

Beziehungsgestaltung in der Pflege von Menschen mit Demenz

Eine Handreichung für pflegende Angehörige
und Familien von Menschen mit Demenz



Dieser Leitfaden basiert auf dem Expertenstandard „Beziehungsgestaltung in der Pflege von Menschen mit Demenz“

Er ist kein Wunder- und Allheilmittel, soll pflegenden Angehörigen jedoch helfen, im Alltag mit schwierigen Situationen besser umgehen und auf den Betroffenen besser eingehen zu können.

Beziehungsgestaltung mit personenzentrierter Haltung

Beziehungen zählen zu den wesentlichen Faktoren, die aus Sicht von Menschen mit Demenz die Lebensqualität beeinflussen. Durch eine personenzentrierte Haltung (gezieltes Handeln) kann die Beziehung zwischen Menschen mit Demenz und Angehörigen, sowie anderen Menschen in ihrem sozialen Umfeld erhalten und gefördert werden.

Die Werthaltung dem Menschen mit Demenz gegenüber: auch mit seiner Erkrankung ist er immer noch ein erwachsener Mensch und ist als solcher zu achten und zu behandeln. Das Hauptaugenmerk ist auf das Wohlbefinden und eine gelingende Beziehung gelegt.

Gefühle gehört, verstanden und angenommen werden, Befindlichkeiten und Wünsche stehen im Mittelpunkt so wie ein Höchstmaß an Mitbestimmung/ Mitwirkung, situationsbedingtes Reagieren, soziale Teilhabe, Fähigkeiten in den Alltag einbinden.

Menschen mit Demenz brauchen eine Basis, an die sie sich anlehnen können. Sie benötigen eine vertraute Umgebung, in der sie Identität finden. Sie möchten Teil der Gesellschaft sein, Teil der Familie, der Gemeinde, eines Vereines..... Der Mensch mit Demenz will als Person wahrgenommen und geschätzt werden.

Dazu ein Beispiel: Geschichte einer Frau die eines Tages weinend im Bett sitzt. Als die Pflegefachkraft sie fragt warum sie weint, erzählt sie, dass sie lange Jahre Vorsitzende im Sportverein gewesen sei und heute ihre Ehrung als langjähriges Mitglied stattfinden werde. Sie sei aber auf Grund ihrer Erkrankung nicht dazu eingeladen worden.

„Erst verstehen, dann handeln“

Wir müssen uns die Frage stellen: was kann geschehen sein, dass der Mensch mit Demenz sich jetzt so verhält? Was will er uns mit dem Verhalten sagen? Wenn Sprache als Kommunikationsmittel nicht mehr verfügbar ist, bleibt nur noch das Verhalten. Dementiell erkrankte tun nie etwas Unsinniges; wir können es nur in diesem Moment nicht nachvollziehen. Gerade diese schwierigen und anspruchsvollen Situationen fordern das Umfeld zu Toleranz, Flexibilität und zum Aushalten auf.

Information, Anleitung

Insbesondere zu Beginn der Erkrankung ist die Auseinandersetzung mit den Veränderungen, die eine dementielle Erkrankung mit sich bringt wichtig, da diese häufig zu Ängsten, Unsicherheiten oder auch Wut und Frustration und die Abnahme der Fähigkeit zur Selbststeuerung führen kann.

Dies ist eine hohe Belastung der Angehörigen. Hilfreich ist dabei, dass die Angehörigen die Notwendigkeit und Bedeutung beziehungsfördernder und gestaltender Maßnahmen kennen.

- Stimmung und Affekt – auch erkennbar durch Mimik, Gestik, nonverbale Ausdrucksformen
- Beziehung und Interaktion – Wie kann man behilflich sein? Z. B. durch einbinden in die Gemeinschaft
- Beschäftigung und Teilhabe - Einbinden in alltägliche Tätigkeiten
- Gefühl von Sicherheit und Geborgenheit – Hier bitte besondere Beachtung von Nähe und Distanz
- Blickkontakt aufnehmen: um die Aufmerksamkeit von Menschen mit Demenz gewinnen zu können, ist es wichtig, mehrere Sinne anzusprechen.
- Keine Überforderung: Orientierung an den aktuellen Fähigkeiten.
- Einfachheit im Gespräch: lange Sätze werden nicht mehr verstanden und das vor kurzem Gesagte nicht mehr behalten.

