



**Alzheimer Gesellschaft**  
Baden-Württemberg e.V.  
Selbsthilfe Demenz

Nachlese | Mit Demenz leben | 13.06.2018

## **Wertschätzende Kommunikation bedeutet Lebensqualität**

Voraussetzung für ein glückliches Familienleben ist, dass jedes Familienmitglied mit sich selbst im Reinen ist und dass die Kommunikation funktioniert. Wird jedoch ein Elternteil oder ein Ehepartner dement, so ändert sich alles, es gelten neue Regeln für das Alltagsleben und für die Art und Weise des Umgangs miteinander.



Die gelernte Krankenschwester und Pflegeexpertin *Regine Hammer* arbeitet im Pflegestützpunkt des Landratsamts Schwäbisch Hall. Sie war am 13. Juni 2018 zu Gast im Treffpunkt 50+ in Stuttgart und überzeugte mit ihrem Verständnis für Menschen mit Demenz und für deren Angehörige gleichermaßen. Regine Hammer erklärte die Ursachen von herausforderndem Verhalten und Erfolg versprechenden Maßnahmen. Sie stellte einige Konzepte vor, die im Lauf der Zeit für wertschätzende Kommunikation mit Demenzkranken entwickelt wurden.

### **Lebensqualität**

Aus ihrer Beratungspraxis weiß Regine Hammer, wie verzweifelt manche pflegende Angehörigen sind und wie dringend deren Lebensqualität verbessert werden muss. Anfangs kaum merkbare Unterstützung demenzkranker Familienmitglieder wird oft im Laufe der Zeit zur großen Belastung und reibt Ehepartner, Kinder oder Schwiegerkinder, welche die Verantwortung übernommen haben, auf. Weil viele von ihnen vor Eintritt der Pflegesituation dem Erkrankten versprochen haben, ihn nie „ins Heim zu geben“ oder die Missbilligung von Nachbarn fürchten, überfordern sie sich immens.

Verschiedenste Studien belegen seit Jahren, dass die Belastung durch praktische Betreuungsaufgaben mit zunehmender Schwere der Erkrankung stark zunimmt, auch krankheitsbedingte Verhaltensänderungen und Beziehungsverlust wiegen von Anfang an schwer. Subjektiv fühlen sich Frauen durch persönliche Einschränkungen durch die Pflege sowie mangelnde soziale Anerkennung noch mehr belastet als Männer. Pflegende Kinder der an Demenz Erkrankten fühlten sich etwas weniger belastet als Lebenspartner. Das könnte darauf hindeuten, dass in Partnerschaften der Rollenwechsel oft schwierig zu bewältigen ist. Was also kann die Lage entspannen?



**Alzheimer Gesellschaft**  
Baden-Württemberg e.V.  
Selbsthilfe Demenz

### **Sich selbst und den anderen wertschätzen**

Wertschätzung bezeichnet laut Wikipedia „...die positive Bewertung eines anderen Menschen. Sie gründet auf eine innere allgemeine Haltung anderen gegenüber. Wertschätzung betrifft einen Menschen als Ganzes, sein Wesen. Sie ist eher unabhängig von Taten oder Leistung, auch wenn solche die subjektive Einschätzung über eine Person und damit die Wertschätzung beeinflussen“.

Voraussetzung für gelingende Kommunikation ist es, dass der/die Pflegende diese Haltung der Wertschätzung sowohl sich selber als auch dem zu Pflegenden gegenüber hat. Oder in anderen Worten: **Ich bin okay – Du bist okay!**

Das heißt, dass man als Pflegende/r die Grenzen der eigenen Belastbarkeit wahrnehmen und entsprechend Verantwortung abgeben, aber auch negative Gefühle hinsichtlich der Pflege zulassen darf und zu seinen Bedürfnissen nach Austausch, Reisen, Freizeit usw. steht. Und dass man sich selbst verzeiht, wenn man sich nicht immer so verhält, wie man es gerne würde.

Der Pflegebedürftige ist ebenfalls in Ordnung und wird deshalb so angenommen und wertgeschätzt, wie er ist: mit seiner Krankheit und den daraus resultierenden Verhaltensweisen. Seine Wahrnehmungen werden akzeptiert und seine Äußerungen ernst genommen. Es wird anerkannt, dass Demenz vor allem im fortgeschrittenen Stadium eine schwere Krankheit ist und dass kein Mensch mit Demenz durch herausforderndes Verhalten „zum Monster mutiert“, sondern dieses Verhalten seinen Grund in der Erkrankung hat.

