

# **Vortrag am Donnerstag, 22. Oktober 2009 im Martin-Luther-Gemeindehaus Biberach mit Dr. Christian Appel, Chefarzt an der Kreisklinik Biberach und Klinikseelsorger Friedrich Lechner, Kreisklinik Biberach**

Nachfolgender Text beinhaltet die von Klinikseelsorger Friedrich Lechner gehaltene Präsentation

## **Was ist Demenz?**

Demenz ist ein Oberbegriff von Erkrankungsbildern, die mit einem Verlust der geistigen Funktionen wie Denken, Erinnern, Orientierung einhergeht. Ist es Demenz oder nur eine altersbedingte Vergesslichkeit?

Sicher haben Sie in ihrem Leben schon einmal etwas vergessen, sei es die Brille, der Ausweis oder anderes. Sie haben es bemerkt und mussten deshalb manchen Weg noch einmal machen, mit dem interessanten Nachsatz: „Was man nicht im Kopf hat, das hat man in den Beinen.“

Anders bei einer Demenz: Wenn bei ihr das Vergessen einsetzt, weiß der Kranke nicht, dass er etwas vergessen hat. Er steht z.B. am Bahnhof und weiß nicht mehr, was ein Bahnhof ist und was dort zu tun ist. Die Information ist nicht mehr vorhanden. Vergesslichkeit und zeitliche sowie räumliche Orientierungslosigkeit sind die ersten Anzeichen. Zwar verlieren die Kranken intellektuelle Fähigkeiten (ihr Gedächtnis und ihre Sprache), die Gefühlswelt aber bleibt in Ordnung. Allerdings schwanken Gefühle und Stimmungen schnell und heftig.

Ist die Diagnose eindeutig, heißt das für die Angehörigen, viel Kraft, Geduld und Opfer aufbringen. Die Betreuung eines Demenzkranken ist nicht einfach und wird mit der Zeit immer schwerer. Die Krankheit schreitet fort, lässt sich nicht aufhalten. Zum Schluss ist eine Rundumbetreuung notwendig.

## **4 Phasen der Demenz von Cora van der Kooij**

### **1. Phase: Das bedrohte Ich**

Die anfängliche Vergesslichkeit, Konzentrationsschwäche wird so gut wie möglich vertuscht. Der Mensch fühlt sich in seiner Existenz bedroht. Er lebt im Hier und Jetzt. Der Körper signalisiert den Wunsch nach Distanz. Der Gesichtsausdruck wirkt sehr angespannt, der Blick oft stechend und scharf. Emotionen können sehr stark ausgeprägt sein. Regeln und Manieren spielen eine wichtige Rolle.

### **2. Phase: Das verirrte Ich**

Der Demente lebt im Wechsel zwischen Gegenwart und Vergangenheit, die innere Welt und die Außenwelt gehen ineinander über. Gefühle betreffen Menschen und Situationen von früher. In dieser Phase werden die Wortfindungsstörungen offensichtlicher. Die Fähigkeit zu Denken, Koordinieren und Kontrollieren geht verloren. Menschen in dieser Phase laufen ohne direktes Ziel herum, ihr Blick ist klar und die Muskeln entspannt. Auch in dieser Phase können die Emotionen sehr stark ausgeprägt sein. Regeln und Manieren spielen nur noch eine geringe Rolle

### **3. Phase: Das verborgene Ich**

Hier ist die Demenz weit fortgeschritten. Die Menschen ziehen sich in ihre innere Welt zurück. Sie sitzen der Umwelt scheinbar teilnahmslos gegenüber oder wiederholen immer die gleiche Bewegung

z.B. auf die Schenkel klopfen oder mit der Faust oder einem Gegenstand auf den Tisch schlagen. Regeln spielen keine Rolle mehr, Emotionen können sehr heftig sein.

#### **4. Phase: Das versunkene Ich**

Der Mensch zeigt keine Reaktion, seine Augen sind geschlossen, der Körper gekrümmt, die Muskulatur erschlafft. Es entsteht der Eindruck, er lebt in einer anderen Welt. Emotionen werden kaum noch geäußert.

