

### **Zwei wichtige Grundorientierungen im Umgang mit Menschen mit Demenz:**

· Erstens sollten wir die Menschen mit Demenz möglichst wenig mit ihren eigenen Defiziten konfrontieren und sie nicht korrigieren, damit sie sich nicht bloßgestellt fühlen und sich nicht ständig ihrer Einschränkungen bewusst werden. Stattdessen sollten wir versuchen, sie ohne viel Aufhebens zu unterstützen, wenn es geht, sogar ohne dass sie die Hilfe als solche bemerken. Sprechen wir zudem ihre noch vorhandenen Ressourcen an, verhelfen wir ihnen sogar zu Kompetenzerleben.

· Zweitens brauchen Menschen mit Demenz besonders viel Anerkennung und Ermutigung. Denn selbst wenn sie aufgrund der zunehmenden geistigen Beeinträchtigungen ihre eigenen Defizite nicht mehr in vollem Umfang erkennen, so nehmen sie doch im Hier und Jetzt diese Einschränkungen ihrer Fähigkeiten wahr, gerade und ganz besonders solcher, auf die sie früher stolz waren.

Durch den Verlust an innerem Halt leiden die Menschen häufig unter Ängsten. Wenn die Welt nicht mehr so ist, wie sie erwartet wird, und die innere Ordnung ebenso durcheinander gerät, dann macht das unsicher und erzeugt Angst.

Diese Angst kann meist schwer zugeordnet werden und wird teilweise als existenzielle Bedrohung wahrgenommen. Es ist daher gut nachvollziehbar, wenn demenzkranke Menschen zum Beispiel Angst vor dem Verlust des Partners oder vor einem möglicherweise drohenden Unheil entwickeln. Sie suchen letztlich rational nachvollziehbare Ursachen für das unbestimmte Gefühl der Angst, das in ihnen entsteht.

So ist auch die Angst Demenzbetroffener vor dem Verlust des eigenen Sparvermögens oder die Vermutung eines drohenden Diebstahls nachvollziehbar. Wenn die Übersicht über das eigene Hab und Gut verloren geht und man sich unsicher fühlt, versucht man das Geld möglichst an einem sicheren Ort in greifbarer Nähe zu verbergen. Vergisst die Person dann nach kurzer Zeit, wo die Werte in Sicherheit gebracht wurden, entsteht noch mehr Unsicherheit und der befürchtete Diebstahl scheint sich zu bestätigen.

Dann wird unter Umständen sogar die Polizei um Hilfe gebeten, damit sie der Sache nachgeht.

Bei anderen Menschen mit Demenz entsteht nicht die Angst, Geld und damit die Grundlage der eigenen Existenzsicherung zu verlieren, sondern sie beginnen im Gegenteil damit, Geld zu verschenken oder es vermehrt auszugeben.

Auch in diesem Fall geht es jedoch im Grunde um eine ähnliche Reaktionsweise.

Betroffene, die Geld scheinbar unvernünftig an andere verschenken, versuchen damit oft, ihr eigenes Selbstwertgefühl zu stützen und wohlgesonnene Menschen um sich zu scharen. Wiederum ist die Angst, in diesem Fall vor dem Verlust von Selbstwert und Anerkennung durch andere, ein wichtiges Motiv für das Verhalten.

Hinzukommen kann eine krankheitsbedingt herabgesetzte Urteilsfähigkeit, wodurch eine realistische Einschätzung über den Wert und die Bedeutung des eigenen Vermögens verloren geht. Eine andere Reaktionsweise kann sich aus dem Bedürfnis entwickeln, andere Menschen, besonders die nahen Angehörigen, kontrollieren zu wollen und über sie zu bestimmen. Besonders Menschen, die von früher her ein bestimmendes Verhalten gewohnt waren, können zu solchen Reaktionen neigen, um wieder Sicherheit und Kontrolle über ihr Leben zu erlangen. Auch hier löst im Grunde die Angst vor unvorhersehbaren Veränderungen und ein erlebter innerer und zum Teil auch äußerer Kontrollverlust die Verhaltenstendenz aus.