- Aufmerksamkeit: Für Menschen mit Demenz ist es schwierig „uneingeschränkt“ aufmerksam zu sein.
- Keine Korrektur das Hier und Jetzt ist die Wirklichkeit: die Gegenwart wird zunehmend verwirrend und unverständlich, sie leben immer mehr in der Vergangenheit
- Erhaltung der Selbstbestimmung: Strukturen und Rituale sind sehr wichtig, um Sicherheit im Alltag zu behalten und sich zurechtzufinden.
- Gesagtes nicht wörtlich oder persönlich nehmen: besonders im Anfangsstadium der Demenz kann es sein, dass die empfundenen Verluste nicht nur traurig, sondern auch wütend und aggressiv machen.

Leitgedanke für die beziehungsfördernden Maßnahmen sind die 12 Aktivitäten von Tom

1. Erkennen und Anerkennen

Der Person in einer offenen, vorurteilsfreien Haltung begegnen und davon ausgehen, dass alles Verhalten und Gesagte eine Bedeutung für die betreffende Per-

son hat. Die Person durch achtsames Zuhören anerkennen und jede Art ihrer Kommunikation würdigen. Blickkontakt aufnehmen, evtl. vorsichtig berühren und darauf achten, im Blickfeld zu bleiben. Der Person genügend Zeit lassen, um andere Personen oder Dinge zu erkennen.

2. Verhandeln und Aushandeln

Auch Menschen mit Demenz können Ihren Willen ausdrücken, wir nehmen diesen an und respektieren ihn. Der Person die Kontrolle über die Situation ermöglichen, indem man mit ihr verhandelt, ihre Wünsche, Bedürfnisse und Vorlieben erkennt und diese berücksichtigt. Beim Zuhören ist es notwendig, eigene Gedanken und Annahmen in den Hintergrund zu stellen.

3. Zusammenarbeit

Wir arbeiten „mit“ dem Betroffenen. Wir fördern seine Potenziale, geben Anleitung, wo nötig und zwingen ihn nicht in eine herbeigeführte Hilflosigkeit.

Der Person Angebote machen, tätig, nützlich und so-

mit selbstwirksam zu sein, indem man mit ihr zusammenarbeitet. Bei verschiedenen Handlungen, z.B. bei der Körperpflege oder im Haushalt, der Person Raum geben, ihre gegenwärtigen Fähigkeiten einzubringen und sich so im Tun zu erleben. Die Person nicht durch vorzeitige Übernahme der Handlung entmachten, sondern auch ihre Art und Weise, Dinge zu tun, akzeptieren. Sich bewusst sein, dass die Selbstständigkeit und Selbsttätigkeit wichtiger sind, als ein makelloses Pflegeresultat.

4. Zwecklosigkeit und Spiel

Der Person Raum für Spontaneität und Selbstaussdruck geben, zum Beispiel durch Spielen. Nicht nur verrichtungs- oder aufgabenzentriert Kontakt aufnehmen, sondern sich immer auch wieder ohne jegliche Absicht zur Verfügung stellen und Dabeisein.

5. Basale Stimulation/Timalation

Timalation, griechisch, bedeutet in etwa: „ich ehre dich.“ In diesem Zusammenhang meint es einen Austausch zwischen zwei Personen über sensorische Mit-

tel. Die Kommunikations- und Wahrnehmungsmöglichkeiten der Person erweitern und fördern, indem z.B. über sensobiografisch bedeutsame Zugangswege Kontakt hergestellt wird. Der Person so Möglichkeiten bieten, sich selbst zu spüren. Insbesondere bei Personen, die sich nicht aktiv zu der Art und Weise, wie sie berührt werden möchten, äußern können, sind folgende Qualitätsmerkmale einer guten Berührung zu berücksichtigen:

- die Person alleine berühren
- den Anfang und das Ende der Handlung signalisieren
- die Konstanz in der Berührung erhalten
- die Kontaktintensität langsam aufbauen
- einen Rhythmus für die Berührung entwickeln
- die Berührung so gestalten, dass diese Berührung der Person Sicherheit vermittelt.

6. Feste feiern

Mit der Person zusammen feiern und so Möglichkeiten zum freudvollen, humorvollen Miteinander finden. Beim Feiern wird die Trennung zwischen Rollen, Funktionen und Hierarchien aufgehoben.

7. Entspannen

Der Person Raum geben, damit sie zur Ruhe kommen, sich zurückziehen und sich entspannen kann. Den äußeren und inneren Rahmen dafür schaffen, indem man Stimmungen und Gefühle zusammen hält und nicht durch Aktivismus übertönt. Hierbei ist es wichtig, selbst zur Ruhe zu kommen und dem Bedürfnis der Person nach körperlichen Nähe nachzukommen. Professionelles Handeln in Bezug auf Nähe und Distanz ist besonders wichtig.

