Chris Clarke
Emma Wolverson
(Hrsg.)

Positive Demenzpflege

Fähigkeitenorientierte Ansätze Positiver Psychologie und Pflege für Menschen mit Demenz

Aus dem Englischen von Sabine Umlauf-Beck

Deutschsprachige Ausgabe herausgegeben von Stefanie Becker und Jürgen Georg

hogrefe

Positive Demenzpflege

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Chris Clarke: „Positive Demenzpflege“ (9783456858012) © 2019 Hogrefe Verlag, Bern.

Positive Demenzpflege

Chris Clarke, Emma Wolverson

Wissenschaftlicher Beirat Programmbereich Pflege:
Jürgen Osterbrink, Salzburg; Doris Schaeffer, Bielefeld;
Christine Sowinski, Köln; Franz Wagner, Berlin; Angelika Zegelin, Dortmund

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Chris Clarke: „Positive Demenzpflege“ (9783456858012) © 2019 Hogrefe Verlag, Bern.

Chris Clarke, Emma Wolverson

Positive Demenzpflege

Fähigkeitenorientierte Ansätze Positiver Psychologie und Pflege für Menschen mit Demenz

Aus dem Englischen von Sabine Umlauf-Beck

Deutschsprachige Ausgabe herausgegeben von Stefanie Becker und Jürgen Georg

Mit einem Geleitwort von Christine Bryden

hogrefe

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Chris Clarke: „Positive Demenzpflege“ (9783456858012) © 2019 Hogrefe Verlag, Bern.

Dr. Chris Clarke, Berater, Psychologe, Dozent und Forscher, University of Hull, GB.

Dr. Emma Wolverson, Klinische Psychologin, Dozentin und Forscherin, University of Hull, GB.

Dr. Stefanie Becker (dt. Hrsg.), Psychologin, Gerontologin, Geschäftsleiterin von Alzheimer Schweiz.

Jürgen Georg (dt. Hrsg.), RN, Cert. Ed. MScN, Pflegefachmann, -dozent, -wissenschaftler, Programmleiter: Pflege/Dementia Care beim Hogrefe Verlag in Bern.

Wichtiger Hinweis: Der Verlag hat gemeinsam mit den Autoren bzw. den Herausgebern große Mühe darauf verwandt, dass alle in diesem Buch enthaltenen Informationen (Programme, Verfahren, Mengen, Dosierungen, Applikationen, Internetlinks etc.) entsprechend dem Wissensstand bei Fertigstellung des Werkes abgedruckt oder in digitaler Form wiedergegeben wurden. Trotz sorgfältiger Manuskriptherstellung und Korrektur des Satzes und der digitalen Produkte können Fehler nicht ganz ausgeschlossen werden. Autoren bzw. Herausgeber und Verlag übernehmen infolgedessen keine Verantwortung und keine daraus folgende oder sonstige Haftung, die auf irgendeine Art aus der Benutzung der in dem Werk enthaltenen Informationen oder Teilen davon entsteht. Geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht. Aus dem Fehlen eines solchen Hinweises kann also nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handelt.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über http://www.dnb.de abrufbar.

Dieses Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Kopien und Vervielfältigungen zu Lehr- und Unterrichtszwecken, Übersetzungen, Mikroverfilmungen sowie die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Anregungen und Zuschriften bitte an:
Hogrefe AG
Lektorat Pflege
z.Hd.: Jürgen Georg
Länggass-Strasse 76
3012 Bern
Schweiz
Tel: +41 31 300 45 00
info@hogrefe.ch
www.hogrefe.ch

Lektorat: Jürgen Georg, Martina Kasper
Bearbeitung: Martina Kasper
Herstellung: René Tschirren
Umschlagabbildung: Martin Glauser, Uttigen
Umschlag: Claude Borer, Riehen
Fotos Innenteil: Jürgen Georg, Schüpfen
Satz: Claudia Wild, Konstanz
Druck und buchbinderische Verarbeitung: AZ Druck und Datentechnik GmbH, Kempten
Printed in Germany

Das vorliegende Buch ist eine Übersetzung aus dem Englischen. Der Originaltitel lautet „Positive Psychology Approaches to Dementia“ von Chris Clarke und Emma Wolverson.
© 2016 by Jessica Kingsley Publishers, London.

1. Auflage 2019
© 2019 Hogrefe Verlag, Bern

(E-Book-ISBN_PDF 978-3-456-95801-9)
(E-Book-ISBN_EPUB 978-3-456-75801-5)
ISBN 978-3-456-85801-2
http://doi.org/10.1024/85801-000

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Chris Clarke: „Positive Demenzpflege“ (9783456858012) © 2019 Hogrefe Verlag, Bern.

Nutzungsbedingungen

Der Erwerber erhält ein einfaches und nicht übertragbares Nutzungsrecht, das ihn zum privaten Gebrauch des E-Books und all der dazugehörigen Dateien berechtigt.

Der Inhalt dieses E-Books darf von dem Kunden vorbehaltlich abweichender zwingender gesetzlicher Regeln weder inhaltlich noch redaktionell verändert werden. Insbesondere darf er Urheberrechtsvermerke, Markenzeichen, digitale Wasserzeichen und andere Rechtsvorbehalte im abgerufenen Inhalt nicht entfernen.

Der Nutzer ist nicht berechtigt, das E-Book – auch nicht auszugsweise – anderen Personen zugänglich zu machen, insbesondere es weiterzuleiten, zu verleihen oder zu vermieten.

Das entgeltliche oder unentgeltliche Einstellen des E-Books ins Internet oder in andere Netzwerke, der Weiterverkauf und/oder jede Art der Nutzung zu kommerziellen Zwecken sind nicht zulässig.

Das Anfertigen von Vervielfältigungen, das Ausdrucken oder Speichern auf anderen Wiedergabegeräten ist nur für den persönlichen Gebrauch gestattet. Dritten darf dadurch kein Zugang ermöglicht werden.

Die Übernahme des gesamten E-Books in eine eigene Print- und/oder Online-Publikation ist nicht gestattet. Die Inhalte des E-Books dürfen nur zu privaten Zwecken und nur auszugsweise kopiert werden.

Diese Bestimmungen gelten gegebenenfalls auch für zum E-Book gehörende Audiodateien.

Anmerkung

Sofern der Printausgabe eine CD-ROM beigefügt ist, sind die Materialien/Arbeitsblätter, die sich darauf befinden, bereits Bestandteil dieses E-Books.

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Chris Clarke: „Positive Demenzpflege“ (9783456858012) © 2019 Hogrefe Verlag, Bern.