### **Hilfen zum Verhalten im Umgang mit Demenzkranken**

- Zeigen Sie Gefühle. Was verstanden wird, ist vor allem aber auch die Körpersprache und Zärtlichkeit. D.h. Mimik und Körpersprache sind wichtige Kommunikationsmittel.
- Beziehen Sie Gefühlsschwankungen nicht auf sich persönlich und überhören Sie Anschuldigungen; bzw. diskutieren Sie nicht darüber.
- Wichtig ist Ablenken und Einlenken statt Beharren. In manchen Fällen hilft eben auch Körperkontakt.
- Was Sie unbedingt vermeiden sollten sind Provokation durch Necken oder Lachen, sowie auch Konfrontation, Diskussion und Streit. Dagegen ist wichtig das Zuhören und verschlüsselte Botschaften zu erkennen.
- Kommen Sie auch nicht in Versuchung den Leistungsmaßstab von Gesunden anzuwenden. Lassen Sie den Kranken eher laufenlassen anstatt ihn zu überfordern.
- Ein Lob ist für solche Menschen sehr wichtig; ernst gemeintes Lob, anstatt zu kritisieren.
- Auch sollten Sie die Gegenwart nicht so wichtig nehmen, nicht überbetonen, sondern das, was in Erinnerung ist, wecken.
- Feste Gewohnheiten und einfache Regeln können als „Sicherheitsgurt“ benutzt werden. Und geben Sie Orientierungshilfe so weit Sie können.
- Sanft aktivieren, nicht ins Bett abschieben.
- Geben Sie dem Kranken durchaus auch einfache Aufgaben und somit das Gefühl, gebraucht zu werden.
- Sie sehen, bzw. merken schon, der Pflegende – wer immer das auch ist - braucht Egoismus.

### **Worauf sollte besonders geachtet werden?**

Nehmen Sie den Pflegenden so an wie er ist, denn er kann sich nicht ändern und Sie ihn auch nicht. Seine Krankheit macht es ihm unmöglich, sich zu ändern. Sie sollten sich eher einzufühlen versuchen in die Situation des andern. Gefühlsschwankungen sind „normal“ und beziehen Sie diese bitte nicht auf sich selbst. Und ich möchte nochmals sagen: die Erinnerung wichtig nehmen, nicht die Gegenwart. Diese Menschen haben Gewohnheiten wie jeder von uns, jedoch halten sie stärker daran fest. Versuchen Sie, diese Gewohnheiten des Kranken beizubehalten. Denken Sie daran, dass für ihn die vertrauten Menschen und Dinge der Vergangenheit oft wichtiger sind als die Gegenwart, in der er sich nicht mehr zurecht findet.

### **Seelsorge für Menschen mit Demenz**

#### **Seelsorge ist langsam**

Seelsorge lässt dem Gegenüber Zeit, den eigenen Weg zu finden und hilft, ihn behutsam zu gehen. Sie freut sich mit über kleine Schritte („Fußes Leuchte heißt es im Psalm“), macht Mut, unterstützt, konfrontiert und trägt dem Rechnung, dass Wachstum Zeit braucht. Seelsorge ist mehr als Gottesdienste feiern und Sakramente spenden. Seelsorge als mitmenschliche Begegnung Seelsorge als Begegnungsgeschehen (Matth. 25,40: „Was ihr einem von diesen meinen geringsten Brüdern getan

habt, das habt ihr mir getan“). Seelsorge bedeutet auch im Wesentlichen Arbeit an der Biografie des andern. Und Seelsorge an Demenz Erkrankten braucht die Angehörigen als Bindeglieder, als vertraute Personen.

