

Demenz....



- ist ein Obergriff für eine Erkrankung mit vielen Unterformen
- ist eine Gehirnerkrankung bei der Hirnzellen und deren Verbindungen zerstört werden
- ist momentan eine unheilbare Erkrankung
- Folgen davon sind Verlust des Gedächtnisses, der Orientierung, des Verhaltens und verschiedener Fähigkeiten
- Im Verlauf der Erkrankungen kommt es zu Sprachstörungen und Problemen in der Verständigung

Wie funktioniert normale Kommunikation?

- Eine erfolgreiche Kommunikation findet dann statt, wenn die Gedanken einer Person von einer anderen Person richtig verstanden werden.
- Unsere Vorstellungen können wir mithilfe von Konzepten vermitteln. Dies geschieht vor allem mithilfe von Worten.

Eigene Darstellung in Anlehnung an Brigitte J. Restle (o.J.): Kommunikation mit Demenkranken Menschen. Bildungsreferenten Netzwerk Demenz.

Kommunikation ist dann erfolgreich, wenn die andere Person meine Gedanken richtig versteht. Die Gedanken, die in unseren Köpfen sind, können wir mithilfe von Konzepten vermitteln. Das wichtigste Konzept hierbei sind die Wörter.

Wie funktioniert normale Kommunikation?

- Jeder Mensch hat seine eigenen Vorstellungen (Konzepte), die sich aus dem was er hört, sieht, schmeckt, fühlt und tastet zusammensetzen.
- Normalerweise sortiert unser Gehirn unsere Erinnerungen ab, diese können später wieder abgerufen werden
- Wir haben also viele „Bilder“ im Kopf, die uns bei unserer Kommunikation zur Verfügung stehen.

Die normale Kommunikation ist jedoch bei Menschen mit Demenz eingeschränkt. Dies hat mehrere Gründe.

Der Mensch mit Demenz....

- Probleme mit den Konzepten:
 - hat Probleme neue Informationen abzuspeichern
 - hat zunehmend Schwierigkeiten die richtigen Informationen im Gehirn „wiederzufinden“
 - kann Informationen dann besser abspeichern, wenn diese mit starken Gefühlen verknüpft sind
 - kann bei leichter Demenz Erinnerungen die neu sind noch besser abrufen, je weiter die Erkrankung fortschreitet, desto mehr verblassen all diese „Bilder“
 - leidet am Verlust der Fähigkeit Dinge richtig zu benennen und zu benutzen

Menschen mit Demenz haben zuallererst schon Probleme mit den Konzepten. Sie sind nicht mehr dazu in der Lage ohne Probleme neue Informationen abzuspeichern. Selbst wenn diese abgespeichert sind, haben sie Probleme diese wiederzufinden. Wenn Informationen jedoch mit starken Gefühlen verknüpft sind, fällt es MmD leichter diese abzuspeichern.

Wenn die Demenz noch leicht ist, können neue Erinnerungen noch besser abgerufen werden, je weiter sie jedoch fortschreitet, desto schwieriger wird es diese Informationen im Gehirn wiederzufinden. Hinzu kommt, dass es zum Verlust der Fähigkeit kommt Dinge richtig zu benennen und auch richtig zu benutzen.

Der Mensch mit Demenz...

- Probleme mit den Wörtern:
 - ... bekommt Wortfindungsschwierigkeiten
 - ... hat Probleme damit Wörter zu verstehen
 - ... verwechselt Wörter
 - ... formt Wortneubildungen
 - ... hat Sprachstörungen da er im fortschreitenden Stadium nicht mehr in der Lage ist das Sprachwerkzeug richtig einzusetzen

Dadurch entstehen Probleme mit den Wörtern. Die MmD können Wörter nicht mehr in ihrem Gehirn finden, bekommen Wortfindungsstörungen. Sie haben Probleme damit Wörter zu verstehen und verwechseln diese. Außerdem kommt es zu Wortneubildungsstörungen. Wenn die Demenz weiter fortschreitet, kommt es außerdem zu Sprachstörungen, da z.B. die Zunge und die Mundmuskulatur nicht mehr richtig eingesetzt werden können.

