



Dr. phil. Svenja Sachweh
www.talkcare.de; sachweh@talkcare.de

Wenn die Sprache versiegt: Körpersprache und nonverbale Kommunikation bei Menschen mit Demenz

Was/wie Betroffene selber kommunizieren

Außer bei frontotemporalen Demenzen ändern sich bei Demenz-Betroffenen weder der Charakter noch individuelle Kommunikationsweisen.

Sie können bis in fortgeschrittene Krankheitsstadien hinein eine große Bandbreite positiver wie negativer Gefühle ausdrücken.

Wohlbefinden ist oft schwerer zu erkennen als negative Gefühle.

Negative Gefühle zeigen sie deutlicher, häufiger und intensiver als kognitiv gesunde Menschen.

Die Körpersprache wird anstatt oder zusätzlich zur verbalen Kommunikation verwendet.

Demenz-Betroffene drücken Gedanken und Gefühle durch Mimik, Blicke, Gestik, Körperhaltungen und den Klang ihrer Stimme aus.

Mimik

Die mimische Ausdrucksfähigkeit bleibt erhalten, wird aber schwächer.

Grundlegende Emotionen wie Ärger und Freude sind gut, feine Nuancen jedoch nur schwer zu erkennen.

Die Bedeutung von Gesichtsausdrücken ist häufig unklar.

In emotional neutralen Alltagssituationen wirken die Gesichter oft wie erstarrt. Manche wiederholen zwanghaft Bewegungen mit Lippen und Kiefern.

Schmerzzustände spiegeln sich im Gesicht.

Blickkontakt

Im fortgeschrittenen Krankheitsstadium stellen sie kaum noch Blickkontakt her. (Ausnahme: rituelle Situationen wie Grüßen, Trinksprüche)

Der Blick ist oft in die Weite oder auf den Boden gerichtet.

Anschauen und Zuwenden des Blickes bedeutet vorhandene, Abwenden des Blickes fehlende Kontaktbereitschaft.

Gestik

Gesten sind nach wie vor flüssig, aber langsamer, weniger komplex, unverständlicher.

Häufiger werden einfache Zeige- und darstellende Gesten sowie Manipulationen von Dingen (Tisch klopfen oder streichen, Serviette zerknüllen) und am eigenen Körper (Inkontinenzmaterialien zerpfücken, reiben, kneifen, Knöpfe öffnen...)

Stimmklang

- Die Stimme wird ausdrucksärmer, d.h. monotoner und leiser.

Körperhaltung

Ist wie bei vielen alten Menschen oft gebeugt, schief, oder eingesunken.

Das Zuwenden und Vorbeugen des Oberkörpers lässt auf Kommunikationsbereitschaft, das Abwenden auf Distanz, Desinteresse, Abneigung oder gar Ekel schließen.

Was Betroffene wahrnehmen und verstehen

Menschen mit Demenz

- interpretieren die Körpersprache anderer aktiv
- sind sehr sensibel für die körpersprachlichen Signale anderer
- verlieren die Fähigkeit, Gesichter zu identifizieren
- behalten die Fähigkeit, Gesichtsausdrücke zu deuten
- erkennen unsere Verfassung an Gesicht, Körperhaltung und Stimme
- durchschauen uns, wenn wir schlechtes Befinden vertuschen wollen!
- reagieren auf unsere Körpersprache, lassen sich „anstecken“

Denkbarer Grund für die Ansteckbarkeit: **Spiegelneuronen**

- Alle Menschen haben solche Nervenzellen.
- Sie bewirken, dass wir fühlen, gedanklich nachvollziehen oder gar imitieren, was von uns beobachtete Menschen fühlen oder tun.
- Möglicherweise schaffen es Menschen mit Demenz auf Grund der langsamen Zerstörung des Gehirns immer schlechter, andere wahrzunehmen, ohne sie zu imitieren!