### **Herausforderndes Verhalten von Menschen mit Demenz**

Wie belastend z.B. aggressives Verhalten für pflegende Angehörige ist, wird schon daraus deutlich, dass es einer der häufigsten Gründe für Heimeinweisungen ist. Ebenso können Apathie (= Teilnahmslosigkeit), Agitation (= Unruhe) und vokale (= stimmliche) Störungen, also Lautäußerungen wie z.B. Schreien und Geräusche stark belastend sein. Gesteigerter Bewegungsdrang, der sich in Hin- und Weglauftendenzen äußert, kann Pflegende vor große Herausforderungen stellen.

Stets ist zu prüfen, was der **Auslöser** sein könnte, wenn herausforderndes Verhalten auftritt. Dies könnte z.B. sein:

- Angst vor dem Alleinsein – schon, weil man sonst orientierungslos ist.
- Konfrontation mit Defiziten: der Mensch mit Demenz merkt, dass er etwas nicht kann.
- Schmerz und unerkannte Bedürfnisse: Menschen mit Demenz sind tendenziell mit Schmerzmitteln unterversorgt, weil sie oft nicht artikulieren können, wenn ihnen etwas weh tut. Auch wenn sie Hunger oder Durst haben oder zur Toilette müssen, wird das leicht übersehen.



**Alzheimer Gesellschaft**  
Baden-Württemberg e.V.  
Selbsthilfe Demenz

- Zu starke oder zu wenige Reize (Geräusche, andere Menschen).
- Der Mensch mit Demenz wird nicht als Individuum mit eigener Biographie, eigenen Antrieben und Lebensthemen gesehen und gewürdigt, und ihm werden infolgedessen z.B. unpassende Beschäftigungsangebote gemacht.
- Der Mensch mit Demenz hat einen Zeitsprung vollzogen und geht in seinem Erleben zurück in einen früheren Lebensabschnitt, z.B. jung verheiratet sein, Kind sein usw., verhält sich entsprechend und kann dann nicht ins Hier und Jetzt geholt werden. Wird das versucht, dann reagiert er gegebenenfalls mit Unruhe, Wut und Aggressivität.

Nachfolgend seien einige **Maßnahmen** genannt:

- Bei Verständigungsschwierigkeiten fühlt sich der Erkrankte ausgeschlossen. Auch Menschen mit Demenz brauchen Optiker und Hörgeräteakustiker, um am Leben teilnehmen zu können. So nützt z.B. auch das beste Hörgerät nichts, wenn das Gerät nicht gewartet oder schlicht die Batterien nicht gewechselt werden.
- Man muss die Menschen angemessen beschäftigen, ohne sie zu unter- oder überfordern. Falsch wäre es zum Beispiel, den an Demenz Erkrankten den ganzen Tag vor dem Fernseher sitzen zu lassen, er muss stattdessen das Gefühl haben, dass er eine vernünftige Aufgabe bekommt, die ihm ermöglicht, seine ganz spezifischen, durch Beruf oder Hobby erworbenen Fähigkeiten einzusetzen.
- Menschen haben Lebensthemen, also etwas, was ihnen wichtig war. Beispiele sind: Hausfrau mit vielen Kindern; Sportfan; Hobbygärtnerin usw. Wenn man beobachtet, dass die Augen anfangen zu leuchten, sobald die Rede von solchen zentralen Interessengebieten ist oder entsprechende Angebote gemacht werden, dann ist man auf dem richtigen Weg. Eine Beschäftigungskiste mit Büchern, Spielen und Musik hat sich als nützlich erwiesen.
- Wegen des bei Alzheimer oft gesteigerten Bewegungsdrangs muss es die Möglichkeit zum Herumlaufen geben. In Heimen und unter Umständen auch zu Hause kann dies durch entsprechende Architektur ermöglicht werden, möglichst auch mit Aufenthalt im Freien.

### **Ansätze für wertschätzende Kommunikation**

*Prof. Dr. Erwin Böhm* entwickelte 1983 das psychobiografische Modell der "**Reaktivierenden Pflege**" und brachte damit neue Impulse für den Umgang mit Menschen mit Demenz. Es gibt heute in Deutschland und einigen benachbarten Ländern eine Reihe von zertifizierten Einrichtungen mit dem ENPP-Qualitätssignum. Dort soll eine sehr individuelle und reaktivierende Pflege stattfinden. Die Theorie von Erwin Böhm, dass sich die menschliche Entwicklung im Alter bei Demenz umkehrt, wird heute durch andere Modelle ersetzt und überlagert.



