

Wie kommuniziere ich mit einem Menschen, der durch eine Demenzerkrankung belastet ist?

Zuhören und ernst nehmen

Nicht sofort widersprechen („Du bist doch nicht blöd!“), sondern das Gefühl wahrnehmen.

Antwort z. B.:

„Ich sehe, dass dich das sehr belastet.“

„Das muss schwer sein für dich.“

Gefühl benennen

Gefühle in Worte fassen, damit die Person sich verstanden fühlt.

Z. B.: „Du hast Angst, dass die Leute dich nicht mehr ernst nehmen.“

Wertschätzung ausdrücken

Dem Selbstwertgefühl aktiv etwas entgegensetzen.

Z. B.: „Blöd bist du ganz sicher nicht – du hast so viel Lebenserfahrung, von der wir profitieren.“

Ermutigen, nicht drängen

Rückzug akzeptieren, aber sanft Angebote machen.

Z. B.: „Du musst nicht immer mit vielen Leuten zusammensitzen – aber vielleicht magst du mit mir einen Kaffee trinken?“

Gemeinschaft erleichtern

Kleine, sichere Begegnungen schaffen (z. B. kurzer Besuch einer Nachbarin statt grosses Vereinsfest).

So erlebt die Person positive Kontakte und merkt: „Die Leute akzeptieren mich.“

👉 Merksatz

Nicht das Problem wegdiskutieren, sondern Gefühle auffangen, Würde bestätigen und kleine Schritte in die Gemeinschaft ermöglichen.