

Fachtagung am 8. Mai 2018 in Hannover

2. Niedersächsischer Demenzkongress 2018

Umdenken im Kopf – Perspektiven und Chancen

Forum 2: Einen Weg finden – Vorstellung einer psychotherapeutischen Gruppe für Menschen mit beginnender Demenz

Dr. Claudia Bartels

Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie, UMG

Laut AWMF S3-Leitlinie soll die Therapie von Demenzerkrankungen i.R. eines Gesamtbehandlungsplans erfolgen, eine pharmakologische Behandlung und psychosoziale Interventionen umfassen und dabei Betroffene und pflegende Angehörige miteinbeziehen. Unter den psychosozialen Behandlungskonzepten erscheinen jedoch Angebote für Betroffene im Frühstadium der Erkrankung eher unterrepräsentiert zu sein.

Dieses Forum befasst sich mit dem Konzept einer ambulanten, geschlossenen, neuropsychologisch-verhaltenstherapeutischen Gruppe für Menschen mit beginnender Demenz, die i.R. der Gedächtnisambulanz der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie an der Universitätsmedizin Göttingen seit 2013 wiederkehrend angeboten wird. Das multimodale Interventionsprogramm ist angelehnt an ein bereits veröffentlichtes und evaluiertes Therapiemanual (Werheid & Thöne-Otto, 2010), wurde jedoch für ein ambulantes Gruppensetting modifiziert, thematisch erweitert und bezieht zu ausgewählten Terminen auch Angehörige mit ein. Primäre Ziele sind der bestmögliche Erhalt von Selbständigkeit und Lebensqualität trotz kognitiver Einschränkungen sowie die Entlastung (pflegender) Angehöriger. Zusätzlich werden antidepressive und selbstwirksamkeitssteigernde Effekte sowie positive Auswirkungen auf Alltagsfunktionen erwartet.

Inhaltlich bietet das therapeutische Gruppenangebot in mehrfacher Hinsicht Orientierung: „Einen Weg finden“ nimmt im Sinne von Krankheitsbewältigung Bezug auf Herausforderungen für das Selbstkonzept und soziale Kontakte im Umgang mit der einschneidenden und – bei Patienten im Frühstadium – meist erst kürzlich gestellten Demenzdiagnose. „Einen Weg finden“ bedeutet aber auch trotz kognitiver Einbußen, selbständige Anteile im Alltag zu erhalten, indem Umweltbedingungen an die Veränderungen angepasst werden. Weiterhin ist es hilfreich, „einen Weg zu finden“ um selbstwirksam negative Emotionen besser regulieren zu können. Parallel dazu müssen Angehörige ebenfalls „einen Weg finden“, mit der Diagnose und dem Fortschreiten der Erkrankung umzugehen. Für Beide – Betroffene und Angehörige – gilt es auch „einen Weg zu finden“ durch den „Informationsdschungel“, durch Klärung medizinischer und sozialrechtlicher Fragen mehr Sicherheit zu erlangen sowie Wissen und Zugang zu Unterstützungs- und Entlastungsangeboten zu erhalten.

„Einen Weg finden“ impliziert letztendlich einen längeren Prozess, der für Erkrankte und Angehörige mit Ende der Psychotherapiegruppe nicht abgeschlossen ist. Mit Hilfe dieses psychosozialen Angebots soll eine Ausgangsbasis geschaffen werden, um den weiteren Erkrankungsverlauf mit mehr Wissen und Unterstützung sowie ersten eigenen Problemlösestrategien besser und selbstbestimmter bewältigen zu können.