Pädagogisches Begleitmaterial zum Theaterstück „Watte in Omas Kopf“ des Freien Theaters Fulda e.V.

erstellt von Mia Stukenberg, 2026

Demenz – ein Thema für Kinder (und den Unterricht)

Demenz betrifft nicht nur die erkrankte Person selbst, sondern immer auch ihr familiäres Umfeld und somit auch Kinder und Jugendliche. Das Thema Demenz ist auch aufgrund des demographischen Wandels längst in der Mitte unserer Gesellschaft angekommen. Doch wie so viele Krankheiten wird auch die Demenz im Gespräch mit Kindern und Jugendlichen häufig ausgeklammert. Dahinter stehen oftmals die Berührungsängste der Erwachsenen sowie der Wunsch, Kinder vor belastenden Erfahrungen zu schützen. Ein solches Verschweigen behütet Kinder jedoch nicht zwangsläufig. Im Gegenteil: Die Unsicherheit der Erwachsenen wird weitergegeben und verhindert einen angstfreien Umgang mit der Demenz. Daher ist es unsere Aufgabe, bereits Kinder an das Thema heranzuführen. Sie sollten die Möglichkeit erhalten, wahrzunehmen, zu fragen und zu verstehen. Dafür benötigen sie jedoch Erwachsene, die ihnen Orientierung geben, Fragen beantworten und ihnen einen respektvollen und angstfreien Umgang mit Menschen mit Demenz vorleben. Deshalb ist es umso wichtiger, das Thema Demenz nicht zu tabuisieren, sondern stattdessen auf die Bühne des Lebens zu stellen.

Was dabei meist außer Acht bleibt, ist, dass gerade jüngere Kinder Menschen mit Demenz oftmals erstaunlich unbefangen begegnen. Sie besitzen häufig Voraussetzungen, die einen natürlichen und unbeschwerten Zugang zu Demenzerkrankten ermöglichen. Vieles, was Erwachsenen zunächst fremd oder irritierend erscheint, gehört zur kindlichen Lebenswelt noch selbstverständlich dazu: Schwierigkeiten beim Anziehen, das Verlegen von Gegenständen, das Sprechen mit Dingen, fantasievolle Vorstellungen oder ein anderes Verhältnis zu Zeit und Wirklichkeit. Während Erwachsene stark zwischen richtig und falsch, Wahrheit und Nichtwahrheit oder Realität und Fantasie unterscheiden, bewegen sich Kinder selbstverständlicher zwischen diesen Ebenen. Gerade darin kann eine besondere Chance für die Begegnung mit Menschen mit Demenz liegen.

Gleichzeitig können die Veränderungen, die mit der Erkrankung einhergehen, für Kinder schwer verständlich sein. Sie nehmen solche Veränderungen sehr genau wahr und entwickeln Fragen, auf die sie altersgerechte und ehrliche Antworten benötigen. Entscheidend ist deshalb, Demenz nicht aus der Lebenswelt von Kindern auszuschließen, sondern sie zu einem Thema zu machen, über das gesprochen werden darf. Ganz nach dem Grundsatz: Es gibt kein Thema, das für Kinder ungeeignet ist – entscheidend ist vielmehr, auf welche Weise es vermittelt wird. Kinder brauchen Möglichkeiten, solche Erfahrungen ihrem Alter entsprechend zu begreifen und Handlungsweisen für den Umgang damit zu entwickeln. Eine offene Auseinandersetzung mit Demenz kann somit nicht nur Wissen vermitteln, sondern auch Empathie, Sicherheit und einen selbstverständlicheren Umgang mit Erkrankung und „Anderssein“ fördern. Gleichzeitig eröffnet sie auch Erwachsenen die Möglichkeit, den eigenen Umgang mit Demenz zu hinterfragen und neu zu lernen.

Informationstexte für Kinder

Text 1:

Wegweiser Demenz (o. J.): Leichte Sprache. 1. Demenz. [Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend] (Hrsg.). Online verfügbar unter: https://www.wegweiser-demenz.de/wwd/meta/leichte-sprache/1-demenz-180278, [letzter Zugriff: 27.09.2026].

Demenz

Menschen mit Demenz vergessen immer mehr Dinge und können sich immer weniger Dinge merken.

Das gilt zum Beispiel für Tätigkeiten und Wörter.

Immer mehr Menschen in Deutschland bekommen Demenz.

Die Demenz verändert langfristig ihr ganzes Leben.

Sie brauchen immer mehr Hilfe in allen Lebens-Bereichen.

