

VORWORT

Ein Clown stellt keine Fragen. Ist bei Demenz Schluss mit lustig? Kann er Menschen mit Demenz mit Humor erreichen? Ein Clown fragt nicht, ein Clown handelt, ein Clown begegnet. Er lebt im Augenblick, wie die Menschen mit Demenz. Und er versucht, mit ihnen zusammen diesen Augenblick zu genießen.

Gibt es auch über die Wirkung von Clowns auf Menschen mit Demenz kaum „evidenzbasierte“ wissenschaftliche Untersuchungen, so ist doch zumindest klar, dass ein heiteres und fröhliches Milieu die Lebensqualität verbessert. Gerade für Verwirrte ist solch ein Milieu Voraussetzung für jegliche Intervention. Der Clown wirkt hier als Initiator und als Übersetzer von (scheinbarer) In-Kompetenz, von unverständlichem und absurdem Verhalten. Auch er durchbricht Regeln und Normen, indem er sie durch sein kurioses Verhalten oder ein Lied ad absurdum führt. Betritt ein Clown einen Raum, verändert sich dieser schlagartig. Er wird bunt, lebendig und fröhlich. Diesem wohltuenden Sog kann sich auch ein Mensch mit Demenz selten verschließen.

In diesem Buch beschreibt Ulrich Fey auf sehr anschauliche Weise, was Clowns in Einrichtungen tun können. Deutlich wird, dass er aus der Praxis kommt. Sehr einfühlsam vermittelt er Einsicht in sein Denken und Handeln. Er vernachlässigt dabei nicht die Schattenseiten einer Demenz mit ihren oft sehr belastenden und herausfordernden Folgen. Er geht auch auf die möglichen Auswirkungen von Krieg, Vertreibung und anderen traumatischen Lebensumständen ein, die das Erleben vieler Betroffene heute noch so mächtig prägen.

Aber Humor ist ein menschliches Bedürfnis! Er ist eine Grundkompetenz! Diese auch bei Menschen mit Demenz zu fördern ist eines der Ziele von einem Clown. Fey schreibt nicht „über“ die Tätigkeiten eines Clowns, sondern lässt den Leser in Form von vielfältigen Vignetten miterleben, was der Clown denkt, fühlt, tut, auch wo er seine Grenzen findet. Dabei verdeutlicht er, dass die Würde eines Menschen durch einen humorvollen Umgang nicht gefährdet, sondern bestärkt

wird. Fey sieht nicht nur einen kranken alten Menschen, sondern einen Menschen, der fühlt, der Wünsche und einen Willen hat. Als Clown ist er ihm seelenverwandt und kann ihn so in einer besonderen Intensität erleben.

Wer würde schon glauben, dass ein Mensch mit Demenz, der sich nicht mehr an den Namen seines Partners erinnert, ohne Fehler den Refrain „Simsalabimbambasaladusaladim“ singen kann? Dass mancher Verwirrte fehlerfrei vier Strophen von „Kein schöner Land“ auswendig kann? Für einen Verstandesmenschen mag das nebensächlich sein, für einen alten Menschen sind sie aber Zeichen von Lebendigkeit. Gesang und Musik sind Humorunterstützer, die der Clown, wie Fey schreibt, selbstverständlich in seinem Repertoire hat.

Eine der Aufgaben von Narren war es in früherer Zeit, die Herrschenden auf Defizite und Widersprüche hinzuweisen und so zum Nachdenken anzuregen. Diesen Dienst können heute Clowns in Institutionen leisten. Mögen manche Mitarbeiter von Pflegeheimen, aber auch Heim- und Pflegedienstleiter skeptisch sein, sich über die „Kinderreien“ von Clowns lustig machen, so vergessen sie, dass Clowns den Alltag für alle erleichtern, Stress abbauen und eine entspannte Atmosphäre schaffen. Sie können als fröhliche Chaoten und Anti-Jammerer mehr bewirken als mancher sich vorstellen kann. Wäre es vermessen als Qualitätsmerkmal zu fordern, dass kein Alten- oder Pflegeheim ohne Clown sein sollte?

