

ICH HAU DIR
GLEICH EINE!



111 Tipps
zum Umgang
mit herausforderndem
Verhalten von
Menschen mit Demenz



Stefanie Helsper

ICH HAU DIR
GLEICH EINE!



111 Tipps
zum Umgang
mit herausforderndem
Verhalten von
Menschen mit Demenz

Stefanie Helsper

 Verlag an der Ruhr



Impressum

Titel

Kleine Helfer für die Altenpflege

Ich hau dir gleich eine!

*111 Tipps zum Umgang mit herausforderndem Verhalten
von Menschen mit Demenz*

Autorin

Stefanie Helsper

Lektorat

Corina Altmann

Titelbildmotive

© alison1414 - Shutterstock.com (Oma);

© Olga Kovalenko (Hintergrund Wand), © annagolant (Button),

© Elaelo (Hand), © KatyaKatya (Muster „Pinselstrich“), © raven (Sprechblase)

– alle stock.adobe.com

Illustrationen im Innenteil

Kapiteldeckblätter © Norbert Höveler

Tipp-Icon © Verlag an der Ruhr

E-Book-Herstellung und Auslieferung

readbox publishing, Dortmund, www.readbox.net



Verlag an der Ruhr

Mülheim an der Ruhr

www.verlagruhr.de

Urheberrechtlicher Hinweis

Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwendung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages. Der Verlag untersagt ausdrücklich das Herstellen von digitalen Kopien, das digitale Speichern und Zurverfügungstellen dieser Materialien in Netzwerken (das gilt auch für Intranets von Pflege- und Altersheimen sowie Bildungseinrichtungen), per E-Mail, Internet oder sonstigen elektronischen Medien außerhalb der gesetzlichen Grenzen. Keine gewerbliche Nutzung.

© Verlag an der Ruhr 2021
E-Book ISBN 978-3-8346-4754-2

Inhaltsverzeichnis

Vorwort

Herausforderndes Verhalten - was ist das?

Stecknadeln im Gehirn - kognitive demenzielle
Veränderungen

Herausforderndes Verhalten gegenüber sich selbst

Herausforderndes Verhalten gegenüber anderen

Veränderungen in der Wahrnehmung bei Menschen mit Demenz

Ich nehme ständig etwas wahr - überall Reize

Ich sehe anders

Ich höre anders

Ich rieche und schmecke anders

Ich fühle meinen Körper anders

Beschäftigung und Betätigung gegen die Langeweile

Ich bin unterfordert und mir ist langweilig

Ich möchte etwas tun

Ich weiß nicht, wie ich es tun soll

Bedürfnisse von Menschen mit Demenz

Ich brauche dasselbe wie du

Ich wünsche mir Normalität und Routine

Ich wünsche mir Authentizität

Ich wünsche mir Beziehungen

Ich brauche Ruhe

Erscheinungsformen psychischer Veränderungen

Ich bin kein Einzelfall

Ich bin tieftraurig – Depressionen

Ich sehe was, was du nicht siehst! – Wahn und Halluzinationen

Hilfe, ich fürchte mich! – Angst

Außerhalb der Etikette – enthemmtes Verhalten

Hau ab, du blöde Kuh! – Verbale Entgleisungen

Ich muss mich spüren – fremd- und selbstverletzendes Verhalten

Ich will nur mal anfassen – sexuelle Enthemmtheit

Veränderungen in der Kommunikation bei Menschen mit Demenz

Sprechen Sie „Dementisch“?

Ich kann nichts sagen! – Aphasien und Co.

Dem herausfordernden Verhalten mit Selbstfürsorge begegnen

Wie geht es Ihnen? – Den Blick auf sich selbst richten

Ich passe auf mich auf! – Achtsame Wege gehen

Ein paar Worte zum Schluss

Vorwort

Lautes Rufen, anhaltendes Klopfen, Schieben von Gegenständen, Umräumen, ständiges Laufen, ärgerliches Schimpfen, nicht enden wollendes Schreien, verletzendes Verhalten, Zerreißen von Kleidung, anhaltendes Weinen, Nesteln oder lautes Zähneknirschen können die ganze Palette herausfordernden Verhaltens von Menschen mit Demenz darstellen. Kennen Sie diese Verhaltensweisen aus Ihrem beruflichen Kontext oder als pflegende*r Angehörige*r¹?

Haben Sie auch schon eine konfrontative Erfahrung gemacht, in der Sie sich durch das Verhalten von Menschen mit Demenz herausgefordert gefühlt haben? Waren Sie schon in einer Begegnung mit einem Menschen mit Demenz, in der Sie nicht mehr weiterwussten und das Verhalten des Gegenübers einfach nicht verstanden haben? Kamen Sie dabei an Ihre Grenzen? Fühlten Sie sich schon einmal in einer Situation bedroht?

