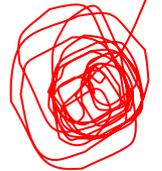

Dich betreuen – Mich beachten pflegende Angehörige im Fokus

...ein roter Faden

- Die Gruppe der Angehörigen
- Die Aufgaben der Angehörigen
- Die Beziehungsveränderungen
- Die Motive der Angehörigen
- Entlastung der Angehörigen
- Zusammenarbeit mit Angehörigen

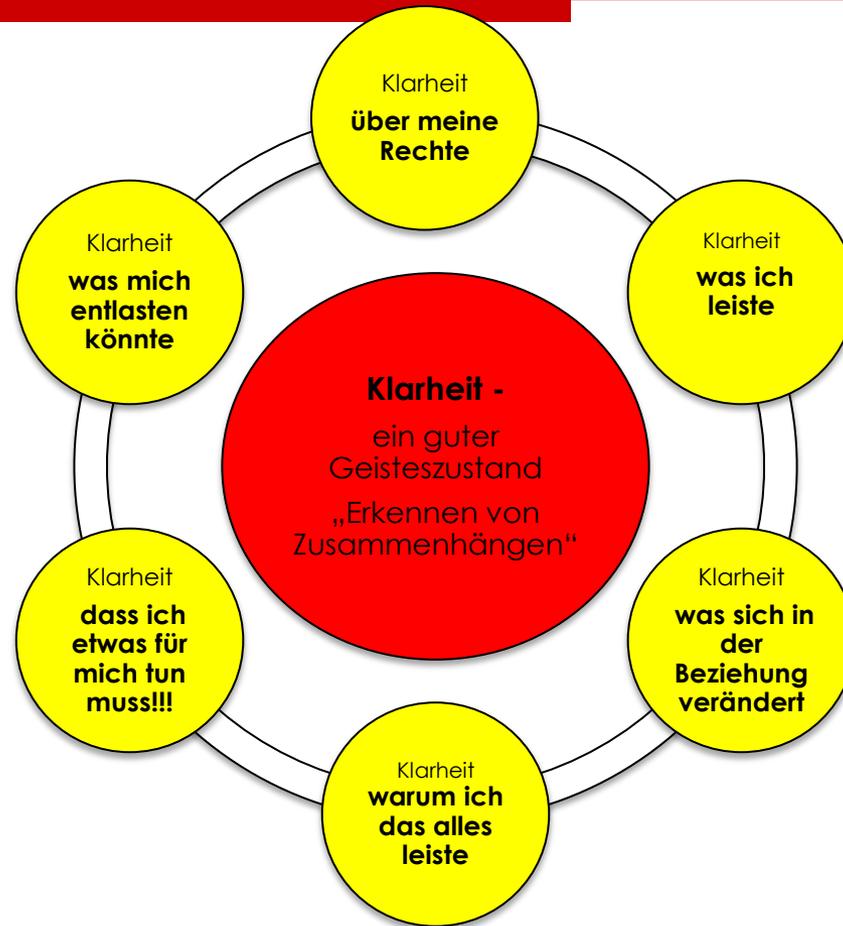


Wer sind die Angehörigen?

- alt - jung
- verwandt - freiwillig - behördlich
- Mütter, Väter, Schwestern, Brüder, Partnerinnen, Partner, Töchter, Söhne, Nichten, Neffen etc.
- Angehörige im ambulanten oder stationären Bereich

→ es ist normal verschieden zu sein !

KLARHEIT



Pflegende Partnerinnen und Partner:

- Durchschnittlicher Zeitaufwand für die Pflege: etwas mehr als 60 h pro Woche
- Befinden sich durchschnittlich 6 Jahre in der Pflegesituation

Pflegende Töchter und Söhne:

- Pflegende Kinder investieren etwa 25h pro Woche in die Pflege
- Befinden sich durchschnittlich 5 Jahre in der Pflegesituation
- 2/3 der Söhne und Töchter sind berufstätig.

Was leisten sie alles - Betreuungsaufgaben

- Physische Pflege
- Psychische Betreuung
- Soziale Betreuung
- Verwaltungsaufgaben
- Verschiedene Rollen

Verschiedene Rollen

→ Pflegende Angehörige sind:

- Hauswirtschafter
- Physio/Ergotherapeut
- Logopäde
- Pflegeperson, Psychologe
- Arzt
- dabei aber noch Sohn/Tochter, Ehepartner etc. sowie permanente Ansprechperson

Verschiedene Rollen

- Viele pflegende Angehörige sind Pflegekoordinatoren:
 - Sie beraten sich mit dem Arzt
 - vermitteln zwischen den Einrichtungen
 - achten darauf, dass Helfer die Pflege aufeinander abstimmen

- Dabei kämpfen viele mit zwiespältigen Gefühlen: Mitleid - Zorn, Angst - Hoffnung, Anteilnahme - Distanz

