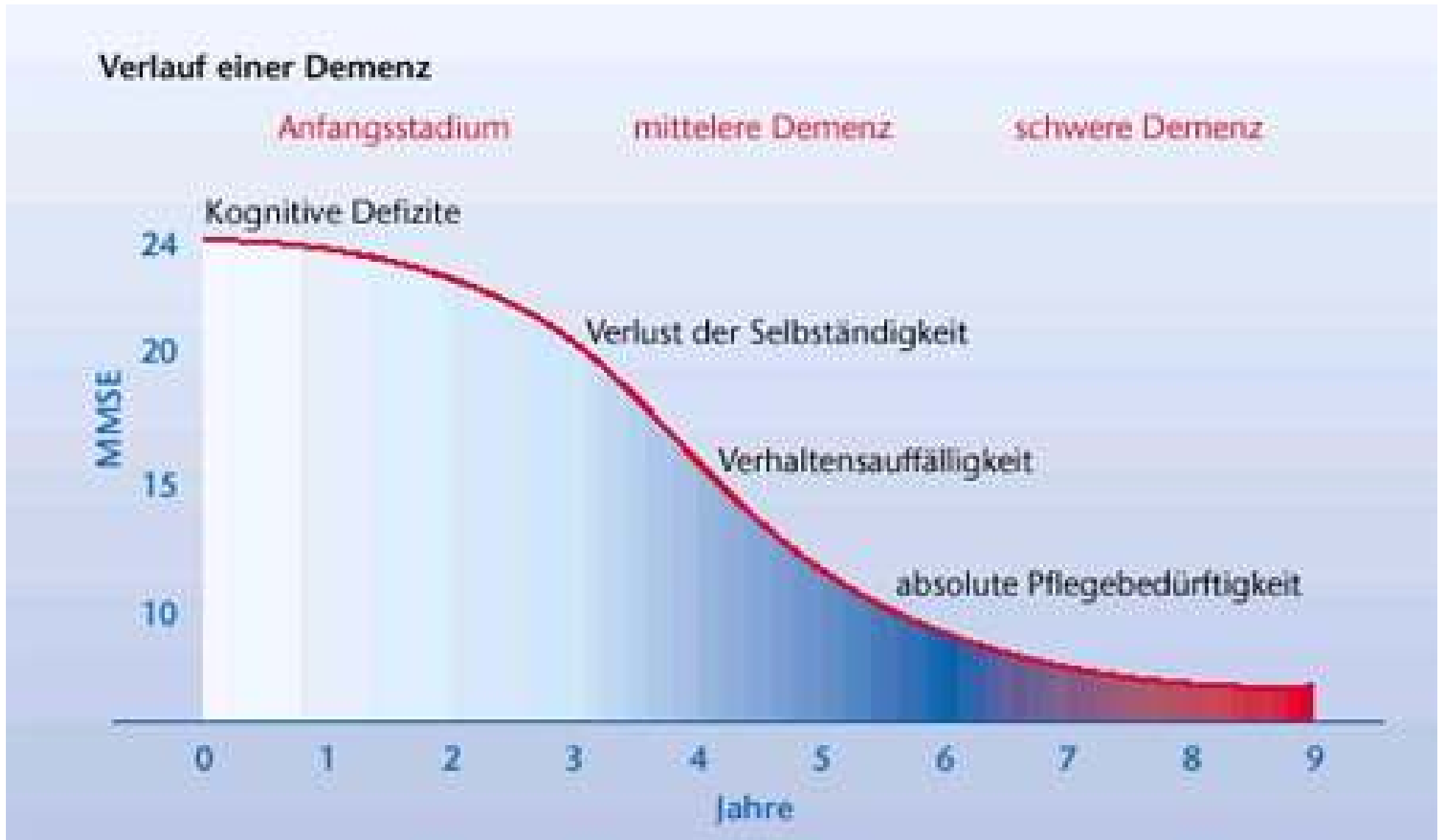


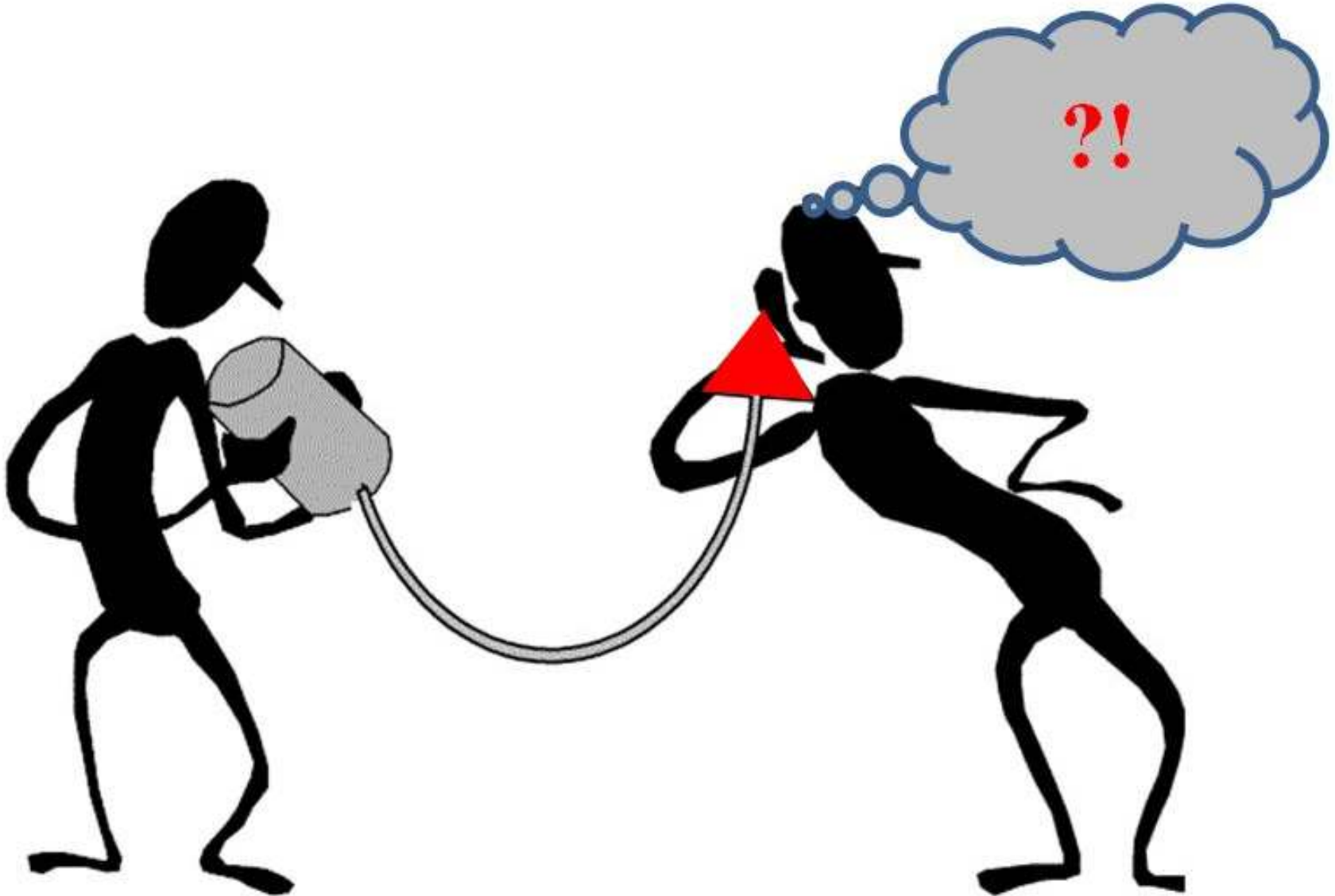
# **Leben mit Demenz**

**Herausforderungen und Chancen für**

**Menschen mit Demenz  
und Angehörige**

# Familienkrankheit Demenz





# Diagnose mitteilen?!

**Eher nicht, wenn:**

- Dies im Vorfeld selbst gesagt hat
- Die Gefahr eines depressiven Rückzuges sehr groß ist

