

CARE-PARTNERSHIP IN DER ALTENPFLEGE

Projekt Eden zu Hause

Ernst Gehmacher

30. Mai 2011

1. SOZIALKAPITAL IN PFLEGEBEZIEHUNGEN

Die 26 Einzelfalltests bei Betreuten durch die Kursteilnehmerinnen weisen auf den verschiedenen Ebenen von Sozialkapital folgende Charakteristika auf:

1.1. Mikro-Ebene: Angehörige

In der extramuralen Betreuung sind enge Beziehungen der Betreuten noch vielfach intakt: Kinder und Ehepartner, Schwiegerkinder und Enkel, auch alte Freundschaften. Diese wirken psychisch sehr positiv ó sie zu erhalten und zu bestärken ist eine lohnende Aufgabe der Betreuung.

Resultat: Im Projekt Eden zu Hause wurden in fast allen Fällen Beziehungen verstärkt und alte Beziehungen wieder aufgenommen.

1.2. Mikro-Ebene: Betreuende

Die natürliche Neigung von Senioren, vertrautes Pflegepersonal als Ersatz für mangelnde Nahebeziehungen zu instrumentalisieren, stellt dort kein Problem, wo Care-Partnership als spezifischer Beziehungstyp mit einer klaren funktionalen Hierarchie praktiziert wird ó ein reziprokes „Sich-Ausweinen“, wie es für Nahebeziehungen die Regel ist, kommt da für die Pflegenden nicht in Frage.

Resultat: Im Projekt Eden zu Hause wurden die bestehenden Beziehungen vertieft und gleichzeitig eine wohlwollende professionelle Distanz aufrechterhalten, die als nahe und „neutral“ gleichzeitig empfunden wurde.

1.3. Meso-Ebene: Nachbarn

Wo eine gute Beziehung zu Nachbarn bestanden hat, lässt sich diese oft aufrecht erhalten durch Einladungen und Treffen außerhalb der Wohnung (Kaffeehaus, Pfarre, Vereine)

Resultat: Im Projekt Eden zu Hause wurden in fast allen Fällen nachbarschaftliche Beziehungen verstärkt oder neu aufgenommen. Alle angefragten Nachbarn waren sofort für Hilfestellungen bereit und waren froh, dass man sie dazu eingeladen hatte.

1.4. Meso-Ebene: Bekannte

Der Kontakt mit alten Bekannten ist durch die Einschränkungen von Senioren oft verdünnt oder ganz verloren. Wo immer möglich, sind solche Kontakte durch die Betreuer anzuregen und zu ermutigen.

Resultat: Im Projekt Eden zu Hause wurden in fast allen Fällen alte Beziehungen verstärkt un/oder wieder aufgenommen. Die beteiligten Familien brauchten dazu die Ermutigung und Hilfe der Professionellen.

1.5. Makro-Ebene

Pflegebedürftige Senioren fühlen den Mangel an sozial eingebetteter Sinnfindung in besonderer Schärfe ó aus allen ihnen vertrauten Quellen von Natur, Kultur und Kunst, Wissenschaft und Weltanschauung, Spiritualität und Religion. Anknüpfung an ihre eigene Lebenskultur hilft da eher als ganz Neues. Auch sehr einfache Erlebnisse von Kunst (besonders Musik und Lyrik), vertrauten Ritualen, Naturschönheit können solches Gefühl des Eins-Seins mit einer größeren Gemeinschaft vermitteln.

Resultat: Im Projekt Eden zu Hause wurde das Thema Sinnfindung intensiv aufgenommen und bestärkt.

Sozialkapital ó die große Einheit

Zu den wesentlich Axiomen der Sozialkapital-Theorie gehört die Regel, dass alle drei Ebenen notwendig sind ó und einander bestärken.

2. ALLGEMEINE HINWEISE

Aus den Studien in einer Reihe von Pflegebeziehungen im Rahmen des Sozialkapital-Ausbildungskurses 2010 der Eden-Alternative haben sich in einigen Punkten allgemein verwertbare Hinweise ergeben

2.1. Selbstwertgefühl

Es ist bewundernswert, wenn es älteren Menschen trotz Behinderung und Leiden gelingt, ein gesundes Selbstwertgefühl und die damit verbundene innere Sicherheit (šSense of Coherenceö in der Salutogenese-Theorie) zu bewahren. Das zu unterstützen, ist eine zentrale Aufgabe der Care-Partnership ó im richtigen Mittelmaß zwischen Überbefürsorgung und Überforderung.

