

Dos&don'ts im Umgang mit demenziell Erkrankten

Diese Liste ist wurde von Jochen Wagner erstellt in Anlehnung an das Buch von Erich Schützendorf *Anderland* (ISBN 978-3-497-02898-6 / tschechische ISBN 978-80-88429-01-2) www.gluecksmomente-stiften.de/reisefuehrer-anderland

Diese Liste folgt zwar nicht der Kapitelstruktur des Buches, die Spiegelstriche entsprechen aber allgemeinen Aussagen zum Kapitelbeginn und die Tabellen darunter den abschließenden Tipps und Tricks aus dem Buch.

schwierige Situationen entschärfen

- Perspektive des Erkrankten einnehmen
- Lösung aus dessen Sicht der Dinge suchen und anbieten

Co dělat a co nedělat při jednání s lidmi trpícími demencí

Tento seznam vytvořil Jochen Wagner na základě knihy Ericha Schützendorfa *Anderlanda* (ISBN 978-3-497-02898-6 / české ISBN 978-80-88429-01-2) www.gluecksmomente-stiften.de/reisefuehrer-anderland

Přestože tento seznam nedodržuje strukturu kapitol knihy, odrážky odpovídají obecným tvrzením na začátku kapitoly a níže uvedené tabulky odpovídají závěrečným tipům a trikům z knihy.

zmírnit obtížné situace

- Převzít perspektivu nemocného
- Hledat a nabízet řešení z jeho pohledu

Körpersprache nutzen!		Používejte řeč těla!	
<ul style="list-style-type: none"> • verbale Kommunikation wird leicht missverstanden • Bedeutung der Worte schwindet, da sie sich oft erst aus dem Zusammenhang ergibt - sich also rational erschließt • statt auf den Sinn eines Satzes wird ggf. dazu unpassend auf einzelne noch bekannte Worte des Satzes reagiert • Körpersprache (Gestik & Mimik) unterstützt verstehen und verstanden werden 		<ul style="list-style-type: none"> • Verbální komunikace je snadno nepochopena • Význam slov mizí, protože často jen vyplyne z kontextu – tj. je racionálně vytvořeno • Namísto reakce na význam věty může dojít k nepřiměřené reakci na jednotlivá, ještě známá slova ve větě • Řeč těla (gesta a mimika) podporuje porozumění 	
Unbedingt vermeiden!	Stattdessen:	Za každou cenu se vyhnout!	Místo toho:
erklären, belehren, drohen verstummen anwenden von Metaphern, Redewendungen, Ironie bzw. Satire	Mit Gestik, Mimik und Augen kommunizieren vormachen, taktil unterstreichen und dabei ggf. Berührungängste überwinden melodisch sprechen (der Ton macht die Musik)	vysvětlování, přednášení, vyhrožování metaforům a idiomům, frázím, ironii nebo satíře	Komunikujte pomocí gest, mimiky a očí předvést, hmatově zdůraznit a při tom překonat obavu z kontaktů mluvit melodicky (tón dělá muziku)
nach grundloser Beschuldigung rechtfertigen	Schuld auf sich nehmen bzw. nachsichtig sein	ospravedlňování se po nepodloženém obvinění	Přijmout vinu a být shovívavý
sich verausgaben	Grenzen setzten	vlastnímu vyčerpání	nastavit limity