**Eher ja, wenn:**

- Der betroffene Mensch gerne planen möchte
- Entscheidungen über die Pflege etc. selbst festlegen möchte

**Wer teilt die Diagnose mit?**

# Diagnose erhalten

- Schock
- Wut, Aggression oder Rückzug und Depression
  - Schuldgefühle
    - Angst

**Gefühle zulassen, um eine Verarbeitung zu ermöglichen**

# Schutzstrategien

- **Leugnen** (nicht wahrhaben wollen, dass man krank ist)
- **Relativieren** („Ach, ich war schon immer etwas verwirrt“)
- **Somatisieren** (auf den Körper beziehen: „In meinem Kopf stimmt etwas nicht“)
- **Fremdbeschuldigen** („Hier wird immer geklaut, die wollen mir alles wegnehmen“)
- **Isolieren** (Rückzug aus dem sozialen Umfeld)
- **Ritualisieren** (Schaffen von festgelegten Routen, Abläufen)
- **Biographieren** (Rückzug in die Innenwelt, die eigene Wirklichkeit, eigene Erinnerungen)

# Leben mit der Diagnose

**Die Erhaltung der Lebensqualität muss im Vordergrund stehen**

- **Psychotherapie/Beratung zur Bewältigung am Anfang**
  - **Selbsthilfegruppen**
- **Fähigkeiten möglichst lange erhalten**
  - **Selbstwertgefühl stärken**
  - **biographisch orientieren**

# Leben mit Demenz

**Die Erhaltung der Lebensqualität muss im Vordergrund stehen**

- **Pflege planen**
  - **Ressourcen der Angehörigen**
- **schriftliche Fixierung der Angebote**
- **ausreichend Freiräume planen**



## Schritte, die Angehörige/Begleitende zeitnah einleiten sollten:

- (Privat-)Haftpflichtversicherung informieren (Betreuer\_in)
- Straßenverkehrsamt – Führerscheinprüfung
- Pflegeversicherung (SGB XI) – Besuch des MdK gut vorbereiten, Sozialhilfe (SGB XII)
- Versorgungsstruktur vor Ort klären (ambulant/stationär)
- Wer kann eingebunden werden in die Versorgung?
- Gespräche über „Altlasten“ – emotionale Klärung mit den Eltern, Partner\_in, Angehörigen
- Selbsthilfestrukturen vor Ort suchen
- Umgebung informieren (Nachbarn, Familie, Freundinnen, Ärztinnen etc...)

## Validierend begleiten

- Das sehen, was vorhanden ist:
  - **Gefühle und Antriebe**
  - Gefühle und Antriebe spiegeln
    - Rituale beibehalten/schaffen
  - Schlüsselsätze und Wörter nutzen
  - Bestätigung und Sicherheit geben
    - Leiblichkeit (er)leben

# Validierend begleiten



## Validierend begleiten

- Einfache kurze Sätze
- Keine Abfrageübungen – Scham vermeiden
- orientierende Angabe miteinfließen lassen:  
„Heute gibt es wieder Fisch wie jeden Freitag.“

## Validierend begleiten

- Wut und Aggression akzeptieren
- Die eigene Kränkung im direkten Kontakt zurückstellen
  - Aus der Situation gehen, wenn es zu herausfordernd wird
- Ist das „Problem“ wirklich ein Problem?

## Validierend begleiten

# Den Selbstwert des Menschen mit Demenz stärken!

- Sachaussagen stehen lassen
- Der Mensch mit Demenz hat **IMMER** recht
- Hören auf dem „Selbstkundgabe-Ohr“  
**=> Die Handlung lässt sich leichter einleiten**

# Perspektivwechsel

- Die VW-Regel anwenden lernen □
  - emotionale Nähe erfahren
- Etwas über die eigenen Gefühle und sich selbst lernen
- Gesellschaftliche und eigene Konventionen in Frage stellen...
- und die Dinge manchmal nicht ganz so ernst nehmen lernen



**MundWerk**  
www.mundwerk-training.de

**Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!**

**[www.mundwerk-training.de](http://www.mundwerk-training.de)**

**Michaela Herbertz-Floßdorf**