Aber auch um die Angehöriger und Betreuerinnen und Betreuer hat sie die Seelsorge zu kümmern. Seelsorge bei Demenzkranken braucht wenig Worte, lebt jedoch von festen Ritualen und knüpft an allgemeine Alltagssituationen an. Und sie – die Seelsorge – nutzt alle Sinne. Nicht zu vergessen: Die Seelsorge ist besonders eng verbunden mit Leibsorge und ist – wenn Sie so wollen - Diakonie im kirchlichen Sinne. Braucht daher eine eigene Qualifizierung und viel „Herz“. Zitat von Professor Grond 2004: „Wenn die Seele vernachlässigt wird, nehmen Unruhe, Schmerzen, Depressionen und ein rapides Fortschreiten der Demenz zu“. Dr. Erich Grond ist emeritierter Professor für Sozialmedizin und Psychopathologie. Er arbeitet heute als Psychotherapeut und Dozent für Gerontopsychiatrie in Altenpflegeseminaren und an der Universität Dortmund. „Im Sinne der Ganzheitlichkeit gebührt der seelsorglichen Begleitung der gleiche Stellenwert wie der Leib- und Körperpflege.“ (Prof. E. Grond)

Ich komme nochmal auf die Aussage zurück: Seelsorge an Demenzerkrankten ist Arbeit an dessen Biografie. D.h. wir müssen das HEUTE durch das GESTERN verstehen lernen. Lebenserfahrungen, vor allem aus der ersten Lebenshälfte, prägen das Erleben und Verhalten bis heute.

## **Religiöse Erziehung**

Ältere Menschen haben meist im Elternhaus und in der Gemeinde eine klar strukturierte Kirche und einen eindeutigen Katechismus kennengelernt. Der Rückgriff auf die frühere Lebensgeschichte bringt subjektive Sicherheit in Situationen, in denen ein Mensch sich nicht mehr orientieren kann.(E. Grond)

## **„Not lehrt Beten“ – eines der Haupterfahrungen der älteren Generation**

Übergeordnetes Ziel seelsorglicher Begleitung ist die Entdeckung von Möglichkeiten zur Erhaltung bzw. Verbesserung der Lebensqualität und zum Praktizieren „eigener“ Spiritualität und Religiosität.

Die uneingeschränkte Erfüllung seiner religiösen Bedürfnisse hat für den Menschen heilstiftende und damit heilende Wirkung (Maslow). SeelsorgerInnen kennen sich nicht immer mit der besonderen Situation verwirrter Menschen aus. Konzepte für Seelsorge mit Menschen mit Demenz sind nicht, oder kaum vorhanden. Altvertrautes wird wieder erkannt. Diese Tatsache haben wir als SeelsorgerInnen zu entdecken und zu fördern.

Wie könnte dies konkret aussehen? Sie geben den verwirrten Menschen das Gefühl von Kompetenz. Schauen Sie mit ihm vertraute Bilder an (eventuell Bilder, die im Zimmer des Betreffenden hängen. Bilder von der Heimat, von Personen usw.). Vertraute Bilder lassen die Vergangenheit wieder aufleben. Oder Lieder aus dem Gesangbuch vorlesen oder am besten auch vorsingen. Beim Singen alter, bekannter Kirchenlieder – wo man laut und deutlich mitsingt - fangen viele an mitzusummen oder mitzusingen oder nur den Mund zu bewegen. Die Erfahrung der Orientierung durch das Hören wird auch in der Beschäftigungstherapie gemacht. Ebenso vertraute Bibeltexte wie z.B. Psalm 23: „Der Herr ist mein Hirte“ – oder „Befiehl dem Herrn deine Wege...“. Solche Texte und Lieder beinhalten oftmals altbekannte Verhaltensvorschriften und geben Sicherheit, schaffen Vertrauen. Ja, sie geben Orientierung. Ebenso Gebete, altvertraute Gebet (an erster Stelle das „Vater Unser“).