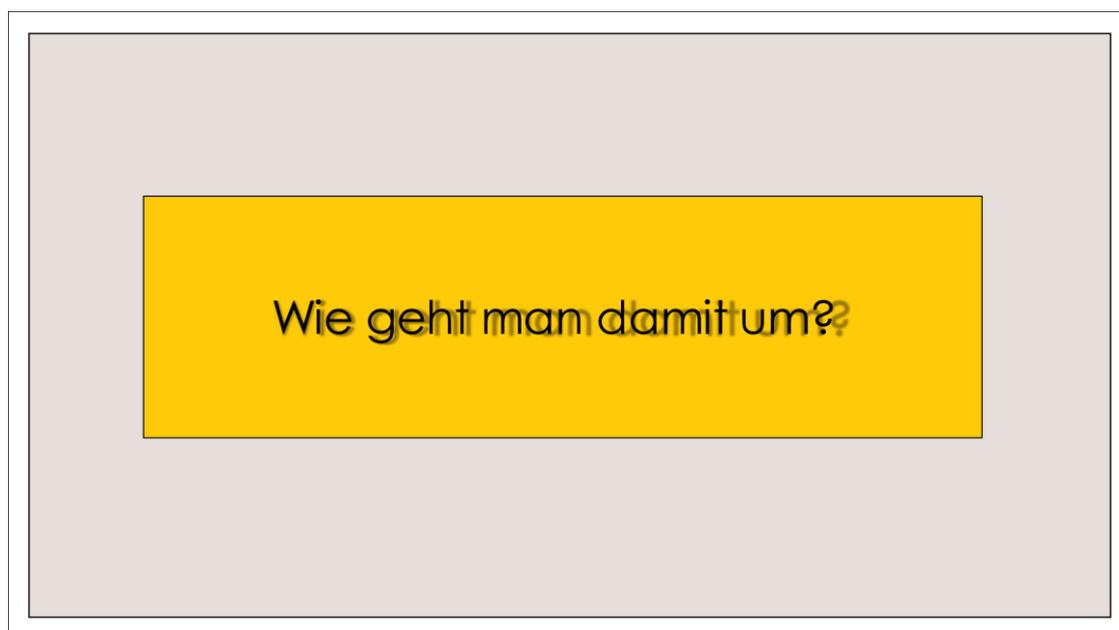
Der Mensch mit Demenz....

- Probleme mit Hören und Sehen
 - ... leidet zunehmend an Schwerhörigkeit
 - ... leidet zunehmend an Sehstörungen

Außerdem kommt es zu altersbedingten Störungen des Hör- und Sehvermögens.



Kommunikationsstörungen können sich dadurch äußern, dass Betroffene immer wieder wiederholen, vom Thema abdriften und Probleme haben Gespräche zu beginnen oder Gesprächen zu folgen. Sie vergessen teilweise wovon man gesprochen hat oder behaupten falsche Dinge. Es kann auch dazu kommen, dass unpassend das Gespräch geändert wird. Außerdem wird ganz oft nur noch von der Vergangenheit erzählt.



„Ohne Worte!“ – doch alles gesagt

- Mimik
- Körperhaltung
- Gestik und Körperbewegungen
- Stimme und Tonfall
- Lautäußerungen
- Augenkontakt und Augenbewegungen
- Kleidung und Schmuck

Kommunikation beinhaltet noch mehr als nur den Austausch von Wörtern. Es geht hierbei auch um die Mimik und Gestik die dabei eingesetzt werden, außerdem sind die Körperhaltung und die Körperbewegungen relevant. Hierbei ist es wichtig einen offenen Eindruck zu machen. Über den Tonfall und die Stimme kann ebenfalls kommuniziert werden, hier sind eine ruhige Stimme und eine freundliche Tonlage wichtig. Augenkontakt und Augenbewegungen spielen dabei auch eine Rolle. Die Kleidung und der Schmuck können auch Auswirkungen auf die Kommunikation haben.

