

Unterstützte Kommunikation bei Demenz

Hilfen im Alltag und bei der Kommunikation

Sabrina Beer, Rosy Geller

1 Hintergrund

Demenzkrankungen nehmen erheblich zu (Alzheimer's Disease International 2018) und stellen uns alle vor Herausforderungen, was z.B. die Betreuung, die Therapie und die Lebensqualität angehen. In der Praxis und Beratungsstelle für Unterstützte Kommunikation „logBUK“ werden immer wieder KlientenInnen und ihr Umfeld mit dementiellen Erkrankungen begleitet. Dabei werden Möglichkeiten gesucht, um Betroffene, aber auch Angehörige und das Betreuungsumfeld zu unterstützen. In diesem Artikel soll ein Überblick über mögliche Symptome von dementiellen Erkrankungen gegeben und Möglichkeiten aufgezeigt werden, wie der Alltag und die Kommunikation erleichtert werden können. Dabei werden Beispiele aus der Literatur berücksichtigt, ebenso wie persönliche Erfahrungen aus der täglichen Arbeit.

2 Definition und Symptome

Demenz bezeichnet das Auftreten bestimmter Symptome, die unterschiedlichste Ursachen haben können. Es gibt unterschiedliche Krankheitsformen (z.B. Alzheimer-Krankheit oder vaskuläre Demenz). Allen Demenzformen gemeinsam ist die anhaltende und/oder fortschreitende Beeinträchtigung des Gedächtnisses, des Denkens und/oder anderer Hirnleistungen. Oft treten weitere Symptome auf wie:

- Vergesslichkeit und Geistesabwesenheit,
- Müdigkeit,
- Schwierigkeit beim Erinnern bekannter Wörter,
- Unvermögen, Neues zu erlernen,
- Veränderung des Urteilsvermögens und des Sozialverhaltens,
- Schwindendes Gedächtnis,
- Abbau von motorischen Fähigkeiten,
- Ruhelosigkeit,
- Abnehmende sprachliche Fähigkeiten,
- Und noch weitere

(Baer & Schotte-Langen 2013, Alzheimer's Disease International 2018, Limacher-Grepper & Leonhardt 2014).

3 Allgemeine Unterstützungsmöglichkeiten

Demenz kann nicht geheilt werden. Es gibt jedoch verschiedene Möglichkeiten der Unterstützung. Eine Maßnahme kann sein, den Tagesablauf überschaubar und gleichmäßig zu gestalten, so dass sich eine gewisse Routine einstellen kann. Auch das Beibehalten des gewohnten Lebensraumes gibt den Betroffenen Sicherheit und Kontinuität, da sie die örtlichen Begebenheiten kennen und verinnerlicht haben. Förderlich ist es darüber hinaus Gewohnheiten und körperlicher Aktivität zu erhalten, sowie potentielle Gefahrenquellen (Stolperfallen, Herd, ...) einzugrenzen. Wenn immer möglich sollten Aufgaben (z.B. Gartenarbeit, Abwasch, Tisch decken, ...) übertragen und das Alltagsleben so gestaltet werden, dass sich die Betroffenen einbezogen fühlen.

Die Information des Umfeldes ist für beide Seiten ein Zugewinn. Zu einem kann das Umfeld nach entsprechender Information den Alltag der Betroffenen gestalten und erlebt sich als hilfreich im Umgang mit der Demenz. Zum anderen können die Betroffenen sich leichter

zurechtfinden und mögliche Hindernisse werden minimiert. Dazu gehört z.B. auch, die Angehörigen zu darauf hinzuweisen, dass es hilfreich sein kann, sich die Lieblingsverstecke zu merken (da häufig an gleichen Orten Sachen abgelegt werden), Kopien von wichtigen Dokumenten zu machen (um sie im Fall des Verlegens zu haben), Schlüssel abzuziehen oder Nachschlüssel anfertigen zu lassen (damit ein Zugang immer gewährleistet ist), sowie bei Weglauftendenzen ein Armband mit Namen und Adressen den Betroffenen anzulegen. (Baer & Schotte-Langen 2013, Limacher-Grepper & Leonhardt 2014)

4 Herausforderungen & Strategien in der Kommunikation

Häufig kommt es im Verlauf einer dementiellen Erkrankung zu Herausforderungen in der Kommunikation. Diese können sehr belastend für das Umfeld, aber auch für die Betroffenen sein und erfordern ein sensibles Vorgehen. Folgende Beobachtungen lassen sich häufig machen:

