

# EMOTIONSPFLEGE

Nach dem Modell von Michael Wissussek

## Das Verstehen um das Vergessen

Emotionspflege, ist ein ganzheitliches Betreuungs- und Handlungsprinzip, welches den Umgang mit demenzkranken Menschen verständlicher macht, nicht urteilt und bewertet, sondern dem Erkranktem und deren Angehörigen mit Verständnis, Lösungsmöglichkeiten in menschlicher Fürsorge begegnet.

Für Angehörige und auch Fachkräfte ist es oft sehr schwer mit demenzkranken Menschen realitätsorientiert zu kommunizieren. Verwirrte alte Menschen lassen sich sehr stark von ihren eigenen Emotionen und den Gefühlen anderer leiten. Im Fortlauf der Demenz verlieren sie unsere gemeinsame Sprache und erkennen oft selbst enge Verwandte und nahestehende Personen nicht mehr. Kommen dann veränderte Situationen, Umstände oder Stress hinzu, reagieren sie oft mit Rückzug, Angst oder auch Aggression.

„Nur wer versteht,  
der kann sich auch verständigen“

## Der Grundsatz des Verstehens

Um mit einem Demenzkranken kommunizieren zu können, müssen Sie sich erst für seine Welt, seine Bedürfnisse und seine veränderte Persönlichkeit interessieren. So wirkt eine Umarmung, ein herzliches Lächeln und das Hineinfühlen in seine Ängste, Nöte und Sorgen oft um ein vielfaches mehr, als ein Medikament oder eine Anweisung.

Bedenken Sie aber, dass Sie den Angehörigen in seiner Sorge um seinen Schützling und in seiner belastenden Situation um die Krankheit Demenz, ebenfalls

**Emotionspflege** ist ein angewandtes Vor- und Fürsorgeprinzip für demenzkranke Menschen und deren Angehörige, welches die Gleichstellung der Bedürfnisse für den Betroffenen und dessen sozialem Umfeld, in psychosozialer Sicht wahrnimmt und in einem Entlastungsprinzip, biographisch und empathisch handelt.

## Verstehen Sie Anderländisch ?

*Als ANDERLÄNDISCH, bezeichnet die Emotionspflege die Sprache der Demenzkranken, welche sich in ihrer Welt, dem Anderland befinden.*

*Dieses Anderland ist für uns auf den ersten Blick kaum erreichbar und bringt meist ein hohes Maß an Wirren, welches die Alltagstruktur völlig aus der Fassung bringen kann. Eine psychosoziale Belastung, die sich stetig auf den Kranken reflektiert und oft wieder unverständliche Reaktionen hervorrufen kann.*

**Das Vokabular der Sprache liegt daher oft in der situativen Wahrnehmung und in der Biographie des Erkrankten.**

wahrnehmen und ihm mit der gleichen Fürsorge begegnen. Der Angehörige ist für Sie oft der Zugang zur Biographie des Betroffenen und sollte in der Betreuung des Demenzkranken aktiver Partner sein und über den Behandlungsplan auch eine tatsächliche Entlastung erfahren können.

Die Fürsorge und Wahrnehmung der Bedürfnisse, Nöte und Ängste aller Betroffenen steht an erster Stelle. Über das Vertrauensvotum, kann meist dann erst eine Betreuung realisiert werden.

## Regie und Handlung

Als Angehöriger und Betreuer haben Sie immer die Möglichkeit in diesem Stück mitzuspielen. Ein Demenzkranker wird sie gerne auf seiner Bühne begrüßen. Beachten Sie aber, dass die Handlung die Krankheit schreibt und der Erkrankte alleine Regie führt!

Im Verlauf der Demenz findet sich der Betroffene mehr und mehr in seiner eigenen Welt zurecht, verändert sein Empfinden und seine Wahrnehmung für unsere Realität. Je nach biographischem Verlauf, nach Erlebnissen, Traumata, Bedürfnissen oder Tagesverfassung verändert der Betroffene

Wir können nur Gast sein auf den Bühnen Demenzkranker und sollten uns auch als Gast verhalten !

