

Patienteninformation: Validation und Biografiearbeit bei demenziellen Erkrankungen

Liebe Angehörige, lieber Angehöriger!

Sie können das Fortschreiten einer demenziellen Erkrankung leider nicht aufhalten. Sie können aber dazu beitragen, dass sich die Menschen mit einer demenziellen Erkrankung in ihrem Umfeld angenommen und respektiert fühlen. Und Sie können demenziell Erkrankten dabei helfen, sich so lange wie möglich an ihre Biografie zu erinnern – und ihnen somit ihre Identität bewahren.

Validation: Wertschätzung als wertvolle Therapieform

Validation heißt eine Therapie- und Umgangsform, die auf **Wertschätzung** basiert. Es geht darum, den Patienten in seinem Erleben, seinen Sichtweisen, seinen Wahrnehmungen, Empfindungen und Verhaltensweisen anzuerkennen und anzunehmen – auch wenn sie aus unserer Perspektive falsch oder gar unangemessen erscheinen. Es erfordert viel Geduld, Einfühlungsvermögen und Verständnis, sich auf einen demenzerkrankten Menschen in dieser Weise einzulassen. Validation ermöglicht aber einen liebevollen und respektvollen Umgang und hilft, mit dem geliebten Menschen in engem Kontakt zu bleiben.

Gefühle annehmen

Nehmen Sie alle Gefühlsäußerungen an, wie sie geäußert werden. Auch wenn ein Demenzerkrankter sich in einer Situation unangemessen verhält, sollten Sie ihm dennoch empathisch begegnen. Sie nehmen dem demenzerkrankten Menschen damit seine Angst und entlasten ihn, er fühlt sich respektiert und ernst genommen. Bedenken Sie, dass demenzerkrankte Menschen sich mehr in ihrer inneren Welt aufhalten, oft in der Vergangenheit leben und ihr Erleben und folglich somit auch das Verhalten von krankheitsbedingten Halluzinationen beeinflusst sein kann. Sind Sie sich dessen bewusst, ist Ihnen das unangebrachte Verhalten demenzerkrankter Menschen besser verständlich.

Nicht fragen warum

Stellen Sie einem demenzerkrankten Menschen nicht die Frage, warum er traurig ist, Angst hat oder etwas als Bedrohung empfindet. Er wird Ihnen hierauf nicht antworten können. Vielmehr verunsichert es ihn, dass Sie seine Gefühle nicht nachvollziehen können. Er geht schließlich doch davon aus, dass Sie dieselben Eindrücke und dieselbe Umweltwahrnehmung haben wie er.

Gefühlsäußerungen wiederholen

Wiederholen Sie das, was Ihnen eine demenzerkrankte Person sagt, im Sinne einer Bestätigung. „Ich sehe, dass Du traurig bist“, spiegelt beispielsweise Ihr Verständnis und zeigt der demenzerkrankten Person, dass Sie ihre Gefühle wahrgenommen haben. Das gibt ihr Sicherheit und es fördert das Vertrauen zu Ihnen.

Erinnerungsalbum: Dem Vergessen begegnen

Je weiter eine Demenz fortschreitet, desto größer werden auch die Gedächtnis- und Erinnerungslücken der erkrankten Person. Mit dem Gedächtnis geht langsam und schleichend auch ihre Identität verloren. Sie können diesen Prozess zwar nicht aufhalten. Sie können dem demenzerkrankten Menschen aber mit einem **Erinnerungsalbum** helfen, sich seiner Lebensgeschichte immer wieder zu erinnern – und damit zumindest den Identitätsverlust so lange wie möglich hinauszuzögern. Das Erinnerungsalbum ist eine gute Stütze für das Langzeitgedächtnis.

Bilder, Urkunden und Dokumente helfen erinnern

Halten Sie am besten gemeinsam mit dem Demenzerkrankten in einer möglichst frühen Krankheitsphase seinen Lebensweg in einem Fotoalbum fest. Ein Fotoalbum eignet sich besonders gut, weil der Demenzerkrankte es sich auch alleine zur Hand nehmen und darin blättern und lesen kann.

Bauen Sie das Erinnerungsalbum chronologisch auf. Beginnen Sie mit der Geburt, leiten Sie über zur Kindheit, Jugendzeit, der

Lehre/dem Studium, der 1. Arbeitsstelle etc. Schreiben Sie die wichtigen Begebenheiten zu der Zeit in kurzen, grammatikalisch einfachen und prägnanten Sätzen auf: Wann und wo geboren? Name der Eltern und ihr Beruf? Was lässt sich zu der Stadt/dem Dorf aus der Jugendzeit Eindrückliches erzählen? War die Kindheit von besonders schönen Erlebnissen geprägt? Wenn ja, welchen? Verfahren Sie so in etwa mit den weiteren Lebensstationen.

Ergänzen Sie mit Bildern den jeweiligen Lebensabschnitt. Es sollten auch Bilder der Menschen enthalten sein, die den Demenzerkrankten in dieser Zeit begleitet haben: Neben den Eltern und evtl. Geschwistern sind das Lehrer, Freunde, Arbeitskollegen u. v. m. Zeugnisse, Urkunden wie ein Gesellen- oder Meisterbrief bzw. das Hochschuldiplom etc. sollten im Erinnerungsalbum ebenfalls nicht fehlen.

Schauen Sie sich regelmäßig gemeinsam mit der demenzerkrankten Person das Erinnerungsalbum an und hören Sie den Geschichten zu, an die sie sich bei den einzelnen Stationen ihres Lebens erinnert.

Dieser Artikel ist online zu finden unter:
<http://dx.doi.org/10.1055/s-0029-1242841>



Weiterführende Literatur

Informationen rund um das Thema **Demenzerkrankung sowie weitere Hilfestellungen im Umgang mit demenzerkrankten Menschen finden Sie in:**

Kompetenznetz Degenerative Demenzen (KNDD). Alzheimer & Demenzen verstehen. Stuttgart: Trias; 2009.

Christian Böser, Stuttgart