Ermutigung zum Selbst-Tun, aber immer mit Hilfe bei der Hand sein ó dieses Muster beherrschen versierte Pflegende sehr gut. Doch ein Hinweis verdient Beachtung: Fertigkeiten jeder Art bei Betreuten zu finden, zu bestärken oder auch neu auszubilden, in denen die Betreuten ihre eigene Kompetenz erleben, sich stark fühlen, kann Wunder wirken ó auch wenn es nur Kleinigkeiten sind.

Auch in Erinnerungen finden Ältere oft Bestätigung ihres Selbstwerts ó aber Achtung, es folgt darauf oft die Niedergeschlagenheit über den Verlust früherer Fähigkeiten. Selbstwertgefühl, das Vergangenes bemühen und damit prahlen muss, steht auf wackligen Beinen und stürzt leicht ab.

Resultat: Im Projekt Eden zu Hause wurden die eigenen Möglichkeiten der Pflegebedürftigen zutiefst ernst genommen, entdeckt oder wiederentdeckt und Entscheidungen wurden zusammen getroffen, nicht mehr wie früher, über den „Kopf“ der Betroffenen hinweg. Dies führte zu einem als stark und wichtig empfundenen „Empowerment“ der Pflegebedürftigen und ihrer Angehörigen.

2.2. Sinnfindung

Aus einer Gemeinschaft und einem šGlaubenō starke Sinngefühle zu gewinnen, kann Verluste und Leiden erträglicher machen, ja, ihnen sogar noch Stolz abgewinnen. Religion und Weltanschauung, Begeisterung für und durch Kunst und Wissenschaft, Verehrung für Ideen und Symbole ó selbst noch in Sport, Hobby und Unterhaltung ó können solche Sinnfindung bieten. Für Alternde mit sich vermindernden Chancen, im eigenen Wirken Sinn zu erleben, und mit zunehmenden Schwächen, fehlt es oft an solcher Sinnhaftigkeit des eigenen Lebens.

Folglich neigen Senioren oft wieder stärker ihren religiösen, politischen oder spirituellen Glaubensgemeinschaften zu. Gute Pflege bestärkt und unterstützt jede lebendige Sinnfindung, in Toleranz und ohne šBekehrungs-Interessenō. Darin gipfelt die Humanität gelebter Care Partnership.

Daraus lassen sich auch noch für Alltagsprobleme der Betreuung Vorteile ziehen. Wenn etwa betreute Senioren unter Schlaflosigkeit in der Nacht leiden ó was öfter vorkommt -, so kann es sinnvoll sein, sie auf wertvolle TV-Sendungen nach Mitternacht aufmerksam zu machen. Da kann es dann zu einem Muster werden, dass von Schlafstörungen Geplagte sich an Wissenschaftsendungen begeistern und nachher gern davon erzählen, was sie da erfahren und gelernt haben.

Es ist klar, dass man bei solchen šSeelen-Medikamentenō auf jene Bereiche der Sinnfindung zurückgreifen kann und soll, die der Kultur und Lebenserfahrung der betreuten Person entsprechen.

2.3. Sich Aussprechen

Alle Menschen bedürfen der offenen Aussprache über ihre Gefühle, brauchen das Jammern im Leiden, das Schimpfen im Ärger, das Jubeln in der Freude ó und dabei das verstehende Angehörtwerden. Normal und gesund ist das in Gegenseitigkeit mit Nahestehenden und in Freundschaften gegeben. Wenn ältere Betreute solche Aussprache-Beziehungen unter Verwandten und alten Bekannten noch haben, sollen diese gepflegt und bestärkt werden, durch Treffen und Besuche. Der Nutzen solcher Kontakte für Gesundheit und Wohlbefinden ist wissenschaftlich belegt.

In der Care Partnership werden Betreuende auch solche Rollen teilweise übernehmen ó und sollten dafür vorbereitet sein. Doch eine reale Gegenseitigkeit des Sich-Aussprechens kann es

dabei kaum geben, da ist die Distanz zu groß. Aber auch schon das interessierte Zuhören ist psychotherapeutisch wirksam.