Zwei Wahrheiten: subjektive und objektiv		Dvě pravdy: subjektivní a objektivní	
<ul style="list-style-type: none"> • Lügen, Verschleiern, Täuschen geht nicht: sind viel zu kompliziert für die schwindenden kognitiven Fähigkeiten • letztere reichen aber u.U. noch, die eigene Hilflosigkeit kaschierende zunehmend bröckelnde Fassade aufrecht zu halten • Lass-mich-in-Ruh-Antworten können passen oder eben auch nicht • Warum-Fragen treiben in die Enge und nötigen zur Erfindung einer Antwort • Bei fortschreitender Demenz kann das Pendeln zwischen zwei Wahrheiten zu absurden Situationen führen • Um zu verstehen, warum rund um ihn nichts mehr so ist, wie es sein sollte, vertritt der Erkrankte ggf. – wie ein Verschwörungstheoretiker – einen total unglaublichen, absurden Standpunkt • Diebstahl ist ein gängiger Erklärungsversuch, wenn selbst versteckte Dinge nicht wiedergefunden werden oder der Gegenstand nicht mehr als das Erwartete erkannt werden (Erklärung „Hat jemand ausgetauscht.“) 		<ul style="list-style-type: none"> • Lhát, skrývat se, klamat není možné: je to příliš komplikované pro klesající kognitivní schopnosti • jako poslední to ale může stačit k udržení stále se rozpadávající fasády, která skrývá vlastní bezmoc • Odpovědi „Nechte mě na pokoji“ mohou, ale nemusí být vhodné • Proč-otázky vás tlačí do kouta a vyžadují, abyste vymysleli odpověď • při vyvíjející se demenci může oscilace mezi dvěma pravdami vést k absurdním situacím • Aby nemocný pochopil, proč kolem něj nic není tak, jak má být, může – jako konspirační teoretik – zaujmout zcela neuvěřitelný, absurdní úhel pohledu • Krádež je běžný pokus o vysvětlení, kdy nelze znovu najít ani skryté věci nebo věc již není rozpoznána jako očekávaná (vysvětlení „Někdo to vyměnil.“) 	
Unbedingt vermeiden!	Stattdessen:	Za každou cenu se vyhnout!	Místo toho:
unzutreffende Wahrnehmung widerlegen oder bestätigen	Mit einer unverfänglichen (nichtssagenden) Bemerkung antworten, z.B. „Aha,...“	vyvrátit nebo potvrdit nepřesné vjemy	Odpovědět neškodným (bezvýznamným) komentářem, např. „Aha,...“
Auf der objektiven Wahrheit beharren	Wohlbefinden vor Wahrheitsliebe! Notlügen nutzen, wenn es den Erkrankten beruhigt oder zufriedenstellt.	Trvání na objektivní pravdě	Pohoda před láskou k pravdě! Použijte noutové lži, pokud to nemocného uklidňuje nebo uspokojuje.
abfällige / ironische Bemerkungen, Nachäffen, Witze	unterlassen!	hanlivé/ironické komentáře, Aping, vtipy	zdržet se toho!
Mit harten Wahrheiten konfrontieren unhaltbare Versprechungen machen	Validierend antworten oder durch passende Aktivität ablenken	Konfrontace tvrdých pravd dávat sliby, které nelze dodržet	Odpovědět platně popř. odvést pozornost vhodnou činností
gar nicht auf die Sehnsucht nach einem Verstorbenen reagieren	Zuwendung Trost spenden	vůbec nereagovat na touhu po zesnulém člověku	náklonnost poskytnout útěchu
Fehlwahrnehmungen korrigieren	Fehlwahrnehmungen nach Möglichkeit verhindern (z.B. Spiegel abnehmen)	Opravovat mylné představy	pokud je to možné, zabraňte nesprávnému vnímání (např. odstraňte zrcadlo)

Aggressionen parieren wie ein Torero		Odrazit agresi jako toreador	
<ul style="list-style-type: none"> • Aggressionen wehren Angriffe ab und dienen dem Durchsetzen des eigenen Willens Der Wille ist des Menschen Himmelreich – mit und ohne einer Demenz • Gut gemeinte Hilfestellung wird oft als übergriffig oder fremdbestimmt wahrgenommen und unreflektiert abgewehrt • ggf. auch Fehlwahrnehmungen (Desorientierung zur Situation) • Maßregelungen (z.B. wegen peinlichem Verhaltens) oder das Beharren auf Antwort auf eine vermeintlich simple Frage können bloßstellen und Abwehrverhalten hervorrufen 		<ul style="list-style-type: none"> • Agresivita odpuzuje útoky a slouží k prosazení vlastní vůle Vůle je nebeským královstvím člověka – s demencí i bez ní • Dobře míněná pomoc je často vnímána jako invazivní nebo řízená ostatními a bez rozmyslu odmítnuta • Možná také chybné vnímání (dezorientace na situaci) • Napomenutí (např. za trapné chování) popř. naléhání na odpověď na zdánlivě jednoduchou otázku může odhalit a způsobit obranné chování 	
Unbedingt vermeiden!	Stattdessen:	Za každou cenu se vyhnout!	Místo toho:
forsch auf Demenzkranke zugehen	bedächtig / behutsam nähern	přistupovat k lidem s demencí rázně	přistupovat opatrně
Gegenstand wegnehmen, mit dem sich der Demenzkranke beschäftigt	Dinge die Schaden anrichten können, für Demenzerkrankte unerreichbar aufbewahren	Odstranit předmět, kterým se osoba s demencí zabývá	Věci, které mohou ublížit, uchovávejte mimo dosah lidí s demencí
Den Geduldsfaden reißen lassen	in Geduld üben	Nechat svou trpělivost zlomit	cvičit trpělivost
Rückzug, Isolation, Vereinsamung	Counterpart unter Gleichbetroffenen suchen, z.B. in einer Selbsthilfegruppe	Odtažitosti, izolaci, osamělosti	Hledejte protějšek mezi podobně postiženými lidmi, například ve svépomocné skupině

