

„Menschen mit Demenz gehen in eine innere, oft längst vergangene Welt“

Vergesslichkeit, Orientierungslosigkeit, Aggression – Angehörige sind mit der Krankheit oft überfordert. Doch es gibt Antworten.

Die Zahl von Menschen mit Demenz in unserer Gesellschaft nimmt stetig zu, und das sorgt auch dafür, dass sich immer mehr Menschen mit der Krankheit und ihren Folgen auseinandersetzen müssen. Doch das ist gar nicht so einfach. Petra Fercher hat einen ganz besonderen Zugang – die Methode Validation nach Naomi Feil. Die „Krone“ hat mit ihr ausgelotet, was die Methode auszeichnet und wie sie uns das Leben mit Demenzkranken vielleicht vereinfachen kann.

Was sind typische Anzeichen, dass jemand an Demenz erkrankt ist?

Demenz ist ein Oberbegriff von bestimmten Krankheitsbildern. In allererster Linie geht es um auffällige Vergesslichkeit und darum, dass Menschen Alltagssituationen nicht mehr so meistern, wie es ihnen früher möglich war. Vor allem zu Beginn der Krankheit streiten Betroffene oft vieles ab oder behaupten Dinge, von denen der Angehörige weiß, dass das so nicht war. Am Anfang glaubt man immer, dass es das Alter ist. Entscheidend ist die Häufigkeit, die Intensität, in der diese Verhaltensweisen auftreten.

Was genau ist Validation in diesem Zusammenhang?

In der Methode Validation – es bedeutet Gültigkeit annehmen – schaut man auf die Verhaltensweisen, weil die Entwicklungsgeschichte des Lebens der Betroffenen untrennbar mit den körperlichen Veränderungen im hohen Alter verknüpft ist. Das heißt, die Validation ist ein ganzheitlicher Ansatz. Sie schließt das Gehirn, das durch die Demenzerkrankung an Leistungsfähigkeit verliert, nicht aus, bezieht aber die Entwicklung des Lebens mit ein.

Was heißt das jetzt vor allem für den Angehörigen?

Der Angehörige ist ja hauptsächlich mit den Verhaltensweisen der Person konfrontiert, wo es oft um Vorwürfe und Beschuldigungen wie „Du kommst ja

nie“ geht. Die Medizin würde sagen, das gehört zu einer Demenzerkrankung. In der Validation aber hat man eine urteilsfreie, einfühlsame Grundhaltung, die mit Respekt und Wertschätzung auf die Menschen zugeht und so kommuniziert.

Was heißt das konkret?

Ich würde den Angehörigen erklären, dass alte Menschen in der letzten Lebensphase sind, in einer Art Aufarbeitungsphase. Ich muss also dieses Verhalten annehmen, wie es ist und muss meine eigenen Gefühle für den Moment der Begegnung hintanstellen. Das heißt, ich brauche vor allem eine gute Grundhaltung

Wie kann so eine positive Grundhaltung aussehen?

„**Wir wollen eine urteilsfreie, einfühlsame Grundhaltung haben, die mit Respekt und Wertschätzung auf die Menschen zugeht.**“

Man hat oft schon vor einem Besuch das Gefühl: Ma, wie wird das heute wieder werden? Was wird sie oder er sagen? Werde ich beschimpft? Wenn ich mit diesen Gedanken in ein Treffen gehe, ist ein Konflikt fast schon vorprogrammiert. Wichtig ist, sich davor schon zu zentrieren. Dann kann man auch anders darauf eingehen, was da auf einen zukommt. Es ist dann eine an-

dere Form der Kommunikation, die beiden Seiten etwas bringt.

Wie kann oder sollte das dann ablaufen, wenn etwa der Vorwurf des „nie Kommen“ auftaucht?

Ich gehe auf das Gesagte einfühlsam und mit angepasster Tonlage ein, sage in etwa „Ma Mama, so lang warst du alleine, aber schau, jetzt bin ich da.“ Das ist ganz etwas anderes, als wenn man sagt. „Geh das stimmt nicht, ich war eh erst gestern da.“ Also nicht korrigieren, sondern einfühlsam begleiten. Das muss man lernen und üben, Validation schüttelt man nicht einfach so aus dem Armel.

Menschen mit Demenz neigen ja recht oft dazu, Dinge



„Krone“-Redakteur Gerald Schwab im Gespräch mit Petra Fercher, die zum Thema Demenz ein Buch geschrieben hat, das in vier Sprachen übersetzt wurde.



Menschen mit Demenz befinden sich oft in einer eigenen Welt und benötigen eine besondere Form der Kommunikation und vor allem Aufrichtigkeit.

Fotos: Markus Wenzel (3)

und Geschichten sozusagen zu erfinden. Was hat es denn damit auf sich?

Der betroffene Mensch merkt ja, dass die Verluste größer werden, das Gedächtnis bröckelt sozusagen. Er merkt sich nicht mehr alles, und aus dem Grund muss er Sachen leugnen, er muss kaschieren, und er erfindet oft Dinge, um besser dazustehen. Es ist eine Art Strategie. Für die Angehörigen ist das, wie wenn sie eine neue Sprache erlernen müssen, weil Menschen mit Demenz anders kommunizieren. Wenn die Erkrankung fortschreitet, gehen sie aus unterschiedlichen Gründen in eine innere Welt, meist zurück in die Vergangenheit. Die Außenwelt schwin-

„**Betroffene merken sich nicht mehr alles. Deshalb müssen sie Dinge leugnen, kaschieren und oft auch neu erfinden.**“

det, und sie gehen in einem Aufarbeitungsprozess, um Dinge zu regeln. Sie holen sich oft Personen oder Erlebtes aus der Vergangenheit in die Gegenwart.

Muss ich also einfach zu allem Ja sagen?

Nein, die Methode Validation geht auf das ein, was die Person verbal äußert und im Verhalten zeigt. Das heißt, wir gehen auf die Ebene dieses Menschen, damit

wird ein respektvollerer Umgang möglich. Die Leute werden so angenommen, so akzeptiert, wie sie sind, und der an Demenz erkrankte Mensch merkt sofort, ob man nur zustimmt oder es ehrlich meint. Sie fühlen es.

Das klingt nach sehr viel Arbeit für die Angehörigen.

Ja man muss sich damit auseinandersetzen, beschäftigen. Aber der Punkt ist: Beschäftigte ich mich damit, dann wird es leichter. Bei mir als Angehöriger liegt die Entscheidung, wie ich es gestalte, weil den Menschen mit Demenz kann man nicht verändern. Die große Herausforderung ist, ihn anzunehmen – eben weil sich die Person so verändert.

G. Schwab

ZUR PERSON

Petra Fercher wurde 1964 in Hallein (Sbg.) geboren, machte die Ausbildung zur Kindergartenpädagogin, ehe sie sich intensiv mit Demenz auseinandersetzte und die Validation für sich entdeckte. Sie lebte jahrelang in OÖ, ist Trainerin, Lehrende und Autorin. Ihr Buch „Brücken in die Welt der Demenz“ ist nun in der dritten Auflage und in vier Sprachen erschienen. Vor einem Jahr hat sie ein spezielles Arbeitsbuch zum Thema Validation – Basisschulung im Trauer-Verlag herausgegeben.