

## **"Bring mir mal den Bluckibumm..."**

Stefan Beyer, 2004

Ich habe meine demenzkranke Mutter zunächst vier Jahre lang weitgehend alleine als ihr einziges Kind (Sohn) in ihrem Haus bzw. meinem Elternhaus gepflegt bzw. betreut. Mein Vater war gerade gestorben, als diese Pflegezeit begann. Als mir diese Situation vor allem zu einschränkend für mein eigenes Leben wurde, habe ich meine Mutter – „schweren Herzens“ muss ich sagen – in ein Alten- und Pflegeheim gegeben, wo ich sie jedoch seitdem (d.h. seit ca. drei Jahren) fast täglich für durchschnittlich eine Dreiviertelstunde besuche. Für mich sind diese Besuche in gewissem Sinne immer noch eine Fortsetzung der Pflege, nur eben in einem Ausmaß und Rahmen, der mir weit mehr Spielraum dafür lässt, daneben auch meine eigenen Pläne für mein Leben zu verfolgen.

Wenn ich einer anderen Person diesen Sachverhalt soweit erzähle, ernte ich normalerweise recht leicht so etwas wie Mitgefühl und Anteilnahme. Fast jeder nimmt an, es müsse doch sehr schwer für mich sein, dass sich meine Mutter so verändert hat, und fast jeder geht davon aus, dass der Umgang mit meiner Mutter doch eher etwas Lästiges und Leidvolles sein müsse, sicher nichts Interessantes und Bereicherndes.

Natürlich ist an diesen Annahmen einiges wahr, die Situation hatte und hat immer noch einiges Belastendes. Dies hat aber nicht so viel, wie die meisten glauben, mit den krankheitsbedingten Veränderungen meiner Mutter zu tun, als eher damit, dass ich schmerzhaft bemerke, dass so viele Menschen nicht angemessen oder gar optimal mit diesen Veränderungen bzw. mit meiner Mutter, wie sie jetzt ist, umgehen können. (Auch die Gegebenheiten im Heim sind nicht immer erfreulich.)

Abgesehen davon ist mein Resümee meiner bisherigen Pflegezeit jedoch, dass ich dabei auch eine Menge gelernt habe, und ich meine damit ein Lernen im Sinne einer persönlichen Entwicklung. Ich empfinde den Umgang mit meiner Mutter im Allgemeinen eher als interessant und bereichernd denn als lästig. In mancher Hinsicht – natürlich nicht in jeder Hinsicht – finde ich es heute interessanter, mit ihr eine Stunde zu verbringen, als vor ihrer Demenz.

Es liegt also nahe, mich im Folgenden mit der Frage zu beschäftigen, wieso dies so ist. Damit zusammenhängend, sozusagen als Teil der Antwort, möchte ich gerne beschreiben, wie ich konkret mit meiner Mutter umgehe, denn ich glaube, ich spreche auch deshalb gerne mit ihr, da ich im Laufe der Zeit ganz gut gelernt habe, welche Art und Weise des Sprechens mit ihr angesichts ihrer Demenz „funktioniert“, d.h. uns beiden gefällt.

Bei diesem Lernprozess hat mir unter anderem geholfen, dass ich eine Berufsausbildung im „psychosozialen“ Bereich habe und im Rahmen dessen eine Form der Gesprächsführung erlernt habe, die sich „klientenzentriert“ bzw. „personenzentriert“ nennt, und die eigentlich eher dafür gedacht ist, nicht-dementen Menschen bei der Lösung persönlicher Probleme zu helfen. Das Besondere an diesem Ansatz ist, dass ein „Ratgeber“ bzw. Gesprächspartner dem Ratsuchenden keine Ratschläge gibt, sondern nur in einer speziellen Weise zuhört und den Ratsuchenden unterstützt, seine eigene Lösung selbst zu finden. Es stellte sich heraus, dass ich zumindest die Grundidee dieser Methode recht leicht auf den Umgang mit meiner Mutter anwenden konnte.

Geholfen hat mir auch der Hinweis auf eine Autorin, die einen speziellen Ansatz namens „Validation“ für den Umgang mit Demenzkranken entwickelt hat, den man ebenfalls im weitesten Sinn als eine Anwendung der klientenzentrierten Grundidee ansehen kann. Ich habe daraufhin das gleichnamige Buch (von Naomi Feil) gelesen und auch daraus wertvolle Anregungen bezogen, wengleich sich auch einige Elemente der Validationsmethode für meine Mutter als nicht passend herausstellten.

