**KA-Einheit: „Alt werden und Demenz“ Zeit der Durchführung: 4 Stunden**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Zeit** | **Phase** | **Aufbau/ Material/ Ort/ Lernziel** |
| 40 Min | **Begrüßung und Einstieg „Das Alter in den unterschiedlichen Lebensphasen“**  1. Warm-up: Speed-Dating zum Thema Alter (mindestens 8 Personen/  3 Fragen-30 Sek. Zeit)  a) An was für ein schönes Erlebnis mit einem alten Menschen  erinnerst du dich?  b) Woran leiden alten Menschen nach deiner Meinung nach am  meisten?  c) Womit würdest Du einem alten Menschen gerne eine Freude machen?  2. Benennung des Themas  3. Einstiegsimpuls über die gestaltete Mitte  a) Auspacken des alten Koffers!  b) Was seht ihr?  c) Sortieren der Bilder nach Alter mit Hilfe eines Zeitstrahls!  d) Sortieren der Gegenstände nach Alter ebenfalls mit Hilfe des Zeitstrahls!  e) Sortieren der Altersüberschriften zu den Bildern und den Gegenständen!  4. Diskussion: „Was unterscheidet das Alter von den übrigen Lebensphasen?“  a) Diskussion 1 anhand der gelegten Gegenstände  b) Diskussion 2 anhand der Erlebnisse mit dem eigenen Opa und Oma!  c) Ergebnisse der Diskussionen schriftlich durch Leitende festhalten und zu  den Lebensphasen „Junge Alte“ und „Hochbetagte“ legen. | **Stuhlkreis und gestaltete Mitte**: Bilder von Menschen in verschiedenen Lebensaltern (Kleinkind, Schulkind, ...) mit Gegenständen, die dem jeweiligen Alter entsprechen. Gegenstände werden aus einem alten Koffer herausgeholt. Außerdem liegen Altersüberschriften parat, die die Unterscheidung zwischen „den jungen Alten“ und den Hochbetagten aufnimmt. Zeitstrahl ist bei Materialien ebenfalls dabei.  **Ziel:** Alter als Folge einer natürlichen Lebensentwicklung wahrnehmen. Kenntnis von den Entwicklungsphasen eines Menschen.  **Diskussion** (Material: Eddings/ Moderationskarten)  **Ziel:** Die Phase des Alters besser kennenlernen und mit persönlichen Erfahrungen verbinden.  **Hinweis:** Bearbeitete gestaltete Mitte nicht verändern. Sie wird noch ergänzt. Zum Schluss soll von dem Endergebnis ein Foto als Ergebnissicherung gemacht werden. |
| 45 Min | **Spiel: „Hindernisparcours“ Einschränkungen des Alters kennenlernen**   1. Gesprächsrunde „Ab wann ist man alt? Woran erkennt man, dass jemand alt ist? Welche Einschränkungen bringt das Alter mit sich?“   Fragerunde: Ab wann ist denn ein Mensch alt?  Konfis schätzen…  Woran erkennt man denn, dass ein Mensch alt ist?  Sammeln von Kriterien…   * Rente / Ruhestand, gesundheitlich…   **Info: nach Google**  Es gibt keine konkrete Antwort, die richtig oder falsch ist…  Menschen gehören nicht ab einem bestimmten Alter zu den alten oder betagten Menschen. Ob jemand alt ist, hängt von der körperlichen und geistigen Verfassung ab.  So ist es möglich, dass man mit 60, 70 Jahren oder älter bereits einen Rollator braucht… Ein anderer läuft mit 60 oder 70 Jahren noch Marathon, 42 Km…  Einschränkungen kann man in jedem Alter haben. Mit zunehmendem Alter nehmen die Einschränkungen aber zu…  Was für Einschränkungen gibt es denn für das Alter typisch?   * Sehen, Hören, sich Bewegen  1. Durchlaufen des Parcours und der Übungen ohne Einschränkungen   - Vergewisserung über das leichte Ausführen der Aufgaben…  War der Weg durch den Parcours kompliziert?  **3.** Einführung: Das Alter birgt körperliche und geistige Veränderungen  a) Austeilung von Ohropax, Handschuhen, Brillen mit Seheinschränkungen, Versteifen der Kniegelenke durch elastische Binden…  wenn möglich Einsatz eines Rollators oder einer Krücke etc.    b) Durchlaufen des Parcours mit den entsprechenden  Beeinträchtigungen.  