

6. BIS AN DIE EIGENEN GRENZEN - PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

Die Betreuung eines an Demenz erkrankten Menschen erfordert von pflegenden Angehörigen sehr viel Verständnis und Einfühlungsvermögen.

In den meisten Fällen sind sie alleine und hauptverantwortlich.

Sie sind oft Experten im Umgang mit Kranken geworden, und doch machen sie immer wieder die Erfahrung, an ihre Grenzen zu kommen, überfordert zu sein,

ungeduldig und unsicher im Umgang mit dem Partner, der eigenen Mutter, dem eigenen Vater

ES IST WICHTIG, DIE VIELFÄLTIGEN

BELASTUNGSSITUATIONEN, SOWOHL PSYCHISCH

PHYSISCH UND SOZIAL

kennen zu lernen.

PROFESSIONELL PFLEGENDE UND EHRENAMTLICHE

Demenz ist eine Herausforderung.

Diese Formulierung legt eine positive und ermutigende

Sichtweise nahe:

Eine ermutigende Sichtweise sagt

„ja zum Leben mit Demenz in geteilter Verantwortung.“

Dazu gehört, Belastungssituationen zu erkennen

und sich damit auch auseinanderzusetzen.

7. ABSCHLUSS: GUT FÜR SICH SELBST SORGEN

Demenz von Angehörigen greift sehr in das eigene Leben ein und die Begleitung Demenzkranker Menschen ist eine äußerst kräftezehrende Aufgabe.

Um sie bewältigen zu können ist es notwendig gut auf sich selbst zu achten.

Es spricht von Stärke, Mut und sozialer Kompetenz, wenn man seine Grenzen erkennt, und sich selbst genügend wertschätzt um sich Hilfe und Unterstützung zu holen.

„Burnout“ ist nicht nur ein „Modewort.“

Wer einmal ausgebrannt ist hat alle Kräfte verbraucht.

Wer vor lauter Fürsorge und Pflege die eigenen Bedürfnisse ständig ignoriert, sich selbst vernachlässigt, wird völlig kraft- und energielos.

Wie kann ich lernen, ohne Schuldgefühle und

„schlechtes Gewissen“

regelmäßig freie Zeit für mich selbst zu nehmen.



DIE REISE INS VERGESSEN - LEBEN MIT DEMENZ

Ein Curriculum zur Begleitung von Menschen mit Demenz

„Das ich Demenz habe, ändert nichts daran,

dass ich ein Mensch bin.

Ich bin ein vollständiges menschliches Wesen

und bleibe das bis zu dem Tag

an dem ich sterben werde.“

(R.Taylor, Demenzkranker)

Prof. Mag. Renate Kreutzer
Psychologin, Psychotherapeutin,
klinische Seelsorge,
Vortragende, Fort- und Weiterbildung
Hospizarbeit
9500 VILLACH
Tel: 0650 / 82 55 130
E-Mail: RenateKreutzer@gmx.net

Dieser Kurs will Angehörigen,

professionell Pflegenden und Ehrenamtlichen helfen, sich auf altersverwirrte Menschen trotz aller Schwierigkeiten einzulassen,

sie ernst zu nehmen und ihre Würde zu wahren, ohne die eigenen Bedürfnisse außer Acht lassen zu müssen. Der Kurs will Mut machen, auf altersverwirrte Menschen zuzugehen und in ihre Erlebniswelt einzutreten, und dadurch die Beziehung und unseren Umgang mit ihnen nachhaltig zu verändern.

Der Kurs umfasst 56 Stunden und setzt sich aus folgenden Seminaren zusammen:

1. EINFÜHRUNG

Demenz ist das Leiden der alternden Gesellschaft.

Die Medizin bietet bisher wenig Hoffnung auf Heilung.

Es geht darum, mit Vergessen leben zu lernen

- in der Familie, unter Verwandten, Freunden, in den

Gemeinden und Vereinen.

2. DAS SCHLEICHENDE VERGESSEN

mit zunehmenden Alter kann sich die Leistungsfähigkeit verändern. Nicht alle Veränderungen im Alter deuten auf eine beginnende Demenz hin. Grundlagen der

Gehirnfunktion: Wie kommunizieren Gehirnzellen?

Physiologische Veränderungen im Alter in Bezug auf

Sehen, Hören, Schmecken, Riechen, körperliche

Leistungsfähigkeit, Durst und Hungergefühl.

Was ist Demenz und wie entsteht sie?

Der Weg zur sicheren Diagnose

Verschiedene Formen der Demenz

3. DIE ALZHEIMER - KRANKHEIT

die häufigste Ursache einer Demenz ist die

Alzheimer - Krankheit.

Der Name „Alzheimerkrankheit“ geht auf

den Neurologen und Psychiater Alois Alzheimer zurück.

1906 beschrieb er als erster die Symptome einer

Demenz.

Was unterscheidet Alzheimer - Demenz von anderen

Demenzen?

Einführung in das Krankheitsbild anhand der

Kernsymptome.

Die verschiedenen Stadien der Erkrankung

„Typische“ Krankheitszeichen, wie sie in den

unterschiedlichen Phasen auftreten können,

kennen und verstehen lernen.

Die Welt der Demenz verstehen lernen

4. DIE WELT DER DEMENZKRANKEN

In diesem Seminar geht es vor allem darum, den Umgang und die Zugänge zu

Menschen mit Demenz kennenzulernen.

Wie kann ich mir ein Bild seiner Wirklichkeit

verschaffen?

5. VOM UMGANG MIT DEMENTEN MENSCHEN

„Wir müssen miteinander reden, nicht gegeneinander“

(a. Yeboah)

Kommunizieren bedeutet: sich austauschen,

sich ausdrücken, etwas mitteilen,

Botschaften und Signale anderer empfangen,

entschlüsseln und darauf reagieren.

Das geschieht auf verbaler (durch Übermittlung von

Inhalten mittels Sprache) und nonverbaler Ebene

(durch Mimik, Gestik, Tonfall, Lautstärke...)

Es geht in diesem Seminar vor allem um das

einfühlsame Kommunizieren.

Es geht darum, zu versuchen,

sich in sein Gegenüber hineinzuversetzen,

und dadurch zu lernen, ungewöhnliche Reaktionen

zu entschlüsseln und zu verstehen.