

Leitfaden für Eltern

AFi-KiDS - Hilfe bei demenziell erkrankten Großeltern

Einleitung

Liebe Eltern,

dieser Leitfaden soll Ihnen eine Stütze sein, wenn Ihr Kind einen an Alzheimer erkrankten Großelternteil erlebt. Dieses Erleben ist umso größer, je häufiger der Kontakt zu Menschen mit Demenz ist. Sind Großeltern Bezugspersonen im Alltag, dann bieten kindgerechte Erklärungen, wie sie die AFi-KiDS zur Krankheit liefern, Zugang zur häufigsten Form der Demenz.

Allerdings: Während Sie spätestens mit der Alzheimer-Diagnose über die Fragen wie Pflegesituation nachdenken, wird Ihr Kind besonders im Anfangsstadium über die Vergesslichkeit und Orientierungslosigkeit von Oma oder Opa hinweggehen. Das hängt zum einen damit zusammen, dass zu Beginn der Alzheimer-Krankheit der Verlauf schleichend ist. Zum anderen findet äußerlich keine Veränderung statt, anders als zum Beispiel bei einem Beinbruch. Auch eine Bettlägerigkeit ist nicht die Norm.

Sobald Kinder das veränderte Verhalten ihrer Großeltern als ungewöhnlich empfinden, stellen sie ihre Fragen. Wenn Ihr Kind zwischen fünf und zehn Jahren ist, hoffen wir, Sie mit diesem Leitfaden unterstützen zu können. Bleiben Sie mit Ihrem Kind im Gespräch und seien Sie offen für Fragen.

Lebenssituation Eltern und Kinder

In Deutschland leben rund 1,84 Millionen Menschen mit einer Demenzerkrankung. Da die meisten von ihnen direkt im häuslichen Umfeld gepflegt werden, sind vermutlich mehr als eine Million Familien direkt betroffen.

Unterschiedliche Lebensmodelle und -situationen bedeuten unterschiedliche Belastungen, wenn ein Familienmitglied an Alzheimer erkrankt und pflegebedürftig wird. Leben an Alzheimer erkrankte Menschen bei ihren Kindern und Enkeln, entfällt zwar der Fahrweg, doch die Betreuung kann schnell zum 24-Stunden-Job werden. Als Angehörige übernehmen Sie sich möglicherweise mit einer Fülle an Aufgaben und Verantwortung von Job, Kindererziehung und Pflege oder sind vielleicht gesundheitlich beeinträchtigt. Vielleicht sind Sie in der Rolle der Sandwich-Generation durch Kindererziehung einerseits und Pflege Ihrer Eltern andererseits doppelt belastet. Über kurz oder lang lohnt es sich, über Unterstützung nachzudenken.

Ihr Kind steht in dieser Lebenssituation häufig vor großen Veränderungen. Ab dem fünften Lebensjahr beginnt für viele die Schulzeit, worauf sich viele Kinder freuen. Für manche kann der Schulstart jedoch auch herausfordernd sein. Das neue Umfeld bedeutet auch den Aufbau von neuen Beziehungen zu Lehrerinnen und Lehrern und anderen Kindern. Mit dem Schuleintritt beginnt eine

Zeit, in der Kinder neue Strukturen erlernen, ein Lernpensum bewältigen müssen und mit etwa neun oder zehn Jahren in die Vorpubertät kommen.

Das Leben der Großeltern

Für Ihre Eltern oder Schwiegereltern beginnt mit Mitte sechzig die Rentenzeit und damit der wohlverdiente Lebensabend. Viele nutzen diese Zeit für neue Hobbys oder kümmern sich verstärkt um ihre Enkelkinder. An Demenz denken die wenigsten in dieser Lebensphase. Im Allgemeinen sind sie vermutlich froh, wenn es bei kleineren gesundheitlichen Beschwerden bleibt. Kommt es anders und heißt die Diagnose Demenz, dann ist jedem klar, dass dies Einfluss auf die Selbstbestimmung hat. Dass viele Erkrankte in dieser Situation ihre Gedächtnisprobleme verdrängen, ist verständlich.

Es gibt keine allgemeingültigen Antworten auf die Frage, wie dieser schwierige Lebensabschnitt am besten zu bewältigen ist. Jede Familie ist einzigartig. Gut informiert können Sie und Ihre Familie den Herausforderungen dieser Diagnose besser begegnen. Mit ein paar beispielhaften Alltagssituationen kann Ihnen dieser Leitfaden helfen, passende Antworten auf die Fragen Ihres Kindes zu finden und Lösungswege für Problemsituationen auszuprobieren.

Das können Sie tun, um Ihrem Kind im Umgang mit demenziell erkrankten Großeltern zu helfen:

Wie erkläre ich meinem Kind die Alzheimer-Krankheit?

Nennen Sie Tatsachen und sagen Sie es in kindgerechten Worten. Erklären Sie, warum die Vergesslichkeit auftritt. Lesen Sie gemeinsam die [Comicgeschichten der Afi-KiDS](#). Hier werden die Funktionen des Gehirns anschaulich erklärt und was bei der Alzheimer-Krankheit passiert. Machen Sie Ihrem Kind den Unterschied zu heilbaren Erkrankungen wie einer Grippe klar. Die Alzheimer Forschung Initiative e.V. hält für Erwachsene [verschiedene Ratgeber](#) bereit, die Ihnen einen Überblick über die Krankheit geben.

Wie können sich Kinder mit demenziell erkrankten Personen beschäftigen?