## Die wertschätzende Grundhaltung

Sind wir in der Situation in der uns dieses Lebens-theater in seiner vorgefundenen Inszenierung über-fördert, sollten wir lernen in einer wertschätzenden Grundhaltung dem Menschen zu begegnen, gleich welche Rolle er uns gerade aus seiner inneren Er-lebniswelt spiegelt.

Wir dürfen nicht mit diesen gleichen, oft starken Gefühlen antworten, sondern müssen versuchen eine verständnisvolle Kommunikation mit dem Er-krankten zu finden. Diese Kommunikation muss für den Demenzkranken vertrauensvoll, ruhig und ver-ständlich sein. Sie kann und wird in vielen Fällen auch nonverbal sein. Im besten Fall sollte die Kom-munikation immer die Sprache der menschlichen Wärme, das Vertrauens und der Wertschätzung sein.

Geben Sie dem Demenzkranken die Chance, dass er Sie wahrnimmt und Ihnen Vertrauen schenkt!



*Erleben Sie die Neuinszenierung des Theaterstücks „ Demenz „ dessen tägliche Aufführung das Leben spielt ....*

sein Verhalten und spiegelt in unsere Realität oft ein unverständliches Verhalten, welches einem Schauspiel gleicht. Die Handlung oft bunt und fröhlich, manchmal auch grau und drama-tisch , immer aber dynamisch wie die Krankheit selbst. Wir stehen dem Theater oft fragend ge-genüber und müssen mit uns erst selbst einig werden, ob uns die Inszenierung heute gefällt. Ob uns die vom Betroffenen zugewiesene Rolle heute zusagt, ob wir sie bewältigen und spielen können?



*Das Kuschelprinzip als nonverbale Sprache des Verstehens und ver-standen werden.*

Demenz bedeutet eine Abnahme der Hirnleistungsfähigkeit. Vor allem bei der verbreiteten Form der Alzheimer Demenz sind die Bereiche des Gehirns betroffen, die für die kognitiven Fähigkeiten stehen. Für die Betroffenen bedeutet das, dass sie auf Grund der Erkrankung in zunehmendem Maße unsere Realität nicht mehr erkennen können, aber sie behalten ihre Realität und ihre Emotionen.

Stellen Sie sich vor heute spielt das Theater:

Eine Frau 81 Jahre alt, sitzt am Mittagstisch in der Tagespflege , weint plötzlich , verweigert das Essen und schluchzt energisch, dass sie sofort heim muss da ihre Mutter auf sie mit dem Essen wartet und schimpft wenn sie nach der Schule nicht heim-kommt und bei Fremden isst.

Mit eigentlich völlig vernünftigen Antworten wie „Überlegen sie doch mal, wie alt sie sind und wie alt dann ihre Mutter wäre“ trifft man nicht die Welt des dementen Gegenübers, sondern forciert u.U. ein aggressives, wütendes Verhalten beim Erkrankten.

## Individualität und Wiederholung

Demenz ist eine komplexe Krankheit, durch welche sich das Leben aller Angehörigen verändert. Aber gerade deshalb reicht es nicht, lediglich über die Symptome einer Demenzerkrankung aufzuklären. Für eine ausreichende Pflege und Betreuung eines Demenzkranken müssen physiologische, psychologische, soziale wie auch existentieller Aspekt beachtet werden!

Ohne eine individuelle Beschäftigung und das Trainieren geistiger Fähigkeiten besteht die Gefahr, dass ihnen die zu pflegende Person „entgleitet“, das kann immer wieder passieren.

Biographie bezogene Aktivierung fördert den emotionalen Zugang. Wiederholung und Training schafft Sicherheit und Vertrauen!

## Demenzspezifisches Aktivieren

Aktivierung, darf nicht nur ein Zeitvertreib sein! Der Betroffene wird sehr schnell die Freude daran verlieren, kann sich in keiner Weise mit einem Zeitvertreib identifizieren. Sie befremden ihn eher mit ihrem Wunsch und wenn Sie bedenken, dass ein Betroffener meist die Zeit nicht mehr wahrnehmen kann, sollte klar sein, eine sinnvolle Beschäftigung kann nur ein demenzspezifische Aktivierung sein! Planen Sie deshalb ihre Aktivierung gut vor, setzen Sie sich Zeiten der Wiederholung und des Trainings und gleichen Sie die Ressourcen und die situative Verfassung ihres Schützlings der Aktivierung an!

