

Ludwigsburg | Nach der **Diagnose Demenz**:

## **Dabei bleiben und am Leben teilnehmen**

**Erste Praxiserfahrungen des Unterstützerkreises  
für Menschen mit Demenz**



Der Unterstützerkreis für Menschen mit Demenz wurde 2014 im Landkreis Ludwigsburg im Anschluss an das Projekt **Nach**

**der Diagnose – Unterstützung für Menschen mit Demenz** gegründet. Träger des Projekts waren die Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg und Altenhilfe-Fachberatung Landkreis Ludwigsburg. Der Unterstützerkreis ergänzt damit das Beratungskonzept, das seinerzeit speziell für Menschen vor oder nach der Diagnose entwickelt wurde.

Ein Beispiel aus der Praxis:

*Frau L. hat vom Neurologen die Diagnose »beginnende Alzheimer Demenz« erhalten. Die ersten Veränderungen hatte sie selbst bemerkt. Sie vergisst viele Dinge und braucht viel Zeit mit dem Suchen von bestimmten Gegenständen. Aufgaben, die sie früher leicht bewältigt hat, fallen ihr schwer. Frau L. ist familiär gut eingebunden, und trotzdem hatte sie für sich das Gefühl, dass sie jemanden zum Reden braucht, der ihr zuhört und sich für sie und ihre besondere Situation mit der Demenz interessiert. Frau L. wird seit Beginn des Jahres 2015 von einer Ehrenamtlichen unterstützt.*

Die geschulten Ehrenamtlichen des Unterstützerkreises für Menschen mit Demenz helfen den Menschen nach der Diagnose dabei, ihre eigenen Ressourcen und Kraftquellen (Hobbys, Vereine, Familie, Freunde, Vorlieben, Fähigkeiten) wieder wahrzunehmen,



um so ihr Leben nach den eigenen Wünschen und Vorstellungen gestalten zu können.

**Warum es so schwer ist, die eigenen Ressourcen nutzen zu können, wird beim Blick auf die besondere Lebenssituation deutlich.**

Die frühe Phase der Demenzerkrankung ist für die Betroffenen gekennzeichnet durch einen hohen, subjektiven Leidensdruck, Vergesslichkeit, Konzentrationsschwierigkeiten, Orientierungsstörungen und Veränderungen in der Sprache.

Dadurch entstehen vielfältige Probleme im Alltag, zum Beispiel beim Autofahren oder beim Umgang mit Geld. Auch die sozialen Kontakte beginnen oft schwierig zu werden. Die Verunsicherung und Hilflosigkeit, die dadurch entsteht, hindert die Betroffenen oft daran aktiv zu sein. Dazu können häufig Persönlichkeitsveränderungen kommen, ein Vitalitätsverlust und eine depressive Verstimmung. Der soziale Rückzug und die Isolation sind Folgen dieser vielfältigen Herausforderungen in der frühen Phase der Demenz.

**Welche Unterstützung können die Ehrenamtlichen des Projektes in dieser Situation anbieten?**

Zunächst haben die Betroffenen die Möglichkeit, sich über das Projekt bei der begleitenden Fachkraft in einem Vorgespräch zu informieren.

Anschließend wird ein Ehrenamtlicher aus dem geschulten Kreis angesprochen, der gut zu der betreffenden Person passt. Bei den Treffen, die bei

den Betroffenen zu Hause stattfinden, steht zunächst der Aufbau eines Vertrauensverhältnisses im Vordergrund, das die Grundlage



für die Gespräche bildet. Ohne Zeitdruck ist es möglich, sich kennenzulernen.

Den Gesprächen, die sich allein an den Wünschen und Vorstellungen der Betroffenen orientieren, kommt bei diesem Projekt eine besondere Bedeutung zu:

- Durch das Sprechen über ihre persönliche Situation haben die Betroffenen die Möglichkeit, eine erste Orientierung zu erhalten. Das »in Worte fassen« hilft, die eigene Situation zu reflektieren.
- Vor allem den erzählgenerierenden Fragen, wie zum Beispiel »Wie geht es Ihnen heute?«, »Wie sieht denn der Ablauf eines normalen Tages aus?«, »Was hat sich verändert?« kommt eine zentrale Bedeutung zu, da sie dazu anregen, sich mit der eigenen Situation auseinanderzusetzen, ohne ausgefragt zu werden.
- Im Gespräch können sich Perspektiven entwickeln, kleine Schritte. Die Möglichkeiten der Umsetzung werden gemeinsam erarbeitet. Die Menschen mit Demenz erleben sich im Gespräch als aktiv Handelnde, die ihnen entgegengebrachte Wertschätzung stärkt das Selbstbewusstsein. Der Austausch mit einer Person, die ohne Erwartungshaltungen in das Gespräch geht, ermöglicht das direktere Ansprechen von Schwierigkeiten.