Aufgaben:  Mit den Handschuhen: eine konkrete Buchseite aufschlagen.  Mit der Brille: Sätze vorlesen  Mit Ohropax: einen geflüsterten Satz wiedergeben  Laufübung durch den Parcours mit den versteiften Knien,  z.B. Blätter vom Fußboden aufheben (Handschuhe, versteifte Kniee)  c) Reflexion über das Erlebte und Diskussion: Worauf ist im Umgang  mit Älteren Menschen zu achten?  Gleichzeitig werden die Ergebnisse auf einem Plakat festgehalten. Diese „Checkliste im Umgang mit Älteren kann dann zur gestalteten Mitte dazu gelegt werden | **Stuhlkreis, Flipchart**  **Spiel:** Material: **Parcours für einen Hindernislauf**,  (Beim Aufbau des Parcours können Sie Ihrer Phantasie freien Lauf lassen )  Geschicklichkeitsübung, um die Beeinträchtigungen des Alters zu simulieren: Ohropax, Handschuhe, Brille, Elastische Binde um die Kniee, Rollator, Krücke (Material zum Teil in der Kiste, anderes muss selbst besorgt werden)  Frage an die Gruppe der Beobachter und an die Parcoursläufer: Wie habt ihr den Gang durch den Parcours erlebt?  **Ziel:** Erkennen, dass durch Einschränkungen des Altersmanche Dinge nicht mehr einfach möglich sind.  Sensibilität für den Umgang mit Älteren entwickeln  Flipchart mit Papierbögen / Eddings  **Hinweis:** Checkliste zur gestalteten Mitte legen. |
| 15 Min | **Pause** |  |
| 45 Min | **Einzelarbeit: „Mein Bild von einem älteren Menschen“ (zum Beispiel von Oma und Opa): Wertschätzung von älteren Menschen**  **1. Bild malen (eigentlich EA, aber Gruppenbildung kann sinnvoll sein)**  (10 Min)  Aufgabe: Stellt euch eine konkrete ältere Person vor und malt sie! Was  zeichnet sie aus?  Hilfestellung: Bedenkt bereits beim Malen die Fragen aus der Aufgabe 2!  **2. Überlegen und notieren lassen:**  (20 Min)  a) Was fasziniert mich an älteren Menschen?  b) Was habe ich von ihnen gelernt?  c) Wo haben sie mich überrascht?  d) Wann habe ich mich über sie gefreut?  **3. Postkarte an ältere Person schreiben lassen! (Postkarte ist nur für**  **Konfirmand)**  **4. In der Gruppe ältere Person mit den positiven Merkmalen vorstellen!**  (15 Min) | **Malaufgabe**: Malpapier A4/ Buntstifte/ Blätter mit Arbeitsaufgaben (Arbeitsblatt Nr 1)Weiteres Material Postkarten und leere Karten zum Gestalten (begrenzte Stückzahl von beiden in der Materialbox)  **Ziel:** Das Alter und die Menschen dahinter wertschätzen und nicht defizitär betrachten.  **Bedenken:** Es kann bei dieser Aufgabe die Thematik „Tod und Trauer“ bei einzelnen Konfirmand:innen getriggert werden, wenn zum Beispiel Oma und Opa verstorben sind. Möglichkeiten des Umgangs liegen als extra Dokument im Anhang dabei.  **Hinweis:**  Bilder von älteren Menschen mit den wertschätzenden Sätzen in die gestaltete Mitte legen als Ergebnis |
| 15 Min | **Plenum: Einstieg in das Thema Demenz - Demenz als Folge von einer Erkrankung des Gehirns bewusst wahrnehmen**  1. Start mit Film über Demenzdiagnostik  2. Einführung durch Leitende: „Meist bei den Hochbetagten tritt öfters eine  Krankheit auf. Ich lege ein paar Begriffe deswegen neben die Altersphase  „Hochbetagte“. Einige der Begriffe gehören zu einem Phänomen namens  Demenz. Demenz ist die Folge einer Erkrankung des Gehirns. Die anderen  Symptome dagegen sind einfach normal für das Alter.