

Rosmarie Maier
Ich will dich doch erreichen

Rosmarie Maier

Ich will dich doch erreichen

Begegnungen mit demenzkranken
Menschen ermöglichen

Hilfen für Angehörige und Pflegende

Kösel

Sämtliche Namenskürzel in diesem Buch wurden willkürlich gewählt, Übereinstimmungen mit realen Personen sind zufällig.



Mix
Produktgruppe aus vorbildlich
bewirtschafteten Wäldern und
anderen kontrollierten Herkünften

Zert.-Nr. SGS-COC-1940
www.fsc.org
© 1996 Forest Stewardship Council

Verlagsgruppe Random House FSC-DEU-0100
Das für dieses Buch verwendete FSC-zertifizierte Papier
Munken White liefert Arctic Paper Munkedals AB, Schweden

Copyright © 2009 Kösel-Verlag, München,
in der Verlagsgruppe Random House GmbH
Umschlag: Elisabeth Petersen, München
Umschlagmotiv: getty images/Martin Lof/Anyone
Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck
Printed in Germany
ISBN 978-3-466-36861-7

Weitere Informationen zu diesem Buch und unserem gesamten
lieferbaren Programm finden Sie unter
www.koesel.de

Inhalt

Vorwort	7
1 Hinführung	13
Der innere und äußere Druck	16
Der Umgang mit dem inneren und äußeren Druck	26
Eigene Werte, Vorstellungen und Emotionen	41
Berührungsangebote	55
Die vier Ebenen des Schmerzes	57
Anbindung an die göttliche Kraft, die Schöpfung	66
2 Mein spiritueller und beruflicher Entwicklungsprozess	69
3 Begegnungen mit Menschen mit Demenz unter einem spirituellen Aspekt	79
»Einen heiligen Raum betreten« Eine Begegnung mit Herrn S.	80
»Sich in der Tiefe des Wesens erkannt fühlen« Eine Begegnung mit Frau K.	88
»Furcht gibt es in der Liebe nicht« Eine Begegnung mit Frau V.	102
»Von allen Seiten umgibst du mich und hältst deine Hand über mir« Eine Begegnung mit Herrn F.	110
»Ja, mein Schutzengel ist auch da« Eine Begegnung mit Frau S.	117
»Geborgenheit finden bei Gott« Eine Begegnung mit Frau P.	123
»... meine Kraft ist in den Schwachen mächtig« Eine Begegnung mit Frau Sch.	129
»Die innere Anbindung wieder spüren« Eine Begegnung mit Herrn M.	139

4 Anregungen für spirituelle und religiöse	
Angebote im Alltag	151
Spirituelle und religiöse Angebote – für wen und wozu?	153
Das Ritual des Weihwassernehmens	159
Morgenrituale	161
Tischgebete	165
Abendrituale	167
Allgemeine religiöse Impulse	173
Kirchliche Rituale	176
Mariengebete, -lieder und -andacht	181
Anregungen, um Abschied und Trauer zu ermöglichen	185
Resümee	191
Anhang	203
Informationen über meine Schulungsangebote	203
Kontakt	203
Kontakte und vertiefende Informationen zum Thema Mediation	204
Literatur	204
Anmerkungen	205
Quellenverzeichnis	207

Vorwort

7

An dieser Stelle möchte ich allen Menschen danken, die mich bei der Entstehung dieses Buches unterstützt haben. Mein besonderer Dank gilt meiner Freundin Herta Dobrick, die mich zum Schreiben des Buches ermutigt hat. Durch ihre ständige Begleitung mit wertvollen Anregungen und Korrekturen leistete sie einen großen Beitrag zu diesem Werk.

Vor ein paar Jahren erzählte ich ihr ausführlich von meinen Begegnungen mit Frauen und Männern mit Demenz. Sie war zutiefst bewegt und meinte, das müsse hinaus in die Welt. Mir wurde dadurch klar, dass ich mit diesem Buch eine »frohe Botschaft« in die Öffentlichkeit bringen will. *Ergänzend* zu allem »Negativen« und Leidvollen, das öffentlich thematisiert wird. Die viel weniger beachtete andere Seite der Medaille sozusagen.

