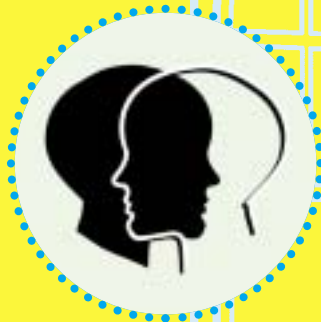


1 Türen öffnen zum Menschen mit Demenz



Jennie Powell

Hilfen zur Kommunikation bei Demenz



Kuratorium Deutsche Altershilfe

Kuratorium Deutsche Altershilfe
Wilhelmine-Lübke-Stiftung e.V.

An der Pauluskirche 3 · 50677 Köln
Telefon (0221) 93 1847-0 · Fax (0221) 93 1847-6 · E-Mail: administration@kda.de

1 Türen öffnen zum Menschen mit Demenz



Jennie Powell

Hilfen zur Kommunikation bei Demenz

Übersetzung aus dem Englischen
von Britta Maciejewski



Kuratorium Deutsche Altershilfe

Titel der Originalausgabe:

CARE TO COMMUNICATE
Helping the Older Person with Dementia
A Practical Guide for Careworkers

erschienen 2000 bei Hawker Publications Ltd, London

Copyright 2000 by Jennie Powell
Cardiff Memory Team
University Department of Geriatric Medicine
Llandough Hospital
Cardiff CF64 2XX

Designed by Jay Dowle and Sue Lishman
This edition published by arrangement with
Hawker Publications Ltd, London
Copyright 2002 der deutschen Ausgabe:
Kuratorium Deutsche Altershilfe, Köln
Übersetzung: Britta Maciejewski
Textkorrektur: Karin Bergmann, Köln
Grafik und Satz: Heidi Bitzer, Köln
Druck: Moeker Merkur Druck GmbH, Köln
ISBN: 3-935299-26-5

Vorwort

Immer mehr Menschen leiden an einer Demenz-Erkrankung. Die Ursachen sind zum Teil noch nicht vollständig erforscht bzw. können noch nicht vollständig erklärt werden. Eine demenzielle Erkrankung führt die Betroffenen in eine (angsterfüllte) Odyssee, die für Außenstehende kaum zu verstehen ist. Viele beruflich und privat Pflegende stoßen deshalb täglich an ihre Grenzen und auf scheinbar unlösbare Probleme in der Kommunikation mit ihren Klienten bzw. mit ihrem Angehörigen. Auch die häufigste Form der Demenz, die Alzheimer-Demenz, ist nicht heilbar; doch lässt sich ihr Verlauf „verlangsamen“, und die begleitenden Einschränkungen lassen sich zum Teil erheblich lindern. Denn es gibt zahlreiche Wege und Möglichkeiten, Zugänge zu einem Menschen mit Demenz zu schaffen, „Türen“ zu seiner verschlossenen Welt zu öffnen, die Kommunikation mit ihm wieder möglich zu machen und eine tragfähige Beziehung aufzubauen.

So lässt sich durch gezielte Interventionen bei der Pflege und Begleitung von Menschen mit Demenz deren Lebensqualität (und die ihrer Helfer) positiv beeinflussen. Die Kenntnisse hierzu sind jedoch nicht sehr weit verbreitet, und es überwiegen eher pessimistische (wenn nicht gar „nihilistische“) Beurteilungen, die bei allen am Hilfeprozess beteiligten Personen Demotivations- und Frustrationsprozesse auslösen. Das Kuratorium Deutsche Altershilfe hat es sich seit nunmehr drei Jahren verstärkt zur Aufgabe gemacht, gute Praxisbeispiele zur Steigerung der Lebensqualität von Menschen mit Demenz und den sie Pflegenden zu suchen und sie als konkrete Hilfen zu veröffentlichen.

Im Oktober 2001 hat das KDA deshalb sein erstes Buch in einer Reihe von Alltagshilfen für die Pflege und Begleitung von Menschen mit Demenz publiziert: Das „Qualitätshandbuch Leben mit Demenz“ ist ein Standardwerk, dass sich mit allen Facetten der Krankheit befasst und vor allem viele positive, leicht umsetzbare Praxisbeispiele mit Tipps und Adresshinweisen gibt. Dem vom Bundesfamilienministerium geförderten Qualitätshandbuch liegt das KDA-„Türöffnungskonzept“ zugrunde. Der Begriff wurde von Dr. Willi Rückert, Leiter der Abteilung Sozialwirtschaft im KDA – durch Anregung der holländischen Pflegewissenschaftlerin Cora van der Kooij und dem britischen Psychologen und Gründer der „Personenzentrierten Pflege“, Tom Kitwood – geprägt. Mit dem Begriff wird ausgedrückt, dass die Begleitung von Menschen mit Demenz wie die Suche nach einem Schlüssel ist, um in ihre versunkene Welt hineinzugelangen. Je mehr Schlüssel oder Türöffner man hat, desto besser. Sie helfen, mit der vom Versinken bedrohten Persönlichkeit Kontakt zu halten.

*Maciejewski, Britta;
Sowinski, Christine;
Besselmann, Klaus;
Rückert, Willi (2001):
Qualitätshandbuch
Leben mit Demenz.
Zugänge finden und
erhalten in
der Förderung, Pflege
und Begleitung von
Menschen mit Demenz
und psychischen
Veränderungen.
Köln: Kuratorium
Deutsche Altershilfe.*

Das Türöffnungskonzept enthält die folgenden sechs zentralen Handlungsempfehlungen, die helfen, dass dieser Kontakt gelingen kann:



1. Lerne die Persönlichkeit des Klienten kennen. Stelle Kontakt zum Klienten her.



2. Sorge für kleine und wohnliche Organisationseinheiten und dafür, dass die Klienten feste Bezugspersonen unter den Mitarbeitern haben (Bezugspersonenpflege).



3. Stelle die Person in den Mittelpunkt deines Tuns. Öffne Türen zum Klienten und vermeide türschließendes Verhalten bei dir selbst und bei anderen.



4. Verbinde dein Wissen mit dem Wissen anderer Berufsgruppen und arbeite mit ihnen zusammen.



5. Informiere dich über (psychiatrische) Krankheitsbilder und Verhaltensweisen.



6. Bilde dich gezielt und sinnvoll fort.

Die Grundvoraussetzung für die Arbeit mit Menschen mit Demenz ist seine Persönlichkeit, seine Lebensgeschichte, seine Vorlieben, Abneigungen, Bedürfnisse kennen zu lernen und dadurch sein Verhalten besser interpretieren und darauf reagieren zu können (Punkt 1). Dies ist eine unbedingte Mindestvoraussetzung, um Menschen mit Demenz angemessen begleiten und fördern zu können. Der Anspruch, den Kontakt zu einem Menschen mit Demenz zu finden und diesen auch halten zu können, ist allerdings sehr hoch, und viele beruflich und privat Pflegende wissen oft nicht, wie sie dies bewerkstelligen können.