Viele Angehörige pflegen dann die Menschen mit Demenz.

Text 2:

Wegweiser Demenz (2022): In Omas Kopf herrscht Kuddelmuddel. [Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend] (Hrsg.). Online verfügbar unter: https://www.wegweiser-demenz.de/wwd/in-omas-kopf-herrscht-kuddelmuddel-192740, [letzter Zugriff: 27.09.2026].

In Omas Kopf herrscht Kuddelmuddel

Viele von uns kennen das wahrscheinlich: Mama oder Papa suchen den Autoschlüssel, die Lieblingsmütze liegt einfach nicht mehr dort, wo sie gestern noch lag und auch an den Text vom Lieblingslied kann man sich plötzlich nicht mehr erinnern. Ab und zu etwas zu vergessen, ist vollkommen normal. Wenn das Vergessen aber immer häufiger vorkommt und viele Erinnerungen verschwinden, kann es sein, dass eine Demenz der Grund dafür ist.

Meist sind ältere Menschen davon betroffen. Das merken wir dann zum Beispiel daran, dass Oma oder Opa sich nicht mehr an die Regeln eures Lieblingsspiels erinnern können. Manchmal verwechseln sie auch Namen oder vergessen, dass die Fernbedienung zum Fernseher und nicht in den Kühlschrank gehört. Wenn deiner Oma oder deinem Opa so etwas auch passiert, dann kannst du ihnen zum Beispiel helfen, indem du die Dinge mit ihnen zusammen an den richtigen Ort legst.

Häufig können Menschen mit einer Demenz sich nicht mehr alleine zurechtfinden. Das heißt, sie wissen zum Beispiel nicht mehr, wie sie zu der Bibliothek am Ende der Straße oder zu ihrer Lieblingsbäckerei kommen. Dann kann es auch sein, dass sie nicht mehr alleine zuhause leben können. In diesem Fall gibt es viele Familien, die Angehörige in ihrem Haus oder ihrer Wohnung aufnehmen. Am Anfang mag das eine ganz schön

komische Situation sein, wenn Oma oder Opa zum Beispiel drei Mal am Tag mit dir frühstücken wollen oder dasselbe Lied immer und immer wieder singen. Sie sind aber trotz ihrer Erkrankung noch immer ein ganz wichtiger Teil der Familie und können genauso prima zuhören wie vorher – auch wenn sie das ein oder andere wieder vergessen.

Text 3:

erstellt von Mia Stukenberg

Was ist Demenz?

Demenz ist ein Sammelbegriff für verschiedene Krankheiten im Gehirn. Dabei gehen Nervenzellen und ihre Verbindungen nach und nach kaputt. Dadurch können Informationen im Gehirn schlechter gespeichert, weitergegeben und wieder abgerufen werden. Eine Demenz betrifft meist ältere Menschen. Die häufigste Form ist die Alzheimer-Krankheit.

Was sind Nervenzellen?

Nervenzellen sind winzige Zellen in unserem Gehirn. Sie geben Informationen weiter und helfen uns beim Denken, Erinnern, Sprechen und Bewegen.

Betroffene vergessen immer mehr Dinge und finden sich manchmal nicht mehr so gut zurecht. Sie können zum Beispiel Namen und Wörter vergessen. Oft verlegen sie Gegenstände oder wissen nicht mehr, welcher Tag gerade ist. Manche Menschen mit Demenz verhalten sich deshalb anders als früher. Sie brauchen dann Hilfe im Alltag, weil sie manche Dinge nicht mehr so gut können. Es ist wichtig, viel Geduld mit ihnen zu haben und Verständnis zu zeigen.

Bei Menschen mit Demenz können sich auch die Gefühle und das Verhalten verändern. Manche Menschen werden zum Beispiel schneller ängstlich, traurig oder wütend. Sie machen das nicht mit Absicht. Es ist eine Folge der Veränderungen im Gehirn. Sie freuen sich aber meistens über vertraute Menschen, Lieder oder Orte. Berührung und Nähe geben Demenzkranken Sicherheit.

Anregungen für den Unterricht, Materialen und weiterführende Links

Auf der Website der **Deutschen Alzheimer Gesellschaft e.V.** lassen sich umfangreiche Informationen zum Thema Demenz finden: https://www.deutsche-alzheimer.de/.

