

# Menschen mit Demenz verstehen und begleiten

---

## 1. Den Beginn wahrnehmen

Zu Beginn der Erkrankung sind sich die Betroffenen schon sehr früh ihrer demenziellen Veränderung bewusst. Um sich die Veränderungen nicht anmerken zu lassen, wenden sie alle Kräfte dafür auf, ihr bisheriges Leben wie gewohnt zu gestalten. In dieser frühen, meist schwierigsten Phase, kann es zu plötzlichen Wutattacken, zu erschütternden Zusammenbrüchen und zu Konzentriertheit mit hoher Muskelanspannung kommen. Häufig erlebt man in diesem Stadium Schutzstrategien, mit denen sich die Erkrankten versuchen zu rechtfertigen und zu entschuldigen. Misstrauen, Fremdbeschuldigungen und Ängste belasten Familie und Partnerschaft.

## 2. Krankheitsbild erkennen

In der Fachzeitschrift *Curaviva*<sup>1</sup> wird das Krankheitsbild folgendermaßen beschrieben: „Menschen mit Demenz ziehen sich mit fortschreitender Erkrankung in ihre lebendigen Innenwelten zurück. Die Betroffenen tauchen gewissermaßen in individuelle Biografiewelten ab und verhalten sich original aus dieser Szene heraus: In diesen Innenwelten sind Menschen mit Demenz häufig jung, aktiv und leistungsfähig. Sie sind dann z.B. eine 35 jährige Mutter, eine 12 jährige Tochter oder 40 jähriger Schreiner. Die Menschen mit Demenz sind für sich betrachtet „richtig“, lediglich „zeitverrückt“. Ihre Handlungen sind sicher, vertraut und routiniert. Sie nutzen gelegentlich aufgrund von Erkennungsstörungen „falsche“ Dinge. Dadurch entstehen im Alltag oft skurrile Situationen. Diese sind nur zu verstehen im Zusammenhang der Gesamthandlung auf dem Hintergrund der Biografie des Erkrankten und der Bereitschaft des Pflegenden und Betreuten, mit einer grundlegenden Suchhaltung und Wertschätzung die Innenwelt von Menschen mit Demenz gelten zu lassen.“

## 3. Kontakt gestalten

Demenziell veränderte Menschen haben nicht mehr die Fähigkeit, Zeitdimensionen zu unterscheiden. Darum ist es wichtig, dass sich Begleiter von Demenzkranken auf das jeweilige Zeitfenster einlassen, in dem der Erkrankte sich gerade befindet. *Nicole Richard*, Gerontopsychologin, hat sich auf die Arbeit mit Demenzkranken spezialisiert und dazu eine Methode entwickelt, wie dies möglich ist. Die Grundlagen dieser Methode, der „Integrativen Validation“, möchte ich nun beschreiben als Hilfe zum Umgang mit Betroffenen.

## 4. Ressourcen pflegen

Ungeachtet der Krankheitssymptome nutzen Demenzerkrankte ein Reservoir altvertrauter Fähigkeiten und Fertigkeiten. Diese Ressource gilt es zu nutzen, zu fördern und zu erhalten. Zwei Ressourcen stehen bei der Betreuung und Begleitung von Demenzkranken besonders im Vordergrund: die Antriebe und die Gefühle. Unter Antrieben versteht man Haltungen und Werte, die die Betroffenen ein Leben lang geprägt haben. Dazu zählen z.B. Ordnungssinn, Pünktlichkeit, Sparsamkeit, Glaube, Fleiß und vieles mehr. Sie sind das „Kraftpotenzial“ der Menschen mit Demenz, bleiben lange von der zerstörenden Kraft der Demenz unversehrt und sind damit

---

<sup>1</sup> Curaviva 2/10, S. 5; <http://upload.sitesystem.ch/7589311EBD/5D242FAD61/0A42BDE973.pdf>

die Hauptressource in der Krankheit. Wenn Menschen mit Demenz daran gehindert werden, ihre Antriebe zu leben, werden sie verärgert, ängstlich und geraten in Stress.

## 5. Gefühle respektieren

Menschen mit Demenz haben die Instanz verloren, die das eigene Verhalten bewacht und steuert. Die Gefühlsäußerungen Demenzkranker sind immer spontan, ehrlich und ein direkter Ausdruck der momentanen Befindlichkeit. Das Gefühl ist der einzige Kompass, der den Kranken noch geblieben ist. Sie haben daher ein untrügliches Gespür für Echtheit, man könnte von regelrechten „Gefühlsantennen“ sprechen. Das bedeutet: Die Begegnung mit Menschen mit Demenz muss ehrlich, authentisch sein. Wer so tut, als ob... wird sofort entlarvt.

## 6. Einfühlsam (emphatisch) reagieren

1. Nehmen Sie die Antriebe und Gefühle wahr.erspüren Sie: Was könnte den Menschen in dieser Situation antreiben, bewegen? Wie wirkt das, was ich beobachte auf mich?
2. Geben Sie Ihre Beobachtung an den Erkrankten weiter, ohne diese zu bewerten: z.B. „Sie haben keine Ruhe mehr. Sie sind in Sorge...“ Mit dieser Rückmeldung vermittele ich dem Kranken Wertschätzung und Verständnis. Der Kranke wird auf eine zutreffende Beobachtung zustimmend reagieren und sich verstanden fühlen.
3. Ergänzen Sie allgemeine Aussagen aus Redewendungen, Sprichworten, Liedern und Bibelversen. Dadurch fühlt sich der Kranke wieder hineingenommen in eine größere Gemeinschaft. Er spürt, ich gehöre dazu, ich bin Teil dieser Gemeinschaft.
4. Eine Begegnung könnten Sie abschließen, indem Sie noch einige Sätze anfügen, die einen Zusammenhang zur Biografie herstellen. Ein Satz, der das Lebensthema aufgreift oder Schlüsselworte enthält, bildet einen Türöffner zur Identität des Erkrankten.
5. Agieren ist hilfreicher als reagieren. Demenzkranke, die immer wieder mal eine kurze Zeit der Aufmerksamkeit bekommen, fühlen sich wahrgenommen und wertgeschätzt.
6. Wer sich in dieser Weise auf die Lebenswelt des Erkrankten einlässt, wird erfahren, dass manche Konflikte vermieden werden können.

## 7. Seelsorgliche Chancen nutzen

Menschen, die in jungen Jahren zum Glauben an Jesus Christus gekommen sind, können noch lange aus ihrem Glauben leben, Mut und Zuversicht schöpfen und Geborgenheit erfahren. So können sie z.B. auch bei fortgeschrittener Demenz noch selbst beten, obwohl viele andere Fähigkeiten verloren gegangen sind. Dies ist ein großer Schatz, den wir in der Seelsorge nutzen können. Altbekannte Lieder, Gebete und Handlungen oder Rituale sind tief in die Seele des Erkrankten verankert und sollten darum gepflegt und angeboten werden.

## Weiterführende Literatur

- **Inga Tönnies**, Abschied zu Lebzeiten  
BALANCE buch + medien verlag, ISBN: 987-3-86739-020-0, 14,90 €
- **Arno Geiger**, Der alte König in seinem Exil  
Hanser Verlag, ISBN 987-3-446-23634-9, 17,90 €
- **Udo Baer, Gabi Schotte**, Das Herz wird nicht dement  
Verlag Affenkönig; ISBN-10: 3934933297124, 11,95 €