Inhalt

Geleitwort zur deutschsprachigen Ausgabe 11
Geleitwort 15
Danksagung 19
Einführung 21

1 Altern, Gesundheit und Positive Psychologie 25
1.1 Einleitung 25
1.2 Einführung in die Positive Psychologie 26
1.3 Schlüsselmodelle der Positiven Psychologie 29
1.3.1 Values in Action (VIA) 29
1.3.2 PERMA-Modell 30
1.3.3 Fünf Bereiche Positiver Funktionalität (DPF-5) 30
1.4 Positive Psychologie im Alter 31
1.4.1 Emotionsregulation im höheren Lebensalter 32
1.5 Gerotranszendenz 33
1.6 Bewältigung und Wohlbefinden förderndes Umfeld 34
1.7 Positive Psychologie und chronische Krankheit 35
1.8 Erhalt von Wohlbefinden bei älteren Menschen 37
1.8.1 Resilienz 37
1.8.2 Optimismus und positive Erwartungshaltung 38
1.8.3 Selbstwirksamkeit 39
1.9 Fazit 40
1.10 Literatur 41

2 Der Ansatz der Positiven Psychologie bei Demenz 45
2.1 Demenz aus der Perspektive von Krankheit 46
2.2 Vom krankheitsbasierten zum positiven psychologischen Ansatz 48
2.2.1 Die person-zentrierte Perspektive 48
2.2.2 Verbindungen zur Positiven Psychologie 49
2.2.3 Die Macht der Sprache 51

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Chris Clarke: „Positive Demenzpflege“ (9783456858012) © 2019 Hogrefe Verlag, Bern.

2.3 Ein gutes Leben mit Demenz 52
2.4 Gelebte Erfahrungen mit Demenz: Belege für positive psychologische Konzeptionen 54
2.5 Positive Psychologie und Demenz: Vorbehalte und Möglichkeiten 58
2.6 Zusammenfassung: Ein positiver person-zentrierter Ansatz bei Demenz 59
2.7 Literatur 62

3 Wohlbefinden bei Demenz 67
3.1 Wohlbefinden: Beitrag zur Positiven Psychologie 68
3.2 Wohlbefinden im Alter und bei chronischer Krankheit 70
3.3 Wohlbefinden und Lebensqualität bei Demenz 71
3.4 Messmethoden 72
3.5 Faktoren mit Auswirkungen auf die Bewertung der Lebensqualität bei Demenz 73
3.6 Gelebte Erfahrungen 74
3.6.1 Selbstsein und Identität 75
3.6.2 Zielverfolgung und Zugehörigkeit 76
3.6.3 Sinnerleben und Freude 76
3.7 Programme und Interventionen 77
3.8 Zusammenfassung 79
3.9 Literatur 80

4 Hoffnung und Demenz 85
4.1 Definition von Hoffnung in der Gesundheitsversorgung 86
4.2 Hoffnung im Alter 87
4.3 Hoffnung bei Krankheit 90
4.3.1 Hoffnung auf ein Heilmittel 91
4.3.2 Hoffnung, die über Heilung hinausgeht 91
4.4 Zu hoffen wagen bei Demenz 92
4.5 Was ist Hoffnung für Menschen mit Demenz? 95
4.6 Zusammenfassung 99
4.7 Literatur 100

5 Humor und Demenz 103
5.1 Wesen und Funktion von Humor 104
5.2 Humor und Gesundheit 106
5.2.1 Psychische Gesundheit 106
5.2.2 Physische Gesundheit 107
5.3 Humor im Alter 108
5.4 Humor und Demenz 109
5.5 Die Bedeutung von Humor bei Demenz in Paarbeziehungen: Ergebnisse einer qualitativen Studie 112
5.6 Zusammenfassung 116
5.7 Literatur 118

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Chris Clarke: „Positive Demenzpflege“ (9783456858012) © 2019 Hogrefe Verlag, Bern.

6 Resilienz und ein gutes Leben mit Demenz 121
6.1 Erfolgreiches Altern 122
6.2 Resilienz-Modell und Instrumente zur Messung von Resilienz 123
6.3 Resilienz und Alter 124
6.4 Resilienz und Demenz 125
6.5 Resilienz und Demenz: eine Studie 126
6.5.1 Methodik 126
6.5.2 Ergebnisse 127
6.6 Auswirkungen auf die Praxis 131
6.7 Zusammenfassung 132
6.8 Literatur 133

7 Wachstum 137
7.1 Was ist Wachstum? 138
7.2 Lebenslanges Wachstum 138
7.3 Wachstum älterer Menschen 140
7.4 Wachstum durch Krisen 141
7.4.1 Wachstum durch Krankheit 143
7.5 Wachstum bei Demenz möglich? 145
7.5.1 Ergebnisse und Auswirkungen der Studie 149
7.6 Zusammenfassung 150
7.7 Literatur 151

8 Kreativität und Demenz 155
8.1 Einführung 155
8.2 Was ist Kreativität? 156
8.2.1 Der kreative Prozess 156
8.2.2 Der kreative Mensch 156
8.2.3 Das Produkt 157
8.3 Kreativität und Alter 158
8.4 Warum Kreativität für Menschen mit Demenz? 159
8.5 Der Moment 159
8.6 Flow 159
8.7 Beispiele kreativ-künstlerischer Aktivität 161
8.7.1 Die Elderflowers und der Humor 161
8.7.2 Heather Hill und der Tanz 163
8.7.3 Ian McQueen und die Dichtung 165
8.8 Wertschätzung von Kreativität 166
8.9 Instrumente zur Beurteilung der Wirkung von Kreativität 167
8.10 Zusammenfassung 168
8.11 Hilfreiche Websites 169
8.12 Literatur 169

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Chris Clarke: „Positive Demenzpflege“ (9783456858012) © 2019 Hogrefe Verlag, Bern.

9 Spiritualität und Weisheit 171
9.1 Die Entdeckung der Person mit Demenz 171
9.2 Spiritualität 172
9.3 Weisheit 176
9.4 Kreativer Ausdruck 177
9.5 Religion 178
9.6 Demenz und Spiritualität 179
9.7 Von der Belanglosigkeit zur Spiritualität 180
9.8 Literatur 182

10 Positive Psychologie und beziehungsorientierte Betreuung bei Demenz 185
10.1 Einführung 185
10.2 Positive Psychologie, Beziehungen und Altern 186
10.3 Positive Psychologie, Beziehungen und Demenz 188
10.4 Interdependenz: Schaffen einer bereichernden Umgebung 191
10.5 Anreicherung der Demenzerfahrung: Ein zeitlicher Ansatz 194
10.6 Literatur 198

11 Positive Erfahrungen in der Demenzbetreuung 201
11.1 Positive Emotionen unter schwierigen Umständen 202
11.2 Positive Aspekte der Betreuung von älteren und chronisch kranken Menschen 203
11.3 Kann die Betreuung von Menschen mit Demenz eine positive Erfahrung sein? 206
11.3.1 Theoretische Modelle der Demenzbetreuung 207
11.3.2 Besteht eine Verbindung zwischen positiven und negativen Betreuungsaspekten? 207
11.3.3 Welche Rolle spielen PBA für die Betreuungserfahrung? 208
11.3.4 Sind Interventionen zur Förderung von PBA sinnvoll? 210
11.3.5 Haben PBA Auswirkungen auf die Betreuungsergebnisse für die Person mit Demenz? 211
11.4 Zusammenfassung 212
11.5 Literatur 214

12 Wege zu einer Positiven Psychologie bei Demenz – ein Gesamtüberblick 217
12.1 Überblick 217
12.2 Gefahren 219
12.3 Entwicklung eines Modells zur Anwendung der Positiven Psychologie bei Demenz 220
12.3.1 Ein allumfassendes, prozessbasiertes Konzept 221
12.3.2 Bereiche der positiven Funktionalität bei Demenz 222

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Chris Clarke: „Positive Demenzpflege“ (9783456858012) © 2019 Hogrefe Verlag, Bern.