Zu wünschen ist, dass die vorliegende Monografie möglichst viele in die Hand bekommen und lesen, die in der Altenarbeit und Geriatrie/Gerontopsychiatrie tätig sind, besonders Menschen in verantwortlichen Positionen. Dieses Buch ermuntert und ermutigt, Clowns in den Umgang mit Menschen mit Demenz viel mehr einzubeziehen. Es zeigt sehr gut, dass die Begegnung mit einem verwirrten Menschen ein echtes Erlebnis sein kann, heiter, skurril, hintersinnig. Beziehung beginnt mit einem Lächeln. Diese Chance sollte man Menschen mit Demenz, aber auch den Mitarbeitern von Einrichtungen ermöglichen. Vielleicht wird mancher Leser auch angeregt, mit einem Clown auf

seiner Visite mitzugehen und zu erleben, was die Begegnung mit einem Clown bewirken kann!

Prof. Dr. Dr. Rolf D. Hirsch
Bonn im August 2012

EINBLICK

Clowns für Menschen mit Demenz, Clowns für Menschen in Alten- und Pflegeheimen – das klingt nach Nische, das klingt nach Minderheitenprogramm. Ist es aber nicht. Im Gegenteil. Wir alle haben Eltern und Großeltern, die älter werden, zum Teil sehr alt. Wir selbst werden in nicht so ferner Zukunft auch zu den Alten zählen – und mit dem Alter steigt das Risiko, dement zu werden. So ist Demenz ein Thema für viele. Und Clowns können in diesem Zusammenhang eine wichtige Rolle spielen.

In einer Umgebung, in der die betreuenden Menschen immer wieder daran scheitern, einen angemessenen Umgang mit den verwirrten Menschen zu finden, kann der Clown helfen. Denn der Clown ist ein seltsames Wesen. Er scheitert auch, aber bei ihm ist das Programm. Er muss sich nicht anstrengen, um die Menschen mit Demenz zu erreichen, weil er sich bereits auf einer Ebene mit ihnen befindet. Sie sind wie der Clown: nicht rational, sondern emotional. Sie machen Sachen, die sonst niemand versteht, manchmal verstehen es beide, Verwirrter und Clown sogar selbst nicht. Es ist aber auch gar nicht so wichtig, Hauptsache, sie verstehen einander.

Verständnis für die Menschen mit Demenz zu wecken, stellt ein Ziel dieses Buches dar. Im Zentrum stehen aber die Chancen, die alle Menschen im Umgang mit Demenz haben können: die, die betroffen sind, und die, die Menschen mit Demenz betreuen. Es geht um einen Perspektivwechsel.

Wer ist hier ver-rückt?

So muss man zum Beispiel, angesichts vieler Erscheinungsformen in unserer modernen Welt, erst einmal fragen: Wer ist denn hier ver-rückt? Sind es die, die als Ausdruck ihrer demenziellen Veränderung nicht mehr wissen, was sie mit einem Löffel anfangen sollen oder wie

ihr verstorbener Ehemann mit Vornamen hieß? Oder sind es die, die sich bei klarem Verstand sonderbar verhalten? Die mit ihren Kindern in den Zoo gehen, mit der Digitalkamera den Braunbären fotografieren und sich dann nur noch das Foto ansehen, aber keinen Blick mehr haben für den lebendigen Bären vor sich? Oder die, die ihre Frau mit dem Laptop unter dem Arm in den Kreißsaal begleiten und sich dann mehr für ihre E-Mails als die Geburt ihres Kindes interessieren – wie jüngst eine Hebamme im Radio berichtete?

Der Perspektivwechsel bedeutet auch, die Demenz selbst anders zu betrachten. Dabei muss etwas in den Vordergrund rücken, was oft genug verdrängt und dann im Untergrund wirksam wird: die Gefühle.

Denn Demenz macht erst einmal Angst. Große Angst. Denen, die unmittelbar von ihr betroffen sind, aber auch denen, die Sorge haben, eines Tages dement werden zu können. „Demenz wird zur Projektionsfläche vieler tief gehender Ängste, da sie allen narzisstischen Selbstidealen wie Autonomie, Kraft, Stärke widerspricht.“¹ Das gilt für den Einzelnen wie für die Gesellschaft insgesamt. Demente Menschen werden ausgeschlossen, Heime schützen die Gesellschaft vor der Konfrontation mit ihnen, auch wenn wir Jüngeren Angst davor haben, selbst einmal so ausgeschlossen zu werden².

