pflegeprep

Leseprobe Betreuung und Beschäftigung

Kostenlose Leseprobe · Alltagsideen für Pflegeheim und Tagespflege

pflegeprep.de

Stand: November 2026

Leseprobe: Betreuung und Beschäftigung

Was du hier bekommst

Die Grundregeln aus Kapitel 1 und drei Ideen aus dem Kapitel Demenz, eine für jede Stufe. Das ganze Heft mit Ideen für Demenz, Schlaganfall, Depression im Alter und bettlägerige Menschen erscheint auf **pflegeprep.de**.

So nutzt du dieses Heft

Die Ideen in diesem Heft sind klein. Die meisten brauchen zehn bis zwanzig Minuten und Material, das sowieso auf dem Wohnbereich liegt. Sie sind für den Alltag gedacht, nicht für das große Fest im Sommer.

Die Beziehung zählt mehr als das Ergebnis. Ob das Handtuch ordentlich gefaltet ist oder das Lied bis zum Ende gesungen wird, ist nebensächlich. Es geht darum, dass der Mensch sich gesehen fühlt. Der DNQP-Expertenstandard zur Beziehungsgestaltung bei Demenz beschreibt dieses Ziel so: Pflegende erhalten und fördern das Gefühl, „gehört, verstanden und angenommen zu werden sowie mit anderen Personen verbunden zu sein“. Der Standard begründet das unter anderem damit, dass die emotionale Wahrnehmung trotz kognitiver Einbußen erhalten bleibt. Ein Mensch mit Demenz merkt also, wie du mit ihm umgehst, auch wenn er die Aufgabe selbst nicht mehr versteht.

Frag nach dem Leben vorher. Was hat die Person beruflich gemacht? Hat sie gern gekocht, im Garten gearbeitet, im Chor gesungen, Fußball geschaut? Angehörige wissen das oft am besten, der Expertenstandard nennt sie ausdrücklich als Quelle für Biografie, Gewohnheiten und Werte. Eine Idee, die an früher anknüpft, klappt fast immer besser als eine, die neu gelernt werden muss.

Anbieten, nicht verordnen. Ein Nein ist ein Nein. Manchmal klappt es eine Stunde später, manchmal an diesem Tag gar nicht. Auch das Zuschauen zählt als Teilnahme.

Eine Sache zur Zeit. Wenige Gegenstände auf dem Tisch, ruhige Umgebung, kurze Sätze. Zeig lieber, als lange zu erklären: Wenn du selbst anfängst, machen viele von allein mit.

Beobachte, was es bewirkt. Zeichen, dass es gut tut: Die Person lächelt, macht mit, spricht, wird ruhiger. Zeichen von Überforderung: Unruhe, Abwehr, Weinen, Rückzug, Aufstehen und Weggehen. Dann aufhören, ohne Vorwurf. Schreib kurz auf, was gewirkt hat und was nicht. So weiß das ganze Team, womit es bei diesem Menschen klappt.

Sicherheit geht vor. Klär vorher mit der zuständigen Pflegefachkraft, ob es Schluckstörungen, Allergien, Diätvorgaben, Wunden oder Bewegungseinschränkungen gibt. Kleine Gegenstände, die in den Mund passen, gehören nicht in die Hände von Menschen, die Dinge in den Mund nehmen.

Menschen mit Demenz

Demenz verläuft bei jedem Menschen anders. Für die Auswahl einer Beschäftigung hilft trotzdem eine grobe Einteilung in drei Stufen. Sie ersetzt keine Diagnose, sie soll dir nur die Richtung zeigen.

Leichte Demenz: Der Alltag klappt noch weitgehend. Neues wird schnell vergessen, Termine und Namen gehen verloren. Viele merken selbst, dass etwas nicht stimmt, und schämen sich dafür. Beschäftigung soll hier fordern, aber nie vorführen. Keine Abfragen, keine Prüfungssituationen.