8. Validation

Indem man sich in das Erleben und der Gefühlswelt der Person hineinversetzt, ist subjektive Wirklichkeit der Person zu akzeptieren. Dabei ist es wichtig ihre Gefühle wahrzunehmen und dies durch eine wertschätzende Bestätigung (verbal(Worte) und nonverbal(Gestik)) zum Ausdruck zu bringen.

9. Halten

Der Person einen sicheren psychologischen Raum bieten, indem man z.B. auch in emotional schwierigen Situationen (z.B. tiefe Trauer, Angst) präsent, beständig und

selbstsicher bleibt. Dabei ist es wichtig, herausforderndes Verhalten auf der Ebene des Selbstausdrucks und nicht auf der Ebene der Beziehung zu verstehen.

10. Erleichtern

Etwas nicht mehr tun zu können, was einem wichtig ist, bedeutet einen gewaltigen Verlust an Lebensqualität. Die Person dabei unterstützen, Handlungen selbständig aus und zu Ende zu führen. Handlungsversuche als solche erkennen, zum Beispiel durch die Verwendung von Schlüsselreizen (Worte, Gesten) und so die Ausführung der Handlung zu ermöglichen.

11. Interaktion durch Symbole

Es ist bekannt, dass Menschen mit schwerer Demenz positiv auf immer gleich ablaufende Rituale reagieren. Ein stets wiederkehrender Tagesablauf bietet viel Sicherheit. Hier sind sie darauf angewiesen, dass alle an einem Strang ziehen. Das setzt eine sehr gute Kommunikation im Umfeld voraus.

12. Geben

Häufig möchten sie uns für unsere Arbeit etwas geben und genauso häufig blicken wir in enttäuschte Augen, wenn wir ablehnen. Sei es nun Geld, Schokolade oder Bonbons; geben zu können, ist ein Zeichen von Dank, Anerkennung und Zuneigung. Darüber sollten wir uns freuen und es dem Betroffenen nicht verweigern.

Wie erlebt die Person sich selbst, andere Menschen und deren Welt?

Unterstützende Fragen hierzu können sein:

- Was ist ihm wichtig?
- Was braucht er?
- Welche Menschen sind ihm wichtig?
- Wie fühlt er sich?
- Aus welchem Denken, Fühlen und Erleben heraus ergeben die Verhaltensweisen, Befindlichkeiten und Erscheinungsweisen einen subjektiven Sinn? Z. B. können aus unserem Beobachten und aus der Biographie subjektive Schlüsse abgeleitet werden.

- Was ist die Funktion von Verhaltensweisen, was wird mit dem Verhalten kompensiert, auf welche inneren Antriebe, Fragen, Themen ist das Verhalten eine Antwort?
- Welchen Einfluss hatte das Leben prägend auf den Betroffenen?

Wichtig ist es, ohne Vorurteile auf den Menschen mit Demenz zuzugehen, seine Handlungen haben nichts mit der Person gegenüber zu tun.

Maßnahmen und Methoden zur Unterstützung der Beziehungsgestaltung

- Aromatherapie/Wahrnehmungsförderung: dies kann durch Gerüche beim Kochen, Backen, Kaffee/Tee zubereiten stattfinden, Orangen/ Mandarinen schälen lassen oder im direkten Beisein vorbereiten
- Erinnerungsbücher/ Fotoalben
- Tiere mit einbeziehen
- Musik (dabei Gewohnheiten berücksichtigen)

- Männerstammtisch und Ehepaarstammtisch
- Biographie geleitete und beziehungsfördernde Gestaltung des Alltags
- Haushaltstätigkeiten (Kochen, Gemüse schälen oder schneiden lassen, Salat waschen), Backen mithelfen bei der Zubereitung des Teiges etc., Wäsche zusammenlegen usw.)
- Geburtstagsfeiern, Feste feiern
- Gottesdienste besuchen, zuhause beten
- Gruppengymnastik (evtl. im Verein, oder zuhause gemeinsam)
- Gartenarbeiten wie z.B. hacken, gießen, Blumen umtopfen,
- Handwerkliche Tätigkeiten
- Strickgruppe
- Spaziergänge, Ausflüge planen
- Verschiedene Spiele, dabei Gewohnheiten berücksichtigen (Schach, Mensch Ärgere Dich Nicht, Dame, Mühle, Kartenspiele usw.)

