



## Unterschätzte Verwechslungsgefahr: Ekel und Schmerz

Die Primäremotionen Trauer, Ärger und Angst haben Sie bereits in den letzten Ausgaben der COLUMBA kennengelernt. Auslöser sind immer emotional fordernde Situationen und nicht erfüllte Bedürfnisse.

Von Marlis Lamers

Zu den Grundbedürfnissen gehören Nahrung, Trinken, ausreichender Schlaf, Sexualität, aber ebenso die Beachtung und Anerkennung durch Andere, das Person-Sein, die Selbstbestimmung. Werden diese Bedürfnisse nicht lebenslang befriedigt, kommt es zu psychischen Beeinträchtigungen. Jeder Mensch äußert seine Wünsche auf verschiedene Art und Weise, je nachdem, wie er sozialisiert wurde. Die Generation der Über-80-Jährigen ist in einem hierarchischen und patriarchalen System erzogen worden. Es war unschicklich, seine individuellen Bedürfnisse zu äußern. Der Mensch als Individuum hatte keinen Platz in diesem System. Die jüngeren Senioren dagegen wurden in einer auf Freiheit und Selbstverwirklichung fußenden Gesellschaft groß. Sie haben gelernt, für sich einzustehen. Gleichwohl sind die mimischen Signale der entsprechenden Gefühle gleich. Die Auslöser ebenso. Fühlen Sie sich

gut, zeigen Sie Freude. Spüren Sie eine Bedrohung, reagieren Sie mit Angst. Ist Ihnen die Zielerreichung verwehrt, drücken Sie das durch Ärger aus. Erleiden Sie einen Verlust, spüren Sie Trauer.

Die Emotionserkennungsfähigkeit hilft, die jeweilige Emotion schnell zu erkennen und entsprechend darauf zu reagieren. Menschen fühlen sich verstanden, wahrgenommen und es entsteht Vertrauen. Nur so ist eine empathische Kommunikation möglich, in der man die Gefühle des Anderen erkennt und respektiert. Im Umgang mit Menschen mit Demenz ist eine vertrauensvolle Gesprächsatmosphäre unabdingbar. Die Begegnung mit den Betroffenen muss auf Augenhöhe geschehen, ihre Ressourcen entdeckt und auf dieser Basis kommuniziert werden. Die Gefühle bleiben in der Mimik und Gestik erhalten und finden so eine Ausdrucksmöglichkeit.