Quelle: Richard, Nicole (2003): Zugänge zu Demenzkranken: Integrative Validation, in: Bundesarbeitsgemeinschaft Hospiz (Hrsg.), Mit-Gefühlt. Curriculum zur Begleitung Demenzkranker in ihrer letzten Lebensphase, Der Hospiz-Verlag Wuppertal, S. 50.

Zugänge zu Menschen mit Demenz - Integrative Validation

»Lichtung«

Übung: Lichtung oder die innere Realität von Menschen mit Demenz
Bei dieser Übung muss im Vorfeld deutlich gemacht werden, dass es Ruhe und Aufmerksamkeit braucht. Wichtig ist es, dafür zu sorgen, dass von Außen diese Ruhe nicht

Textteil:
Ich möchte mit Ihnen eine Übung machen. Diese findet mit geschlossenen Augen statt. Sie wird dauern. Es ist wichtig, dass Sie Ihre Augen während der gesamten Übung geschlossen halten. Wenn es Ihnen allerdings unangenehm erscheint - was Sie nicht zu befürchten brauchen - können Sie Ihre Augen öffnen. Dann sind Sie allerdings aus der Übung.. In Ordnung? Dann schließen Sie Ihre Augen und halten Sie sie, wenn möglich, geschlossen (Kleine Pause).

Atmen Sie erst einmal gut durch. Entspannen Sie sich. (Pause). *Versuchen Sie jetzt sich zu erinnern an einen schönen Urlaub, schöne Ferien, irgendwann einmal in Ihrem Leben.* (Pause, damit die TN Bilder schaffen, zulassen und fließen lassen). *Versuchen Sie, sich an eine besondere Situation zu erinnern, eine Szene in diesem Urlaub, diesen Ferien.* (Pause, damit die TN eine solche Szene finden, auswählen, sich darauf konzentrieren können). *Und diese Szene schauen Sie sich etwas genauer an. Haben Sie Bilder vor Ihrem inneren Auge, Landschaften, Menschen?* (Pause), *hören Sie Geräusche? ob es kalt oder warm war* (Pause)?

Und dann noch eine Frage: Können Sie nachempfinden, welche Gefühle sie in dieser Szene/ in dieser Situation hatten. Können Sie diesen Gefühlen Begriffe geben?

Versuchen Sie, sich diese Szene so genau es geht zu vergegenwärtigen (längere Pause). *Atmen Sie jetzt wieder gut durch, kommen Sie zurück ins Jahr 2004, nach , zur Ausbildung zur Hospizhelferin und öffnen Sie ganz allmählich - auch wenn es Ihnen nicht gefallen sollte - Ihre Augen. Strecken Sie sich* (sich selbst auch strecken, damit die TN sich auch trauen), *gähnen Sie, wenn Sie wollen und kommen Sie wieder zurück in die Gegenwart.*

Auswertungsteil:
Frage: Sind Sie irgendwo gelandet? Wie lange liegt das zurück? Eine Sammlung machen, die TN geben verschiedene Jahre oder Zeiten (5 Jahre, letztes Jahr, vor 20 Jahren) an. Nur die Anzahl der Jahre abfragen, keine weiteren Details der Geschichten. Die wirklich großen »Zeitensprünge« ansprechen.

Frage: Haben Sie Ihre Urlaubsszene klar vor Augen gehabt, Dinge gesehen, vielleicht gehört? Es ist also so, als wäre das Leben eine Art Filmrolle, und Sie haben sich genau diese Szene nochmals angesehen. Es hat sich also um die Originalszene gehandelt?

Niemand kann sie sich ansehen, nur Sie selbst. Sie haben sich ein vergangenes Stück Leben aus Ihrer Biografie angeschaut. (längere Pause) *Und nichts anderes tut ein Mensch mit Demenz.*
Aus Gründen, die wir eben bereits erarbeitet hatten, ziehen sich die Erkrankten in ihre Vergangenheit zurück und erleben bestimmte, für sie wichtige Szenen nach.
Wir sind in der Lage, aus dieser Übung wieder »auszusteigen« und uns wieder an der aktuellen Realität zu orientieren. Ein Mensch mit Demenz allerdings zieht sich in seine »innere Realität« zurück und kann in unsere Realität nicht mehr zurück. Weil er diese Realität nicht mehr für sich schaffen kann. Das heißt, diese Menschen bleiben sozusagen in ihrer Vergangenheit stecken. Sie