Ebenso danke ich den Menschen mit Demenz für die Begegnungen mit ihnen und die Erfahrungen, die ich durch sie machen durfte. Sie bereicherten mein Leben. Es nahm zu an Weite, Tiefe, Intensität und Fülle. Sie sind es, die eine Botschaft für uns haben. Ich gebe sie mit diesem Buch weiter. Es ist eine Botschaft für alle, die im engsten und weitesten Sinn mit der Krankheit Demenz konfrontiert sind und sich damit befassen wollen oder müssen. Nahestehende, Angehörige, beruflich Pflegende, Seelsorger, Geistliche, Amtspersonen und Politiker.

So schreibe ich dieses Buch für Begleiterinnen und Begleiter, die sich zeitweise hilflos fühlen in der Gegenwart eines Menschen mit Demenz und die vielleicht darin mutlos geworden sind, sich auf ihn wirklich einzulassen. Ich schreibe es für Angehörige wie für Betreuende, bei denen sich im Lauf der Zeit unmerklich

ein Gefühl von Sinnlosigkeit und Verzweiflung eingestellt hat, das Arbeit und eigenes Leben überschattet.

8 Vielleicht sind Sie Angehörige/r, Nachbar oder Freund/in und erleben voll Trauer schrittweise den Verlust eines geliebten und geschätzten Menschen mit Demenz. Möglicherweise fühlen Sie sich im Umgang mit ihm oder ihr unsicher, ratlos, traurig oder wütend, zweifeln an sich selbst und manchmal vielleicht auch an Ihrer Zuneigung zu diesem Menschen. Menschen mit Demenz können uns an den Rand unserer Kräfte, Toleranz und Zuneigung bringen, sodass wir »uns selbst nicht mehr kennen« in dem, was wir empfinden.

Ferner schreibe ich dieses Buch für Institutionen und Amtspersonen, die sich mit dem Rechenstift Entscheidungen im Pflegebereich abringen, mit denen sie im Grunde nicht zufrieden sind. Die über die Härte und Ratlosigkeit verzweifeln, mit der sie im Pflegebereich den Rotstift ansetzen müssen, und die vielleicht völlig unerwartet in ihrem engsten Kreis mit dieser Krankheit konfrontiert werden. Und die nun ernsthaft nachdenken, wie man dem finanziellen Verteilerschlüssel einen heilsamen, neuen Ansatz zugrunde legen kann.

Und schließlich ist es auch geschrieben für Menschen, die bereit sind, durch das äußere Erscheinungsbild hindurchzuschauen auf das Wesen des anderen, und die den Mut haben, dadurch mit ihrem eigenen wahren Wesen in Kontakt zu kommen.

Keine Gebrauchsanweisung, sondern ein Erfahrungsbericht will mein Beitrag sein, der neue, heilsame Impulse geben und unentdeckte Türen öffnen kann, der den Blick weiten möchte über das Elend hinaus. Der Mut machen möchte. Und der auch die Frage nach innerer Vorbereitung und Spiritualität mit einbezieht.

Ich möchte aufzeigen, was geschehen kann, wenn wir uns im rechten Augenblick wirklich einlassen auf den Menschen mit Demenz. Was keineswegs besagt, dass wir uns immer und jederzeit ganz einlassen müssten.

Sie fragen jetzt vielleicht: »Wie soll das gehen?« und »Wie soll ich da hingelangen bei dem Stress, der Überforderung und dem Zeitdruck, unter dem ich als pflegende Person stehe?« Möglicherweise sind Sie in einer institutionellen Einrichtung tätig und kämpfen seit Jahren verzweifelt gegen erstarrte Strukturen. Dieses Kämpfen kann einen müde und hoffnungslos werden lassen. Kann es da noch einen Raum für stärkende Erfahrungen und echte Begegnung geben? Gibt es überhaupt Möglichkeiten der Erleichterung und das Gefühl von Zufriedenheit bei der Betreuung von Menschen mit Demenz?

