



Den Schlüssel finden

Wie können Betreuende eine Verbindung aufbauen und die Beziehung mit Menschen mit Demenz pflegen? Unsere Autorin stellt praktische Ansätze vor, damit Betreuungsprofis wie auch Angehörige den Kontakt aufrechterhalten.

Text: Sabine Richartz

In Verbindung bleiben – das war das Thema des letzten Weltzheimer Tags 2022. Ein wichtiges Thema – gerade im Kontext der Corona-Pandemie, Isolation und Besuchsverboten. Aber auch, weil Menschen mit Demenz oft in ihrer eigenen Welt leben. Der Kontaktaufbau ist so erschwert – sowohl für professionelle Pflege- und Betreuungskräfte als auch für Angehörige. Unsere Beziehungen führen wir in der Regel, weil wir gemeinsame Interessen, gemeinsames Erleben und Wahrnehmen oder ein gemeinsames Ziel haben. Dies ist die Schnittmenge in unserer Kommunikation. Bei Menschen mit Demenz wird diese Schnittmenge immer kleiner. Standen Sie auch schon mal vor einem Bewohner und hatten das Gefühl, sie kommen einfach nicht an ihn heran? Vielleicht war der Mensch, der vor Ihnen stand, nicht mehr in der Lage, verbal zu kommunizieren? Oder er sprach in seiner Muttersprache, die Sie nicht verstanden haben? Oder hatten Sie mit einem Menschen zu tun, der repetitiv einfach nur nach Hause will?

In solchen Situationen fühlen wir uns oft hilflos und überfordert. Wir meiden den Menschen mit Demenz, weil die Frustration nach der Begegnung sowohl für den Bewohner oder die Bewohnerin als auch für die Betreuungskraft (sogar für Angehörige) spürbar ist.

Demenz macht einsam

Wie wäre es, wenn Sie plötzlich nicht mehr die richtigen Worte finden könnten oder Gespräche nicht verfolgen könnten? Ganz sicher würden Sie aus Scham und Peinlichkeit Gesprächssituationen und soziale Kontakte meiden. Genauso geht es auch Menschen mit Demenz. Bei vielen beginnt die Erkrankung mit Wortfindungsstörungen. Das Kurzzeitgedächtnis funktioniert nicht mehr richtig. Das kann dazu führen, dass bereits der Satzanfang vergessen wird. Der Rückzug bedeutet auch, dass Kommunikation seltener stattfindet und – im Sinne von „Wer rastet, der rostet“ – vergessen wird. Ein Teufelskreis aus Kommunikationsstörungen, sozialem Rückzug und Einsamkeit beginnt.



*Kleine Mitbringsel
erhöhen das Interesse
bei der Kontaktauf-
nahme.*

Kommunikation ist der Schlüssel zur Welt: Wir können, indem wir kommunizieren, unsere Ansichten mitteilen. Wir können Beziehungen und Kontakte pflegen und sind fähig, in der Welt zu interagieren – ob einkaufen, nach dem Weg fragen oder die Bestellung aufgeben – alles ist nur möglich, indem wir miteinander in Kontakt treten. Bei Menschen mit Demenz sind diese Fähigkeiten gar nicht oder nur eingeschränkt vorhanden. Die Konsequenz: ein Gefühl der Unsicherheit, das in Depressionen, Aggressionen oder Apathie mündet.

Wie wir in Kontakt kommen

Der Verlauf einer Begegnung lässt sich in drei Schritten gliedern:

1. Kontaktaufnahme
2. Begegnung – in Kontakt sein
3. der Abschied – Kontakt lösen

In der Kontaktaufnahme ist der Blickkontakt von zentraler Bedeutung. Da die nonverbale Kommunikation bei Menschen mit Demenz einen deutlich höheren Stellenwert hat als bei uns, ist es wichtig, die Mimik und Gestik anzupassen. Ein breites Lächeln (auch mit Maske lächeln Ihre Augen) signalisiert den demenziell veränderten Menschen, dass wir ihm wohlgesonnen sind.

Um die Aufmerksamkeit und das Interesse bei der Kontaktaufnahme zu steigern, bietet es sich an, etwas mitzubringen. Ob eine Puppe, ein Teddybär, Naturmaterialien

oder etwas Leckeres zum Naschen – das Interesse richtet auf das Objekt und der Kontakt fällt leichter. Kleine Geschenke erhalten die Freundschaft – das gilt auf die die Beziehungsgestaltung zu Menschen mit Demenz. Ob es nun bunte Blätter im Herbst, ein warmer Kakao im Winter oder die ersten Frühlingsboten sind – solche Geschenke müssen nichts kosten, kommen aber von Herzen.

