

### Svenja Wirries

geboren und aufgewachsen in Hildesheim. 2013 Abitur, 2014-2017 Bachelorstudium Soziale Gerontologie an der Staatlichen Studienakademie Breitenbrunn, Praxispartner: Tagespflege des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes Uelzen, seit Oktober 2017 Masterstudium Gerontologie an der Friedrich-Alexander-Universität in Nürnberg

**KONTAKT:** sve.wirries@gmail.com

# Pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz

Svenja Wirries

*Die Übernahme der Pflege eines Menschen mit Demenz stellt für den/ die pflegende/n Angehörige/n eine Herausforderung dar. Die Pflegesituation ist mit psychischen, körperlichen und sozialen Belastungen verbunden, wodurch das Wohlbefinden beeinträchtigt wird. Um pflegende Angehörige in der situativen Bewältigung zu unterstützen, bedarf es eines individuell angepassten doppelten Versorgungskonzepts, das die Bedarfe und Bedürfnisse beider Parts berücksichtigt. Der Mensch mit Demenz bedarf Betreuung, Pflege und Einbezug seiner Person. Pflegende Angehörige benötigen Unterstützung in der Organisation von unterstützenden Pflege- und Betreuungshilfen, Psychoedukation und psychosoziale Unterstützung und Entlastung.*

*In der Arbeit mit pflegenden Angehörigen von Menschen mit Demenz kristallisieren sich drei Handlungsschwerpunkte für die Profession der Sozialen Arbeit heraus: soziale Einzelfallhilfe, Psychoedukation und psychosoziale Unterstützung und Begleitung. So bedarf es Angebote der klinischen Sozialarbeit, die pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz in ihrer Lebensbewältigung mit Demenz unterstützen und dabei psychosoziale Folgen der Krankheit berücksichtigen.*

Das Thema meiner Bachelorarbeit heißt „Pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz“. Die Forschungsthematik, die mich stets bei der Recherche und im Schreibprozess der Arbeit begleitet hat, zielt auf folgende Fragestellung ab: „Welcher Angebote bedarf es, um pflegende Angehörige in ihrer Alltagsbewältigung zu unterstützen?“ Ziel der Arbeit war es für mich zu ergründen, wie die Profession der Sozialen Arbeit pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz unterstützen kann, um ihnen zu einer besseren Alltagsbewältigung zu verhelfen. Die Methodik meiner Arbeit bestand aus empirischer Literaturrecherche und zwei Experteninterviews.

*Taking care of a person with dementia poses a challenge for the average family member. It requires one to endure mental, physical and social stress as well as impairing one's general well-being. Furthermore there is the need of an individually adapted dual support concept, which covers the needs of both parties, the nursing family member as well as the person with dementia.*

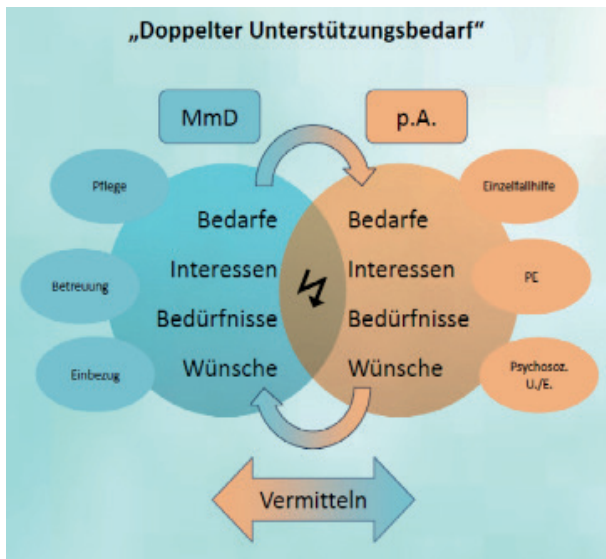
*People with dementia need to be included in addition to needing care and support, thus the person taking care of them requires aid in organizing extended home caring sessions, psychoeducation as well as psycho-social support.*

*In the profession of social work there are three main skills in the field of supporting caring family members of people with dementia: social casework, psycho-education and psycho-social support.*

*Therefore we require offers provided by the clinical social work that support the nursing relatives of people with dementia holistically in life-coping with dementia while considering psycho-social consequences of the disease.*

### Veränderungen und Belastungen durch die Pflege eines Menschen mit Demenz

Bei der Pflege und Betreuung eines Menschen mit Demenz handelt es sich um einen anhaltenden Bewältigungsprozess für die pflegenden Angehörigen, der über Jahre – bis zum Tod – anhält. Einerseits muss der Alltag zunehmend mehr an die Demenz, d. h. die sich verändernde Persönlichkeit und das Verhalten angepasst werden. Andererseits bringt die Demenz viele krankheitsbedingte Veränderungen mit in den Alltag der pflegenden Person, an die sie sich kontinuierlich anpassen muss (vgl. Haberstroh, Neumeyer, Pantel 2016, S. 16).