Wie kann es nun gelingen, in der Wertschätzung gegenüber sich selbst *und* gegenüber dem Menschen mit Demenz zu bleiben? Was ist hilfreich für uns in der Begegnung und im Gespräch mit diesen Menschen? Ist es möglich, ihnen, solange sie leben, wirklich als Person zu begegnen und ihre Lebensqualität zu fördern?

Um Antworten auf diese Fragen zu finden, möchte ich Sie mit diesem Buch dazu einladen, Schritt für Schritt das weithin noch unbekanntes Land der Menschen mit Demenz zu entdecken. Dass dabei Stress, Angst und Zweifel nachlassen können, ist ein durchaus mögliches Ergebnis dieser »Lesereise«: Dass etwas vorher nicht so wichtig Genommenes nun einen hohen Stellenwert einnehmen kann (und umgekehrt), ist auch möglich. Dass Sie sich in Ihrem Erleben wiederfinden und dadurch Erleichterung erfahren, könnte sein. Auch, dass sich etwas völlig Neues für Sie auftut, durch konkrete Empfehlungen oder Einsichten, ist denkbar. Dass Sie tief berührt

werden, staunen und dass dadurch in Ihnen Hoffnung und Zuversicht wachsen, das wünsche ich mir. Dafür schreibe ich.

10

Und für Sie, als *Mensch mit Demenz*, kann dieses Buch eine Brücke werden, auf der die Menschen, die Sie begleiten, zu Ihnen finden. Möglicherweise erhalten Sie mehr Beziehungs- und Kontaktangebote, weil Ihre Begleitenden mehr innere Sicherheit entwickeln können. Es wäre sehr wohl denkbar, dass Sie mehr Verständnis und Mitgefühl von Ihren Begleitern erfahren, weil für diese die innere Verbindung zu Ihnen sichtbarer und spürbarer wird. Es könnte sein, dass Ihrer Not mehr begegnet wird, weil Ihre Begleiter nun anders wahrnehmen, Ihr Verhalten neu deuten und Möglichkeiten wissen, darauf zu reagieren.

Mögen Ihre vielleicht oft verzweifelten Versuche, sich mitzuteilen (auch ohne Worte), wahrgenommen und beachtet werden, dass Sie sich in Ihren psychosozialen, körperlichen und spirituellen Bedürfnissen gesehen und gehört fühlen und eine wertschätzende Antwort darauf erfahren. Vielleicht wird neben den Verlusten, die Sie durch die Krankheit erfahren und erleiden, auch Ihre unverletzliche Größe wieder wahrgenommen, beziehungsweise Ihnen wieder zurückgegeben.

Zuletzt nun ein Wegweiser durch das Buch:

In den folgenden Kapiteln teile ich für mich wesentliche Erfahrungs- und Erkenntnisschwerpunkte mit.

Im ersten Kapitel beziehe ich mich auf innere und äußere Einflussfaktoren, die sich und wie sie sich im unmittelbaren Kontakt mit dem Menschen mit Demenz auswirken können.

Im zweiten Kapitel beschreibe ich in verkürzter Form meinen persönlichen Entwicklungsweg und wie er sich in Verbindung zu meiner beruflichen Erfahrung auswirkt.

Im dritten Kapitel sind Sie eingeladen, an meinen für mich sehr innigen Begegnungen mit Menschen mit Demenz teilzuhaben, mitzugehen, sich einzulassen auf dieses unbekannte Land und das für Sie Wertvolle und Hilfreiche daraus zu schöpfen.

11

Das vierte Kapitel gibt weitere konkrete Anregungen zur religiösen und spirituellen Begleitung von Menschen mit Demenz mitten im Alltag.

Äußerlich gesehen sind diese Menschen auf einem »Verfallsweg«. Genauer betrachtet kommunizieren sie häufig sehr viel innere Not, und wenn ich mich einlasse, begegne ich der dem Vulkan ähnlichen, im Tiefen verborgenen Leuchtkraft und Lebenskraft dieser scheinbar erloschenen Seelen.

Rosmarie Maier

Hörlkofen, im Juni 2009

1 Hinführung

Die Krankheit Demenz stellt für viele Menschen eine Herausforderung dar. Für manche ist sie der Schrecken unseres Zeitalters. Fragen Sie sich auch, weshalb es gerade in der Zeit des 20. Jahrhunderts so viele Menschen mit Demenz gibt?

