



ANTHROPOSOPHISCHE ARBEITSFELDER IM RAUM ZÜRICH

Zusammenkunft der Initiativen und Einrichtungen im Raum Zürich

Bericht zum Fachnachmittag von anthrozürich:

Demenz, ein Phänomen unserer Zeit, Samstag 9. Mai 14:00 – 18:00 Uhr

Von Barbara E. Hellermann

Im Rahmen ihrer Themen-Fachnachmittage lud Anthrozürich am Nachmittag des 9. Mai zu dem hochaktuellen Thema „Demenz – ein Phänomen unserer Zeit“ ein. Im Kirchgemeindehaus Zürich-Enge konnten die ca. 120 Interessierten von ausgewiesenen Fachpersonen aus dem medizinisch-pflegerischen Bereich vertiefte Einblicke und neue Perspektiven dieser Zeitkrankheit gewinnen.

Begrüsst und eingeführt hat die Anwesenden Franz Ackermann, der darauf hinwies, dass Anthrozürich den Kulturimpuls Rudolf Steiners in der Region Zürich in verschiedenster Weise umsetzt und sich mit aktuellen Fragen, wie der heutigen Zeitkrankheit Demenz, auseinandersetzt.



Den ersten Vortrag zum Thema: „Das Demenzphänomen, Ausblicke auf ein mögliches Verständnis“ hielt Dr. med. Christian Schikarski, der ärztliche Leiter des Paracelsus Spitals in Richterswil. Er begann mit einer medizinischen Definition der Krankheitsgruppe, die unter „Demenz“ zusammengefasst wird und landläufig unter der „Alzheimer-Erkrankung“ bekannt ist. Physiologische Betrachtungen erklären die auftretenden Veränderungen im Gehirn und die daraus resultierenden Verhaltensänderungen des betroffenen Menschen. Ganz konkret wurden sieben Warnzeichen zum Erkennen der Demenz benannt. Durch eine bekannte in den USA in den Jahren 1986- 2000 getätigte Studie über die Alzheimer-Krankheit (sog. „Nun-Study“¹), ist bekannt, dass es keine

strikte Korrelation zwischen einem pathologischen Gehirnbefund eines Erkrankten und den geistigen Fähigkeiten dieser Person gibt. Kann dies als „Sieg des Geistes über die Materie“ gedeutet werden?

Kindheitsglück und Altersreife

Dr. Schikarski erläuterte in der Betrachtung der Viergliedrigkeit des Menschen, wie wir zu einem tieferen Verständnis gelangen können. Die messbaren Prozesse in der Physiologie des Körpers korrelieren und werden begründet durch Vorgänge in der Organisation des Lebens-oder Ätherleibes,

¹ David Snowdon: *Aging with Grace: What the Nun Study Teaches Us About Leading Longer, Healthier, and More Meaningful Lives*. Bantam, 2001, ISBN 0-553-80163-5

der seelischen Organisation und der Ich-Organisation des Menschen. Einer der wichtigsten Faktoren, der zum sichtbaren Ausbruch der Krankheit führen kann, ist im Ich-Organismus des Menschen begründet: der Mensch, der sich geistig von der Umwelt zurückzieht, sich sozial isoliert und damit das Interesse am Mit-Erleben und der Umwelt verliert. Diese Tendenz ist bei Menschen mit kindheitsbedingten traumatischen Erfahrungen, wie zum Beispiel Kriegskindern, erhöht². Eine mögliche Erklärung nach Dr. Schikarski liegt in dem zu frühen „Verbrauch“ von Ich-Kräften im Kindheitsalter, die dann später dem Erwachsenen und alternden Menschen nicht mehr zur Verfügung stehen. Was wir seiner Meinung nach heute auf jeden Fall prophylaktisch tun können, ist, allen Kindern diejenige Umgebung zu schenken, die ihre Ich-Kräfte nicht frühzeitig fordert und verbraucht. Zudem könnte jeder durch eine gesunde Ernährung, ein erfülltes Seelenleben und eine bewusste, rege Tätigkeit seines Ich-Organismus der eigenen Krankheitsdisposition entgegenwirken: ein anthroposophisches Modell gesunden Alterns (englisch: model of healthy aging³).