In der deutschen Pflegeliteratur gibt es zwar viele Veröffentlichungen zum Thema Kommunikation, was aber wirklich fehlt, sind leicht verständliche Praxisanleitungen, die Mut und Lust machen, die tägliche Arbeit neu zu gestalten. Das Kuratorium Deutsche Altershilfe hat in den letzten Jahren viele Kontakte zu britischen Pflegewissenschaftlern aufbauen können. In diesem Zusammenhang hat das KDA erkannt, dass es viele Pflegekonzepte, vor allem aber Praxishandbücher in England gibt, die für die deutsche Altenpflege sehr gut nutzbar sind und ihr gute Praxisanregungen bieten.

Dr. Willi Rückert hat eine solche Praxishilfe – „Care to Communicate“ – von einem Besuch in England bei Prof. Murna Downs, Leiterin der Bradford Dementia Group und Nachfolgerin von Tom Kitwood, mitgebracht und konnte in Deutschland damit bereits großes Interesse wecken.

Die nun vorliegende Übersetzung „Hilfen zur Kommunikation bei Demenz“ bietet konkrete Hilfestellungen, die es Pflegenden ermöglichen, in Kontakt zu einem Menschen mit Demenz zu kommen und sein Wohlbefinden durch Kommunikation zu stärken, die ihnen zeigen, dass ihre Möglichkeiten noch nicht ausgeschöpft sind, und ihnen damit auch Mut zur weiteren Pflege und Begleitung machen. Die Broschüre ist eine Praxisanleitung, die der Aufrechterhaltung der Kommunikation dient, die nicht nur die Pflege und Begleitung für die Pflegenden erleichtert, sondern auch den von der Krankheit betroffenen Menschen hilft, ihre Persönlichkeit und Eigenständigkeit zu bewahren.*

Wir bedanken uns bei der Robert Bosch Stiftung, die die Übersetzung dieser wertvollen Broschüre ermöglicht hat.

Klaus Großjohann
Geschäftsführer
Kuratorium Deutsche Altershilfe

* Im letzten Kapitel werden 41 alltägliche Lebensaktivitäten beschrieben, anhand derer ein Lebensstilprofil eines Menschen erstellt und seine Lebensqualität verbessert werden kann. Die Qualitätshandbücher des Kuratoriums Deutsche Altershilfe beziehen sich dagegen auf die 13 Aktivitäten und existenziellen Erfahrungen des Lebens (AEDL-Bereiche nach der Pflegeprofessorin Monika Krohwinkel). Die hier vorgestellten 41 Aktivitäten lassen sich in diese 13 AEDLs überführen, widersprechen ihnen also nicht. Sie wurden jedoch aus urheberrechtlichen Gründen beibehalten.

Besselmann, Klaus; Sowinski, Christine; Rückert, Willi (1998): Qualitätshandbuch Wohnen im Heim. Wege zu einem selbstbestimmten und selbständigen Leben. Ein Handbuch zur internen Qualitätsentwicklung in den AEDL-Bereichen. Köln: Kuratorium Deutsche Altershilfe.

Besselmann, Klaus; Fillibeck, Heiko; Sowinski, Christine (2003): Qualitätshandbuch Häusliche Pflege Hand in Hand. Köln: Kuratorium Deutsche Altershilfe

Inhalt

Seite

	Einführung	7
	1 Die „normale“ Kommunikation	9
	2 Wenn der Kommunikationsprozess bei älteren Menschen nicht mehr funktioniert	13
Anlage CLIPPER	3 Wie beeinflusst eine Demenz die verbale Kommunikation?	16
Stufe 1 <i>Clipper-Fragebogen</i>	4 Wie kann man auf Probleme bei der verbalen Kommunikation reagieren?	21
Stufe 2 <i>Clipper-Arbeitsbogen</i>	5 „Wer bin ich, und wo komme ich her?“ Kommunikation mit Hilfe von Erinnerungsalben	38
Stufe 3 <i>Clipper-Plan</i>	6 „Was soll ich tun, und wie soll ich es tun?“ Ein geplanter und zielorientierter Tag	49
Stufe 4 <i>Clipper-Auswertung</i>	7 Unterstützung der Kommunikation mit Hilfe von „alten“ Erinnerungen und universellen Erfahrungen	55
	8 Kommunikation mit Hilfe von Fernsehen und Video	60
	9 Menschen mit Demenz helfen, Dinge zu verstehen	64
	10 Schwerhörigkeit und Demenz	69
	11 Kommunikation erleichtern – das Wohnumfeld	74
	12 Lebensqualität bei schwerer Demenz: nonverbale Kommunikation	80
	13 Lebensqualität bei schwerer Demenz: Stimulation und Aktivitäten	82
	14 Lebensqualität bei schwerer Demenz: ein Beispiel für die Gestaltung eines individuellen Lebensprofils	92

Einführung

Mit „Demenz“ wird eine Ansammlung vieler Symptome bezeichnet, die durch unterschiedliche, das Gehirn beeinträchtigende Krankheiten verursacht werden können. Eine demenzielle Erkrankung ist vor allem durch die folgenden Symptome gekennzeichnet: Gedächtnisprobleme, Probleme bei der Beurteilung von Situationen und Beeinträchtigung des logischen Denkvermögens. Diese Symptome können wiederum zu Schwierigkeiten in der Kommunikation, im Alltagsmanagement, bei der Selbstpflege und zu Verhaltens- und Persönlichkeitsveränderungen führen.

Eine der häufigsten Demenzerkrankungen ist die Alzheimer-Demenz. Daneben gibt es aber auch die so genannten vaskulären Demenzen – wie die Multi-Infarkt-Demenz (die durch viele kleinere Schlaganfälle hervorgerufen wird) – oder solche Demenzformen, die zusammen mit der Lewy-Körperkrankheit, mit Morbus Pick, bei Huntington-Chorea und auch mit der Parkinson'schen Krankheit auftreten. Alle diese Formen der Demenz sind progressiv, das bedeutet, dass sich die Symptome zunehmend verschlechtern und eine Heilung nicht möglich ist.

Kein Mensch mit Demenz gleicht einem anderen Menschen mit Demenz. Zum einen können verschiedene Teile des Gehirns beeinträchtigt sein oder ein Teil des Gehirns auf unterschiedliche Weise, so dass die Auswirkungen grundsätzlich unterschiedlich sind. Zum anderen sind einige Menschen mit Demenz in ihrem Alltag nur leicht beeinträchtigt und andere – in einem späteren Stadium der Krankheit – sehr schwer. Ganz wichtig ist es außerdem, wie der jeweilige Mensch ganz individuell – je nach Persönlichkeit – auf die Krankheit reagiert.

