

# Zehn häufige Fragen zur Kommunikation bei Demenz

Eine Demenzerkrankung verändert nebst dem Gedächtnis auch die sprachlichen Fähigkeiten. Hier finden Sie Antworten und Tipps zur Kommunikation mit Menschen mit Demenz.

## 1 Warum verändert sich die Kommunikation bei Demenz?

Bei Alzheimer und anderen Demenzformen sterben im Gehirn allmählich Nervenzellen ab. Diese strukturellen Veränderungen betreffen auch Hirnregionen, die für die Sprachfähigkeit wichtig sind. Mit zunehmendem Abbau der kognitiven Fähigkeiten können Menschen mit Demenz sich z.B. die Gesprächsinhalte nicht mehr merken und stellen so wiederholt dieselbe Frage.

## 2 Wie verändert sich die Kommunikation bei einer Demenzerkrankung?

Zu Beginn ist Sprechen noch möglich, doch erste Einschränkungen treten auf: Die Person wiederholt eine Aussage mehrmals oder sie findet das passende Wort nicht. Bei einer Demenz im mittleren Stadium sind die Denk- und Gedächtnislücken deutlich zu erkennen. Oft bemerken Erkrankte den geistigen Abbau und versuchen, ihn zu verbergen: Sie überspielen Missgeschicke oder machen ihrer Umgebung Vorwürfe. Im fortgeschrittenen Stadium geht die verbale Sprache oft verloren und die erkrankte Person drückt ihre Bedürfnisse über die Körpersprache aus.

## 3 Wie kann ich Menschen mit Demenz kommunikativ unterstützen?

Gewinnen Sie die volle Aufmerksamkeit der Person, be-

vor Sie ein Gespräch anfangen. Suchen Sie den Blickkontakt auf Augenhöhe und lächeln Sie. Sprechen Sie langsam und deutlich. Verwenden Sie kurze und einfache Sätze mit nur einer Aussage. Machen Sie Sprechpausen. Wiederholen Sie wichtige Informationen und unterstützen Sie Botschaften mit Gesten und Gesichtsausdruck.

## 4 Wie reagieren, wenn die Person das richtige Wort nicht findet?

Geben Sie der betroffenen Person Zeit und ermutigen Sie sie. Üben Sie keinen Druck aus und sprechen Sie nicht für die Person. Korrigieren Sie unverständliche oder falsche Aussagen nicht, da dies zu Scham und Rückzug führen kann und keine Verbesserungen mit sich bringt. Loben Sie stattdessen das, was weiterhin gelingt.

## 5 Wie stelle ich Fragen, um die Antwort zu erleichtern?

Stellen Sie stets immer nur eine Frage. Im fortgeschrittenen Stadium bereitet es Menschen mit Demenz oft Mühe, offene Fragen mit «Warum, Weshalb, Wann oder Wo» zu beantworten. Stellen Sie deshalb Fragen, die sich mit «Ja» oder «Nein» beantworten lassen. Formulieren Sie Ihre Frage positiv. Geben Sie Ihrem Gegenüber ausreichend Zeit, um zu antworten.



## 6 Wie reagieren, wenn die Person Dinge sagt, die nicht zutreffen?

Nehmen Sie eventuelle Vorwürfe und Anschuldigungen nicht persönlich. Bleiben Sie ruhig und hören Sie sich diese an, ohne zu diskutieren, zu widersprechen oder zuzustimmen. Denken Sie daran, dass diese Person sich nicht absichtlich so verhält, sondern dass die Ursache die krankheitsbedingten Veränderungen im Gehirn sind.

## 7 Wie antworten, wenn die Person immer wieder die gleiche Frage stellt?

Antworten Sie ruhig, selbst wenn Sie dieselbe Frage bereits mehrmals beantwortet haben. Versuchen Sie, die Person nach der Beantwortung der Frage mit einer anderen Aktivität abzulenken oder das Thema zu wechseln. Vermeiden Sie es, die erkrankte Person wegen Wiederholungen zu kritisieren, da dies Frustration und Ärger hervorrufen kann.

## 8 Wie gehe ich mit emotionalen Ausbrüchen wie Wut oder Enthemmung um?

Versuchen Sie, ruhig zu bleiben und reagieren Sie nicht direkt auf die Äusserungen. Ignorieren Sie nicht die Person, sondern nur den Inhalt. Nehmen Sie die Gefühle der erkrankten Person ernst und lenken Sie ihre Aufmerksamkeit behutsam auf ein anderes Thema. Falls solche Verhaltensweisen regelmässig vorkommen,

informieren Sie Ihr Umfeld und erklären Sie, dass diese durch die Erkrankung ausgelöst werden.

## 9 Welche Rolle spielt die Umgebung für die Kommunikation?

Eine Umgebung mit vielen Geräuschen und visuellen Ablenkungen erschwert die Kommunikation mit Menschen mit Demenz. Achten Sie deshalb auf eine reizarme Umgebung ohne laute Hintergrundgeräusche (z.B. Fernseher, Radio oder viele Menschen) und grelles Licht. Eine ruhige, vertraute und stressfreie Umgebung unterstützt die erkrankte Person dabei, sich zu konzentrieren, einem Gespräch zu folgen und dieses zu verstehen.

## 10 Wie kann man kommunizieren, wenn der verbale Austausch nicht mehr möglich ist?

Wenn die verbale Sprache verloren geht, wird die non-verbale Kommunikation umso wichtiger. Man kann mit Gesten, dem Gesichtsausdruck oder der Körperhaltung kommunizieren. Dabei sollen die Gesten sanft sein, damit sich die Person sicher und geborgen fühlt. Auch die Mimik spielt eine zentrale Rolle, um das Gesagte zu unterstützen. Bei Unzufriedenheit können Sie z.B. die Stirn runzeln oder bei Freude lächeln. Auch die Stimme bleibt wichtig. Reden Sie deshalb weiter mit der erkrankten Person, auch wenn sie nicht antworten kann.



## Haben Sie weitere Fragen?

Wir beraten Sie gerne persönlich:

Alzheimer Schweiz  
Gurtengasse 3  
3011 Bern

Tel. 058 058 80 20  
info@alz.ch  
alz.ch

© Alzheimer Schweiz 2024



## Ihre Spende für ein gutes Leben mit Demenz

IBAN CH33 0900 0000 1000 6940 8

Jetzt mit **TWINT**

spenden.

QR-Code mit der TWINT App scannen, Betrag und Spende bestätigen.