Grundlegendes

- Helle Umgebung
- Augenkontakt herstellen
- Von vorne und mit Namen ansprechen
- Achtsames berühren
- Langsam und deutlich sprechen
- Kurze Sätze
- Warmherziges und sicheres Auftreten
- Sich selbst mit Namen vorstellen

Für die gelungene Kommunikation ist grundlegend wichtig, dass diese in einer hellen Umgebung stattfindet und man mit dem MmD Augenkontakt herstellt. Dabei sollte die Kommunikation von vorne erfolgen und man sollte die Person mit Namen ansprechen, dabei kann diese achtsam berührt werden. Dann sollte langsam und deutlich in möglichst kurzen Sätzen gesprochen werden. Ein warmherziges und sicheres Auftreten ist ebenfalls relevant. Man sollte dabei auch nicht vergessen sich selbst mit Namen vorzustellen.

Grundlegendes

- Verdeutlichende Reize einsetzen
- Mimik und Gestik einsetzen
- Ritualisierte Sprache, Sprichwörter benutzen
- Kommentieren Sie was sie tun!
- Bestätigen und loben Sie
- Sprechen Sie Gefühle an
- Seien Sie geduldig und überholen Sie nicht
- Helfen Sie auf die Sprünge
- Benutzen Sie wertschätzenden Humor

Es ist wichtig zusätzlich zu dem gesprochenen Wort über Mimik und Gestik verdeutlichende Reize zu setzen. Also z.B. auf den Stuhl zeigen wenn man der Person klar machen möchte sich hinzusetzen. Ritualisierte Sprache und Wörter können bei der Kommunikation helfen. Es sollte dabei immer kommentiert werden, was man gerade tut.

Es ist wichtig den MmD zu loben und zu bestätigen und Gefühle anzusprechen. Dabei sollte man geduldig sein und nicht in den Ausführungen den MmD überholen, ggf. kann man auch auf die Sprünge helfen. Dabei wertschätzenden Humor einzusetzen kann helfen.

Demenzfreundliche Umgebung

- Bestmögliche Umgebung schaffen
 - Wegweiser zur Toilette anbringen
 - Hinweisschilder an Toilettentüre
 - Im Schrank persönliche und vertraute Gegenstände aufbewahren
 - Nachtlicht anbringen
 - Vertrautes Kleidungsstück ans Kopfendes des Bettes legen
 - Uhr auf dem Nachtkasten
- > gibt Sicherheit

Eine demenzfreundliche Umgebung kann die Kommunikation erleichtern, indem man der betroffenen Person Sicherheit gibt. Die Kommunikation kann dann in einer sicheren Umgebung leichter stattfinden. Hierfür können zu Beispiel die oben genannten Dinge genutzt werden.