Die Begleitung und Pflege von Menschen mit Demenz kann sehr aufreibend und schwierig sein. Vor allem können Kommunikationsprobleme an den Nerven der Pflegenden und der Betroffenen zehren. Wenn allerdings das Verständnis und das Wissen über Kommunikationsschwierigkeiten (warum und wie wird die Kommunikation durch Demenz beeinträchtigt?) gefördert wird, hilft man damit allen Beteiligten, eine möglichst hohe Lebensqualität zu erhalten.

DIESES BUCH WILL FOLGENDE FRAGEN BEANTWORTEN:

- Wie verläuft der „normale“ Kommunikationsprozess? Und wie und warum kann er bei älteren Menschen gestört sein?
- Inwiefern beeinträchtigt eine demenzielle Erkrankung die Kommunikation?
- Welche nützlichen Ideen und Tipps gibt es, verschiedene Kommunikationswege aufrechtzuerhalten? Wie können solche Tipps ermutigen, den Alltag mit Menschen mit Demenz bestmöglich zu meistern?

Anmerkungen der Übersetzerin:

Bei der Übersetzung wurde darauf geachtet, Vorschläge, Tipps und Texte so weit wie möglich auf die Situation der Pflege in Deutschland zu übertragen.

Das Buch richtet sich an beruflich Pflegenden und an pflegende Angehörige. Hier ergaben sich jedoch Schwierigkeiten bei der Übersetzung der Anrede „you“, die im Englischen „Du“ und „Sie“ zugleich bedeutet. Vor allem die vielen aufgeführten beispielhaften Gespräche zwischen Pflegenden und Menschen mit Demenz verdeutlichen dieses Übersetzungsproblem:

Gesprächsbeispiele:

„Sie vermissen Ihre Mutter wohl sehr?“ oder
„Möchten Sie gerne einen Kaffee trinken?“ oder
„Ihre Arbeit hat Ihnen sicher viel Spaß gemacht!“

Man hätte diese wörtliche Rede nun auch so übersetzen können:

„Du vermisst deine Mutter wohl sehr?“ oder
„Möchtest du gerne einen Kaffee trinken?“ oder
„Deine Arbeit hat dir sicher viel Spaß gemacht!“

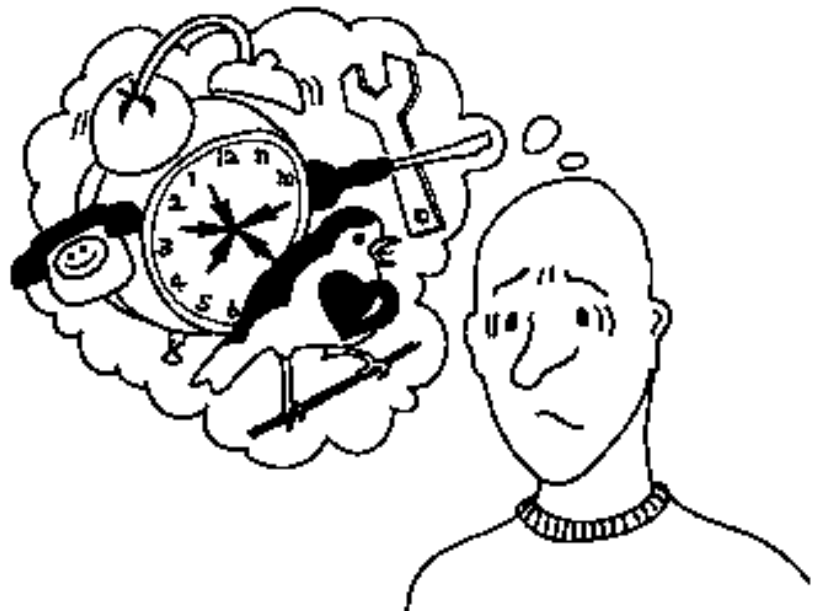
Ich habe mich in den meisten Fällen für die Höflichkeitsanrede „Sie“ entschieden. Diese Übersetzung soll keinesfalls die privaten Pflegepersonen ausschließen, die ihren Angehörigen natürlich duzen. Verwendet man jedoch die Anrede „Du“ und spricht auch beruflich Pflegenden an, so kann es zu dem Missverständnis kommen, dass Klienten auch geduzt werden dürften. Allerdings arbeitet das Buch auch mit Beispielen und Illustrationen, in denen es sich offensichtlich um mehr private Situationen handelt. In diesen Fällen wurde das „Du“ gewählt (was wiederum nicht die beruflich Pflegenden ausschließen soll):

„Ich habe dir deinen Lieblingsskuchen gebacken!“ statt
„Ich habe Ihnen Ihren Lieblingsskuchen gebacken!“

3 Wie beeinflusst eine Demenz die verbale Kommunikation?

- *Probleme mit Konzepten* • *Alte und neue Erinnerungen* • *Was passiert mit alten Erinnerungen bei einer Demenz?* • *Was passiert mit neuen Erinnerungen bei einer Demenz?* • *Häufig auftretende Kommunikationsprobleme bei einer Demenz*

Für einen Menschen mit Demenz können imaginäre Bilder, die fälschlicherweise auftauchen, sehr verwirrend sein und wenig Sinn machen.



PROBLEME MIT KONZEPTEN

Das größte Kommunikationsproblem für einen Menschen mit Demenz ist es, eigene Konzepte auszubilden und die Konzepte anderer zu verstehen (Kapitel 2). Die geistigen Bilder, die dabei helfen, ein Konzept im Kopf zu erstellen, fügen sich bei diesen Menschen nicht recht zusammen. Auf der anderen Seite werden imaginäre Bilder aufgerufen, die verwirrend sind und für die betroffene Person nur schwer einen Sinn ergeben. Für einen Menschen mit Demenz kann das geistige Festhalten an einem Konzept so schwer sein, wie eine Hand voll Sand in der Hand zu behalten – die geistigen Bilder verflüchtigen sich immer wieder, so wie der Sand durch die Finger rinnt.

Diese Probleme führen dann wiederum zu Problemen mit der Konzeptbildung, also zu Schwierigkeiten beim (logischen) Denken, beim Schlussfolgern und beim Treffen von Entscheidungen. Die meisten Kommunikationsprobleme für Menschen mit Demenz sind also ursächlich bedingt durch Probleme bei der Konzeptbildung.