Was Betroffene falsch verstehen können

Unangemessene Lautstärke:

- laute Geräusche (Radio, Fernseher...)
- lautes Sprechen mit hoher, schriller Stimme

Empfehlung:

- besser deutlicher als lauter sprechen
- in Konfliktsituationen besser flüstern als schreien

Falsche Annäherung:

- von der falschen Seite oder von hinten an Betroffene herantreten
- abrupt ihren Stuhl verschieben
- sie ohne Vorwarnung berühren

Empfehlung:

- von vorne an demenzkranke Menschen herantreten
- durch verbales oder optisches Signal auf sich aufmerksam machen

- durch freundlichen Gesichtsausdruck friedliche Absicht bekunden
- sagen, was man will
- erst dann etwas an oder mit ihnen machen

Unangemessene Geschwindigkeit

- bei der Pflege
- beim Anreichen von Nahrung

Empfehlung:

- langsamer arbeiten!

Distanzlosigkeit

- sich uneingeladen aufs Bett eines Betroffenen setzen
- die Kleidung Betroffener zurechtzupfen
- die Haare aus dem Gesicht streichen
- Betroffene im Gesicht berühren
- Decke wegnehmen oder Kleider ausziehen ohne Ankündigung
- Intimpflege ohne Vorwarnung

Empfehlung:

- genau auf ihre Reaktionen schauen und auf missbilligende Mimik entsprechend reagieren
- «öffentlichere» Körperzonen wie Schulter, Oberarm, Hand berühren
- Berührungen ankündigen, sichtbar und langsam gestalten
- bei schwerer Demenz: Kokontechnik bei Intimpflege

Wann wir uns bei der Deutung ihrer Körpersprache täuschen

Das Maskengesicht bei Parkinson, schweren Depressionen und weit fortgeschrittener Demenz macht das Erkennen der tatsächlichen Gefühle der betreffenden Person unmöglich.

Die unkonventionellen, häufig stereotypen Gesten von Menschen mit Demenz haben meist eine symbolische Bedeutung, auf die man nur durch geduldiges Beobachten, viel Phantasie und etwas Glück kommt.

Empfehlung:

- genau hinschauen und biografisch deuten

Das «Gegenhalten», Festhalten oder Kneifen während der Pflege ist oft keine böse Absicht, sondern ein neurologischer Reflex.

Empfehlung:

- nicht mit Gewalt zu überwinden versuchen
- deutlich machen, dass das weh tut
- durch taktilen Reiz wie Kitzeln der Innenseite von Hand oder Arm den anderen zum loslassen bewegen

Zuweilen bedingt die krankheitstypische Apraxie, dass gut gemeinte Handlungen (z.B. Streicheln wollen) verunglücken und etwas aggressiv Erscheinendes dabei herauskommt (z.B. an den Haaren ziehen).

Empfehlung:

- genau hinschauen und Intention an der Mimik ablesen

Die Mimik bei bestimmten Krankheitsbildern lässt einen fälschlicherweise (!) glauben, die Betroffenen hätten unglaublich schlechte Laune und müssten unbedingt in Ruhe gelassen werden.

Empfehlung:

- Fortbildungen besuchen und Gesichtsausdrücke auf Krankheitsbilder beziehen lernen

Wir sind aus Gewohnheit so auf das Gesicht fixiert, dass wir in der alltäglichen Hektik schnell mal übersehen, dass Arme, Beine und der Rest des Körpers eine andere Sprache sprechen und zuweilen gar gegenteilige Botschaften senden.

Empfehlung:

- gezielt alle Körperebenen wahrnehmen

ZUSAMMENFASSUNG:

Krankheitsbedingt werden Menschen mit Demenz im fortgeschrittenen Stadium nicht mehr von der verbalen Sprache "abgelenkt" und können daher sehr genau unsere nonverbalen Botschaften entschlüsseln.

Für uns wird die richtige Interpretation ihrer Körpersprache aber auf Grund von deren zunehmender Spätlichkeit und Undeutlichkeit immer schwieriger!

Schlussfolgerung

Der Umgang mit demenzkranken Menschen wird leichter und konflikärmer, wenn wir unsere Mimik, unsere Stimme und unsere Bewegungen so einsetzen, dass sie die Betroffenen weder erschrecken, noch ängstigen oder verunsichern.

