

Mitmenschsein mit Menschen mit Demenz



Bernhard Müller

Wenn Menschen an Demenz erkrankt sind, kann es betreuenden Angehörigen helfen, mit ihnen eigenweltorientiert zu kommunizieren. Entsprechend geschulte Angehörige nehmen wahr, dass sie kommunikativ kompetenter sind und erleben ihre Situation als weniger belastend. Dies zeigt ein partizipatives Forschungsprojekt der BFH.

Für betreuende Angehörige von Menschen, die an Demenz erkrankt sind, gehören Kommunikationsschwierigkeiten zu den stärksten Belastungsfaktoren (Engel, 2007). Gesprächsangebote, die vor allem das explizite Wissensgedächtnis ansprechen, bringen Menschen mit Demenz oft in eine Notlage, da diese Ressource unmittelbar blockiert sein kann. In dieser Unsicherheit können emotionale und körperliche Spannungen entstehen, die den Austausch erschweren. Menschen mit Demenz lehren uns auf einer grundlegenden Ebene, dass menschliche Kommunikation weit mehr ist als der Austausch von Faktenwissen: Bei einer Begegnung steht nicht der Mensch als Individuum im Zentrum, vielmehr geht es um den Raum des Zwischenmenschlichen.

Die interaktionsbasierte Befähigung von Menschen mit Demenz

In verschiedenen Entwicklungs- und Evaluationsprojekten der letzten 15 Jahre wurde am Institut Alter der Befähigungsansatz Eigenweltorientierte Kommunikation Demenz entwickelt. Er basiert auf Interaktionen für die Arbeit und das Zusammenleben mit Menschen mit Demenz. Ihm liegen insbesondere das Sorgeverständnis von Heidegger (Luckner, 2001), das dialogische Prinzip (Buber, 2006) sowie die Phänomenologie des Leibgedächtnisses (Fuchs, 2017) zugrunde. Heidegger und Buber betonen das Mitmenschsein als grundlegende menschliche Wesenshaltung. Wahres Mitsein ist mit dem uneigennütigen Interesse verbunden, den anderen – in diesem Fall den Menschen mit Demenz – in seiner einzigartigen Andersheit als Mensch kennenzulernen. Fuchs hebt die Bedeutung des zwischenleiblichen Gedächtnisses hervor: eine körperlich-emotionale Erinnerung sozialer und kultureller Erfahrungen, auf der eine auf Kooperation ausgerichtete Begegnung mit Menschen mit Demenz aufbauen kann.

Methodisch bedient sich die Eigenweltorientierte Kommunikation Demenz zum einen der Gesprächsmethode Idiolektik (Bindernagel et al., 2018), die sich konsequent an der Eigensprache des Gegenübers orientiert. Zum anderen orientiert sie sich an der Bewegungslehre Kinaesthetics (Hatch & Maietta, 2003), die zu körperlich-emotionaler Co-Präsenz befähigt, um mit bewusst-

ter, achtsamer Berührungs- und Bewegungsinteraktion die Ressourcen des Leibgedächtnisses zu aktivieren – gerade, wenn Worte fehlen oder fehl am Platz sind.

Eine Interaktionsschulung für betreuende Angehörige

Aus dem Befähigungsansatz entstand in einem partizipativen Forschungsprozess die zwölfteilige Interaktionsschulung «Eigenweltorientiert kommunizieren lernen» für Angehörige von Menschen mit Demenz (Müller et al., 2024). Im letzten Jahr wurde sie in Zusammenarbeit mit Alzheimer Bern von 25 Fachpersonen aus verschie-



An der Abschlussfeier der Interaktionsschulung für Angehörige von Menschen mit Demenz

CAS Eigenweltorientierte Kommunikation Demenz

18 Studientage | April 2025 bis Oktober 2026

Der Studiengang befähigt Sie als zertifizierte*r Trainer*in, Interaktionsschulungen für Angehörige von Menschen mit Demenz und für Freiwillige durchzuführen.

Informationen und Anmeldung unter bfh.ch/alter/weiterbildung

denen Bereichen der Demenzbetreuung getestet und evaluiert. Dabei führten die in einem Pilotstudiengang zu Trainer*innen ausgebildeten Fachpersonen die Schulung mit insgesamt 130 betreuenden Angehörigen durch.