Besondere Aufmerksamkeit ist bei solchen Gefühls-Expressionen den starken negativen Gefühlen zu zollen, der Feindschaft und der Angst. Ältere haben oft Streit und fühlen sich verletzt. Auch da gehört zu einer guten Pflege das tröstliche Zuhören und Beruhigen. Streit zu schlichten oder eine Versöhnung übersteigen jedoch meist den Leistungsrahmen auch einer Care Partnership. Gegebenenfalls sollte fachliche Hilfe beigelegt werden.

Resultat: Im Projekt Eden zu Hause konnten oft solche Themen erörtert und verarbeitet werden, zum Nutzen aller Beteiligten und zum Empfinden einer geteilten Humanität.

2.4. Angstvermeidung

Senioren sind bedroht durch plötzliche Hilflosigkeit infolge von Stürzen, Unfällen und Anfällen, gerade auch zu Hause und allein. Senioren fühlen sich auch öfter bedroht von Gewalt und Kriminalität.

Gegen das Risiko wie die Angst sind Sicherheits-Techniken sinnvoll: Alarmruf-Anlagen, Telefon in Griffweite, Signalverbindungen zum Hausmeister oder zu Nachbarn.

Es ist allerdings nicht immer leicht zu entscheiden, wie weit Sicherheitsmaßnahmen durch Steigerung der Angst mehr schaden als sie gegen geringe Risiken nützen.

Jedenfalls sollte, bei aller Vorsorge gegen Gefährdungen, bei allem offenen Ohr für die Klagen, die Beruhigung von Angst vorherrschend bleiben.

Neurotische Ängste, an denen mehr als ein Drittel der Menschen bei uns leiden, sind ein Krankheitsfaktor, der den ökologischen Gesundheitsschädigungen gleich kommt.

Resultat: Im Projekt Eden zu Hause wurden Vorsichtsmaßnahmen, Notfallpläne und vorausschauende Planung zusammen mit den Familien gemacht, sodass weniger Energie in ein Krisenmanagement investiert werden musste und die Zeit, die dafür verwendet werden musste, konnte für die Beziehungspflege und einen normalen Alltag verwendet werden. Der Sinn von Wirksamkeit und „Erfolg“ bei den Professionellen stieg deutlich an.

2.5. Erotik

Vor allem Männer vertragen den Rückgang sexueller Potenz im Alter oft schwer und entwickeln dann erotische Phantasien, die sie in Pornographie Anregungen suchen lassen und gelegentlich zu unpassenden Avancen gegenüber Frauen, auch in Pflegebeziehungen, verleiten. Dahinter stehen vor allem Verlust und Mangel an Selbstwert, aber auch an Zärtlichkeits-Erlebnissen. Doch auch älteren Frauen ist diese Problematik nicht fremd, insbesondere auch im Bezug auf behinderte Ehepartner.

Zu mehr Selbstwert kann in anderen Formen verholfen werden. Anzüglichkeiten sind ohne Erniedrigung oder Beschämung für den Betreuten, zu übergehen, abzuwehren.

Zärtlichkeit, ohne erotischem Beigeschmack, auch Streicheln und körperliche Hilfe, gehören zu einer Care-Partnership; doch sind dabei die Grenzen zur Intimität und die natürliche Hierarchie der Pflegebeziehung (in Analogie zur Eltern-Kind-Beziehung) zu beachten.

Resultat: Im Projekt Eden zu Hause wurden bei einer Familie genau diese Fragen angesprochen und subtil vorgegangen, um gewünschte eheliche Zärtlichkeiten trotz Pflegebedürftigkeit wieder zu ermöglichen. Die Fragestellung wurde angegangen, nicht vermieden, aber auch noch nicht gänzlich gelöst.

2.6. Szenenwechsel

In ihrer Mobilität eingeschränkte Betreute können, auch bei bester Pflege und ausreichenden Sozialkontakten, darunter leiden, dass sie zu sehr an einen Raum gebunden sind, zu wenig wechselnde Stimulation aus ihrer visuellen Umgebung erleben. Das eigene Zimmer und die Wohnung regelmäßig verlassen zu können, um Umwelt, Natur und Menschen in ihrer Vielfalt wahrzunehmen, trägt wesentlich zum Wohlbefinden bei. Auch Fernsehen und Besuche ersetzen den Szenenwechsel nicht ganz.