Wie wir Botschaften an Menschen mit Demenz senden können

Wenn verbale Botschaften alleine nicht mehr verstanden werden, kann man

- singen: thematisch passende Lieder und Melodien einsetzen ("Zeigt her eure Schuhe...")
- ausprobieren, ob Abbildungen bzw. Piktogramme weiterhelfen (wie z.B. PICTOcom, OhneWörterBuch, sonstige Bildwörterbücher)
- sprachbegleitende Gesten und Pantomime nutzen

Hinweise zur Stimme

- Sprechen Sie möglichst ruhig und gelassen und in eher tiefer Tonlage.
- Schreiben Sie Menschen mit Demenz niemals an!
- Summen, singen, flüstern Sie, um sie zu beruhigen.

Hinweise zum Gesicht

- Durch Nicken und Zwiinkern können Sie einen freundlichen Kontakt herstellen.
- Bieten Sie immer einen Blickkontakt an, zwingen Sie ihn aber nicht auf.
- Ein freundliches Gesicht wirkt beruhigend.
- Echtes Lächeln steckt an!

Hinweise zu den Händen

- Hände können gestisch und pantomimisch sprechen.
- Berührungen können Zuwendung vermitteln, Trost spenden, beruhigen...
- ... wenn sie vom Menschen mit Demenz erwünscht sind!!!

Tipp für schlechte Tage

- Versuchen Sie nicht, Schmerzen, Kummer, Ärger zu überspielen.
- Erzählen Sie, wie Sie sich fühlen.
- Biten Sie den Menschen mit Demenz um Hilfe.
- Sagen Sie ihm, dass Sie es ohne ihn nicht schaffen können.
- Oft werden Sie dann getröstet, und die Betroffenen geben sich mehr Mühe als sonst – und dadurch geht es schneller als an normalen Tagen!

Literaturhinweise

Bauer, J.: Warum ich fühle, was du fühlst. Intuitive Kommunikation und das Geheimnis der Spiegelneurone. Hoffmann und Campe, Hamburg 2005.
Bundesverband für die Rehabilitation der Aphasiker e.V.: PICTOcom. Eine Kommunikationshilfe für Menschen mit Aphasie. Zu beziehen über www.aphasiker.de

Eliert, D.W. (2013). Mimikresonanz. Gefühle sehen. Menschen verstehen. Paderborn: Junfermann Verlag.

Ellis, M.; Astell, A.: Nonverbale Kommunikation mit demenzkranken Menschen. Hogrefe, Bern 2019.

Langenscheidt-Redaktion: OhneWörterBuch. Langenscheidt, Berlin/München 2008.

Re, S.: Erleben und Ausdruck von Emotionen bei schwerer Demenz. Verlag Dr. Kovac, Hamburg 2003.

Re, S.: Die Sprache der Mimik. Pflegezeitschrift (2004) 3: 185-189.

Sachweh, S.: (2019): Spurenlesen im Sprachdschungel: Kommunikation und Verständigung mit demenzkranken Menschen. Hogrefe Verlag, Bern.

Sachweh, S. (2009). Non-verbale Kommunikation. DeSS 1/09, Hearing the voice revisited: Verständigung - Teil 2: Verständigung, 6-21. www.demenz-support.de/materialien/DeSSorientiert_01-09_2.pdf

Sachweh, S.: Noch ein Löffelchen? Effektive Kommunikation in der Altenpflege. Verlag Hans Huber, Bern 2012³.

Schnelle, P.: Zurück zur Sprache – zurück ins Leben. Bilder zur Kommunikation und Sprachtherapie bei Aphasie. Urban & Fischer, München 2001.

Unbedingt sehenswerter Dokumentarfilm zum Thema Demenz:

Kainz, Marion: Der Tag, der in der Handtasche verschwand.

Lehrfilm zu grundlegenden Emotionen bei Demenz:

Zeichensprachen: Signale des emotionalen Ausdrucks von Menschen mit Demenz.
Zu bestellen über www.zfg.uzh.ch

