

Unser Buchtipp

Nonverbale Interaktion mit demenzkranken und palliativen Patienten

Kommunikation ohne Worte



Dieses Buch befasst sich mit der Situation demenzkranker wie palliativer Patienten, insbesondere mit deren Veränderungen hinsichtlich sprachlicher Interaktionsfähigkeiten. Die Autorin, Astrid Steinmetz, legt dar, dass es für den Erhalt einer dialogischen Patientenbeziehung erforderlich ist, den Fokus auf nonverbale Kommunikationsmöglichkeiten zu verschieben. Das dafür entwickelte Trainingsprogramm «Kommunikation ohne Worte» (KoW®) wird erläutert und evaluiert. Darin werden interpersonelle Kommunikationsfertigkeiten mit dem kommunikativ schwer eingeschränkten Menschen vermittelt, um Emotionen, Bedürfnisse oder Schmerzen sicher zu erkennen, sich nonverbal abzustimmen sowie eindeutig und verständlich zu kommunizieren.

Verlag: Springer Fachmedien Wiesbaden GmbH
ISBN: 978-3-658-11333-9

Nicht vergessen

Die Aufrechterhaltung des normalen Alltags ist uns wichtiger als «künstliche» therapeutische Massnahmen. Auch Menschen mit Demenz brauchen das Gefühl gebraucht zu werden. Dort wo sie noch nützliche kleine

Arbeiten verrichten können, helfen wir, nicht nur die Arbeit zu erleichtern, sie bekommen auch das Gefühl gebraucht zu werden. Das stärkt das Selbstwertgefühl und sorgt für gute Stimmung.

- Gemeinsam Geschichten aus dem Leben erzählen
- Gemeinsam pflanzen und pflücken
- Gemeinsam lachen und den Humor pflegen
- Gemeinsam singen und musizieren
- Gemeinsam haushalten und kochen
- Gemeinsam werken, malen und gestalten
- Gemeinsam Tiere hegen und pflegen
- liebevoll, kreativ... anders.

Unterstützen – Den Betroffenen neuen Mut schenken

Im Herbstzyklus unternehmen wir alles, um Menschen mit Demenz am Leben teilhaben zu lassen. Der Verein wird ausschliesslich von Privatspenden getragen.

Ihre Spende hilft konkret:

Fr. 30.–
ermöglichen einen Tagesaufenthalt für einen Gast. So kann der pflegende Angehörige wichtige Termine wie Arztbesuche etc. wahrnehmen.

Fr. 70.–
verhelfen einem Gast zu einem Tages- und Nachtaufenthalt. Bereits eine Nacht ohne Pflegeaufgabe kann wie ein Kurzurlaub für die Angehörigen wirken.

Fr. 140.–
machen einen Wochenendaufenthalt für einen Gast möglich. Eine Nacht ohne Pflegeaufgabe ist für den pflegenden Angehörigen eine wichtige Quelle, um neue Kraft zu tanken.

Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung: **Postkonto 60-577956-2**



aktiondemenz.ch
Schlosshalde 11c-d
CH-6216 Mauensee
Telefon 041 920 20 93
Fax 041 920 20 81
info@aktiondemenz.ch
www.aktiondemenz.ch

Impressum
Herausgeber: Verein Aktion Demenz
Schlosshalde 11c-d
CH-6216 Mauensee
Telefon: 041 920 20 93
Postkonto: 60-577956-2
Kontakt: Carol Sarbach, Präsidentin

vergessen & erinnern

Nr. 4 | November 2020



aktiondemenz.ch
liebevoll, kreativ... anders.

Pinnwand



Ohne Worte viel gesagt...

Brücken bauen – Herzen öffnen – Verbunden sein

Guten Tag, liebe Leserinnen und Leser, so oder ähnlich würden wir uns bei einer direkten Begegnung wohl begrüßen. Was aber ist, wenn das Gegenüber zum Beispiel an einer Demenz leidet und diese Person gar nicht merkt, dass Sie sich mit ihr unterhalten möchten? Für uns ist diese Situation nur schwer vorstellbar, sind wir es uns doch gewohnt, dass auf unsere Ansage eine Reaktion kommt.