Selbst nach Berücksichtigung sämtlicher möglicher Gründe wie höhere Lebenserwartung, Kriegsschicksale, Stresszunahme und so fort bin ich selbst überzeugt, dass das kein Zufall ist. Deshalb schließe ich mich, innerlich einstimmend, einer Deutung von Tom Kitwood an (mit der er kundtut, weshalb er glaubt, dass wir in unserer zivilisierten Welt mit der Krankheit Demenz herausgefordert sind), die ich an dieser Stelle zitieren möchte:

»Der Kontakt mit Demenz und anderen Formen schwerer kognitiver Beeinträchtigungen kann und sollte (!) uns aus unseren üblichen Mustern der übertriebenen Geschäftigkeit, des Hyperkognitivismus und der Geschwätzigkeit herausführen in eine Seinsweise, in der Emotion und Gefühl viel mehr Raum gegeben wird. Demente Menschen, für die das Leben der Emotionen oft intensiv und ohne die üblichen Hemmungen verläuft, haben den Rest der Menschheit unter Umständen etwas Wichtiges zu lehren. Sie bitten uns sozusagen, den Riss im Erleben, den westliche Kultur hervorgerufen

hat, zu heilen, und laden uns ein, zu Aspekten unseres Seins zurückzukehren, die in evolutionärem Sinne viel älter sind, stärker mit dem Körper und seinen Funktionen in Einklang stehen und dem Leben aus dem Instinkt heraus näher sind. Die meisten von uns leben beinahe wörtlich aus dem Kopf, das heißt aus den äußeren Schichten des Neokortex heraus. Es ist psychologische und damit auch neurologische Arbeit für und mit uns zu leisten, während wir auf eine tiefere Integration und Integrität hinarbeiten.«¹

Seit über 20 Jahren begegne ich Menschen mit Demenz und kam zunehmend zu der Einsicht, dass uns diese Menschen etwas Wichtiges lehren. Sie können uns dazu verhelfen, unmittelbarer, gegenwärtiger, präsenter, unvoreingenommener und echter zu sein. Sie fördern möglicherweise unsere Fähigkeit zur Hingabe, unser Vertrauen in die eigene Intuition, unsere Achtsamkeit, unseren Humor und vieles mehr, das wir von diesen und durch diese Menschen lernen und entwickeln können.

Natürlich kann die Betreuung von Menschen mit Demenz für uns als Betreuende eine große Herausforderung darstellen. Dass *wir* dabei auch noch etwas von *ihnen* lernen können, mag für manche von uns befremdlich klingen.

Je nachdem, unter welchen Bedingungen die Betreuung stattfindet, in welcher Beziehungsform wir zueinander stehen und ob uns eine gemeinsame Geschichte mit dem Menschen mit Demenz verbindet oder nicht, dementsprechend wird sich die Begleitung für beide Seiten entwickeln und abzeichnen.

Deshalb gehe ich im folgenden Kapitel schwerpunktmäßig auf Kriterien ein, die bei dieser Begleitung aus meiner Sicht eine große Rolle spielen. Insbesondere möchte ich auf eine Reihe von Faktoren hinweisen, die

die *Qualität* der Begegnung entscheidend beeinflussen. Es ist hilfreich, sich dieser Faktoren bewusst zu sein, um den Kontakt zu diesen Menschen nicht dem Zufall zu überlassen, sondern durch achtsames Wahrnehmen und erlaubendes Präsentsein ihnen Kontakt-Brücken anzubieten beziehungsweise echten Kontakt zu ermöglichen oder sein Entstehen behutsam zu fördern.

Der innere und äußere Druck

16

In meinen Seminaren äußern Pflegepersonen häufig, dass sie einen äußeren Druck erfahren, welcher in Form von »Zeitdruck« oder durch Erwartungen anderer entsteht.