12.4 Definition und Messung von Wohlbefinden bei Demenz – Bewusstseinsverschiebung . . . 223
12.4.1 Lebensqualität . . . 224
12.4.2 Derzeitige Anwendung von Messinstrumenten der Positiven Psychologie . . . 225
12.4.3 Mögliche Wege für die Zukunft . . . 225
12.5 Auswirkungen auf die klinische Praxis bei Demenz . . . 231
12.6 Auswirkungen auf die öffentliche Politik und den Diskurs um Demenz . . . 234
12.7 Literatur . . . 236

13 Positive, fähigkeitenorientierte Pflege von Menschen mit Demenz . . . 241
13.1 Definition . . . 243
13.2 Hintergründe . . . 244
13.2.1 Fähigkeitenansatz und die Grundstrukturen des Menschlichen . . . 244
13.2.2 Das Positive – Tugenden, Stärken und Ressourcen . . . 247
13.3 Modell der positiven, fähigkeitenorientierten Pflege von Menschen mit Demenz . . . 249
13.4 Grundkonzepte einer positiven Pflege von Menschen mit Demenz . . . 253
13.5 Fähigkeitenorientiertes Assessment . . . 255
13.6 Fähigkeitenorientierte Pflegephänomene . . . 255
13.7 Fähigkeitenorientiert Intervenieren . . . 257
13.8 Ausblick . . . 259
13.9 Literatur . . . 260
Anmerkung . . . 260

Autorenverzeichnis . . . 261
Dementia-Care Programm des Hogrefe Verlags . . . 263
Sachwortverzeichnis . . . 269

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Chris Clarke: „Positive Demenzpflege“ (9783456858012) © 2019 Hogrefe Verlag, Bern.

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Chris Clarke: „Positive Demenzpflege“ (9783456858012) © 2019 Hogrefe Verlag, Bern.

Geleitwort zur deutschsprachigen Ausgabe

Ich bin froh um dieses Buch. Ich bin froh um die Perspektive, die es einnimmt. Ich bin froh um die Deutlichkeit mit der die Autorinnen und Autoren darlegen, dass Menschen im Laufe ihres Lebens stetig lernen, wachsen und sich entwickeln und dass eben Menschen mit Demenz hier keine Ausnahme bilden müssen. Und nicht zuletzt bin ich froh darüber, dass sie überzeugend auf die Möglichkeit verweisen, dass die Prozesse und Interventionen, die Wachstum im Kontext einer signifikanten, lebensverändernden und -bestimmenden Erkrankung unterstützen, auch auf eine Krankheit wie Demenz anwendbar sind. Diese Sichtweise ergänzt die heute leider noch immer meist einseitige Fokussierung auf Abbau, Verluste und Defizite, die mit einer Demenzerkrankung verbunden werden. Und es ist ganz gezielt hier von „ergänzen" die Rede. Denn der Ansatz der Positiven Psychologie negiert die mit einer Demenzerkrankung verbundenen Belastungen und Ängste in keiner Weise. Vielmehr soll ganz bewusst der Blick auf Wachstumserfahrungen im Angesicht einer Demenzerkrankung gelenkt werden und so das, was das Leben im Allgemeinen ausmacht, auch für die Erfahrung eines Lebens mit Demenz für gültig erklärt werden.

Noch immer gehört die Diagnose „Demenz" zu den am meisten gefürchteten von Menschen über 65 Jahren. Aber selbst wenn schon viel zur Entstigmatisierung von Demenzerkrankungen erreicht werden konnte, viele Länder (darunter auch die Schweiz) nationale Demenzstrategien oder -pläne in Kraft gesetzt haben, konnten dennoch mehr als 30 Jahre Informations-, Aufklärungs- und Sensibilisierungsarbeit von Patienten- und Angehörigenorganisationen weltweit die Angst vor Demenz nicht grundsätzlich eliminieren. Die Sorge vor dem „Verlust von Persönlichkeit", vor Abhängigkeit und – wie leider auch in den Medien häufig zu lesen – „Siechtum" ist noch immer weit verbreitet. Die Autorinnen und Autoren des Buches bringen es auf den Punkt, wenn sie feststellen „Im Grunde schätzen wir die Qualitäten von Demenzkranken nicht wert, weil wir Menschen mit Demenz selbst nicht wertschätzen: Wir behandeln sie als Problem, als Unannehmlichkeit und sogar als Platzverschwendung, weshalb wir unsere begrenzten Ressourcen für die Entdeckung eines Heilmittels zur Beseitigung der Demenz selbst verwenden".

Eine solche, in der Öffentlichkeit vertretene ausschliesslich krankheitsfokussierte Auslegung von Demenz hat negative Klischees und stigmatisierende soziale Prozesse gefördert. Solche einseitig negativen Meinungen stehen jedoch in diametralem Gegensatz zu

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Chris Clarke: „Positive Demenzpflege" (9783456858012) © 2019 Hogrefe Verlag, Bern.

vielfältigen positiven Erfahrungen die Menschen mit einer Demenzerkrankung, deren Angehörige oder auch Pflegefachpersonen, die in der täglichen Arbeit mit Demenzerkrankten im Kontakt sind, häufig berichten.

Immer häufiger finden sich in den letzten Jahren Berichte in denen Betreuende von Menschen mit Demenz (im privaten oder auch im professionellen Kontext) davon berichten, dass ihnen die Auseinandersetzung mit der Demenzerkrankung die Chance bot, durch ihre Erfahrungen zu lernen, zu entdecken, neu zu bewerten und Sinn zu finden. Warum sollte dies dann nicht auch möglich sein bei denjenigen, die von der Diagnose „Demenz" direkt betroffen sind, also den Demenzerkrankten selbst? Hierfür sucht der Ansatz der Positiven Psychologie Antworten zu finden.

Positive Psychologie stellt somit einen Ansatz dar, der Menschen mit Demenz aus ihrer „Verbannung" eines vermeintlich ausschliesslich durch Verluste und Defizite gekennzeichneten Daseins zurück, mitten ins Leben holt, indem sie uns einen Zugang zu den positiven Seiten einer Demenzerkrankung ermöglicht. Dies jedoch nicht in einseitiger oder gar beschönigender Weise, sondern in voller Anerkennung der Belastungen, Ängste und Sorgen, die mit einer Demenzdiagnose einhergehen. Sie bietet den Blick auf „die andere Seite der Medaille" und stellt dadurch eine Balance zu den einseitig negativen Sichtweisen und Bewertungen her. In besonderer Weise bietet sie damit vor allem auch einen theoretischen Verständnisrahmen, der die Bedeutung positiver Erlebnisse und Erfahrungen persönlichen Wachstums von Menschen mit Demenz gerade aufgrund oder trotz ihrer Diagnose bei gleichzeitiger Verlusterfahrung ins Scheinwerferlicht rückt. Positive Psychologie ermöglicht es somit Interventionen abzuleiten, die Menschen mit Demenz darin unterstützen, ihr Personsein und ihre Lebensqualität zu bewahren, Sinnerleben, Zukunftsorientierung und auch persönliches Wachstum zu erfahren. Dabei stellt das (soziale, gesellschaftliche) Umfeld einen wichtigen Hintergrund, der Ermöglichungsstrukturen schafft, damit Wachstumserfahrungen und Wohlbefinden erlebt werden können.