**Alzheimer Gesellschaft**  
Baden-Württemberg e.V.  
Selbsthilfe Demenz

Die **Validation®** nach *Naomi Feil* ist eine Erweiterung des Stufenmodells des menschlichen Lebens nach *Erikson*, wobei die letzte Lebensphase erweitert wird um die Lebensaufgabe „Verarbeiten versus Vegetieren“. Demnach versuchen alte Menschen, ungelöste Konflikte vor ihrem Tod zu lösen. Validation heißt, das Verhalten des demenziell erkrankten Menschen als für ihn gültig zu akzeptieren. Dabei wird versucht, seine Bedürfnisse zu verstehen und zu spiegeln.

Die in den 1990er-Jahren konzipierte **Integrative Validation®** ist eine Weiterentwicklung der Validation nach Naomi Feil. Sie wurde von *Nicole Richard* unter Einbindung einer Arbeitsgruppe konzipiert. Integrativ bedeutet, dass sie in den Pflegealltag integriert ist und mit anderen Modellen wie Biographiearbeit, Basaler Stimulation und Milieugestaltung arbeitet. Die Kommunikation läuft sowohl verbal als auch paraverbal (Stimmhöhe, Lautstärke, Betonung, Sprechtempo, Sprachmelodie) und nonverbal (Mimik, Gestik, Körperhaltung) ab. Es werden die verbliebenen Ressourcen der Hirnleistungen genutzt. Die Menschen werden mit ihren Gefühlen (z.B. Freude, Zufriedenheit, Trauer, Einsamkeit, Langeweile) und Antrieben (z.B. Ordnungssinn, Pünktlichkeit, Naturverbundenheit, Religiosität) wahrgenommen.

Das Vorgehen der Integrativen Validation ist,

- Gefühle und Antriebe wahrzunehmen.
- in direkten, kurzen Sätzen diese Gefühle zu benennen und dadurch zu akzeptieren und anzuerkennen (persönliches Echo).

Das Wahrgenommene wird u.a. mit Zitaten, Sprichwörtern, Metaphern und Lebensweisheiten verallgemeinert und damit ein allgemeines Echo gegeben, z.B.: „In der Ruhe liegt die Kraft“ oder „Mir fällt ein Stein vom Herzen“.

*Sabine Engel* hat das Konzept **EduKation Demenz®** erarbeitet, durch welches Angehörige darin geschult werden sollen, Empathie für den Erkrankten zu entwickeln und einfühlsam mit ihm zu kommunizieren. Sie ist Professorin für Gerontologie und lehrt und forscht zu gerontologischen und kommunikationspsychologischen Themengebieten und zu Themen der Versorgungsforschung wie z.B. der Versorgung von Menschen in Pflegeheimen.

Ein weiteres Modell ist **Marte Meo®**, welches Pflegepersonen durch Videoaufzeichnungen hilft, ihr Verhalten gegenüber dem an Demenz Erkrankten zu verbessern.

Allen genannten Modellen sind eine Haltung der Wertschätzung und die Orientierung an der Biographie gemeinsam. Sie können kombiniert und mit weiteren Modellen zusammen verwendet werden und sind gute Werkzeuge zur Verbesserung der Lebensqualität in Familien mit einem von Demenz betroffenen Mitglied.



**Alzheimer Gesellschaft**  
Baden-Württemberg e.V.  
*Selbsthilfe Demenz*

## **Links**

Nachlese zu einem Vortrag von Birgit Clemens zur Integrativen Validation

[www.alzheimer-bw.de/fileadmin/AGBW\\_Medien/Dokumente/Nachlesen/2015/150916-Skript-Wertschaetzender-Umgang-Clemens.pdf](http://www.alzheimer-bw.de/fileadmin/AGBW_Medien/Dokumente/Nachlesen/2015/150916-Skript-Wertschaetzender-Umgang-Clemens.pdf)

Nachlese zu einem Vortrag von Petra Haas zu Marte Meo

[www.alzheimer-bw.de/fileadmin/AGBW\\_Medien/Dokumente/Nachlesen/2018/Mit\\_De-menz\\_leben\\_-Nachlese-Marte-Meo-240418.pdf](http://www.alzheimer-bw.de/fileadmin/AGBW_Medien/Dokumente/Nachlesen/2018/Mit_De-menz_leben_-Nachlese-Marte-Meo-240418.pdf)

*Dr. Brigitte Bauer-Söllner, Redaktionsteam Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg*