

## **Der offene Gesprächskreis für Angehörige von Menschen mit Demenz im Hieronymus-Hofer-Haus**

Einmal monatlich trifft sich der offene Gesprächskreis bei Kaffee und Gebäck in gemütlicher Runde. Er ist ein spezielles Angebot für Angehörige, die mit einem Menschen mit Demenz leben oder ihn besuchen. „Geht es Anderen eigentlich auch so wie mir“? Das ist eine gängige Frage, die fast immer der Türöffner ist für den Austausch untereinander. Die Teilnehmer verspüren oft eine große Erleichterung, anderen Mitbetroffenen zu sagen, wie es ihnen geht oder auch nur zuzuhören, wovon Andere berichten. Es gibt Vereinbarungen, die für alle wichtig sind:

- es besteht keine Verpflichtung und auch keine Voranmeldung: wer kommt, ist gern gesehen
- was in der Gruppe besprochen wird, bleibt in der Gruppe.

Dadurch wird es ermöglicht, dass individuelle –auch belastende Situationen- besprochen werden können. Was macht es mit mir, wenn ich nicht mehr zur Ruhe komme, weil mein Mann nachts in der Wohnung herumirrt? Wie kann ich mit meiner Wut umgehen, dass ich selbst nicht zur Ruhe finde? Wie traurig bin ich, wenn mein eigenes Leben nicht mehr so geplant werden kann wie ich es mir vorgestellt hatte? Wann traue ich mich, den Nachbarn zu erklären, dass meine Ehefrau an Demenz erkrankt ist und nicht mehr grüßen kann, weil sie immer mehr Worte verdreht? Wie erkläre ich meinen Enkelkindern, dass der Großvater das Spiel Mensch-ärger-dich-nicht nach seinen Regeln spielt, ohne dass er dafür korrigiert wird? Wie erlebe ich es, wenn ich nicht mehr eingeladen werde, weil mein Partner sich nicht so verhält, wie es der Freundeskreis wünscht? Was kann ich tun, wenn meine Ehefrau mich nicht mehr erkennt und nach Hause will, obwohl wir doch so stolz waren auf den gemeinsamen Hausbau? Bleibt eigentlich noch Zeit für mich selbst, wenn sich alles um den Erkrankten handelt? Für diese und ähnliche Fragen ist Zeit in der Gruppe. Das wichtigste Merkmal ist der Austausch untereinander. Mit den Nerven am Ende zu sein und damit verstanden zu werden, ist eine große Erleichterung für die Angehörigen. Mit der Trauer, wie die Krankheit den Partner verändern kann, nicht alleine dazustehen, gibt Kraft bei der täglichen Herausforderung von Menschen mit Demenz.

Es hat immer auch Auswirkungen auf die familiäre Struktur, wenn ein Mensch an Demenz erkrankt. So ist es zum einen wichtig, „in die Schuhe des Erkrankten“ zu schlüpfen, um herauszufinden, welche Bedürfnisse er hat und wie Vertrauen und Sicherheit aufgebaut werden können und zum anderen ist es genauso wertvoll, über Entlastungsmöglichkeiten für betroffene Angehörige zu sprechen. Die Trauer, die Wut und auch die Liebe zum erkrankten Menschen zu benennen und seine eigenen Ziele nicht aus den Augen zu verlieren, das ist für betroffene Angehörige oft ein Drahtseilakt. Getragen zu werden von der Gruppe, füreinander da zu sein, Entlastung zu finden und sich selbst wahrnehmen- das alles passiert im Gesprächskreis.

Geleitet wird die Gruppe von Nicola Hagemann, Dipl. Sozialpädagogin und Gerontologin. Sie hat ein offenes Ohr für die diversen familiären Herausforderungen im Alltag mit Menschen mit Demenz und sie vermittelt Wissen über die Erkrankung, was den Angehörigen zusätzlich Halt gibt. Die Teilnehmer treffen sich an jedem ersten Freitag eines Monats von 15.30 – 17 Uhr im Andachtsraum des Hieronymus-Hofer-Hauses, Foltzring 12, 67227 Frankenthal.