Gefühle übernehmen die Macht		Převládají pocity	
<ul style="list-style-type: none"> Gefühle werden nicht dement Aber: labil (unvermittelte starke Schwankungen) Kontrolle über Gefühlsäußerungen vergeht Gefühlsäußerungen sind echt, wahr, unverfälscht emotionale Äußerungen und Verhalten sind u.U. unverfroren und ggf. peinlich, verletzend, unflätig, beleidigend jederzeit unverzügliches und bedingungsloses Ausleben der momentan empfundenen Gefühle und Bedürfnisse nach Zärtlichkeit, Liebhaben, Sinnlichkeit, Genuss, Trost, Beschütztsein, ... 		<ul style="list-style-type: none"> Pocity nedementují Ale: nestabilní (náhlé silné výkyvy) Mizí kontrola emočních projevů Projevy emocí jsou pravé, pravdivé, nefalšované Emocionální projevy a chování mohou být do očí bijící a mohou být trapné, zraňující, hrubé, urážlivé Okamžité a bezpodmínečné vyjádření aktuálně pociťovaných pocitů a potřeb něhy, láskyplnosti, smyslnosti, požitku, pohodlí, ochrany, ... 	
Unbedingt vermeiden!	Stattdessen:	Za každou cenu se vyhnout!	Místo toho:
Gegen die Demenz ankämpfen	mit der Demenz leben	Boji s demencí	Žít s demncí
vereinnahmen lassen	präsent sein emotionale Distanz wahren	Nechat se převzít	Být přítomen udržovat emoční odstup
sich für ungebührliche Gefühlsäußerungen schämen	sich selbst als Alternative anbieten	stydět se za nevhodné projevy emocí	nabídnout se jako alternativa
Übergriffe zulassen	räumliche Distanz schaffen	Povolit útoky	vytvořit prostorovou vzdálenost
eigene emotionale Befindlichkeit ausblenden	eigene emotionale Befindlichkeit durch Gestik und Mimik zu erkennen geben	ignorovat svůj vlastní emoční stav	odhalit svůj vlastní emoční stav pomocí gest a mimiky
Erregung durch Beruhigen dämpfen	Erregung durch Gestik und Mimik validierend spiegeln	Snižovat vzrušení zklidněním	Ověřit vzrušení pomocí gest a mimiky
Rational kommunizieren	auf Gefühlsebene kommunizieren	Komunikovat racionálně	komunikovat na emocionální úrovni
Fremdschämen = Bitten, beleidigendes Verhalten nicht persönlich zu nehmen Soziale Quarantäne: öffentliches Erscheinen des Demenzkranken verhindern	Verständniskärtchen zeigen und sich für den anderen entschuldigen Frustr mit Gleichbetroffenen teilen Die Emotionen, die das beleidigende Verhalten hervor-ruft durch Mimik, Gesten und Augen kommunizieren	Stydět se za ostatní = prosit, aby si urážlivé chování nebral osobně Sociální karanténa: zabraňte osobám trpícím demencí vystupovat na veřejnosti	Ukažte karty porozumění a omluvit se pro toho druhého Sdílejte frustraci s podobně postiženými Komunikujte emoce, které urážlivé chování vyvolává, prostřednictvím výrazů obličeje, gest a očí
zurückweisen	lieb haben, verzeihen	Odmítat někoho	milovat, odpouštět
Selbständigkeit fördern	hemmungslose Ich-Bezogenheit und ein Leben nach Lust und Laune akzeptieren	Podporovat nezávislost	přijmout neomezenou sebestřednost a život podle svého rozmaru
Das Bedürfnis verwöhnt zu werden ignorieren	Süßigkeiten und süße Getränke anbieten Wohlgerüche verbreiten zaubern, Clownerie, körperliche Nähe durch tanzen, wiegen, streicheln, kuscheln, küssen	Ignorovat potřebu nechat se hýčkat	Nabízet sladkosti a sladké nápoje Šířit příjemné vůně magie, šaškování, fyzická blízkost prostřednictvím tance, houpání, mazlení, mazlení, líbání

Fehlleistungen: schmunzeln statt heulen		Chyby: úsměv místo pláče	
<ul style="list-style-type: none"> • Das Fehldeuten von Dingen und Worten führt zu vielen oft kuriosen Fehlleistungen • Dabei werden Sachverhalte, die nicht zusammenpassen, in eine überraschende Beziehung gebracht • Darüber kann man traurig sein – sich aber auch an der Situationskomik erfreuen • Das verletzt nicht die Würde: die Würde misst sich nicht an Funktionalität, sondern an gemeinsamer Freude 		<ul style="list-style-type: none"> • Nesprávný výklad věcí a slov vede k mnoha často podivným chybám • Fakta, která se k sobě nehodí, jsou tímto přivedena do překvapivého vztahu • Můžete z toho být smutní – ale také si můžete užít humor situace • To neporušuje důstojnost: Důstojnost se neměří funkčností, ale sdílenou radostí 	
Unbedingt vermeiden!	Stattdessen:	Za každou cenu se vyhnout!	Místo toho:
den Mut verlieren	jede kleine Gelegenheit für gemein-same Freude und Fröhlichkeit nutzen	ztratit odvahu	Využít každou malou příležitost ke společné radosti a štěstí
Die Aufmerksamkeit auf Fehlleistungen ausrichten	Schuld für Misslingen auf sich nehmen	Zaměření pozornost na selhání	Přijmout vinu za neúspěch