

Was unaufhaltsam verloren geht:

- das Erinnerungs- und Denkvermögen,
- das Wissen, wie selbst einfachste Dinge zu tun sind,
- die Fähigkeit sich sprachlich mitzuteilen,
- die Orientierung zur Zeit, zum Raum, zur Situation und zur Person,
- die Fähigkeit Gesprochenes zu verstehen und
- die Kontrolle über die Gefühle.

körperliche Bedürfnisse

- **Durst, Hunger** ⇒ besonders die Trinkmenge überwachen
(entwickeln sich zurück!)
- **Wärme** ⇒ fühlen, ob der Kranke friert oder schwitzt
(ein alter Mensch friert leichter!)
- **Bewegungsdrang** ⇒ für ausreichend Ausgang sorgen
(oft Ausdruck innerer Spannungen!)
- **Schlaf** ⇒ nicht zu früh ins Bett schicken
(entwickelt sich zurück!)
- **Sexualität**
⇒ Toleranz üben, Rückzugsmöglichkeiten bieten
(ist mehr da, als man meist Alten zugesteht!)

Bedürfnis nach Sicherheit

- **Schutz vor Schmerz und Angst** ⇒ **Unruhe vermeiden**
- **Ordnung nach 1 Woche** ⇒ **Ortswechsel vermeiden (schon nach 1 Woche kann die Verwirrtheit entschieden zunehmen)**
- **feste Verhaltensregeln** ⇒ **Riten pflegen** ⇒ **gleichbleibender Tagesablauf**
- **zuverlässige Betreuer Bezugsperson** ⇒ **möglichst kein Wechsel der**

soziale Bedürfnisse

- **Liebe entgegenbringen** ⇒ **einfühlsames Verstehen**
- **Zärtlichkeit** ⇒ **Nonverbale Kommunikation: Berühren, Blickkontakt**
- **Geborgenheit Bezugsperson** ⇒ **konstante verlässliche**
- **sozialer Kontakt** ⇒ **reden und aktiv zuhören**
⇒ **in Familie belassen oder**
⇒ **in Kleingruppe einführen**

Bedürfnis nach Selbstachtung

- Erfolg ⇒ angemessene Tätigkeiten
- Anerkennung, Zustimmung ⇒ loben, validieren

⇒ Mißerfolge übergehen

Bedürfnis nach Selbstverwirklichung

- Verstehen und Einsicht ⇒ Einlenken statt beharren (Fähigkeit dazu geht stark zurück!)
- Fähigkeiten und Neigungen ausleben ⇒ Tätigkeiten mit Bezug zum früheren Leben anbieten

Gehen Sie einfühlsam mit den Defiziten, Gefühlen und Bedürfnissen der Demenzkranken um:

- ⇒ Dadurch stellen Sie Nähe zum Dementierenden her und finden sein Vertrauen.
- ⇒ Das Vertrauen zu uns verschafft dem Demenzkranken das Gefühl von Sicherheit.
- ⇒ Sicherheit vermittelt Stärke und Selbstwertgefühl.
- ⇒ Ein sich sicher fühlender Demenzkranker mit gestärktem Selbstwertgefühl
 - verhält sich ruhiger,
 - erhält die notwendige Zeit zur Orientierung und
 - verhält sich schließlich auch weniger verwirrt.
- ⇒ Einfühlsam gestützte Demenzkranke fühlen sich verstanden und entwickeln weniger Folgesymptome wie Angst, Unruhe und Depression.

Gefühle

- 1. erkennen**
- 2. gezielt ansprechen**
- 3. akzeptieren**
- 4. wertschätzen**

1. Stellen Sie sich auf den Kranken ein:

- Prüfen Sie, ob Sie sich momentan in der hierzu notwendigen Verfassung befinden.
- Machen Sie sich leer, d.h. lassen Sie Ihre eigenen Emotionen los.
- Stellen Sie sich auf den Dementierenden ein, fühlen Sie sich in ihn ein.
- Nehmen Sie sich die dazu notwendige Zeit.

2. Fragen Sie nach Fakten:

- **Erfragen Sie Einzelheiten mit Frageworten wie: wer, was, wo, wann, wie, ...**
- **Fragen Sie aber niemals warum!**
- **Fragen Sie nach dem Gegenteil:**
War das auch schon mal anders?
Wann war es schöner als jetzt?
Wo haben Sie sich wohl gefühlt?
- **Fragen Sie nach Extremen:**
Wann ist das am schlimmsten?
Wann ist das gar nicht der Fall?

