

Die Defizite berücksichtigen, aber auch die Restfähigkeiten aktivieren!

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.

Die Bedürfnisse Demenzkranker berücksichtigen!

körperliche Bedürfnisse

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

Bedürfnis nach Sicherheit

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

soziale Bedürfnisse

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

Bedürfnis nach Selbstachtung

- Erfolg ⇒ angemessene Tätigkeiten anbieten
- Anerkennung, Zustimmung ⇒ loben, validieren
⇒ Mißerfolge übergehen

Bedürfnis nach Selbstverwirklichung

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

Folgen des einfühlsamen Umgangs mit den Defiziten, Gefühlen und Bedürfnissen

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.

In 4 Schritten Zugang zu Demenzkranken finden:

Gefühle

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

Die 11 Validation-Techniken

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.

Grundsätzliches zum Verhalten Demenzkranker

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.

Der Grundgedanke der Validation

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 zur Betreuung Demenzkranker

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“).

Schlüsselfragen zum Verhalten Demenzkranker

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!):
