

Stefan Beyer

Demenz ist anders

Über den Versuch einer
einfühlenden Begleitung

Stefan Beyer: Demenz ist anders.
Über den Versuch einer einführenden Begleitung
1. Auflage 2007
ISBN 978-3-86739-020-0

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in Der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

© BALANCE buch + medien verlag, Bonn 2007
Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf ohne Zustimmung des Verlags vervielfältigt oder verbreitet werden.
Lektorat: BALANCE buch + medien verlag
Umschlagkonzeption durch p.o.l kommunikation design, Köln,
unter Verwendung eines Fotos von www.fotolia.de
Layoutkonzept: Iga Bielejec, Nierstein
Satz: BALANCE buch + medien verlag
Druck und Bindung: Clausen & Bosse, Leck

Einführung 7

Verschiedene Annahmen zur Demenz 11

Vorurteile 11

Die »innere Person« 12

Echter Kontakt 16

Kindliche Qualitäten 18

Kann sich die Seele trotz Demenz entwickeln? 19

Gibt es ein emotionales Gedächtnis? 24

Die mutmaßliche Erlebensweise einer dementen Person 29

Exkurs: Demenz und Meditation 41

Biografisches zu meiner Mutter 47

Etwas an der Demenz schätzen lernen:

Gespräche mit meiner Mutter 54

| | |
|--|----|
| Meine »Methoden« | 68 |
| Meiner Mutter folgen | 70 |
| <i>Eine mögliche Fortsetzung suchen</i> | 70 |
| <i>Zurücksagen</i> | 74 |
| <i>Das Erleben oder die Bedeutung ansprechen</i> | 77 |
| <i>Positives unterstützen</i> | 80 |
| <i>Verhalten begleiten</i> | 83 |
| Vorschläge von mir | 85 |
| <i>Geeignete Fragen</i> | 85 |
| <i>Metakommunikation</i> | 88 |
| <i>Geschichten erzählen</i> | 91 |
| <i>Nonverbale Vorschläge</i> | 97 |
| <i>Angenehme Beschäftigungen</i> | 99 |

| | |
|-----------------------------|-----|
| Methodische Quellen | 105 |
| Personzentriertes Begleiten | 105 |
| Focusing | 108 |
| Prä-Therapie | 117 |
| Validation | 122 |

Was der Pflegende für sich selbst tun kann 127

Mein Erleben der Demenzbegleitung als Chance 135

Anhang

| | |
|----------------------|-----|
| Literatur | 142 |
| Internetempfehlungen | 146 |
| Hilfreiche Adressen | 147 |

Einführung

In diesem Buch beschreibe ich, wie ich mich auf die Demenz meiner Mutter einließ und was sich dabei herausstellte. Es stellte sich zum Beispiel heraus, dass ich den Umgang mit meiner Mutter während ihrer Demenz oft persönlich bereichernd finden konnte, in gewisser Hinsicht sogar interessanter als vor der Erkrankung! Dieses Erleben der Beziehung zu meiner Mutter, das den gängigen Vorurteilen widerspricht und anscheinend auch von dem Erleben vieler anderer pflegender Angehöriger abweicht, möchte ich erklären, so dass es für den Leser möglichst einfühlsam und nachvollziehbar werden kann. Ich möchte mich auch mit der Frage beschäftigen, wie meine Mutter ihre Demenz und die Demenzbegleitung erlebt haben mag. Ich könnte auch sagen: Ich habe in diesem Buch nach dem Ende der Pflegezeit das aufgeschrieben, was ich gerne am Anfang dieser Zeit irgendwo gelesen hätte. Dies betrifft vor allem das umfangreiche Kapitel, in dem es um »meine Methoden« geht.

Ich habe im Laufe der Pflegezeit Gesprächs- und Umgangsweisen gesammelt und zum Teil selbst entwickelt, die sowohl mir als auch meiner Mutter gefielen bzw. guttaten. Diese Umgangswei-

sen werden im Mittelteil dieses Buches ausführlich, mit vielen Beispieldialogen, dargestellt. Dazu gehört auch die Vorstellung einiger methodischer und theoretischer Quellen, aus denen ich geschöpft habe und aus denen andere Betroffene natürlich ebenfalls schöpfen können.

Die detaillierte Darstellung eines konkreten Einzelfalls hat meines Erachtens Vorteile gegenüber einer abstrakten Abhandlung über Demenz oder Demenzbegleitung. Sie ermöglicht dem Leser eine Art von gefühlsmäßiger Vorstellung davon, wie es sein kann, in einer solchen Situation zu leben.

8 Es ist sicherlich nicht immer ganz einfach, einen sich demenziell verändernden Angehörigen zu begleiten – das gilt auch für meinen Fall. Die schwierige Seite der Pflege ist jedoch in der Öffentlichkeit hinlänglich bekannt; sie ist das, was jedem sofort einfällt, wenn von Alzheimer oder Demenz die Rede ist. Daher soll in diesem Buch vorwiegend eine andere, positive Seite dargestellt werden, die sich unter bestimmten Bedingungen entwickeln kann und die ich selbst anfangs nicht erwartet hatte.