- Die Person wiederholt häufig ein und dieselbe Frage.
- Sie erzählt immer wieder dasselbe.
- Sie hat Probleme damit ein Gespräch zu beginnen und den Verlauf zu steuern.
- Sie verliert immer wieder den roten Faden im Gespräch.
- Sie hat Probleme sich an Namen von Menschen, Orten oder Objekten zu erinnern.
- Die Person ändert oftmals unpassend das Thema eines Gesprächs.
- Sie kann einem Fernsehprogramm nicht gut folgen.
- Sie spricht überwiegend von der Vergangenheit.
- Sie beginnt etwas zu erzählen und vergisst dann, über was sie gesprochen hat.
- Die Person behauptet Dinge, die nicht der Wahrheit entsprechen.
- Sie gibt die Lese- und Schreibaktivität auf.

(Limacher-Grepper & Leonhardt 2014, Baer & Schotte-Langen 2013, Brenner 2014)

Wie kann auf diese Kommunikationsprobleme reagiert werden? Folgende Strategien können hier einen Lösungsansatz bieten:

Vermeide Konfrontation

Immer wieder kehrende Aussagen oder Fragen führen dazu, dass das Umfeld genervt ist und sich zu Aussagen wie den folgenden hinreißen lässt:

- Das haben Sie schon mehrfach gefragt.
- Sie gehen doch gar nicht mehr arbeiten.
- Wissen sie denn dazu gar nichts zu sagen?
- Sie müssen doch wissen was Sie heute Mittag gegessen haben!
- Das habe ich jetzt oft genug gehört.
- Sie kennen das Wort, denken Sie nochmal nach!

Dies führt jedoch dazu, dass die Betroffenen sich ihrer Symptome wieder und wieder bewusst und in eine Abwehrhaltung gedrängt werden und/oder ärgerlich reagieren. Deshalb ist es empfehlenswert oben genannte Aussagen zu vermeiden.

Geschickter ist es, zweckmäßig zu agieren:

- Erwähnen Sie Termine oder Verabredungen erst kurz bevor sie stattfinden.
- Sprechen Sie in einfachen, kurzen Sätzen.
- Versuchen Sie die Aufmerksamkeit auf etwas anderes zu lenken, indem Sie evtl. eine Aktivität anbieten (Blumen gießen, Kaffee kochen, etc.).
- Verwenden Sie ein Erinnerungsalbum/Tagebuch.
- Versuchen Sie den Menschen mit Demenz daran zu erinnern was er gerade gesagt hat. Dadurch gewinnt er „den roten Faden“ zurück.
- Helfen Sie bei Wortfindungsschwierigkeiten.

Spreche Gefühle an

Häufig zeigen sich Menschen mit Demenzerkrankungen emotional aufgewühlt, in diesen Situationen kann es helfen gegenwärtige Gefühle anzusprechen:

- Sie vermissen ihre Arbeit anscheinend sehr, sie hat ihnen sicherlich viel Spaß gemacht.
- Das scheint sie aber traurig zu machen.
- Es tut mir leid, dass Sie so verärgert sind.
- Sie sehen so besorgt aus, was beschäftigt Sie?

Spende Verständnis, Trost und Kraft

Kommt es zum Stillstand des Gesprächs oder suchen die Betroffenen nach Wörtern bzw. Erinnerungen, hilft es Verständnis für die auftretende Stille zu zeigen und dies ggf. auch zu versprachlichen, z.B. durch:

- Manchmal weiß man nicht was man sagen soll, richtig?
- Es macht Ihnen zu schaffen, dass Sie das Datum vergessen haben, das passiert mir auch manchmal.

Wichtig ist, sich immer wieder in Erinnerung zu rufen, dass durch alle Phasen der Demenz der Wunsch nach Kommunikation bestehen bleibt, d.h.:

- Die Emotionen bleiben.
- Wer zum Schluss nicht mehr reden kann, möchte angesprochen werden.
- Jeder möchte ernst genommen und wertgeschätzt werden.
- Mimik und Gestik des Umfeldes werden wahrgenommen.
- Oftmals besteht eine große Sensibilität für Atmosphäre und Stimmung.