Die Übernahme der Pflege eines Menschen mit Demenz stellt die pflegende Person vor eine immense Entwicklungsaufgabe der eigenen Person. Es wird von ihr eine Neuorientierung des Alltags, eine grundlegende Rollenveränderung, große psychische Stärke, Kompetenz und Flexibilität abverlangt.

Aus der Pflege eines Menschen mit Demenz resultieren enorme psychische, körperliche und soziale Belastungen sowie starke zeitliche Einschränkungen. Die Pflegenden sind „immer im Einsatz“ und dabei permanent mit dem zunehmenden Verlust des geliebten Menschen und der Beziehung zu ihm konfrontiert (vgl. Schacke, Zank 2006; vgl. Schwarz 2009, S. 125). Diese emotionale Veränderung wirkt sich besonders belastend aus und beeinträchtigt das Wohlbefinden und somit auch die Lebensqualität pflegender Angehöriger von Menschen mit Demenz (vgl. Winkler et al. 2006). Aufgrund der multikomplexen Belastungssituation aus psychischen, körperlichen und sozialen Aspekten stellen pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz eine Risikogruppe für psychische und physische Erkrankungen dar (vgl. Haberstroh, Neumeyer, Pantel 2016, S. 14; Wilz et al. 1999).

### Die Notwendigkeit eines doppelten Unterstützungsbedarfs

Mit der Pflege und Betreuung eines Menschen mit Demenz entsteht eine neue Bewältigungsaufgabe im Alltag, mit der die pflegende Person konfrontiert ist. Dabei kann es passieren, dass sie mit der Situation überfordert ist, situativ bedingt handlungsunfähig wird. D. h. es fehlen ihr situativ-angepasste Bewältigungsstrategien, um die doppelte Sorge<sup>1</sup> im Alltag bewältigen zu können.

Hier handelt es sich um einen doppelten Bedarf an Unterstützung. Menschen mit Demenz bedürfen Betreuung, Pflege und Einbezug

ihrer Person. Die Unterstützungsbedarfe pflegender Angehöriger bewegen sich zwischen der Organisation unterstützender Pflege- und Betreuungshilfen, der Psychoedukation und der psychosozialen Unterstützung.

Die Unterstützung durch die Profession der Sozialen Arbeit begründet sich im sozialen Bedingungsgefüge des doppelten Bewältigungs-konstrukts. Soziale Arbeit kann hier durch Beratung, Vermittlung, Organisation, Kooperation, Koordination und Vernetzung und Begleitung unterstützend und entlastend wirken. In der Unterstützungsarbeit mit pflegenden Angehörigen von Menschen mit Demenz kristallisieren sich drei Handlungsschwerpunkte heraus: die soziale Einzelfallhilfe, die Psychoedukation und die psychosoziale Unterstützung und Entlastung.

Im Rahmen der sozialen Einzelfallhilfe kann ein individuell angepasstes Versorgungssetting organisiert werden, das beide Bedürfnis- und Interessenlagen berücksichtigt, koordiniert und vernetzt. Dabei geht es um das Organisieren und Aufrechterhalten von Unterstützung sowie die kontinuierliche Anpassung des Unterstützungssystems an die sich verändernden Bedarfe der Parts und den stetigen Begleitungs- und Befähigungsprozess der pflegenden Angehörigen. Dabei liegt das Ziel in einer besseren Bewältigung des Alltags mit Demenz sowie dem Erhalt eines stabilen sozialen Netzwerkes.

Je stimmiger sich dabei das Versorgungskonzept mit den Hilfe- und Unterstützungsbedarfen beider Parts gestaltet, desto wirksamer gestaltet sich auch der Entlastungseffekt für die pflegenden Angehörigen.

<sup>1</sup> Der Begriff der „doppelten Sorge“ bei pflegenden Angehörigen von Menschen mit Demenz soll verdeutlichen, dass die Sorge eines Menschen mit Demenz nicht einseitig betrachtet und behandelt werden kann und es auf Seiten der pflegenden Angehörigen einer verstärkten Selbstfürsorge bedarf.

### Psychoedukation mit pflegenden Angehörigen von Menschen mit Demenz

Psychoedukative Arbeit bedeutet, den Menschen durch die Auseinandersetzung mit der Krankheit zu ihrer Bewältigung zu befähigen und dabei individuelle Bewältigungsstrategien zu erkennen und in die Unterstützung zu integrieren (vgl. Walther 2016). In der Psychoedukation fließen drei Elemente ineinander über: Wissensvermittlung und Aufklärung über die Erkrankung und bestehende Hilfsangebote, das Erlernen des Umgangs mit der Erkrankung und psychosoziale Unterstützung. In sog. Psychoedukationsgruppen für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz greifen gruppentherapeutische Elemente, wie emotionaler Rückhalt, Ermutigung, praktische Ratschläge, die Möglichkeit zur Aussprache, die Übernahme von Bewältigungsprozessen und der Austausch von Erfahrungen durch die Gruppe. Nach Studien wirken sich diese Gruppen positiv auf den Umgang mit der Situation selbst und das Wohlbefinden pflegender Angehöriger von Menschen mit Demenz aus (vgl. Froböse, Kurz 2016).