ALTE UND NEUE ERINNERUNGEN

In Kapitel 1 wurde gezeigt, wie ein Konzept durch geistige Bilder und alte Erinnerungen im Gehirn gebildet wird. Jeder Tag im Leben birgt neue Erfahrungen, die in Informationen bzw. Erinnerungen umgesetzt und dem Gedächtnisspeicher hinzugefügt werden. Diese neuen Erinnerungen werden mit der Zeit dann zu alten Erinnerungen.

WAS PASSIERT MIT DEN ALTEN ERINNERUNGEN BEI EINER DEMENZ?

Ein Mensch mit einer leichten Demenz hat unter Umständen wenig Probleme, alte Erinnerungen abzurufen, die noch aus der Zeit stammen, bevor die Demenz eingesetzt hat. Dieser Mensch kann sich dann vielleicht gut daran erinnern, was er bei der Taufe seiner Enkelin vor 20 Jahren gegessen hat. Denn die Erinnerung an dieses Ereignis, das vor der Erkrankung stattgefunden hat, wurde bereits sicher im Gedächtnis abgelegt und sorgfältig gespeichert, als das Gehirn noch effizient gearbeitet hat (s. Abb. 1, nächste Seite). Allerdings werden auch alte Erinnerungen immer mehr in Mitleidenschaft gezogen, je weiter die Demenz voranschreitet.

WAS PASSIERT MIT NEUEN ERINNERUNGEN BEI EINER DEMENZ?

Bei einer - leichten wie schweren - Demenz kann es dem betroffenen Menschen sehr schwer fallen, neue Erinnerungen abzurufen. So kann sich dieser Mensch unter Umständen nicht mehr daran erinnern, was er am Morgen gefrühstückt hat. Durch die Krankheit fällt es ihm schwer, neue Informationen im Gedächtnis zu speichern. Das beschädigte Gehirn hat also Probleme damit, die neuen Erfahrungen und Informationen „festzuhalten“ und sie sicher abzuspeichern, damit man später darauf zurückgreifen bzw. Bezug nehmen kann (s. Abb. 2, nächste Seite). Häufig ist es so, dass der Betroffene gar nicht richtig „vergessen“ hat, was passiert ist. Er hat dann eher das Ereignis nicht richtig registriert.

WELCHE NEUEN ERINNERUNGEN KÖNNEN LEICHTER FÜR EINEN MENSCHEN MIT DEMENZ ABRUFBAR SEIN?

Neue Erinnerungen, an die sich ein Mensch mit Demenz gut erinnern kann, sind wahrscheinlich solche, die mit starken Gefühlen assoziiert werden, also zum Beispiel der Verlust eines guten Freundes oder eines Verwandten oder aber ein sehr freudiges Ereignis. Die Gefühle helfen dem Gedächtnis, das Ereignis abzuspeichern und es so in den Speicher für „alte Informationen“ aufzunehmen.

Das „normal“ arbeitende Gehirn

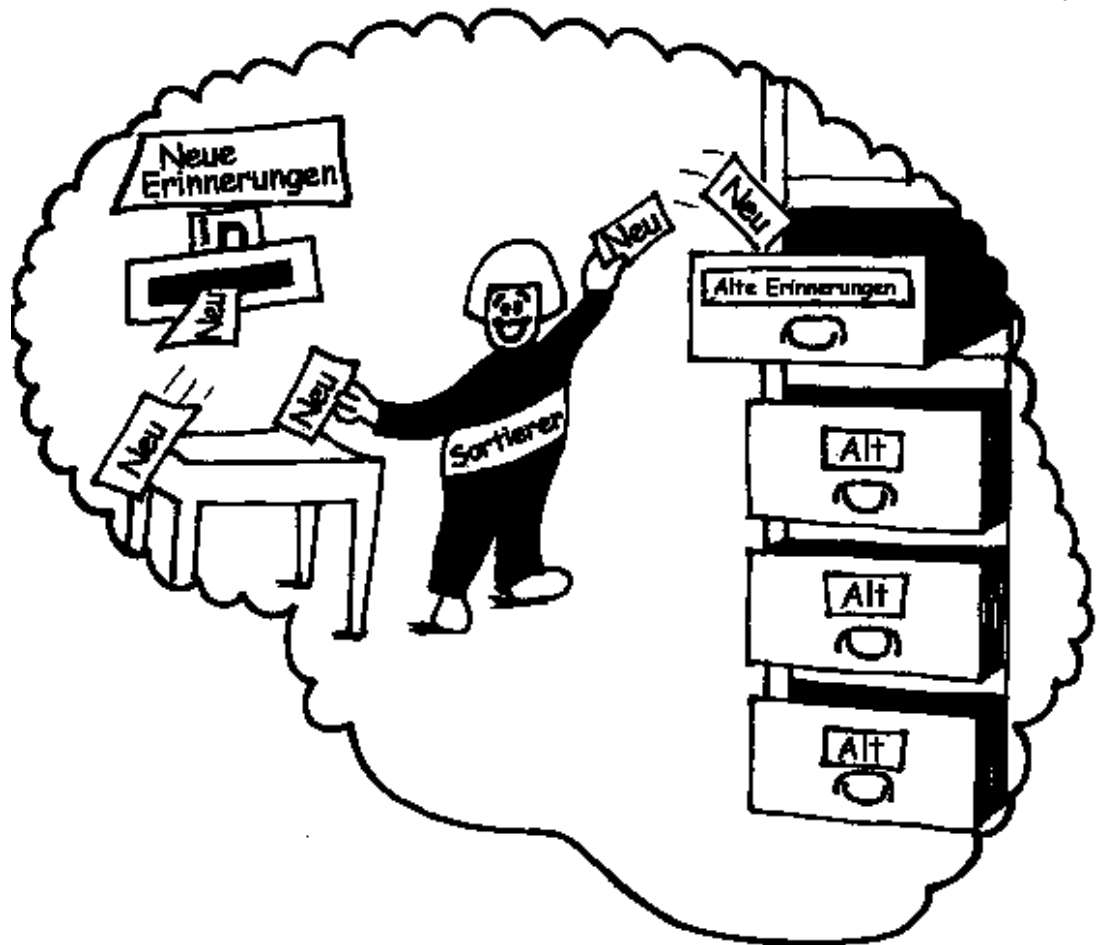


Abb. 1: Das „normal“ arbeitende Gehirn
Neue Erinnerungen werden vom Gehirn sortiert und in den „Aktenschrank: Alte Erinnerungen“ abgelegt. Sie können dann später als „alte“ Erinnerungen aus diesem „Aktenschrank“ wieder herausgenommen bzw. abgerufen werden und stehen somit als imaginäre Bilder zur Verfügung, wenn sie in einer Kommunikation benötigt werden.