Positive Psychologie gibt dem, was landläufig als „Wertschätzung des Hier und Jetzt" bekannt ist, für ein Leben mit einer Demenzdiagnose grosse Bedeutung. Sie anerkennt, dass es zentral für die Auseinandersetzung und Bewältigung eines Lebens mit Demenz ist, die Diagnose als Teil des eigenen Lebens zu akzeptieren, wobei sie das Bewahren von Hoffnung als zentral für diese Akzeptanz beschreibt. Dies ermöglicht es den Erkrankten, sich auf den Erhalt eines sinngebenden und zielgerichteten Lebens zu konzentrieren, anstatt ausschliesslich auf ihrer Krankheit und die damit verbundenen Verlust und Einschränkungen zu fokussieren.

Wenn es uns gelingt eine Person mit Demenz für das zu respektieren, was sie einmal war und besonders auch für das, was sie trotz aller krankheitsbedingten Symptome immer noch ist, sowie für das, was sie werden kann, dann – und erst dann – begegnen wir ihr auf Augenhöhe. Eine Voraussetzung für den würdevollen und wertschätzenden Umgang mit Menschen mit Demenz, den Kitwood 2019 in seinem person-zentrierten Ansatz bereits vor fast 30 Jahren beschrieb und der damals einen ersten bedeutenden Paradigmenwechsel in der Betrachtung eines Menschen mit Demenz auslöste.

Die Autorinnen und Autoren legen dar, dass es ganz wesentlich noch an Theorien und Forschungsstudien zur Beschreibung und Erklärung von Wachstum bei Menschen mit Demenz mangelt. Diese sind jedoch essentiell, um zu verstehen, wie und unter welchen Bedingungen Wachstum im Kontext von Demenz gefördert werden kann, inwieweit es auf kognitiver Fähigkeit beruht und wie es mit Wohlbefinden von Menschen mit Demenz verbun-

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Chris Clarke: „Positive Demenzpflege" (9783456858012) © 2019 Hogrefe Verlag, Bern.

den werden kann. Die Positive Psychologie weist auch darauf hin, dass man mit der Annahme, dass Demenz auf subjektiver Ebene nur mit Verlust und Abbau verbunden ist, vorsichtig sein muss und wir nicht unsere eigenen Ängsten auf das Erleben der Erkrankten projizieren dürfen. Vielmehr gilt es, sie selbst direkt nach ihren subjektiven Erfahrungen von Wachstum fragen und diese auch als „real" und „gültig" anzuerkennen. Die häufiger werdenden Beispiele in denen Menschen mit Demenz sich selbst zu Wort melden stimmt mich zuversichtlich, dass ihre Stimmen lauter und ihre Anliegen zukünftig besser gehört werden.

Ich bin froh um dieses Buch. Ich bin froh um die Perspektive, die es einnimmt. Ich bin froh um die Deutlichkeit mit der die Autorinnen und Autoren darlegen, dass Menschen im Laufe ihres Lebens stetig lernen, wachsen und sich entwickeln und dass Menschen mit Demenz hier keine Ausnahme bilden.

Dr. Stefanie Becker, Alzheimer Schweiz, Juli 2019

Literatur

Kitwood, T. (2019). *Demenz. Der person-zentrierte Ansatz im Umgang mit verwirrten Menschen.* (8. Aufl.) Bern: Hogrefe.

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Chris Clarke: „Positive Demenzpflege" (9783456858012) © 2019 Hogrefe Verlag, Bern.

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Chris Clarke: „Positive Demenzpflege“ (9783456858012) © 2019 Hogrefe Verlag, Bern.

Geleitwort

Seit über zwanzig Jahren lebe ich nun mit Demenz. Während dieser Zeit konnte ich feststellen, dass man sich allmählich wegbewegt hat von den negativen Darstellungen, in denen die Stimmen derjenigen mit realen Erfahrungen ausgeschlossen waren. Dieses neue, von Chris Clarke und Emma Wolverson herausgegebene Buch verschafft unserer Stimme nun mit Macht Gehör und deckt einfühlsam und verständnisvoll auf, was uns wirklich ein Gefühl von Wohlbefinden beschert.

Hätte es dieses Buch und diese Art zu denken schon gegeben, als bei mir die Diagnose Demenz gestellt wurde, wie anders wären meine Erfahrungen gewesen! Es war ein Kampf, sich angesichts des Unglaubens, dass ich sprechen konnte und mein Leben sogar zielgerichtet und sinngebend war, Gehör zu verschaffen. Die Hoffnung auf einen noch positiveren gesellschaftlichen Diskurs über ein gutes Leben mit Demenz ist groß und diese Arbeit leistet dazu einen außerordentlich wichtigen Beitrag. Jede Phase auf unserer Reise, die wir nach Erhalt der Diagnose antreten, kann durch die Positive Psychologie bereichert werden mit dem Ziel, uns Wohlbefinden zu ermöglichen. Wir können uns weiterentwickeln von einem Leben in demenzfreundlichen Gemeinschaften hin zu einem Leben in demenzpositiven Gemeinschaften, die uns dabei unterstützen, Sinn in unserem Leben zu finden und uns selbst zu verwirklichen.

Die Herausgeber dieses Buches geben einen kritischen Überblick über den aktuellen Zustand der theoretischen und empirischen Forschung in Hinblick auf das Potenzial der Positiven Psychologie, eudämonistisches Wohlbefinden von Menschen mit Demenz zu verbessern. Dabei weisen sie behutsam auf Lücken hin und führen starke Argumente für spannende und zukunftsweisende Wege bei der Entwicklung eines soliden positiv-psychologischen Modells an, das für uns alle, die wir gut mit Demenz leben, und für die Menschen, die uns betreuen, von großer Bedeutung ist.

Die Kapitel dieses hilfreichen Buches richten das Augenmerk auf positive Ergebnisse und treten damit dem vorherrschenden biomedizinischen Diskurs von Negativität und Verlust, der Demenz umgibt und zu Stigmatisierung und Angst geführt hat, entgegen. Anstelle des Versuchs, lediglich die sogenannten medizinischen Symptome der Demenz wie Depression und Angst zu minimieren, machen die psychosozialen Interventionen große Hoffnung auf eine Zunahme positiver Erfahrungen.

Bei der Analyse der bisher durchgeführten qualitativen und quantitativen Studien ermittelten die Herausgeber dieses Buches einen Bedarf an weiteren Studien, die sich auf ein

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Chris Clarke: „Positive Demenzpflege“ (9783456858012) © 2019 Hogrefe Verlag, Bern.

solides theoretisches Gerüst stützen. Dieses würde Studien zu Aspekten von persönlichen Eigenschaften, sozialem Umfeld und psychosozialen Prozessen untermauern. Was genau ist notwendig, damit wir uns positiv entwickeln, wachsen und Resilienz im Angesicht einer Demenz zeigen können? Wie kann unser Wohlbefinden gemessen, prognostiziert, erhalten und gefördert werden?