- der permanente Rollenwechsel führt zu hoher Belastung ohne, dass einem dieses bewusst ist

Beziehungsveränderungen

- Ehe & Partnerschaft
 - Jahrelang gefestigtes, sehr individuelles und gesellschaftlich geprägtes Gefüge gerät in Bewegung
 - Aufgaben müssen neu übernommen werden
 - Dominanz- und Unterwerfungsverhältnisse müssen angepasst werden
 - Verwirrende Gleichzeitigkeit von Ehe- und Pflegebeziehung
 - Respekt vor dem anderen und gegen seinen Willen handeln stehen sich gegenüber
 - Verändertes Sexualverhalten

Beziehungsveränderungen

- Eltern-Kindbeziehung
 - Die Persönlichkeitsveränderung von Vater oder Mutter bedeutet eine Bedrohung der seelischen Integrität.
 - Stressfaktor ersten Ranges: Entscheidungen fällen!!!
 - Die Gefahr von Aggression gegen die Eltern liegt in der Luft
 - Die Machtverhältnisse kehren sich um. Waren die Eltern früher oft Autoritätspersonen, so werden sie nun hilflos und abhängig
 - Gefahr der Parentifizierung
 - Familienkonflikte und Rivalität der Geschwister: Teilung der Verantwortung wie auch Spannungen in Partnerschaft & zu eigenen Kinder
 - Reaktualisierung alter Konflikte und Familienmuster

- "Warum stirbt er nicht?" - → Solche Vorstellungen sind ein Versuch, den psychologisch erlebten Verlust auch real betrauern zu können. Phantasien solcher Art sind normal, machen aber große Schuldgefühle
- Enttäuschung und Verletzttheit treten ein, wenn die erhoffte Dankbarkeit für die Aufopferung in der Pflege ausbleibt

Beziehungsveränderungen gehören zu den Hauptbelastungen bei der Pflege und Betreuung von Angehörigen

Motive der Angehörigen

- Die Anstrengungen pflegender Angehöriger entspringen einem selbstverständlichen und uralten menschlichen Impuls: dem Nächsten (Partner, Mutter, Vater , Tochter, Sohn) zu helfen, wenn er oder sie in Not ist !

- Positive Motive
 - Selbstverständlichkeit
 - Liebe oder Zuneigung
 - Etwas zurückgeben wollen
 - Gerne jemanden pflegen
 - (Moralisches) Verantwortungs- oder Pflichtgefühl
 - Selbstvertrauen
 - Glaubensüberzeugung
 - Sinngebung und Lebensziel
 - Kontaktbedürfnis