### Psychosoziale Unterstützung bei pflegenden Angehörigen von Menschen mit Demenz

Aufgrund der starken psychosozialen Belastungen kommt der psychosozialen Unterstützung und Entlastung durch Soziale Arbeit eine besondere Bedeutung zu. Dabei kann der Fokus auf verschiedene Schwerpunkte, wie z. B. der Intervention, der Veränderung der Einstellung zur Situation, der Verarbeitung der Situation, Begleitung, der Emotions- und Erlebensarbeit, der Trauerbegleitung und -verarbeitung und der Förderung der Selbstfürsorge gerichtet werden. Mit dem Angebot der psychosozialen Unterstützung durch Soziale Arbeit wird pflegenden Angehörigen von Menschen mit Demenz ein wertfreier Raum für ihre starken Emotionen gegeben. Ein durchaus weiterer wichtiger Aspekt ist die Förderung und Forderung der Selbstfürsorge, um die Selbstpflege zu stärken.

### Die Notwendigkeit des differenzierten Blicks auf die doppelte Unterstützung

Zusammenfassend braucht es in der Arbeit mit pflegenden Angehörigen von Menschen mit Demenz Angebote der klinischen Sozialarbeit, die den doppelten Unterstützungsbedarf beider Parts differenziert berücksichtigen. Die Unterstützung muss auf eine Hilfestellung in der Lebensbewältigung mit Demenz abzielen und dabei die psychosozialen Folgen berücksichtigen. Durch eine an den Bewältigungsstrategien anknüpfende Ressourcenarbeit soll die situative Handlungsfähigkeit wiederhergestellt, erhalten und erweitert werden. So bedarf es vielfältiger, flexibler und individuell an das doppelte Unterstützungssetting angepasster Verarbeitungs- und Bewältigungshilfen seitens der Sozialen Arbeit (vgl. Kricheldorf 2017).

### Literaturverzeichnis

- Adler, C.; Brähler, E.; Gunzelmann, T.; Wilz, G. (1999): Auswirkungen chronischer Belastungen auf die physische und psychische Befindlichkeit. Eine Prozessanalyse bei pflegenden Angehörigen von Demenzkranken. In: Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie. Steinkopff Verlag, Band 32, 255-265.
- Angermeyer, M. C.; Kilian, R.; Matschinger, H.; Winkler, I. (2006): Beitrag zum Themenschwerpunkt: Lebensqualität älterer pflegender Angehöriger von Demenzkranken. In: Zeitschrift Gerontopsychologie & -psychiatrie. Jg. 19, H. 1, 17-24.
- Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (2002): Vierter Altenbericht der älteren Generation in der Bundesrepublik Deutschland: Risiken, Lebensqualität und Versorgung Hochaltriger – unter besonderer Berücksichtigung demenzieller Erkrankungen und Stellungnahme der Bundesregierung. Berlin.
- Doblhammer, G.; Schulz, A.; Steinberg, J.; Ziegler, U. (2012): Demografie der Demenz. Bern: Hans Huber Verlag.
- Froböse, T.; Kurz, A. (2016): Psychoedukation bei Alzheimer-Demenz und bei leicht kognitiver Beeinträchtigung (MCI). In Bäuml, J.; Behrendt, B.; Henningsen, P.; Pitschel-Walz, G. Handbuch der Psychoedukation für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatische Medizin. Stuttgart: Schattauer Verlag, 99-109.
- Füsgen, I. (1995): Demenz. Praktischer Umgang mit der Hirnleistungsstörung. München: MMV Medizin Verlag, 3. Aufl.
- Haberstroh, J.; Neumeyer, K.; Pantel, J. (2016): Kommunikation bei Demenz. Ein Ratgeber für Angehörige und Pflegende. Berlin, Heidelberg: Springer Verlag.
- Kricheldorf, C. (2017): Telefon-Interview am 12.06.17.
- Schacke, C.; Zank, S. (o. J.): Längsschnittstudie zur Belastung pflegender Angehöriger von demenziell Erkrankten (LEANDER). In: Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (Hrsg.) (2006): Aktuelle Forschung und Projekte zum Thema Demenz. Berlin.
- Schwarz, Günther (2009): Umgang mit demenzkranken Menschen. Bonn: Psychiatrie Verlag.
- Walther, C. (2016): Psychoedukation aus pädagogischer Sicht. In: Bäuml, J.; Behrendt, B.; Henningsen, P.; Pitschel-Walz, G.: Handbuch der Psychoedukation für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatische Medizin. Stuttgart: Schattauer Verlag, 56-64.