Im Umgang mit unserem Mitmenschen mit demenziellen Veränderungen sind andere Werte gefragt. Wie dringe ich zu ihrem Bewusstsein vor? Zu ihrem Geist, der wohl zu dieser Zeit in einer anderen Sphäre weilt. Laut sprechen, lärmern, berühren, all dies hilft nicht. Wir müssen versuchen, ihre Herzen, ihre Gefühle, ihre inneren Sinne zu erreichen. Wirklich präsent sein, das einfühlsame Sprechen mit Augenkontakt unterstreichen, die Person unsere Verbundenheit spüren lassen und dabei ihr Interesse wecken und sie dazu zu bringen, mit uns in Verbindung zu treten: Das ist Brücken bauen! Ist dies gelungen, fühlt sich dies an, wie wenn ich zum Beispiel die Spitze eines Berges nach einer langen Wanderung erreiche oder soeben einen höheren Lottogewinn erziele. Glücksgefühle stellen sich ein, Adrenalin schießt in unsere Adern und wir haben es für eine kurze Zeit geschafft, das Gegenüber und uns am Herzen zu berühren. Allein ein Blickkontakt kann das Wohlfühlhormon Oxytocin freisetzen, sie versetzen uns in ein extrem hohes Glücksgefühl.

Liebe Leserinnen und Leser, das ist das Erstrebenswerte, die kleinen WUNDER in unserem Alltag. Das macht unser Dasein, unsere Aufgabe im Umgang mit Menschen mit Demenz zu einem Hochgefühl. Wenn solche Leistungen in anderen Berufen gelingen, wird dies wohl als Berufsstolz bezeichnet. Auch wir sind stolz, einen Weg gefunden zu haben: Nämlich zu den Herzen unserer Mitmenschen, die an einer Demenz erkrankt sind.

Es ist schön, dass Sie uns helfen, diese Brücken weiterhin zu bauen und zusammen mit Ihnen werden wir deren Tragfähigkeit jeden Tag aufs Neue ausloten. Wir wünschen Ihnen, dass Sie in der Weihnachtszeit etwas erreicht, vielleicht ohne grosse Worte. Teilen wir nur ein Lächeln, dann teilen wir auch ein bisschen Wärme. Eine WUNDERvolle Weihnachtszeit, das wünschen wir Ihnen von ganzem Herzen.

Herzallerliebste Grüße
Ihre

Carol Sarbach
Präsidentin
Verein Aktion Demenz

Im Blickpunkt

Brücken bauen – ohne Worte

Dr. Astrid Steinmetz, Potsdam, Deutschland

«Guten Morgen, Frau Eberle» – keine Reaktion. Marta Eberle sitzt in ihrem Sessel, so wie jeden Tag, und schaut vor sich hin. Sie scheint nichts mitzubekommen, denn sie blickt ohne Regung immer auf denselben Punkt am Boden. Ihr Gesichtsausdruck ist unbewegt, fast leer. Was geht in ihr vor? Gibt es eine Möglichkeit, sie zu erreichen? Soll ich sie beim nächsten Mal lauter ansprechen? Vielleicht bekommt sie dann mit, dass sie gemeint ist? «GUTEN MORGEN, FRAU EBERLE» – wieder keine Antwort. Ihr Blick ist immer noch unverwandt auf den Boden gerichtet. Was nun? Vielleicht kann eine Berührung zu ihr vordringen. Also probiere ich es mit einer sanften Berührung am Arm. Doch da zuckt Frau Eberle zusammen. Oh, jetzt habe ich sie erschreckt, das wollte ich nicht. Ich spreche leise zu ihr, aber ihre Anspannung löst sich nicht. Vielleicht war die Berührung, ohne dass sie darauf vorbereitet war, doch zu plötzlich für Frau Eberle. Mit unvermittelten Berührungen werde ich in Zukunft vorsichtiger sein.

Bevor ich das nächste Mal zu ihr gehe, beschäftige ich mich nun mit der Frage, weshalb Menschen mit

Demenz oft auf Ansprache nicht reagieren, und was man in einer solchen Situation machen kann. Folgendes finde ich heraus: Mit einer demenziellen Veränderung verliert der Mensch die Fähigkeit, Sinneseindrücke selbständig miteinander zu verbinden und Schlüsse daraus zu ziehen. In seinem Inneren geht vieles durcheinander: Ihm ist warm, aber er weiss nicht warum, denn er bringt dieses Gefühl nicht in Verbindung mit der Sonne, die scheint, oder der Strickjacke, die er trägt. Genauso bringt er die Stimme, die er ausserhalb seines Blickfeldes hört nicht damit in Zusammenhang, dass er angesprochen und gemeint ist. Deshalb hat Frau Eberle also keine Reaktion gezeigt. Weiterhin beschäftige ich mit dem Hören bei demenzieller Veränderung. Und finde heraus: Wenn nicht eine zusätzliche Schwerhörigkeit vorliegt, ist es nicht beeinträchtigt. Also ist Frau Eberle genauso sensibel für den Klang einer Stimme wie jeder andere Mensch auch. Und niemand hat es gern, wenn er zur Begrüssung oder auch ansonsten zu laut angesprochen wird. Dann ziehen die meisten sich zurück oder werden ebenfalls aggressiv. Ich werde also meine Lautstärke in Zukunft wieder drosseln.



