

Gefühlen (Aufregung, Angst, Hilflosigkeit) bei demen-
ten Patienten aus. Hier gilt es, das „krisenauslösende“
Objekt der Betrachtung nicht zu benennen.

Nutzen Sie daher so gut es geht positiv besetzte Begriffe:

- „Ärger“, „Wut“ oder „Zorn“ klingt wertschätzender
als „aggressiv“.
Beispiele: „Sie sind ganz außer sich“; „Da kann man
sich ärgern“
- „Eigenwille“ oder „Strenge“ klingt wertschätzender
als „dominant“.
Beispiele: „Sie wissen was sie wollen“; „Sie sagen
wo es lang geht“

Verhalten

Das Verhalten von Menschen mit einer Demenz wirkt
krankheitsbedingt manchmal herausfordernd oder gar
aggressiv. Bitte bedenken Sie, dass Aggression häufig
ein Ausdruck von Hilflosigkeit ist.

Man sollte dem Erkrankten daher immerzu wertschät-
zend entgegen treten und ihm zeigen, dass er einem
wichtig ist. Dass er Teil der Familie / des Bekanntenkrei-
ses ist.

- Sprechen Sie mit freundlicher und einladender
Stimme – der Ton macht die Musik.
- Gehen Sie auf die Situation ein, die der Mensch Ihnen
darbietet. Versuchen Sie, diese zu verstehen.
- Vielleicht können Sie den Grund der Stimmung
erkennen (Durst, Schmerzen, Toilettengang etc.).
- Widersprechen Sie dem Erkrankten nicht.

Hilferufe: „Aua“, „Hallo“, „Mama“, „Hilfe“, „Polizei“

Manche Menschen mit Demenz wiederholen in ihrer
Einsamkeit immer wieder die gleichen Wörter oder Lau-
te wie „Aua“, „Hallo“, „Mama“, „Hilfe“, „Polizei“. Oft-
mals ist dies die einzige noch verbleibende Ausdrucks-
form des Erkrankten.

- Bleiben Sie daher ruhig und freundlich.
- Stellen Sie Augenkontakt her und setzen Sie sich ggf.
hin.
- Bieten Sie vorsichtig Ihre Hand an und achten auf die
Reaktion.
- Beginnen Sie ein Gespräch, denn Ablenkung kann
helfen.
- Zeigen Sie auf Bilder oder singen oder summen Sie
(nur, wenn Sie das auch mögen) oder lenken Sie an-
derweitig ab (Zeitung vorlesen, ein Spiel vorschla-
gen).

Das Rufen beginnt nach dem Besuch häufig wieder,
denn das für das Rufen auslösende Empfinden wurde ja
nur kurz unterbrochen. Der Wunsch nach Kontakt wur-
de nur zeitweise erfüllt.

Kritische Situationen vermeiden

Oftmals können kritische Situationen vorausgesehen
und somit vermieden werden.

- Plötzlich eingesetzte Unruhe kann auf Harn- oder
Stuhlgang hinweisen.
- Getriebene Unruhe oder aggressive Stimmung sig-
nalisieren evtl. Schmerzen oder andere körperliche
Missempfindungen.
- Unruhiges Umherwandern zeigt möglicherweise
quälende Desorientierung und Verunsicherung an.
- Nach- oder Hinterherlaufen kann die Suche nach
Sicherheit, Geborgenheit und den Wunsch nach
Begleitung durch die vertraute Person ausdrücken.



- Herumwerkeln und Herumkramen können auf das
Bedürfnis nach Beschäftigung hinweisen.
- Fortwährendes Wandern kann auf das Bedürfnis hin-
weisen, die eigene Lebendigkeit und Existenz spüren
zu wollen.
- Umherlaufen und Suchen in allen Räumen weisen auf
das Bedürfnis hin, Orientierung finden zu wollen und
deshalb die Umgebung erkunden zu müssen.
- Gezieltes Weglaufen zeigt den Wunsch, einen frem-
den und als ungewöhnlich erlebten Ort verlassen zu
wollen.
- Wiederholte Bewegungen können mangelhafte
Sinneserfahrungen und soziale Isolierung andeuten.
- Schreien, ständiges Rufen oder fortwährendes Klop-
fen zeigen Einsamkeit und Langeweile an.
- Aggressives Verhalten wehrt oft unerwünschte
Annäherungen oder nicht verstandene pflegerische
Handlungen ab.
- Werden die Hände und Arme während des Essen-
anreichens mit bewegt, dann offenbart dies das
Bedürfnis nach Beteiligung.
- Werden Kopf oder Körper weggedreht und der Mund
verschlossen, kann dies auf Unwillen zur Kooperation
hindeuten.

