

„Demenz, wie gehen wir damit um?“

Frauenverein Kaisten lud zu Vortrag ein

(eing.) Der Frauenverein lud in Kaisten zum Vortrag „Demenz wie gehen wir damit um“ ein. Referentin war Susanne Schmid.

Eine Kursteilnehmerin berichtet: „Es wäre schlimm gewesen, wenn ich den Vortrag verpasst hätte. Ich bin betroffene Tochter einer Demenzkranken Mutter und irgendwie gehe ich halt damit um. Susanne Schmid spricht mir aus dem Herzen. Sie erläutert anhand von Beispielen, was ich täglich erlebe und macht mir klar, was ich noch nicht wirklich glauben wollte. Es wird nicht mehr, wie es früher war. Nein, mehr noch, es geht sogar weiter mit dieser Krankheit. Wie es weitergeht, kann ich mir jetzt auch anhand der Beispiele vorstellen. Wie es bei uns weitergeht, das weiss ich natürlich nicht.

Nachdenklichkeit macht sich breit, wohl nicht nur bei mir, auch bei den anderen TeilnehmerInnen. Wie sollen wir mit unseren Angehörigen umgehen, die immer mehr vergessen, die mit ihrem Alltag und mit ihren Gefühlen nicht mehr zurecht kommen? Und vor allem: Müssen sie mit uns zurechtkommen, mit uns, die oft nicht verstehen, was mit ihnen los ist, die natürlich alles wissen, was sie nicht mehr wissen und das oft auch zeigen. Die Folge davon sind nicht selten sehr unschöne Szenen, die ich auch kenne. Im zehnminütigen Telefongespräch muss ich dieselbe Frage sicher siebenmal beantworten. Da kann es schon mal vorkommen, dass ich meinen Unmut darüber äussere. Natürlich hat meine Mutter keine Ahnung davon, dass sie schon einmal gefragt hat und ist entsprechend verunsichert oder sie streitet es ab.“

### **Wertschätzung entgegenbringen**

Validation ist eine Kommunikationsmethode. Sie hilft Angehörigen mit an Demenz erkrankten Menschen umzugehen. Validation bedeutet „wertschätzen“. Dem anderen Wertschätzung entgegenbringen und sich für die Zeit des Gesprächs in die Schuhe des anderen zu stellen. All diesen Gefühlen echte Aufmerksamkeit schenken, zuhören und das eigene mal draussen zu lassen, das ist Validation.

Die vorgesehene Vortragszeit von einer Stunde war natürlich viel zu kurz, um die Gesprächstechniken zu üben oder weiter ins Detail zu gehen. Auf konkrete Fragen konnte dennoch eingegangen werden und es ist nicht sehr schwer zu verstehen, dass sich eine andere Haltung enorm auf das Verhältnis zwischen allen auswirkt.

Die Teilnehmerin: „Ich bin sofort nach dem Vortrag nach Hause gefahren und habe meine Mutter angerufen. Ich habe mich nur mit dem beschäftigt, was sie beschäftigt. Sie hat siebenmal die gleiche Frage gestellt, ich habe sie siebenmal beantwortet.

Wir haben über die alten Zeiten gesprochen, als sie soviel geleistet hat. Als sie selber Kinder, Ehemann und Haus versorgt und organisiert hat. Das war schon was! Dann wollte ich noch etwas zu einem Rezept wissen, dass sie früher viel gekocht hat. Natürlich hat sie mir bis ins letzte Detail Auskunft gegeben. Mami war richtig aufgestellt und ich auch, weil ich ihr seit langem wieder einmal das Gefühl geben konnte, etwas wert zu sein.

Das war das beste Gespräch seit Monaten - danke Susanne Schmid!“