

Krisenkonzept bei Demenz

Die Gegenwart laufend zu vergessen, stellt sowohl die Betroffenen wie auch die Pflegenden vor besondere Herausforderungen. Der Umgang mit Verweigerung, Orientierungslosigkeit, Davonlaufen und aggressivem Verhalten fordert von allen Beteiligten viel Kraft und Geduld. Marte Meo, eine Kommunikationsmethode, hilft, «die Botschaft hinter dem auffälligen Verhalten zu lesen», um in Krisensituationen deeskalierend kommunizieren und intervenieren zu können. **Claudia Berther und Therese Niklaus Loosli**



Claudia Berther ist lizenzierte Marte-Meo-Supervisorin, Ausbilderin eidg. FA und dipl. Pflegefachfrau HF. www.claudiaberther.ch info@claudiaberther.ch



Therese Niklaus Loosli, Dr. med., ist Fachärztin FMH für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Paar-, Familien- und Systemtherapeutin, Supervisorin systemis, Organisationsentwicklerin, lizenzierte Marte-Meo-Supervisorin und Ausbilderin. www.therese-niklaus.ch beratungspraxis@therese.niklaus.ch

Herr Wyler (Name geändert) leidet an einer fortgeschrittenen Demenz: Er geht oft unruhig in der Abteilung hin und her, betritt Zimmer von anderen Bewohnenden. Hin und wieder gelingt es ihm, trotz der verschlossenen Türen und des codierten Lifts unbemerkt die Abteilung zu verlassen und in zügigem Tempo wegzulaufen. Eine kritische Situation für den Bewohner selbst, fürs involvierte Pflgeteam und für die Angehörigen. Herrn Wyler zurückzubringen, wird zunehmend anspruchsvoller: Er reagiert aufgebracht, schlägt um sich und lässt sich von Betreuenden nur mühsam beruhigen. Die immer häufiger wiederkehrenden heiklen Situationen mit seinem Weglaufen, seiner motorischen Unruhe und Verwirrung, Verweigerung und aggressivem Verhalten belasten das Pflgeteam. Nicht zu wissen, wann schlechte Nachrichten zu erwarten sind, verunsichert die Angehörigen. Besuche bei Herrn Wyler werden zur Last.

Im genannten Beispiel nimmt die Selbst- und Fremdgefährdung zu: Es kann von einer Krise des Individuums und seines sozialen Systems gesprochen werden. Eine Krisenintervention ist ein «Sich-Einschalten» von aussen, wenn sich eine Situation für ein Individuum oder ein soziales System akut und bedrohlich zuspitzt. Diese Intervention soll eine kritische Entwicklung zur möglichen Katastrophe aufhalten und die kritische Situation bewältigen helfen (siehe Wikipedia).

MARTE MEO ALS KRISENKONZEPT BEI DEMENZ Die Marte-Meo-Methode (NOVAcura 5/12, 7/12) kann gemäss obiger Definition auf vielfältige Weise zur *Krisenprävention* und *Krisenintervention* eingesetzt werden:

a) *Als lösungsorientiertes Abklärungs- und Einschätzungsinstrument*

Herr Wyler wird gefilmt beim Zähneputzen mit einer Pflegenden (es werden Alltagsinteraktionen gefilmt,

keine Krisensituationen). Kleinschrittig wird die Sequenz mit der Pflegenden (und dem Team) analysiert (Videointeraktionsanalyse, NOVAcura 5/12, S. 22). Es geht darum, die Botschaft hinter dem auffälligen Verhalten zu lesen (Aarts, 2011).

■ Welche Fähigkeiten hat Herr Wyler noch, welche hat er bereits verloren? Kennt er den Ablauf «Zähneputzen» noch?

■ Wie reagiert er auf Tempo und auf eine Menge von Informationen?

■ Welche Mikrokommunikationsbausteine, Marte-Meo-Elemente (MME), beruhigen ihn?

■ Was braucht er in kleinsten Interaktionsmomenten, um sich kompetent und sicher zu fühlen?