Unterstützend begleiten kann das Umfeld hier, indem es die Verantwortung für die Führung von Gesprächen übernimmt und Lesen und Schreiben so lange wie möglich aufrechterhalten werden (z.B. durch Gestaltung eines Biografie-Buches, Tagebucheinträge, beschrifteten von Fotoalben, Einkaufszettel, etc.) und der Führung der nichtsprechenden Person folgen.

Einige wichtige, allgemeingültigen Faktoren sind hier:

- Aufmerksamkeit gegenüber der Person und ihrer Kommunikationszeichen halten.
- Gelegenheiten zur Kommunikation bewusst nutzen bzw. schaffen.
- Kommunikationsversuche erkennen und „belohnen“.
- Der Person ausreichend Zeit lassen, um das Gesagte zu verarbeiten und zu antworten.
- Das Sprachniveau anpassen, d.h evtl. kurze, deutliche Sätze, Sprechtempo anpassen.
- Unvollständige Sätze als Zeichen von Verständnis vollständig wiederholen oder nur den Teil der Aussage wiederholen, der verstanden wurde.
- Im Blickfeld sprechen.
- Über Dinge von früher sprechen, bei denen die Person sich nicht irren oder vertun kann.
- In Entscheidungen einbeziehen.
- Klare Frage stellen (keine Oder-Fragen / Warum-Fragen).
- Nicht zwei Dinge gleichzeitig machen / mehrteilige Aussagen bzw. Aufgaben stellen.

Die Betroffenen sollen sich selbst als kompetent erleben: Ich kann etwas / wir können zusammen etwas. Des Weiteren sollen sie erfahren: Ich weiß etwas / wir sind an etwas Interessantem dran. Und sie sollen Orientierung erhalten: Ich kann mich / etwas kontrollieren/ wir sind nicht ausgeliefert.

(Baer & Schotte-Langen 2013)

5 Hilfen zur Orientierung und Strukturierung

Eine Möglichkeit der Unterstützten Kommunikation im Feld der Demenzerkrankungen ist es Hilfen zur Orientierung und Strukturierung bereit zu stellen, um die Selbständigkeit und Selbstwirksamkeit solange wie möglich zu erhalten bzw. zu befähigen. Hierbei gilt herauszufinden, von welchen Unterstützungsoptionen die Person profitiert und was zweckmäßig ist. Die Umsetzung richtet sich nach dem Bedarf der Hilfestellung und den Präferenzen der betroffenen Person und des Umfeldes. Hier einige Ideen:

Visualisierung von Tagesplänen, Wochenplanung, Aufgaben z.B. durch

- Anbringen von Klettsymbolen auf der Uhr,
- Memodayplanner (Board zum Beschriften / Anbringen von Symbolen und einer integrierten Uhr, die in Form von vertikal angeordneten Lichtpunkten die verbleibende Tageszeit veranschaulicht,
- Klettplan und Symbolkarten (siehe Abb. 1),
- Wochenkalender mit Einträgen,
- Pictogenda,
- Aufgabenliste, Einkaufsliste zum Abhaken oder Abkletten, ...

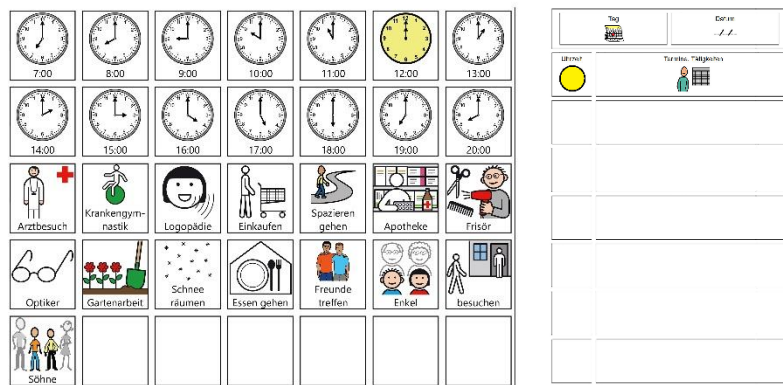


Abb.1 Tagesplan mit Symbolen

Darstellen von Handlungsabläufen z.B. durch

- Visualisierte Einzelkarten oder Übersichtsblatt, ggf. mit verbalen Anweisungen (z.B. durch AnyBookReader) (siehe Abb. 2),
- Sprachbilderrahmen mit Handlungsschritten (Leiste mit 6 integrierten Feldern mit Sprachausgabe, z.B. von Ariadne; alternativ sprechende Einzeltasten z.B. Hexapoints)
- Step by Step mit aufgesprochenen Teilschritten,
- Teilschritte auf dem Go Talk / QuickTalker oder GoTalkNow.