Die Alzheimer-Krankheit ist ein schleichender Prozess und bedeutet keine abrupte Passivität für die erkrankte Person. Sie sollte als eine Veränderung verstanden werden, die neue Formen des Miteinanders erfordert. Kinder können sich an die Veränderungen gewöhnen, auch wenn sie sich anfänglich verunsichert fühlen. Unterstützen Sie Ihr Kind dabei, eine geeignete Beschäftigung mit den Großeltern zu finden. Ideen dazu ergeben sich oft aus den bisherigen Interessen der erkrankten Person. Über frühere Hobbys, den ausgeübten Beruf, sowie Aktivitäten, die die Sinne und Gefühle ansprechen, lässt sich häufig Zugang finden.

Für die Kommunikation mit den Großeltern eignen sich einfache Fragen, die mit Ja und Nein beantwortet werden können. Gemeinsames Lachen kann eine schöne Verbindung schaffen und für entspannte Momente sorgen.

Menschen mit Demenz sind oft orientierungslos und finden vertraute Wege nicht mehr.

Stellen Sie sich vor, Ihre Eltern oder Schwiegereltern sind mit Ihrem Kind unterwegs zu einem Spielplatz – ein Weg, den Ihr Kind sehr gut kennt. Für eine an Demenz erkrankte Person kann dieser Weg jedoch ab einem bestimmten Krankheitsstadium nicht mehr abrufbar sein.

Falls sich Ihr Kind bei dem erkrankten Großeltern teil mit dem richtigen Weg nicht durchsetzen kann, ist es ratsam, der erkrankten Person und/oder Ihrem Kind einen Notfallausweis in die Jackentasche zu geben. Dieser sollte die Wohnanschrift oder zumindest Ihre Rufnummer enthalten, sodass andere Erwachsene oder die Polizei Hilfe leisten.

Einen Notfallausweis finden Sie hier unter <http://www.afi-kids.de/eltern/Notfallausweis>

Wie gehe ich mit Aggression um?

Wenn sich Menschen mit Alzheimer oder einer anderen Demenz ihrer Defizite bewusst werden, kann dies mit Gefühlen wie Unsicherheit, Traurigkeit oder Frustration einhergehen und manchmal zu Rückzug oder Reizbarkeit führen. In solchen Momenten hilft es, Ruhe zu bewahren und der erkrankten Person Sicherheit zu vermitteln. Vermeiden Sie es, sie zu korrigieren oder zu belehren - denn sie lebt zunehmend in ihrer eigenen Welt, in der vertraute Abläufe nicht mehr selbstverständlich sind.

Falls Oma oder Opa gereizt reagieren oder schimpfen, kann dies für Ihr Kind schwer zu verstehen sein. Erklären Sie ihm, dass solche Reaktionen Teil der Krankheit sind und nichts mit ihm persönlich zu tun haben. Bleiben sie darüber mit Ihrem Kind in einem einfühlsamen Austausch. Zeigen Sie Verständnis für die Gefühlswelt der erkrankten Person – dann kann es auch Ihrem Kind leichter fallen, diese Veränderungen nicht als Ablehnung zu empfinden. Die Großeltern bleiben die Großeltern, auch wenn sich deren Persönlichkeit in manchen Aspekten verändert. Diese Veränderungen können für alle herausfordernd sein. Zeigen Sie Ihrem Kind, dass auch Sie manchmal unsicher oder traurig sind – das hilft ihm, seine eigenen Gefühle besser einzuordnen. Offene Gespräche in einem liebevollen Rahmen geben Ihrem Kind Halt und Sicherheit.

Was Sie tun können, wenn Ihr Kind besorgt ist oder Ängste zeigt.

Fragen Sie, was Ihr Kind fühlt und nehmen Sie Gefühle wie Verunsicherung und Angst ernst. Wenn es nicht versteht, warum die Krankheit nicht mit Medikamenten behandelt werden kann, dann sollte die Antwort lauten, dass es leider noch keine Heilung gibt. Zeigen Sie Perspektiven auf, indem Sie Vorschläge machen, was Ihr Kind mit oder für Oma oder Opa tun kann. Ein gemaltes Bild kann es dem Großeltern teil nicht nur eine Freude machen, sondern hilft dem Kind auch, seine eigenen Gefühle auszudrücken.

Wenn Ihre Bemühungen nicht anschlagen, ist es ratsam, zum Beispiel mit einer Familienberatung oder einem Kinderpsychologen Kontakt aufzunehmen. Vielleicht genügt hier schon ein Gespräch zwischen Ihnen und einem Therapeuten, um sich weiteren Rat zu holen. Es kann hilfreich sein, auch die Lehrerinnen und Lehrer und das weitere soziale Umfeld Ihres Kindes über den gesundheitlichen Zustand des erkrankten Großeltern teils zu informieren.

Ich wünsche Ihnen und Ihrer Familie im Umgang mit einer herausfordernden Krankheit alles Gute.

Ihre
Alin Boyaciyen

Mit fachlicher Beratung von
Diplom Psychologe Marc Stephan, Berlin

Dieser Leitfaden wird bereitgestellt durch:

Alzheimer Forschung Initiative e.V. (AFI)
Kreuzstr. 34
40210 Düsseldorf

Tel.: 0211 - 86 20 66 0 und 0800 - 200 400
1 (gebührenfrei)

E-Mail: info@alzheimer-forschung.de

Spendenkonto:
SozialBank, Köln
IBAN: DE19 3702 0500 0008 0634 00
BIC: BFSWDE33XXX
Stichwort: AFI-KIDS