Da wir gerade bei Büchern sind, möchte ich an dieser Stelle auch den meines Wissens kostenlosen Ratgeber des Bundesministeriums für Gesundheit „Wenn das Gedächtnis nachlässt – Ratgeber für die häusliche Betreuung demenzkranker älterer Menschen“ erwähnen, den ich für eine Behördenbroschüre erstaunlich hilfreich finde.

Bevor ich nun im Folgenden beschreibe, welche Gesprächsweisen mit meiner Mutter gut gehen und was ich mir dazu denke, noch eine kurze Vorbemerkung zur Übertragbarkeit dieser Vorgehensweisen: Ich glaube sicher nicht, dass das, was für meine Mutter gut geht, auch für jede andere demenzkranke Person genauso funktionieren muss. Es kann auch sein, dass etwas für meine Mutter heute passt, und morgen schon nicht mehr, oder für ein paar Wochen nicht mehr, und danach dann plötzlich doch wieder.

Nun zu meinen Erfahrungen mit meiner Mutter:

Am Anfang habe ich auch die üblichen Fehler gemacht, die die meisten Menschen im Umgang mit Demenzkranken machen: Ich habe meine Mutter oft korrigiert, oder ich habe oft zum Ausdruck gebracht, dass ich sie *nicht* verstehe. Ich habe zum Beispiel, wenn sie nach ihrer Mutter (also meiner Oma) gefragt hat, erklärt, dass diese ja nicht mehr leben würde, und hinzugefügt: „Überleg doch mal, du bist schon über 80 und deine Mutter war 30 Jahre älter als du, da müsste sie ja über 110 Jahre alt sein, so alt wird doch kaum jemand“.

Dann habe ich gelesen, dass ich ja nicht unbedingt auf die Sachverhalte eingehen muss, dass ich ja genauso gut auf das Interesse oder ihre Gefühle eingehen kann, die mit ihrer Frage verbunden sind, ich kann also etwa sagen:

„Du denkst noch oft an Oma, nicht wahr?“, und dann könnten wir unabhängig von den Sachverhalten über ihre Mutter sprechen.

Später bin ich auf die Idee gekommen, das Ganze fast zu einer Art Rollenspiel zu erweitern. Ich sage also auf ihre Mitteilung, dass sie ihre Mutter besuchen möchte, erstmal, dass wir diese im Moment nicht gut besuchen können (falls sie nachfragt, wieso nicht, sage ich manchmal, dass Oma ja schon „im Himmel“ sei, manchmal benutze ich auch Ausreden, je nach Intuition), dann greife ich wie oben beschrieben ihr Interesse auf, indem ich sage: „Aber du würdest gerne heute Oma besuchen!?“ Dann sage ich „Ich denke, wenn wir Oma besuchen würden, würde sie sich bestimmt auch sehr freuen, dich wieder zu sehen und sie würde dich bestimmt fragen, wie es dir geht. Was würdest Du denn dann sagen?“ Daraufhin sagt dann meine Mutter z.B.: „Dann würde ich sagen, es geht mir heute nicht so gut“. Auf diese Weise kann ich dann eine Zeitlang die Rolle einer guten Mutter für meine Mutter übernehmen, etwa sagen „Oh, das fände Oma bestimmt schade, dass es dir nicht so gut geht, sie möchte dann bestimmt wissen, wieso es dir nicht so gut geht, ob du vielleicht irgendwelchen Kummer hast.“ So habe ich eine Möglichkeit, ihr eine Art von Phantasie-Kontakt zu ihrer Mutter zu bieten, indem ich eine Fähigkeit ausnutze, die sie gerade durch die Demenz hat, nämlich die, in einer Phantasiewelt zu leben.

Ich denke, jeder von uns fände es extrem ungemütlich und würde mit entweder Rückzug vom Kontakt oder mit Verrücktwerden darauf reagieren, wenn er nach jedem Satz, den er sagt, entweder hören würde: „Also was Du da gesagt hat, stimmt ja gar nicht.“ oder „Was Du da sagst, ist völlig unverständlich“. Kein Wunder, dass Demenzkranke durch derartige Reaktionen auch nicht gerade aufblühen. Es ist da eher ein Wunder, dass sie es trotzdem noch so lange *versuchen*, sich verständlich zu machen.