Vorgegebene Zeitraster für pflegerische Tätigkeiten im ambulanten oder stationären Bereich fördern das Erleben von Zeitdruck. Zudem haben Menschen mit Demenz einen Bedarf an Betreuung, welcher noch nicht ausreichend anerkannt ist und vergütet wird. In der stationären und ambulanten Pflege entstehen außerdem häufig Konfliktsituationen für Pflegende, durch Erwartungen von Angehörigen, Vorgesetzten und »Kontrollpersonen« von außen (Heimaufsicht, Medizinischer Dienst der Krankenversicherung).

Diese Vorstellungen oben genannter Personen sind, obwohl gut gemeint, nicht immer vereinbar mit den Bedürfnissen des Menschen mit Demenz. Einige Beispiele sind: täglich ausführliche Körperpflege, wöchentliches Baden, täglich frische Wäsche, von morgens bis abends fernsehen, alle Mahlzeiten zu essen, bestimmte Mengen zu trinken und so weiter.

Eine biografieorientierte Pflege und wertschätzende Grundhaltung berücksichtigt den Willen und die früheren Gewohnheiten von Menschen mit Demenz. Erwartungen von Außenstehenden (außerhalb des betroffenen Menschen) zu erfüllen, geht schlimmstenfalls auf Kosten des Menschen mit Demenz. Sie können sich dadurch bevormundet, überfordert, entmündigt und wertlos fühlen. Zu diesem Thema nehme ich viel Aufklärungsbedarf in der Gesellschaft und manchmal auch im Führungsbereich der Einrichtungen wahr.

Damit sorgende Angehörige und andere Begleiter ein ganzheitliches Verständnis für den Menschen mit Demenz und das Vertrauen in die Betreuung durch Pflegepersonen entwickeln können, sind häufig mehr fachliche und situationsbezogene Informationen nötig. Nicht selten wird aber sogenannte »gute« Pflege an Äußerlichkeiten gemessen. Dies kann auch den Druck erklären, unter dem Verantwortliche in den Einrichtungen stehen. Zudem ist es viel schwieriger, gute Pflege nach ganz anderen Kriterien zu beurteilen, als da sind: *Wohlbefinden, Lebensqualität und Selbstbestimmung* des Menschen mit Demenz. Deshalb halte ich auch den Begriff »wertschätzende« Pflege für konkreter.

Was denken die anderen?

In meinen Seminaren für pflegende Angehörige äußern diese ähnliche Konflikterlebnisse. Nur handelt es sich hier meist um »innere Stimmen«, wie um vermeintliche Erwartungen der Verwandten (die nicht an der direkten Pflege beteiligt sind), Nachbarn und des sozialen Umfeldes. Häufig erzählen die Pflegenden, dass sie Angst davor haben, sich vor der Öffentlichkeit schämen zu müssen für das Verhalten oder den Zustand des Menschen mit Demenz. Als sehr belastend erleben sie ihre eigene Befürchtung, andere könnten ihre Fürsorge und Pflege infrage stellen, wenn etwa der Vater unrasiert mit zum Arzt gehen will, die Mutter mit den Kaffee- und Marmeladenflecken auf dem Pullover zum Einkaufen mitkommen will, der Ehemann nackt im Garten steht, die Schwester allen Leuten erzählt, sie bekomme nichts zu essen, und so weiter.

Dieser innere und manchmal auch äußere Druck (ausgelöst durch Äußerungen des sozialen Umfelds)

kann im privaten Umfeld ebenso zu Handlungen führen, die von Menschen mit Demenz als sehr verletzend und entwürdigend erlebt werden. Solche Situationen sind zum Beispiel: gegen den eigenen Willen umgekleidet werden, ohne die eigene Zustimmung und Einsicht rasiert und gewaschen werden, gemäßregelt und beschimpft werden, weil man »Unwahres« sagt, und Ähnliches mehr. Diese Handlungen führen in der Regel zu Eskalationen, welche die Not beider Seiten sichtbar und spürbar werden lässt.

Mit dem inneren Druck durch Gedanken wie »Was denken da die anderen über mich?« als Begleiter in der Wertschätzung zu bleiben, erfordert vor allem Wertschätzung gegenüber sich selbst, sehr viel Feingefühl gegenüber dem Menschen mit Demenz, Mut, zu den eigenen Entscheidungen zu stehen, Kraft, um die Situation auszuhalten, Kenntnisse über den Umgang mit Menschen mit Demenz und *Gelassenheit*.