Aktivieren Sie niemals mit dem Vorsatz der Zielsetzung, sondern definieren Sie die Dauer und die Produktivität in der ganzheitlichen Wahrnehmung des Demenzkranken immer wieder neu.

Aktivierung und Bewegung kann Ersatz für Medikamente sein und fördert den Ausgleich.

Nutzen sie deshalb die Möglichkeiten den Demenzkranken biographiebezogene, tages- und jahreszeitaktuell und emotional zu aktivieren und zu validieren. Stellen sie regelmäßig geistig angepasste Aufgaben, sorgen sie für eine ruhige und entspannte Atmosphäre und begegnen sie dem Kranken in menschlicher Fürsorge um so eine vertrauensvolle Grundlage und Nähe zu schaffen. Wiederholen Sie ihre angewandte Technik in einer gleichbleibenden und regelmäßigen Struktur. Das Training und die Wiederholung des angewandten Prinzips gibt dem Betroffenen Sicherheit und verinnerlicht die Alltagsstruktur.

Wenn ihre zu pflegende Person als Folge seiner Erkrankung müde und antriebslos ist, gehört viel Sensibilität und Überzeugungskraft dazu den Kranken zu motivieren. **Motivation darf aber niemals Zwang sein!!**

Gewähren sie der zu pflegenden Person also auch Ruhe und seien sie sich immer bewusst, **Sie sind Gast in seinen Erlebniswelten.** Versuchen sie also mit Verständnis und einer ausgleichenden Struktur Zugang zum Patienten zu bekommen und als Begleiter zu agieren.

**Versuchen Sie ihren Schützling auf der Brücke ins Anderland abzuholen und zu begleiten. Wertschätzen Sie die Angehörigen im gleichen Maß, gewähren Sie der Familie Integration in ihre Planungen und Maßnahmen. Sorgen Sie für Information und eine ganzheitliche Für- und Vorsorge und garantieren Sie für Sicherheit und Vertrauen.**

### Stellen sie eine Biographie – Kiste zusammen

Füllen sie eine Kiste mit Gegenständen aus der Biographie ihres Schützlings. Das können Souvenirs aus früheren Urlaubsreisen sein. Ein gern getragenes Kleidungsstück wie ein bestimmter Schal. Gegenstände aus einem früher ausgeübten Hobby. Holen sie einzelne Gegenstände aus der Kiste heraus, und lassen sie sich von ihrem Schützling erzählen, welsche Bewandtnis es damit hat. Eine hervorragende Übung um das Gedächtnis zu trainieren und den Erkrankten zum Reden zu animieren

**Menschliche Kompetenz steht vor der fachlichen Kompetenz und Planung.**

### Sorgen Sie für Bewegung und Gespräche

Kombinieren Sie einen Spaziergang mit z.B. jahreszeitbezogenen Gesprächen. Lernen Sie in diesen Gesprächen zuzuhören und validieren Sie die Gespräche in den Themenwunsch des Betroffenen. Versuchen Sie im Gespräch Interessant zu bleiben und versuchen Sie den Gesprächsverlauf konfliktfrei zu halten. Die Kombination der Bewegung und des Gesprächs fördert den Betroffenen physisch und kognitiv und im Resultat kann der Demenzkranke seine innere Unruhe über die Bewegung kompensieren und eine persönliche Bindung zu Ihnen vertiefen.

### Demenz ist bunt!!

Vergessen Sie in ihrem neu erworbenen Wissen nicht den Humor. Über den Humor lässt sich so manche Situation entzerren. Vermitteln Sie auch den Angehörigen, dass Demenz nicht nur ein Schreckgespenst ist, sondern oft auch ein Bunt in der Symptomatik trägt. Werden Sie zum Freund für den Erkrankten und zum Kooperationspartner der Angehörigen.

