

Hinweise zur Kommunikation mit Menschen mit Demenz

Informationen für Angehörige

„Menschen mit Demenz kommt unsere gemeinsame Sprache schrittweise abhanden, weshalb Pflegende deren Sprache erlernen müssen. Es ist unsere Aufgabe, mit unseren Ohren, Augen, Köpfen – und insbesondere mit unseren Herzen – zu hören.“

Carol Bowlby Sifton

In der Begleitung von Menschen mit Demenz gilt es, die eigene Kommunikation anzupassen sowie behutsam und wertschätzend zu begleiten und anzuleiten. Die Gesprächsführung ist immer abhängig von der jeweiligen Person, der Situation und wie weit die Demenz fortgeschritten ist. Dennoch gibt es für eine gelingende Kommunikation einige allgemeine Richtlinien, welche das Verstehen und die Verständigung erleichtern. Sie sind im Folgenden beschrieben.

Wenn Sie mit einem Menschen mit Demenz **in Kontakt treten** möchten, kommen Sie am Besten von seitlich vorne auf ihn zu. Bleiben Sie stehen, nennen Sie die Person beim Namen oder berühren Sie leicht beim Arm und nehmen Augenkontakt auf. Sprechen Sie in einer ruhigen und freundlichen Art. Sie können zu Beginn auch eine orientierende, beruhigende Information geben. (Bsp.: „Es ist jetzt Morgen und die Sonne scheint schon in unser Zimmer herein.“)

Sprechen Sie in **kurzen einfachen Sätzen**, die Sie bei Bedarf mit dem gleichen Wortlaut wiederholen. In einer Mitteilung soll immer nur ein Sachverhalt angesprochen werden. (Nicht: „Zieh dich an und vergiss deine Tasche nicht. Wir gehen jetzt einkaufen und dann zum Arzt.“) Lassen Sie genügend Zeit für die Antwort. Es dauert meist viel länger, als wir vermuten, bis eine Frage verstanden und eine entsprechende Antwort formuliert ist.

Mit dem Fortschreiten der Demenzerkrankung nimmt die Fähigkeit ab, Sachinhalte zu verstehen, logische Schlussfolgerungen nachzuvollziehen oder sich in die Situation oder das Gefühl eines anderen hineinzusetzen. Auch abstrakte Äußerungen, ironische Bemerkungen, Scherze, Andeutungen werden oft nicht verstanden.

Im gleichen Maß wie das Verstehen von Worten abnimmt, nimmt die **Bedeutung von nonverbaler Kommunikation** zu. Setzen Sie verstärkt Mimik und Gestik zur Unterstützung ein. Demenzkranke Menschen sind hochsensibel für Stimmungen, Atmosphäre und Gefühle. Unruhe und Hektik können sich schnell übertragen. Eine freundliche, verständnisvolle und warmherzige Umgebung wird dankbar angenommen.

Beachten Sie auch die nonverbalen Signale (Körperhaltung, Gesichtsausdruck, Tonfall) des Demenzkranken. Nicht (nur) der Inhalt einer Botschaft will verstanden werden. Es geht nicht nur darum *was* der andere spricht. Vielmehr gilt es zu entschlüsseln, welche emotionale Botschaft im Gesagten mitschwingt. Welche **Gefühle** nehmen Sie bei Ihrem Gegenüber wahr? Versuchen Sie herauszufinden, was der Mensch durch Körpersprache und Gefühlsäußerungen über sich selbst aussagt. In der Kommunikation mit Menschen mit Demenz ist es ganz wichtig, deren Gefühle empathisch wahrzunehmen, zu beachten und zu bekräftigen!

Versuchen Sie sich in die Welt des Menschen mit Demenz hineinzusetzen und diese als seine / ihre Realität zu akzeptieren. Korrekturen und Kritik sind nicht zweckmäßig. Solange die Person dazu in der Lage ist, kann durch verschiedene „W“-Fragen intensiver auf Äußerungen eingegangen werden (wo, wann, wie, wer, was.../ aber nicht: warum). Wenn die sprachlichen Fähigkeiten abnehmen, ist es meist nicht günstig Fragen zu stellen. Der / die Angesprochene würde in eine peinliche Situation gebracht, wenn nicht mehr entsprechend geantwortet werden kann.

Zur einfühlsamen Kommunikation gehört es auch, Situationen, die erfahrungsgemäß zu **Konflikten** führen können, vorausschauend zu vermeiden oder diplomatisch abzulenken und das Thema behutsam zu wechseln. Menschen mit Demenz verlieren die Fähigkeit, Einsicht in überzeugende Argumente zu haben. Logische Erklärungen werden nicht verstanden. Streitgespräche bringen daher nur Stress und Ärger für beide Seiten. Am Hilfreichsten ist es, möglichst ruhig zu bleiben, keine Diskussionen anzufangen, nicht zu korrigieren und nicht an die Einsicht zu appellieren. Demenz zerstört sukzessive die Fähigkeit sich in die Situation eines anderen hineinzuversetzen. Nehmen Sie daher, auch wenn das nicht immer leicht ist, vermeintliche Kritik, Angriffe und Vorwürfe nicht persönlich.

Menschen mit Demenz können zunehmend nicht mehr autonom für sich selbst entscheiden. Ihr **Anspruch auf Selbstbestimmung** kann nicht mehr durch Erfragen und Besprechen des Gewünschten gewahrt werden. Es bedarf sensibler Überlegungen unter Einbeziehung der Biografie und des beobachteten Verhaltens, den mutmaßlichen Willen der demenzkranken Person herauszufinden. Größere Fragen (wie z.B. eine Übersiedlung) sollten, wenn dies möglich ist, gemeinsam mit mehreren Personen besprochen werden.

Trotz aller erlittenen Defizite haben auch demente Menschen das Recht, **mit Respekt und Würde behandelt zu werden** und als Erwachsene ernst genommen zu werden. Dazu gehört eine Haltung, die alles vermeidet, was die Person verletzen, bloßstellen, entwürdigen oder lächerlich machen könnte. Alle – auch für uns unverständliche Äußerungen und Reaktionen – haben im Allgemeinen eine Ursache und eine innere Logik. Versuchen Sie zu verstehen, indem Sie sich auf die innere Erlebniswelt des Menschen mit Demenz einlassen und sich in seine / ihre Gedankenwelt hineinversetzen

Zum Abschluss noch einige wichtige Grundsätze in Schlagworten:

Vermeiden Sie Konfrontation

Handeln Sie zweckmäßig

Nehmen Sie die Gefühle des Menschen mit Demenz wahr und formulieren Sie diese

Spenden Sie Trost

Stärken Sie den Selbstwert durch Lob und Anerkennung

Literatur

Bowlby Sifton Carol. Das Demenz-Buch. 2008, Verlag Hans Huber

Engel Sabine. Alzheimer und Demenzen. Unterstützung für Angehörige. 2006, Trias Verlag

Powell Jennie. Hilfen zur Kommunikation bei Demenz. 2010, Kuratorium Deutsche Altershilfe

Mag.^a (FH) Sylvia Boubenicek
Leitung Servicestelle Demenz

Weitere Informationen unter: www.diaconiewerk.at