

**Fachinfotag „Leben mit Demenz in Parchim“  
13. September 2024**

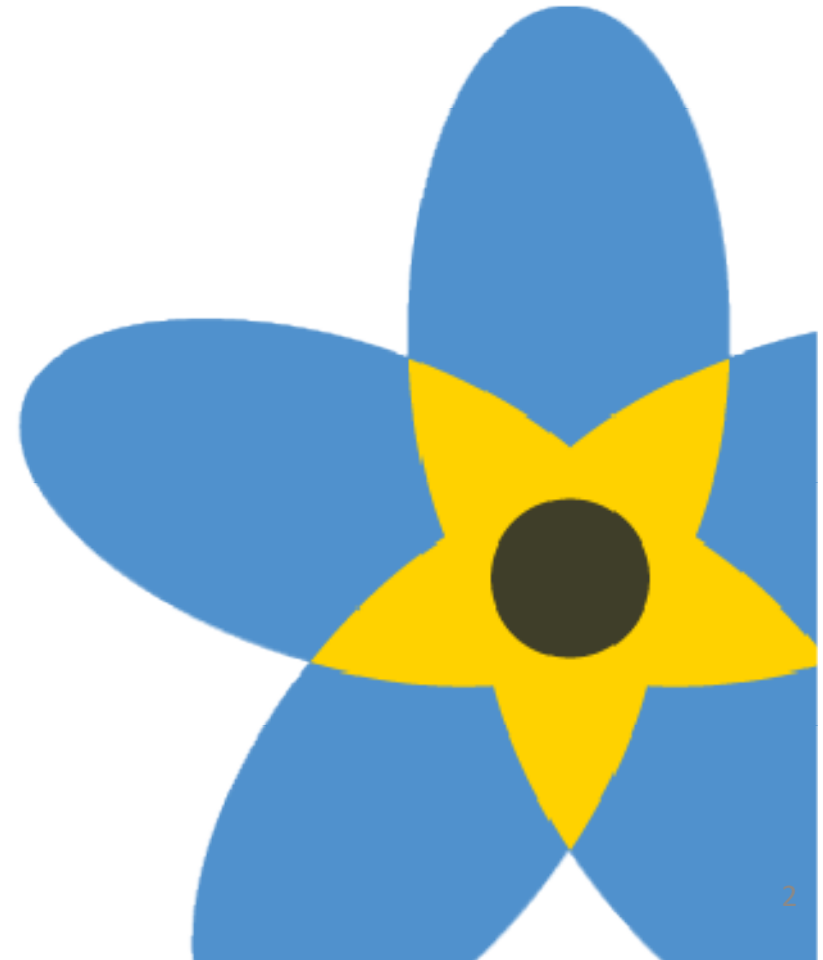
# **Hinweise für eine gelingende Kommunikation mit Menschen mit Demenz**



Sabine Uhlig  
Kulturgeragogin FH Münster

# Wie begegne ich Menschen mit Demenz?

- ✿ Wünsche und Bedürfnisse von Menschen mit Demenz
- ✿ Grundlagen unserer Kommunikation
- ✿ Umgang mit Menschen mit Demenz
- ✿ Sprechen mit Menschen mit Demenz
- ✿ Tipps für schwierige Situationen