Die Teilnehmenden setzten sich in der Interaktionsschulung mit der Tatsache auseinander, dass sie an der Demenz zwar nichts ändern können, dafür jedoch ihre Beziehung mit dem Menschen mit Demenz gestalten können. Sie probierten neue Kommunikationsangebote aus, beobachteten ihre Wirkung und lernten, sich nicht an den eigenen Erwartungen zu orientieren. So entdeckten sie die Wirkung der Beziehungselixiere Eigensprache, Berührung und Bewegung und machten sich mit der Begleitungsrolle vertraut. Diese ermöglicht es ihnen, die Angehörigen mit Demenz als einzigartige Menschen auf Augenhöhe neu kennenzulernen.



erhielten 25 Personen ihr Diplom.

Das Belastungserleben sinkt signifikant

Damit den Teilnehmenden diese Begegnung gelingen kann, setzen sie sich auch mit der notwendigen Insel der eigenen Regeneration auseinander – ganz im Sinn des antiken Philosophen Epikur, der feststellte: «Nur wer in sich selbst beruhigt ist, beunruhigt auch den anderen nicht.» Diese Beruhigungsarbeit stärkt die Verbundenheit mit sich selbst und so die Resilienz betreuender Angehöriger, was mehr Gelassenheit im Zusammensein mit Menschen mit Demenz ermöglichen kann. Die Kurs teilnehmerin Andrea Christ Colin beschreibt diese Kontaktmöglichkeit so: «Wenn ich mich aus meiner eigenen Verbundenheit auf mein Gegenüber einlasse und die Schlüsselwörter aufgreife, die ich höre, entstehen Gespräche, die ich so nie für möglich gehalten hätte. Trotz fortgeschrittener Demenz kann ich mit meinem Mann im Gespräch bleiben, was ihm sehr wichtig ist. Diese Art von Austausch empfinden wir beide als sehr bereichernd und verbindend» (2023).

Die entlastende Wirkung der Interaktionsschulung konnte auch durch die Auswertung des Fragebogens «Häusliche Pflege Skala HPS» nachgewiesen werden, den die 130 Teilnehmenden jeweils vor Kursbeginn und nach Kursabschluss ausfüllten. Das subjektive Belastungserleben der betreuenden Angehörigen fällt nach Kursabschluss deutlich geringer aus als vor Kursbeginn. Damit sinkt auch ihr Risiko, selbst an psychosomatischen Beschwerden zu erkranken. Mit der abnehmenden Belastung werden Ressourcen freigesetzt, die für die eigenweltorientierte Kommunikation zur Verfügung stehen und immer wieder Momente heiterer Gelassenheit ermöglichen. ■

Literatur:

- Bindernagel, Daniel, Krüger, Eckard, Rentel, Tilman & Winkler, Peter. (Hrsg.). (2018). *Schlüsselworte – Idiolektik in Therapie, Beratung und Coaching*. (3. Aufl.) Heidelberg: Carl-Auer.
- Buber, Martin. (2006). *Das Dialogische Prinzip*. (10. Aufl.) Heidelberg: Lambert Schneider.
- Christ Colin, Andrea. (2023). *Menschen mit einer demenziellen Erkrankung in ihrer einzigartigen Ganzheit würdigen*. Veröffentlicht im Jahresbericht 2023 von Alzheimer Aargau.
- Engel, Sabine. (2007). *Belastungserleben bei Angehörigen Demenzerkrankter aufgrund von Kommunikationsstörungen*. Berlin: LIT.
- Fuchs, Thomas. (2017). Das Leibgedächtnis in der Demenz. In Kruse, Andreas. (Hrsg.), *Lebensqualität bei Demenz? Zum gesellschaftlichen und individuellen Umgang mit einer Grenzsituation im Alter*. Heidelberg: Akademische Verlagsgesellschaft AKA.
- Hatch, Frank & Maietta, Lenny. (2003). *Kinästhetik. Gesundheitsentwicklung und menschliche Aktivitäten*. (2. Aufl.). München & Jena: Urban & Fischer.
- Luckner, Andreas. (2001). *Martin Heidegger: «Sein und Zeit»*. (2. Aufl.) Schöningh: UTB.
- Müller, Bernhard, Haas, Kathy, Born, Jonas & Riedo, Selina. (2024). *Interaktionsschulung für Angehörige von Menschen mit Demenz (ISAD). Schlussbericht des partizipativen Forschungsprojektes 2020–2023*. Bern: Berner Fachhochschule, Institut Alter.