Das In-Kontakt-sein, also die eigentliche Begegnung, bedarf von uns eine Anpassung unserer Kommunikation an die Fähigkeiten des Gegenübers. Auch wenn Menschen mit Demenz nach Worten suchen oder immer wieder das Gleiche fragen – gerade der geduldige, aktive Zuhörer kann Zugang finden und erforschen, welche Bedürfnisse der Mensch mit Demenz hat. Wichtig ist es hierbei, die emotionalen Aspekte der Nachricht rauszufiltern und Fakten außen vorzulassen. So können wir auf die Äußerung „Ich möchte nach Hause“ emotional antworten, auf die Gefühle eingehen („Sie vermissen Ihre gewohnte Umgebung“) und dem Menschen mit Demenz das Gefühl vermitteln, dass wir ihn verstehen.

Nicht nur die emotionale Ansprache, sondern auch das Akzeptieren der Wirklichkeit des Gegenübers ist ein weiterer Aspekt der Kommunikation und Beziehungsge-



staltung. Menschen mit Demenz leben in der Vergangenheit. Und in dieser Vergangenheit haben sie viel erlebt – manches kommt wie eine Erinnerung zurück, die dann zur Wirklichkeit wird und logisch erscheint. Ein In-Kontakt-kommen ist dann möglich, wenn ich diese Wirklichkeit akzeptiere und darauf eingehe.

Um den Kontakt zu lösen, ist es bei Menschen mit Demenz von zentraler Bedeutung, das Beenden anzukündigen. Grundsätzlich ist es nicht ratsam, Floskeln wie „Ich komme nachher wieder“ zu nutzen, wenn Sie dies nicht schaffen. Ein gemeinsames Ritual erleichtert in der Regel den Abschied.

Mittel zur Kontaktaufnahme

Wie schwer manchmal die Kontaktaufnahme ist, habe ich selbst in der Praxis erlebt. Einen Fall habe ich besonders gut in Erinnerung, weil dieser gut zeigt, wie man den passenden Schlüssel finden kann: Frau T. war eine schlanke Frau, hochgradig demenziell verändert. Sie wirkte apathisch und zog sich in ihr Zimmer zurück. Sie lag meist im



*Sabine Richartz
Diplom-Pädagogin, Leitung Sozialer Dienst,
QM-Beauftragte, Dozentin Seniorenzentrum
St. Franziskus, St. Augustin (bei Bonn)*



Eine Babypuppe kann den Zugang zu einer Bewohnerin erleichtern. Auch wenn, wie im Beispiel, die Biografie einer kinderlosen Dame dies zunächst nicht vermuten lässt.

Bett und schaute die kahle Wand an. Ein Kontakt war nur kurz möglich, dann drehte sie sich wieder um. Eines Tages brachte ich einen Bildband mit, und sie schaute sich den Bildband mit mir an. Bei allen Bildern, die Kinder oder Babys zeigten, stockte Frau T., streichelte liebevoll über das Bild und sagte immer wieder: „Ist das süß!“ Ich war erstaunt, da ich aus Gesprächen mit der betreuenden Nichte herausfinden konnte, dass Frau T. verheiratet, aber kinderlos war. Kinder seien nie Thema gewesen, so die Nichte. Beim nächsten Besuch brachte ich eine Babypuppe mit. Frau T. lächelte mich an, nahm die Puppe an sich und liebte diese. Sie schaukelte mit der Puppe hin und her, wickelte sie in eine Decke ein und sprach liebevoll mit ihr.

7 Tipps für die Angehörigenberatung

Besuche bei demenziell veränderten Menschen können Frust verursachen – auf Seiten der Angehörigen und auf Seiten der Bewohner:innen. Hier einige Tipps, wie Sie als Betreuungskraft Angehörige beraten können

1. Setzen Sie Besuchszeiten auf ein bis zwei Stunden an. Weniger ist mehr. Auch bei der Anzahl der Besuchenden.
2. Angehörige sollten den zu Pflegenden mit nicht zu vielen Informationen überwältigen, aber auch nicht schweigen.
3. Angehörige sollten Fragen, die sich auf die aktuelle Situation beziehen, besser vermeiden: Was hast du heute gegessen? Was hast du gestern gemacht?
4. Gesprächsinhalte sollten sich stattdessen auf Erinnerungen aus der Vergangenheit beziehen.

Vielleicht hilft das Mitbringen alter Fotos beim gemeinsamen Erinnern.