Eine Angehörige erzählte, sie habe ihre Mutter an Weihnachten extra vom Pflegeheim mit nach Hause genommen, um ihr (und sich) eine Freude zu bereiten. Ein weiterer Grund war, dass sie meinte, das Pflegepersonal und das soziale Umfeld würden dies von ihr erwarten. Als die Mutter dann bei ihr war, zeigte sich, dass diese sich gar nicht wohlfühlte und mit der Situation total überfordert war. Sie wollte ständig weg, brachte keinen Bissen hinunter von dem wunderbaren Weihnachtsessen, zeigte kein Interesse für den Weihnachtsbaum, selbst das Singen machte ihr nur kurz Freude. Die Tochter meinte, es war ein einziger Stress für alle, keiner hatte etwas von diesem Fest, wodurch sie auch noch Schuldgefühle gegenüber ihrer Familie bekam. Infolgedessen entschied sie sich, dies nicht mehr zu wiederholen, sondern in Zukunft ihre Mutter in dem jetzt für sie gewohnten Umfeld zu besuchen. In Ruhe bei ihr zu sein

für ein bis zwei Stunden, eine Kerze anzuzünden und ihre Lieblingsweihnachtslieder mit ihr zu singen. Sie erlebte dabei, dass ihre Mutter viel mehr von ihr und dieser Variante des Feierns hatte. Was sie danach aber immer noch beschäftigte, war: Was denken *die anderen*, wenn sie ihre Mutter nicht einmal an Weihnachten zu sich holt?

Pflegepersonen berichten in Seminaren, dass sie Menschen mit Demenz von morgens bis abends vor den Fernseher setzen *müssen*, weil die Angehörigen dies verlangen und manchmal durch Spontanbesuche kontrollieren. Oder sie mobilisieren Menschen mit Demenz, die nur in der Lage sind, ein bis zwei Stunden zu sitzen, eine wesentlich längere Zeit, weil dies angeblich von den Angehörigen oder auch den Vorgesetzten erwartet wird.

Es ist offensichtlich, wie wichtig und nötig der Informationsfluss und die Basis gegenseitigen Vertrauens in der Praxis sind.

Sehr auffällig daran finde ich, dass es im Grunde allen Betreuungspersonen, ob Angehörige oder Pflegepersonen, ähnlich geht. Sie erleben eine Rechtfertigungsnot nach außen und begründen damit häufig vor dem eigenen Gewissen ihre getroffenen Entscheidungen in der Betreuung von Menschen mit Demenz. Oftmals ist es eine Handlung *gegen* das eigene innere Wissen und gegen das vorhandene Mitgefühl für den bedürftigen Menschen.

Eigene Erwartungen und Einstellungen

Nach meiner Erfahrung und nach Erzählungen anderer Betreuungspersonen kommt aber eine besondere Bedeutung dem Druck zu, den man *sich selbst* macht. In meiner beruflichen Tätigkeit als Altenpflegerin habe ich mich

lange Zeit vor allem durch meine unbewussten Erwartungen an mich selbst unter Druck gesetzt. Und mich dann noch zusätzlich durch vermeintliche oder geäußerte Ansprüche anderer unter Druck setzen lassen.

Daher kenne ich von mir selbst und auch von anderen Betreuenden die unterschiedlichsten Erwartungen an die eigene Person. Zum Beispiel: »Ich muss allen irgendwie gerecht werden. Ich sollte immer geduldig und einfühlsam sein. Ich muss diesen Menschen irgendwie dazu bringen, das zu tun, was ich oder andere für ihn als richtig erachten, zum Beispiel abends zu Bett zu gehen, sich ausziehen zu lassen, sich waschen zu lassen, die Medikamente einzunehmen und so weiter. Ich bin für alles verantwortlich. Es muss mir doch gelingen, diesen Menschen zu trösten, ihm oder ihr die Angst zu nehmen, aufzuheitern, damit er oder sie endlich zufrieden sein kann. Oder die Person muss doch jetzt zufrieden sein, wenn ich mir schon extra Zeit nahm und mich ihr zuwendete, und so weiter. (Damit *ich* zufrieden sein kann!)«