Die **Suche nach Halt und Sicherheit**, die in der ersten Krankheitsphase meist zunimmt und sich insbesondere an vertraute und stützende Menschen richtet, ist oftmals von einer entgegen gerichteten Tendenz begleitet. Es herrscht gleichzeitig ein Bedürfnis nach Unabhängigkeit und Eigenständigkeit, um das verletzte Selbstwertgefühl zu stützen und zu erhalten. Der Mensch mit Demenz wünscht zwar einerseits Hilfe, aber zugleich befürchtet er, von anderen bevormundet zu werden und ein Stück Eigenständigkeit und Kontrolle über sein Leben zu verlieren.

Diese Widersprüchlichkeit der Bedürfnisse kann zu einer großen Herausforderung in der Betreuung werden. Hilfe muss dann möglicherweise unauffällig gegeben werden, sodass sie dem Kranken gar nicht als Hilfeleistung erscheint. Man kann der Person zum Beispiel sagen, dass man ihm nur »eben eine kleine Gefälligkeit tun möchte«, die er »natürlich auch selbst erledigen könnte«, oder man leistet die Hilfe unter der »notwendigen Anleitung des Kranken«, wodurch sein Selbstwertgefühl gestützt wird. Der Wunsch nach Halt und Sicherheit kann manchmal auch dazu führen, dass die Betreuenden scheinbar gegeneinander ausspielen. Sie versuchen, sich die Zuwendung eines Gegenübers zu sichern, indem sie andere abwerten oder davon berichten, dass sie von anderen vernachlässigt werden – wobei derartige Äußerungen jedoch nicht generell als unberechtigt abgetan werden dürfen. Den Menschen mit Demenz in solchen Situationen moralisierend zurechtzuweisen wäre falsch. Entscheidend ist vielmehr, sein Bedürfnis nach Sicherheit und Zuwendung wahrzunehmen und darauf einzugehen.

Die zunehmenden geistigen Einschränkungen bringen es mit sich, dass die Kranken auch immer weniger in der Lage sind, die Bedürfnisse und den Lebensrahmen anderer Menschen in ihre Überlegungen einzubeziehen.

Eine Frau mit Demenz wird fast täglich von ihrer Tochter besucht, die sich engagiert um sie kümmert. Die Tochter ist verheiratet und hat heranwachsende Kinder. Immer wieder spricht die Mutter die Tochter an, ob sie nicht bei ihr einziehen und wohnen wolle. Sie habe noch ein Zimmer frei, in dem die Tochter ganz umsonst wohnen könne. Manchmal äußert sie diesen Wunsch auch sehr fordernd.

Die Tochter ist irritiert und enttäuscht, dass die Mutter, der sie so viel Verständnis entgegenbringt, im Gegenzug anscheinend keinerlei Verständnis oder Rücksichtnahme für ihre Bedürfnisse aufbringt. Die Mutter wirkt daher auf sie egoistisch und selbstbezogen.

Im Unterschied zu solchen komplexen Denkleistungen sind Menschen mit Demenz jedoch meist sehr gut in der Lage, mit anderen Menschen mitzufühlen bzw. deren Gefühlslage zu erfassen. Sie nehmen zum Teil sogar ausgesprochen feinfühlig entsprechende Signale auf. Mitfühlen ist eine grundlegende Fähigkeit, die bereits in den ersten Lebenswochen gelernt wird und vermutlich genetisch vorgeprägt ist, ohne bewusste geistige Prozesse zu erfordern. Im Unterschied zu solchen komplexen Denkleistungen sind Betroffenen jedoch meist sehr gut in der Lage, mit anderen Menschen mitzufühlen bzw. deren Gefühlslage zu erfassen. Sie nehmen zum Teil sogar ausgesprochen feinfühlig entsprechende Signale auf.

**Mitfühlen ist eine grundlegende Fähigkeit**, die bereits in den ersten Lebenswochen gelernt wird und vermutlich genetisch vorgeprägt ist, ohne bewusste geistige Prozesse zu erfordern.