### Sehen sie sich gemeinsam Fotoalben an

Nutzen sie Fotos von Familienfeiern oder Urlaubsreisen. Lassen sie sich erzählen, wer auf den Bildern zu sehen ist. Oder wo die Urlaubsbilder aufgenommen worden sind.

### Gehen sie zusammen einkaufen

Machen sie aus dem Besuch im Supermarkt eine Übung zum Gedächtnistraining. Lesen sie ihm nach Betreten des Ladens 5 Produkte vor, die sie kaufen wollen. Beginnen sie dann den Einkauf mit dem 6. Produkt auf ihrer Liste. Am Ende fragen sie ihn welche 5 Produkte noch fehlen. Falls das zu schwer ist hilft es beim Vorbeigehen auf die Produkte zu zeigen die er sich merken soll. Mit dieser Vorgehensweise machen sie aus einem gewöhnlichen Einkauf im Supermarkt ein Erfolgserlebnis.

### Vergessen Sie das Kuschneln nicht!!

Auch Menschen mit Demenz verlieren den Wunsch nach körperlicher Nähe nicht. Begegnen Sie ihrem Schützling deshalb auch mit Berührungen und mit Streicheleinheiten. Versuchen Sie einfach dem Betroffenen eine Rücken- oder Handmassage zu gönnen, oder setzen Sie sich einfach zu ihm und nehmen ihn in den Arm. Eine vielleicht erste Ablehnung sollte sie nicht vom erneuten Versuch abhalten! Oft sind es Ängste und Unsicherheiten beim Erkrankten die ihn blockieren. Spürt der Erkrankte jedoch auf emotionaler Ebene eine Sicherheit und ein Vertrauen in sie, wird er diese Nähe akzeptieren können und ggf. auch später ersehnen.

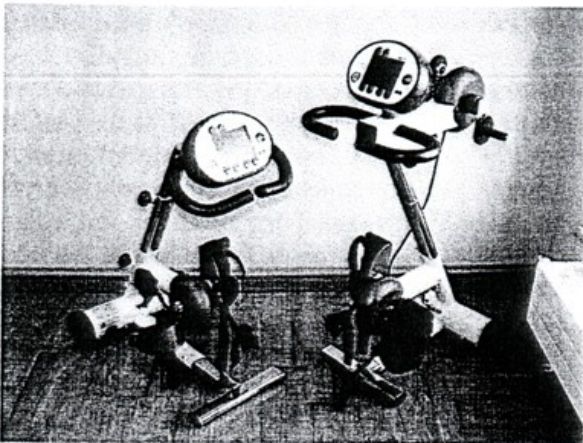
**Demenz ist nicht ansteckend und körperliche Nähe fördert das Vertrauen.**

## Demenzpflege Riedlingen – Bewegung gegen das Vergessen

Regelmäßige Bewegung tut gut – das ist in der Wissenschaft unumstritten und setzt sich auch immer mehr in den Köpfen der Bevölkerung fest. Bewegung stärkt das Immunsystem und schützt vor sog. Zivilisationskrankheiten wie Diabetes, Bluthochdruck und Arteriosklerose.

Eine eher junge Erkenntnis ist, dass Bewegung auch für das Gehirn positive Effekte entwickelt. So kann Bewegung zum Erhalt der geistigen Leistungsfähigkeit bis ins hohe Alter beitragen und vor demenziellen Erkrankungen schützen. Neueste Untersuchungen gehen sogar davon aus, dass durch regelmäßiges Ausdauertraining neue Gehirnzellen entstehen können.

Vor diesem Hintergrund „trainierten“ seit März letzten Jahres in der Demenzpflege Riedlingen mehrere Besucher regelmäßig an dem motorbetriebenen Bewegungstherapiegerät MOTOMed. Diese Geräte ermöglichen auch sehr schwachen oder verwirrten Menschen ein einfaches und sicheres Training.



Zwei Ausführungen des MOTOMed

Eine speziell auf die Bedürfnisse älterer Menschen abgestimmte Software und individuelle Trainingsprogramme wirken motivierend und tragen zur Verbindung von geistiger und körperlicher Aktivität bei. Diese Verbindung wird von den Wissenschaftlern als wichtige Voraussetzung für die Schutzwirkung von Sport für das Gehirn angesehen.