Abb.2 Handlungsablauf

Bebildern von Türen und Schränken

Hier gilt es darauf zu achten, dass es eine Innen- und Außenseite gibt. Wird die Schranktür geöffnet, ist die Bebilderung nicht mehr ersichtlich, z.B. Küchenschränke, Kleiderschrank, Bad...

Anlegen eines Tagebuchs

Solange irgendwie möglich, sollte dies in schriftlicher Form erfolgen, dann ggf. mit Bildunterstützung oder mit Symbolen. Ebenfalls behilflich sein, kann hier die Fotofunktion des Mobiltelefons oder Tablets., Ggf, lässt sich auch ein digitales Tagebuch anlegen (z.B. in Book Creator oder in GoTalkNow).

Information über Datum und wichtige Tagesereignisse

Dies kann durch Aufnahmen der Information auf sprechende Tasten (mit / ohne Symbol oder Bild)erfolgen, über das Markieren des Kalenders mit einer Schiebeleiste, aber auch der AnyBookReader kann hier zum Einsatz kommen (Fotos / Kalendereinträge versprachlichen, Informationen zum heutigen Tag, ...)

Alarmierung bei Verlassen

Bei Weglauftendenzen eignen sich ggf. Alarmtrittmatten (z.B. Easywave). Diese können z.B. vor das Bett, an die Haustür, etc. gelegt werden. Tritt man darauf wird ein akustisches Signal per Funk an einen Empfänger geleitet. So weiß man, wenn derjenige aktiv wird. (Bourgeois 2014, Limacher-Grepper & Leonhardt 2014, Brenner 2014)

6 Unterstützung in der Kommunikation

Hier gilt es den Blick auf die Teilhabe und den wertschätzenden Umgang mit der betroffenen Person zu richten. Damit Methoden der Unterstützten Kommunikation erfolgreich sein können, sollten sie schon frühzeitig eingesetzt werden. So können diese verinnerlicht werden, solange noch eine Aufnahme von Informationen möglich ist. Je nach Verlauf und Stadium der Erkrankung wird sich die Art der Kommunikation und der Hilfestellung verändern. Sie können z.B.

- Sprachliche Äußerungen unterstützen,
- Der Initiierung von Gesprächen dienen,
- Helfen, das Thema einzugrenzen,
- Der Sicherung von Sachverhalten dienen,
- Ja/ Nein, Halt, etc. ermöglichen,
- Verständnis sichern,
- Gesprächsanreize schaffen.

Abschließend werdenveinige UK-Ideen aus unserer Arbeit mit dementiell erkrankten Klienten vorgestellt , welche dazu beitragen können, die kommunikativen Fähigkeiten so lange wie möglich zu erhalten:

Bedeutsame Aktivitäten /Themen bestimmen, auswählen und erarbeiten (siehe Abb. 3)

Hierbei können Momentaufnahmen oder auch eine Bildersuche im Internet zum jeweiligen Thema hilfreich sein. Gemeinsam mit der Person wird überlegt und erarbeitet, welches Vokabular, Sätze und Floskeln für die jeweilige Situation gebraucht werden. Unter Einbezug aller Möglichkeiten, die dienlich sind, z.B. Wortkarten, Gesten, Symbole, Einsatz von elektronischen Hilfen wird ein Weg gesucht, wie die Kommunikation für die Aktivität unterstützt werden kann.



Abb.3 Aktivitäten auswählen

Biographie-Buch erstellen

Diese lassen sich in Papierform oder digitaler Form mit Sprachausgabe, z.B. AnyBookReader, BookCreator, GoTalkNow, usw. erstellen.

Pragmatisch orientierte Kommunikationsbücher oder -tafeln

Sie bieten die Möglichkeit, über "pragmatische Starter" sich einem Thema anzunähern und stellen damit einen intuitiven Kommunikationsweg zur Verfügung, der Kommunikationspartner kann hier Modell sein und Unterstützung anbieten.