Die Person mit Demenz



Abb. 2: Die Person mit Demenz

Hier fällt es dem Gehirn schwer, neue Eindrücke und Erinnerungen festzuhalten. Häufig werden sie direkt „fallen gelassen“ (vergessen), bevor sie in den „Aktenschrank“ abgelegt werden. Dennoch schafft es das Gehirn, einige dieser neuen Erfahrungen im Erinnerungsspeicher des Gehirns abzulegen, wo sie dann zu alten Erinnerungen werden und abrufbar sind. Einem Menschen mit einer leichten Demenz fällt es normalerweise nicht sehr schwer, alte Erinnerungen aus dem „Aktenschrank“ – also dem Gedächtnis – abzurufen. Wenn die Demenz allerdings fortschreitet, wird es für diese Person immer schwerer, die „richtigen“ Erinnerungen zu finden. So kann es auch passieren, dass im weiteren Verlauf der Krankheit alte Erinnerungen sozusagen aus dem Aktenschrank fallen und für immer verloren gehen.

HÄUFIG AUFTRETENDE KOMMUNIKATIONSPROBLEME BEI EINER DEMENZ

In einer Studie zur Kommunikation wurden Pflegende gefragt, welche Kommunikationsschwierigkeiten sie bei Menschen mit Demenz beobachten. Häufig genannte Probleme waren die folgenden:

- Die Person wiederholt ständig ein und dieselbe Frage.
- Sie erzählt immer wieder dasselbe.
- Sie hat Probleme damit, ein Gespräch zu beginnen und es laufen zu lassen.
- Die Person hat Probleme, einem Gespräch zu folgen, vor allem dann, wenn mehrere Leute sprechen.
- Die Person driftet immer wieder vom Gesprächsthema ab.
- Sie hat Probleme, sich an Namen von Menschen, Orten oder Objekten zu erinnern.
- Sie kann einem Fernsehprogramm nicht gut folgen.
- Die Person ändert häufig unpassend das Thema eines Gespräches.
- Sie spricht die ganze Zeit nur über die Vergangenheit.
- Sie fängt an, etwas zu erzählen, und vergisst dann, über was sie gesprochen hat.
- Die Person sieht etwas, was gar nicht da ist.
- Sie behauptet falsche Dinge.

In Kapitel 4 werden Möglichkeiten aufgezeigt, die Menschen mit solchen Schwierigkeiten bei der Kommunikation helfen können.

* Powell, J. A.; Hale, M. A.; Bayer, A. J. (1995): Symptoms of communication breakdown in dementia: carers' perceptions. *European Journal of Disorders of Communication*, 30: 65-75

5 „Wer bin ich, und wo komme ich her?“ Kommunikation mit Hilfe von Erinnerungsalbum

• Was ist ein Erinnerungsalbum? • Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen ermutigen, ein Erinnerungsalbum zu erstellen • Wie man ein Erinnerungsalbum erstellt

Jeder Mensch erinnert sich an Schlüsselerlebnisse, die im Laufe seines Lebens stattgefunden und in denen wichtige Personen und Orte eine Rolle gespielt haben. Diese Schlüsselerlebnisse haben sich über die Jahre hinweg zu einer inneren Geschichte – „Dies ist mein Leben“ – entwickelt. Diese Lebensgeschichte gibt uns unsere Identität. Sie sagt uns, wer wir sind, und zeigt uns, in welcher Beziehung wir zu unserer Umwelt stehen.

Regelmäßiges Blättern im Erinnerungsalbum kann einem Menschen mit Demenz helfen, die wichtigsten Momente seines Lebens in Erinnerung zu behalten und dadurch sein Selbstvertrauen zu stärken. Das Erinnerungsalbum unterstützt ihn, sich bezüglich seines Lebens, seiner Erinnerungen und damit auch sich selbst gegenüber besser und entspannter zu fühlen.

Menschen mit Demenz können Probleme damit haben, sich an bestimmte Einzelheiten ihrer Lebensgeschichte zu erinnern. Besonders schwer ist es für sie, neue Informationen – wie die Namenneugeborener Enkelkinder – abzuspeichern und sich an sie zu erinnern. Der Verlust der Fähigkeit, sich an Schlüsselerlebnisse des eigenen Lebens zu erinnern, kann desorientierend und frustrierend sein. Das wiederum kann die Kommunikation ernsthaft erschweren.

WAS IST EIN ERINNERUNGSALBUM?

So wie ein Spazierstock eine Hilfe zum Laufen ist, ist ein Erinnerungsalbum eine Hilfe zum Erinnern. Es beinhaltet Wörter und Bilder aus wichtigen Momenten im Leben eines Menschen, von der Geburt bis zum gegenwärtigen Zeitpunkt. Wenn neue Erlebnisse wichtig erscheinen, können auch sie in das Erinnerungsalbum aufgenommen werden.

MENSCHEN MIT DEMENZ UND IHRE ANGEHÖRIGEN ERMUTIGEN, EIN ERINNERUNGSALBUM ZU ERSTELLEN

Manchmal haben Familienangehörige Schwierigkeiten damit, zu verstehen, was mit ihrem Partner, Eltern- oder Geschwisterteil passiert. Sie erkennen dann vielleicht auch nicht sofort den Sinn eines Erinnerungsalbums. Für die beruflich Pflegenden ist es aber sehr wichtig, sich von den Angehörigen helfen zu lassen. Deshalb sollte man sich die Zeit nehmen, ihnen den Nutzen eines Erinnerungsalbums zu erklären. Es ist darüber hinaus natürlich wichtig, die Idee des Erinnerungsalbums auch dem Menschen mit Demenz nahe zu bringen und sie ihm schmackhaft zu machen, insbesondere dann, wenn er sich in einem frühen Stadium der Erkrankung befindet.

Erklären Sie den Angehörigen und anderen Mitarbeitern immer wieder, dass Menschen, die Probleme mit ihrem Gedächtnis haben, sich hin und wieder nicht an Namen, Orte, Daten usw. erinnern können. Erwähnen Sie, wie frustrierend dies für den betroffenen Menschen sein kann. Erklären Sie ihm und seinen Angehörigen, dass man dagegen etwas tun kann. Wenn ein Mensch Probleme mit den Augen hat, trägt er ja auch eine Brille, wenn er nicht mehr gut gehen kann, nimmt er einen Spazierstock zu Hilfe, und wenn er Probleme mit dem Gedächtnis hat, verwendet er halt Erinnerungshilfen – wie zum Beispiel das Erinnerungsalbum.