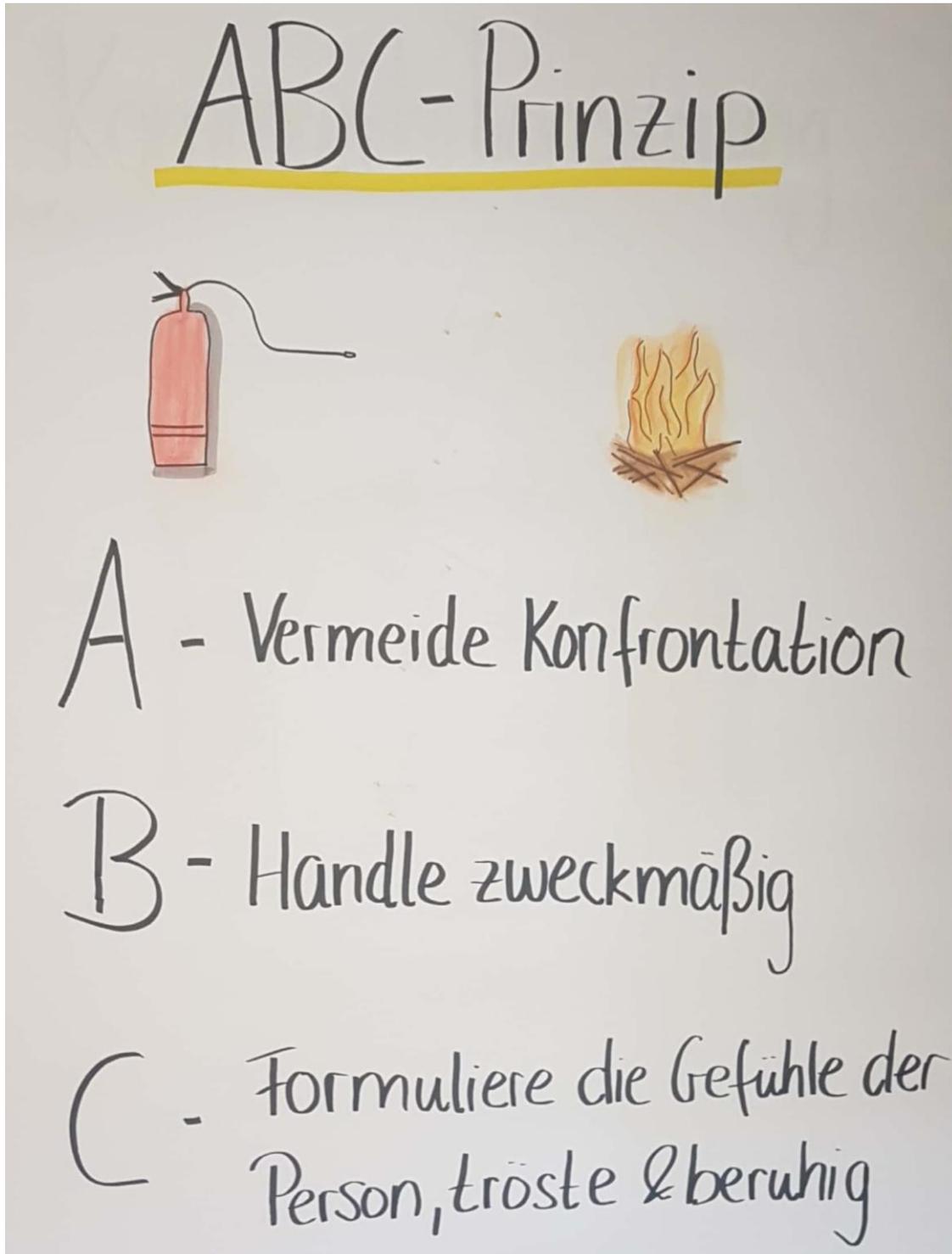
Wie geht man damit um?

- Es gibt kein absolutes „Richtig“ und „Falsch“
- Prinzip „Versuch und Irrtum“
- Die Art, wie Menschen mit Kommunikationsproblemen von Menschen mit Demenz umgehen variiert stark
- Man muss sich klar sein, dass der Demenzkranke sich nicht bewusst ist etwas „falsches“ zu tun oder zu sagen
- Stellen Sie sich vor, wie es wäre, wenn andere Menschen Ihnen sagen, was sie zu tun, und was sie zu lassen haben

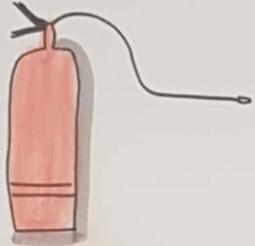
Bei der Kommunikation gibt es kein Richtig und kein Falsch. Ganz viel läuft über das Prinzip von Versuch und Irrtum. Da jeder Mensch sehr individuell ist variieren die Kommunikationsstörungen aber auch die Art, wie Menschen damit umgehen, sehr stark. Die MmD sind sich dabei nie bewusst, etwas

„falsches“ zu sagen oder zu tun. Wenn man sich vorstellt, wie man sich fühlen muss, wenn andere einem sagen was man zu tun oder zu lassen hat, kann man sich etwas hineinversetzen, was passiert, wenn man mit MmD so umgeht.