Mittelschwere Demenz: Im Alltag ist Hilfe nötig. Die Orientierung zu Zeit und Ort ist unsicher, Sätze werden kürzer, manche sind unruhig und suchen etwas zu tun. Gut geeignet sind vertraute Tätigkeiten aus dem früheren Leben, die die Hände kennen.

Schwere Demenz: Sprache ist kaum noch vorhanden, viele sind bettlägerig oder sitzen im Rollstuhl. Kontakt läuft über die Sinne: Berührung, Stimme, Musik, Gerüche. Beschäftigung heißt hier vor allem: da sein und etwas Angenehmes spürbar machen.

Leichte Demenz: Zeitungsrunde

Für wen: leichte Demenz, geistig noch rege, aber einsam oder ohne Gesprächspartner. Allein oder in einer kleinen Gruppe bis vier Personen.

Du brauchst: die Tageszeitung oder das Lokalblatt, eventuell eine Lupe.

So geht's: Such zwei, drei kurze Meldungen aus: etwas aus dem Ort, das Wetter, ein Bild, die Preise im Prospekt. Lies vor oder lass vorlesen, wer möchte. Frag dann nach der Meinung, nicht nach Wissen: „Was halten Sie davon?“ oder „Wie war das früher bei Ihnen?“ Schlechte Nachrichten über Krieg, Unglücke oder Verbrechen lässt du weg.

Warum das hilft: Die Person wird als Erwachsene mit eigener Meinung angesprochen. Sie bleibt mit dem verbunden, was draußen passiert, und kommt ins Gespräch. Das gibt das Gefühl, noch dazuzugehören.

Achte auf: Für manche ist Lesen schon anstrengend und fühlt sich wie ein Test an. Dann liest du vor und sie hören zu.

Mittelschwere Demenz: Wäsche falten

Für wen: mittelschwere Demenz, unruhig, sucht etwas zu tun. Besonders für Menschen, die früher den Haushalt geführt haben.

Du brauchst: einen Korb mit Handtüchern oder Waschlappen und einen Tisch.

So geht's: Setz dich dazu und fang selbst an zu falten. Meist macht die Person von allein mit. Korrigiere nicht, jede Falte ist richtig. Und falte nicht vor ihren Augen nach, sonst merkt sie, dass es nicht gut genug war.

Warum das hilft: Die Tätigkeit ist vertraut, die Hände wissen noch, was zu tun ist. Das gibt Sicherheit. Die Person erlebt: Ich werde gebraucht. Und ihr tut etwas zusammen.

Achte auf: Echte Wäsche ist besser als Übungsmaterial. Wenn die Person merkt, dass die Arbeit „nur zum Schein“ ist, wirkt es oft nicht.

Schwere Demenz: Hand eincremen

Für wen: schwere Demenz, bettlägerig oder sehr zurückgezogen.

Du brauchst: eine Handcreme, die die Person verträgt (vorher mit der Pflegefachkraft klären), ein Handtuch.

So geht's: Kündige an, was du tust, und biete deine Hand zuerst an. Creme langsam ein, Finger für Finger, mit ruhigen Bewegungen. Sprich leise dabei oder summe. Zieht die Person die Hand weg, ist das ein Nein.

Warum das hilft: Wenn Worte fehlen, wird Berührung zur wichtigsten Form von Kontakt. Die Person spürt Zuwendung, auch wenn sie nicht mehr versteht, was gesagt wird.

Achte auf: Nicht bei Wunden, Hautausschlag oder Hautrissen. Allergien vorher klären. Duftfreie Cremes sind meist die sichere Wahl.

Quelle

DNQP: Expertenstandard „Beziehungsgestaltung in der Pflege von Menschen mit Demenz“, Veröffentlichungsauszug, Stand Januar 2018. Alles Weitere in eigenen Worten. Die Ideen ersetzen nicht die Absprache mit der zuständigen Pflegefachkraft.

Mehr Ideen, jeden Tag als Kurzvideo und bald als ganzes Heft: pflegeprep.de