

# Menschen mit Demenz richtig begegnen

Verfasst von Veronika Schneider, Geschäftsführerin LSBV

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.

## Die beiden Gesetze der Demenz nach Huub Buijssen

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

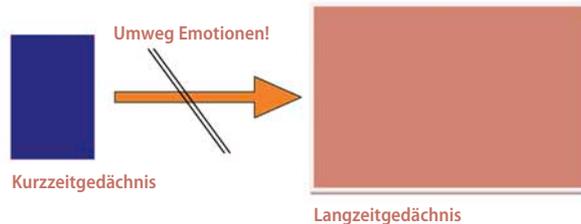
was es bedeutet, eine Demenz zu haben, wieso die Menschen so handeln und so sind, wie sie es eben tun. Das erste Gesetz nach Huub Buijssen ist

das der gestörten Einprägung. Der linke Kasten steht für das Kurzzeitgedächtnis, in dem sich alle Menschen, ob mit oder ohne Demenz fortwäh-

rend 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

### Die zwei Gesetze der Demenz nach Huub Buijssen

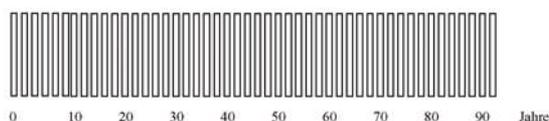
Abbildung 1: Gestörte Einprägung



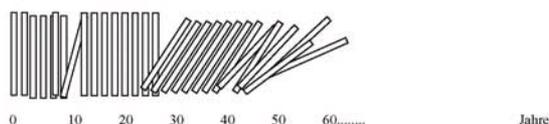
Eigene Abbildung in Anlehnung an Buijssen, Huub: S. 26–39

Abbildung 2: Bibliothek

#### a) intaktes Gedächtnis



#### b) dementiell erkranktes Gedächtnis



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



kurz 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 Lebens-tagebücher 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)“. 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.

### **Die unbegrenzte Innenwelt der Lichtung**

Menschen mit Demenz leben dementsprechend auf einer Art „unbegrenz-

ten 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:**

- Erleben von innerer und äußerer Begrenzung
- Verlust von Fähigkeiten
- Verlust des Gegenwarts- und Zukunftsbezuges
- Verständnislosigkeit der Umwelt
- Verlust des roten Fadens der Lebenskontinuität
- nicht mehr allein sein zu können
- fremdbestimmt zu werden

Auf die Vergangenheit bezogen gibt

Richard weitere Gründe an, die einen Rückzug in die Innenwelt bewirken können:

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

### Schutzstrategien von Menschen mit Demenz

Wenn man mit demenziell veränderten Menschen lebt oder arbeitet, ist es sehr hilfreich zu wissen, dass die Betroffenen insbesondere in den ersten Phasen einer Demenzerkrankung bewusst erleben, dass ihre geistigen Fähigkeiten nachlassen. Sie nehmen mit großer Sorge und Angst wahr, dass sie allmählich die Kontrolle über ihr Leben verlieren. Um sich selbst vor dieser Erkenntnis wenigstens zum Teil zu schützen und auch für Außenstehende den Schein einer perfekten Fassade wahren zu können, wenden sie so genannte Schutzstrategien an und benötigen in dieser Situation Unterstützung der Pflegenden und Betreuenden.

Folgendes Zitat zeigt deutlich, wie sehr Betroffene den Beginn ihrer Erkrankung wahrnehmen und wie quälend das für sie ist:

*„Ja, und dann war`s halt so, dass wir da hingefahren sind, in eine Klinik, und dann musste ich da diesen Test machen. Also, ich hab` das alles nimmer gekonnt, also das war einfach fürchterlich. Und, ja, das hat dann natürlich über*

*Monate gedauert, weil ja immer was anderes ned gepasst hat und so weiter und so fort. Also, das war dann einfach ganz fürchterlich. Also, ich hab` gedacht, ich bin jetzt total blöd, und es war einfach furchtbar. Die Diagnose, ja, die machen das recht, recht sanft. Welche Art von Demenz? Ja, normale Demenz, ja genau. Hmm. Der Professor hat mir das schon irgendwie erklärt, aber des weiß ich ned so genau.“*

