

# Inhalt

Nachricht von einem Demenz-Erkrankten 12

Vorwort 15

Einführung 17

1 Wenn die Diagnose bestätigt wird 20

Wie man sich vorbereitet 22

Wie man ein Team wird 23

Über Stigma reden 24

Freunden und Familie Bescheid sagen 25

Arbeitskollegen Bescheid sagen 26

Anderen Leuten Bescheid sagen 27

Den Alltag bestreiten 27

Mit Spezialisten kommunizieren 28

Ein Lebensbuch 29

2 Ihre neue Rolle als Pfleger 31

Sich um sich selbst kümmern 31

Mit Wut umgehen können 32

Stress und Erschöpfung 33

Einer Selbsthilfegruppe beitreten 34

Ein normales Leben führen 35

3 Für professionelle Pfleger/-innen 36

Anfangen 37

Einander kennenlernen 38

Kommunikation über verschiedene Kulturen hinweg 39

Unterschiedliche Generationen 39

Ihre Pflichten 40

Ablehnung der Demenz-Diagnose 40

Mit der Familie des Klienten kommunizieren 42

Gehen Sie davon aus, zu Beginn außen vor gelassen zu werden 43

## 4 Arten und Symptome von Demenz 45

- Die Alzheimer-Krankheit 47
- Vaskuläre Demenz 48
- Lewy-Körper-Demenz 49
- Frontotemporale Demenz 50
- Parkinson-Demenz 51
- Alkoholdemenz 52
- Symptome von Demenz 53

## 5 Tagebuch führen 56

- Eine regelmäßige Übung 56
- Tagebucheinträge 57
- Was man festhalten kann 57
- Vor der Person schreiben 59
- Wie man »mit sich selbst redet« 60
- Vorteile des Tagebuchführens 60

## 6 Gefühle und Kommunikation 64

- Ihre Gefühle identifizieren 65
- Machen Sie von Ihrer Intuition Gebrauch 66
- Eigene Gefühle erkennen 67
- Teilen Sie Ihre Gefühle mit 68

## 7 Kommunikationsbarrieren 70

- Sprechschwierigkeiten 70
- Verlust von Wörtern 72
- Partieller oder totaler Sprachverlust 74
- Nuscheln 75
- Hörsturz 75
- Blindheit 76
- Schlechte Laune und Depression 78

## 8 Grundlegende Regeln für gute Kommunikation 81

Halten Sie Stimulationen aufrecht 81

Mutmaßen Sie nicht 83

Klarstellen 84

Lachen Sie 87

Haben Sie Geduld 88

Reagieren Sie auf Bedürfnisse 88

## 9 Effektiv sprechen 90

Verwenden Sie eine positive Sprache 90

Seien Sie verständnisvoll 91

Seien Sie höflich, respektvoll und freundlich 92

Verwenden Sie eine einfache, ungezwungene Sprache 93

Verwenden Sie kurze Sätze 94

Vermeiden Sie es, zu korrigieren 95

Vermeiden Sie Redewendungen 97

Vermeiden Sie Fachsprache 98

Übermitteln Sie eine Nachricht nach der anderen 98

Machen Sie in Gesprächen lange Pausen 100

Gehen Sie sparsam mit Fragen um 101

Stellen Sie Ja-oder-Nein-Fragen 103

Stellen Sie gelegentlich offene Fragen 104

## 10 »Ich«- und »Du«-Botschaften 106

Mit negativen Gefühlen umgehen 108

## 11 Reflektiertes Zuhören 111

Ihre Handlungen beobachten 113

Den Sinn hinter undeutlich Gesprochenem erkennen 114

Wenn sie kein Wort herausbekommen 115

Gefühle erkennen 116

Unbefriedigende Ergebnisse akzeptieren 117

## 12 Körpersprache 119

- Gesichtsausdrücke und Kopfbewegungen 119
- Einige typische Gesichtsausdrücke 121
- Körperhaltung und Bewegungen 124
- Wenn die Person nicht reagiert 125
- Gesten 126
- Körpersprache verstehen 128
- Anzeichen schlechter Gesundheit 129
- Bedürfnisse und Gefühle kommunizieren 130
- Machen Sie von Ihrem Tagebuch Gebrauch 131

## 13 Der Umgang mit schwierigem Verhalten 133

- Zeichen von Aggression 133
- Unruhe bei Einbruch der Dunkelheit 134
- Auf Aggression reagieren 135
- Halluzinationen 142
- Sexuelle Botschaften 144

## 14 Weitere Tipps für eine bessere Kommunikation 148

- Ausgedruckte Botschaften 148
- Computer, Smartphones und Tablets verwenden 149
- Wie man mit Wiederholungen umgeht 149
- Mit »Echo« umgehen 152
- Gehen Sie vorsichtig mit Berührungen um 152
- Kommunizieren Sie, indem Sie gemeinsam Sachen machen 153
- Aus der Ferne Liebe schicken 154
- Letzte Etappen der Kommunikation 155
- Verabschiedung 157

## 15 Zusammenfassung 158

Danksagung 160

Bibliografie 161