

UDO BAER &  
GABI SCHOTTE-LANGE



# *Das Herz wird nicht dement*

Rat für Pflegende  
und Angehörige

**BELTZ**

*drin. Ein Bild von meinem Mann und mir und unserem Sohn. Ich hatte es immer um. Das Bild haben wir an unserem Hochzeitstag gemacht. Mein Mann hat mir das Medaillon geschenkt. Das war so schön. Wir hatten doch nichts und dann so viel zu bekommen. Das war an unserem Hochzeitstag. Mein Mann hat immer daran gedacht. Ich hatte einen guten Mann.»*

Kommen wir zurück zu der Frau, die den Tango tanzte. In ihr wurde noch ein anderes Gedächtnis lebendig, das situative Gedächtnis, das Gedächtnis der Beziehungen und Situationen. Sie tanzte mit dem männlichen Therapeuten und sie schien sich dabei an frühere Tangotänze zu erinnern, vielleicht an den Tanz mit ihrem Mann oder mit ihrem Verlobten, vielleicht an einen früheren Freund oder an einen sonstigen Tanzpartner. Das situative Gedächtnis wird aktiv, wenn Situationen im Heute früheren Situationen ähneln. Die Tanzmusik und der gemeinsame Tanz in der Gruppe ähnelte dem früheren Tanz und schon wurden Verbindungen hergestellt, die sich im Lächeln äußern, in einer Veränderung des Wohlbefindens und in dem Satz, mit dem sie ihren Tanzpartner verabschiedete: »Vielen Dank, junger Mann.« Auch im zweiten Beispiel wird das situative Gedächtnis aktiv. Das Medaillon erinnerte die Frau an das Hochzeitsgeschenk des Mannes, sie konnte die Verbindung zur Gesamtsituation in der damaligen kargen Zeit herstellen. Die Gesten des Ehemannes zu den Hochzeitstagen fielen ihr wieder ein. Auch hier wird das Prinzip der Ähnlichkeit sichtbar, nach dem das Leibgedächtnis arbeitet.

Doch betrachten wir genauer, wann dieses Leibgedächtnis lebendig wird, wann es also seine Kraft und seinen Reichtum entfalten kann. Nicht jede Musik setzt es in Bewegung, nicht jeder Duft aktiviert es. Dies geschieht nur dann, wenn es die betreffenden Menschen innerlich bewegt. Das heißt also,

wenn die Impulse, die das Gedächtnis aktivieren sollen, für den Betreffenden so wichtig sind, dass sie das Herz berühren.

Die Frau, die den Tango tanzte, hat sich mit ihrem Herzen an frühere Begegnungen beim Tangotanz erinnert, die ihr wichtig waren. Von genauso großer Bedeutung war für Frau N. die Erinnerung an den Vanillepudding, den ihre Mutter zu den Geburtstagen gekocht hat. Für Frau S. war es das Medaillon mit all den Erinnerungen, die sie tief berührt haben. Wird das Herz berührt, kann die Erinnerung über das zu Herzen Gehende hinaus reichen und es werden Schritt für Schritt andere Regionen des Erinnerns aktiviert.

Dies zu wissen ist wichtig, denn mag das Gedächtnis des Denkens noch so sehr zurückgehen und zerrüttet werden, das Gedächtnis des Körpers, das Gedächtnis der Sinne, das situative Gedächtnis, kurz das Gedächtnis des Herzens bleibt bestehen und damit lange zugänglich. Der Zusammenhang zwischen Erinnern und der Beteiligung des Herzens war der Menschheit lange bekannt und selbstverständlich, bis er im Zeitalter der naturwissenschaftlichen Reduktion des Menschen auf Zellen und Moleküle in Vergessenheit geriet. Im Altertum meinte man, das Herz sei der Sitz des Gedächtnisses. Im Englischen heißt »auswendig lernen«: »to learn by heart«.

Das Gedächtnis des Denkens kann schwinden, das Leibgedächtnis kann dennoch aktiv bleiben und aktiviert werden. Ja, mehr noch, das Leibgedächtnis kann Brücken zum Gedächtnis des Denkens bauen. Dies umso leichter, je mehr das Herz berührt wird.

In diesem Sinne sagen wir: *Das Herz wird nicht dement!*

## 2 *Gefühle, Gefühle, Gefühle*

**D**er Mensch, dessen Gedächtnis des Herzens aktiv wird, ist grundsätzlich ein fühlender Mensch, ganz gleich, ob er an Demenz erkrankt ist oder nicht. Nicht nur im Hinblick auf das Gedächtnis sind die Gefühle jedoch wichtig. Sie begleiten, ja prägen die gesamte demenzielle Erkrankung. Die Demenz beinhaltet somit eine tiefgreifende Veränderung des Gefühlslebens der Erkrankten (und ihrer Umgebung). Diese wollen wir nun genauer betrachten.

