

Ja, Angehörige und Pflegende könnten immer noch mehr tun an den und für die an Demenz erkrankten Menschen. Es gibt kaum jemand, der nicht mehr oder weniger mit Schuldgefühlen gegenüber den Patienten kämpft – und dabei von Kräften kommt, vielleicht gar resigniert. Das muss nicht sein!



Livenet.ch

Die falschen Schuldgefühle

Sie werden uns aufdoktriniert durch die Medien, den Gesellschaftsdruck, falsche religiöse Vorstellungen, eigene zu hohe Massstäbe, von gutmeinenden Verwandten und Nachbarn und vielem anderem mehr.

Ein Beispiel dazu:

Frau XY hat ein an Demenz erkrankter Mann. Er hatte gerade eine gute Phase und sie nahm ihn wieder einmal mit zum Einkaufen. Natürlich lud er viele Sachen in den Einkaufswagen: vor allem Schokoladevier 10er-Packungen und drei Pakete frische Berliner. Leider waren diese unter den Schokoladen und die gute Frau suchte die am wenigsten zerdrückten Berliner und legte sie zurück ins Gestell. Das sah eine Angestellte und ihr Kommentar dazu: „Das geht so nicht! Passen sie doch besser auf ihren Mann auf!“

Frau XY wurde über beide Ohren rot und fühlte sich miserabel, irgendwie schuldig. Schnell suchte sie die Kasse mit der kürzesten Schlange und am wenigsten beladenen Wagen – und ihr graute bereits vor dem nächsten Einkauf. Ihr Mann hatte scheinbar etwas gemerkt und verhielt sich, Gott sei Dank, ganz unauffällig.

Zu Hause konnte Frau XY es aber nicht lassen, ihrem Mann die Leviten zu verlesen. „Was hast Du mich doch wieder in eine scheussliche Lage gebracht, blamiert vor allen Leuten...“.

Die Schimpftirade wurde immer heftiger und sie steigerte sich in eine richtige Wut hinein – bis ihr Mann sich einfach davon machte und sich in sein Bett legte. „Auch gut“ dachte Frau XY und machte sich an die Hausarbeit. Aber es wollte ihr nicht recht von der Hand gehen. Die Gedanken an das eben Erlebte wirbelten in ihrem Kopf herum. Sie schämte sich dafür, dass sie ihren Mann beschimpft hatte und auf der Gefühlsebene machte sich das schlechte Gewissen bemerkbar.

Wie viele Angehörige leiden doch unter solchen falschen Schuldgefühlen, wie Frau XY. Sie hatte ihr Bestes und Möglichstes getan, mehr als man erwarten konnte. War sie denn Schuld an der Krankheit ihres Mannes? War es ein Verbrechen, dass sie ihren Mann nicht hindern konnte, die Schokoladenpakete auf die Berliner zu legen? N E I N ! Im Gegenteil. Ihr wurde Unrecht getan. Wahrscheinlich war es Unwissenheit der Ladenangestellten, die zu den verletzenden Worten führten. Daher auch unsere Überzeugung, dass nicht nur für Polizisten und Coiffeure Schulungskurse im Umgang mit Demenzkranken zur Ausbildung gehören müssen.

Die echten Schuldgefühle

Natürlich gibt es Situationen, in denen betreuenden Angehörigen die Nerven durchbrennen, es zu ungerechtem Verhalten, eventuell sogar zu Gewaltakten gegenüber Demenzkranken kommt. Es gibt keine Demenzkrankenbetreuung ohne schuldig zu werden.

Fortsetzung S.2

Die Herausforderung, über Tage und Monate in dieser Anspannung zu leben, übersteigt die persönlichen Ressourcen. Wie aber können/sollen wir damit umgehen? Hilfreich ist es, eigene Fehler nicht zu leugnen und die persönlichen Grenzen zu akzeptieren. Das allein aber hilft noch nicht. Verzeihen ist der Schlüssel. Sich selber vergeben und - wo immer möglich - sich Vergebung zusprechen zu lassen, das befreit auch von echten Schuldgefühlen. Der christliche Glaube an die Vergebung durch Christus und die Liebe Gottes sind die Grundlage allen Verzeihens. Solche Hilfe ist in Gesprächsgruppen, Supervisionssitzungen und seelsorgerlichen Gesprächen zu finden.

Neues wagen

Fallen ist keine Katastrophe. Liegen bleiben ist tragisch. Wir möchten Mut machen, auch nach einem Drama oder Desaster wieder aufzustehen, weiter zu gehen. Dazu sind oft einschneidende Veränderungen angezeigt.

Wir empfehlen, Entlastung durch Nachbarschaftshilfe, Spitex und andere Unterstützungsangebote wie z.B. „Tagesstätten für Menschen mit Demenz“, anzunehmen und auch davor nicht zurück zu schrecken, den Patienten unter Umständen in ein Heim zu geben.

Es gibt viele glückliche Menschen, auch in Demenzabteilungen. Und viele Patienten haben von Besuchen der Angehörigen im Heim mehr, als von der Plage und dem Verdruss zuhause.

Richard Stäheli

Mehr dazu:

Echte und falsche Schuldgefühle:

vom schlechten Gewissen zur inneren Freiheit
Paul Tournier Humata Verlag Harold S. Blume,
1978 - 351 Seiten

Erkennen Sie falsche Schuldgefühle

Das heißt: „Gefühlsmäßig“ bleiben Sie an Ihren falschen Schuldgefühlen verhaftet. Wenn Ihre Schuldgefühle stark von lebenshinderlichen, religiösen Auffassungen und einem bedrohlichen Gottesbild geprägt sind, sollten Sie ein verändertes und wahrhaft biblisches Gottesbild suchen. Fragen Sie sich: „Sieht Gott mich so, wie ich mich selbst sehe? Ist Gott nicht eigentlich ganz anders, als mir in einer Angst machenden Erziehung beigebracht wurde?“ In der Tat: Gott liebt Sie, grenzenlos und bedingungslos.

von Nam Kha Pham, veröffentlicht in Erziehung

Worte einer Angehörigen:

„Ich möchte mich bei Ihnen ganz herzlich bedanken, dass mein Mann bei Ihnen gut betreut wird. Es gefällt ihm auch gut, er fühlt sich wohl. Ich geniesse den Tag für mich.

*Anfangs hatte ich
“ein schlechtes Gewissen.“
Es tut mir leid.“*

RB