

Die Gerontopsychiatrische Beratung informiert . . .

Anregungen für einen verstehenden Umgang mit Menschen mit Demenz

Den Menschen mit Demenz verstehen

Menschen mit Demenz büßen mit der Zeit immer deutlicher ihr Erinnerungs- und Denkvermögen ein. Die Krankheit wirkt sich aber auch auf die Wahrnehmung und das Erleben des Kranken aus.

Menschen mit Demenz spüren zeitweise, dass "etwas" nicht in Ordnung ist. Sie erleben, wie ihnen die Kontrolle über ihr Leben entgleitet und ihnen die Welt immer unverständlicher wird. In ihrer Not suchen sie nach Vertrautem, nach Orientierung und Erklärungen für das, was mit ihnen geschieht. Dabei können sie sich nur auf die Antworten verlassen, die ihnen ihr lückenhaftes Gedächtnis noch zur Verfügung stellt. Ihre Schlussfolgerungen und Erklärungsversuche sind daher häufig veraltet, falsch oder unverständlich. Fehlende Informationen führen auch dazu, dass ihre Versuche mit den zahlreichen Unwägbarkeiten ihres Lebens zurechtzukommen, immer seltener zum gewünschten Erfolg führen.

Menschen mit Demenz reagieren – wie auch gesunde Menschen – auf Situationen, die sie nicht bewältigen und begreifen können, mit Wut, Angst, Traurigkeit, Scham oder Rückzug. Ihr "unvernünftiges" Verhalten führt häufig zu Konflikten mit ihrer Umwelt. Die Person, die die Zusammenhänge nicht versteht, fühlt sich dadurch noch mehr verunsichert.

Mit schwierigen Situationen umgehen

- Sehen Sie das Verhalten Ihres Angehörigen als einen Versuch, die Auswirkungen seiner Krankheit zu bewältigen. Achten Sie weniger auf die falschen Ergebnisse seines Tuns, sondern mehr auf die innere Logik, die richtige Absicht in seinen Bemühungen.
- Auch offensichtlich wirklichkeitsferne Behauptungen enthalten einen wahren gefühlsmäßigen Kern, der häufig mit alten Erinnerungen verbunden ist. Auf diesen sollten Sie eingehen, statt über den Wahrheitsgehalt einer Aussage zu diskutieren.
- Für einen Menschen mit Demenz ist es nahezu unmöglich, Einsichtsfähigkeit zu zeigen. Verlangen Sie nicht von ihm, dass er seine Überzeugungen aufgibt. Sie sind "Rettungsanker" für ihn.
- Zeigen Sie dem Erkrankten, dass Sie seine Gefühle und Bedürfnisse ernstnehmen und sein Erleben akzeptieren. Der Betroffene wird Ihr Verständnis spüren, und dies schafft eine Basis von Vertrauen. Weitere Umgangsmöglichkeiten – wie z.B. Gespräche über früher oder ggf. auch Ablenken durch andere Aktivitäten – werden dann viel leichter angenommen.

bitte wenden 

Sicherheit und Orientierung bieten

- Die Umgebung sollte überschaubar und verlässlich sein, der Tagesablauf beständig. Einfache Regeln und Gewohnheiten sind „Sicherheitsgurte“ für die betroffene Person.
- Schützen Sie den Menschen mit Demenz vor Reizüberflutung, Überforderung und beschämenden Situationen.
- Streuen Sie Erinnerungs- und Orientierungshilfen bei passender Gelegenheit behutsam in die Gespräche ein.
- Bemühen Sie sich um einen fürsorglichen, aber auch bestimmten Umgang. Der Mensch mit Demenz braucht Klarheit, Orientierung und Eindeutigkeit.

Aktivitäten unterstützen

- Bieten Sie Ihre Hilfe, wann immer möglich, als partnerschaftliche gemeinsame Aktivität an.
- Beachten Sie den Grundsatz: so viel Selbständigkeit wie möglich, so viel Hilfe wie nötig.
- Der Mensch mit Demenz braucht Anregung und Beschäftigung. Erfolg und Nutzen eines Tuns ist weniger wichtig als dass der Kranke sich wohlfühlt.
- Vereinfachen Sie Anforderungen. Zerlegen Sie Aufgaben in überschaubare Teilschritte und geben Sie einfache und konkrete Hinweise.

Verständigung erleichtern

- Stellen Sie Blickkontakt her und hören Sie zunächst aufmerksam zu.
- Sprechen Sie vorzugsweise in kurzen, einfachen Sätzen und nicht lauter als gewöhnlich. Bleiben Sie nach Möglichkeit im Blickfeld des Erkrankten.
- Mit Hilfe von Gestik, Mimik und Berührung können Sie das Gesagte unterstreichen und die Verständigung nonverbal unterstützen.
- Beachten Sie, dass der Mensch mit Demenz sehr feine Antennen für die – auch unausgesprochene - gefühlsmäßige Atmosphäre besitzt.
- Bei komplexen Vorgängen und Gesprächen mit Dritten ist es sinnvoll, den Inhalt dem Kranken in einfachen Worten zu „übersetzen“.
- Vermeiden Sie schwierige Fragen mit mehreren Auswahlmöglichkeiten und Fragen nach dem „Warum“.