Für mich war es beruhigend festzustellen, dass die Meinungen in diesem Buch ausgewogen und detailliert dargelegt werden und dass davor gewarnt wird, Negativität zu ignorieren oder denjenigen von uns Schuld zuzuweisen, die nicht über die Erfahrung von Demenz hinausgehen oder an dieser Erfahrung wachsen können. Diese Ausgewogenheit zeigt sich an der deutlichen Diskussion darüber, wie aus dem Wechselspiel zwischen positiven und negativen Aspekten unseres Lebens Wohlbefinden entstehen kann, wobei sogar negative Erfahrungen zu Resilienz und Wachstum führen können.

In einer systematischen Analyse der Studien werden die positiven Erfahrungen und Merkmale, die dem Personsein bei Demenz zugrunde liegen, untersucht. Zudem werden die Forschungsarbeiten besprochen, welche sich mit der wechselseitigen Abhängigkeit und Gegenseitigkeit in Beziehungen sowie mit der Notwendigkeit einer beziehungszentrierten Betreuung beschäftigen, da diese Themen sowohl diejenigen von uns mit Demenz als auch diejenigen, die uns betreuen, bei dem Erlangen von Wohlbefinden unterstützen. Auch hier findet sich wieder eine willkommene Gegendarstellung zu Begriffen wie „Belastung“ und „Stress“, an deren Stelle die Entdeckung positiver Aspekte von Betreuung rückt.

Diese wichtige Arbeit ist eine solide und sorgfältige Analyse des gegenwärtigen Verständnisses von Positiver Psychologie und ihres Potenzials bei Demenz. Sie rückt das Bild von Demenz in ein anderes Licht und richtet das Augenmerk auf ein gutes Leben damit, wie dies durch viele von uns, die wir Experten in gelebter Erfahrung sind, bewiesen wird. Am wichtigsten dabei ist, dass sie ein Wegweiser für weitere Arbeiten auf der Suche nach einer Verbesserung unserer Fähigkeit ist, die Positive Psychologie zu nutzen, um gut mit Demenz zu leben.

Die Positive Psychologie könnte und sollte bei der Entwicklung von Strategien, Programmen und Hilfsangeboten für Menschen mit Demenz an vorderster Front stehen. Vorrangig hierbei ist die Notwendigkeit, unseren gelebten Erfahrungen Gehör zu schenken und sich darauf zu konzentrieren, was für diejenigen von uns, die wir unser Bestes für ein gutes Leben mit Demenz geben, wirklich zählt in unserem Bemühen, ungeachtet des Stigmas und der Ängste der heutigen Gesellschaft eine Balance zu finden zwischen positiven und negativen Erfahrungen. Trotz des Lebens mit Demenz erleben wir wirkliche sinngebende Momente von Flow, Kreativität, Humor, Spiritualität, Verbundenheit und sogar von Weisheit, Wachstum und Transzendenz. Wir haben das Gefühl, voranzukommen und im Jetzt leben zu können.

Dieses Buch lehrt uns, was es heißt, Mensch zu sein und ein Leben zu leben, das trotz, durch und mit Demenz zielgerichtet und sinngebend ist. Die Positive Psychologie verändert die Sichtweise fundamental, weil sie uns mit neuen Augen betrachtet – die Welt hat sich seit Erhalt meiner Diagnose vor all den vielen Jahren wirklich auf ihrer Achse verschoben! Wir bewegen uns weg von der biomedizinischen Perspektive, die den Verlust, die Symptome und die Krankheit in den Vordergrund stellt, weg davon, uns negativ als Leidende oder Opfer abzustempeln. Jetzt können wir aufstehen als Überlebende mit der Hoffnung auf ein bedeutsames, sinngebendes Leben, in dem wir mit Unterstützung der Positiven Psychologie Wohlbefinden erfahren können.

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Chris Clarke: „Positive Demenzpflege“ (9783456858012) © 2019 Hogrefe Verlag, Bern.

Die Klarheit der Argumente in diesem Buch und die eindeutige Weise, in der es den Weg weist in eine Zukunft der Positivität und des guten Lebens mit Demenz, geben mir große Hoffnung für all diejenigen, bei denen heute und in Zukunft Demenz diagnostiziert wird. Neue Horizonte des Wohlbefindens, Wachstums und der Transformation haben sich eröffnet. Wir können Sinn finden in dem Chaos des Lebens und andere inspirieren, weil wir uns positiv entwickeln und gut mit Demenz leben.

Da ich die Transformation eines Lebens, das durch die Diagnose Demenz unterbrochen wurde, durchlebt habe, finde ich Inspiration in der Positiven Psychologie. Sie birgt das Versprechen, uns und die Menschen, die uns betreuen, dabei zu unterstützen, eine hilfreiche Balance zu finden zwischen Positivität und Negativität für ein Leben in Wohlbefinden und eine gute Bewältigung der Realität von Abbau und Tod.

Ich wage auf eine Gesellschaft zu hoffen und an eine Gesellschaft zu glauben, die diejenigen von uns, die gut mit Demenz leben, nicht mehr länger ausschließt, fürchtet und stigmatisiert.

Christine Bryden
März 2016

Literatur

Bryden, C. (2012). *Who will I be when I die?*. London: Jessica Kingsley Publishers.

Bryden, C. (2005). *Dancing with dementia*. London: Jessica Kingsley Publishers.

Bryden, C. (2011). *Mein Tanz mit der Demenz*. Bern: Hogrefe Verlag.

Bryden, C. (2015). *Nothing about us, without us!*. London: Jessica Kingsley Publishers.

Bryden, C. (2016). *Nichts über uns, ohne uns!*. Bern: Hogrefe Verlag.

Bryden, C. (2015). *Before I Forget*. Melbourne: Penguin Books Australia

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Chris Clarke: „Positive Demenzpflege“ (9783456858012) © 2019 Hogrefe Verlag, Bern.

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Chris Clarke: „Positive Demenzpflege“ (9783456858012) © 2019 Hogrefe Verlag, Bern.

Danksagung

Unsere Autoren haben wahrhaft herausragende und inspirierende Kapitel geschrieben, wobei jedes für sich Anerkennung verdient. Ihrem wohlmeinenden und umsichtigen Engagement verdanken wir die Entstehung dieses Buches.

Etliche Mitglieder meiner Familie sowie Freunde, Kollegen und auch meine geschätzte Mitherausgeberin haben wesentlich dazu beigetragen, dass mein Einsatz für dieses Buch nicht nachgelassen hat und die Vision, auf der es beruht, wachgehalten wurde. Jedem von ihnen bin ich zutiefst dankbar.

Inspiration für dieses Buch waren die gelebten Erfahrungen von Menschen mit Demenz, wobei einer von ihnen hierbei besonders zu erwähnen ist: Harold Walter „Nobby" Clarke, ein kreativer, humorvoller und großherziger Herr mit Demenz, der sein Leben unbeirrt weiterlebte.

Chris Clarke

Ich schätze mich glücklich, von einigen wirklich inspirierenden Menschen aus der Praxis beraten worden zu sein, die mich gelehrt haben, überall Stärken und Möglichkeiten zu sehen. Dabei möchte ich mich ganz besonders bei Esme, Peter, Janet und Karen bedanken.