# Menschen mit Demenz möchten ...

... sozial  
eingebunden  
sein

...  
nützlich  
und  
hilfreich  
sein

... **sich  
sicher  
fühlen**

... in ihrer  
vertrauten  
Umgebung  
bleiben

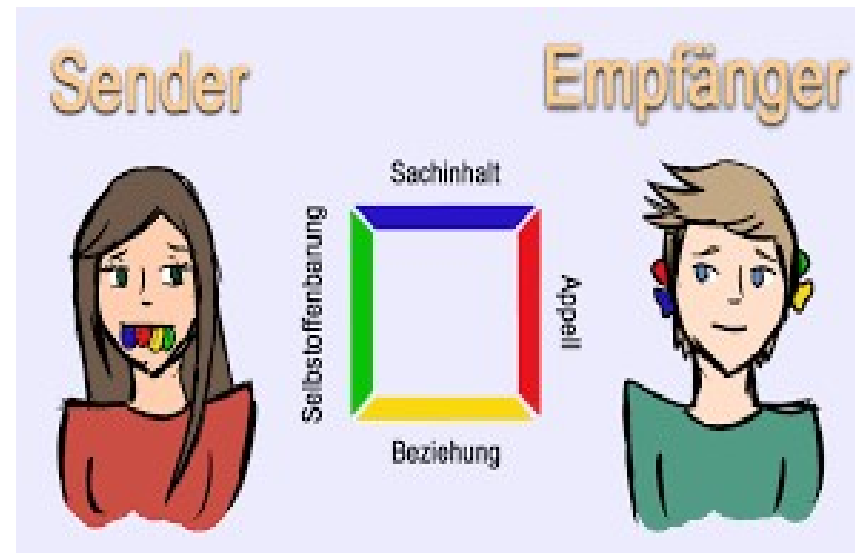
... **ernst  
genommen  
werden**

... selbständig  
und selbst-  
bestimmt  
bleiben

# Grundlagen unserer Kommunikation



4-Ohren-Prinzip nach Thun



# Kognitive und motorische Faktoren unseres Sprechvermögens und Sprachverständnisses

- **Abstraktionsvermögen**  
Wörtern eine Bedeutung zuordnen und verstehen
- **Kulturelle Sprachcodes kennen und anwenden**  
(z.B. die Bildung von Sätzen, Ironie erkennen)
- **Konzentrationsfähigkeit und Gedächtnis**  
Merken von Gesprächsinhalten, beim Thema bleiben,
- **Koordination der „Sprechwerkzeuge“**  
Lippen, Zunge, Stimmbänder
- **Gehör**  
Akustisch nicht verstandenes kann auch intellektuell nicht verstanden werden
- **Sehvermögen**  
Körpersprachliche Signale wie Gestik und Mimik erkennen und verstehen
- **Soziale Rolle**  
Sprachduktus, Wortschatz

# Demenz verändert die Sprache und Sprechfähigkeit

Der fortschreitende Verlust von Nervenzellen in all diesen Bereichen bewirkt:

- Wortfindungsstörungen
- Wörter verlieren ihre Bedeutung, werden vertauscht.
- Komplexe Sätze und Informationen werden nicht mehr verstanden.
- Das Formulieren von Gedanken/Fragen/Antworten dauert länger.
- Sätze brechen ab.
- Gehörtes wird fehlinterpretiert.
- Artikulation und Lautstärke verlieren an Regulation.
- Mimik und Gestik nehmen ab.
- Sprachduktus passt nicht, Unsicherheit im Ausdruck.

# Strategien um das gefühlte sprachliche Defizit zu verbergen

- Häufige Wiederholungen
- Verwendung von Floskeln
- Ablenken
- Gespräch beenden

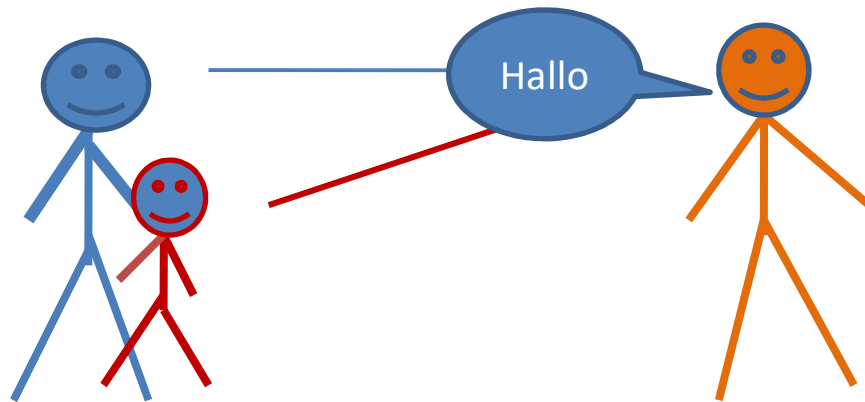
# Das Erleben von Menschen mit Demenz

- Orientierungsstörungen
- Veränderung der Wahrnehmung
- Veränderte Selbstwahrnehmung
- Bei Erhalt der Emotionalität bis ans Lebensende