Falls Sie eine dieser Fragen mit Ja beantworten konnten, halten Sie das richtige Buch in den Händen. Es möchte gerne Licht ins Dunkel bringen und hat sich zur Aufgabe gemacht, Ihnen 111 Tipps an die Hand zu geben, durch die der Umgang mit herausfordernden Menschen mit Demenz besser gelingen kann. Es möchte das Warum der Verhaltensweisen aufdecken und Sie auf eine Entdeckungsreise zum Mittelpunkt des Herzens der Menschen mit Demenz mitnehmen, damit Sie die Verhaltensweisen besser verstehen können.

Ich selbst habe in meiner Arbeit mit Menschen mit Demenz immer wieder die Erfahrung gemacht, dass ich an meine Grenzen kam – mit meinem Latein am Ende war, Verhaltensweisen von Menschen mit Demenz einfach nicht verstehen konnte. Mit meinem Fachwissen und meiner Erfahrung, gepaart mit der Bereitschaft, sich ganz und gar auf das Gegenüber einzustellen und den Versuch zu starten, „in dessen Schuhe zu schlüpfen und damit zu laufen“, habe ich mit der Zeit einen Weitblick entwickelt und konnte so die Verhaltensweisen verstehen und annehmen.

Ich wünsche Ihnen von Herzen, dass dieses Buch mit den 111 Tipps für den Umgang mit herausforderndem Verhalten bei Menschen mit Demenz Ihnen ein besseres Verständnis, einen Weitblick, eine Sensibilität und eine Gelassenheit gibt oder Sie sich bestätigt fühlen, dass Sie bereits im Handling alles richtig gemacht haben und auf einem guten Weg sind.

Ihre *Stefanie Helsper*

¹ *Der Verlag an der Ruhr legt großen Wert auf eine geschlechtergerechte und inklusive Sprache. Daher nutzen wir bevorzugt das Gendersternchen, um sowohl männliche und weibliche als auch nichtbinäre Geschlechtsidentitäten einzuschließen. Alternativ verwenden wir neutrale Formulierungen.*

HERAUSFORDERNDES VERHALTEN - WAS IST DAS?



Stecknadeln im Gehirn – kognitive demenzielle Veränderungen

Was heißt „Kognition“? Das Wort steht für alle Denk- und Gedächtnisleistungen unseres Gehirns. Die Kognition beinhaltet alle Funktionen des logischen und abstrakten Denkens, alle Gedächtnisleistungen und Merkfähigkeiten, das Beherrschen des Sprechens, des Planens und Strukturierens, der Orientierung und des Lernens. Das Krankheitsbild Demenz steht für mehrere kognitive Veränderungen. Die meisten demenziellen Veränderungen sind eine Kombination aus Störungen und Fähigkeitsverlusten. Der Krankheitsverlauf lässt sich in drei Stadien einteilen:

Stadien der Demenz

Leichtes Stadium:

- ⊙ Störungen im Kurzzeitgedächtnis
- ⊙ Informationsverlust
- ⊙ Schwierigkeiten, Gesprächen zu folgen
- ⊙ Wortfindungsstörungen
- ⊙ erste Schwierigkeiten bei der räumlichen und zeitlichen Orientierung

- ⊙ erste Schwierigkeiten mit komplizierteren Anforderungen

Mittelgradiges Stadium:

- ⊙ Langzeitgedächtnisstörung
- ⊙ zeitlicher und räumlicher Orientierungsverlust
- ⊙ deutliche Wahrnehmungsveränderungen
- ⊙ Unterstützung bei der Alltagsbewältigung; eine selbstständige Lebensführung ist nicht mehr möglich
- ⊙ Veränderungen im Verhalten und in der Persönlichkeit
- ⊙ gestörtes Zeitgefühl und Veränderung des Tag-Nacht-Rhythmus

Schweres Stadium:

- ⊙ Sprachverlust
- ⊙ Abnahme der Mobilität
- ⊙ Kontrakturen
- ⊙ Inkontinenz
- ⊙ Kauen, Schlucken und Atmen werden immer mühsamer
- ⊙ Anfälligkeit für Infektionskrankheiten
- ⊙ Tod

An dieser Stelle ist es jedoch sehr wichtig, zu erwähnen, dass jede Demenz individuell anders verläuft und jeder Mensch mit Demenz andere oder anders ausgeprägte Symptome zeigt.