Ebenso möchte ich meiner wunderbaren Familie und hier insbesondere Eddy, Charlotte Rose und unserem „Neuzugang" danken, die mein Leben mit so viel Liebe, Humor, Hoffnung und Freude bereichert haben.

In Gedenken an Eileen – eine bemerkenswerte Frau.

Emma Wolverson

Gemeinsam möchten wir zudem den Mitgliedern der Selbsthilfegruppe Butterflies Memory Loss Support Group unter der Leitung von June Cooke (siehe www.butterflies.org.uk) danken und ihnen unsere Hochachtung aussprechen, denn sie haben mit bewundernswertem Enthusiasmus und Einfühlungsvermögen themenorientierte Illustrationen geschaffen, die alle Kapitel dieses Buches einleiten. Des Weiteren danken wir Tricia Boulton (www.facetphotography.co.uk) für ihre Bereitschaft, ihre Sachkenntnis einzubringen, damit aus diesen Illustrationen wunderschöne Bilder entstehen.

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Chris Clarke: „Positive Demenzpflege" (9783456858012) © 2019 Hogrefe Verlag, Bern.

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Chris Clarke: „Positive Demenzpflege“ (9783456858012) © 2019 Hogrefe Verlag, Bern.

Einführung

Es wäre typisch, ein Buch über Demenz mit der Beschreibung der vielen Probleme und Belastungen, die Menschen, Gesundheitssystemen und der Gesellschaft aufgebürdet werden, zu beginnen. Wie die Leser wissen, begegnen uns überall auf der Welt immer mehr Menschen mit Demenz, da wir immer älter werden. Dabei stehen wir möglicherweise bedeutenden Herausforderungen gegenüber, die unser Wohlbefinden, unser Identitätsgefühl und die Kontinuität enger Beziehungen betreffen. Entscheidungsträger und diejenigen, die im Gesundheits- und Sozialbereich arbeiten, müssen strategisch auf Demenz reagieren und sie als eine Priorität der öffentlichen Gesundheit sowie als gesellschaftlich und ökonomisch signifikant und dringlich betrachten.

Dieses Buch mit einer negativen und *problematisierenden* Darstellung von Demenz zu beginnen, würde jedoch seinem zentralen Ziel widersprechen: die psychischen Bedingungen und Erfahrungen zu erkunden, die es ermöglichen können, nicht einfach nur *mit* Demenz *zu leben*, sondern *positiv damit zu leben*. Auch wenn Demenz stigmatisiert und gefürchtet bleibt und einfach zu beschreiben ist mit den Begriffen Verlust, Abbau und Krankheit, ist dieses Buch der Versuch, eine alternative, positive Perspektive vorzustellen, die die wirklichen Erfahrungen eines Lebens mit Demenz widerspiegelt.

Warum aber ein Buch erstellen, das sich damit beschäftigt und eine solche Perspektive fördert? Es ist einfach, skeptisch gegenüber dem Gedanken von Wohlbefinden und von positiven persönlichen und sozialen Erfahrungen zu sein, wenn man von einem Leben mit Demenz spricht. Auch ist es vielleicht einfach davon auszugehen – wie dies viele vormals getan haben – dass die Veränderungen in den kognitiven, sozialen und funktionellen Fähigkeiten bei Demenz authentische Erfahrungen von Wohlbefinden stark einschränken, wenn nicht ausschließen. Eine natürliche Sorge ist eventuell auch, dass wir die negativen Erfahrungen und den Kampf der Menschen entkräften, wenn wir das Augenmerk auf die Möglichkeit solcher Erfahrungen lenken.

All diese Punkte dürfen wir nicht ignorieren oder unterbewerten. Um die Möglichkeit eines positiven Lebens mit Demenz zu betrachten, müssen wir zunächst den Einfluss der biomedizinischen Diskurse von Verlust und Krankheit, die Demenz in der Regel begleiten, erkennen. Diese Diskurse implizieren, dass Demenz automatisch den Lebensalltag eines Menschen dominiert und sich verheerend darauf auswirkt. Deshalb werden Menschen mit Demenz selten gefragt, ob (und auf welche Weise) sie noch immer Glück, Freude, Liebe, Hoffnung, Humor, Wachstum und Spi-

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Chris Clarke: „Positive Demenzpflege“ (9783456858012) © 2019 Hogrefe Verlag, Bern.

ritualität erleben. Die Annahme, dass sie diese Art von Erfahrungen nicht machen und nicht machen können, besteht daher weiterhin.

Ob ein Leben mit Demenz – auf subjektiver Ebene – das Ausmaß an Leid einschließt, das vielleicht angenommen wird, ist bis jetzt noch ziemlich unklar und in den letzten Jahren wurde zunehmend über positive Erfahrungen von Menschen, die mit Demenz leben, berichtet. Dies fiel zeitlich mit einer Neubewertung der Bedeutung von offenen Studien zu den realen Erfahrungen von Menschen zusammen, welche auf phänomenologischen und konstruktionistischen Sichtweisen und qualitativen Forschungsmethoden basieren. Gleichzeitig werden heute zunehmend Prinzipien und Konstrukte aus dem Bereich der Positiven Psychologie genutzt, um zu verstehen, wie Menschen erfolgreich altern und positiv auf widrige Umstände infolge langfristiger Gesundheitsprobleme reagieren können. Die sogenannte *zweite Welle* der Positiven Psychologie ist sehr bedeutsam hier, da sie sich damit beschäftigt, inwieweit positive und negative Bedingungen zusammenspielen und kontextuell bestimmt sind.

Positive Prozesse und Erfahrungen mit Demenz zu dokumentieren und zu verstehen, hat bedeutende Auswirkungen auf die Verbesserung konzeptueller Darstellungen von Wohlbefinden und Lebensqualität sowie auf eine Neukontextualisierung und Destigmatisierung von Demenz.

Da die meisten Menschen erst in höherem Alter mit Demenz konfrontiert werden, richtet dieses Buch das Hauptaugenmerk darauf, wie positive Erfahrungen im Kontext des Alterns und der demenzassoziierten Veränderungen und Herausforderungen gemacht werden. Wir hoffen, dass dieses Buch nicht als bedeutungslos für jüngere Menschen mit Demenz in ihrem Versuch, gut zu leben, betrachtet wird, aber wir erkennen auch, dass dies ganz eigene spezifische Themen und Herausforderungen beinhaltet, die gesondert behandelt werden sollten.

Die Kapitel 1 und 2 dieses Buches geben einen Überblick über die Hintergründe und Motive für eine kontextbezogene, auf der Positiven Psychologie basierende Herangehensweise, um die positiven Erfahrungen von älteren Menschen mit Demenz besser zu verstehen. In Kapitel 1 führt Elspeth Stirling uns in die Positive Psychologie mit ihren zentralen Prinzipien und Modellen ein. Sie steckt den Rahmen für die nachfolgenden Kapitel, indem sie uns mit positiv-psychologischen Aspekten des Alterns (wie positive entwicklungsbedingte Veränderungen in der Persönlichkeit und der Emotionsregulation) vertraut macht und aufzeigt, inwiefern positive Bedingungen und Erfahrungen (wie Resilienz und Optimismus) zu Adaption und Wohlbefinden bei chronischer Krankheit führen können. Da sie aufzeigt, dass wir ein Leben mit Demenz konzeptuell ähnlich erfassen können wie ein gutes Leben mit einer chronischen Krankheit im Kontext des Alterns, können wir die nachfolgenden Kapitel dieses Buches besser verstehen.

