

Kommunikation og demens

Evnen til at kommunikere reduceres, når man har en demenssygdom. Det er forskelligt, hvordan kommunikationsevner påvirkes afhængig af, hvilken demenssygdom personen har, og hvor fremskreden sygdommen er.

Her på siden kan du læse mere om, hvordan kommunikationen påvirkes hos personer med demens, og hvordan den kan støttes af omgivelserne.

Kommunikation består ikke kun af ord, men i høj grad også af den ikke-sproglige/nonverbale kommunikation, som især bæres af vores tonefald, kropssprog og mimik. Når mennesker med demens får svært ved at forstå og bruge sproget, bliver den nonverbale kommunikation derfor endnu vigtigere som støtte for kommunikationen.

Kommunikation svækkes hos mennesker med demens

Mennesker er sociale væsener, og vi er afhængige af samspil og kommunikation med andre for at fastholde vores identitet og tilhørsforhold i fællesskabet. En demenssygdom medfører ofte et svækket og minimeret socialt liv, bl.a. fordi de kognitive symptomer, og andre følger af demenssygdom, har stor betydning for kommunikation og dermed samspillet og samværet med andre mennesker.

Kommunikation ved tidligt stadie af demens

I det tidlige stadie af en demenssygdom, fx ved Alzheimers sygdom, vil kommunikationen oftest være lettere påvirket. Personen kan fx have vanskeligheder i form af:

- Ordfindingsbesvær (særligt navneord).
- Besvær med at koncentrere sig om samtaler, og når andre giver en mundtlig besked.
- Nedsat evne til at huske, hvad andre har sagt, og hvad man selv har sagt eller spurgt om tidligere.
- Nedsat initiativ til at tage kontakt og opretholde en samtale.

Demenssygdomme kan i nogle tilfælde også debutere med sprogforstyrrelser som det tidligste og mest dominerede symptom. Her vil personen med demens tidligt i sygdomsforløbet have svære kommunikationsvanskeligheder.

[Læs mere om sprogforstyrrelser ved frontotemporal demens her](#)

Kommunikation ved moderat stadie af demens

Når demenssygdommen udvikler sig til et moderat stadie, bliver vanskelighederne ved kommunikation udtalte, og personen får i større grad brug for hjælp fra andre til at tilpasse og støtte kommunikationen – både verbalt og nonverbalt. Kommunikationen kan fx være præget af:

- Besvær med at forstå abstrakt sprog, fx billedsprog, ironi m.v.
- Sproget bliver mere simpelt, sætninger bliver fx kortere og med færre detaljer.
- Nedsat eller mistet læse- og skriveevne.
- Sproget bliver mere stereotyp, fx bruges flere floskler og høflighedsfraser.

Kommunikation ved svært stadie af demens



I det svære stadie af en demenssygdom vil kommunikationsevner blive stærkt reducerede, og personen er afhængig af at omgivelserne kommunikerer på en forenklet og meget tydelig måde. Kommunikationen i dette stadie er præget af:

- Nedsat evne til at opbygge sætninger og udtale ordene rigtigt. Personen siger måske forkerte eller hjemmelavede ord, evt. med samme ordlyd.
- Sproget forsvinder stort set helt hos mange, hvor det, der er tilbage, er få ord, som evt. gentages. Hos nogle er det blot uforståelige lyde.
- Den nonverbale kommunikation er typisk også vanskelig for personen, både når de selv kommunikerer, og når de skal tolke nonverbal kommunikation fra andre.

Følger af svækket kommunikationsevne

Svækket kommunikationsevne har store konsekvenser for mennesker med demens, men også for pårørende og professionelle, der i stigende grad må tilpasse og tage særlige hensyn, når de kommunikerer med personen med demens. Svækket kommunikationsevne kan fx medføre:

- At parterne i kommunikationen kan føle sig misforstået eller slet ikke forstået.
- Manglende ligestilling og måske uligeværdige samtalsituationer.
- Følelse af frustration, afmagt og tab af kontrol.
- Manglende inddragelse og følelse af at være udenfor og tabe selvbestemmelse.
- At det sociale liv reduceres, hvilket påvirker livskvalitet og identitetsfølelse.