Daher möchte ich auf die Äußerungen meiner Mutter möglichst so reagieren, dass sie merkt, dass es etwas bewirkt, wenn sie etwas sagt, dass ich wenigstens *etwas* davon verstehe. Das Mittel, das ich dazu am meisten verwende, ist schlichtes Zurücksagen, in einem Tonfall, der deutlich macht, dass etwas Bedeutungsvolles bei mir angekommen ist (der Ton macht bekanntlich die Musik!). Das geht auch bei verrückten, unverständlichen Äußerungen. Wenn sie z.B. sagt: „Bring mir mal den Bluckibumm“ kann ich einfach antworten „Du möchtest, dass ich dir den Bluckibumm bringe“.

Dann bestätigt sie mit ja, und fühlt sich anscheinend verstanden! Eine andere, in solchen Fällen meist bessere Möglichkeit ist die, mithilfe sogenannter Platzhalterwörter wie „etwas“, „jemand“, „irgendwie“ zu antworten, also in diesem Fall zu sagen: „Du möchtest, dass ich dir etwas bringe!?“ Der Punkt bei dieser Art von Kommunikation ist der, dass, auch wenn wir nicht herausfinden sollten, was sie mit „Bluckibumm“ meint, immerhin ein Gesprächsablauf gegeben ist, bei dem sie etwas gesagt hat, und ich etwas verstanden habe. Ich

denke, so etwas wird sie ermutigen, so schnell nicht auch noch das Sprechen aufzugeben. Ich stelle mir vor, meine Mutter würde sich überfordert und alleingelassen fühlen, wenn ich etwa (insbesondere in einem distanzierten, verurteilenden Tonfall) sagen würde: „Ich verstehe dich nicht, was soll denn Bluckibumm heißen?“

Manchmal kann ich mit meiner Mutter sogar besprechen, wie ich mit ihr umgehen soll. Grundsätzlich ist Papier ja geduldig, und in verschiedenen Ratgeberbüchern stehen manchmal auch recht unterschiedliche Tipps. Die meisten Experten sind zwar wohl heute der Meinung, dass es eher ungünstig ist, Demenzkranke immer darüber zu belehren, wie alles „in Wirklichkeit ist“, es gibt aber auch eine Richtung, die einen gewissen Sinn in einer solchen Realitätsorientierung sieht. Zu diesem Punkt habe ich dann einfach einmal meine Mutter gefragt. Zunächst hatte sie nach meinem Vater gefragt, und ich habe wahrheitsgemäß geantwortet, dass er schon seit einiger Zeit im Himmel sei. Darauf sagte sie leicht vorwurfsvoll „Davon habt ihr mir aber nichts gesagt.“ Ich daraufhin: „Doch, das haben wir dir schon öfter gesagt, aber du vergisst es eben schnell wieder...Aber vielleicht sollten wir es dir noch öfter sagen, damit du es vielleicht behalten kannst“. Ich gebe zu, dieser Dialog war soweit etwas konfrontativ, nicht ganz nach meinen oben beschriebenen Prinzipien. Als meine Mutter an diesem Punkt aber nicht bestätigte, dass sie über den Tod meines Vaters informiert werden wollte – sie schwieg einfach –, hatte ich – finde ich – doch noch eine ganz gute Idee. Ich habe also gefragt: „Oder sollen wir so tun, als ob Papi noch leben würde?“ Daraufhin antwortete sie sofort: „Ja, lass uns mal lieber so tun, als ob er noch lebt“. Hier habe ich also von ihr erfahren, dass in diesem Moment Realitätsorientierung nicht willkommen war. Es gibt aber auch Zeiten, wo sie ausdrücklich danach verlangt, oder damit einverstanden ist, und dann bin ich natürlich auch bereit, mich danach zu richten. Manchmal möchte sie z.B., dass ich ihr etwas erzähle, und dann erzähle ich ihr oft ihren Lebenslauf, den sie ja weitgehend vergessen hat, soweit ich ihn kenne, wobei ich allerdings einige tragische Vorkommnisse oder Todesfälle manchmal auslasse oder abgemildert erwähne (ich sage z.B. fast nie, jemand sei „tot“, ich sage „im Himmel“, das ist auch sowieso das, woran meine Mutter glaubt.) Diese Art von Erzählung scheint ihr gut zu gefallen. Oft sehen wir uns auch Fotoalben mit Bildern aus ihrem Leben an.