Musik aus der Zeit der betreffenden Person. Geistliche Musik, aber auch Volkslieder bringen die Vergangenheit wieder zurück. Oder warum versuchen wir es nicht einmal mit Gegenständen (eine alte Uhr, die im Zimmer hängt, irgendwelche Figuren, Gegenstände, die zum damaligen Alltag gehörten). Wir Menschen sind mit Sinnen ausgestattet. Deshalb brauchen wir für unsere Religiosität, für Trauer und Freude sinnlich erfahrbare Anknüpfungspunkte.

## **Wie kann Seelsorge in der Begleitung von Menschen mit Demenz aussehen?**

All das, was ich wenige Zeilen vorher angesprochen habe, kann „die Seele berühren“. Es sind die einfachen Dinge des Lebens. So ist z. B. auch Seelsorge ist mehr als nur der Gottesdienst! Sie ist sozusagen der Schlüssel zur Erinnerung in der seelsorglichen Begleitung. Und seelsorgerliche Begleitung leistet der Angehörige, das Pflegepersonal; eigentlich jeder, der mit Demenz erkrankten Menschen zu tun hat.

## **Was kann in der seelsorglichen Arbeit noch zum Ausdruck kommen?**

Etwas von Gott sagen. Erzählen lassen aus dem kirchlichen Leben von damals. Und ich sollte Bilder der Hoffnung aufzeigen; denn das Leben vieler ist gekennzeichnet von Krieg, Flucht und Vertreibung. Beim Verständnisschwierigkeiten nicht einfach resignieren, sondern „Deuten helfen“ und somit Geduld aufbringen (Hektik ist unproduktiv). Freude, Hoffnung, Trauer und Angst, die zum Ausdruck kommen mit dem anderen teilen (geteiltes Leid ist halbes Leid; geteilte Freude ist doppelte Freude).

Versuchen Sie den Kranken zu erinnern: Wie wurden bei euch kirchliche Feste gefeiert? Und welche Erinnerungen sind damit verbunden. Feste wie z.B. Ostern, Erntedank, Weihnachten, Konfirmation, Kommunion, Hochzeit oder die Taufe der Kinder. Und warum fragen wir nicht, ob es etwa Lieblingslieder aus dem Gesangbuch gibt oder Lieblingstexte aus der Bibel oder geliebte Bilder mit biblischen Darstellungen?

Rituale und Symbole sind Brücken zur Seele von Menschen, die an einer Demenz erkrankt sind. Hilfreich ist auch: Symbole des Glaubens anzusprechen und zu deuten. Ein Kreuz, religiöse Bilder, religiöse Texte. Bilder, Symbole und Texte regen die Phantasie an, wecken Erinnerungen. Ich habe gute Erfahrung gemacht mit: „die betenden Hände“ von Dürer. Aber auch moderne Bilder werden als anregend erfahren, wie etwa die Bilder von Sieger Köder.

Über die Sinne finden wir einen guten Zugang, dementiell erkrankte Menschen seelsorglich zu begleiten – die krankheitsbedingte Sprachlosigkeit zwischen dementen Bewohnern auf der einen und dem Seelsorger, der Seelsorgerin und auch Angehörigen auf der anderen Seite kann durchbrochen werden. So ist auch der Gottesdienst – wenn wir so wollen - Altgedächtnis- und Biografie freundlich ausgerichtet.

## **Folgende biblische Erzählung aus dem Alten Testament kann in der Seelsorge mit Demenz erkrankten Menschen zum Beispiel werden: Gott und Elia (1. Könige 19 Verse 8-13)**