Besonders bedroht von solcher Umgebungs-Monotonie sind vor allem gehbehinderte Rollstuhlfahrer, die in höheren Stockwerken in Häusern ohne Lift wohnen und nur sehr schwer über die Stiegen herabgebracht werden können. Es wäre zu fordern, dass solchen Betreuten nicht nur für den Arztbesuch und die medizinische Behandlung das Verlassen ihrer Wohnung geboten wird, sondern auch zu regelmäßigen Kontakten mit der Umgebung, zum Szenenwechsel.

Darauf ist auch bei Senioren Wert zu legen, die selbst meinen, sie könnten darauf verzichten. Mobilität und wechselnde Stimulation gehören zu den Grundbedürfnissen des Menschen.

In manchen Fällen können auch technische Hilfen (šTreppen-Schneckeö, šTreppen-Aufzugö) zu mehr Beweglichkeit verhelfen.

Resultat: Im Projekt Eden zu Hause wurde der Erlebniskreis erweitert und Szenenwechsel ermöglicht, sei es durch die Workshops selber, durch die Erwünschtheit der professionellen Helfer durch das Projekt, durch das Ansprechen und Beteiligen von Freunden, Nachbarn und Angehörigen sowie zum Teil bereits umgesetzten Massnahmen zur Barrierefreiheit und zu möglichen Ausflügen.

2.7. Haustiere

Der soziale Lebenskreis (das šSozialkapitalö) des Menschen schließt auch eng verbundene Haustiere ó die šPetsö ó mit ein. Darin unterscheiden sich Senioren nicht von Jüngeren. Doch gibt es Probleme, die bei Senioren mit Haustieren zu beachten sind.

Bei körperlicher Behinderung fällt es oft schwer, den Bedürfnissen der Haustiere in Hygiene und Bewegungsdrang gerecht zu werden (wie dem šÄußerln gehenö mit Hunden).

Wenn für die tierliebenden Senioren durch Krankenhausaufenthalte oder Kuren länger von zu Hause abwesend sind ó wer nimmt dann die Haustiere in Pflege?

Was geschieht mit dem šPetō, wenn sein šFrauerlō oder šHerrlō ins Alterheim übersiedelt oder das Zeitliche segnet?

Diese Fragen sollten geklärt sein, wenn ein Haustier das soziale Leben einer betreuten Person bereichern soll. Sonst könnte die gut gemeinte Betreuung šauf den Hund kommenō oder šfür die Katz seinō.

2.8. Pflegevertrautheit

Jede Pflegebeziehung ist auch eine Vertrauensbeziehung. Konstanz der Betreuungspersonen ist daher anzustreben.

Bei Pflege durch Angehörige, wo Vertrautheit und Dauerhaftigkeit gegeben sind, ist aber auch darauf zu achten, dass der selbstgewählte und selbstgewollte Anspruch an Zeit und Kraft nicht übergroß wird. Bei alten Ehepaaren, wo die Frau oft den stärker behinderten Mann betreut, sollte diese regelmäßig Zeit für sich und eine Pflegepflichtablösung durch eine Pflegeperson bekommen, um selbst Ruhepausen und Szenenwechsel zu haben.

Wo öfterer Wechsel der Pflegenden unvermeidlich ist, wäre es sinnvoll, Akzente der Vertrautheit zu setzen: die Pflegeperson zu fotografieren und Bilder im Sichtbereich der Pflegeempfänger aufzustellen und auch gleichbleibende persönliche Kleidung zu tragen.

Resultat: Im Projekt Eden zu Hause wurde durch den intensivierten Austausch die „menschliche Dimension“ viel wichtiger als vorher. Die geschulten Professionellen konnten sich selber viel mehr als Menschen präsentieren und nicht nur ihre Rolle als „Tuerin“ in die Waagschale werden. Ebenfalls konnten vor allem Ehefrauen und Töchter von ihrer Pflichtverantwortung entlastet werden und ihr Wert bestätigt werden.