

Menschen mit Demenz besser verstehen

Liest man den Titel dieses Artikels, könnte man zu der Auffassung gelangen, die Autorin erteilt eine Art Rezept, wie man Menschen mit Demenz richtig begegnet. Dies allerdings ist nicht möglich und wer mit demenziell veränderten Menschen arbeitet oder lebt, weiß, dass es keine klare Anleitung für ein Agieren gibt. Stets muss man versuchen, aus der Situation heraus kreativ und menschlich zu handeln, deshalb soll in diesem Artikel versucht werden, die Erlebenswelt von Menschen mit Demenz deutlicher zu machen, Anregungen zu geben, wie in speziellen Momenten ganz spontan und kreativ mit diesen Menschen umgegangen, wie ihnen begegnet werden kann. Von den bekannten psychosozialen Betreuungsansätzen, die in der Arbeit mit dementen Menschen verwendet werden, wie z.B. der Erinnerungspflege, Milieugestaltung, Personenzentrierten Pflege nach Kitwood, Basalen Stimulation usw. soll an dieser Stelle speziell und umfassend auf die Validation in Anlehnung an Nicole Richard eingegangen werden.

Die beiden Gesetze der Demenz nach Huub Buijssen¹

Um einen Einblick in das Krankheitsbild zu geben, eignen sich die beiden Gesetze der Demenz, die von Huub Buijssen in seinem Ratgeber sehr anschaulich beschrieben wurden sehr gut (siehe Abb.1). Sie machen deutlich was es bedeutet, eine Demenz zu haben, wieso die Menschen so handeln und so sind, wie sie es eben tun. Das erste Gesetz nach Huub Buijssen ist das der gestörten Einprägung. Der linke Kasten steht für das Kurzzeitgedächtnis, in dem sich alle Menschen, ob mit oder ohne Demenz fortwährend für kurze Zeit (ein, zwei, drei Minuten) etwas einprägen. Wenn es für wichtig genug erachtet wird, wird es ins Langzeitgedächtnis transferiert, das im Bild mit einem größeren Kasten dargestellt ist. Dieser Übertragungsweg ist nun aber bei Menschen mit Demenz unwiderruflich zerstört, ähnlich wie eine zerbombte Brücke im Krieg. Die Gedächtnisprobleme sind das Leitsymptom der Erkrankung. Wenn man das verstanden hat, ist es kein Wunder, dass z.B. Frau Müller, die im Auto sitzend warten sollte, bis ihre Tochter den kurz

¹ Buijssen, Huub: S.26-39

dauernden Termin beim Arzt erledigt hatte, sich plötzlich an diese Vereinbarung nicht mehr erinnerte. Und dann trotz erheblicher Gehbehinderung über eine

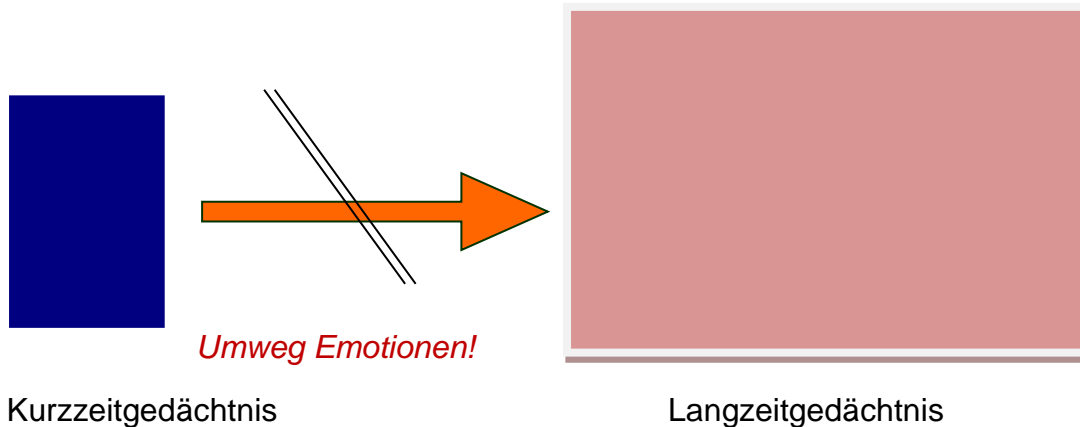
Hauptverkehrsstraße ging und sich bei der ihr aus früheren Zeiten bekannten Arztpraxis nach ihrer Tochter erkundigte. Sie haben sicherlich schon wahrgenommen, dass es einen Umweg gibt, bei dem orientierte Menschen oft mit Unverständnis reagieren, nämlich den der Emotionen. Menschen mit Demenz können sich Ereignisse, die emotional prägend sind, ob negativ oder positiv oft gut einprägen, obwohl sie sonst über keinerlei Speicherfähigkeit im Langzeitgedächtnis mehr verfügen. So kann es auftreten, dass sich Frau Meier den Namen ihres Urenkels und den bevorstehenden Arzttermin sehr gut abspeichern kann, die täglich notwendige Medikamenteneinnahme und die Flüssigkeitszufuhr aber völlig vergisst.

Das zweite Gesetz der Demenz nennt Buijssen den Gedächtnisabbau, das Gesetz der Bibliothek: Er vergleicht das Gehirn eines Menschen mit einem Bücherregal, in das alle Lebensstagebücher systematisch eingeordnet werden. So dass beispielsweise ein Mensch im 80. Lebensjahr über 80 dieser Bücher verfügt und sich bei Bedarf das entsprechende hervorholen und in seinen Erinnerungen blättern kann. Tritt nun aber die Krankheit „Demenz“ ins Feld, nimmt sie diese Bücher weg. Vorwiegend werden die letztgeschriebenen als erstes verschwinden, nach dem Wirtschaftsprinzip „last in, first out (LIFO- Methode)²“. So kann die Situation auftreten, dass eine Frau Meier, die in Wirklichkeit 80 Jahre alt ist nunmehr nur noch über ca. 30 dieser Bücher verfügt und sich in ihrer Erlebenswelt im jungen Erwachsenenalter befindet. Von daher muss sie auch die Pflichten einer 30 jährigen erfüllen, nämlich Kindererziehung, Hauswirtschaftliche Arbeiten, Kochen für den Ehemann usw. Und eben diese Frau Meier wird nicht verstehen können, warum jemand sie bei der Grundpflege unterstützen, mit ihr zur Toilette gehen und vielleicht noch eine Tasse Kaffee mit ihr trinken will, obwohl sie viel Dringenderes zu erledigen hätte.

² <http://www.wirtschaftslexikon24.net/d/lifo/lifo.htm>

Die zwei Gesetze der Demenz nach Huub Buijssen

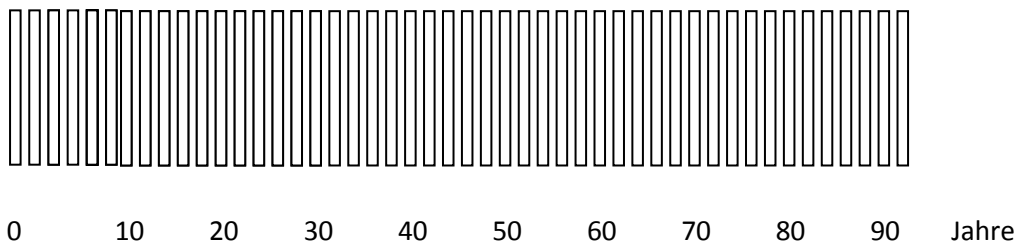
1. Gestörte Einprägung



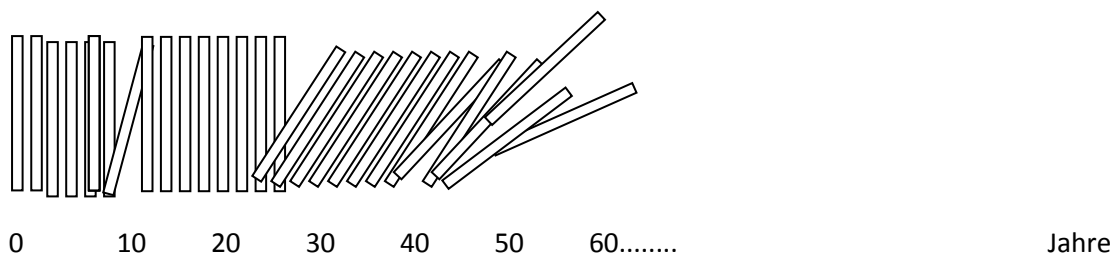
Eigene Abbildung in Anlehnung an Buijssen, Huub: S.26-39

2. Bibliothek

a) intaktes Gedächtnis



b) dementiell erkranktes Gedächtnis



Eigene Abbildung in Anlehnung an Buijssen, Huub: S.26-39

Die unbegrenzte Innenwelt der Lichtung

Menschen mit Demenz leben dementsprechend auf einer Art „unbegrenzten Innenwelt der Lichtung“- sie verfügen über keinen Gegenwarts- sowie auch keinen Vergangenheitsbezug mehr. Die Unfähigkeit., Vergangenheit und Zukunft festzuhalten ist bedingt durch das Zusammenwirken der Merkfähigkeits- oder Einprägestörung als Kernsymptom der Erkrankung und der zeitlichen Desorientiertheit, die einen Verlust der Zeitgitterstruktur mit sich bringt.

Was bleibt, ist die Vergangenheit, das dicke Buch des gelebten Lebens mit all seinen Erinnerungen und Assoziationen: Menschen mit Demenz erleben wie eine Filmsequenz bestimmte bedeutsame Szenen ihres Lebens nach. Dies tun aber auch orientierte Menschen.

Nicole Richard nennt folgende Gründe, sich aus der Gegenwart in die Innenwelt zurückzuziehen:³

- Erleben von innerer und äußerer Begrenzung
- Verlust von Fähigkeiten
- Verlust des Gegenwarts- und Zukunftsbezuges
- Verständnislosigkeit der Umwelt
- Verlust des roten Fadens der Lebenskontinuität
- Unfähigkeit des Allein seins
- Erfahrung von Fremdbestimmung

Das folgende Zitat eines Frühbetroffenen macht das Erleben der eigenen Defizite von Menschen mit Demenz sehr deutlich:

„Ich denke, meine Familie könnte nachsichtiger mit mir sein, wenn ich mich an bestimmte Dinge nicht erinnere, anstatt zu sagen: „Das habe ich dir doch schon gesagt!“ Ich vergesse doch nicht, nur um sie zu ärgern!“⁴

³ www.integrative-validation.de: Richard, Nicole: „Sie sind sehr in Sorge“: Die Innenwelt von Menschen mit Demenz gelten lassen

„Da sind immer noch Fähigkeiten da, aber meine Frau lässt mir keinen Raum zum Atmen: Sie denkt, sie weiß es am besten und meine Meinung zählt nicht. Heute ist sie aus dem Haus gegangen und ich habe mich auf einen Tag Ruhe und Frieden gefreut. Aber sie hat meine Tochter damit beauftragt, „mal eben vorbeizuschauen“, so, als ob ich es nicht überleben würde, auch einmal eine Weile alleine zu sein.“⁵

Auf die Vergangenheit bezogen gibt Richard weitere Gründe an, die einen Rückzug in die Innenwelt⁶ bewirken können:

- Erinnerung an „gute, alte Zeiten“
- Nähe zu persönlichen Lebensthemen (z.B. die besorgte Mutter, die sich stets um ihre Kinder kümmert)
- Erinnerung an Menschen, die einem nahe standen z.B. die Mutter
- Sehnsucht nach Sicherheit und Geborgenheit
- Erinnerung an Zeiten erinnern, in denen man einen Status, eine Rolle und Prestige hatte
- Persönlich bedeutsame Erfahrungen oder Erlebnisse
- Offene grenzenfreie Erlebensvielfalt, usw.

Antriebe und Gefühle in Zusammenhang mit der Integrativen Validation

Menschen mit Demenz handeln auf der Basis von Antrieben und Gefühlen. Je mehr kognitive Fähigkeiten verloren gehen, desto wichtiger werden diese Ressourcen, wobei es sich bei den Antrieben um Normen und Regeln einer Gesellschaft handelt, die sozialisations- und persönlichkeitsbedingt sein können. Dabei spielen persönliche Orientierungen eine Rolle und sind das Kraftpotenzial eines MmD. Des Weiteren gewinnen diese Menschen wahre „Gefühlsantennen“ dazu und steuern ausgerüstet mit diesem Kompass durch ihr tägliches Leben, durch ihre täglichen Begegnungen.

⁴ Demenz Support Stuttgart (Hrsg.): S.106, Zitat eines Teilnehmers eines Town- Hall- Meetings von Alzheimer-Betroffenen, USA

⁵ ebenda, S.102, Zitat eines Teilnehmers eines Town. Hall- Meetings von Alzheimer- Betroffenen, USA

⁶ www.integrative-validation.de: Richard, Nicole: Sie sind sehr in Sorge“: Die Innenwelt von Menschen mit Demenz gelten lassen

Antriebe eines MmD:

Pflichtbewusstsein	Ordnungssinn
Fleiß	Genauigkeit
Fürsorge	Strenge
Treue	Harmoniebestreben
Ehrgeiz	Pünktlichkeit
Humor	Großzügigkeit
Strenge	Ordnungssinn
Risikobereitschaft	Charme
Blumenliebe	Tierliebe