Den zweiten Vortrag hielt die anthroposophische Pflegefachfrau Bhakti-Astrid Schikarski, die sowohl im Alters- und Pflegeheim Sonnengarten in Hombrechtikon, als auch im Paracelsus Spital Richterswil tätig ist. Sie sprach über „Ganzheitliche Ansätze der anthroposophischen Pflege für die Begleitung dementer Menschen“. Ihr Vortrag begann mit den Resultaten einer Umfrage, nach der die Menschen aus Deutschland und der Schweiz am meisten im Alter den Verlust der Selbstbestimmung und die Demenz fürchten. Ein Grund dafür mag die mangelnde

Auseinandersetzung mit Phänomenen des Alterns und des Todes sein. Aus geisteswissenschaftlicher Sicht könnte das auch so gedeutet werden, dass Ängste in uns aufsteigen, die uns auffordern, in einen seelischen Bereich hinein zu schauen, den wir für unsere Weiterentwicklung zur Gesundheit brauchen. Doch nicht Jeder vertieft sich rechtzeitig in die Frage: „Wie möchte ich alt werden und sterben?“ Eine solche geistige Beschäftigung könnte sicherlich einem „geist-losen“ Zustand vorbeugen (de-mens, ohne Verstand, lat.), geist-los allerdings nur im Sinne einer Ich-Organisation, die nicht mehr fähig ist in das restliche Wesensgefüge des Menschen einzuwirken.

Demenerkrankung fordert zur Umkehr auf

Frau Schikarski wendete dann den Blick auf die palliative Fürsorge, der Frage nach einer würdevollen Begleitung der dementen Menschen, um ihnen Sicherheit und Geborgenheit zu vermitteln. Als Hinweis könnte die Spiegelung der Phänomene unseres sozialen Lebens eine wesentliche Rolle spielen: die wahrnehmbaren Prozesse der Beschleunigung, Vereinsamung, der zunehmenden technisierten Intellektualität und die geistige Zerstreuung der Menschen könnten die Richtung weisen, welche Art von Hinwendung dement erkrankte Menschen brauchen: ihre gegenteiligen Haltungen wie Verlangsamung, echte soziale Beziehungen, wahrhaftige Gefühle und Empathie, als auch Präsenz und Konzentration von Seiten der sie umgebenden Menschen wäre gefordert.

Diese Wende in den Haltungen und Fähigkeiten könnten gerade mit und an Demenzerkrankten erlernt werden, so dass diese Menschen, wie Frau Schikarski treffend formuliert, auch als „unbewusste Sozialreformer“ angesehen werden können – ein neuer Blickwinkel, der von der defizit-

² Sabine Bode, z.B. *Nachkriegskinder*. Klett-Cotta, Stuttgart 2011 oder *Die vergessene Generation – Die Kriegskinder brechen ihr Schweigen*. Klett-Cotta, Stuttgart 2004, 20. Auflage 2014

³ zur Zeit ein eher schulmedizinischer Begriff und Konzept, siehe auch Universität Zürich: www.dynage.uzh.ch

betonten Sichtweise in eine zukunftsweisende gesellschaftlich-relevante Ebene führt. Das Bild jüngerer Menschen, die von und mit alten Menschen lernen kann so entstehen und als einer von wesentlichen Heilimpulsen aufgefasst werden.



Künstlerisch in humorvoller Weise dargestellt, konnte dieser Willensimpuls durch ein Rollenspiel den Anwesenden deutlich werden. Als Kern einer demenz-gerechten Hinwendung kann die sog. „Validation“ (Be-Wahrheitung) als pflegerische Geste gelten, die die empfundene Welt der Erkrankten anerkennt und sie dort abholt. Damit ist ein anderer wesentlicher Aspekt in Erscheinung getreten, nämlich die Präsenz der Ich-Organisation des erkrankten Menschen „in einer anderen Welt“. Diese wird einbezogen und kommt im Handeln u.a. durch die

Berücksichtigung der zwölf pflegerischen Gesten (nach Rolf Heine) zum Ausdruck. Gegen Ende ihrer Ausführungen geht Frau Schikarski noch konkret auf die Handlungsebenen der Pflegenden ein, wie im Denken, auf der Gefühlsebene und auf der Willensebene diese Gesten um- und einsetzen können. Damit ist ein Ausblick auf das weitreichende Betätigungsfeld für das „Gute“ gegeben, das die Demenzerkrankung in einen sinnvollen gesellschaftlichen Gesamtzusammenhang stellt.

In der folgenden halbstündigen Pause konnten die Teilnehmenden vielfältige Informationen an den angebotenen Ständen beziehen: über das Bauprojekt im Sonnengarten/Hombrechtikon, das Forum Sterbekultur (Fachzweig der AAG ⁴), oder auch die Aktivitäten von Anthrozürich. In Gesprächen und persönlichem Austausch und/oder einer frischen Stärkung (Demenz-Propylaxe!) durch das ansprechende Buffet wurde das Thema im Sozialen vertieft und menschlich verknüpft.



