



Gruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz:

Gruppengröße:	8-12 Teilnehmer
Ort:	großer Gruppenraum / TK Kusel
Anzahl Sitzungen:	8
Dauer:	1 ½ h (16:30-18:00 Uhr)
Rhythmus:	14-tägig / Start 4.10.2021 immer montags
Leitung:	Fr. Ginkel (Psychologin)

Themen der Sitzungen:

1. Sitzung: **Vorstellung & Kennenlernen (04.10.2021)**

Kennenlernspiel/ -aktion
Regeln der Gruppe erklären

Wer ist in der Familie betroffen?
Wie lange besteht die Erkrankung schon?
Wie sehr ist der Alltag verändert?
Wie sehr hat sich der zu pflegende schon verändert?
Wünsche für die Gruppe
Was wird an Informationen benötigt?

2. Sitzung: **Die Krankheit Demenz (25.10.2021)**

-Demenzarten
-Symptome
-Diagnostik
(-medikamentöse Behandlung)

3. Sitzung: **Umgang in Herausfordernden Situationen (08.11.2021)**

Wie gehe ich in herausfordernden Situationen mit dem Demenzkranken um? Wie löse ich Konfliktbehaftete Situationen?

-Weglauff Tendenzen
-Essen
-gestörter Tag/Nacht-Rhythmus
-Gewalt
- Sexualität
-Autofahren
Usw.

→ Situationen besser einschätzen können und auch lernen sie zu verstehen



4. Sitzung: **eigene Ressourcen stärken (22.11.2021)**

- Entspannungsverfahren lernen (besonders Verfahren, die unkompliziert in kleinen Ruhepausen möglich sind)
- Auszeiten organisieren
- Hilfe annehmen lernen

Aber auch:

- Kurzzeitpflege organisieren
- Zukunft planen (Heim nicht komplett ausschließen)
- 24h-Kraft als Option

5. Sitzung: **Förderung des Betroffenen (06.12.2021)**

- Die Bedeutung von Musik
- Hirnleistungstraining
- Ergotherapie & Sprachtherapie
- Tiere als Therapie: gesundheitsförderliche Wirkung von Tieren
- Humor: „lachen ist die beste Medizin“
- Aktiv trotz Demenz
- Aktivierung von Menschen mit weit fortgeschrittener Demenz

→ mögliche Beschäftigungsideen werden vorgestellt

→ Material wird an die Hand gegeben

6. Sitzung: **Fehler im Umgang mit Demenzkranken und wie man diese vermeiden kann/ Umgang mit dem Umfeld (13.12.2021)**

Anhand von Beispielen eigene Fehler erkennen und Alternativen lernen

Kommunikation bei Demenz

Wie erklärt man den Freunden/ Angehörigen (z.B. Enkeln) die Erkrankung? Ist ein offener Umgang sinnvoll?

7. Sitzung: **Rechtliches (10.01.2022)**

Pflegestützpunkt einladen

- Vorsorgevollmacht
- Testament
- Beantragung Pflegestufe

8. Sitzung: **Abschluss (24.01.2022)**

Gemeinsame Aktivität: Zusammen einen Kurzausflug machen (z.B. Burg, Minigolf, Essen gehen)

Ablauf der Sitzungen:

- Blitzlichtrunde
- jeweiliges Thema wird besprochen
- Austausch untereinander: eigene Erfahrungen, Austausch von Tipps
- Abschlussrunde