Die Angst des Playboys

Besonders deutlich wird diese Abwehr am Fall von Gunter Sachs. Der über Jahrzehnte gefeierte Playboy und Frauenheld (und damit Projektionsfigur vieler Männer) nahm sich im Mai 2011 das Leben, aus Angst, möglicherweise (!) an Alzheimer erkrankt zu sein. Die Reaktionen der einschlägigen Presse: „Er stirbt, wie er lebte: aufrecht und selbstbestimmt“ (Bild), „Ein Mann mit Charakter – bis zum bitteren Ende“ (Bunte), „Einer, der so stark gelebt hat, war sich am Ende wohl einen starken Abgang schuldig“ (Stern), „Es war ein männlicher Selbstmord“ (GQ)³. Die „Texte lesen sich fast wie Empfehlungen an Alzheimer-Patienten, doch denselben Weg zu gehen“⁴. Dass von Stärke

bei Sachs' Freitod keine Rede sein kann, vielmehr von gekränktem Narzissmus – das schreiben die Journalisten nicht. Ob aus Dummheit, Populismus oder verkappter Angst, ist nicht entscheidend. Entscheidend ist, dass solche Veröffentlichungen das angstbesetzte Bild von Demenz stützen.

Aber: „Das Leben mit Demenz bedeutet keinesfalls nur Unglück und Leiden, genauso wenig wie das Leben ohne Demenz nur Glückseligkeit und Wohlbefinden bedeutet“⁵. Unbestritten ist, dass das Altern und noch viel mehr die Demenz ein Loslassen erfordern, ja erzwingen. Doch was bleibt, wenn der Urlaub auf Gran Canaria, der neue Mercedes, die beruflichen Erfolge von Kindern und Enkeln uninteressant werden, ja geradezu belanglos? Für die einen ist dies die Hölle, für andere eine Art Paradies: Menschen unabhängig von ihrem Wohlstand und Ansehen einfach für ihr Sein schätzen zu lernen, zu mögen, vielleicht zu lieben.

Einfach Mensch sein

Menschen mit Demenz bringen uns mit diesem Wunsch in Verbindung. Nicht mit Absicht, sie tun es, weil sie nicht anders können. Ihr Gehirn funktioniert nicht mehr in der Weise, wie es in unserer Gesellschaft funktionieren sollte, in einer Gesellschaft mit einem geradezu katastrophal überschätzten Stellenwert des Intellekts⁶. Der Psychoanalytiker Arno Gruen schreibt sogar: „Die wahren Geschädigten sind nicht die seelisch Erkrankten, die als psychiatrische Patienten von der Gesellschaft gemieden werden. Es sind diejenigen, die uns ein reduziertes Mensch-Sein suggerieren wollen. Die Kranken weisen uns unbewusst den Weg zu uns selbst zurück.“⁷

Als Clown habe ich das erlebt. Und ich habe es als Gewinn erlebt. Auch das ist ein Perspektivwechsel. Viele Menschen mit Demenz fordern nicht nur, sie können den Betreuenden etwas geben: ehrlichen, bedingungslosen Kontakt – immer authentisch, immer glaubhaft. Sie können nicht anders. Sie verschenken Lächeln, Umarmungen,

Mitsingen, sogar Trost. Das alles kann man nicht kaufen, auch nicht online, und auch nicht bei Facebook posten.

Nach etwa dreißig Minuten, in denen sich Stille und Gesang abgewechselt haben, kündigt der Clown seinen Aufbruch an.

„So, jetzt packe ich ein und gehe.“

„Ooch.“

„Aber Frau Mertens, ich komme doch in zwei Wochen wieder.“

Sie hält einen Moment Ruhe, schaut und sagt dann: „Das ist das Tröstliche.“

Emotionales Sachbuch

Dieses Buch soll zwar auch ein Sachbuch sein, zuerst aber ist es ein Buch über und voller Emotionen. Denn Gefühle sind der entscheidende, oft der einzige Zugang zu Menschen mit Demenz. Und der Clown agiert vor allem auf dieser Ebene.