Eine Möglichkeit mit Kommunikationsstörungen umzugehen ist das ABC-Prinzip.



ABC-Prinzip



A - Vermeide Konfrontation

B - Handle zweckmäßig

C - Formuliere die Gefühle der Person, tröste & beruhige

Auf den folgenden vier Folien sehen Sie die nochmals die einzelnen Schritte des ABC-Schemas ausführlich erläutert.

Wie geht man damit um?

- Konfrontation vermeiden:
 - Nicht auf Fehler hinweisen
 - Keine schlechte Atmosphäre heraufbeschwören
 - Nicht korrigieren
 - Nicht durch falsche Informationen in die Irre führen

Ich weiß es nicht.
Ach wirklich?
Das fällt mir gerade nicht ein.
Genauso ist es.

Wie geht man damit um?

- Zweckmäßig Handeln
 - Schwierige Situationen voraussehen und vermeiden
 - Einfache kurze Antworten geben
 - Termine im Voraus mehrfach ankündigen
 - Ggf. erinnern, auf die Sprünge helfen
 - Bestätigen

Wie geht man damit um?

- Formulieren Sie die Gefühle der Menschen mit Demenz und spenden Sie Trost
 - Wirkt ein Mensch aufgeregt oder ängstlich, formulieren Sie seine Gefühle, sagen sie ihm, was Sie glauben, dass er fühlt
 - Sie geben ihm so das Gefühl, dass Sie ihn verstehen (Validation)

Sie machen sich große Sorgen!
Das macht einem zu schaffen, wenn einem die Worte
nicht einfallen!
Das macht Sie aber sehr traurig!

Wie geht man damit um?

- Verwenden Sie ritualisierte Sprache und Floskeln

Kommt Zeit kommt Rat
Da ist guter Rat teuer!

Die folgenden zwei Folien zeigen Anwendungsbeispiele für die Nutzung des ABC-Schemas.