8 Und er stand auf und aß und trank und ging durch die Kraft der Speise vierzig Tage und vierzig Nächte bis zum Berg Gottes, dem Horeb. 9 Und er kam dort in eine Höhle und blieb dort über Nacht. Und siehe, das Wort des HERRN kam zu ihm: Was machst du hier, Elia? 10 Er sprach: Ich habe geeifert für den HERRN, den Gott Zebaoth; denn Israel hat deinen Bund verlassen und deine Altäre zerbrochen und deine Propheten mit dem Schwert getötet und ich bin allein übrig geblieben, und sie trachten danach, dass sie mir mein Leben nehmen. 11 Der Herr sprach: Geh heraus und tritt hin auf den Berg vor den HERRN! Und siehe, der HERR wird vorübergehen. Und ein großer, starker Wind, der die Berge zerriss und die Felsen zerbrach, kam vor dem HERRN her; der HERR aber war nicht im Winde. Nach dem Wind aber kam ein Erdbeben; aber der HERR war nicht im Erdbeben. 12 Und nach dem Erdbeben kam ein Feuer; aber der HERR war nicht im Feuer. Und nach dem Feuer kam ein stilles, sanftes Sausen. 13 Als das Elia hörte, verhüllte er sein Antlitz mit seinem Mantel und ging hinaus und trat in den Eingang der Höhle.

In dieser Erzählung kommt das „wortlos in Beziehung treten“ sehr deutlich zum Ausdruck.

## **Kurz Merksätze zum Schluss**

„Seelsorge heißt: Geduld üben. Das Leid des anderen nicht weg reden, also auch einmal schweigen können. Mit dem anderen klagen, aber sich auch mit dem anderen freuen können. Merke: „Das wichtigste Werkzeug einer Seelsorgerin, eines Seelsorgers ist die eigene Person“. Dieses Werkzeug jedoch gilt es auch zu pflegen, d.h. auch eine Seelsorgerin, ein Seelsorger braucht Seelsorge.

## **Literatur zum Thema „Demenz“**

- Lödel, Ruth: „Seelsorge in der Altenhilfe. Ein Praxisbuch.“, Patmos, Düsseldorf 2003.
- Möllering, Klaus (Hrsg.): Die Kunst des Alterns. Eine Lebensaufgabe, Evangelische Verlagsanstalt, Leipzig 2005.
- Pleschberger, Sabine: „Nur nicht zur Last fallen. Sterben in Würde aus Sicht alter Menschen in Pflegeheimen, Lambertus, Freiburg i. Br. 2005.
- Baumann, Burkhard/Abel, Peter: Seelenpflege. Qualitätsentwicklung und Seelsorge im Alten- und Pflegeheim, Caritasstift St. Josef, Verden/Hildesheim 2003.
- Diakonia, Das vierte Lebensalter, Internationale Zeitschrift für die Praxis der Kirche, Heft 1, Januar 2003, Grünewald/Herder
- Depping, Klaus; Altersverwirrte Menschen seelsorgerlich begleiten, Heft 1 und 2, Lutherisches Verlagshaus 2.Auflage 2000
- Seelsorgerliche Begleitung demenziell erkrankter Menschen, Diakonisches Werk Hamburg, 05/2004 Weidenfelder, Martin; Mit dem Vergessen leben: Demenz; Kreuzverlag 2004
- Das Leben heiligen – Spirituelle Begleitung von Menschen mit Demenz – Ein Leitfaden; Theologischer Verlag Zürich (TVZ)
- „Altenheimseelsorge“ – „Kommt her, ihr seid eingeladen“ - Impuls zum Gottesdienst mit Abendmahl im Altenpflegeheim (Impuls 1) Amt für Gemeindedienst in der Evangelisch-Lutherischen Kirche in Bayern; Gottesdienst-Institut der Evangelisch-Lutherischen Kirche in Bayern; Sperberstraße 70, 90461 Nürnberg, Tel. 0911-4316-263
- „Altenheimseelsorge“ – „Ich will euch tragen“ - Gottesdienst feiern mit demenzkranken Bewohnerinnen und Bewohnern im Altenpflegeheim (Impuls 3) Amt für Gemeindedienst in der Evangelisch-Lutherischen Kirche in Bayern; Gottesdienst-Institut der Evangelisch-Lutherischen Kirche in Bayern; Sperberstraße 70, 90461 Nürnberg, Tel. 0911-4316-263
- Bundesministerium für Gesundheit – „Wenn das Gedächtnis nachlässt“; Ratgeber für die häusliche Betreuung demenzkranker Menschen – [www.bmg.bund.de](http://www.bmg.bund.de)