

Weihnachten feiern mit Menschen mit Demenz

Weihnachten ist ein Fest voller Traditionen und Rituale. Viele Menschen freuen sich auf die Adventszeit und die Festtage mit ihrer besonderen Atmosphäre und den immer wiederkehrenden sinnlichen Eindrücken. Der Duft von Zimtgebäck, der heiße Glühwein auf dem kalten Weihnachtsmarkt, die vielen Lichter in der dunklen Jahreszeit, altbekannte Lieder und die Hoffnung auf besinnliche und geruhsame Tage im Kreis von Familie oder Freunden vermitteln den meisten Menschen in dieser Zeit ein Gefühl von Geborgenheit.



Auch und gerade Menschen mit einer Demenz sprechen auf eine solche, von vielen angenehmen Reizen geprägte Atmosphäre meist gut an. Deshalb ist die Advents- und Weihnachtszeit eine gute Gelegenheit, einem demenziell erkrankten Menschen näher zu kommen und mit ihm zusammen schöne Momente zu erleben.

Damit dies gelingt, ist es wichtig, einige Dinge zu berücksichtigen:

- Menschen mit einer Demenz reagieren sensibel und sind schnell überfordert, wenn um sie herum Hektik herrscht. Deshalb sollte der leider so häufig auftretende vorweihnachtliche Stress möglichst vermieden werden. Das tut übrigens auch nichtdementen Menschen gut. Am Heilig Abend selbst sollten nicht zu viele Menschen anwesend sein.
- Für Menschen mit einer Demenz sind Eindrücke aus der Vergangenheit weitaus präsenter als neu gemachte Erfahrungen. Bestehen positive Erinnerungen an die Adventszeit und die Weihnachtsfeste vergangener Jahre, ist es sinnvoll, die anstehende Zeit möglichst in der Tradition der Familie zu begehen. Das kann z.B. in der Vorweihnachtszeit das Aufstellen eines Adventskranzes sein. Er dient auch als Orientierung, wie lang es noch bis Weihnachten hin ist. An den Festtagen ist vielleicht der Besuch eines Gottesdienstes möglich. Möglicherweise wurde früher in der Familie traditionell die Spielzeugeisenbahn aufgebaut. Das Singen bzw. Hören bekannter Weihnachtslieder und -gedichte, das Dekorieren der Räume mit Weihnachtsbaum, -schmuck und -krippe, ein traditionelles Festtagsessen, das Läuten eines Glöckchens zur Bescherung oder das Lesen der Weihnachtsgeschichte sind Beispiele für Rituale und Traditionen, die angenehme Gefühle bei einem Menschen mit Demenz bewirken können.



Alzheimer Gesellschaft
Baden-Württemberg e.V.

- Auch bei den Geschenken für einen Menschen mit Demenz sollte möglichst darauf geachtet werden, dass es Dinge sind, die altbekannt und mit einem positiven Gefühl verbunden sind. Das können z.B. ein Fotoalbum oder gerahmte Fotos mit (älteren) Bildern der Familie sein, ein früheres Lieblingsparfüm oder eine CD mit Lieblingsliedern oder -melodien. Gerade für Menschen mit einer weiter fortgeschrittenen Demenz kann es auch ein Geschenk sein, das den Tast- und Berührungssinn (also die Haptik) anspricht wie eine Kuschedecke, ein Stofftier oder ähnliches.

In diesem Sinne. Eine schöne, geruhsame und glückliche Advents- und Weihnachtszeit!