

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

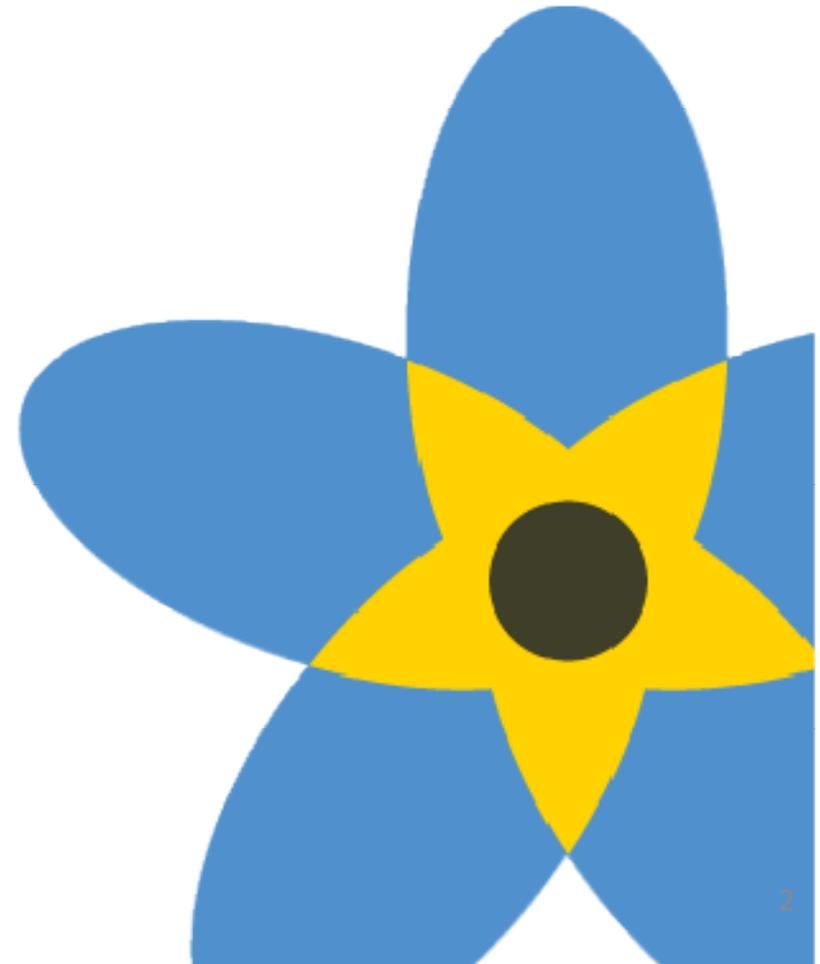
Hinweise für eine gelingende Kommunikation mit Menschen mit Demenz