Stimmungen

Ist ein Gespräch / ein Kontakt zu einem gewissen Zeit-
punkt nicht möglich, so dürfen Sie eine Situation ruhig
beenden. Bedenken Sie immerzu, dass die Stimmung
nichts mit Ihnen zu tun hat. An Demenz erkrankte Men-
schen leben meist sozusagen in einer anderen Welt. Sie
können daher nicht jede Situation entschärfen. Sie ha-
ben Ihr Bestes getan. Versuchen Sie die Kontaktaufnah-
me ggf. zu einem späteren Zeitpunkt noch einmal.

Der Mensch ist in seiner eigenen Welt und in dieser
eventuell sehr einsam. Er versteht das Umfeld nicht
mehr. Das können Sie nicht ändern und es ist nicht Ihr
Fehler. Sie können jedoch für diesen Menschen da sein,
ihm Zeit und Freundlichkeit schenken.

Klinikum Vest GmbH
Akad. Lehrkrankenhaus der Ruhr-Universität Bochum
Behandlungszentrum
Knappschaftskrankenhaus Recklinghausen
Dorstener Str. 151, 45657 Recklinghausen
Telefon 02361 56-0

Behandlungszentrum
Paracelsus-Klinik Marl
Lipper Weg 11, 45770 Marl
Telefon 02365 90-0

E-Mail Info@Klinikum-Vest.de
www.klinikum-vest.de



Bogdan Mrozek
Gesundheits- und Krankenpfleger
Demenzbeauftragter
Telefon 02361 56-81131
Fax 02361 56-81197
E-Mail bogdan.mrozek@klinikum-vest.de

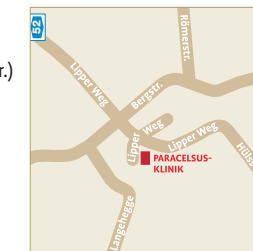
So finden Sie uns:

Unser Krankenhaus liegt verkehrsgünstig in der Nähe der Autobahn A 43. Benutzen Sie bitte die Abfahrten Recklinghausen/Herten oder Recklinghausen-Nord und folgen Sie der Beschilderung Knappschaftskrankenhaus.



So finden Sie uns:

- A52 Abfahrt Marl-Hamm
- Richtung Marl-Hüls (Carl-Duisberg-Str.)
- Bis zur Hauptkreuzung (Ampel) Carl-Duisberg-Str./Bergstr.
- An der Ampel geradeaus (Römerstr.)
- Nächste Straße links (Otto-Wels-Str.)
- Nächste Straße rechts (Lipper Weg)



MIT DEMENZ LEBEN

KOMMUNIKATIONSTIPPS FÜR KONTAKTE
ZU MENSCHEN MIT EINER DEMENZ

Begegnungen mit Menschen mit einer Demenz gehören zum Alltag unserer Gesellschaft.

Aufgrund der Vielzahl der Symptome, insbesondere durch den Verlust der Einprägefähigkeit, verlieren Menschen mit Demenz im Verlauf der Erkrankung zunehmend ihre Gegenwarts- und Zukunftsorientierung. Es bleibt die Vergangenheit, das dicke Buch des gelebten Lebens mit all seinen Erinnerungen und Gedankenverknüpfungen.

Menschen mit Demenz erleben bestimmte bedeutsamen Szenen ihres Lebens wie eine „Filmsequenz“ nach.

Die Vergangenheit wird zum Jetzt. Sie wird „echt“ und „wirklich“ nacherlebt (eine lebendige Innenwelt). Somit sind Reaktionen der Betroffenen nicht immer leicht zu verstehen.