[Du kan finde hæftet Når hukommelsen svigter her.](#)

Når du som fagperson støtter en person med nedsatte kommunikationsevner

Som fagperson kan man via en veltilrettelagt, målrettet og personcentreret kommunikation medvirke til at bevare tryk og selvværd omkring kommunikation hos personer med demens.

Demenssygdomme medfører forskellige symptomer og udvikler sig forskelligt. For at kunne støtte og tilpasse kommunikation er det bl.a. vigtigt at have kendskab til hvilke vanskeligheder og ressourcer den enkelte har som udgangspunkt for at kunne kommunikere, fx hvilke kognitive funktioner der er svækkede, og i hvilken grad, bl.a. hukommelse, opmærksomhed, sproglige funktioner (både tale, forståelse, læse- og skriveevne), styringsfunktioner m.v.

For at kunne støtte og hjælpe personen bedst muligt med at kompensere for kommunikationsvanskeligheder er det også vigtigt at vide, i hvilket omfang personen har indsigt i sine symptomer.

Sanserne er også helt centrale for vores kommunikation, særligt syn og hørelse, og hvis disse også er nedsatte hos personen med demens, giver det endnu større udfordringer for kommunikationen. Det er derfor vigtigt at sikre sig, at personen bedst muligt er kompenseret for nedsatte sanser, fx at briller og høreapparat passer til personens behov og fungerer.

Det er desuden helt centralt, at man også har kendskab til vedkommendes personlighed, livshistorie og værdier, samt ønsker og ressourcer til at indgå i sociale relationer. Når man har viden om disse forhold hos personen, har man et godt grundlag for at skabe en anerkendende og ligeværdig personcentreret kommunikation.

Det er en god ide at lave en handleplan for kommunikation med den enkelte på lige fod med en handleplan for personlig hjælp og pleje. Denne kommunikationshandleplan skal naturligvis opdateres i forhold til



sygdomsudviklingen hos personen med demens.

Den gode kommunikation med personen med demens kan bl.a. skabes ved at:

- Have fokus på den gode kontakt. Giv dig god tid til at etablere og være i kontakten. Gør det også tydeligt, når du afslutter kontakten.
- Skabe øjenkontakt og gerne bruge personens navn.
- Sætte tempoet ned ved samtale og gerne bruge stilhed og pauser.
- Bruge åbent kropssprog og vise interesse og opmærksomhed med kroppen.
- Være i trygge og behagelige rammer, hvor man ikke forstyrres af fx støj.
- Lade kommunikationen tage afsæt i nuet.
- Lytte efter indhold og betydning, ikke kun ord.
- Lytte med respekt og opmærksomhed.
- Bruge nysgerrige og undersøgende spørgsmål.
- Tilpasse information og viden så det bliver forståeligt og overskueligt for personen. Brug fx ikke lange forklaringer med svære ord, og begræns valgmuligheder til valg mellem 2-3 ting.
- Gentage væsentlig information.
- Bruge konkret sprog og undgå metaforer, ironi og sarkasme.
- Skrive vigtig information ned på papir (hvis læseevnen er intakt).
- Bruge simple illustrationer og piktogrammer i stedet for skrift i omgivelserne, fx på skilte eller tavler.

Metoder der kan styrke kommunikationen

Der findes flere konkrete kommunikationsmetoder, man kan anvende for at styrke kommunikationen med personer med moderat til svær demens: spejling, guiding, afledning, kalibrering og match:

Spejling

Spejling er et kendt pædagogisk redskab indenfor demensomsorgen og bruges bl.a. i situationer, hvor man gerne vil understrege sine ord med bevægelser for derved at fremme forståelse af det talte sprog. Det kan fx bruges, når man hjælper en person med demens med morgentoilette eller spisning.

Hjælperen viser her de handlinger, som skal gøres med egen krop, så personen med demens kan efterligne dem. Man kan fx sidde overfor personen med demens ved spisebordet, så vedkommende kan spejle sig i det, man gør ved måltidet.

Guiding

Guiding er når man viser vejen med egne bevægelser, tonefald og tale, og tilpasser dette til personen. Guidning kan gøres udelukkende med sproget, hvor man fortæller trin for trin, hvad borgeren skal gøre, fx ved påklædning.

Hvis personen har svært ved at forstå og omsætte en sådan mundtlig guidning til egne handlinger, kan guidning også gøres med kroppen, hvor man tager personens hånd og gør bevægelsen sammen med vedkommende, fx ved påklædning eller tandbørstning.