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

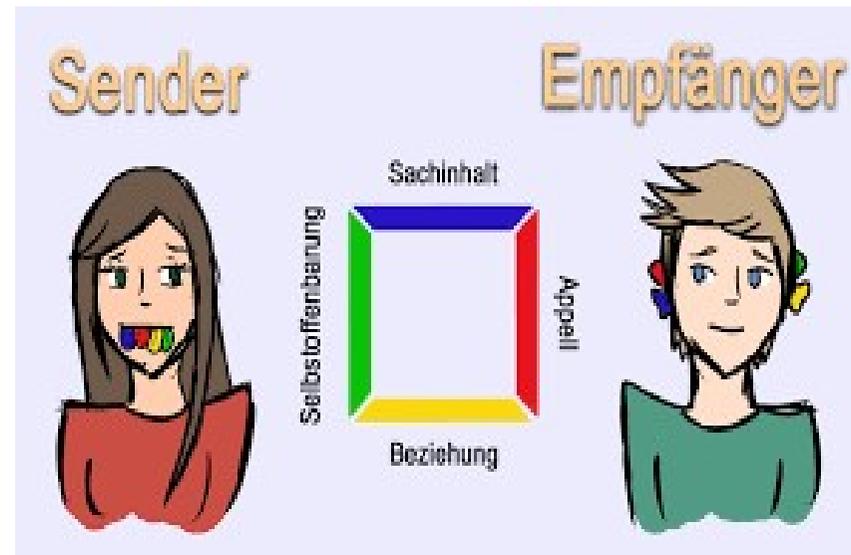
... **ernst
genommen
werden**

... 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

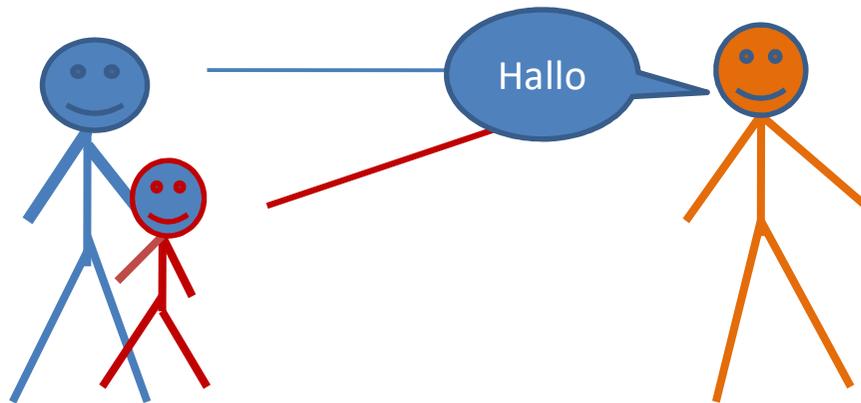
- Häufige Wiederholungen
- Verwendung von Floskeln
- Ablenken
- Gespräch beenden

Das Erleben von Menschen mit Demenz

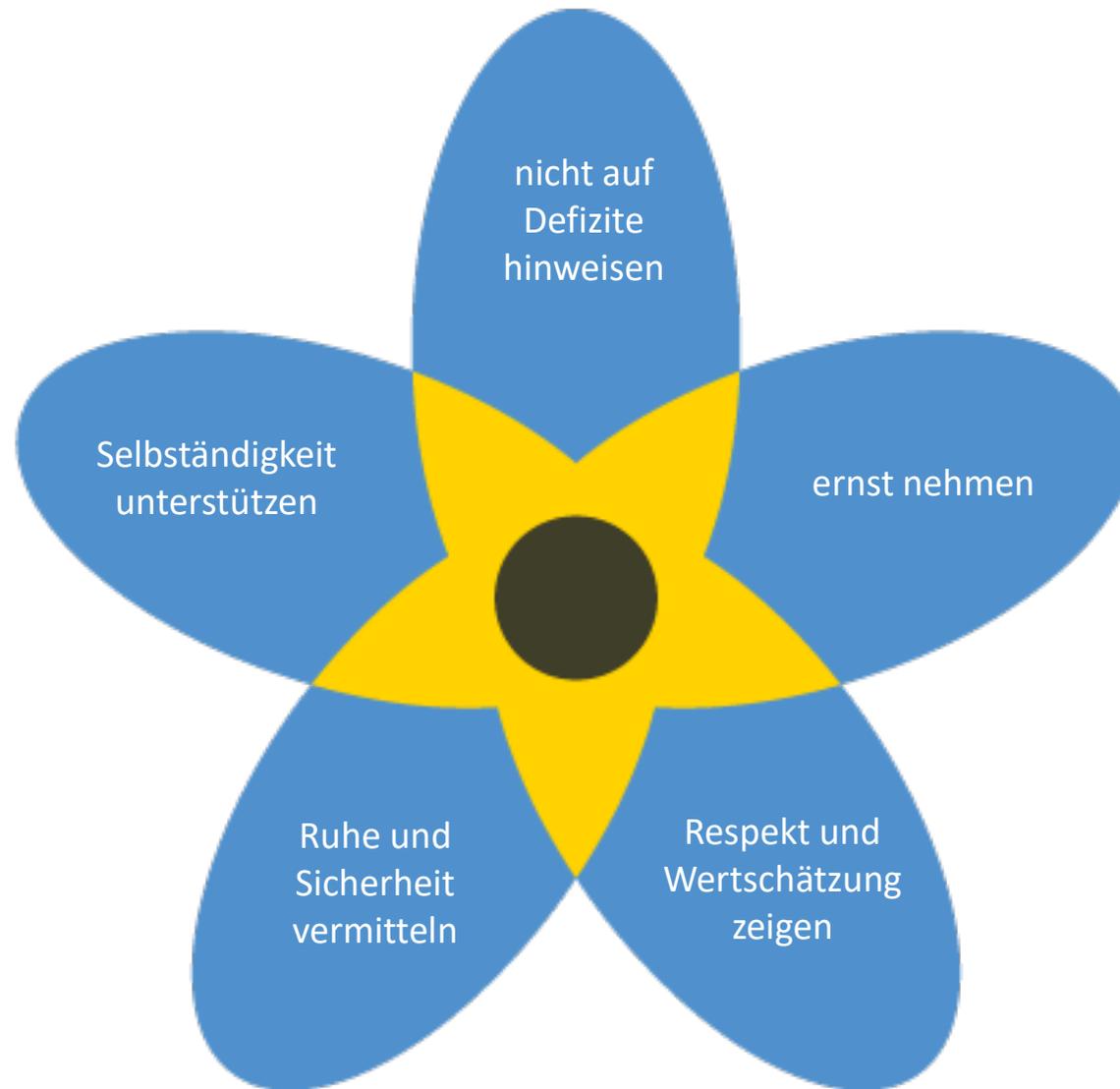
- Orientierungsstörungen
- Veränderung der Wahrnehmung
- Veränderte Selbstwahrnehmung
- Bei Erhalt der Emotionalität bis ans Lebensende

