

## VERHALTENSTIPPS IM UMGANG MIT MENSCHEN MIT DEMENZ VON A-Z

- **A**nschuldigungen oder Vorwürfe besser überhören.
- **B**ehutsam und respektvoll mit dem Menschen mit Demenz umgehen.
- **C**ool bleiben, auch wenn der Mensch mit Demenz aggressiv wird.
- **D**iskussionen vermeiden. Anstatt auf der eigenen Meinung zu bestehen, sollte man die Menschen mit Demenz ablenken oder nachgeben.
- **E**infühlen ist gefragt im Umgang mit Menschen mit Demenz
- **F**otos aus guten alten Zeiten sorgen für positive Emotionen.
- **G**eduldig sein mit dem Menschen mit Demenz und ihm Zeit (Minuten, nicht Sekunden) für eine Reaktion oder Antwort geben.
- **H**inhören, wenn der Mensch mit Demenz sein Bedürfnisse oder Wünsche äußert.
- **I**deal sind altvertraute Gegenstände in der Umgebung des Menschen mit Demenz.
- **J**ede Kleinigkeit kann zur Selbstständigkeit des Menschen mit Demenz beitragen oder sie verhindern.
- **K**lare Anweisungen in einfachen, kurzen Sätzen geben.
- **L**ange, komplizierte Schachtelsätze sind tabu.
- **M**ut zusprechen, denn häufig verlässt die Menschen mit Demenz der Lebensmut.
- **N**icht auf Fehler hinweisen, sondern diese übergehen oder unbemerkt wieder in Ordnung bringen.
- **O**rt, Datum und Zeit konkret benennen und damit Erinnerungshilfen anbieten.
- **P**ersönliche liebevolle Kontakte aktivieren Menschen mit Demenz.
- **Q**uerdenken ist manchmal hilfreich, um im Umgang mit Menschen mit Demenz auf neue Ideen zu kommen.
- **R**espekt vor dem Menschen mit Demenz ist oberstes Gebot bei Hilfeleistungen.
- **S**tricken und Stopfen (für Frauen) bzw. handwerkliche Tätigkeiten (für Männer) wurden von Menschen mit Demenz früher gelernt und sind oft eine geeignete Beschäftigung.
- **T**agesablauf klar und regelmäßig strukturieren.
- **U**nterforderung vermeiden, da sich Menschen mit Demenz sonst schnell langweilen und sich überflüssig vorkommen.
- **V**erständnisvoll sein – auch wenn es mitunter schwer fällt.
- **W**iederholungen in den alltäglichen Handlungen und Wegen erzeugen Sicherheit beim Menschen mit Demenz .
- **Z**usammen lassen sich die Tücken des Alltags für Menschen mit Demenz leichter bewältigen.

Quellen: <http://www.alzheimerandyou.de/was-kannst-du-tun/verhaltenstipps-von-a-z/>;  
<https://www.deutsche-alzheimer.de/>



**Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V.**  
**Selbsthilfe Demenz**