→ Der Fokus richtet sich auf kleinste Details der Interaktion. Mithilfe des 3-W-Beratungssystems (Aarts, 2011, S. 126) erhalten Pflegende Hinweise darüber, was von dem, was sie bereits *intuitiv* tun, unterstützend wirkt. Anhand des Films werden ihnen die hilfreichen MME aufgezeigt: *Wann* sie etwas tun, *was* sie konkret tun und *wozu* es für den Betroffenen nützlich ist.

Diese Erkenntnisse helfen, in Krisensituationen deeskalierend zu kommunizieren, denn Überforderungen können bei dementen Menschen rasch Konflikte auslösen (www.alz.ch).

b) *Krisenprävention*

Wenn bei Herrn Wyler sichtbar wird, dass er beim Zähneputzen dann ärgerlich und verwirrt reagiert, wenn die Betreuende ihm zu wenig Zeit lässt, gilt es beim Kommunizieren darauf zu achten, länger zu *warten* (MME), um sehen zu können (*folgen*, MME), was er selbst tun kann und wo er konkret Hilfe braucht. Dies in alltäglichen Pflegesituationen zu tun, bewirkt oftmals, dass Krisensituationen und auffälliges Verhalten abnehmen (Aarts, 2011).

c) *Krisenintervention*

Wie kann Herr Wyler dazu gebracht werden, zurück in die Abteilung zu kommen? Folgende *Marte-Meo-Leitungselemente* (NOVAcura 5/12, Kasten) wirken deeskalierend:

■ *Folgen und benennen* → In seine Welt gehen und daran anschliessen: «Sie wandern gerne.» statt «Nun sind Sie schon wieder weggelaufen!».

■ *Warten und folgen* → Wie sind die Worte bei ihm angekommen?

Die Marte-Meo-Methode wurde von Maria Aarts in den 1970er Jahren entwickelt.

Marte Meo ist lateinisch und heisst sinngemäss «aus eigener Kraft». Filmsequenzen aus dem Pflegealltag werden analysiert. Gelungene Interaktionen, Ressourcen der Pflegenden sowie Angehörigen, noch vorhandene Fähigkeiten und Bedürfnisse der zu Betreuenden werden aufgezeigt. Die Bilder ermöglichen, Herausforderungen des pflegerischen Alltags im Kontakt mit alten und dementen Menschen neu zu sehen und bewusster anzugehen. Dies wirkt stärkend und ermutigend für alle Beteiligten.

- *Sich selbst benennen*: «Ich möchte zurückgehen, ich bin müde ...» statt «Nein, Sie müssen jetzt umkehren!».
- *Den nächsten Schritt benennen/sagen, wie ich es haben möchte* → Ihm Orientierung und Sicherheit bieten: «Sie können hier den Weg nach rechts nehmen ...», statt Fragen zu stellen: «Wollen Sie jetzt nicht mit mir zurückkommen?».

Fragen werden oft aus Höflichkeit gestellt, obwohl sie den Bewohner überfordern und er in dem Moment keine Wahl hat. Der Frageton verunsichert/verwirrt ihn zusätzlich. Demenzkranke reagieren stark auf Zuwendung und Gefühle, daher ist es in Krisensituationen entscheidend, auf das *Tempo* und den *Klang* der Stimme zu achten. In Hektik ausgesprochene Sätze verstärken die akute Krisensituation. Freundliche Töne und klare, einfache Sätze wirken deeskalierend.

Diese Mikrokommunikationselemente tragen dazu bei, aggressives und/oder verwirrtes Verhalten zu reduzieren, sich selbst und den Interaktionspartner zur Ruhe zu bringen und ganz auf den Moment bezogen zu kommunizieren, was ein dementer Mensch ausgeprägt braucht (Schäuble & Scholz, 2013). Wirkt die Sprache des dementen Menschen undeutlich und verwirrend, hilft es, das letzte Wort eines unverständlichen Satzes zu wiederholen. Dies gibt ihm das Gefühl, verstanden zu werden, und sorgt für Verlangsamung und Beruhigung.