Den Innenansichten eines Clowns stehen indes Außenansichten gegenüber, die häufig geprägt sind von Klischees. Clowns sind doch diese bunten Kerle aus dem Zirkus, die Eimer voller Wasser umstoßen oder mit Torten werfen. Clowns sind etwas für Kinder, allenfalls noch im Krankenhaus vorstellbar – das wird inzwischen akzeptiert. Aber für Demente? Die Sorge vor einer „Verarschung“ (so ein Heimleiter) der Menschen mit Demenz liegt an einem vorurteilsbehafteten Blick der vernunftgesteuerten Menschen auf den Clown – Menschen mit Demenz haben diese Sorge fast nie. Sie würden auch schnell spüren, ob sie ernst genommen werden oder nicht. Denn das ist keine Frage an die Großhirnrinde. Dabei sind Menschen mit Demenz selbst manchmal so komisch, wie ein Clown es kaum sein kann. Daran darf man sich erfreuen, sogar lachen darüber, aber, und das ist ganz wichtig: Niemand darf der Clown einen Menschen – ob mit oder ohne Demenz – auslachen.

„Wie geht es Dir, Papa?“

„Also, ich muss sagen, es geht mir gut. Allerdings unter Anführungszeichen, denn ich bin nicht imstande, es zu beurteilen.“⁶⁸

Die rote Nase

Um einen Clown und seine Arbeit zu verstehen, muss man die Bedeutung der roten Nase verstehen. Die sogenannte „kleinste Maske der Welt“ verhilft dem Privatmenschen zu einem Rollenwechsel, zu einer anderen Identität. Diese ist natürlich auch Teil seines privaten Selbstverständnisses, aber noch weit mehr.

Der Mann, der als Clown arbeiten will, muss sich heute in einem leeren Bewohnerzimmer umziehen. Frau Schuster, eine demenziell sehr eingeschränkte Frau mit starkem Bewegungsdrang, kommt in das Zimmer. „Frau Schuster, Sie sind falsch, das ist nicht Ihr Zimmer.“ Frau Schuster setzt sich unbeeindruckt, verharrt einen Moment, schiebt dann ihren Rollator wieder hinaus. Der Noch-nicht-Clown atmet auf. Wenige Minuten später öffnet sich die Tür abermals, Frau Schuster kommt wieder herein.

„Frau Schuster, das ist nicht Ihr Zimmer.“ Das klingt schon etwas genervter. Frau Schuster dreht eine Runde in dem kleinen Raum und verlässt ihn wieder. Kurze Zeit später kommt sie ein drittes Mal. Inzwischen hat sich der Mann komplett umgekleidet, nur die rote Nase fehlt noch. Er schaut Frau Schuster verärgert an. Dann setzt er die rote Nase auf und sagt (zu seiner eigenen Überraschung): „Guten Tag, Frau Schuster. Wie schön, dass Sie mich besuchen kommen.“

Eine Reihe von ähnlichen Beispielen wird in diesem Buch beschrieben, und immer wird von dem Clown in der dritten Person gesprochen, auch wenn ich viele der Szenen selbst erlebt habe. Denn ich schildere diese ja als Autor, nicht als Clown.

Die rote Nase verwandelt jeden Menschen, der sie aufzieht. Als Clown traue ich mich Dinge, die ich als Privatmensch so nicht täte. Der große Clown Oleg Popov sagt dazu: „Als Mensch bin ich kontrolliert, mit Maske bin ich frei.“⁴⁹

Menschen mit Würde bis zuletzt

Der letzte und entscheidende Perspektivwechsel gilt den Menschen mit Demenz. Nicht der Blick von außen, des Clowns, des Pflegepersonals, der Ärztin oder des Arztes ist maßgeblich, sondern der Blick von innen. Dafür muss man sich bemühen, die zu verstehen, die erst nicht zu verstehen sind, denen zu verzeihen, die einen verletzt haben, auf die zuzugehen, vor denen man weglaufen will. Das ist nicht einfach, aber notwendig. Die Menschen mit Demenz mögen vielleicht irgendwann schwach sein und hilfsbedürftig, aber selbst dann bleiben sie Menschen mit Gefühlen, Würde und Vergangenheit. Gerade so wie wir.

Noch etwas zu diesem Buch

Alle in diesem Buch erwähnten Namen von alten Menschen sind verändert und frei erfunden. Die Gedichte und Liedtexte, die am Anfang der Kapitel stehen, stellen eine Auswahl dar von Gedichten und Liedern, auf die alte Menschen mit Demenz oft positiv reagieren.