

**ABC der Demenz:**  
Herzensbildung  
für die Begleitung auf der Rückreise

**Referent:**  
**Dr. phil. Dieter Hofmann,**  
Dipl.Pädagoge, Dipl.Psychogerontologe  
zertif. Validations-Anwender nach Feil, Coburg

Fachtag Demenz  
im Rahmen des Welt-Alzheimertages 2019  
Ludwig-Windthorst-Haus Lingen, 27.09.2019

Zum Überblick diese Ebenen des  
**„dreieinigen Gehirns“** (MacLean)

**A:** Abstraktes Denken („Hirn“)

**B:** Beziehungserleben („Herz“)

**C:** Chronobiologie:  
langfristig wirksame Regulationsmechanismen; Vegetativum;  
hormonell regulierter Stressaufbau (Sympathikus) und  
Stressabbau (Parasympathikus) bei Distress; Stressfolgen  
(Blutdruck; dauerhaft unter Druck) („Hand“, in diesem Fall  
feuchte Hand)

Ein phasengerechtes **„ABC“**  
als Quintessenz  
der Phaseneinteilungen zur Demenz

<p><b>A:</b> Angst und Abwehr der Merkstörungen machen merkwürdig</p> <p><b>B:</b> Bewegungsdrang und Bewegtheit</p> <p><b>C:</b> Chronifizierte Muster</p> <p><b>D:</b> Dämmerzustand</p>	<p><b>A:</b> Achtung auf Abstand: wie sachlich-interess. Reporterin</p> <p><b>B:</b> Berührende Begleiterin: wie mitfühlende Freundin</p> <p><b>C:</b> Charakterstarke Mutter eines Kleinkindes</p> <p><b>D:</b> „Daumenlutschen“: wie tröste Mutter eines Babys</p>
--	--

**Es wird eng:  
Angst vor der Zukunft  
am Anfang von Alzheimer**

**A**

## A: „Unter jedem Dach wohnt ein Ach.“

Angst vor der Zukunft  
Abwehr von Nähe  
Abwehrmechanismen  
Anklagen

Anerkennung der Lebensleistung  
Alltagsnahe Arbeit für das Selbstwertgefühl

## B

Die Spitze der Angst ist gebrochen:  
es rundet sich.

Beziehung und Bindung zu anderen werden  
wichtiger als eigene Ausfälle und  
Funktionsstörungen des Gedächtnisses.

## C

Schließen des Lebenskreises: Zustand nähert sich  
dem Anfang des Entwicklungsverlaufs

Krabbeln / Brabbeln  
Keine räumliche Wahrnehmung, 80cm Seh-Distanz, Blick auf Boden  
gerichtet, Spüren und Befingern der Welt und der Mitmenschen  
Chronisch wiederkehrende Muster wie Wischen, Schlagen  
Angebot: weiche Materialien zum Quetschen, Kneten, Schmieren  
(„Anales Stadium“: Lustgewinn am Weichen)

SChmieren, SChmusen, SChmatzen,

SChaukeln, SChreien

## D

Die Form ist geschlossen.  
Die Augen sind geschlossen, die Außenwelt ist  
ausgeschlossen.

Was ist jetzt angezeigt:  
Vor allem orale Stimulation: „Daumenlutschen“ („orales  
Stadium“)  
Pflege-Oase: sanfte, gelb-orange Welt  
Stillen mit Milch und Honig

### Das entspricht **nicht** dem Menschen mit Demenz:

- „Sie sollen anders fühlen als ich!“ (Ich darf gehetzt und gestresst sein, Sie aber nicht...)
- „Sie sollen sich bloß nicht so verhalten wie ich! (Wenn ich nichts esse, heißt das für Sie noch lange nichts!“...)
- „Seien Sie geduldig (auch wenn ich weiß, dass Sie keinen Zeitbegriff mehr haben).“
- „Später sag ich Ihnen, dass Sie ein wertvoller Mensch sind. Ich muss erst noch zu Frau Moor gehen.“
- „Ich darf im Urlaub im Watt waten und matschen. (Sie sollen sich 365 Tage im Jahr benehmen wie eine anständige Erwachsene).“

### Beispiel-Situation: ausgezehrter weiblicher Mensch als Bettnachbar: aus bloßem Wirrwarr wird wirr und wahr

- A: Außenansicht des „Hirnes“ (objektiv **wirr**)
- B: Binnenperspektive des „Herzens“ (subjektiv **wahr**)

*ausgezehrte alte Frau*

*fast verhungertes, einst herbeigesehnter Ehemann*

- Was mir nahe ging, geht mir nach. Notlagen sind länger präsent. Leider.
- Wir glauben, was wir sehen - Menschen mit Demenz sehen, was sie glauben (=ersehen oder befürchten)

Welche Hirnleistungsstörung ist hier zu sehen?  
Wann käme es zur seelischen Kränkung und damit zum Kampf?