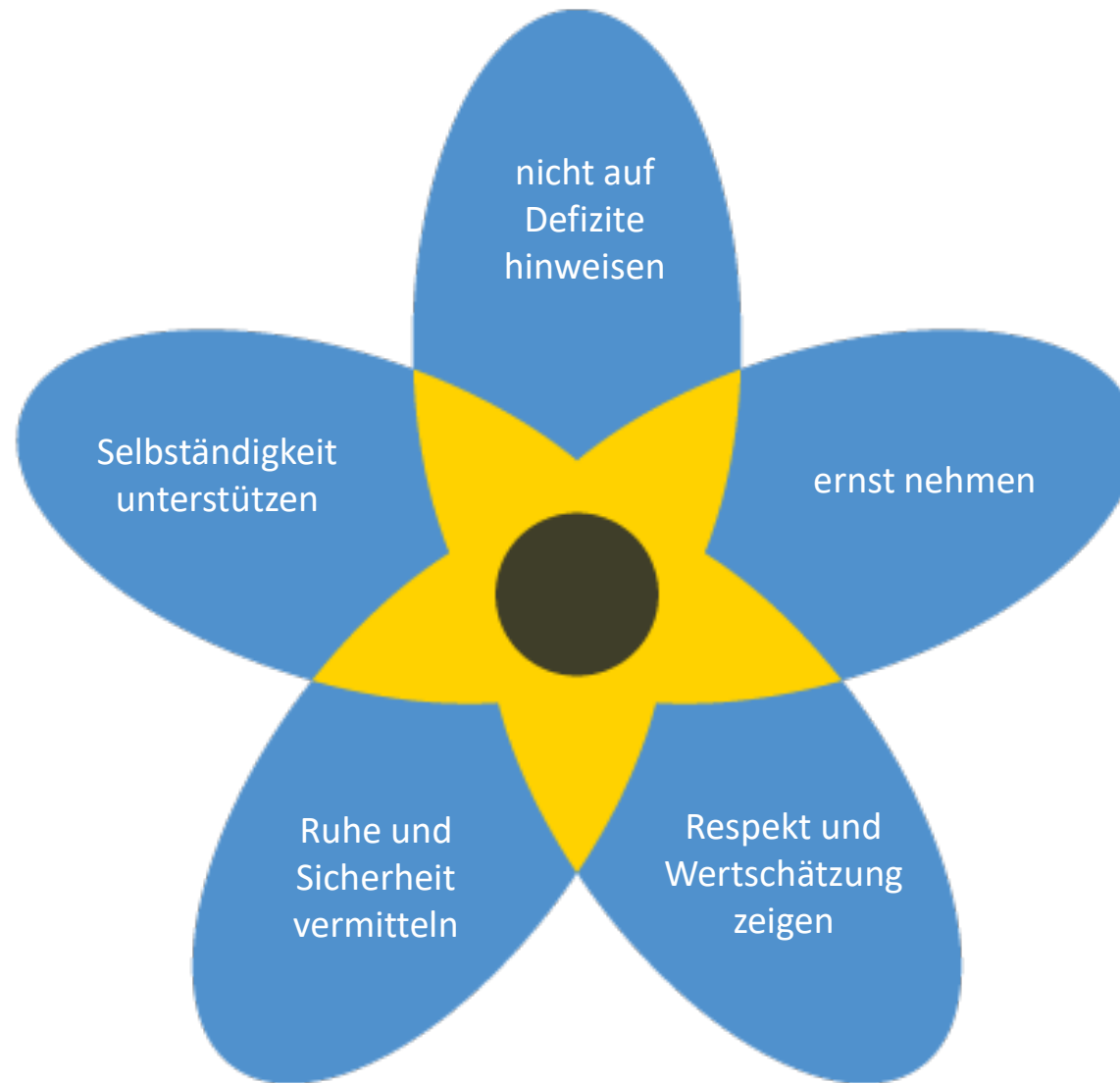


## Wie wir Menschen mit Demenz wahrnehmen

- Hohes Alter, erwachsene Personen mit viel Lebenserfahrung, emotionaler Tiefe und Reife
- Gleichzeitig Regression kognitiver Fähigkeiten bis auf kindliches Niveau