### 2.1 *Die Scham*

Die Scham ist das Gefühl, das zumindest in der beginnenden Demenz am häufigsten auftritt. Scham verspüren viele Menschen, wenn sie etwas Wichtiges vergessen. Wir haben Sie anfangs schon an eine Situation erinnert, in der Sie jemanden treffen und sich an den Namen der bekannten Person nicht mehr erinnern. Dies wird Ihnen mit hoher Wahrscheinlichkeit peinlich gewesen sein. Auch wenn Sie einen Geburtstag oder ein anderes wichtiges Ereignis vergessen haben, werden Sie sich wahrscheinlich schämen. Stellen Sie sich nun einmal vor, dies geschieht häufiger und häufiger – die Scham wird dann zu einer alltäglichen Begleiterin. Genau dies widerfährt Menschen, die an Demenz erkranken.

Die meisten tun alles, um eine beginnende Demenz zu verbergen. Darüber wird nicht gesprochen, Demenz ist kein Thema

am Küchentisch oder auf der Geburtstagsparty, aber allerdings auch nicht im vertraulichen Gespräch mit Angehörigen. Deswegen ist die beginnende Demenz zumeist auch eine Zeit der schamhaften Ausreden und des »So-tun-als-ob«.

Charakteristisch für eine beginnende Demenz, vor allem des Alzheimer-Typus, ist das Erleben von Aussetzern. Es entstehen plötzlich Lücken in der Wahrnehmung der Welt.

*Eine Frau geht beispielsweise los, um eine Freundin zu besuchen. Sie geht auf ihrem gewohnten Weg, die gewohnten Straßen entlang. Plötzlich realisiert sie, dass sie sich ganz woanders befindet. Ihr fehlen die letzten zehn Minuten. Sie weiß nicht mehr, wo sie ist. Sie fragt einen Passanten nach dem Weg. Ihm sagt sie nicht: »Ich habe eine demenzielle Wahrnehmungslücke und Gedächtnisstörung«, sondern sie sagt eher: »Ich bin fremd hier, können Sie mir helfen?«*

*Eine Frau mit fortgeschrittener Demenz kann nicht mehr Zeitung lesen. Sie sagt ihrer Tochter: »Ach, da ist so viel Elend in der Welt, über das berichtet wird, ich mag gar keine Zeitung mehr lesen. Du kannst sie abbestellen.«*

*Frau J. ist gerne in Gesellschaft. Doch immer, wenn es in der Gruppe darum geht, an einer kreativen Aktion teilzunehmen, egal was es ist, äußert sie: »Ich würde ja gerne, aber wissen Sie, ich habe heute nicht die richtige Brille mit.«*

*Wir wollen einen Ausflug in den Zoo unternehmen. Frau L. äußert sich freudig interessiert, als ihr zugesichert wird, dass eine Mitarbeiterin sie begleiten werde. Als es endlich soweit ist, sagt sie: »Ach heute nicht. Bestimmt ein anderes Mal. Da fahre ich gerne mit, aber heute, da passt es mir gerade nicht.«*

*Meine Tochter will auch nachher zu Besuch kommen. Nächstes Mal, da fahre ich gerne mit.«*

*Ich lud eine Bewohnerin ein, mit mir durch den Garten zu gehen. Als wir dort die einzelnen Blumen und Sträucher betrachteten – ich wusste, sie besaß früher einen großen Garten – wurde sie immer stiller. Dann kam unvermittelt die Aussage: »Ich muss jetzt rein. Meine Tochter kommt und die weiß dann nicht, wo ich bin.« Auch als ich ihr versicherte, dass die Kolleg/innen der Tochter Bescheid sagen würden, blieb sie dabei: »Ich muss rein. Meine Tochter will gleich kommen.«*

All diese Verhaltensweisen und Äußerungen sind mit der Scham zu erklären. Die Scham ist ein Gefühl, das selbst ungerne benannt wird. Scham tritt dann auf, wenn ein Mensch etwas nicht zeigen, nicht öffentlich werden lassen möchte, was nach seinem Dafürhalten eher im Verborgenen, im intimen Bereich bleiben soll. So wenig wie das, dessen man sich schämt, öffentlich werden sollte, soll für die meisten auch das Gefühl der Scham öffentlich werden. Deswegen tritt die Scham sehr häufig auf und wird gleichzeitig sehr versteckt. Sie verbirgt sich hinter Ausreden und Notlügen und zeigt sich vor allem darin, dass Menschen Situationen meiden, von denen sie vermuten, dass sie sie in peinliche Situationen bringen.

Die Frau, die auf dem Weg zum Supermarkt die Orientierung verloren hat, wird vielleicht zu vermeiden versuchen, dass ihr beim nächsten Mal das Gleiche widerfährt und sie in die peinliche Situation gerät, nicht mehr zu wissen, wo sie ist und wie sie zu ihrem Ziel kommt. Sie bittet deshalb ihren Sohn oder ihren Nachbarn, ihr bei der nächsten Gelegenheit vom Einkaufen das Gewünschte mitzubringen, da sie »nicht mehr so schwer tragen kann«, ein einleuchtendes Argument.