

9 Verhaltenstipps für Angehörige von Menschen mit Demenz

1

Stopp

Denken Sie darüber nach, was Sie tun wollen, und überlegen Sie, wie Sie es am besten tun. Planen und erklären Sie – wer Sie sind, was Sie tun wollen, warum Sie es tun wollen.

2

Lächeln

Ihr Gegenüber orientiert sich an Ihnen und wird Ihre entspannte, positive Körpersprache und Ihren Tonfall widerspiegeln.

3

Zeit lassen

Sie haben viel zu tun und sind in Eile. Ihre Angehörige oder Ihr Angehöriger ist es nicht. Drängen Sie nicht.

4

Ruhiges Umfeld

Achten Sie auf den Geräuschpegel und reduzieren Sie ihn, wann immer möglich, indem Sie beispielsweise das Radio oder den Fernseher ausschalten.

5

Raum geben

Beachten Sie: Jedes Eindringen in den persönlichen Raum erhöht das Risiko von Unverständnis und Wut. Jedes Mal, wenn Sie eine Person versorgen, dringen Sie in deren persönlichen Raum ein.

6

Weggehen

Wenn die Person sich verweigert oder aggressiv ist, aber sich selbst oder anderen keinen Schaden zufügt, ziehen Sie sich zurück. Geben Sie ihr Zeit, sich zu beruhigen und sprechen Sie sie später an.

7

Keine Diskussion

Menschen mit Demenz können Situationen häufig nicht mehr richtig einschätzen. Diskutieren oder beharren Sie deshalb nicht, lenken Sie lieber ab und akzeptieren Sie: Ihr Gegenüber hat Recht und Sie haben Unrecht.

8

Erinnerungen wecken

Sprechen Sie über oder tun Sie gemeinsam Dinge, die Ihre Angehörige oder Ihr Angehöriger früher gerne getan oder genossen hat.

9

Vereinfachen

Planen Sie keine zu komplexen Aktivitäten: kurze Spaziergänge an bekannte Orte, nur ein Geschäft pro Einkaufsbummel. Geben Sie wenige Wahlmöglichkeiten für Entscheidungen: heller oder dunkler Pullover, Kaffee oder Tee.