Dem Wunsch nach Selbstbestimmung wird dadurch Rechnung getragen, dass es keine vorgefertigten Ziele gibt, sondern die Betroffenen selbst formulieren, was sie sich wünschen. Diese können

**Fortsetzung**

*Ludwigsburg: Nach der Diagnose Demenz – dabei bleiben und am Leben teilnehmen  
Unterstützerkreis für Menschen mit Demenz*

auch den Wünschen der Angehörigen entgegenstehen.

Zur Vorbereitung auf die Unterstützertätigkeit wurden die Ehrenamtlichen neben einem Grundwissen über die Demenz vor allem in den Schwerpunkten Kommunikation, Haltung und Wertschätzung, Netzwerkarbeit und ressourcenorientiertes Arbeiten geschult.

*Frau M. zum Beispiel ist erst seit kurzem in die Nähe ihrer Tochter gezogen, und nun fällt es ihr aufgrund der Demenz schwer, sich richtig einzuleben. Sie genießt vor allem das gemeinsame Spaziergehen mit der Ehrenamtlichen, wo sie immer auf dem gleichen Weg langsam lernt, sich zu orientieren. Was hat Frau M. immer gerne gemacht? Gemeinsam wird überlegt, wie sie diese Dinge, zum Beispiel den Gottesdienstbesuch, auch weiterhin selbstständig wahrnehmen kann, etwa durch einen Erinnerungsanruf, Abholen oder Begleitung.*

Die Aufgabe der UnterstützerInnen besteht dabei nicht darin, diese Tätigkeiten selbst zu übernehmen, sondern vor Ort das passende Netzwerk zu bewahren oder dabei zu helfen, es aufzubauen, um längerfristig das soziale Netz vor Ort für den Betroffenen zu stärken.

In regelmäßigen Austauschtreffen werden die Unterstützungen reflektiert und das Projekt weiterentwickelt.

**Grenzen des Angebotes**

Das gemeinsame Gespräch der Ehrenamtlichen mit den Menschen mit Demenz bildet die Grundlage für diese Form der Unterstützung.

Wenn der Austausch in einer späteren Phase nicht mehr möglich ist, ist es sinnvoll, rechtzeitig gemeinsam nach weiteren Formen der Unterstützung, zum Beispiel Nachbarschaftshilfe, Demenzbegleiter oder Besuchsdienste, zu suchen. Diesen Übergangsprozess kann der Ehrenamtliche begleiten, um eine gute Unterstützung des Betroffenen weiterhin zu sichern.

**Öffentlichkeitsarbeit**

Ein weiterer Schwerpunkt der Arbeit ist, die besondere Situation von Menschen in der frühen Phase der Demenz öffentlicher zu machen und somit für Verständnis und Unterstützung zu werben. Regelmäßige Zeitungsartikel und Aktionen wie ein Stand auf dem Wochenmarkt oder bei anderen Veranstaltungen helfen dabei, die Arbeit des Unterstützerkreises für Menschen mit Demenz bekannter zu machen.

**Ausblick**

Alle beteiligten Akteure sind von dem Konzept des Unterstützerkreises absolut überzeugt. Diese werden durch die bisherigen Erfahrungen gestützt.

Trotzdem ist das Projekt ein noch junges Angebot, das mit jeder neuen Anfrage wächst. Die gesammelten Erfahrungen dienen als Grundlage für die Weiterentwicklung des Projekts.



Weitere Informationen erhalten Sie bei

- Frank Kruse, Landkreis Ludwigsburg  
Altenhilfe-Fachberatung, Telefon 0 71 41 / 144-51 07  
[frank.kruse@landkreis-ludwigsburg.de](mailto:frank.kruse@landkreis-ludwigsburg.de)