Im Blickpunkt

Frau Eberle braucht es also, dass ich ihre Sinne für sie in Verbindung setze, dass sie beispielsweise das, was sie hört, auch sieht. Oder auch, dass sie erst jemanden sieht, bevor sie berührt wird. «Sensorische Koordination» nenne ich diesen Vorgang. Mit meinen Überlegungen gehe ich am nächsten Morgen nun leise sprechend auf Frau Eberle zu. Ich weiss, dass sie meine Stimme noch nicht als Ansprache zuordnen kann, aber ich weiss auch, dass eine freundliche, ruhige Stimme in

der Regel gerne gehört wird. Danach trete ich – weiterhin leise sprechend – in ihr Gesichtsfeld und beuge mich dafür zu ihr hinunter. Wird sie mir ihre Augen zuwenden? Nein, sie starrt weiterhin auf den Boden, so als ob ihr Blick in einem Tunnel gefangen ist. Also hocke ich mich hin und suche ihre Augen, immer noch leise und freundlich sprechend: «Guten Morgen, ich grüsse Sie, Frau Eberle». Währenddessen stimme ich die letzten Zentimeter ab, bis ich ihren Blick gefunden habe und direkt in ihre Augen schaue. Noch ist ihr Blick verschwommen, doch dann stellt er sich plötzlich scharf. Wir schauen uns nun beide an. Und mit einem Mal tritt ein kleines Lächeln in ihr Gesicht. Endlich hat sie verstanden, dass ich sie ansprechen möchte, dass sie gemeint ist. Was lerne ich daraus? Erst als ich meine Art und Weise, auf sie zuzugehen, auf ihre Möglichkeiten abgestimmt habe, konnte sie mich erkennen und mit einem Lächeln antworten.

Und wie sehr sie es nun geniesst, dass jemand zu ihr gekommen und bei ihr ist, der sie aus ihrer Verlorenheit in Zeit und Raum befreit und ihr gleichzeitig einen sicheren Halt gibt! «Der Mensch wird am Du zum Ich», sagt der Philosoph Martin Buber, und genau das erlebe ich heute bei Frau Eberle. Indem ich sie suche und schliesslich finde, kann sie aufleben. Nun geschieht etwas sehr Seltenes. Frau Eberle streckt ihre Hand nach mir aus und spricht: «Ich kenne Sie, mit Ihnen komme ich mit.» Wir lächeln uns an und halten uns an den Händen. Natürlich erinnert sie sich nicht an mich, ich bin auf diese Art und Weise zum ersten Mal bei ihr. Aber wovon spricht



Ohne Worte – nonverbale Kommunikation zwischen Hund und Mensch: Auch ein Blickkontakt mit einem Hund kann das Wohlfühlhormon Oxytocin freisetzen und uns in ein extrem hohes Glücksgefühl versetzen

sie denn? «Ich erkenne sie und daher kenne ich Sie» – vielleicht steckt das dahinter. Und dann folgt noch ein Satz, ganz klar und eindeutig, trotz ihrer sonstigen Verlorenheit. «Die anderen sind immer so schnell und sind so weit weg.» Wie sehr hatte ich Frau Eberle mit meiner Begrüssung an den anderen Tagen wohl überfordert, «so weit weg» war ich für sie, und da ich sie nicht erreichte, konnte keine Verbindung entstehen, und alles, was ich dann tat, war ausserhalb ihrer Welt, «so weit weg und so schnell».

Erfahrungen mit vielen hunderten von Menschen über mehr als zwanzig Jahre und der Wunsch, sie zu erreichen und auch ohne Worte mit ihnen in Verbindung zu treten, haben mich dazu gebracht, mich intensiv mit der Sprache des Körpers zu beschäftigen. Denn so lange der Mensch lebt, spricht sein Körper. Vielleicht anders, als wir es gewohnt sind, aber doch bis zum letzten Atemzug.

«Kommunikation ohne Worte – KoW®» heisst das Interaktionskonzept, welches daraus entstanden ist.

Im Februar 2020 war ich im Haus Herbstztylos eingeladen, um die Mitarbeiter*innen darin zu schulen, die Sprache des Körpers zu lesen und zu nutzen, damit sich leiblich-sinnliche Begegnungsräume öffnen, in denen auch jenseits des Denkens Dialog möglich ist.

www.kommunikation-ohne-worte.de