In Kapitel 2 beschreiben wir gemeinsam mit Esme Moniz-Cook den Hintergrund für eine positive, person-zentrierte Herangehensweise an ein Verständnis von Wohlbefinden bei Demenz. Dazu stellen wir die Ergebnisse einer systematischen Prüfung der Fachliteratur zu positiven Erfahrungen mit Demenz vor und betrachten, inwieweit eine kontextbezogene, positive und person-zentrierte Herangehensweise ein alternatives Modell zu negativen Diskursen, die Demenz traditionell begleiten, sein kann.

Die nachfolgenden Kapitel untersuchen verschiedene Konstrukte oder Themen der Positiven Psychologie und ihre mögliche Anwendbarkeit, damit wir besser verstehen, was ein gutes Leben mit Demenz bedeutet. Jedes Kapitel wird durch eine Illustration eingeleitet, die der kreativen Arbeit der Demenz-Selbst-

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Chris Clarke: „Positive Demenzpflege“ (9783456858012) © 2019 Hogrefe Verlag, Bern.

hilfegruppe und -Interessenvertretung Butterflies in Kingston upon Hull (Großbritannien) entstammt und das Thema des Kapitels veranschaulicht.

In Kapitel 3 beschreibt Alison Phinney wichtige Konzepte von Wohlbefinden und Lebensqualität bei Demenz, wobei sie besonders hervorhebt, dass wir nicht alle Aspekte von Wohlbefinden vollständig kennen müssen, wenn wir versuchen, Lebensqualität zu beurteilen. In den Kapiteln 4 und 5 beschreiben wir, wie Hoffnung und Humor zu Wohlbefinden bei Demenz beitragen können und zeigen auf, dass diesbezügliche persönliche Erfahrungen bei Demenz verschiedene Bedeutungen und einen unterschiedlichen Stellenwert haben können. In Kapitel 6 beschäftigt sich Phyllis Braudy Harris mit dem Thema „Resilienz". Sie geht der Frage nach, warum dieses vieles umfassende Konzept eine Alternative zu eng gefassten Modellen erfolgreichen Alterns ist und eine integrativere Herangehensweise ermöglicht, um zu verstehen, wie Menschen mit Demenz trotz der verschiedenen demenzbedingten Herausforderungen persönliche und soziale Potenziale nutzen und Wohlbefinden erhalten können.

In Kapitel 7 stellen sich Kirsty Patterson und Emma Wolverson der schwierigen Frage, ob persönliches Wachstum, das Menschen im Alter und aufgrund von gesundheits- oder traumabedingten Krisen erreichen können, auch für Menschen mit Demenz möglich ist. Dabei wird die vielleicht umstrittene Möglichkeit untersucht, *aufgrund* der Demenz persönlich verändernde Erfahrungen zu machen, die wiederum zum Erleben neuer und anderer Formen von Wohlbefinden führen. Kapitel 8 und 9 behandeln die wichtigen Konstrukte von Kreativität (John Killick), Spiritualität und Weisheit (Andrew Norris und Bob Woods). Dabei erkunden die Autoren, in welcher Weise Erfahrungen in jedem dieser Bereiche bei Demenz nicht nur möglich sind, sondern potenziell eine Schlüsselrolle spielen bei der Erhaltung von Identität, Personsein und Wohlbefinden.

Die Kapitel 10 und 11 erweitern den Blickwinkel des Buches und erläutern, in welcher Weise die Positive Psychologie auf Beziehungen im Rahmen der Demenzbetreuung und auf das Verständnis positiver Betreuungserfahrungen angewandt werden kann. Bei ihrer Analyse der Anwendung eines „Senses Framework" (zu Deutsch etwa „Gefühlsgerüst") auf eine erfüllende, beziehungsbasierte Betreuung bei Demenz illustrieren Tony Ryan und Mike Nolan in Kapitel 10, inwieweit das Wohlbefinden eines Menschen mit Demenz untrennbar verknüpft ist mit der psychischen Gesundheit nicht nur von betreuenden Angehörigen und von Betreuungspersonal, sondern auch von ganzen Institutionen. In Kapitel 11 zeigt Catherine Quinn auf, dass positive Aspekte der Betreuung individuelle Erfahrungen von Sinnfindung, Verbundenheit und Wachstum einschließen können, was eventuell wiederum mit der Qualität der Betreuung durch Angehörige assoziiert ist.

Die Liste der in diesem Buch vorgestellten Konstrukte und Themen ist keineswegs vollständig. In vielerlei Hinsicht handelt es sich bei der Positiven Psychologie in Zusammenhang mit Demenz um ein aufstrebendes Forschungsgebiet und es sind – wie von uns in Kapitel 12 gefordert – viele weitere Studien vonnöten, um zu ermitteln, wie verschiedene Aspekte von Wohlbefinden bei Demenz erlebt und bestmöglich gefördert werden können. In diesem letzten Kapitel schlagen wir auf einer Metaebene versuchsweise ein erstes Modell zur Konzeptualisierung positiver Erfahrungen und Ergebnisse bei Demenz vor. Wir diskutieren zudem einige der Auswirkungen, die eine kontextbezogene positiv-psychologische Herangehensweise an Wohlbefinden bei Demenz auf den klinischen Bereich und die Politik haben könnte.

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Chris Clarke: „Positive Demenzpflege" (9783456858012) © 2019 Hogrefe Verlag, Bern.

Unsere eigenen Erfahrungen mit der Konzeption und Herausgabe dieses Buches und der Untersuchung positiver Erfahrungen und Emotionen bei Demenz zeigen die *Dialektik* dieser Thematik auf. Auf der einen Seite wurden wir dadurch inspiriert, dass eine Neudefinition der Herausforderungen und Verluste in Zusammenhang mit Demenz einhergehen kann mit Erfahrungen von Hoffnung, Humor, Resilienz, Sinnfindung und Verbundenheit oder diese sogar fördern, wenn Menschen ihr Wohlbefinden erhalten wollen. Auf der anderen Seite darf niemals vergessen werden, dass nicht jede Person, die mit Demenz lebt, solche positiven Erfahrungen macht. Dies zu erwarten wäre kontraproduktiv und würde wahrscheinlich zu weiteren negativen Erfahrungen führen.

Auch wenn wir und unsere Autoren in diesem Buch ganz bewusst das Ziel einer „Gegendarstellung" von Demenz verfolgt haben, wäre es falsch, gelebte Erfahrungen mit Demenz auf irgendeine Art von dichotome Rhetorik zu reduzieren. Die Realität unser aller Leben ist natürlich deutlich komplexer und beinhaltet ein Wechselspiel zwischen positiven und negativen Emotionen und Erfahrungen, die subjektiv und kontextabhängig definiert werden, und wir glauben, dass dies vielleicht noch stärker gilt für Menschen mit Demenz.