Afledning



Afledning betyder at lede bort fra noget ved at flytte opmærksomheden, når personen med demens er i gang med noget uhensigtsmæssigt i en situation.

Hvis personen fx er dørsøgende og vil forlade sin plejebolig, kan man aflede og flytte opmærksomheden ved at byde vedkommende sin arm og skabe en god kontakt ved at tale om noget, der vækker interesse, fx et nært familiemedlem eller en aktivitet, som personen kan lide. Så kan man guide personen over i en mere hensigtsmæssig situation, fx tilbage til lejligheden.

Kalibrering

Kalibrering er at aflæse personens kropssprog, stemmeføring, mimik og øjenbevægelser for bedre at kunne forstå følelser og signaler hos personen. Hvis en person med demens fx er ked af det, er det vigtigt at fornemme denne sindstilstand og afstemme sin egen adfærd, så man møder personen afdæmpet og indfølelse.

Match

Match betyder at passe sammen. Man matcher ved at spejle sig i den anden og tilpasse bevægelser, stemmeføring, talemåde, mimik, og kropsholdning. Mennesker gør det ofte automatisk og ubevidst, men ved at gøre bevidst brug af det, uden at karikere det, kan man ofte skabe en bedre kontakt til personer med demens.

Når man møder den udadvendte og snakkende person med demens på gangen, kan man sprogligt tale med samme stemmeføring og sprogbrug samt vise udadvendthed og imødekommenhed med kroppen.

Billedstøttet kommunikation

Der findes også andre metoder og redskaber, som kan bruges i arbejdet med at forbedre og styrke ressourcer omkring kommunikation med personer med demens. Når den sproglige kommunikation udfordrer, kan det være en hjælp at inddrage andre former for stimuli og materialer, som kan støtte og fremme kommunikationen. Det kan fx være fotos, tegninger eller symboler og piktogrammer, som kan medvirke til at understøtte og fremme kommunikation.

Talking Mats

Talking Mats er en billed- og symbolstøttet metode, der bruges til personer med særlige behov for støtte ved kommunikation, fx personer med demens. Erfaringer fra både Danmark og internationalt har vist, at det er en brugbar metode til at støtte personer med demens til at komme til orde, give udtryk for ønsker og behov og være med i beslutninger.

Samtalehjulet

Nationalt Videnscenter for Demens har i forbindelse med projektet "Værktøjskassen – støtte til et liv med demens" videreudviklet samtalehjulet i en version, der er tilpasset mennesker med demens. Samtalehjulet er et værktøj, man som fagperson kan bruge til at sætte rammen for en involverende og meningsfuld dialog med personen med demens.

Samtalehjulet illustrerer fire emner, som er omdrejningspunktet for dialog om: borgerens liv, personlige værdier, interesser og ønsker, hvor de tilhørende hjælpekort har illustrationer, som kan understøtte kommunikationen om disse emner.

[Du finder Samtalehjulet her.](#)

Marte Meo

Marte Meo bygger på principper om kommunikation som støtte for udvikling. Metoden benytter sig af videooptagelser af det sociale samspil mellem fx personen med demens og personale. I Marte Meo tager man udgangspunkt i, hvad man gør godt. Og har fokus er på muligheder frem for begrænsninger.



[Læs mere om Marte Meo her](#)

Kilder

Banovic, S., Zunic, L. J., & Sinanovic, O. (2018). Communication difficulties as a result of dementia. *Materia Socio-Medica*, 30(3), 221.

[PubMed](#)

May, A. A., Dada, S., & Murray, J. (2019). Review of AAC interventions in persons with dementia. *International journal of language & communication disorders*, 54(6), 857-874.

[PubMed](#)

Stans, S. E. A., Dalemans, R. J. P., de Witte, L. P., & Beurskens, A. J. H. M. (2019). Using Talking Mats to support conversations with communication vulnerable people: A scoping review. *Technology and Disability*, 30(4), 153-176.

[IOS Press](#)

Kallehauge, J.G. (2012). Kommunikation med personer med demens. I: Rehabilitering ved demenssygdom. Munksgaard.

Kirsten Sejerø-Szatkowski (2002). Demens, kommunikation og samarbejde. Klim.

Senest opdateret: 30. april 2025