Ich hatte allerdings den Vorteil, dass ich bereits ein Interesse und eine berufliche Ausbildung im Bereich psychologischer Begleitung hatte, als ich begann, meine Mutter zu pflegen. Ich musste meine Kenntnisse nur noch ein bisschen anpassen und mir zusätzlich ein paar demenzspezifische Informationen anlesen, um sie im Umgang mit meiner Mutter nutzen zu können. Die meisten hilfreichen Vorgehensweisen in diesem Bereich sind jedoch keineswegs so schwierig, dass sie nicht auch für Laien anwendbar wären. Dabei verleiht es nach meiner Einschätzung den professionellen »Techniken« sogar eine zusätzliche Dimension und Power, wenn sie in den Kontext einer Beziehung zwischen sich nahestehenden

Angehörigen integriert werden. Ich denke daher, dass nahezu jeder – auch ohne professionellen Hintergrund – die eine oder andere Idee aus diesem Buch im Kontakt mit einer demenzkranken Person nutzen und damit die Beziehung zu dieser Person zumindest ein kleines bisschen angenehmer und besser gestalten kann. In vielen Fällen könnte der Inhalt dieses Buches für den Leser einen großen Unterschied zum Guten bewirken.

Ich habe meine demenzkranke Mutter zunächst vier Jahre lang weitgehend allein als ihr einziges Kind in ihrem Haus, meinem Elternhaus, betreut. Als mir diese Situation vor allem zu einschränkend für mein eigenes Leben wurde, habe ich meine Mutter schweren Herzens in ein Alten- und Pflegeheim gegeben, wo ich sie dann fast täglich eine Stunde lang besuchte. Diese Zeit der regelmäßigen Besuche dauerte ebenfalls vier Jahre, bis zum Tod meiner Mutter Anfang 2005 im Alter von 89 Jahren.

Ich kenne also sowohl die Situation häuslicher Pflege als auch die Version der stationären Versorgung im Heim. Ich kenne auch die leidvollen Aspekte, die in beiden Szenarien möglich sind: in häuslicher Pflege möglicherweise den ganzen Tag, die ganze Woche, das ganze Jahr über zur Verfügung stehen zu müssen und bei einer Unterbringung im Heim mit den – sagen wir einmal vorsichtig – »nicht idealen« Gegebenheiten dort konfrontiert zu sein. Optimal ist sicher ein organisatorischer Rahmen, der den Pflegenden zeitlich und emotional nicht überfordert. Der Frage, wie sich die Pflege eines Angehörigen und die Fürsorge für sich selbst – soweit möglich – miteinander vereinbaren lassen, möchte ich, da sie sehr wichtig ist, ebenfalls ein Kapitel widmen.

Möglicherweise möchten das Pflegeheim und seine Bewohner lieber nicht eindeutig identifizierbar sein. Daher habe ich zur An-

onymisierung einige Informationen in diesem Buch, die sich auf das Heim beziehen, verfälscht. Übereinstimmungen zwischen den diesbezüglichen Angaben in diesem Buch und real existierenden Institutionen wären also rein zufällig.

Bei allem, was ich schreibe, möchte ich dem Leser nahelegen, es nicht unkritisch zu übernehmen. Ich gebe in diesem Buch hauptsächlich anhand der beschränkten Erfahrung eines Einzelfalls und mit einem sicher nicht ganz unvoreingenommenen Blick den jetzigen Stand meines Verständnisses wieder. Es ist auch immer zu bedenken, dass Demenzkranke sehr verschieden sind: Sie sind eben in erster Linie einzigartige Individuen und nicht in erster Linie Repräsentanten für die gleiche medizinische Kategorie.

10

Apropos medizinische Kategorien: Was meine Mutter angeht, war es nicht ganz eindeutig, welchen Typ von Demenz sie hatte. Möglicherweise war es – was nach gegenwärtigem Kenntnisstand häufig vorkommt – eine Mischung aus Alzheimer- und vaskulärer, also gefäßbedingter Demenz. Die medizinische Diagnose und Therapie demenzieller Veränderungen ist jedoch nicht Thema dieses Buches. Für die psychologische Begleitung spielt eine solche Kategorisierung höchstens eine untergeordnete Rolle: Ein Begleiter würde sich in jedem Fall »personenzentriert« auf das jeweilige Erleben und Verhalten sozusagen auf der Symptomebene einstellen. Der Inhalt dieses Buches soll an keiner Stelle gegebenenfalls notwendigen professionellen Rat, etwa eines Arztes, Facharztes oder Psychotherapeuten, ersetzen. Dieses Buch soll nicht nur informieren, sondern vor allem inspirieren: Es soll Ihnen etwas Lust und Neugier auf die nächste Begegnung mit einem dementen Menschen machen.

Stefan Beyer