Anwendungsbeispiele

„Er müht sich ab, Worte zu finden!“

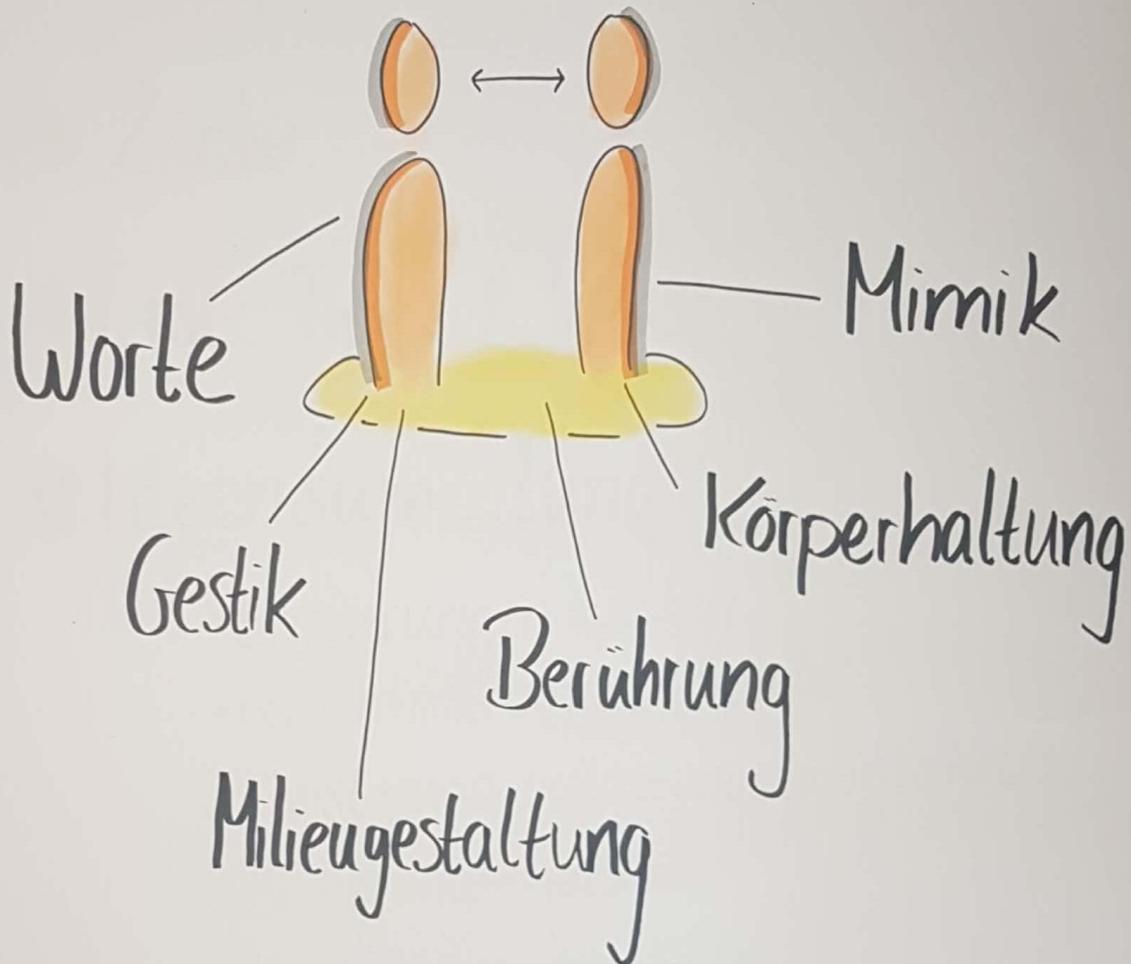
- Warum?
 - Die erkrankte Person hat Wortfindungsstörungen und kann die richtigen Worte nicht mehr finden
- A – Vermeide Konfrontation
 - Sagen Sie nicht: Du kennst das Wort! Denk mal nach!
- B – Handle zweckmäßig
 - Wenn Sie wissen, was der Kranke sagen will, dann sagen Sie es! Das hilft den Stress zu nehmen.
 - Man kann auch fragen: „Hat es was mit der Arbeit zu tun?“
- C – Formuliere das Gefühl und tröste:
 - Ich kenne das, es ist furchtbar, wenn einem das Wort nicht einfällt. Man ist dann so hilflos.
 - Das macht einen wütend

Anwendungsbeispiele

Er erzählt ständig aus der Vergangenheit!

- Warum?
 - Er hat Probleme mit neuen Erinnerungen, aber ohne diese hat er nur seine alten Erinnerungen. Er fühlt sich gut, wenn er sich gut erinnern kann.
- A – Vermeide Konfrontation
 - Sagen Sie nicht: „Das habe ich schon hundert mal gehört! Nicht immer die alten Geschichten.“
- B – Handle zweckmäßig
 - Versuchen Sie eine positive Einstellung zu diesen Geschichten zu bekommen
 - Sie können auch sagen „Ja das war vor langer Zeit, als wir in Bonn gewohnt haben“
 - Legen Sie ein Erinnerungsalbum an.
- Formulieren Sie das Gefühl und trösten Sie
 - Das scheint dich traurig zu machen. Das vergisst man nicht, gell! Wie wenn es gestern gewesen wäre!

Kommunikation ist



Beachten Sie, dass Kommunikation mehr ist als der reine Austausch von Worten und behalten Sie die genannten Einzelteil immer in Erinnerung.

MmD brauchen Begleitende die ...



Menschen mit Demenz benötigen Begleitenden, die vor allem die hier genannten Dinge versuchen zu berücksichtigen. So kann die Kommunikation unterstützt werden.

Beachten können Sie außerdem die 11-Tipps der Deutschen Alzheimer Gesellschaft, die hier nochmals knapp und verständlich zusammengefasst sind.