



Alzheimer Gesellschaft
Baden-Württemberg e.V.
Selbsthilfe Demenz

Nachlese | Mit Demenz leben | 13.12.2017

Herausforderndes Verhalten – kritische Situationen gut meistern

Manche Menschen mit Demenz versuchen „wegzulaufen“, schreien anhaltend laut, verweigern Nahrung, lassen sich nicht waschen oder werden körperlich und verbal aggressiv gegen andere. Auch das Gegenteil, völlige Apathie, ist möglich. Doch welche dieser Verhaltensweisen auch auftreten: sie lassen im Umfeld niemanden unberührt, sie **fordern** Betreuende und Pflegende **heraus**. Mögliche eigene Gefühle des Unwillens sollten in Schach halten gehalten werden, eine angemessene, zugewandte Betreuung trotzdem gewährleistet werden.



Die Diplom-Pädagogin Heike Degen-Hientz hat dazu einiges zu sagen, denn sie begleitete zehn Jahre lang eine Gruppe von Menschen mit Demenz, ist in Beratung und Coaching tätig und Mitherausgeberin eines Lehrbuchs für Betreuungsassistenten. Am 13. Dezember 2017 war sie zu Gast im Treffpunkt 50plus in Stuttgart. Dass an diesem Abend das Publikum besonders zahlreich erschienenen ist, zeigt das große Interesse an diesem Thema und seine Brisanz.

Bereitschaft zum Scheitern üben

Sollen sich Angehörige demenzbetroffener Menschen mit herausforderndem Verhalten übermäßig anstrengen, um alles richtig zu machen?

Auf keinen Fall, meint Heike Degen-Hientz. Der Angehörige mit Demenz spürt den Perfektionsdrang und der dadurch bei ihm ausgelöste Stress kann sein herausforderndes Verhalten noch verstärken. Das gleiche gilt, wenn die pflegende Angehörige wegen ihrer mangelnden Perfektion mit sich selbst hadert. Zusätzlich kann die Fokussierung auf die richtige Vorgehensweise zur Folge haben, dass Aufmerksamkeit vom demenzbetroffenen Angehörigen abgezogen wird. Auch das wird gespürt, mit der möglichen Folge, dass er mit noch mehr herausforderndem Verhalten Aufmerksamkeit auf sich zieht.

Viel förderlicher ist da die Haltung, sich als Betreuerin keinen Druck zu machen um perfekt zu sein, sondern die Möglichkeit eigenen Scheiterns in Kauf zu nehmen und dies zu akzeptieren, vielleicht sogar darüber zu lachen. Degen-Hientz fordert dazu auf, sich im Zusammensein mit demenzbetroffenen Menschen „fehlerfroh“ durch den Alltag zu bewegen, sich zugehen, dass es auch schiefgehen kann, kurz „scheiterbereit“ zu sein und Vertrauen zu ha-



Alzheimer Gesellschaft
Baden-Württemberg e.V.
Selbsthilfe Demenz

ben, dass man selbst Wege findet. Nur so kann das beschriebene wechselseitige Hochschaukeln von herausforderndem Verhalten einerseits und übermäßigem Stress andererseits verhindert werden.

„Scheiterbereitschaft“ hat noch weitere Vorteile

Es geht keine – oder zumindest weniger – Energie durch vergebliche oder sogar abträgliche Anstrengungen verloren. Wenn sich die Pflegenden in ihrem Handeln von der jeweiligen Situation leiten lässt, kann man vielleicht auch so etwas wie „Spielfreude“ verspüren. Die Betreuung und Pflege kann dann auch Glücksmomente bringen, Befriedigung und Zufriedenheit – gerade wenn es sich um einen Menschen mit herausforderndem Verhalten handelt.

Scheitern zu können ist für Heike Degen-Hientz ein wesentlicher Bestandteil der Lebenskunst, deshalb fordert sie dazu auf, man solle sich „Fehler leisten statt Nervenzerrüttung“. Richtig verstanden kann die Betreuung Demenzbetroffener dadurch eine Chance auch zur persönlichen Weiterentwicklung sein.

Für sich selber sorgen

Demenzbetroffene können auf Dauer nicht von einer Person allein begleitet und betreut werden. Deshalb gehört es zu den wichtigsten Aufgaben von Angehörigen Demenzbetroffener, offensiv im Freundes- und Bekanntenkreis um Hilfe zu bitten. Von Anfang an ist es wichtig, sich zu entlasten, bewusst zu entspannen und mehr Freude ins Leben zu bringen.