3. Halten Sie aufrichtigen, intimen Blickkontakt.

4. Sprechen Sie mit deutlicher, tiefer und liebevoller Stimme.

5. Nehmen Sie Körperkontakt auf:

- **Körperkontakt wird zwar im frühen Stadium einer Demenz häufig abgelehnt,**
- **später wird er dann aber als angenehm empfunden.**
- **Überlegen Sie welche Erinnerungen Ihre Berührungen wecken können (z.B. könnte Streicheln an die Mutter erinnern, den Vater oder den Ehepartner).**

6. Wiederholen Sie das Gesagte:

- **Und zwar im bestätigenden oder fragenden Unterton.**
- **Benutzen Sie dabei die gleichen Worte.**

7. Umschreiben Sie das Gesagte verdeutlichend:

- **Wiederholen Sie die Kernaussage.**
- **Verwenden Sie dabei die selben Schlüsselworte.**

8. Stellen Sie Fragen zur Vergangenheit:

- **Hören Sie auch zu, wenn der Kranke sich selbst in der Vergangenheit wähnt.**
- **Denn meist stehen die aktuellen Gefühle in Bezug zu - oftmals unbewältigten - Ereignissen der Vergangenheit.**

9. Benutzen Sie Mehrdeutigkeiten:

- Benennen Sie die Dinge unbestimmt mit es, sie, etwas.
- Geben Sie dem Demenzkranken Raum, das auszudrücken, was in ihm vorgeht.

10. Spiegeln Sie sein Verhalten:

- Achten Sie auf die Körpersprache des Dementierenden.
- Nehmen Sie die selbe Haltung oder Körperspannung an.
- Atmen sie genauso.
- Achten Sie darauf nicht nachzuäffen!
Der Gespiegelte würde sich sonst verspottet fühlen.

11. Versuchen Sie herauszufinden, mit welchen Gefühlen und unerfüllten menschlichen Bedürfnissen das Verhalten in Verbindung steht.

- Demente können oftmals ihre Gefühle selbst nicht mehr äußern. Sie brauchen jemand, der ihnen zuhört und die Gefühle benennt.
- Vergessen Sie nicht: Demente haben genauso das Bedürfnis nach Sicherheit, Nähe und Intimität wie gesunde Menschen auch. Aber auch nach Lob, Anerkennung, Zuwendung, Lachen und Fröhlichkeit.
- Gefühle die angesprochen und ausgesprochen wurden belasten weniger, nehmen den Druck.

- 1. Nichts geschieht aus Böswilligkeit oder Verstocktheit.**
- 2. Der Kranke verhält sich immer nur so, wie sein krankes Hirn es zulässt.**
- 3. Je weiter die Krankheit fortschreitet, desto tiefer der Abgrund der Hilflosigkeit und desto mehr wird der Betreuer gefordert.**
- 4. Wir können (im Gegensatz zum Kranken) unser Verhalten der Krankheit anpassen.**

Um Nähe zum Demenzkranken herzustellen, müssen wir

- **den Dementierenden dort abholen, wo er sich gerade befindet (nämlich aus seiner inneren Welt)**
- **um ihn dann ein Stück zu begleiten und**
- **ihn auf diese Weise sanft - und nur soweit er es zulässt - in die Realität zurückzuholen.**

Grundvoraussetzungen in der Betreuung Demenzkranker:

- 1.eine hervorragende Beobachtungsgabe (alle Sinne auf Empfang!),**
- 2.ein sensibles Einfühlungsvermögen und**
- 3.die Bereitschaft, sich auf die Ebene des Kranken zu begeben („in seinen Schuhen zu gehen“).**

Kernfragen zum Verhalten Demenzkranker:

1. Welche Defizite bestimmen das Erleben der Situation, in der das prekäre Verhalten auftritt?
2. Welche Bedürfnisse bleiben unbefriedigt - oder sollen mit dem Verhalten befriedigt werden?
3. Welche Gefühle bestimmen das Verhalten?

- ⇒ Welche Defizite, Bedürfnisse und Gefühle stehen hinter dem Verhalten des Demenzkranken?
- ⇒ **Wie erlebt der Kranke die Situation?**

Verhalten: _____

Situation: _____

- _____

Defizite: _____

Der Kranke

- _____

- _____

Bedürfnisse: _____

Der Kranke

- _____

- _____

Gefühle: _____

Der Kranke

- _____

- _____

Situation aus Sicht des Kranken: _____

Der Kranke

- _____

- _____

praktiziertes Verhalten, um die Situation zu bewältigen: _____

Der Betreuer

- _____

- _____

Reaktion des Kranken: _____

- _____

- _____

Alternatives Verhalten: _____

Der Betreuer

- _____

- _____

Reaktion des Kranken (erst nach praktischer Erprobung ausfüllen!): _____

- _____

- _____