Zeitschrift: Neue Wege : Beiträge zu Religion und Sozialismus
Herausgeber: Vereinigung Freundinnen und Freunde der Neuen Wege
Band: 107 (2013)
Heft: 12

Artikel: Menschen mit Demenz begleiten, eine Lebenslektion
Autor: Dolderer-Thalmann, Elisabeth
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-697088

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 04.08.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Elisabeth Dolderer-Thalmann

Menschen mit Demenz begleiten, eine Lebenslektion

Den Verlust des logischen Denkens halten viele für das Schlimmste, was einem passieren kann. «Demenz wird dämonisiert und verteufelt», schreibt der Soziologe Peter Gross. Es gibt inzwischen jede Menge von Ratschlägen, wie man mit «Dementen» am besten umgehe. Auch ein paar versöhnliche Bücher und Filme sind entstanden.

In der Sonnweid Wetzikon leben Menschen, die den Weg in die Demenz gehen oder schon gegangen sind. Was bedeutet das für die Angehörigen? Was für die PartnerInnen? Was lernen wir – oder müssen wir lernen – als Angehörige von Menschen mit dieser Behinderung? Können Menschen mit Demenz uns etwas für unser eigenes Leben lehren?

Alles hat seine Zeit

Im Leitbild des Heims Sonnweid lese ich: «Unser Heim ist ein Ort der gelebten Beziehungen zwischen gleichwertigen Menschen, augenhöhengleich.»

Das Thema «Demenz» ist allgegenwärtig. Kürzlich suchte ein Kollege sein Notenheft vergebens in der Mappe und meinte dann: «Bei mir fängt der Alzheimer schon an.» Die Umstehenden lachten etwas verlegen, denn der Mann ist in den besten Jahren. Heutige Menschen sagen manchmal, nur die körperliche Gesundheit und die Fähigkeit des rationalen Denkens machten den Menschen aus. Auch alternde Menschen müssen «immer noch» körperlich und geistig beweglich, aktiv, fit sein. «Wenn ich nicht mehr denken kann, bin ich niemand mehr, davor habe ich Angst», sagen viele. «Demenz wird dämonisiert und verteufelt. Sie zeigt das Gefälle zwischen der Welt technischer Perfektion und der verletzlichen Natur des Menschen, ob er nun ein Steinzeitmensch oder ein Raketenbauer ist», schreibt der Soziologe Peter Gross.

Ich selber bin längst über die «besten» Jahre hinaus, habe alte Menschen gepflegt und meinen Partner mit seinen abnehmenden Kräften begleitet, zuerst zu Hause, dann in einem Pflegeheim.

1. Was ist einzigartig, wenn wir Menschen mit Demenz begleiten?

Wie der oder die Betroffene die zunehmenden Veränderungen und Verluste erlebt, können wir als Begleitende nur erahnen. Wir hören die sich wiederholenden Fragen nach Zeit und Ort, nehmen verblüfft wahr, welche bisherigen Selbstverständlichkeiten wegrutschen, Mein Mann, meine Frau, der Freund, die Nachbarin, sie alle sind jedoch immer noch erwachsene Menschen mit ihrer Originalität und einer langen Lebensgeschichte. Sie haben nach wie vor die gleichen menschlichen Bedürfnisse. «Nur» das abstrakte Denken geht zunehmend verloren. «Hast du das auch wieder vergessen? Hör doch besser zu!

Das macht man nicht so!», tönt es dann. Ein erwachsener Mensch will aber nicht mehr erzogen werden.

Eine Ahnung vom Leben mit einer Demenz erhalte ich, wenn ich voller Angst aus einem Traum erwache. Ich war als Fahrerin in einer unbekannten Stadt unterwegs, und die Scheiben waren mit einem Tuch verhängt. Aber zum Glück ist nichts passiert. Träume lassen erspüren, wie die Welt im Innern eines Menschen auch noch lebt. Menschen mit Demenz können aus dieser Zwischenwelt nicht einfach «erwachen».

Wir alle kennen die Erfahrung, dass wir auf der Strasse einen Bekannten antreffen, von dem unser Gespür sofort sagt, dass wir ihn seit langem kennen, aber sein Name fällt uns im Moment nicht ein. Dabei erfahren wir das Gemisch von fehlendem Kopfwissen und eindeutigem Gefühl, das Menschen mit zunehmender Demenz immer öfter empfinden. Zu solchen Zwischenwelten haben ja auch kunstbegabte Menschen wie MalerInnen, DichterInnen, MusikerInnen einen Zugang.