Manchmal sagt mir meine Mutter, sie fühle sich nicht gut, kann mir aber gar nichts weiter dazu sagen, wieso dies so ist. Ich weiß aus den letzten Jahren, dass ihr Nicht-wohlfühlen häufig damit zu tun hatte, d.h. von ihr selbst damit begründet wurde, dass sie „im Kopf durcheinander“ sei oder sich „ganz kaputt“ (wahrscheinlich im Sinne von „geschafft“) fühlte, oder dass sie „nicht mehr konnte“. Diese Begriffe biete ich ihr also manchmal an. „Bist du denn heute im Kopf besonders durcheinander?“...“Liegt es daran, dass es Dir nicht so gut

geht?“ Oft treffe ich damit anscheinend den Nagel auf den Kopf, und sie ist dann oft auch sichtlich überrascht, dass ich so etwas erraten konnte.

Ich habe auch gelernt, nach der Gegenwart zu fragen anstatt nach der Vergangenheit, es sei denn nach der ganz frühen Vergangenheit, soweit ich davon ausgehen konnte, dass meine Mutter sich daran wohl noch erinnert. Die gewöhnlichen Konversationsfragen wie „Was hast Du denn heute gemacht?“; „Wie war denn der Ausflug?“, machen ja wenig Sinn, wenn ihr Kurzzeitgedächtnis nur höchstens ein paar Minuten zurückreicht. Ich kann aber sehr viel zur Gegenwart fragen: Wie geht es Dir (jetzt)? Bist Du zufrieden oder unzufrieden? Bist Du (z.B.) müde, satt, ist dir kalt, warm? Gefällt Dir (z.B.) die Tischdecke, das Bild an der Wand, diese Blume, die Farbe dort etc.

Manchmal, wenn meine Mutter etwas Unverständliches sagt, frage ich sie, ob sie mit dem Satz oder dem unverständlichen Teil des Satzes etwas Gutes oder etwas Schlechtes meint. Soviel kann sie mir eigentlich immer sagen, und dadurch haben wir immerhin einen Dialog, der es mir auch ermöglicht, mich entweder mit ihr zu freuen oder Mitgefühl auszudrücken.

Zum Beispiel:

Sie sagt (im Heim): Hier ist auch keine Anstellung.

Ich: Hier ist keine --- Anstellung?

Sie: Ja, keine Anstellung.

Ich: Ich weiß nicht so genau, was du mit Anstellung meinst. Weißt Du denn, was Du damit meinst?

Sie: Ja, weiß ich.

Ich: Ist das gut oder nicht so gut, wenn hier keine Anstellung ist?

Sie: Ist nicht so gut.

Ich (mitfühlend): Ach so, ja dann ist es ja *schade*, dass hier keine Anstellung ist.

Wenn meine Mutter nicht viel sprechen will, kann ich auch auf ihr Verhalten reagieren: Ich kann Körperbewegungen gewissermaßen spiegeln, etwa indem ich mich auf meinem Stuhl nach vorne beuge, wenn sie dies auf ihrem Stuhl macht. Dies ist wie eine Art nonverbales „Zurücksagen“, aber ich mache es nur gelegentlich, wenn es für mich gefühlsmäßig passt, sonst käme es mir künstlich oder erzwungen vor.

Ebenso kann ich ihr in Worten beschreiben, was sie macht, wenn wir sonst kein Gespräch finden, oder wenn sie abgelenkt erscheint. Ich kann also sagen (wie gesagt, der Tonfall ist immer sehr wichtig!, ich sage es möglichst in einem Tonfall, der so etwas wie Verstehen, Akzeptieren oder Liebe ausdrückt) : „Jetzt guckst Du aus dem Fenster, was da draußen passiert. Und jetzt stehst Du auf, vielleicht bist du ein bisschen unruhig, und möchtest Dich ein bisschen bewegen.“

Auch Berührungen wie z.B. „Händchenhalten“ sind natürlich wichtige Möglichkeiten des Kontakts. Manchmal füttere ich sie auch: Obwohl sie sehr wohl selbstständig essen kann, scheint sie die damit verbundene Fürsorge zu genießen.

