



Blickpunkt Auge

Rat und Hilfe bei Sehverlust

Ein Angebot des DBSV



Sehbehinderte Menschen in Senioreneinrichtungen

Tipps zum Umgang miteinander

Ich sehe so...

Eine Sehbehinderung ist oft nicht auf den ersten Blick erkennbar. Nicht alle sprechen gern über die damit verbundenen Schwierigkeiten. Zudem begegnen Sie Menschen mit Sehbehinderung in Ihrem Arbeitsalltag vielleicht nicht so oft.

Machen Sie sich bitte kurz bewusst, dass der Mensch Ihnen gegenüber prinzipiell genauso nett oder unfreundlich sein kann wie andere, nur eben schlecht sieht. Die Auswirkungen von Sehverlust können ganz unterschiedlich sein.

So erkennen sehbehinderte Menschen Sie vielleicht auch nach mehrmaligem Kontakt nicht wieder. Sie schauen an Ihnen vorbei, statt Sie direkt anzusehen oder reagieren nicht auf Mimik und Gestik. Möglicherweise stolpern sie öfter, stoßen sich, gehen ins falsche Zimmer, finden Dinge nicht wieder oder wirken anderweitig desorientiert. Was nicht erklärt wird, kann nur bedingt verfolgt werden und deshalb Angst auslösen.

Das alles kann zu Irritationen, Missverständnissen, Überforderungen oder Kränkungen führen. Sprechen Sie Verhaltensweisen an, die Sie nicht verstehen oder nicht gut aushalten können.

Wenn alle Beteiligten gut miteinander umgehen, gewinnen alle.

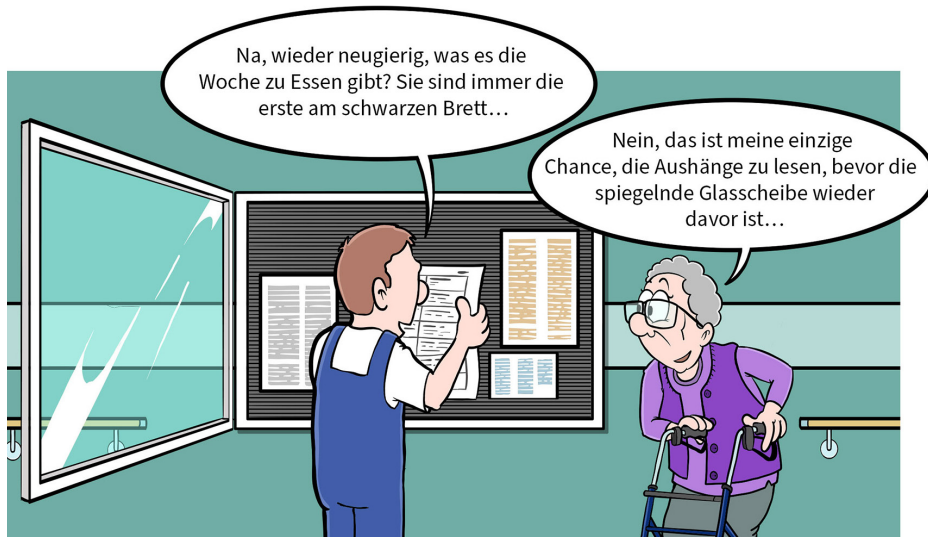
Kommunikation

- Klären Sie, ob eine Sehbehinderung vorliegt. Vorhandene Sehhilfen und Hilfsmittel sollten immer funktionsfähig sein und benutzt werden.
- Wenden Sie sich immer direkt an die sehbehinderte Person, indem Sie sie mit ihrem Namen ansprechen. Nennen Sie auch Ihren eigenen Namen mehrfach.
- Fragen Sie, ob und wie Sie helfen können. Gehen Sie auf die Wünsche ein und geben Sie diese Informationen auch an Ihr Team weiter.
- Setzen Sie mehr auf verbale statt auf nonverbale Kommunikation. Beschreiben Sie alles, was Sie tun. Lesen Sie schriftliche Informationen vor.
- Beziehen Sie sehbehinderte Personen in alle Aktivitäten ein. Trauen Sie ihnen etwas zu. Klären Sie, was dafür ggf. nötig ist.