Der abschliessende dritte Vortrag von Dr. med. Christian Schopper hatte den Titel „Demenz und Gefühl“ und ging wiederum auf einige neue und weiterführende Aspekte des Themas ein. Dr. Schopper stieg ein, indem er die These aufwarf, dass wir zunehmend mit der Frage konfrontiert werden, ob Leben mit Demenz überhaupt lebenswert sei. In einer Zeit zunehmenden Kostendrucks, verbreiteter aktiver Sterbehilfe und Alterssuizid stellt sich für Heime, Spitäler und öffentliche Träger auch das Dilemma die Pflege erkrankter Menschen wirtschaftlich gestalten zu müssen. So gesehen, sagt Schopper, wird ein Modell wie jetzt im Sonnengarten verwirklicht, so sinnvoll und zukunftsweisend es auch sei, nicht für alle Demenzerkrankten in Frage kommen. Doch welche Lösungen

wären tragfähig? Zum Beispiel die Idee, Manager und Investmentbanker (und alle anderen Berufsgruppen) einen Tag pro Woche in Heimen in der Pflege arbeiten zu lassen. Dies wäre eine konkrete Möglichkeit, wie unsere Gesellschaft die Begleitung in dem von Frau Schikarski vorgestellten Sinn verwirklichen könnte.

Ungebrochene Lernfähigkeit, auch in der Demenz!

Danach wurde der Blick auf die Lernfähigkeit alter Menschen gelegt. Neueste gerontologische Studien haben ein sehr positives Verhältnis der Generationen im Fokus. Die Gesellschaft könnte positive Konnotationen, wie zum Beispiel: Alte Menschen sind geistig reif, klug, stark, liebevoll, glücklich und motiviert (um sie im modernen Jargon zu nennen), aufnehmen und somit das Bild

⁴ Siehe auch www.sterben.ch

alternder und kranker Menschen verändern. Dies knüpft an Konzepte emotionaler Kompetenz an, was z.B. beim biographischen Erzählen geübt wird. Am Beispiel der Aussage der ersten dokumentierten Alzheimer-Patientin Frau Auguste Deter: „Ich habe mich sozusagen selbst verloren“⁵ geht Dr. Schopper den beiden auffälligsten Veränderungen bei Demenzerkrankten, der verlorenen Erinnerung und der räumlichen Orientierungslosigkeit nach. Es wird deutlich, dass die Demenz eine Erkrankung in der Zeit- und Raumdimension ist. Was allerdings unbeeinflusst gesund bleibt im dementen Menschen, ist sein Gefühlsleben, das seinen physiologischen Sitz im limbischen System hat, auch sein Herz - als Mitte und „Sitz“ der Gefühlswelt - ist oftmals gesund und intakt.

Es gibt viele Möglichkeiten in der Begleitung Demenzerkrankter die gesunden Gefühlsanteile anzusprechen: Begegnungen durch Musik und Lieder, die den Erinnerungen des Körpers entspringen, als auch durch die Förderung von Erzählungen der Erkrankten, um ihre kostbaren Erinnerungen die noch vorhanden sind, weitergeben zu können.

Als beste Prävention empfiehlt Dr. Schopper die Pflege des Weltinteresses: Viel Kontakt zu Menschen und der Mit-Welt, als auch bis ins hohe Alter immer wieder Neues zu lernen, das einem geistig in Bewegung hält. Zudem kann eine späte Auseinandersetzung mit der eigenen Kindheit in Form einer Psychotherapie für Menschen mit Demenzdisposition eine gute Prophylaxe sein. Zum Abschluss las er das Gedicht von Rainer Maria Rilke vor ⁶:

Du musst das Leben nicht verstehen

Du mußt das Leben nicht verstehen,
dann wird es werden wie ein Fest.
Und laß dir jeden Tag geschehen
so wie ein Kind im Weitergehen
von jedem Wehen
sich viele Blüten schenken läßt.

Sie aufzusammeln und zu sparen,
das kommt dem Kind nicht in den Sinn.
Es löst sie leise aus den Haaren,
drin sie so gern gefangen waren,
und hält den lieben jungen Jahren
nach neuen seine Hände hin.

Franz Ackermann hat abrundend hervorgehoben, dass die Erlebnisse und Erfahrungen mit Demenzerkrankten für jeden Einzelnen als eine Kulturaufgabe betrachtet werden können. Er schloss mit einem herzlichen Dank an die Vortragenden und Gäste.

⁵ https://de.wikipedia.org/wiki/Alois_Alzheimer

⁶ Rainer Maria Rilke, 8.1.1898, Berlin-Wilmersdorf