Wenn meine Mutter kalte Füße hat, mache ich ihr manchmal eine Wärmflasche. Dadurch blüht sie manchmal innerhalb weniger Minuten regelrecht auf, wird z.B. gesprächig, wenn sie vorher fast nur geschwiegen hat.

Ein spezielles Interesse meiner Mutter sind z.B. Kirchenlieder. Auch wenn niemand dabei ist, liest sie aus eigenem Antrieb manchmal im Gesangbuch. Es ist für ihren Zustand sehr erstaunlich, dass sie noch viele sehr komplizierte Texte von Kirchenliedern auswendig aufsagen kann. Daher lese ich ihr häufig aus dem Gesangbuch vor, meist aber nur die ersten Zeilen bekannter Lieder, und sie sagt dann die Fortsetzung aus dem Kopf auf. Dann freuen wir uns beide darüber, was sie doch noch alles weiß. Manchmal hören wir auch Kirchenlieder von einer CD. Eine andere wichtige Lektüre, aus der ich meiner Mutter manchmal Geschichten vorlese, ist der „Struwwelpeter“.

Ich habe lange überlegt, was mich an meiner Mutter, so wie sie jetzt ist, beinahe im Gegensatz zu früher, so anspricht, und das folgende ist sicherlich auch nur eine Teilantwort: Ein wichtiger Aspekt ist aber sicherlich, dass ich es durchaus genießen kann, dass meine Mutter mehr und mehr kindliche Züge entwickelt. In diesem Punkt besteht – glaube ich – auch ein Hauptunterschied zu anderen Beteiligten, die bei meiner Mutter vor allem den Verlust ihrer Erwachsenenqualitäten beklagen und in dem Kindlichwerden eher etwas Peinliches sehen. Meine Einstellung ist, dass alle Menschen im Prinzip eine Art „inneres Kind“ in sich tragen, als eine innere Möglichkeit, spielerisch, spontan und kreativ zu sein, das Leben zu genießen, zu staunen, unbefangen auf andere Menschen zuzugehen, und vieles mehr, was Kinder eben natürlicherweise können. Die Möglichkeiten, die jemand als Erwachsener zusätzlich lernt, sind meines Erachtens nicht dazu da, die des Kindes abzulösen oder sich gegen das innere Kind zu stellen, obwohl dies bei vielen Menschen so geschieht. Sie sind am Sinnvollsten dafür zu verwenden, die Möglichkeiten des Kindes zu schützen und zu erweitern.

Es ist in der Tat schade, dass meine Mutter die Erwachsenenmöglichkeiten nicht mehr hat, denn das macht sie zum Beispiel sehr verwundbar und abhängig von äußerer Hilfe, aber ich kann an der Tatsache, dass sie jetzt kindliche Qualitäten entwickelt, als solcher absolut nichts Tragisches sehen. Im Fall meiner Mutter war es im Übrigen so, dass sie in ihrer Kindheit wenig Gelegenheit hatte, wirklich ein Kind zu sein, da sie als älteste Tochter in einer sehr kinderreichen Familie sehr früh im Haushalt helfen musste.

Meine Mutter kann jetzt ihre kindlichen Qualitäten leben, aber sie braucht Erwachsene wie mich und die Pflegekräfte, weil sie die Erwachsenenfähigkeiten dabei zunehmend verliert. Ich persönlich kann diese Situation würdigen, und

empfinde es als eine sehr sinnvolle, bereichernde Tätigkeit, ihr Kindsein zu schützen und zu fördern, wie ein Gärtner eine Pflanze mit Wasser begießt und mit einem Zaun schützt. Ich kann es auch genießen, Zeuge davon zu sein, wenn meine Mutter oft sehr kreativ ist, manchmal neue sprachliche Ausdrücke erfindet, wenn sie offen und vertrauensvoll auf alle Menschen zugeht, die ihr begegnen, und wenn sie immer für eine Überraschung gut ist.