“  3. Diskussion: Was ist normal und was könnte davon auf die Krankheit  deuten? (Sortieren der Begriffe: Normal/ Krankheit  4. Kurzer Input ( 3 Minuten) von dem Leitenden zum Thema Demenz  (Alzheimer/ Vaskuläre Demenz, nicht heilbar, ab einem Alter von 80  wahrscheinlich, Verlauf) | **Stuhlkreis und gestaltete Mitte:**    **Vorgehen:** Blätter mit großen Begriffen, die Demenz beschreiben (Orientierungslosigkeit/ Persönlichkeitsveränderung/ Zittern/ Teilnahmelosigkeit/ Verwirrung/ Verwechslungen/ Sprachstörungen, Aggression) werden mit Begriffen gemischt, die für das Alter stehen (Vergesslichkeit, Sentimentalität, …)  Blätter mit Begriffen „Normal“ /“Krankheit Demenz“  .  **Ziel:** Demenz als Folge einer Erkrankung des Gehirns wahrnehmen und von normalen Symptomen des Alters unterscheiden können. |
| 15 Min | **Pause** |  |
| 50 Min | **Video-Sequenz aus dem Film“ Honig im Kopf“ ansehen und kleine Theaterszenen vorbereiten zum Thema: Tipps zum Umgang mit demenziell veränderten Personen erhalten**  1. Filmausschnitt ansehen. Dazu zwei Expertengruppen mit unterschiedlichen Beobachtungsaufgaben bilden. (siehe Arbeitsblatt Nr …) Kurzer Austausch im Plenum (20 Minuten)  2. In Kleingruppen von mindestens 3 Personen je eine Theaterszene nachspielen (siehe Arbeitsblatt Nr …). Arbeitsblatt zerschneiden und jeder Kleingruppe eine Szene mitgeben. Verschiedene Möglichkeiten ausprobieren. Sich austauschen. Beste Variante im Plenum vorstellen.  3. Im Plenum Gruppenergebnisse präsentieren. Stichworte zum Thema „Umgang mit demenziell veränderten Personen“ auf Plakat schreiben und in die gestaltete Mitte integrieren. (Aufgabe 2 und 3: 30 Minuten) | **Materialien:** Laptop/ Projektor/DVD oder Videoclip: Honig im Kopf /Materialien für Verkleidung (Bart, Perücke, Kopftuch, Hut nicht in der Materialbox vorhanden) , Plakatpapier oder Flipchart.  Fragen zum Filmausschnitt (Arbeitsblatt Nr. 2)  Theaterszenen in Kleingruppen (Arbeitsblatt Nr. 3)  **Hinweis:** ideal wären unterschiedliche Räume für Kleingruppen und Teamer, die die Kleingruppen begleiten  **Lernziel:** Verstehen und Umgangsformen mit der Krankheit Demenz kennen! |
| 15 Min | **Zusammenfassung, Abschluss und Ausblick**  1. Im Stuhlkreis auf die gestaltete Mitte blicken: Leiter fasst an den Ergebnissen kurz zusammen, was alles in dieser Einheit über das Thema Alter und Demenz gelernt wurde. (3 Min)  2. Kurze Runde: Was war das Wichtigste, was ihr heute mitgenommen habt aus der Einheit? (1 Satz pro Konfirmand:in; jeweils nach Sprachfähigkeit der Gruppe aufschreiben lassen oder nicht) (10 Minuten)  3. Hinweis: Foto von der gestalteten Mitte wird gemacht und allen später zukommen lassen als Ergebnissicherung. (1 Minute)  **4. Optional:** Ausblick Erfahrungspraktikum im Seniorenkreis in der Kirchengemeinde oder für ein Seniorenheim in der Gegend (1 Minute)  a) Jugendlichen wird Informationsblatt mitgegeben mit ausstehenden Terminen  b) Blatt mit Einholung der Elternerlaubnis wird mitgegeben  c) Besprechung des Praktikums beim nächsten KA-Termin! | **Stuhlkreis und gestaltete Mitte**  **Lernziel:** Wahrnehmung der Ergebnisse und Fokussierung auf ein Lernergebnis/ **Ergebnissicherung** **durch Fotos der gestalteten Mitte**  **Lernziel Praktikum:** Ausprobieren des Gelernten und persönliche Erfahrungen machen. |
|  | **Ideen:**  1. Für das Praktikum einen Gestaltungsvorschlag entwerfen und zur Verfügung  stellen! Zum Beispiel können die Konfirmanden mit den älteren Personen:  Spazierengehen, Geschichten vorlesen, Smartphone erklären, basteln,  spielen, Befragung zu einem Thema „Interview“)  (Jugendliche Aufgaben **auswählen** lassen und Gestaltungsimpulse geben:  Wichtiges zur Gesprächsführung, Die Kunst des Zuhörens, Selbst erzählen,  Vorlesen: Was zu beachten ist!: Basteln, Spiele spielen mit Älteren, etc. |  |