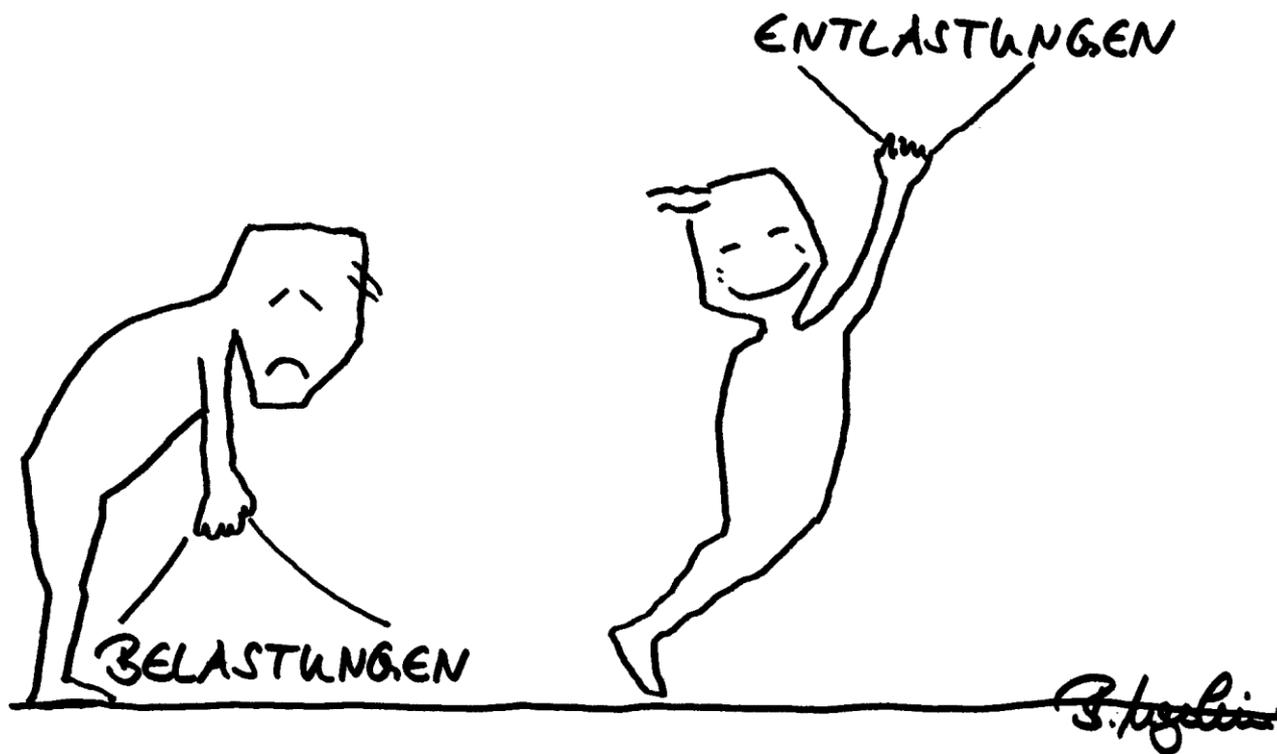
Motive der Angehörigen

- Negative Motive
 - Wunsch, einem Beruf zu entfliehen (langweilig, schwer, überfordernd)
 - Hoffnung auf Erbe, Geld oder einen finanziellen Vorteil
 - Ein früheres Versprechen
 - Verurteilung durch andere vermeiden

Motive/Motivation kann sich aber auch im Laufe der Pflege verändern. Worte einer pflegenden Frau dazu:
"Als ich mit der Pflege begann, da liebte ich ihn sehr, deshalb tat ich es. Er hat sich durch die Krankheit völlig verändert. Ich schäme mich, es zu sagen, aber so wie er jetzt ist, liebe ich ihn nicht mehr."

Entlastungsmöglichkeiten

- Balance zwischen Be- und Entlastung
- Entlastungsmöglichkeiten
 - Externe Unterstützung
 - Unterstützung durch Alltagsveränderung



Entlastung von Angehörigen

- Anerkennung und Wertschätzung
- Begegnung auf Augenhöhe
- offene und umfassende Aufklärung über den Krankheitsprozess
- Information über Entlastungsangebote (z.B. ambulante Dienste, Tagesstätten, Selbsthilfegruppen, Pflegeheime)

Entlastung von Angehörigen

- Niederschwellige und aufsuchende Angebote
- Vermittlung von allgemeinen Verhaltensstrategien für den täglichen Umgang, Bildung/ Wissen vermitteln
- Aufklärung über die Veränderung der Familienkonstellation und die daraus folgenden Beziehungsprobleme

Entlastung von Angehörigen

- Psychologische Begleitung:
 - Verarbeitung der belastenden Situation (Trauer, Beziehungsschwierigkeiten, Ekel, Scham)
 - Anerkennung für die geleistete Arbeit
 - Eigene Ressourcen entdecken und weiterentwickeln
 - Bearbeitung von Schuldgefühlen