Orientierung

- Stellen Sie Mitbewohnerinnen und -bewohner vor.
- Machen Sie mehrfach gemeinsam Rundgänge (Zimmer, Etage, Haus).
- Beschreiben Sie genau, was sich wo befindet (z. B. „rechts neben der Tür“ statt „da hinten“).
- Fragen Sie, was zur besseren Orientierung beitragen kann (z. B. Gegenstände abasten, farbiges Platzset unter dem Geschirr oder farbige Handtücher im Bad, Markierungen für Schalterstellungen).
- Lassen Sie die betreffende Person selbst entscheiden, wo persönliche Dinge ihren Platz haben und verändern Sie daran nichts, ohne sie darüber zu informieren.
- Wege sollten immer freigehalten werden, Türen immer ganz geöffnet oder ganz geschlossen sein.



Begleitung

- Fragen Sie, ob Begleitung gebraucht wird, wenn Wege im Haus zurückgelegt werden müssen.
- Wenn ja, bieten Sie einen Arm zum Führen an. Ist dies z. B. Ihr rechter Arm, greift die zu führende Person mit ihrer linken Hand Ihren Arm etwa in Ellenbogenhöhe. So entsteht automatisch der richtige Abstand zwischen Ihnen. Sie gehen voran.
- Nennen Sie das Ziel des Weges und beschreiben Sie den Wegverlauf. Führen Sie die Person zu einem Tisch, Stuhl oder Handlauf, wo sie sich festhalten kann.
- Kündigen Sie Richtungsänderungen, Treppen und Absätze an, auch, ob eine Treppe auf- oder abwärtsführt. Bleiben Sie vor einer Treppe kurz stehen.
- Vergewissern Sie sich, ob der Rückweg selbstständig gefunden wird. Sorgen Sie ggf. für Unterstützung.



Mahlzeiten und Medikamente

- Sagen Sie, was Sie bringen und wo Sie es abstellen. Nutzen Sie dafür die „Zifferblattmethode“ (z. B.: Kartoffeln auf 3 Uhr, Gemüse auf 9, Glas rechts neben dem Teller auf 1 Uhr).
- Schaffen Sie Kontraste (z. B. weißes Geschirr auf dunkelblauem Platzset).
- Erklären Sie, was genau es zu essen und zu trinken gibt. Schenken Sie Gläser oder Tassen nicht zu voll ein.
- Hilfreich sind feste Plätze im Speiseraum und Speisepläne in Großdruck oder als Hörvariante.
- Erklären Sie, welche Medikamente für welche Indikation sind und wie sie einzunehmen sind. Achten Sie darauf, dass Tropfen in einem Becher nicht versehentlich umgestoßen werden können.
- Bleiben Sie ggf. dabei, wenn Medikamente eingenommen werden sollen.



Gerne können Sie:

- Menschen mit Sehbehinderung bitten, ihren konkreten Unterstützungsbedarf zu formulieren,
- sie an die Blickpunkt Auge-Beratung verweisen,
- sich selbst mit Ihren Anliegen an uns wenden.



Blickpunkt Auge ist das bundesweite, qualitätsgesicherte Beratungsangebot des DBSV für Menschen mit Sehproblemen und ihre Angehörigen. Gut qualifizierte, meist selbst betroffene Menschen beraten unabhängig und kostenfrei zu vielen Themen rund ums Sehen.

Diese Broschüre wurde gefördert gem. § 20h SGB V
durch den



AOK-Bundesverband
Die Gesundheitskasse.



Herausgeber:

Deutscher Blinden- und
Sehbehindertenverband e. V. (DBSV)
Rungestraße 19, 10179 Berlin

Abbildungen: Bastian Klamke
1. Auflage 2025

Kontakt Blickpunkt Auge:

Tel.: (0 30) 28 53 87-1 30, -1 83, -2 87
E-Mail: info@blickpunkt-auge.de
Internet: www.blickpunkt-auge.de

Überreicht durch