# Umgang mit Menschen mit Demenz



# Sprechen mit Menschen mit Demenz

Blick-  
kontakt  
aufnehmen



Ja-Nein-  
Fragen  
nutzen

aufmerk-  
sam  
zuhören

einfache,  
kurze Sätze  
verwenden

Zeit lassen  
zum  
Antworten

Auf die  
emotionale  
Botschaft  
achten

Langsam und  
deutlich  
sprechen

Gesten,  
Körpersprache  
und Mimik  
einsetzen

## Sprechen mit Menschen mit Demenz

- Gute Kommunikation braucht Zeit und Zuwendung
- Wenden Sie sich einem Menschen mit Demenz zu.
- Vergewissern Sie sich, dass Ihr Gegenüber Sie hört.
- Sprechen Sie langsam in einfachen, kurzen Sätzen.
- Stellen Sie nur eine Frage auf einmal, die man mit Ja oder Nein beantworten kann (keine „Wieso-Warum-Weshalb“-Fragen).
- Haben Sie Geduld und lassen Sie genug Zeit zum Antworten.
- Benennen Sie das, was sie gerade tun.
- Vermeiden Sie das „Abfragen“ von Fakten (z. B. Datum).
- Wiederholen Sie nicht verstandene Aussagen in vereinfachter Form
- Unterstreichen Sie Ihre Worte durch Mimik und Gestik.
- Hören sie aufmerksam zu.

# Tipps für schwierige Situationen

- Ursache klären,
  - welches Gefühl wird kommuniziert?
  - KEINE Diskussion
  - ruhig bleiben, Sicherheit vermitteln
  - nonverbale Kommunikation reflektieren
- Manchmal hilft es,
- den Ansprechpartner zu wechseln
  - eine Unterbrechung herbeizuführen

## Hilfsmittel Validation

Wenn Sie häufig mit Menschen mit Demenz in Stresssituationen umgehen müssen, empfiehlt sich, sich mit validativen Gesprächsansätzen zu beschäftigen.

Dazu gibt es verschiedene Fortbildungen.

**ABER: Validation ist kein Trick oder eine reine Technik, sondern VOR ALLEM eine wertschätzende und akzeptierende Haltung gegenüber Menschen mit Demenz und allen GesprächspartnerInnen!**

# Wie kann ich gute Kommunikation überprüfen?

## Merkmale des Wohlbefindens

- entspannte Körperhaltung
- Blickkontakt wird gehalten
- zeigt Selbstachtung
- kann sich ausdrücken und ist kreativ
- kann Gefühle verbal oder nonverbal ausdrücken
- ist positiv und kooperativ
- hat Humor
- kann dem Gespräch folgen
- leistet passende Beiträge

## Merkmale des Unwohlseins

- Angespannte Körperhaltung, Hände, Mimik
- zeigt nachhaltigen Ärger
- zeigt Angst
- zeigt Langeweile
- Apathie und Rückzug
- ist verzweifelt
- physisches Unbehagen und Schmerzen
- Unruhe

**Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!**

## **Raum für Gespräche**

Haben Sie Fragen, Hinweise, Anmerkungen?  
Wollen Sie erfolgreiche oder  
der nicht so erfolgreiche Situationen mit uns  
teilen?

**Sabine Uhlig,**  
Kulturgeragogin  
FH Münster



© Deutsche Alzheimer-Gesellschaft e.V. Selbsthilfe Demenz





# Weitere Techniken der Validation

sind besonders ab Stadium „Zeitverwirrt“

- Berühren
- Musik einsetzen
- basale Stimulation
- Spiegeln der Mimik, Körperhaltung, Tätigkeiten usw.
- Blickkontakt halten
- auf Emotionen reagieren
- Seien Sie aufrichtig, belügen Sie Menschen mit Demenz nicht!!!

# Integrative Validation nach Nicole Richard

- Wertschätzende Umgangs- und Kommunikationsform
- Ressourcen des erkrankten Menschen stehen im Vordergrund
- Der große Bereich der Verluste als Ursache
- Annahme und Rückmeldung der Gefühle
- Lebensstolz und Würde fördern: „Auf Sie konnte man sich verlassen!“, “Sie sind eine gute Mutter.“, “Sie wissen was Arbeit ist.“

# Validation – eine Methode der Begleitung

- Validation nach Naomi Feil:
- Wertschätzung und Respekt als Leitlinie im Umgang mit Menschen mit Demenz
- Nicht urteilen, gelten lassen, über die verwirrten Äußerungen werden Gefühle ausgedrückt, diese können wir begleiten
- Voraussetzung ist die Einstellung zum verwirrten alten Menschen

- Stadien der Validation nach Feil:
  1. Mangelhaft unglücklich orientiert,
  2. Zeitverwirrt,
  3. sich wiederholende Bewegungen und
  4. vegetieren
- Ein Ziel ist es, das Selbstwertgefühl (Würde) des alten Menschen wiederherzustellen
- Bedeutung der Symbole (z.B. Tasche, Stock, Geld, Taschentücher usw.): Symbole geben Sicherheit, nicht wegnehmen