Eine visuelle Vorführung ist sehr wichtig, um das Konzept eines Erinnerungsalbums zu verdeutlichen: Wenn möglich, zeigen Sie den Klienten und ihren Angehörigen ein schon erstelltes Erinnerungsalbum. Wenn Sie kein vorhandenes Album verwenden möchten bzw. dürfen, können Sie selbst eines mit Fotos oder Bildern aus Zeitschriften zusammenstellen. Die Erfahrungen zeigen, dass Familien ermutigt werden, selbst ein Erinnerungsalbum anzufertigen, wenn man ihnen die Lebensgeschichte eines Menschen in dieser Weise präsentiert.

WAS BRAUCHT MAN FÜR EIN ERINNERUNGSALBUM?

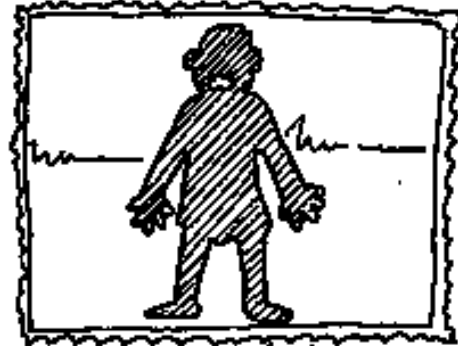
Ein kleines, circa 15 mal 10 Zentimeter großes Fotoalbum mit genügend Platz für ungefähr 36 Fotos ist ideal für ein Erinnerungsalbum. Man kann es leicht mit sich tragen, und es wird eher akzeptiert, da es traditionellen Erinnerungshilfen wie Tagebüchern oder Notizbüchern ähnelt.

Für Menschen in einem fortgeschrittenen Stadium der Demenz kann aber auch ein größeres Album sinnvoll sein, da man hier größere Fotos und Bildunterschriften verwenden kann, die unter Umständen von den Menschen leichter erkannt bzw. gelesen werden können. Denken Sie jedoch daran, dass einige Menschen mit Demenz weder Fotos erkennen können, noch verstehen, was sie bedeuten. Trotzdem ist es sinnvoll, ein Erinnerungsalbum zu erstellen, da das Album den Pflegenden hilft, den Menschen als Individuum mit einer ganz eigenen Lebensgeschichte zu sehen.

Wenn Sie ein 15 mal 10 Zentimeter großes Album benutzen, legen Sie in jede Klarsichthülle des Albums ein Blatt Papier. Schreiben Sie auf einigen dieser Seiten etwas über das Leben der jeweiligen Person, und nutzen Sie auf anderen Seiten das Papier als Hintergrund für die Fotos, wobei Sie unter oder neben dem Bild Platz für Kommentare lassen sollten. Schreiben Sie klar und deutlich, und vermeiden Sie Großbuchstaben. Sie können auch Zeitungsausschnitte mit wichtigen Ereignissen oder Orten im Leben des Klienten einkleben. Bauen Sie das Erinnerungsalbum chronologisch auf: Versuchen Sie, das Album mit Informationen zum Geburtsdatum und Geburtsort zu beginnen, und beenden Sie es mit gegenwärtigen Ereignissen. Im Folgenden finden Sie einige Anregungen, wie ein Erinnerungsalbum konkret aussehen und was darin aufgenommen werden könnte.

Erwin Schmidt

**Ich wurde am 25. Juli
1932 in Münster
geboren.**



Das bin ich im Alter von 2 Jahren.

**Meine Eltern waren
Maria und Heinz Schmidt.
Meinem Vater gehörte
ein Geschäft für
Herrenausstattung in
Münster.**



**Meine Eltern Heinz und
Maria Schmidt in den 40ern**

**Ich war eins von vier Kindern.
Mein Bruder Jürgen ist zwei
Jahre älter als ich, meine
Schwester Ingrid ist drei
Jahre älter. Meine jüngere
Schwester Ruth starb leider
schon vor langer Zeit, als sie
22 war.**



**Ingrid, Ruth, ich und Jürgen
an der Nordsee in den 40ern.**

Während meiner Kindheit
lebte ich in der Ackerstraße
in Münster.
Später zogen wir nach
Emsdetten in die Roßstraße 26.



Das Haus meiner Kindheit in Münster

Ich ging von der Schule,
als ich 14 Jahre alt war.
Zunächst arbeitete ich
bei einem Bäcker in der
Nähe.
Als ich 16 war, begann ich
eine Lehre als Installateur.



Das bin ich 1948, kurz nach
dem Beginn meiner Lehre.

Meine Frau heißt Gertrud.
Wir lernten uns auf einem
Ball kennen.



Gertrud und
ich in 1955,
kurz nach
unserer
Verlobung

Wir haben am 15. Juni 1957
im St.-Paulus-Dom in Münster
geheiratet.
Mein Bruder Jürgen und
Gertruds Schwester Elke
waren unsere Trauzeugen.



Unsere Hochzeit 1957

Nach unserer Hochzeit
wohnten wir wieder in
Münster, in der Custodisstraße.
Danach zogen wir um nach
Dortmund.
Nun wohnen wir in der
Thomas-Mann-Straße 10.



Gertrud und ich vor unserem
Haus in Dortmund

Ich habe ein Kind: Sabine
wurde am 18. Mai 1961
geboren.
Auf dem Bild ist sie zwei
Jahre alt, im Urlaub auf
Sylt.



Meine Tochter Sabine als
Zweijährige am Sylter Strand

Meine Tochter Sabine ist
inzwischen mit Stefan
verheiratet.
Sie leben in Köln und
haben drei Kinder.
Stefanie wurde 1985 geboren,
Tim 1987 und Claudia 1995.



Stefan, Sabine, Claudia, Stefanie
und Tim in Köln

Mit 65 wurde ich pensioniert.
Die meiste Zeit meines
Lebens habe ich als Ingenieur
gearbeitet.
Meine letzte Stelle hatte
ich bei der Dortmunder
Energie- und
Wasserversorgung.



Das bin ich auf meiner
Abschiedsparty bei der DEW 1997...

Mein Bruder Jürgen lebt
inzwischen mit seiner Frau
Silke in Berlin.



Silke und Jürgen vor Ihrem Haus
in Berlin im Sommer 1997.

Meine Schwester Ingrid lebt heute in München. Ihr Mann Theo starb vor ein paar Jahren.



Ein kürzlich aufgenommenes Foto von Ingrid und mir in Italien

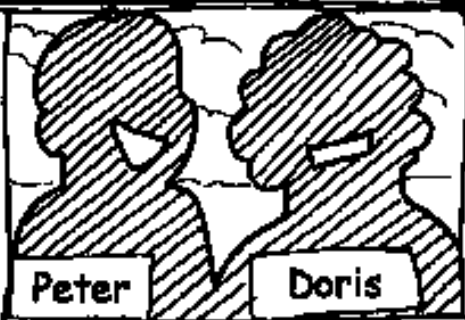
Jeden Freitag gehe ich beim Griechen in der Victoriastraße kegeln.