Gefühle eines MmD

Angst	Aufregung
Freude	Liebe
Enttäuschung	Wut
Sorge	Hilflosigkeit
Misstrauen	Sehnsucht
Unruhe	Trauer
Verzweiflung	Zufriedenheit

Integrative Validation nach Nicole Richard als Form der Kommunikation mit demenziell veränderten Menschen⁷

Eine gute Möglichkeit der Kommunikation mit demenziell veränderten Menschen ist die Validation, die ursprünglich von Naomi Feil beschrieben und von Nicole Richard weiterentwickelt wurde. Man kann die IVA als wertschätzende Grundhaltung begreifen, bei der die Gefühle und Antriebe für gültig erklärt und anerkannt werden. Die Lebens- und Gefühlswelt der MmD wird akzeptiert und keinesfalls in Frage gestellt, dies führt zum so genannten „Paradoxalen Effekt“ der Integrativen Validation: Gefühle und Antriebe, die wahrgenommen und benannt werden, können dann „kleiner“ werden und Platz schaffen für andere, ggf. positivere Gefühle und Gedanken oder Ablenkungen. Die Wirkung scheint einer Art Aufatmen gleich zu kommen, bei der die Betroffenen erleben, dass das, was sie ausdrücken aber nicht mehr verbalisieren können verstanden und gewürdigt wird.

Die Integrative Validation besteht aus einem dreistufigen Aufbau, in dessen erstem Schritt Antriebe und Gefühle vom Gegenüber wahrgenommen und dann in einem zweiten Schritt individuell validiert werden. In Schritt drei erfolgt noch eine allgemeine Validation, um das Gefühl oder den Antrieb nochmals allgemein zu bestätigen. Erst dann kann Bezug auf das Lebensthema der Person genommen werden und so letztlich vom im Raum stehenden Gefühl/ Antrieb sanft weggeleitet werden.

Im Beispiel der Wut oder des Ärgers eines an Demenz erkrankten Menschen hieße das, nicht wie gewohnt, den Ärger zu bagatellisieren und wie so häufig „unter den Teppich zu kehren“, sondern ihn für gültig zu erklären und deutlich zu machen, dass der Mensch mit Demenz verstanden wird.

Haben Sie sich schon einmal von Ihrer Wut abbringen lassen, wenn jemand zu Ihnen gesagt hat „Jetzt beruhige dich doch erst einmal! Es ist doch gar nicht so schlimm...“ Im Gegenteil- in so einem Falle explodiert man erst recht, da sich das Gefühl nicht von der Hand weisen lässt, dass das Gegenüber die Gefühlslage nicht wirklich erfasst hat.

⁷ www.integrative-validation.de: Richard, Nicole: Definition Integrative Validation- vier Säulen
Umgang mit Gewalt in der Sprache von demenzkranken Menschen Vortrags- und Workshopkript Dr. Veronika Schraut
www.pflgeconsult.net

Im Sinne der Validierenden Begegnung würde man wie folgt mit dem Gefühl Ärger oder Wut umgehen:

1. Wahrnehmung des Gefühls Wut und Ärger

2. Individuelle Validation: Ja Sie sind ja wütend!

Ihnen platzt ja gleich der Kragen!

Da wissen Sie gar nicht mehr wohin mit Ihrem Ärger!

3. Allgemeinen Validation: Das ist aber auch zum Aus-der-Haut-fahren!

Da reißt einem doch die Hutschnur!

Wirklich zum Mäuse melken.

4. Bezug zum Lebensthema

Auslenken paradox: ...dabei sind Sie so eine akkurate Schneiderin.

Bei Ihnen sitzt jede Naht!

Sie wissen, wie man mit Kundschaft umgeht!

Da haben Nadel und Zwirn immer ihren festen Platz.

Selbstverständlich kann es sein, dass der Betroffene im ersten Augenblick kurzfristig noch wütender ist, aber anschließend kann der oben beschriebene paradoxe Effekt eintreten, und die Gefühle können sich- weil ernstgenommen- verkleinern.

Dabei ist wichtig, dass die Validation auf drei Ebenen erfolgt: verbal, nonverbal und paraverbal. So kann auch dem kommunikativ stark eingeschränkten demenzkranken Menschen ein Verständnis signalisiert werden.

Ein Auslenken könnte natürlich auch mit biographienahen Beschäftigungen oder Ähnlichem erfolgen.