Gleichzeitig richtet dieses Buch absichtlich den Fokus auf alltägliche Begebenheiten im Leben von Menschen mit Demenz, die Anlass zum Staunen geben. Es stellt diese Begebenheiten positiv heraus als eine Reaktion auf nihilistische und andersartige Diskurse, die erfolgreich das vollständige Spektrum menschlicher Erfahrungen verdecken. Wie Jon McGregor in seinem Roman *If Nobody Speaks of Remarkable Things* (2002) (deutscher Titel: *Nach dem Regen*) hervorhebt, „... es passieren ständig bemerkenswerte Dinge, direkt vor unseren Augen, aber unsere Augen sind, als wären Wolken vor der Sonne, und unser Leben ist blasser und ärmer, wenn wir die Dinge nicht als das erkennen, was sie wirklich sind" (McGregor, 2002: 239).

Im Grunde genommen spricht dieses Buch darüber, auf welche Weise Menschen mit Demenz nicht nur trotz, sondern auch wegen ihrer Demenz weiterhin „bemerkenswerte Dinge" erleben und erreichen können.

Chris Clarke und Emma Wolverson
Juli 2016

Literatur

McGregor, J. (2002). *If Nobody Speaks of Remarkable Things*. London: Bloomsbury.

McGregor, J. (2006). *Nach dem Regen*. Stuttgart: Klett-Cotta.

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Chris Clarke: „Positive Demenzpflege" (9783456858012) © 2019 Hogrefe Verlag, Bern.

1 Altern, Gesundheit und Positive Psychologie

Elspeth Stirling

Von der Mauer aus, auf der wir in jungen Jahren sitzen, betrachten wir das Leben durch unseren Zeitfilter – unfähig, durch ihn hindurch in das spätere Leben zu blicken und herablassend voraussetzend, dass da nichts ist außer dem Verlust dessen, was wir jetzt wertschätzen. Von der Mauer aus, auf der wir in unserem späteren Leben sitzen, haben wir einen ganz anderen Blick. Wir erfahren Befreiung, Transzendenz, Verbundenheit und Transformation in der neuen Landschaft, die sich vor uns eröffnet. Wir begegnen ganz anderen Herausforderungen als bisher in unserem Leben und sind erfüllt von Erfahrungen der Gegenseitigkeit, des Vertrauens, der Demut, der Klarheit und der Dringlichkeit.

Elspeth Stirling

1.1 Einleitung

Alt werden ist in den letzten Jahrzehnten zumindest in den Teilen der Welt, die als „entwickelt“ bezeichnet werden, die Norm geworden (Rosling, 2013). Gleichzeitig gilt Glück zunehmend als Maß für sozialen Fortschritt und als Ziel der öffentlichen Politik (Helliwell/Layard/Sachs, 2015). Zwar ist dies nicht allgemeingültig, doch wird trotz einer erhöhten Wahrscheinlichkeit, Herausforderungen zu begegnen, die das Leben verändern, zunehmend über Erfahrungen eines *guten Lebens* bis ins hohe Alter und über die Bewahrung von Sinngebung und Wohlbefinden berichtet (siehe z. B. Kok et al., 2015). Als Gruppe können ältere

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Chris Clarke: „Positive Demenzpflege“ (9783456858012) © 2019 Hogrefe Verlag, Bern.

Menschen ihre Emotionen tendenziell besser regulieren und empfinden mehr Wohlbefinden und Lebenszufriedenheit als jüngere Menschen. Da die Möglichkeit guten Alterns zunehmend anerkannt und gefördert wird, ist die öffentliche Wahrnehmung höheren Alters nicht mehr so häufig überschattet von negativen oder unveränderlichen Klischees.

Das sich schnell erweiternde Feld der Positiven Psychologie bietet Perspektiven, konzeptuelle Modelle und empirische Ergebnisse, die sehr wichtig sind für das Verständnis, wie Menschen im Alter gut leben und gesundheitlichen Problemen verschiedener Art begegnen können. Sie zu nutzen, um besser zu verstehen, wie Menschen trotz objektiver Widrigkeiten wie Krankheit gut altern können, ist daher zentraler Fokus dieses Kapitels. Beschrieben werden maßgebliche Sichtweisen und Modelle der Positiven Psychologie sowie ihre konzeptuellen Wurzeln. Zudem gehen wir der Frage nach, wie diese dazu beitragen können, psychische Entwicklung und Wohlbefinden in Hinblick auf Altern und Gesundheit besser zu verstehen. Die Positive Psychologie ist wichtig, damit wir einen tieferen Einblick in die Erfahrung von Sinnerleben und Bedeutsamkeit im höheren Alter und bei Krankheit erhalten. Sie kann daher erheblich zur Entwicklung psychosozialer Interventionen mit dem Ziel der Erhaltung und Verbesserung von Wohlbefinden im Kontext altersassoziierter physischer und psychischer Herausforderungen beitragen.

1.2 Einführung in die Positive Psychologie

Ärzte, Ärztinnen und Wissenschaftler, die sich mit Menschen aller Altersgruppen beschäftigen, haben bereits vor einigen Jahrzehnten die Notwendigkeit eines neuen wissenschaftlichen Paradigmas erkannt, um sich aus den Fesseln krankheitsbasierter und krankheitsfokussierter Berichte über leidvolle Erfahrungen von Menschen zu befreien. Die Positive Psychologie ist der Wissenschaftsbereich, der sich mit der Untersuchung und dem theoretischen Hintergrund positiver Funktionalität und Wohlbefindens in individuellen, zwischenmenschlichen, organisatorischen und gesellschaftlichen Bereichen beschäftigt (Rusk/Waters, 2014).

Seligman (1999) gilt weithin als derjenige, der das Forschungsgebiet der Positiven Psychologie als Antithese zur traditionellen Dominanz von Pathologie und Negativität in der etablierten Psychologie eingeführt hat. Die Positive Psychologie widmet sich daher ganz bewusst den menschlichen Stärken und Tugenden, positiven subjektiven Erfahrungen sowie den grundlegenden Eigenschaften und der Messung von Wohlbefinden. Außerdem beschäftigt sie sich zunehmend mit den sozialen und umfeldassoziierten Bedingungen, die positive Erfahrungen und Wohlbefinden ermöglichen. Sie geht grundsätzlich davon aus, dass Menschen an und für sich motiviert sind, ihre psychischen Stärken zu entwickeln und ihr Leben lang nach positiven Gefühlen und Sinnhaftigkeit in ihren Tätigkeiten, Erfahrungen und sozialen Beziehungen streben.

Die Positive Psychologie ist ein nicht-pathologischer und pathologisierender Ansatz. Menschliches Leid ist auf einer Ebene mit normalen Erfahrungen zu betrachten und damit verknüpft, in welchem Ausmaß das soziale und physische Umfeld Menschen die Chance bietet, die eigenen Stärken zu nutzen und authentische optimale Erfahrungen zu machen. Gleichzeitig eröffnen neuere Betrachtungsweisen (siehe z. B. Wong, 2011) die Möglichkeit eines Nebeneinanders und einer Interaktion von positiven und negativen Erfahrungen und Emotionen – eine Position, die von großer Bedeutung ist für das Verständnis von Wohlbefinden bei Krisen und Krankheit (z. B. Aspin-

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Chris Clarke: „Positive Demenzpflege“ (9783456858012) © 2019 Hogrefe Verlag, Bern.