Prof. Bernhard Müller, Dozent, Institut Alter

bernhard.mueller@bfh.ch

... forscht und doziert seit 2007 an der Berner Fachhochschule zur Sorge im fragilen Alter.

Menschen mit Demenz dabei begleiten, heimzukommen

Was muss in der Begegnung mit einem Menschen mit Demenz passieren, damit er sich als Mitmensch gefühlt und wahrgenommen fühlt? Diese Frage stand im Zentrum des Projektes «Interaktionsschulung für Angehöriger von Menschen mit Demenz (ISAD)», das am 20. Juni im Rahmen einer Feier seinen Abschluss fand. Dabei wurden sowohl die Angehörigen von Menschen mit Demenz gewürdigt, die im Rahmen von Pretest und Pilotdurchführung an der Entwicklung der Interaktionsschulung «Eigenweltorientiert kommunizieren lernen» mitgearbeitet haben, als auch 25 Fachpersonen, die den Pilotstudiengang «Eigenweltorientierte Kommunikation Demenz» absolviert und die Interaktionsschulung in der Praxis getestet haben.

Zwischenmenschlichkeit als Trägerin sozialer Nachhaltigkeit

Mit dem Projekt kommt die Bedeutung des Zwischenmenschlichen in der Begleitung, Betreuung und Pflege von Menschen mit Demenz in einer Notwendigkeit und Dringlichkeit ans Licht, der sich eine Gesellschaft, die sich als Caring Community verstehen möchte, nicht

verschliessen kann. Nicht Demenz ist das Problem, sondern das gesellschaftliche Bild, das nur die Krankheit im Blick hat und den Menschen und damit die Beziehungsgestaltung mit ihm weitgehend ausblendet. «Leben hat Verwundbarkeit zur Voraussetzung.» Was Rainer Maria Rilke auf den Punkt bringt, verdrängen wir allzu leicht: Sterblichkeit, Krankheit, Verluste sind Existenziale unseres Seins, die bewirken, dass wir vom ersten bis zum letzten Atemzug auf Mitmenschen angewiesen sind, die uns zur Seite stehen.

Gute Betreuung von Menschen mit Demenz ist äusserst anspruchsvoll, gerade für betreuende Angehörige. Sie haben in Anbetracht der Leistung, die sie erbringen, Anrecht auf eine adäquate Bildung und Entlastungsangebote. Eine sozial nachhaltige Betreuung von Menschen mit Demenz setzt förderliche Rahmenbedingungen der Gesundheits- und Sozialpolitik voraus. Demenzfreundlichkeit ist nicht selbstverständlich und solche Investitionen kosten. Ihr Wert ist jedoch nachhaltig. Demenz kann jede und jeden treffen. Dann wünschen wir uns jemanden, der uns begleitet und heimführt.



«Trotz der fortgeschrittenen Alzheimer-Erkrankung bleiben mein Mann und ich innig miteinander verbunden. Die Interaktionsschulung hat wesentlich dazu beigetragen, wofür ich sehr dankbar bin.» **Andrea Christ Colin**, Kursteilnehmerin und pflegende Partnerin



«Im Miteinander der teilnehmenden Angehörigen und der Trainerin der Interaktions-
schulung liegt so viel Kraft. Es befähigt, regt an, stärkt und trägt. Es entstand ein
vielstimmiges Konzert mit berührendem Nachklang und dem Wunsch, diese Erfahrung
weiterzubreiten.» **Marianne Candreia**, Geschäftsstellenleiterin Alzheimer Aargau, ISAD-Trainerin, Absolventin des Pilot-
studienganges «Eigenweltorientierte Kommunikation Demenz»



«Angehörige sind keine Freiwilligen. Durch die Demenzdiagnose eines Familienmitglieds
werden sie in eine Situation geworfen, auf die sie nicht vorbereitet sind. Dies führt meist
zur Überlastung aller Beteiligten. Dem Projekt gelingt es, Angehörige in ihrer häuslichen
Betreuungssituation zu stärken, sie durch Wissen und Handlungskompetenz zu entlasten
und so zur Lebensqualität der Menschen mit Demenz beizutragen. Dadurch können Hel-
fende länger Helfende bleiben.» **Stefanie Becker**, Direktorin Alzheimer Schweiz, Abschlussrednerin