



Abwehr

Um was geht es?

«Nein!! Stopp!!»: Manchmal wollen und können Menschen mit Demenz etwas *nicht* machen. Wie zum Beispiel Duschen, oder sich die Haare kämmen lassen. Das kann die Arbeit schwierig machen. Aber es ist nicht böse gemeint, sondern eine normale Reaktion. Es gibt immer einen Grund dafür, zum Beispiel:

- Die Person versteht nicht, was sie tun soll.
- Die Person fühlt sich überwältigt, es ist alles zu viel auf einmal.
- Es ist ihr vielleicht peinlich so gesehen zu werden.
- Es ist ihr vielleicht peinlich Hilfe zu akzeptieren.
- Es geht alles zu schnell!
- Etwas macht ihr Angst!

Was kannst Du tun?

- Ihre Gefühle und Sorgen ernst nehmen.
- Selbst ruhig bleiben, die Person beruhigen.
- Wenn immer möglich, Menschen mit Demenz selbst entscheiden lassen.
- Überlegen: Was ist der Grund dafür?
- Überlegen: Kann ich etwas ändern?
- Überlegen: *Muss das jetzt sein?* Oder kann ich es auch später oder morgen wieder probieren?
- Falls man selbst sehr gestresst ist: Hinausgehen und tief durchatmen. Selbst wieder ruhig werden bevor man es nochmals versucht.
- Falls man selbst sehr gestresst ist: Kann vielleicht jemand anderes diese Aufgabe übernehmen?
- Die Situation im Team oder mit einem Demenz-Experten besprechen.