Für Betreuende bringt es Sicherheit zu wissen, wie sie in akuten Krisen mit Herrn Wyler kommunizieren und mit welchen MME sie ihre Interventionen unterstützen können. Ihre Sicherheit überträgt sich über Spiegelneurone auf den dementen Menschen und trägt so zu seiner Beruhigung bei (Bauer, 2006).

d) *Krisenprävention und -intervention mit bildbasierter Beratung*

In Krisensituationen ist das Umfeld eines dementen Menschen (Angehörige, Spitex, freiwillige Helfende, Betreuende, Lernende) meist besorgt, ratlos und überfordert. Diese negativen Gefühle übertragen sich auf die Erkrankten u.a. über Spiegelneurone. Dies verstärkt das herausfordernde Verhalten des Betroffenen und die Krise des Systems. Hier ist die bildbasierte Beratung nach Marte Meo (Hawellek, 2012) hilfreich. Wenn Filmsequenzen aufzeigen, was eine Angehörige oder Lernende intuitiv unterstützend tut, was den dementen Menschen beruhigt, erlebt sie sich als sicher und handlungsfähig. Sie kann diese MME nun *bewusst* anwenden. Ihre positiven Gefühle übertragen sich (über Spiegelneurone) auf den dementen Menschen, was auch ihn zu beruhigen vermag. Die Bilder helfen zudem, auffälliges Verhalten einzuordnen und die betroffene Person neu kennenzulernen (Aarts, 2011 und weiter oben Punkt a). Alle Involvierten haben eine gemeinsame Sprache. Eine gelingende Kommunikation ist speziell wirksam bei Menschen, die an einer Demenz leiden (Schäuble & Scholz, 2013), und erleichtert die Zusammenarbeit im Team und im interdisziplinären Helfernetz, die für eine erfolgreiche Krisenintervention wesentlich ist.

Menschen mit Demenz haben bessere und schlechtere Tage. Daher ist es zwingend, mit *Warten* und *Folgen* immer wieder neu wahrnehmen zu können, was genau die betroffene Person braucht und welche MME gerade in dem Moment unterstützend wirken (weiter oben die Punkte a, b c und d). Diese Kompetenz kann anhand der Filme trainiert werden.

KRITISCHE REFLEXION Um eine passgenaue Fachberatung für Krisensituationen zu bieten, werden



Demenzkranken reagieren stark auf Zuwendung und Gefühle, daher ist es in Krisensituationen entscheidend, auf das Tempo und den Klang der Stimme zu achten.
Foto: Werner Krüper

Krisenkon

Die Gegenwart laufen
Herausforderungen
Verhalten fördert vor
nift, die Botschaft n
minuzieren und über

Menschen mit Demenz haben bessere und schlechtere Tage. Daher ist es zwingend, mit Warten und Folgen immer wieder neu wahrnehmen zu können, was genau die betroffene Person braucht.

Foto: Werner Krüper



Filmaufnahmen mit Einverständnis des betroffenen Menschen (seiner Angehörigen oder rechtlich Zuständigen) benötigt. Es erfolgt eine genaue Analyse der Interaktionen, aus der die nötigen Schritte abgeleitet werden. Ohne Filmaufnahmen lassen sich bei einer akuten Krise der betroffenen Person höchstens einige hilfreiche MME anwenden, wie oben in Punkt b und c beschrieben wurde. Für die Punkte a und d sind Filmsequenzen nötig. Dies bedeutet anfangs einen Mehraufwand. Wenn vor einer erneuten Krisensituation keine Reflexion anhand des Films erfolgt ist, kann in der akuten Krise selbst nicht gleichzeitig gehandelt und am Film reflektiert werden.

Die Stärke der Methode liegt in der Analyse gefilmter alltäglicher Situationen, im Aufzeigen gelungener Interaktionen und in der lösungs- und ressourcenorientierten Vermittlungsart. Der eigene Lernprozess wird konkret beobachtbar, was die Selbstwirksamkeit der Pflegenden stärkt. Marte Meo ist nicht aus Büchern lernbar. Bildbasiertes Training ist nötig, um MME bewusst und massgeschneidert anwenden zu können.

