

#demenzWelt

Menschen haben grundsätzlich eine rationale (denkende) und eine emotionale (fühlende) Seite. Eigentlich sollten beide Seiten, also die denkende und die fühlende Ebene in Balance sein.

Bei einer Demenz ist dies nicht der Fall. Die Gefühlsebene ist stärker bzw. wird immer stärker. Als Kinder leben wir auch oft mehr in der Gefühlsebene, bis wir dann in unserer Gesellschaft lernen nicht immer alle Gefühle offen zu zeigen. (Oft ist es auch schade, dass wir unsere Gefühle verbergen.)

Doch Menschen mit Demenz können ihre Gefühle nicht verbergen. Sie leben ihre Gefühle aus. Dies ist auch wichtig, aber nicht immer passt es in unseren gesellschaftlichen Rahmen. Es fällt auf oder ist im öffentlichen Raum unangebracht.

Wir knutschen nicht in der Öffentlichkeit – warum eigentlich nicht?! Wäre es nicht auch schön, zu sehen, dass Menschen sich lieben?! Aber unsere gesellschaftlichen Schranken zeigen uns auf, was in der Öffentlichkeit erlaubt ist und was nicht. Diese Schranken werden in unserem Gehirn sozusagen gebildet und bei einer Demenz werden diese zerstört. Gefühle werden intensiv empfunden und auch wieder in der Öffentlichkeit ausgelebt.

Wenn manchmal die Sprache fehlt, so drückt man es in Gefühlen aus z.B. Weinen oder Rufen und Schreien.

Menschen mit Demenz kann man gut auf ihrer Gefühlsebene begegnen. Wir können auch helfen und das apollonische, das rationale „ausgleichen“, wenn der Bedarf besteht. Damit ist gemeint, wir können unterstützen im täglichen Ablauf und in den Aktivitäten des täglichen Lebens.

Wir können aber auch über Gefühle kommunizieren, indem wir empathisch nachfragen. Validation hat Fragetechniken, die hier gut weiterhelfen. Wenn die Gefühle ausgedrückt und gelebt werden können, dann ist das gut. Negative Gefühle, die ausgedrückt werden können, werden damit schwächer. Wir kennen das alle: Wenn wir weinen so fühlen wir uns nachher besser oder erleichtert. Denn Gefühle zu unterdrücken ist nicht gesund.

Validation zeigt hier einen guten und einfühlsamen Weg. Lernen Sie in verschiedensten Kursen wie Sie Menschen mit Demenz am besten begegnen können.

Melden Sie sich bei uns für weitere Information oder besuchen Sie uns im Demenzraum:
<https://kwp.at/mitwirken/demenzraum/>