

MIT DEMENZKRANKEN KOMMUNIZIEREN



Wir sind von Natur aus soziale Wesen, also darauf angewiesen, miteinander in Kontakt zu treten. Kommunikation setzt voraus, dass die Mitteilungen vom Absender und vom Empfänger gleichermaßen interpretiert und verstanden werden. Demenzkranke haben jedoch Schwierigkeiten sich mitzuteilen und ebenso Verständnisprobleme beim Empfang von Botschaften. Jeder (gesunde) Mensch kann Informationen, Gedanken, Gefühle und Stimmungen durch **verbale Kommunikation** vermitteln; ebenso werden aber durch die **nicht-verbale Kommunikation**, also die Körpersprache, Gefühlszustände und Verhaltensmuster ausgedrückt. Die Körpersprache kann das Gespräch unterstützen und begleiten, aber auch unterlaufen.

Bei der Kommunikation mit Demenzkranken ist daher besonders darauf zu achten, **was wir vermitteln** und **wie wir kommunizieren** (wollen), und **was wir selbst** von ihrer Kommunikation **begreifen**.

Hier einige Hinweise, wie **verbale Kommunikation besser funktionieren** kann:

1. Informationen einholen:

Einfache, klar formulierte Fragen stellen, nicht mehrere Dinge zugleich abfragen, Echo-Technik anwenden (Teile der Antwort wiederholen), richtig zuhören (Stille – Geduld), unterstützende Kommentare geben.

2. eigenes Verständnis überprüfen:

Wiederholen (Wenn ich Sie richtig verstanden habe, ...), umschreiben (Sie haben mir also gesagt, dass...)

3. Informationen geben:

Aufmerksamkeit wecken durch direkte Anrede (Liebe Frau X, sagen Sie mir...), langsam und deutlich formulieren, aber nicht lauter als gewöhnlich (!), Hinweise wiederholen und gliedern (zuerst das Abendessen, dann das Fernsehen...), Kleinkindersprache vermeiden (kann in den ersten Krankheitsphasen Aggressionen wecken)

4. Verständnis überprüfen:

Feedback und Meinung einholen, dabei aufmerksam zuhören (Vielleicht haben Sie noch Fragen? - Was halten Sie davon?)

Wenn die verbale Kommunikation im Lauf der Krankheitsentwicklung ihre Bedeutung verliert, wird die nicht-verbale Kommunikation immer wichtiger.

Deshalb darf das Gespräch aber nicht abreißen; Pflegende sollen also nicht verstummen, sondern sich immer auch verbal an die Kranken wenden. Auch wenn sie gesprochene Botschaften immer weniger begreifen können, sind diese ein Zeichen von Zuwendung, und die Fähigkeit, die **Körpersprache** zu interpretieren, bleibt den Kranken sehr lange erhalten. Diese Form der Kommunikation zu pflegen, regt die verbliebenen Fähigkeiten der Kranken an, mildert Verhaltensauffälligkeiten und kann dadurch das Zusammenleben erleichtern.

Dabei ist auf **verschiedene Elemente** zu achten.

Gesichtsausdruck

Am Mienenspiel lassen sich Gefühle ablesen, was die Kranken noch sehr lange intuitiv können. Daher muss der Gesichtsausdruck mit den verbalen Äußerungen übereinstimmen, damit die Kranken nicht verunsichert werden. Ein Lächeln wird jedenfalls noch bis in die letzten Stadien der Krankheit wahrgenommen und richtig interpretiert.

Blick

Im Gespräch mit Demenzkranken ist der direkte Blickkontakt, möglichst auf Augenhöhe, besonders wichtig: Dadurch vermitteln wir Interesse und Offenheit für die Belange des anderen. Wenn der/die Kranke sitzt, also nicht stehen bleiben und „von oben herab“ sprechen!

Gesten und Bewegungen

Ruhige Bewegungen und Gesten, die das Gespräch unterstreichen, wirken auch beruhigend.

Um die Kranken nicht zu verunsichern, sollte man sich ihnen immer von vorne nähern (nicht überraschend von hinten). Gesten können die Kommunikation unterstützen, etwa dadurch, dass man vormacht, was man erreichen will (z.B. einen Gegenstand in die Hand nehmen).

Lautstärke und Redefluss

Manche Kranken sind geräuschempfindlich und fühlen sich durch lauten Tonfall bedroht. Daher ist darauf zu achten, sich beim Sprechen ruhig, in normaler Lautstärke (außer bei Schwerhörigkeit) und vor allem in nicht zu schnellem Sprechrhythmus an sie zu wenden.

Körperhaltung

Auch durch die Haltung unseres Körpers vermitteln wir Stimmungen und Verhaltensmuster. Lockere Haltung, offene Arme, entspanntes Sitzen auf der ganzen Stuhlfläche und direkter, dem Gegenüber zugewandeter Blick und Oberkörper signalisieren Interesse, Anteilnahme und Hilfsbereitschaft;

verschränkte Arme, gesenkter oder abwesender, seitwärts gerichteter Blick, Sitzen auf der Stuhlkante wie kurz vor dem Davonlaufen deuten dagegen auf Desinteresse und Ungeduld und werden von den Kranken deutlich wahrgenommen.

Körperkontakt

Berührungen sind jedenfalls ein Zeichen betonter Intimität. Bei Demenzkranken ist diese Form der Kontaktaufnahme oft die letzte mögliche Kommunikation. Jedoch hat jeder Mensch seine eigenen Vorlieben: Manche macht zu enger Kontakt gleich nervös, andere wollen ständig berührt werden. Es gilt herauszufinden, worauf die Kranken jeweils am besten reagieren. Liebevoller Gesten (Umarmen, Streicheln, Küssen) werden gewöhnlich gern angenommen; auch die spontanen Gefühlsäußerungen der Kranken sollten akzeptiert werden.

Achtung: Die Kranken sind sensibel, sie können unterscheiden, ob diese Gesten ehrlichen Gefühlen entspringen oder nicht.