

FELIX hilft bei Vergesslichkeit



Empathie und Verständnis als Grundlage für den Umgang mit Demenzkranken

Die engagierte Demenzbegleiterin und Begründerin der FELIX-Methode[®], Andrea Stix, plädiert vor allem für ein liebevolles Miteinander.

neues leben: Was kann ich als Angehöriger tun, wenn jemand in meinem Umfeld Demenz hat?

Andrea Stix: Vergesslichkeit, Verwirrtheit oder Orientierungslosigkeit kann viele Ursachen haben. Daher empfehle ich immer die ärztliche Abklärung bei einem Neurologen oder in einer Memory Clinic. Darüber hinaus können sich bei frühzeitigem Erkennen die betroffenen Personen noch selbstbestimmt mit der Zukunft auseinandersetzen.

neues leben: Wann ist professionelle Unterstützung in Anspruch zu nehmen?

Stix: Kaum jemand ist auf eine Diagnose Demenz vorbereitet. Daher sollte so rasch wie möglich eine Erstberatung in Anspruch genommen werden. Dabei geht es um eine grundlegende Information über die Krankheit und maßgeschneiderte Hilfestellung für die Neuorganisation des Alltags.

neues leben: Bitte etwas zur FELIX-Methode[®].

Stix: Egal ob Alzheimer oder eine andere Demenzform vorliegt, die Krankheit betrifft alle Lebensbereiche. Gedächtnisstörung, Einschränkung der Mobilität und seelischer Schmerz sind für die Betroffenen kaum zu bewältigen. Bei der FELIX-Methode[®] geht es darum, die innere Einstellung und Haltung gegenüber der Krankheit zu ändern. Wi-

derstandskraft im täglichen Umgang zu entwickeln und die Aufmerksamkeit auf die Gestaltung der Zukunft zu richten, erfordert mentale Stärke. In dem Moment, wo man sich auf Mentaltraining einlässt, beginnt ein Prozess, in dem jede Person individuelle Kraftquellen und Perspektiven für den neuen Lebensabschnitt entdeckt.

neues leben: Was heißt dann Validation?

Stix: Das ist eine von Naomi Feil begründete Kommunikationsmethode, die zum besseren Verständnis von an Demenz erkrankten Menschen dient. Es gilt, sich empathisch auf diese einzustellen, um deren Bedürfnisse hinter einem Verhalten zu verstehen und entsprechend zu reagieren. ●

SMD-EXPERTENTIPP

Alarmzeichen sind

- Vergesslichkeit
- Verwirrtheit
- Orientierungslosigkeit

Für Angehörige

- Nehmen Sie professionelle Hilfe in Anspruch
- Nützen Sie einen Informationsaustausch, etwa in Selbsthilfegruppen
- Achten Sie auf Ihre eigenen Ressourcen

LINKS

Selbsthilfegruppe – www.hpe.at

AKH Wien – www.akhwien.at

Rosenhügel, SMZ Ost, Geriatriezentrum Wienerwald – www.wienkav.at

weitere Adressen – www.demenz-portal.at



Foto: ©Andrea Stix

ZUR PERSON – SMD-TIPPGEBERIN

Andrea Stix
akademische Demenzexpertin,
Donau-Universität Krems

Tel.: +43 699 166 20 320

Mail: as@felix-demenzbegleitung.at

Web: www.felix-demenzbegleitung.at

Auch Online-Beratung möglich