Die dem Menschen mit Demenz noch verbleibende Ressourcen wie

- Gefühle (z. B. Wut, Angst, Ärger, Traurigkeit, Freude) oder
- Antrieb (z. B. Eigenwille, Fachlichkeit, Pflichtbewusstsein, Ordnungssinn, Pünktlichkeit) und
- Lebensthemen (z. B. Beruf oder Hobby)

stehen dabei im Mittelpunkt und müssen validiert werden:

Validation = Wert schätzen, für gültig erklären, akzeptieren, bestätigen

Validieren Sie erst Gefühle, dann Antriebe. Beginnen Sie immer mit dem stärksten Gefühl (z. B. Wut vor Enttäuschung, Misstrauen vor Angst).

Mit den validierenden Sätzen wertschätzen und bestätigen wir die Identität des Menschen mit seiner Demenz und mit seiner individuellen Lebensgeschichte. Er spürt Vertrautheit, Wiedererkennung und Geborgenheit. Dies nimmt ihm Angst und verringert das Stressempfinden. Mit diesem Flyer möchten wir Ihnen einige Kommuni-

kationstipps für Sie persönlich, für den Alltag und für die tägliche Begegnung mit dem an Demenz erkrankten Menschen geben. Die Inhalte sollen vermitteln, wie Sie einen besseren Kontakt zum Patienten herstellen und wie sie ihn besser verstehen können.

Verstehen lernen

- Informieren Sie sich so umfassend wie möglich über das Thema Demenz. Je mehr Sie wissen, umso sicherer werden Sie im Umgang mit dem Menschen und seiner Erkrankung.
- Arbeiten Sie mit Gedächtnisstützen, die dem Patienten und Ihnen selbst den Tagesablauf erleichtern (z. B. eine Liste mit wichtigen Telefonnummern immer neben das Telefon legen, mit Piktogrammen arbeiten, Kleidungsstücke zum Ankleiden morgens zurecht legen, Brille an einer Halskette befestigen).
- Sprechen Sie mit Menschen, die sich in einer ähnlichen Situation wie Sie befinden. Tauschen Sie Erfahrungen aus und lernen Sie daraus, wie sich evtl. Probleme bewältigen lassen.
- Schaffen Sie festgelegte Abläufe.



Antennen für Emotionen

Ein Mensch mit Demenz kann Sie vielleicht nicht mehr so gut verstehen. Aber er hat sehr feine Antennen für Emotionen. Wenn Sie ärgerlich oder ängstlich sind, sich freuen und fröhlich sind, kann der Betroffene das sehr wohl wahrnehmen. Betrachten Sie diese Fähigkeit der Men-

schen als Chance, sich wieder näher zu kommen bzw. wieder in Kontakt zu kommen.



Auf Augenhöhe kommunizieren

- Nähern Sie sich dem Menschen von vorne, gehen Sie auf Augenhöhe und stellen Sie sich vor.
- Nehmen Sie Blickkontakt auf und halten diesen. So signalisieren Sie Gesprächsbereitschaft und Aufmerksamkeit.
- Lassen Sie sich nicht ablenken.
- Versuchen Sie zu ergründen, in welcher Situation und Verfassung sich Ihr Gegenüber befindet.
- Versuchen Sie ihm in der Welt zu begegnen, in der er sich (vielleicht) befindet.
- Eine ruhige Umgebung, die gut ausgeleuchtet ist, schafft eine entspannte Atmosphäre.

Kontakt aufnehmen

- Begrüßen Sie Ihre Gesprächspartnerin oder Ihren Gesprächspartner ruhig und freundlich, auch wenn sie oder er nicht reagiert.
- Achten Sie auf eine angemessene Distanz. Manche Menschen mögen keine zu große Nähe zu Fremden.
- Halten Sie beim Sprechen stets Blickkontakt, möglichst auf Augenhöhe.
- Setzen Sie sich hin oder gehen Sie in die Hocke.
- Setzen Sie Körperberührung immerzu achtsam und respektvoll ein.

- Sie erkennen am Gesichtsausdruck, ob Sie willkommen sind.