5. Gemeinsame Aktivitäten, wie Spazierengehen, gemeinsames Spielen oder in der Zeitung blättern sorgen für ein entspanntes Miteinander.
6. Wenn kein verbaler Austausch mehr möglich ist, animieren Sie die Angehörigen dazu, in Berührung zu gehen und beispielsweise die Hand zu halten, Massagen durchzuführen etc. (vergleiche Beitrag der Autorin in *Aktivieren* 6/2022). Auch kleine pflegerische Tätigkeiten, wie Nagelpflege oder Hilfe bei den Mahlzeiten, fördern ein gutes Miteinander. Und der Angehörige hat das Gefühl, etwas beitragen zu können.
7. Wenn der Abschied schwerfällt, sollten Abschiedsszenarien vermieden werden. Ein kurzes „Ich komme bald wieder“ im Zimmer genügt.

Mehr zum Thema

Lesen Sie auch den Beitrag zur Kommunikation mit Menschen mit Demenz von Astrid Steinmetz „Brücken bauen – ohne Worte“ in *aktivieren* (6/2021), den Beitrag von Sandra Zenz „Wenn Beziehungsfäden reißen“ (2/2022) sowie den Beitrag von Stephan Kostrzewa zur Einbindung von Angehörigen in die Demenzbetreuung (5/2021).

Der Zugang war gefunden. Mit Puppe war plötzlich vieles möglich, was vorher undenkbar schien. So ging Frau T. nun regelmäßig spazieren. Auch die Angehörigen bemerkten eine Veränderung.

Leider ist es mit den Schlüsseln zur Welt der demenziell veränderten Menschen so, dass diese individuell sind. Wir müssen uns auf die Suche begeben. Nicht immer ist der Schlüssel in der Biografie offensichtlich, sondern liegt vielleicht weit darunter – wie im Fall von Frau T.

Wie beschrieben, arbeite ich bei der Schlüsselsuche zunächst gerne mit emotional besetzten Bildern und Bildbänden. Ich lese in der Mimik der Betreuten Interesse heraus und versuche dann, bei der nächsten Begegnung etwas mitzubringen, was dem gezeigten Interesse entspricht. Dies können Teddybären sein, Puppen oder gewöhnliche Haushaltsgeräte.

Schlüssel können auch bestimmte Wörter oder Sätze sein, die sogenannten Schlüsselsätze. So habe ich von einer Angehörigen gehört, dass ihre bei uns lebende Schwester großer Schalke-Fan sei. Wenn ich die Dame morgens begrüßt habe, habe ich nach den Schalke-Spielergebnissen gefragt. Ein breites Lächeln zeigte sich dann im Gesicht der älteren Dame. Ein Zugang war möglich.

Da bei Menschen mit Demenz das Langzeitgedächtnis lange aktiv bleibt, können auch Gedichte, die in der Kindheit gelernt worden sind, Lieder oder Gebete einen Kontakt ermöglichen. Hier bedarf es aber äußerster Vorsicht, damit Sie nicht eventuelle Traumata hervorholen.

*Anregungen für Aktivitäten und Gesprächsthemen für Menschen mit Demenz finden Sie in der Ideendatenbank des Portals **aktivieren^{plus}** (aktivieren-plus.de). Zum Beispiel: aktivieren-plus.de/aktivierungsangebote/aktivierung-bei-fortgeschrittener-demenznaehkorb*

Unser Tipp: Der Zugang ist im Abonnement bereits integriert (Anmeldung mit Abo-Nummer).

Buchtip: Nach Worten fischen, Petra Endres, Vincentz Network, Hannover, 2018, 26,90 Euro, aktivieren.net/shop/aktivieren/buecher/nach-worten-fischen



Soziale Betreuung: endlich klar!

Sie wollen die soziale Betreuung Ihrer Senior:innen kreativ und individuell planen und organisieren? Sie suchen Impulse und frische Ideen? Dann greifen Sie zu diesem Grundlagenwerk. Denn es ist so bunt und kreativ wie strukturiert und umfassend! Klären Sie insbesondere als Leitung der Sozialen Betreuung verschiedenste Fragen mithilfe dieses Leitfadens. Profitieren Sie als Betreuende von Tipps und Checklisten.



Marie Krüerke
Soziale Betreuung: endlich klar!
2022, 39,90 €, Best.-Nr. 22029
eBook, 29,90 €, Best.-Nr. 22055

Vincentz Network
T +49 6123-9238-253
F +49 6123-9238-244
service@vincentz.net



www.aktivieren.net/shop