

Olbrich know how
In der Erborst 11-13
58675 Hemer

Erfahrungswerte mit der Licht - und Farbtherapie

Erst einmal möchte ich mich recht herzlich bedanken, dass Sie uns das Lichtgerät zur Verfügung gestellt haben.

Im Gegensatz zur üblichen Lichttherapie hat es uns interessiert, ob es möglich ist eine Therapie mit Licht und Farbe in einer Gruppe durchzuführen, von dementiell und psychisch Erkrankten. Schon nach einer Woche konnten wir in dieser Gruppentherapie erstaunlich positive Erfahrungen sammeln.

Die sehr unruhigen Bewohner wurden zunehmend ruhiger. Erste Erfahrungen zeigten uns, das insbesondere die Farben **Orange**, **Blau**, **Grün** und **Violett** für die Gruppentherapie gut sind.

So haben wir morgens die **Orange** Farbe eingesetzt und konnten eine ruhigere Atmosphäre feststellen.

Bei der **Blauen** Farbe haben wir zusätzlich ein Wassergeräusch im Hintergrund erzeugt, Meeresrauschen oder einen Wasserfall. Dies hat bei einigen Bewohnern dazu geführt das sie mehr Flüssigkeit als üblich zu sich genommen haben.

Die **Grüne** Farbe hat die Bewohner zur Ruhe gebracht und den Appetit angeregt. Die Bewohner können im Gegensatz zu vorher ihre Mahlzeiten ruhiger und ohne ständiges Aufstehen zu sich nehmen. Im Zusammenspiel mit Vogelgezwitscher im Hintergrund sind darüberhinaus einige Bewohner viel ruhiger geworden.

Die **Violette** Farbe gefällt insbesondere den orientierten Bewohnern, eine schöne Atmosphäre bei Beschäftigungen wie z.B. Vorlesen und Entspannungsübungen. Bei Bewohnern mit Depressionen setzen wir 2x täglich die **Orange** und **Blaue** Farbe jeweils eine halbe Stunde ein.

Unsere Erfahrung ist die Licht-Farbtherapie nicht länger als eine Stunde einzusetzen, damit haben wir für uns erstaunliche Fortschritte bei den Bewohnern machen können. Für unsere Einrichtung haben wir beschlossen, uns ein Licht-Farbtherapiegerät anzuschaffen und für bestimmte Bewohner individuelle Konzepte auszuarbeiten.

Die Gruppentherapie ist ein voller Erfolg! !

Vielen Dank für die Leihgabe.

A. Kleine-Benne
(Pflegedienstleitung)