Neben dem Schutz vor einer Demenz werden der regelmäßigen Bewegung auch positive Effekte zugeschrieben, wenn bereits eine Erkrankung vorliegt.

## Erfahrungen der Demenzpflege Riedlingen

- Die Menschen werden ruhiger und weniger aggressiv: Bei der Untersuchung in Riedlingen konnten Verbesserungen im Verhalten und in der psychosozialen Struktur der Patienten beobachtet werden. So wurden sehr unruhige bzw. aggressive Patienten durch das Training teilweise etwas ruhiger und weniger aggressiv. Es scheint so, als wirke die Bewegung „ordnend“ auf die häufig sehr aufgewühlten demenzkranken Menschen.

- Der Bewegungsdrang der Menschen kann ausgelebt werden: MOTOMed kann dem großen Bewegungsdrang, den Demenzerkrankten häufig verspüren, gerecht werden. Die Menschen können auf einfache und vor allem sichere Weise ihre Energie loswerden und gleichzeitig ihrem Körper und Geist etwas Gutes tun.

- Das Selbstwertgefühl wird gestärkt: Erste Beobachtungen lassen vermuten, dass sich die Bewegung auch auf die häufigen psy-

chiatrischen Begleiterscheinungen einer Demenz (z.B. Depressionen und Psychosen) positiv auswirken kann. Vor allem die Verknüpfung des Trainings mit positiven Emotionen stellte sich als motivierend für die Patienten heraus. Auf diese Weise könnten Erfolgserlebnisse geschaffen und das Selbstwertgefühl gestärkt werden.

- Der Austausch untereinander wird belebt: Das positiv empfundene Tun regt an zum Erzählen, die Menschen kommen leichter miteinander ins Gespräch.

Das Angebot der motorunterstützten Bewegung zeigt viele positive Wirkungen. So haben sich die Seniorengenossenschaft Riedlingen e.V. und die Firma Reck vorgenommen, das Angebot in diesem Jahr weiter auszubauen.

*Michael Wissussek, Demenzpflege Riedlingen,  
[www.demenzpflege.de.vu](http://www.demenzpflege.de.vu), Thomas Kaiser, Sportwissenschaftler, Fa. Reck / Betzenweiler*



# alzheimeraktuell<sup>46</sup>

## Die Bedeutung der „Emotionspflege“

In den Medien begegnet man immer häufiger dem Thema Demenz. Einer Krankheit, die in ihrem Verlauf unheilbar ist und welche die Persönlichkeit des Betroffenen, mit seinem Vergessen auslöscht. Die Demenzerkrankten werden der Gesellschaft sehr schnell fremd und insbesondere Angehörige finden nur schwer ein Verständnis für die psychischen, körperlichen und sozialen Veränderungen.

Die Pflege steht neben unzähligen anderen Aufgaben, um die sich Angehörige auch kümmern müssen, oftmals im Vordergrund. Zuwendung, Nähe und das einfache „nur“ Beieinandersein kommen oft viel zu kurz.

Nach den Erfahrungswerten der letzten vier Jahre in der Demenzpflege Riedlingen stellen Michael Wissussek und sein Team die Wichtigkeit der „Emotionspflege“ heraus. Neben der individuellen Ressourcenbetreuung, die die Gäste der Demenzpflege Rösslegasse erfahren, legt das Team eine hohe Priorität auf eine Wohlfühlversorgung.

Vom Wellnessprogramm über Musik und Tanz bis hin zur kreativen Förderung haben die Tagesgäste immer Freiraum zum „Kuscheln“. Dieses „Kuscheln“ kann ein Lächeln beim Vorbeigehen, das Streicheln über die Wange, aber auch das Halten der Hand in einem persönlich zugewandten Gespräch sein. Das erleichtert nicht nur den Umgang mit den Demenzpatienten, sondern nimmt ihnen oft auch Ängste und Unruhezustände. Die Bedarfsmedikation muss dadurch weniger eingesetzt werden.

*Michael Wissussek, Demenzpflege Riedlingen,  
Tel. 07371 /18 47 26*