Zur Krisenbewältigung sind andere Interventionen nötig (Krisengespräche, schützende Massnahmen, eventuell Medikamente und anderes mehr). Marte Meo als alleiniges Krisenkonzept reicht nicht aus. MME können aber die Wirkung anderer Interventionen und Massnahmen sowie die Kommunikation im Helfernetz unterstützen (Aarts, 2011).

Obschon breit anerkannt ist, wie wichtig eine gelingende Kommunikation im Umgang mit demenzen Menschen ist (Schäuble & Scholz, 2013), wurde die Marte-Meo-Methode noch nicht als Krisenkonzept für Demenz beschrieben. Maria Aarts weist lediglich darauf hin, dass anhand von Filmsequenzen die Botschaft hinter dem auffälligen Verhalten lesbar

wird, was präventiv respektive krisenvermindernd zu wirken vermag (Aarts, 2011 und weiter oben Punkt b).

Die Wirkaussagen dieses Artikels beruhen auf vielen verschiedenen auf Film dokumentierten Interaktionen von Menschen mit Demenz.

FORSCHUNG Aus verschiedenen Ländern liegen Studien vor und evidenzbasierte Studien sind in Bearbeitung, welche die Wirkungen von Marte Meo belegen können/sollen (Informationen bei Maria Aarts, www.martemeo.com).

POSITIVE ERFAHRUNGEN Es ist immer wieder verblüffend, wie viel die scheinbar so kleinen und einfachen MME als Interventionen zu bewirken vermögen. Wie die Aktivierungstherapeutin von Herrn Wyler feststellt, reagiert dieser nun in der Regel viel ruhiger. Sie selbst und die Pflegenden in der Abteilung fühlen sich sicher und handlungsfähig, auch in kritischen Momenten. Sie weiss, wie sie mit *Benennen* auch schwierige Situationen bei einem Spaziergang bewältigen kann. Zudem sind diese Weglaufsituationen kaum mehr aufgetreten. Ein Multiplikatoreffekt und gewünschte systemische Wirkungen sind beobachtbar. Beispielsweise stellt der Sohn von Herrn Wyler positive Veränderungen fest: Sein Vater sei viel weniger allein. Er nehme sogar von sich aus Kontakt auf zu anderen Bewohnenden und zum Pflegepersonal. Er erzähle oft Ähnliches, erkenne die Menschen nach wie vor kaum, sei aber im Kontakt viel zufriedener und wirke vor allem viel ruhiger. Das erleichtere ihm selbst die Besuche bei seinem Vater. Er komme nicht mehr bedrückt, sondern ruhig, ja sogar gestärkt vom Besuch nach Hause, was wiederum seine Frau freue. ■

Literatur

- Aarts, M. (2011). Marte Meo – ein Handbuch. Eindhoven: Aarts Productions.
- Bauer, J. (2006). Warum ich fühle, was Du fühlst. Intuitive Kommunikation und das Geheimnis der Spiegelneurone. Hamburg: Hoffmann und Campe.
- Berther, C. & Niklaus, T. (2012). Die Kraft der Bilder nutzen. In: NOVAcura, 5/12, S. 21–24.
- Berther, C. & Niklaus, T. (2012). Begegnungsmomente im Alltag nutzen. In: NOVAcura, 7/12, S. 35–37.
- Hawellek, Ch. (2012). Entwicklungsperspektiven öffnen. Grundlagen beobachtungsgeleiteter Beratung nach der Marte-Meo-Methode. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Schäuble, N. & Scholz, P. (2013). Marte Meo – eine nachhaltige Methode zur Verbesserung der Ergebnisqualität in der Versorgung von Menschen mit Demenz? Evaluationsstudie, Norddeutsches Marte Meo Institut. Online unter: <http://nmimi.office-on-the.net/evaluation.pdf>.