In der Praxis zeigte sich mir deutlich, dass mit vielem »Gut-Zureden« bei Menschen mit Demenz noch lange nicht Gutes erwirkt ist. Meine Versuche, ihnen das eine einzureden und das andere auszureden, scheiterten kläglich, denn das war es nicht, was sie von mir *brauchten*. Und ich erkannte im Laufe der Jahre immer mehr, dass mein eigener Druck jegliche Tiefe und für mich erfüllende Begegnung verhinderte. (Dennoch halte ich es für schwer, sich keinen Druck zu machen.)

Die eigene Erwartungshaltung überträgt sich auf den Menschen mit Demenz. Er spürt den inneren Druck der Betreuungsperson, wenn diese von ihm ein bestimmtes Verhalten erwartet. Die innere Einstellung beherrscht dann letztendlich die Situation. Dazu ein konkretes Beispiel:

Im Rahmen einer Praxisbegleitung zum Thema »Wertschätzender Umgang mit Menschen mit Demenz« machte ich folgende Beobachtung, die die Auswirkung des inneren Druckes sehr anschaulich darstellt.

Eine Frau mit Demenz saß nicht ganz gerade, sondern etwas seitlich auf einem Stuhl mit halbrunden Armlehnen. Sie war dadurch nicht sturzgefährdet, aber die linke Armlehne drückte sie sicherlich in ihren linken Rückenbereich. Die Pflegeperson ging zu dieser Frau, um ihr ein einfühlsames Gespräch anzubieten, denn sie weinte sehr oft aus nicht bekannten Gründen. Zu diesem Zeitpunkt saß sie jedoch still auf diesem Stuhl und weinte nicht.

Allerdings saß sie nicht »richtig« auf dem Stuhl! So machte es sich diese Pflegeperson zur Aufgabe, die Frau dazu zu bringen, sich richtig in den Stuhl zu setzen, damit sie angenehmer sitzen kann. Erst einmal ist dies der innere Anspruch der Pflegeperson, nicht der Frau mit Demenz. Denn diese zeigte keine Anzeichen von Unwohlsein. Mit geduldigen und einfachen Aufforderungen versuchte nun die Pflegeperson, diese Frau dazu zu bringen, ihre Sitzposition »richtig« zu verändern. Die Frau mit Demenz konnte jedoch diese Aufforderung nicht nachvollziehen und blieb unverändert sitzen. Etwa fünf Minuten redete die Pflegeperson freundlich und geduldig auf diese Frau ein und versuchte dabei unterstützend mit verschiedenen Berührungen, ihre Absicht zu verdeutlichen. Diese Frau mit Demenz fühlte sich aber scheinbar zunehmend bedroht und bedrängt, fing an zu weinen und äußerte sich mit unklaren Worten immer verzweifelter. Zu guter Letzt hinterließ die Pflegeperson eine weinende, verzweifelte Frau, die immer noch nicht richtig auf dem Stuhl saß.

Die Pflegeperson fühlte sich ebenso hilflos und traurig. Sie sagte, sie sei innerlich immer mehr unter Druck

gekommen, weil diese Frau sie nicht verstand und ihre Position nicht änderte. So kam auch die Frau mit Demenz immer mehr unter Druck, der sich wie beschrieben äußerte. Die Pflegeperson beabsichtigte nur »Gutes«, nahm sich Zeit, zeigte Geduld und setzte alles ihr zur Verfügung Stehende ein. Doch was sie *erwirkte*, waren Not, das Gefühl, unverstanden zu sein, und Hilflosigkeit.

Der vermutete Hilfebedarf

Derartige Erfahrungen in der Begleitung von Menschen mit Demenz sind meist sehr frustrierend und demotivierend. Hauptursache ist die innere *Vorstellung* davon, wie etwas zu sein hat, oder ein vermuteter Hilfebedarf. Dies erzeugt meist einen starken inneren Druck in der betreuenden Person, der von ihr unbeabsichtigt weitergegeben wird.