- Sport/ Bewegung als Ressource

- Soziale Kontakte

- Austausch mit Gleichbetroffenen/ Selbsthilfegruppen

Problemfelder Entlastung anzunehmen

Einsicht,
dass man sich
entlasten muss
und darf

Organisatorischer
Aufwand

Fremden
Menschen
Vertrauen
schenken

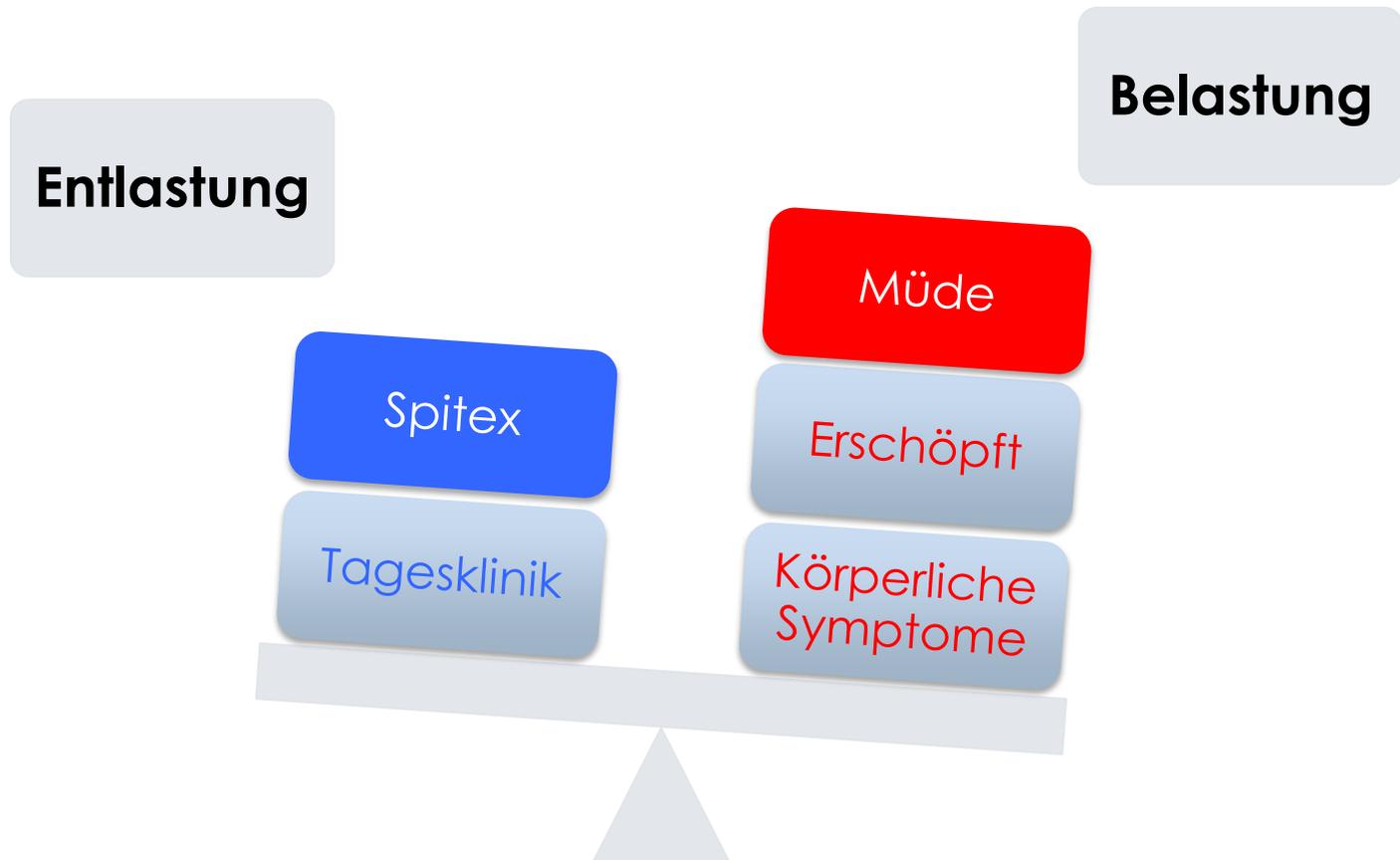
Wunsch nach
Entlastung

Schuldgefühle

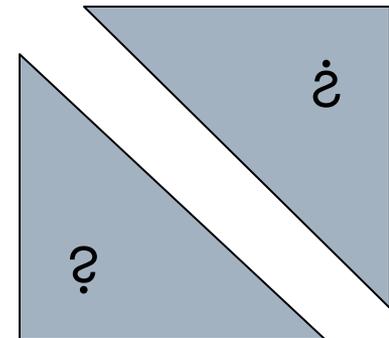
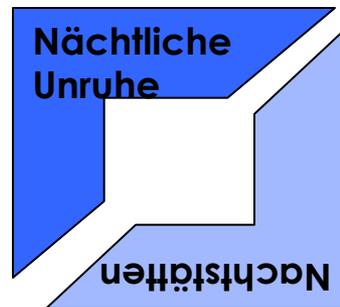
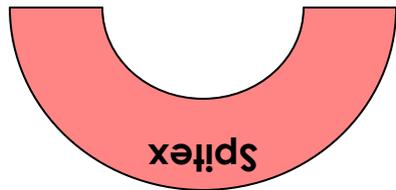
**Richtige
Passung ?**

Eigene
Ersetzbarkeit
zulassen

Häufige Fälle



Optimaler Fall



Der Dialog

Betroffene

**Wertschätzung
&
Respekt**

Profis

Angehörige

Dialog im Dreieck

Profis – Angehörige – Betroffene

- Gemeinsame Ziele
- Erwartungen sind geklärt
- Integration Angehörige ist definiert
- Koordinierte Betreuung ist sichergestellt
- Angepasstes Informationsmanagement

Eine ganzheitliche Angehörigenarbeit leben heisst für alle Beteiligten:

- ❑ Sich in Frage stellen lassen können
 - ❑ Offen sein für Neues
 - ❑ Lösungen gemeinsam aushandeln
 - ❑ Gegenseitige Bedürfnisse ernst nehmen
 - ❑ Gegenseitiger Respekt und Toleranz
- ➔ So kann das Spannungsfeld zwischen Belastung und Entlastung bewältigt werden

Respekt

Toleranz

Kredit



Ich wünsche Ihnen ganz viel positive Erfahrungen und den Mut für sich selbst zu sorgen!

**„Gemeinsam –
für eine gute Lebensqualität für alle Beteiligten“**

Danke für Ihr Interesse

A handwritten signature in black ink that reads "Bettina Ugolini". The signature is written in a cursive style with a large, stylized 'U' at the end.