenpflegefortbildung und Mitglied der „Werkstatt Demenz“. Seit 1995 leitet sie Kurse für Eurythmie in Seniorenwohn- und Pflegeheimen in Berlin (Senioreneurythmie und Eurythmie mit Menschen mit Demenz). Sie lebt in Berlin.

**Kontakt:**  
TELEFON: 030 – 46 60 68 78  
E-MAIL: gundudisberlin@yahoo.de  
INTERNET: www.unserbodenpersonal.de/Senioreneurythmie