Die Betreuerin muss sich kleine „Genussinseln“ im Alltag schaffen: tägliche Rituale wie ein Frühstück in Ruhe, Lesen, Bewegung. Es ist auch für den Demenzbetroffenen gut, wenn es dem Pflegenden gut geht, denn er nimmt dessen Befinden durchaus wahr und fühlt die Stimmung, die dieser empfindet. Wenn der Betreuende sich wohl fühlt, geht es also auch dem Demenzbetroffenen besser.

Sinnlichkeit ist stimmungsaufhellend

Doch auch für den Demenzbetroffenen muss Genuss im Alltag eingeplant werden. Genuss bedeutet Sinnlichkeit: Riechen, Schmecken, Sehen, Tasten. Die sinnliche Ebene wird mit dem Fortschreiten der Demenzerkrankung wichtiger, denn die entsprechenden Erfahrungen finden in der Gegenwart statt. Es gilt herauszufinden, was der Demenzbetroffene gerne tut und was ihm wohltut: Malen, Kochen und Backen, Spaziergänge, Musizieren, Singen, Bewegung und Tanzen, Lesen, Spiele, aber auch Berührungen und Massagen.

Bei vielen der genannten Aktivitäten ist Erinnerungspflege möglich. So können zum Beispiel Süßigkeiten aus der Kindheit wie Brausepulver oder Schaumwaffeln oder eine Handmassage mit Erinnerungsduft angeboten werden.



Alzheimer Gesellschaft
Baden-Württemberg e.V.
Selbsthilfe Demenz

Durch diese Angebote merken Demenzbetroffene, dass man es gut mit ihnen meint. Genuss bietet ein Gegengewicht zu Frustrationen und ist ein Mittel gegen Depressionen. Ängste werden gemindert. Solange Menschen erfüllende Tätigkeiten ausüben oder passiv verwöhnt werden, fühlen sie sich für einen Moment nicht eingeschränkt oder behindert. Sogar der Schmerzmittelbedarf kann geringer sein.

Den Demenzbetroffenen verstehen

Herausforderndes Verhalten entsteht oft, weil der Demenzbetroffene nicht verstanden wird. Eine neue und hilfreiche Methode zum besseren Verständnis demenzbetroffener Menschen ist die psychoanalytische Beobachtung, welche von der entsprechenden Babybeobachtung abgeleitet wird. Babys müssen ohne Worte verstanden werden, solange sie sich **noch nicht** artikulieren können; Demenzbetroffene dann, wenn sie sich **nicht mehr** artikulieren können.

Die psychoanalytische Beobachtung ermöglicht es, die innere Welt und die Individualität der Demenzbetroffenen besser zu verstehen, man fühlt sich bei der Kommunikation weniger hilflos. Sowohl Demenzbetroffene wie auch Angehörige haben dadurch eine höhere Lebensqualität. Hier geht es nicht um Wissenszuwachs wie beim Lernen aus Büchern, sondern man nähert sich der emotionalen Wahrheit an, wobei Nichtwissen und Neugierde mitklingen.

Bei der Anwendung der Methode in der Familie geht es zunächst darum, dass jemand den Demenzbetroffenen wöchentlich eine Stunde lang beobachtet und anschließend ein Protokoll schreibt. In diesem wird das Beobachtete einschließlich der eigenen Gefühle, Impulse, Phantasien festgehalten. Durch das Niederschreiben wird die Wahrnehmung auf die psychische Realität zentriert und man versteht immer mehr von der inneren Welt des Menschen, den man begleitet. Anschließend wird das Protokoll mit allen Familienangehörigen besprochen.

Fazit

Wichtig ist jeweils, den Grund für das „herausfordernde Verhalten“ herauszufinden. Die Gründe können vielfältig sein, denn jeder Mensch ist ein Individuum. Das heißt, dass es stets darum geht, den Demenzbetroffenen bestmöglich zu verstehen. Die Betreuung eines Demenzbetroffenen ist Chance und Aufforderung zur Selbstentwicklung. Gefordert sind Selbstsorge, Geduld, Humor und spielerischer Umgang mit Situationen des Alltags.



Alzheimer Gesellschaft
Baden-Württemberg e.V.
Selbsthilfe Demenz

Buchhinweis

Lehrbuch für Betreuungsassistenten: Alles für die praktische Umsetzung (Altenpflege) Taschenbuch

AutorInnen: Ute Schienmann (Konzeption), Stefan Eilbacher, Ute Fassel, Heike Degen-Hientz

Herausgeber: Wohlfahrtswerk für Baden-Württemberg

Verlag: Vincentz Network

1. Auflage 2015

ISBN-10: 3866304005

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