So wie hier geschildert, nehme ich immer wieder wahr, dass in die Menschen mit Demenz eine Not hineininterpretiert wird, obwohl es keine Anzeichen dafür gibt. Sie entsprechen vielleicht mit ihrem Verhalten nicht unseren Gewohnheiten und Vorstellungen, aber sie erleben deshalb nicht gleich eine Not. Die Not liegt dann eher auf der Seite der Betreuungsperson, weil sie mit ihren eigenen Gefühlen, Irritationen und ihrer enttäuschten Vorstellung (»Diese Frau soll gerade auf dem Stuhl sitzen«) konfrontiert wird.

Auch dadurch kann innerer Druck entstehen und die unterschiedlichsten Ansprüche an sich selbst wie: »Da müsste ich mich jeden Tag mindestens eine Stunde zu ihr hinsetzen« und gleichzeitig: »Das ist ja unmöglich zu leisten« oder »Das kann man doch nicht zulassen, das ist ja würdelos« – wie im folgenden Beispiel:

Eine Frau mit Demenz war gefährdet, aus dem Bett zu fallen, trotz angebrachter Bettseitenteile. Aus dem daraufhin fachgerecht angebrachten Bauchgurt hatte sie sich als ehemalige Artistin befreit. Erst aufgrund der Strangulationsgefahr bekam sie ein »Pflegerest« (die Matratze direkt auf dem Boden, mit Bettzeug und je nach Bedarf mit diversen persönlichen Dingen) und krabbelte in ihrem Zimmer und manchmal auch auf dem Flur auf dem Fußboden, denn sie konnte nicht stehen. Sie war dabei in der Lage, darauf zu achten, dass sie nicht an Gegenstände stieß, ansonsten hätte sie einen Schutzhelm benötigt. Manche Pflegepersonen empfanden es »entwürdigend« für diese Frau, dass sie auf dem Boden krabbelte, noch dazu als ehemalige Artistin. Sie aber bewegte sich einfach frei umher.

(Wie würden Sie das erleben, wenn sich ein Ihnen nahestehender Mensch in einem Heim oder zu Hause auf dem Boden kniend bewegt, statt mit einem scheinbar sicheren Fixiergurt gesichert zu werden?)

Ein anderes Beispiel:

Eine Tochter meinte, sie müsse jetzt bei der Mutter die Fenster putzen und deren Wohnung wieder so richtig auf Vordermann bringen, weil ihr auffiel, dass einiges nicht mehr so sauber war wie früher. Sie nahm bei ihrer Mutter einen Bedarf an Unterstützung an. Die Mutter aber nahm ihre Situation gar nicht so wahr. Sie fühlte sich möglicherweise übergangen, fremdbestimmt und in ihren Fähigkeiten infrage gestellt, als ihre Tochter wohlmeinend sagte: »Mama, ich komme nächsten Montag und putze dir die Fenster und dann putze ich dir die Wohnung mal richtig durch.« Deshalb reagierte diese sofort abwehrend, das könne sie schließlich noch selbst und sie brauche niemanden. Das Vertrauen war getrübt. Das spürte die Tochter sofort. Es waren die Bedürfnisse der Tochter, nicht die der Frau mit Demenz.



Rosmarie Maier

Ich will dich doch erreichen

Begegnungen mit demenzkranken Menschen ermöglichen
Hilfen für Angehörige und Pflegende

Gebundenes Buch, Broschur, 208 Seiten, 13,5 x 21,5 cm
ISBN: 978-3-466-36861-7

Kösel

Erscheinungstermin: Juli 2009

Neue Hoffnung für Demenzkranke und ihre Begleiter

Auch wenn demenzkranke Menschen scheinbar den Kontakt zu sich und ihrer Umwelt verlieren: Es ist möglich, sie in ihrer Tiefe, im Kern ihres Wesens zu erreichen. Mit vielen Praxisanregungen und berührenden Fallgeschichten zeigt dieses Buch, wie ein wertschätzender Umgang, Körperkontakt und spirituelle Angebote neuen Halt und Trost geben können – nicht nur den Kranken, sondern auch allen, die sie begleiten.

 [Der Titel im Katalog](#)