Erinnerungsbox

z.B. mit Postkarten, Urlaub, wichtige Gegenstände, Gesellenbrief, Auch diese können mit dem AnyBookReader, sprechenden Tasten oder auf elektronischen Kommunikationsgeräten zusätzlich noch versprachlicht werden.

Fotos von Ereignissen, Fotoalben

Auch diese lassen sich mit dem AnyBookReader, sprechenden Tasten oder in Apps und tabletbasierten Geräten (z.B. Pictello, BookCreator, GoTalkNow, ...) zusätzlich noch versprachlichen.

Anleitung des Umfeldes

Hier können die 10 Partnerstrategien aus dem COCP-Modell dienen. Mit zunehmendem Krankheitsverlauf können auch Methoden wie Intensive Interaktion und Basale Kommunikation Anwendung finden.

(Bourgeois 2014, Limacher-Grepper & Leonhardt 2014, Brenner 2014, Beer 2019)

7 Fazit & Ausblick

Eine Demenzerkrankung fordert viel und zeigt unterschiedliche Ausprägungen und Symptome. Gemeinsam mit den Betroffenen und dem Umfeld muss evaluiert und erprobt werden, welche Hilfen und Methoden hilfreich sind. Die vorgestellten Aspekte und Möglichkeiten sollen hierbei als Ideenkorb dienen. Die Person selber und das Umfeld benötigen häufig Begleitung und Anleitung. Die Inhalte und die Art der Kommunikation und Unterstützung müssen an den Krankheitsverlauf und das tägliche Leben angepasst und aktualisiert werden. Gerade in den letzten Jahren entwickeln sich Technik und Unterstützungsmöglichkeiten in einem hohen Tempo, daher sind die vorgestellten Möglichkeiten eine Momentaufnahme.

Anmerkung der Autorinnen:

Der Blog „Uk-im-Blick“ (<https://www.uk-im-blick.de/>) beschäftigt sich mit dem Thema UK bei erworbenen Kommunikationsbeeinträchtigungen im Erwachsenenalter und dient als Informationsportal. Dort werden bei Weiterentwicklung neue Aspekte hinzugefügt, es gibt eine Materialsammlung und die Möglichkeit zum Austausch. Auch zum Thema Demenz.

Literaturverzeichnis

- Alzheimer's Disease International (ADI) (2018). World Alzheimer Report 2018. London. <https://www.alz.co.uk/research/WorldAlzheimerReport2018.pdf>. letzter Aufruf: 03.08.2019
- Baer, Udo & Schotte-Lange, Gabi (2013): Das Herz wird nicht dement: Rat für Pflegende und Angehörige. Weinheim: Beltz Verlag
- Beer, Sabrina (2019): Aktivitätenorientiertes Vorgehen in der Aphasietherapie. forum:logopädie, Jg. 33, Heft 4/2019, 6-2
- Brenner, Sarah (2014): Unterstützte Kommunikation bei Demenz. In Unterstützte Kommunikation, Heft 3/2014, 14-17
- Bourgeois, Michelle S. (2014): Memory & Communication Aids for People with Dementia. Baltimore: Health Professions Press
- Limacher-Grepper, Sylvia. & Leonhardt Evelyne (2014): Unterstützte Kommunikation bei Demenzerkrankung. In: Gesellschaft für Unterstützte Kommunikation e.V. & von Loeper Literaturverlag (Hrsg.): Handbuch der Unterstützten Kommunikation. Karlsruhe: von Loeper Literaturverlag, 11.073.001-11.081.001

Kontaktinformationen

Autorin 1:

Titel	MSc.
Vorname	Sabrina
Name	Beer
Funktion/Beruf	Logopädin, MSc. Neurorehabilitation
Organisation	LogBUK GmbH Therapie und Beratungsstelle für UK
Adresse	Salinstr. 11a
PLZ, Ort	83022 Rosenheim
Tel.	08031-35 09 10
E-Mail	sabrina.beer@logbuk.de
Web	www.logbuk.de; www.uk-im-blick.de

Autorin 2:

Titel	
Vorname	Rosy
Name	Geller
Funktion/Beruf	Erzieherin, Kommunikationspädagogin
Organisation	LogBUK GmbH Therapie und Beratungsstelle für UK
Adresse	Napoleonsberg 124
PLZ, Ort	52076 Aachen Kornelimünster
Tel.	0241-60 85 97 81
E-Mail	Rosy.geller@logbuk.de
Web	www.logbuk.de; www.uk-im-blick.de