Gertrud macht in der Zeit das Abendessen!

Meine Frau Gertrud



Das bin ich beim Kegeln mit meinen Freunden.



Peter

Doris

Unsere guten Freunde aus der Victoriastraße, 1999.



Unser bester Freund Micky: Unser Deutscher Schäferhund. Er ist jetzt 7 Jahre alt.

Wie in dem vorangegangenen Beispiel sollte es zu jedem Foto so viele Informationen geben, dass jemand, der das Foto noch nie gesehen hat, weiß, wer darauf zu sehen ist, wo und wann es gemacht wurde. Zum Beispiel wäre die Unterschrift „Sabine“ ein wenig knapp geraten, wohingegen „Meine Tochter Sabine mit zwei Jahren am Sylter Strand“ genau richtig wäre. So kann man einen Menschen mit Gedächtnisproblemen daran erinnern, dass er eine Tochter namens Sabine hat und dass er mit Sabine, als diese noch sehr klein war, Urlaub auf Sylt gemacht hat. Ein weiterer Vorteil dieser Art der Fotobeschriftung ist, dass beschämenden und frustrierenden Situationen vorgebeugt wird. Etwa dann, wenn jemand das Album durchblättert und nachfragt, wer die Sabine ist oder wo das Foto aufgenommen wurde und zum Beispiel der Vater von Sabine diese Frage nicht beantworten kann, weil er es vergessen hat.

Die Kommentare zu den Fotos sollten auf keinen Fall in einer Kindersprache verfasst sein, sondern in einer ganz „normalen“ Sprache, die Sie auch selbst für ihr eigenes Fotoalbum benutzen würden. Stellen Sie sich einfach jedes Mal die Frage, ob die Bildunterschrift für Sie selbst akzeptabel wäre.

Es kann sehr viel Spaß machen, ein Erinnerungsalbum zu erstellen. Man kann es Stück für Stück – je nach Lust und Zeit – erarbeiten. Wenn Sie einmal den Hauptteil fertig haben, denken Sie daran, neue Ereignisse aufzunehmen. Für Menschen, die in eine stationäre Einrichtung ziehen, könnte es nützlich sein, Fotos der Einrichtung – mit passenden Erklärungen – aufzunehmen, die das Gebäude von außen und von innen zeigen oder die Mitarbeiter und wichtige Mitbewohner – zum Beispiel Bewohner derselben Wohngruppe – abbilden.

WIE MAN EIN ERINNERUNGSALBUM AUFBAUT

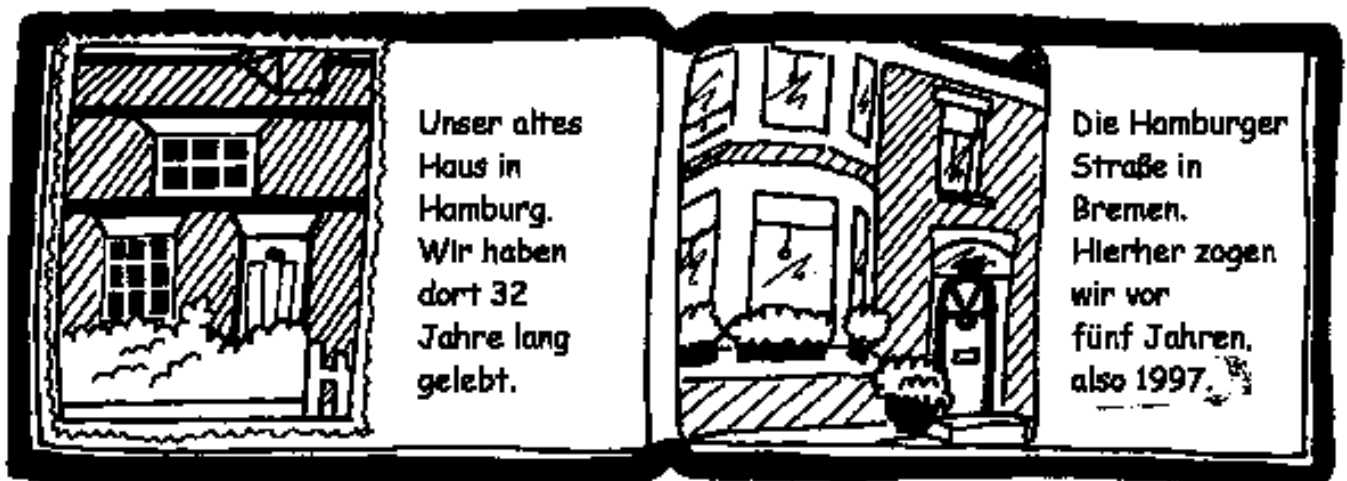
Am Ende dieses Buches finden Sie einige vorgedruckte Seiten als Kopiervorlage, die in ein 15 mal 10 Zentimeter großes Fotoalbum passen. Diese Seiten können Ihnen helfen, die Arbeit an einem Album zu beginnen: Lassen Sie auf jeder Seite neben oder über und unter dem Foto Platz für bedeutende Informationen bevor Sie diese, zusammen mit den entsprechenden Fotos, in das Album einfügen.

SIE KÖNNEN DAS ERINNERUNGSALBUM BEI BESTIMMTEN PROBLEMEN VERWENDEN

- Wenn jemand Schwierigkeiten hat, einen Angehörigen zu erkennen, können Sie eine Serie von Fotos, die diesen Angehörigen in verschiedenen Altersstufen zeigt, in das Album aufnehmen. Die folgenden Bildunterschriften könnten zum Beispiel die entsprechenden Fotos begleiten:



- Wenn ein Mensch Orientierungsprobleme hat und sich beispielsweise nicht an sein eigenes Haus erinnern kann und immer sagt, dass dies nicht wirklich der Ort sei, an dem er lebt, können Sie analog zu den vorangehenden Beispielen eine Fotoreihe wie folgt erstellen:



Wie man ein Erinnerungsalbum benutzt

- Es kann sein, dass ein Mensch mit Demenz vergisst, regelmäßig in sein Erinnerungsalbum zu schauen. Versuchen Sie ihn zu ermutigen, es öfter anzusehen, damit seine Erinnerungen wach bleiben.
- Lassen Sie das Album zum Beispiel im Wohnzimmer offen liegen, damit es immer zur Hand ist.
- Das Album kann Besuchern – insbesondere Enkelkindern – Gesprächsstoff liefern.
- Denken Sie daran, Ereignisse neueren Datums in das Album aufzunehmen.

