

## **10 Verhaltensregeln, die eine Verständigung mit Menschen mit Demenz erleichtern**

Tipps zur einfühlsamen Kommunikation

### **So oft wie möglich mit dem Pflegebedürftigen sprechen**

Da ein von Demenz betroffener Mensch aus Antriebsmangel und Unsicherheit oft kaum selbst ein Gespräch wagt, ist es gut, wenn Sie ihn zur Kommunikation anregen. Dabei sollten sich die Gespräche um seine Lieblingsthemen drehen. Fragen sind weitgehend zu vermeiden, besonders nach aktuellen Ereignissen. Der Betroffene hat aufgrund seines nachlassenden Kurzzeitgedächtnisses oft schon 10 min nach dem Essen vergessen, was er auf dem Teller hatte. Fragen nach seinen Defiziten oder Hinweise darauf sind unbedingt zu vermeiden, da dies den Betroffenen kränken und zu depressivem oder abwehrendem Verhalten führen kann.

### **Die Stärken hervorheben und Fehler übergehen**

Auch wenn es Ihnen zuweilen schwerfällt, über spontan auftretende Zornausbrüche oder Beleidigungen hinwegzusehen, denken Sie daran, dass es sich um krankheitsbedingte Ausfälle handelt. Versuchen Sie, unberührt zu bleiben und das Gespräch auf ein anderes Thema zu lenken, z. B. auf ein leckeres Essen.

### **Keine Kränkungen oder Kritik**

Kritik oder kränkende Äußerungen sollten generell unterlassen werden, denn der Kranke kann zurückliegende Geschehnisse geistig nicht mehr reflektieren und verarbeiten. Eventuelles Missgeschick kann viel besser durch tröstende Gesten und ruhiges Zureden übergangen werden.

### **Für ruhige Umgebung sorgen**

Bei Menschen mit Demenz, die zu Unruhe neigen, ist es hilfreich, wenn Sie sich selbst ganz bewusst ruhig verhalten und dafür sorgen, dass Störungen und Reize, die Ablenkungen verursachen, weitestgehend abgestellt werden.

### **Im Blickfeld bleiben**

Leidet der Mensch mit Demenz an schweren Aufmerksamkeitsstörungen, versuchen Sie sich bewusst in seinem Blickfeld aufzuhalten, während Sie mit ihm sprechen. So erhalten Sie seine Aufmerksamkeit und verstärken den direkten Bezug zum Gesagten.

### **In kurzen, einfachen Sätzen sprechen**

Wenn der Betroffene mit zu langen Sätzen konfrontiert wird, besteht die Gefahr der Überforderung und des Missverstehens. Bilden Sie eher kurze und einfache Sätze mit klaren Aussagen, die Sie auch mal wiederholen. Machen Sie kleine Pausen zwischen einzelnen Sätzen, lassen Sie ihm Zeit, das Gesagte aufzunehmen.

### **Plötzlichen Themenwechsel vermeiden**

Bleiben Sie beim Thema und behalten Sie direkten Blickkontakt zum Gegenüber. Zu viele und zu verschachtelte Sätze können von Menschen mit Demenz kaum überblickt werden.

## **Gestik und Mimik richtig einsetzen**

Halten Sie sich stets im hellen Blickfeld auf und setzen Sie während des Gesprächs ganz bewusst Berührungen ein. Das schafft Nähe und hilft Ängste abzubauen. Versuchen Sie, Ihre Worte mit eindeutiger und gefühlsbetonter Gestik noch zu verstärken. Dadurch kann Gesagtes besser in Erinnerung bleiben.

## **Brille und Hörgeräte sind wichtig**

Bei allem Bemühen um Kommunikation sind natürlich das gute Hören und Sehen wichtig. Entsprechende Geräte sollten daher vor jedem Kontakt vom Pflegenden geprüft werden. Eine gute Sinneswahrnehmung unterstützt das gegenseitige Verständnis.

## **Nicht vorschnell helfen, sondern Geduld zeigen**

Wortfindungsstörungen können den Betroffenen erheblich verunsichern und ihn zusätzlich seelisch belasten. Ihm vorschnell bei der Wortsuche helfen zu wollen, kann ihn unter Druck setzen, denn damit Sie signalisieren indirekt Ihre Ungeduld oder Sie legen ihm ein Wort in den Mund, das er eigentlich gar nicht sagen wollte.