Wenn Sie das Gefühl haben, willkommen zu sein: Sprechen Sie über alltägliche Dinge wie etwa das Wetter, Feste, Jahreszeit, eigene Erlebnisse oder sprechen Sie über aufgestellte Bilder oder lesen Sie etwas vor. Bleiben Sie geduldig. Vielleicht reicht es, dort zu sitzen und zu erzählen. Nicht jeder Mensch möchte oder kann noch sprechen.

Sich Zeit nehmen

- Sprechen Sie langsam und deutlich in einfachen, kurzen Sätzen. Übermitteln Sie immer nur eine Mitteilung. Unterstreichen Sie das Gesagte mit Mimik, Gestik und Betonung. Lassen Sie Ihrem Gegenüber Zeit für eine Antwort. Hektik und Zeitnot sind für beide Seiten nicht zielführend.
- Nutzen Sie die verbliebenen Fähigkeiten des demenziell erkrankten Menschen und beschäftigen Sie ihn sinnvoll. Beziehen Sie ihn so weit wie möglich in die täglich festgelegten Abläufe mit ein, damit er das Gefühl des Dazugehörens bekommt.

Beispiel: Eine ältere Dame sagt Ihnen, sie müsse nach Hause, um das Mittagessen für die Kinder zu kochen, die jeden Moment aus der Schule kommen würden.

Gehen Sie entweder auf das Gefühl (Kinderliebe, Mütterlichkeit) oder aber auf den Antrieb (Fürsorge, Pünktlichkeit, Pflichtbewusstsein, Familiensinn) ein.

Eine positive Reaktion könnte sein: „Sie machen sich große Sorgen“, oder „Sie haben große Eile“. Dann könnte ein Gespräch über Kinder folgen. Bedenken Sie dabei, dass die Situation für den Betroffenen die Realität ist. Ein Handlungsangebot könnte es sein, die Wäsche zu falten, den Tisch zu decken oder vertraute Gegenstände auszuhändigen.

Verständigung

- Korrigieren Sie keine Satz- oder Wortfehler, denn eine Korrektur beschämt. Die betroffenen Menschen sprechen so, wie es Ihnen möglich ist.
- Ermutigen Sie durch Nachfragen oder Nicken immer wieder zum Sprechen.
- Stellen Sie sicher, dass die Verständigung nicht durch körperliche Probleme (z. B. Schwerhörigkeit) eingeschränkt wird.
- Sprechen Sie mit Pausen und in kleinen Schritten: Anstatt „steh bitte auf, zieh deinen Mantel an, wir müssen zum Supermarkt“, könnte man sagen „Steh bitte auf.“ – PAUSE – „Ich helfe Dir in deinen Mantel“ – PAUSE – „Wir gehen jetzt zum Supermarkt!“
- Versuchen Sie nicht die Sätze zu variieren, weil Sie meinen, der Demente würde Sie nicht verstehen. Behalten Sie Ihre gewohnte Formulierung bei und lassen Sie dem Betroffenen Zeit das Gesagte zu verstehen.
- Vermeiden Sie Lärm und Reizüberflutungen.
- Stellen Sie nicht mehr als zwei Angebote zur Auswahl. Fragen Sie lieber: „Möchtest du einen Apfelsaft oder lieber einen Orangensaft?“ anstatt: „Welchen Saft möchtest du trinken?“
- Gespräche über den Dementen in seiner Anwesenheit sollten vermieden werden.
- Verwenden Sie konkrete Begriffe wie: „Es regnet stark“ anstatt „Es regnet Bindfäden“. Menschen mit Demenz nehmen Redewendungen ggf. wörtlich.

Die Frage nach dem WIE

In der Begegnung mit Menschen mit Demenz unterstützt weniger die Frage nach dem **WARUM** (Interpretation) oder dem **WAS** (Inhalt), sondern vielmehr die Frage nach dem **WIE**.

Die WIE-Frage wird durch den Antrieb beantwortet.

Einige Begriffe wie z. B. „Mama“, „meine Kinder“ oder „Zuhause“ lösen immer wieder Krisen mit belastenden