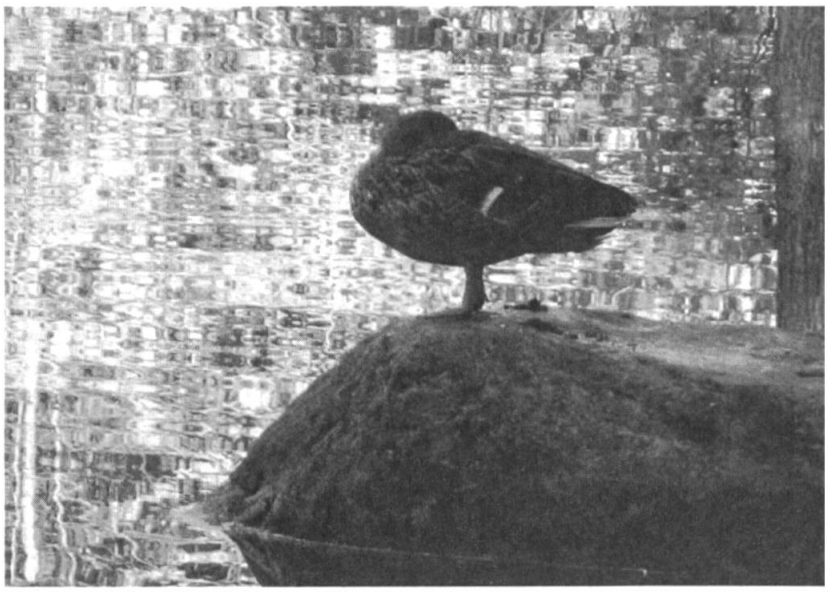
2. Wie können wir Menschen auf dem Weg in die Demenz begleiten?

Die urmenschlichen Bedürfnisse nach Anerkennung, Eigenständigkeit, Zuwendung und Würde, wie sie der Psychologe Maslow beschrieben hat, verschwinden durch das Abnehmen des rationalen Denkens nicht. «Das Gedächtnis des Herzens», nennen das die Autoren des sehr hilfreichen Büchleins «Das Herz wird nicht dement» (Udo Baer und Gabi Schotte-Lange).

Viele zunächst unverständliche Verhaltensweisen eines Menschen mit Demenz sind die Folge belastender Gefühle wie Scham, Überspielen, Angst, Schuldgefühl, Suche nach Geborgenheit und Trost. Viel wichtiger als wortreiche Erklärungen oder ein distanzloses Mitleid sind Zeichen von «verstehendem Mitgefühl», wie es obige Autoren nennen: sinnliche Erfahrungen wie berühren, an der Hand nehmen, beruhigende Worte, massieren, Pflanzen und Tieren begegnen, Musik. Je mehr wir unser eigenes Empfinden bewusster wahrnehmen lernen, desto besser können wir uns auch eher in einen Menschen mit Demenz hineindenken. Geduld und Einfühlungsvermögen sind jedoch nicht leicht zu lernen.

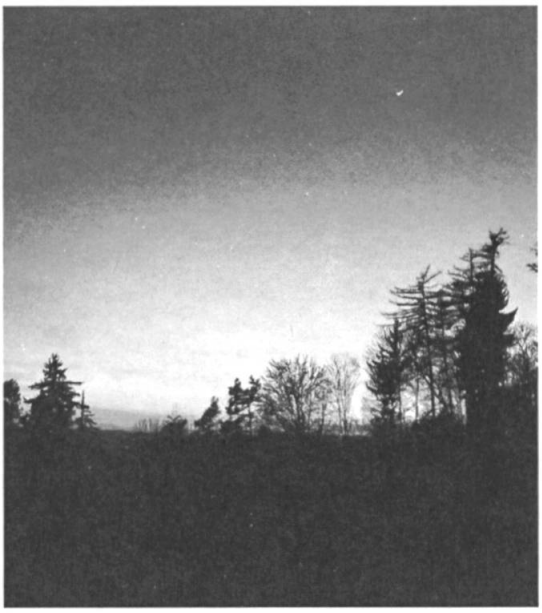
3. Die Begleitung und praktische Pflege kosten viel Kraft

Der Mensch, den wir seit Jahren kannten, verändert sich. «Sie ist nicht mehr sich selber», sagen Angehörige. Vielleicht ist das so? Es könnte aber auch sein, dass während unseres Erwachsenenlebens viele Impulse, Gedanken und Wünsche mit Kraft und Verstand im Zaum gehalten wurden. Wir mussten vernünftig und gesellschaftsfähig werden, wie jene Klosterfrau, welche in der Demenz plötzlich wütend mit dem Fuss stampfen konnte und dazu fluchte wie ein Fuhrmann. Oder die politisch aktive und sogar aufsässige Sozialistin, die jetzt sanft und liebevoll die Fürsorge ihrer Angehörigen geniesst, wie etwa im Film ihres Sohnes David Sieveking «Vergiss mein nicht». Vielleicht kommt jetzt etwas vom Ursprünglichsten, auch Bedürftigsten des Menschen wieder zum Vorschein.