Mögliche Symptome einer Demenz

Eine diagnostizierte Demenzerkrankung ist nicht mehr heilbar und schreitet immer weiter voran. Anzeichen finden sich in folgenden Symptomen:

- Gedächtnisstörung im Kurzzeitgedächtnis: Neues kann nicht mehr abgespeichert und abgerufen werden; Einschätzungen vorzunehmen wird zunehmend schwer, d.h. mit Fortschreiten der Krankheit kann der dementiell erkrankte Mensch auf keine Erfahrungswerte zurückgreifen.
- Es wird schwieriger, Abläufe der Reihe nach vorzunehmen.
- Störungen im räumlichen Denken und in der Orientierung: Nähe und Weite können nicht mehr eingeschätzt werden, Zeiten werden verwechselt, Personen nicht mehr erkannt und Situationen falsch eingeschätzt
- Sprachstörungen wie z.B. Wortfindungs- und Artikulationsstörungen
- Logisches Denken und Konzentration lassen nach; lange anspruchsvolle Gespräche sind nicht mehr möglich, Handlungen in Filmen und Fernsehsendungen können nicht mehr nachvollzogen werden.

Leichte Demenz:

„Die Welt der geistigen Erfolgslosigkeit“. Die Menschen mit Demenz nehmen ihre Beeinträchtigungen wahr und entwickeln Strategien, um peinlichen Situa-

tionen auszuweichen. Der Mensch mit Demenz gerät zunehmend unter Druck und reagiert mit Angst, Aggression und Wut. Manche „verstummen“ und ziehen sich von sozialen Kontakten zurück. Der Erkrankte soll vor Bloßstellung im sozialen Umfeld unbedingt geschützt werden. Die Empfehlung hierzu ist, das nähere Umfeld auch Nachbarn frühzeitig zu informieren. Die Umgebung mit Zetteln, Pfeilen und Hinweisen zu gestalten, ist hilfreich und erlaubt es den Betroffenen zunächst in einer selbständigen Lebensführung zu bleiben.

Mittelschwere Demenz: „Die Welt der geistigen Ziellosigkeit“. Der Mensch mit Demenz kann keine gezielten Handlungen mehr vornehmen. Er geht ziellos hin und her, Gegenstände und Personen werden nicht mehr erkannt oder können nicht mehr zugeordnet werden. Der Mensch schreitet geistig in seiner Entwicklung zurück, bis er wieder Kleinkind und Baby und genauso hilflos geworden ist. Die Geschichte einer Mutter, die in dieser Phase in ihrer Demenzwelt 19 Jahre jung war und sich nicht vorstellen konnte, dass sie vier Kinder hatte.

Schwerste Stufe der Demenz: „Die Welt der geistigen Schutzlosigkeit“. In dieser Phase muss ein demenziell Erkrankter vor sich selbst und der Welt geschützt werden. Essen und Sprechen sind nicht mehr selbstverständlich, die Koordination des Gehens oft nicht mehr möglich. Viele Erkrankte werden immobil. Aufsitzen, einen Positionswechsel bzw. Perspektivwechsel ermöglichen und den Kreislauf etwas anregen, ist hier gefordert. Handlungen müssen gezeigt werden. Es ist ein Schutz von Reizüberflutung notwendig, denn der Erkrankte kann oft den Abläufen im Fernsehen nicht mehr folgen und findet auch keine Umsetzung mehr für Musik.

Auch Angehörige brauchen Auszeiten

Wichtig ist es, ohne Vorurteile auf den Menschen mit Demenz zuzugehen, seine Handlungen haben nichts mit der Person gegenüber zu tun. Die Pflege und Betreuung ist für Angehörige und das gesamte Umfeld sehr belastend, daher ist es wichtig sich regelmäßige Auszeiten zu nehmen um Energie schöpfen zu können. Hilfe anfordern und in Anspruch nehmen, die

Erkrankten spüren wenn es dem gegenüber nicht gut geht, auch wenn sie es nicht verbal äußern können, spiegelt es sich meist im Verhalten wieder.

Für jedermann erreichbar

Seniorenbüro der Stadt Singen

JuliusBührerStr.2

78224 Singen

Tel.: 07731 / 85-540

E-Mail:

seniorenbuero@singen.de

oder

Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg

Demenzberatung

0711 / 24 84 96-63

beratungalzheimer-bw.de

Diese Broschüre wurde erstellt von Mitarbeiterinnen der Mitglieder im Aktionsbündnis Demenz Singen/Hegau



SINGEN 
Demenzfreundliche Kommune



SINGEN 
Demenzfreundliche Kommune



AKTIONSBÜNDNIS
DEMENZ.
SINGEN / HEGAU