

Wie rede ich als Erwachsener mit meiner Mutter wenn sie Demenz hat?

Beispiel: Bei Ihrer 92-jährigen Mutter wurde eine Alzheimer-Demenz diagnostiziert. Sie versteckt sowohl ihre Foto- und Sammelalben als auch ihren Ehering. Dann beschuldigt sie Sie, ihre Schätze weggeworfen zu haben. Wenn Sie ihren Ring und ihre Bilder finden, wendet sie sich ab und geht weg. Dabei murmelt sie: „Wie konntest du wissen, wo sie sind? Du hast sie aus dem Mülleimer, wo du sie hineingeworfen hast.“ Was sollten Sie tun?

1. *Ihre Mutter davon überzeugen, dass sie ihre Sachen selbst versteckte. Ihr zeigen, wo Sie sie gefunden haben. Ihr versichern, dass Sie diese Dinge nicht brauchen. Sie haben Ihren eigenen Ehering. **Nein!***

Ihre Mutter wird mit Ihnen streiten, weil sie auf einer unbewussten Ebene des Bewusstseins weiß, dass Sie recht haben. Sie versteckte ihre Schätze selbst mitten in der Nacht, aber sie kann das nicht zugeben. Sie kann sich selbst gegenüber nicht ehrlich sein. Sie war das nie. Sie versteckte ihre Dinge mit Absicht, um ihr Gefühl von Verlust auszudrücken. Ihre Alben, ihre Sammelalben und ihr Ehering symbolisieren ihre Verluste: ihre Jugend, ihr Mann, ihre Sexualität. Es kommt ihr vor, als wäre sie selbst in den Müll geworfen worden. Sie beschuldigt andere Menschen, sie zu berauben, weil sie selbst nicht dafür verantwortlich sein kann, was ihr geschehen ist. Sie schreit alle und jeden an, um ihrer Wut Luft zu machen, dass sie um ihre Jugend gebracht wurde. Wenn keiner zuhört, nehmen ihre Vorwürfe zu.

2. *Die „therapeutische Lüge“ anwenden. Stimmen Sie ihr zu, z.B.: Ja, Sie haben Ihren Ehering und ihre Fotoalben gestohlen, aber Sie würden sie jetzt zurückgeben. Sie braucht sich keine Sorgen zu machen. Sie würden Sie nicht noch einmal stehlen. **Nein!***

Ihre Mutter wird sich einen Moment ruhig verhalten, aber sie wird Ihnen nicht trauen. Tief in ihrem Innersten weiß sie, dass Sie lügen, dass Sie sie von oben herab behandeln, um sie mundtot zu machen. Sie wird in der nächsten Nacht ihre Sachen wieder verstecken. Sie muss ihren Gefühlen, beraubt worden zu sein, Luft machen, aber es hört sie keiner.

3. *Ihr dabei helfen, ihrer Wut Luft zu machen. Versetzen Sie sich in ihre Angst vor dem Altern, vor der Abhängigkeit, vor der Einsamkeit und vor dem Tod. Machen Sie sich bewusst, dass ihr Hab und Gut ein Symbol ihrer Jugend ist.*

Wenden Sie diese Validationstechniken an:

Umformulieren: Z. B. „Dein Ehering ist weg und du sagst, ich hätte ihn gestohlen?“

Beschwören Sie den visuellen Sinn: z. B.: „Das war der schöne Ehering aus Weißgold, bei dem das Datum deiner Trauung innen eingraviert war.“

oder Erinnern: z. B.: „Wie alt warst du, Mutti, bei der Hochzeit? Wie alt war Vati? Wie hast du ihn kennengelernt?“ ;

Wenn Sie ihr wirklich zuhören und Empathie zeigen, wird sie Ihnen sagen, wie viel sie verloren hat. Wenn Sie diese Techniken täglich etwa 10 Minuten lang anwenden, wird ihre Trauer in ca. drei Wochen nachlassen. Sie wird ihr Hab und Gut nicht mehr so oft verstecken. Sie ist zwar nicht geheilt, denn man kann Alterungserscheinungen nicht heilen. Es ist zu spät, um ihr Einsicht zu vermitteln. Sie wird sich aber nun weniger ängstlich und bei Ihnen sicher fühlen, denn sie vertraut Ihnen, weil Sie ihr zuhören und sie verstehen.