Vorteile des Erinnerungsalbums

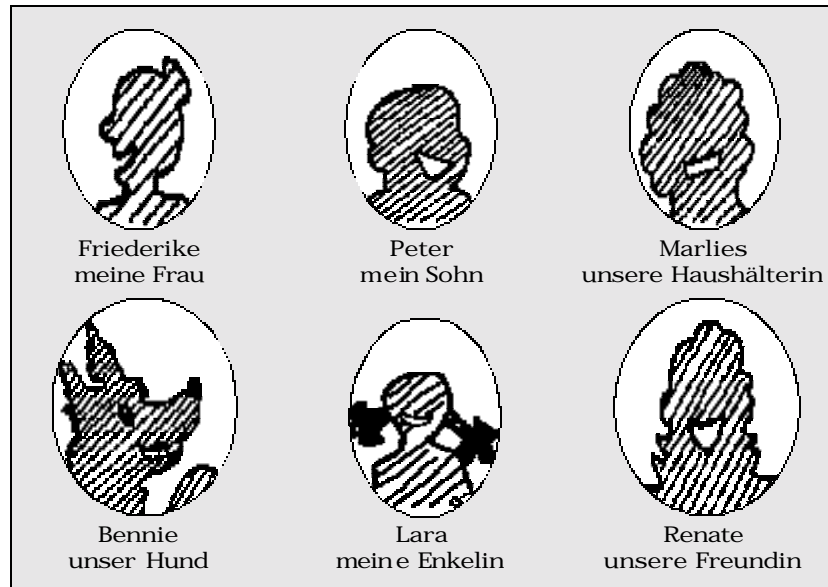
Das Erinnerungsalbum

- hält Schlüsselerlebnisse wach und hilft somit, diese Erlebnisse so lange wie möglich im Gedächtnis zu behalten.
- hilft dem Menschen mit Demenz, seine Identität zu wahren. Es gibt ihm ein Gefühl der Sicherheit, sich selbst zu kennen.
- schafft somit Selbstvertrauen und Selbstachtung.
- gibt der Person das Gefühl, dass ihr Leben einen Sinn hat.
- bietet einen Anlass zum Gespräch.
- erlaubt dem Menschen mit Demenz, das Gespräch selbst zu lenken.
- kann Menschen mit leichter Demenz während eines Gespräches einen Antrieb bieten.
- gibt Gelegenheit, auf das eigene Leben zurückzublicken.
- erlaubt den Menschen, sich an gute Zeiten zu erinnern.
- gibt Halt und Sicherheit, wenn die Person in eine stationäre Einrichtung zieht oder eine Tagespflegeeinrichtung besucht.
- hilft den Mitarbeitern, den Menschen als Individuum zu sehen.
- bietet den Mitarbeitern Gelegenheit, ein Gespräch zu beginnen.
- ermutigt zur personenzentrierten Pflege in einer stationären Einrichtung.

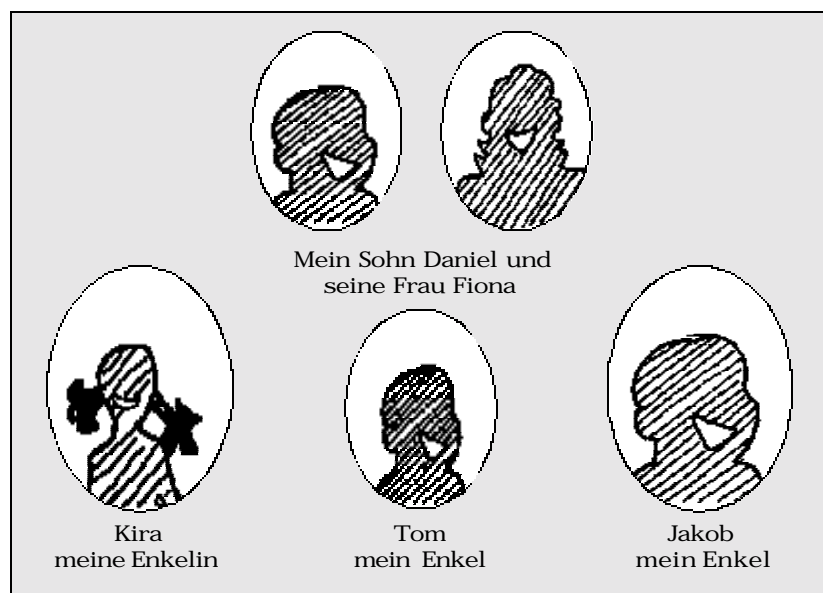


WEITERE VORSCHLÄGE, DIE MENSCHEN MIT DEMENZ HELFEN SOLLEN, NAMEN, GESICHTER UND ORTE IM GEDÄCHTNIS ZU BEHALTEN:

- Fertigen Sie ein „Wichtige Menschen“-Poster an. Rahmen Sie es, und hängen Sie es an die Wand.



- Erstellen Sie einen Familienstammbaum für jeden Teil der Familie, und hängen Sie jeden in einen eigenen Rahmen. So sieht man beispielsweise in einem Rahmen den Sohn mit seiner Familie und im nächsten die Tochter mit ihrer Familie. Bitten Sie auch andere Familienmitglieder, Ihnen zu helfen.



- In gleicher Weise können Sie ein „Wichtige Orte“-Poster entwerfen und an die Wand hängen. Dieses könnte eindeutig beschriftete Fotografien der eigenen Wohnung, des Tennis-Clubs, des Ferienhauses usw. zeigen.



Dieser Ratgeber hilft allen, die mit Menschen mit Demenz kommunizieren (möchten). Er erklärt, wie der „normale“ Kommunikationsprozess funktioniert und wie dieser Prozess bei Menschen mit Demenz zusammenbrechen kann. Das Buch enthält viele einfache und praktikable Tipps und Anleitungen, hilfreiche Beispiele und Strategien, um die Kommunikationsprobleme, die hierdurch entstehenden Ängste und Stress-Situationen zu überwinden.

Der Ratgeber richtet sich vor allem an beruflich Pflegende, die Menschen mit Demenz, desorientierte Menschen und Menschen mit Erinnerungsschwächen in

- geriatrischen Krankenhäusern und gerontopsychiatrischen Abteilungen
- Alten- und Pflegeheimen
- Tageszentren
- Einrichtungen des Betreuten Wohnens
- der häuslichen Pflege
- u. a.

begleiten.

Das Ziel dieses Buches ist es, die beste Lebensqualität für Menschen mit Demenz und für die sie Pflegenden zu erreichen.

Die Autorin Jennie Powell arbeitet als spezialisierte Sprachtherapeutin im Memory Team, Llandough Hospital in Cardiff. Die Ideen für dieses Buch wurden in langjähriger Arbeit mit Menschen mit Demenz und den sie Pflegenden entwickelt.