### Liste von Tipps und Grundregeln zum Umgang mit Demenzerkrankten

- Beginnen Sie ein Gespräch am besten mit einer **aner kennenden oder wertschätzenden Mitteilung**. Dies schafft schnell Vertrauen und reduziert Ängste oder Unsicherheiten beim Kranken. Aufmerksamkeit, Zuhören, Ernstnehmen und Zuwendung schaffen Vertrauen und mindern Ängste.
- Sprechen Sie **deutlich in einfachen konkreten Sätzen** und kommen Sie möglichst gleich auf den Punkt Stellen Sie Fragen, die der Kranke möglichst einfach z.B. mit Ja oder Nein beantworten kann („W“-Fragen wie z.B. Wie? Wieso? Warum? Wann? vermeiden, weil sie die Kranken leicht überfordern können)
- Geben Sie Anweisungen **in einzelnen Schritten hintereinander**
- **Vermeiden Sie Belehrungen und Zurechtweisen**. Vermeiden Sie fruchtlose Diskussionen, um den Kranken von etwas zu überzeugen, was er nicht verstehen kann.
- **Schützen Sie den Menschen mit Demenz vor Überforderung**. (Vermeiden Sie, dass mehrere gleichzeitig reden, sorgen Sie für eine ruhige Umgebung, geben Sie keine Anweisungen, die der Kranken nicht verstehen oder nicht befolgen kann)
- Erkennen Sie die **Sichtweise des Menschen mit Demenz als für ihn gültig** an. Er lebt in seiner Erinnerungswelt und in seinen Vorstellungen und kann nur diese als wahr akzeptieren. (Argumentieren Sie gegebenenfalls aus seiner Sichtweise heraus, z.B. MmD: „Ich muss zur Arbeit“;  
**falsche Reaktion:** „Sie sind doch schon lange in Rente“;  
**besser:** „es ist doch schon abends, da ist sicher schon Schluss“).
- **Lenken Sie ab anstatt zu konfrontieren** und sich in konfliktreiche Auseinandersetzungen zu begeben. Bewahren Sie Geduld und Gelassenheit.
- **Achten Sie auf körpersprachliche Signale** und gehen Sie auf der Gefühlsebene auf den Kranken ein, dadurch fühlen sich die Kranken ernst genommen und verstanden. (z.B. „das macht Sie jetzt ganz unruhig“ oder „sie sind jetzt richtig ärgerlich“ oder „Sie fühlen sich ganz allein gelassen“)
- **Beziehen Sie die Aggressionen nicht auf sich**, auch wenn er die Aggressionen gegen Sie richtet. (Oft sind es große Ängste, Überforderung; Stress und Unsicherheit, die zu Aggressionen führen. Es ist keine böswillige Absicht oder bewusste Anmaßung, um Ihre Autorität in Frage zu stellen)  
Bei Stress und Angst können Menschen mit Demenz ihre Reaktionen nicht mehr verstandesmäßig steuern. Sie reagieren impulsiv und unkontrolliert entsprechend ihrer emotionalen Situation.
- **Vermeiden Sie bei großer Reizbarkeit und Aggressivität unter Umständen Berührung** oder Festhalten. Dies kann als Bedrohung wahrgenommen werden. Bleiben Sie selbst gelassen und klar. Gehen Sie gegebenenfalls auf Distanz.

## Handle nach dem Motto ABC

### A) Vermeide Konfrontation (Avoid confrontation)

Viele Pflegende erzählen, dass sie die „unverbindliche Strategie“ wählen. Eine unverbindliche Reaktion auf eine fehlerhafte Aussage ist zum Beispiel: „Ach, wirklich?“ oder „Ich weiß nicht.“ Die Pflegenden können solche unverbindlichen Aussagen nutzen, um lange Diskussionen zu vermeiden oder um den Klienten nicht korrigieren zu müssen.

### B) Handle zweckmäßig (Be practical)

Manchmal kann man kritische Situationen voraussehen und diese damit vermeiden.

Wenn sich ein Problem herauskristallisiert, gibt es meist eine praktikable Reaktion für solche Situationen.

### B) Formuliere die Gefühle der betreffenden Person und spende ihm Trost (falls er ängstlich oder aufgeregt ist) (**C**larify the feelings and comfort)

Wenn ein Mensch mit Demenz ängstlich oder aufgeregt ist, formulieren Sie seine Gefühle. Sagen Sie ihm also, was Sie glauben, wie er sich fühlt. Sie versuchen so, seine Gefühle für ihn zu verdeutlichen. Das kann der Person helfen, sich zu beruhigen.

**Achtung:** Manchmal kann es auch nicht hilfreich oder sogar unangebracht sein, die Gefühle einer anderen Person zu formulieren.

(nach Powell, Jennie (2002): Hilfen zur Kommunikation bei Demenz, KDA Schriftenreihe)