Die beiden Bilder stammen aus der Broschüre «Das grosse Vergessen – Gedächtnisstörungen und Alzheimer», Klinik für Akutgeriatrie, Stadtspital Waid, Zürich.

Der Partner, die Ehefrau übernimmt zunehmend Aufgaben, die früher bei einem Paar vielleicht ganz anders verteilt waren. Mit zunehmender Demenz geht der bisherige Partner verloren, ein langsamer schmerzlicher Abschied. Bei allem begleitenden Einfühlungsvermögen wächst langsam die Einsamkeit des Gesunden. Aus Unverständnis und Angst ziehen sich vielleicht bisherige Bekannte zurück. Dabei spottet der Psychiater Manfred Lütz in seinem Buch «Irre! Wir behandeln die Falschen», dass Menschen mit Demenz keine Kriege anzetteln oder immer reicher werden wollen. Menschen mit dieser



Behinderung spielen keine Machtspielchen, sie können nicht mehr lügen – und lassen sich auch nicht belügen mit schönen Worten. Ihre direkte Herzlichkeit und Wärme können überraschend wohl tun.

4. Die Demenz zwingt zur Wahrhaftigkeit

Angehörige, die sich auf die liebevolle, einfühlsame Begleitung eines nahen Menschen mit zunehmender Demenz einlassen, werden empfindsamer, nachdenklicher, fragen nach Wert und Sinn des Lebens, auch ihres eigenen. Sie lernen sich selber von einer anderen Seite kennen: ruhig zusammen mit dem Kranken ein Blume bestaunen, an einem frischen Biskuit riechen, ein bekanntes Lied gemeinsam singen, zusammen lachen über Ungeschicklichkeiten. Auch verwirrte Menschen können Neues lernen! Vielleicht entdecken Angehörige aber auch eigene Gefühle von erschreckender Hilflosigkeit oder bisher unbekannter Wut. Solche Veränderungen merken oft auch die Betreuten. Ein Ehemann berichtet, seine im Pflegeheim lebende Frau frage ihn manchmal nach ihm selber und könne nicht verstehen, dass dieser einfühlsame, liebevolle Mann der Gleiche sei wie der tüchtige, rational denkende Ingenieur, mit dem sie vierzig Jahre lang verheiratet war – eine ganz spezielle Selbsterfahrung!

Angehörige leisten nicht nur unbezahlbaren Beistand für ihre Nächsten, sondern auch für die gesamte Gesellschaft. Rund achtzig Prozent aller Unterstützung und Pflege von älteren Menschen wird immer noch von Angehörigen geleistet. Wenn der oder die Pflegebedürftige nicht mehr da ist, wird Betroffenen oft erst bewusst, wie viel Lebenssinn und Erfüllung die anspruchsvolle Aufgabe für sie bedeutet hatte. Die Gefahr, seine eigenen Grenzen der Kraft nicht mehr wahrzunehmen und selber krank zu werden, ist jedoch gross. Dies selber zu erfahren, kann ebenfalls ein schmerzlicher Lernprozess sein. Das Verantwortungsgefühl pflegender Angehöriger steht jedoch in krassem Gegensatz zu all den Werten, die in der heutigen westlichen Gesellschaft hoch gehalten werden. Wer verwirrte Menschen begleitet und sich auf ihre Lebenssituation einlässt, erkennt, wie relativ das sogenannt vernünftige Streben nach Wirtschaftswachstum, das Erreichen sportlicher Höchstleistungen und die Autonomie als höchster «Wert» in unserer Kultur sind. Die Wahrhaftigkeit, zu der uns das Leben mit Menschen mit Demenz zwingt, ist ein Lehrstück über Hoffnungen und Ängste, Mitmenschlichkeit und Lebenswege. ●

Elisabeth Dolderer, geb. 1934, ist dipl. Pflegefachfrau und dipl. Erwachsenenbildnerin. Sie hat ihren Partner über eine lange Zeit persönlich betreut und dann in intensivem Austausch mit den Fachleuten im Pflegeheim Sonnweid Wetzikon bis zum Tod begleitet. Sie ist Kursleiterin für praktische Pflege zu Hause und arbeitet in der kirchlichen Erwachsenenbildung doldererthalmann@bluewin.ch