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!

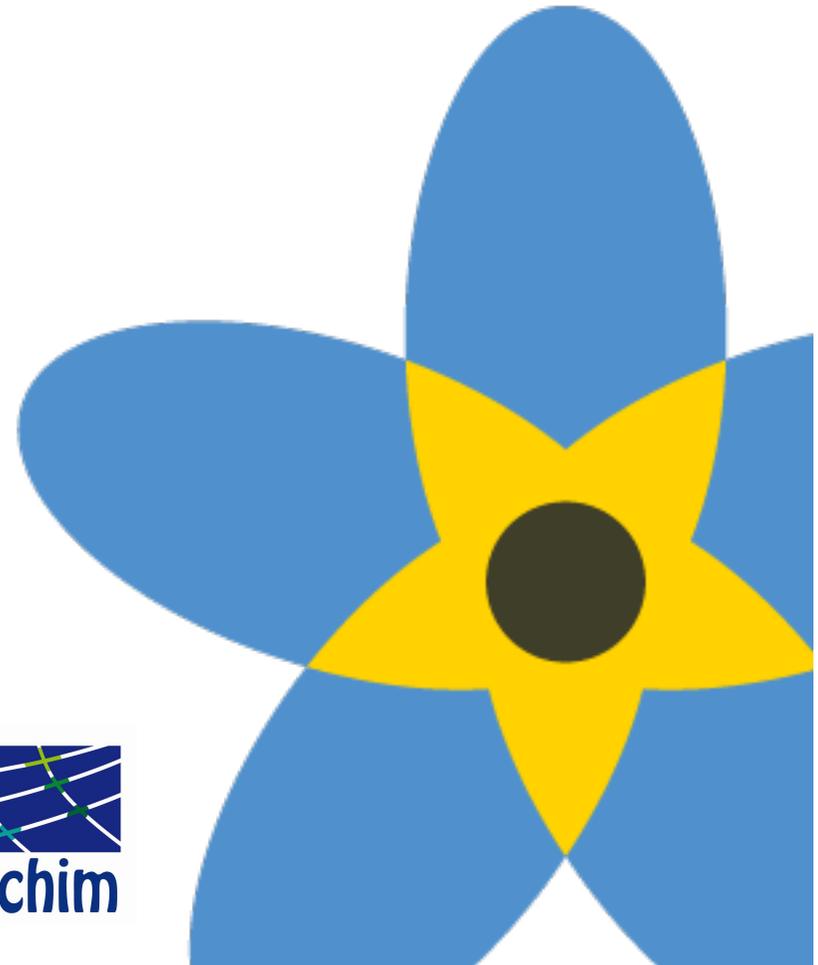
Raum für Gespräche

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