Folgende Mechanismen können nach Richard zum Schutz der Würde der Betroffenen dienen und sind begleitet von einem wahren Gefühlskarussell mit steilen Kurven, beispielsweise Peinlichkeit, Wut, Misstrauen, Ohnmacht, Verzweiflung, Ungeduld, Angst usw. Sie sind unbedingt zu schützen und zu wahren:

- Leugnen
- Biographieren
- Konfabulieren
- Ritualisieren
- Isolieren
- Relativieren
- Humorisieren
- Somatisieren
- Fremdbeschuldigen
- Notieren

### Antriebe und Gefühle

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 demenziell beeinträchtigten Menschen. Des Weiteren gewinnen diese Menschen wahre „Gefühlsantennen“ dazu und steuern ausgerüstet mit diesem Kompass durch ihr tägliches Leben, durch ihre täglichen Begegnungen.

### Antriebe eines Menschen mit Demenz:

Zum Beispiel:

- Pflichtbewusstsein
- Ordnungssinn
- Fleiß
- Genauigkeit
- Fürsorge uvm.

### Gefühle eines Menschen mit Demenz:

Zum Beispiel:

- Ärger
- Angst
- Aufregung
- Liebe
- Wut uvm.

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

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 Integrative Validation (IVA) als wertschätzende Grundhaltung begreifen, bei der die Gefühle und Antriebe für gültig erklärt und anerkannt werden. Die Lebens- und Gefühlswelt der Menschen mit Demenz 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.

Die folgende Tabelle soll den Prozess kurz beispielhaft verdeutlichen:

<b>Individuell validieren</b> Wahrnehmen und Spiegeln der Gefühle eines Menschen	„Sie sind aber jetzt besorgt Frau Meier!“
<b>Allgemein validieren</b>	„Kleine Kinder, kleine Sorgen. Große Kinder, große Sorgen!“
<b>Bezug zum Lebensthema</b>	„Sie sind eine gute Mutter! Bei Ihnen haben es die Kinder gut. Was spielen die Kinder am Liebsten?“

### Herausforderndes Verhalten bei Menschen mit Demenz

Die Validation ist auch eine gute Möglichkeit, um mit herausfordernden Verhaltensweisen umzugehen. Dabei lautet allerdings eine Grundregel, dass Verhalten für denjenigen, der sich verhält immer einen Sinn hat, auch wenn andere Menschen diesen nicht (immer) erkennen können.

Herausfordernde Verhaltensweisen sind ein Resultat der Unfähigkeit sich verständlich zu machen und durch Veränderungen im Verhalten versucht ein Mensch auf sich aufmerksam zu machen. Die Verstehende Diagnostik als eine der Rahmenempfehlungen zum Umgang mit herausforderndem Verhalten verdeutlicht, dass jedes Ver-

halten Gründe hat – auch das Demenzkranker. Die Suche nach diesen Gründen ist das oberste Handlungsmaxim aller Betreuenden und Pflegenden.



Veronika Schneider,  
Geschäftsführerin  
LSVB

Das Thema liegt mir am Herzen, weil ich einen Menschen mit Demenz in erster Linie als „Menschen“ sehe, der neben all seinen lebenswerten und anstrengenden, ganz menschlichen Charakterzügen zufällig an einer Demenz erkrankt ist. „Den Demenzkranken“ als Solchen gibt es meines Erachtens nach nicht, wie ich aus langjähriger beruflicher und persönlicher Erfahrung sagen kann.

### Literaturnachweis:

- Bundesministerium für Gesundheit (Herausgeber):  
Rahmenempfehlungen für den Umgang von Menschen mit Demenz in der stationären Altenhilfe;  
Witten 2006
- Buijssen, Huub:  
Alzheimer und Demenz verstehen;  
Beltz Verlag, Weinheim und Basel  
2003, 3. Auflage
- Demenz Support Stuttgart (Herausgeber):  
Ich spreche für mich selbst;  
Mabuse Verlag,  
Frankfurt am Main 2010
- Kitwood, Tom: Demenz;  
Verlag Hans Huber, Bern, 2008,  
5. Auflage

### Internetseiten:

- www.integrative-validation.de;  
aufgerufen am 25. November 2010
- www.wirtschaftslexikon24.net  
/d/lifo/lifo.htm;  
aufgerufen am 25. November 2010