### 8 x A: Warum es zum „Kampf“ kommen kann:

1. Apathie: Verhaltensänderungen bei Demenz
2. Appetitlosigkeit
3. Amnesie: Gedächtnisprobleme, Vergesslichkeit
4. Aphasie (amnestische): Sprache, Wortfindungsstörungen
5. Abstraktionsverlust: Planungs- und Urteilsvermögen eingeschränkt
6. Agnosie: Erkennen von Gegenständen
7. Aphasie (sensorische): Verstehen von Anfragen und Aufforderungen
8. Apraxie: Störung von Handlungsabläufen

## Er-greifen und be-greifen

Respektvoller Umgang mit Demenzkranken muss für die Betroffenen hand-greiflich = mit Händen zu greifen sein, um begreif-bar zu sein.

Kampf gegeneinander oder ge(h)meinsame Problemlösung?

Kriegsdrohung oder Friedensangebot?

Behauptung: Gemeinsam ein Stück Gehen läßt auf einfache Weise schon viel Verbindendes erleben.

## Verschlimmerung möglichst verhüten: **präventives ABC**

- **A:** Angstfreiheit, Apfelsaft und Alltagsarbeit (Erleben von Selbstwirksamkeit – Dopamin)
- **B:** Bewegung, Berührung und Begleitung in Gefühlswelten („tuning in“ - Spiegel-Neurone; Methode alter ego, Hilfs-Ich)
- **C:** Chanting (Chronobiologie, Chronomedizin); sChaukeln, sSchmieren (Fingerfarben...) sChmusen (C-Nervenfasern ansprechen)
- **D:** Drücken (Kuscheltier) und Gedrücktwerden (Daumenlutschen“ – orale Stimulation (Außenwelt noch über Mundraum erlebbar):

## Stress-Anzeichen auf Ebene A:

Abstrakte, diffuse Angst vor Versagen...

„Das schaff ich nie!“

„Wann hört das endlich auf?“

„Das darf auf keinen Fall schiefgehen!“

„Ich muss, ich muss, ich muss!“

„Alles geht schief!“

vgl. Depressives Denken: schöpferisch aus der Erschöpfung: „Versagen“ als Kipp-Wort (analog zum Kipp.Bild) wahrnehmen

Jung oder alt?



Stress-Anzeichen auf Ebene B;  
Verhalten (vgl. Demenz-Phase B)

Unbehagen  
mulmiges Gefühl  
Getriebenheit  
Überforderungsgefühl  
Freudlosigkeit

Stress-Anzeichen auf Ebene C;  
Verhalten (vgl. Demenz-Phase A)

Gereiztheit  
Humorlosigkeit  
Fahrigkeit, Hektik  
Konzentrationsschwierigkeiten  
Flüchtigkeitsfehler  
sozialer Rückzug  
Absagen von Verabredungen

Die untere „Denk-Zone“:  
D wie Darm



## Stress-Anzeichen auf Ebene D: Darm und Drüsen streiken

Kopf-, Rücken- und Nackenschmerzen  
 chronische Anfälligkeit für Infekte  
 Herzrasen  
 Kribbeln im Bauch  
 Verdauungsprobleme, Magendruck  
 Schwitzen  
 Schwindel  
 Piepen im Ohr  
 kalte Füße

## ALT-Gierige brauchen Neu-Gierige

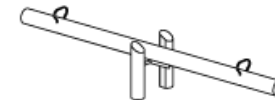
Begleitmenschen, die zu sesshaft in ihren eigenen Gewohnheiten wohnen, sind für Menschen, die sich ebenfalls am Altvertrauten orientieren müssen oder davon überfallen werden, selten eine Freude.

## Mut zur Wut tut gut

„Es ist auch schwierig,  
 in Ihrer Lage mein Kommen anzuerkennen.“

Die Kunst der Balance bei der Verteilung der Gewichte = der Macht

Bild: wer auf den anderen zurutscht, verliert an (Über-)Gewicht, gibt damit Macht ab.



Gemeinsames verbindet: Verbindung schaffen, zu Verbündeten werden

- Besonders bei pflegebedürftigen Männern mit Demenz.  
Gemeinsames Anerkennen der einstigen Idole läßt Gemeinsamkeit lebendig werden und baut Gegnerschaft / Gegensätzlichs / Kontroversen ab.

1 und 2:

Kampf bedeutet zuerst Auflösung der Gem1amkeit und Spaltung in zwei Gegner

- Zwist
- Zweifel
- Zwietracht
- Ver2flung
- ein Herz und eine Seele
- Eintracht, einträchtig
- Gem-einsam
- Einfühlen - ein Fühlen

Wichtige Fragen:

„Neues vergeht, altes besteht“

- Was waren vor 50 bis 60 Jahren alltägliche Pflichten und Freuden für diesen Menschen?
- Wie roch es damals?
- Was war zu sehen, zu spüren, zu hören, zu schmecken?

Literatur-Tipp

Praxisnah aufbereitet und schnell in der Praxis einsetzbar ist die Handlungshilfe der Initiative Neue Qualität der Arbeit „Kein Stress mit dem Stress. Lösungen und Tipps für stationäre und ambulante Pflegeeinrichtungen.“, zu finden unter [www.psyga.info](http://www.psyga.info).

## Die Wende zum Ende:

eine letzte Hand-Reichung mit Fingerzeigen liegt  
für Sie als Mitnehmsel bereit / bzw. haben Sie  
schon in Händen

Und dann endlich:

„Trinken und Essen

läßt Streit vergessen.“

und „kau Dich schlau.“

Mahlzeit, Danke und Wieder-Sehen!