Die Deutsche Alzheimer Gesellschaft stellt auch **Informationen für Kinder und Jugendliche** bereit. Dort wird unter anderem ein **interaktives Online-Spiel** „Was hat Oma?" zur Verfügung gestellt, anhand dessen Kinder spielerisch etwas über das Krankheitsbild Demenz erfahren können. Außerdem gibt es eine Literaturliste mit Buchhinweisen und weiterführende Links (siehe folgende): https://www.deutsche-alzheimer.de/demenz-wissen/informationen-fuer-kinder-und-jugendliche.

Als Erklärungshilfe kann der **Animationsfilm „Knietzsche und die Demenz"** verwendet werden. Er vermittelt die Erkrankung kindgerecht und zeigt einen offenen, angstfreien Umgang mit Betroffenen. Knietzsche, „der kleinste Philosoph der Welt" wurde von Anja von Kampen ins Leben gerufen, um teils „schwierige" Themen verständlich zu erklären. Der 3-minütige Film wurde unter Zusammenarbeit mit der Deutschen Alzheimer Gesellschaft e.V. und dem Kompetenzzentrum Demenz in Schleswig-Holstein entwickelt und vom Bundesfamilienministerium gefördert: https://www.knietzsche.com/demenz.

Ergänzend zu dem Film wurde ein „**Einfühlungs-Workshop**" für z.B. die Grundschule entwickelt. Ausgehend von den Themen Erinnerungen und Vergessen werden die Kinder altersgerecht mit dem Krankheitsbild Demenz vertraut gemacht: https://www.deutsche-alzheimer.de/fileadmin/Alz/pdf/Flyer_und_Dokumente/workshop-konzept-knietzsche-data.pdf.

Das Projekt **Alzheimer4teachers** stellt erprobte **Unterrichtsmaterialien** zum Thema Demenz und Älterwerden für verschiedene Altersgruppen von der Grundschule bis zum Jugendalter bereit. Grundlage der Website ist das im Projekt Alzheimer&you entwickelte Handbuch „Demenz – Praxishandbuch für den Unterricht".

Für die Grundschule wurde auf der Website eine **Unterrichtseinheit** erstellt, welche insgesamt bis zu sieben Unterrichtsstunden umfasst. Sie baut auf der Parabel „Der Fuchs, der den Verstand verlor" (Baltscheit) auf und thematisiert das Älterwerden, Demenz und die damit einhergehende Vergesslichkeit und Verwirrtheit. Die Parabel dient als Ausgangspunkt für die ersten drei Unterrichtsstunden. In der vierten Stunde werden die persönlichen Erfahrungen der Kinder mit ihren Großeltern aufgegriffen. Daran anschließend setzen sich die Schüler*innen in der fünften und sechsten Stunde mit verschiedenen Aspekten der Demenzerkrankung auseinander und präsentieren ihre Ergebnisse. Bei ausreichender zeitlicher Kapazität kann die Unterrichtsreihe durch eine Projektphase ergänzt werden.

Zudem lassen sich weitere **Filme, Medien, verschiedene Methoden und Arbeitsblättern**, sowie **Hintergrundwissen** zur Krankheit finden: https://alzheimer4teachers.de/.

Weitere Informationen rund um das Thema Demenz bietet das Internetportal **Wegweiser Demenz** vom Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend: https://www.wegweiser-demenz.de/.

Auf der Unterseite „**Kindern Demenz erklären**“ wird ein leichter Zugang zu Wissen über Demenz und Verhaltenstipps geschaffen und kindgerecht aufgearbeitet. Des Weiteren sind dort Materialien als Erklärungshilfe für Kinder hochgeladen wie zum Beispiel das **Pixi-Buch „Lilli und ihre vergessliche Oma“**, das in verschiedenen Sprachen kostenfrei bestellt werden kann: https://www.wegweiser-demenz.de/wwd/alltag-und-pflege/kindern-demenz-erklaeren.

Zudem können über verschiedene Geschichten zum Thema Demenz Schreibanlässe für den Unterricht geschaffen werden. Die Geschichte „**Demenz, ist das ein Tier wie Krebs?**“ (Mattern) kann beispielsweise die Grundlage für eine **Schreibwerkstatt** (Weißer) bilden. Hier wurde mit Akrostichen, Gefühlsgedichten und eigenen, erfundenen oder erfahrungsbasierten Geschichten gearbeitet: *Mattern, Bianca; Popp, Eva-Maria; Weißer, Iris (2015): Demenz, ist das ein Tier wie Krebs? Mit Kindern über Demenz reden. Dortmund: verlag modernes lernen. ISBN: 978-3-8080-0755-6.*