



Alzheimer Gesellschaft
Baden-Württemberg e.V.
Selbsthilfe Demenz

Nachlese | Mit Demenz leben | 03.04.2019

Gewalt in Betreuung und Pflege – Was kann helfen?

Am Beginn seines Lebens ist jeder Mensch pflegebedürftig und am Ende ihres Lebensweges werden viele es wieder sein. Dann sind es zumeist die eigenen Kinder, die Verantwortung für das Wohl der eigenen Eltern übernehmen müssen. Das ist ein Lebensabschnitt, der vor ganz neue Herausforderungen stellt, und man sollte schon in gesunden Tagen vorsorgen, damit er für alle Seiten zufriedenstellend verlaufen kann.

Wie gut die damit verbundene Rollenumkehr gelingt, hängt von der jahrzehntelangen Entwicklung der wechselseitigen Beziehungen ab. Jede Pflegesituation hat ihre Vorgeschichte, und Kinder erleben Eltern aufgrund der gestiegenen Lebenserwartung viel länger als früher. Maßgeblich ist auch, wie gut die äußeren Bedingungen der Pflegesituation gestaltet werden. Häusliche Pflege darf die Menschen nicht überfordern, sonst entsteht leicht Gewalt.



Die Sozialarbeiterin, Sozialgerontologin und Geistliche Begleiterin *Ulla Reyle* kennt die Probleme der Pflege alter Eltern aus ihrer eigenen Beratungspraxis in Tübingen. Sie war am 3. April 2019 im Treffpunkt 50+ in Stuttgart zu Gast. Ihr Thema war, wie in der Pflegesituation Gewalt und Überforderung abgewendet werden und Wertschätzung und Liebe erhalten bleiben können.

Gewalt in der Pflege hat viele Gesichter

Durch Gewalt – und dazu gehört vieles, was im Pflegealltag durchaus regelmäßig vorkommt – wird dem zu pflegenden Menschen (aber durchaus auch der Pflegeperson) Leid zugefügt. Gewalt im eigenen Haus ist nicht selten. 18% der zuhause Gepflegten sollen Gewalterfahrung haben, wobei die Dunkelziffer wahrscheinlich höher liegt. Pflegende Angehörige, die gewalttätig werden, sind in der Regel nicht „böartig“, sondern brauchen selbst Verständnis, denn die Aggression gegenüber den schwächeren Abhängigen hängt mit ihrer eigenen inneren Befindlichkeit zusammen und sind Zeichen von Überforderung und der eigenen Not als Pflegende.

Menschen, die Gewalt in der Pflege anwenden, kommen aus allen Schichten und oft aus dem familiären Umfeld. Das können etwa die erwachsenen Kinder und Schwiegerkinder (insbesondere dann, wenn sie gemeinsam im selben Haus(-halt) leben), aber auch die EhepartnerInnen des/der Pflegebedürftigen sein. Gerade bei Letzteren kommt Gewalt aber oft nicht „aus heiterem Himmel“, nicht „von jetzt auf nachher“, sondern besteht als Beziehungsstruktur möglicherweise schon jahrelang.



Alzheimer Gesellschaft
Baden-Württemberg e.V.
Selbsthilfe Demenz

Im Umgang miteinander in der Pflege spiegelt sich auch eine jahrzehntelang verfestigte Familiendynamik ab.

Zunächst wird Gewalt vor allem mit **physischer (= körperlicher) Gewalt** assoziiert, wozu **Schlagen, grob Anfassen, Verweigerung von Essen, Trinken und Medikamenten, Einsperren und andere freiheitsentziehende Maßnahmen** gehören. Demenziell Erkrankte sind weit überdurchschnittlich von physischer Gewalt betroffen.

Formen **psychischer (= seelischer) Gewalt** sind unter anderem:

- Den **Willen** der Gepflegten **nicht respektieren** und über ihre Beschäftigung, den Tagesablauf und die Kontakte **entscheiden**.
- **Anschreien** und **Schimpfen**.
- Jemanden **wie ein Kind ansprechen** und behandeln oder **ignorieren**.
- **Beschämen**: Schamgefühle können bei der Intimpflege ausgelöst werden, sie entstehen aber auch, wenn demenzerkrankte Menschen merken, was sie nicht mehr können. Die Verletzung der eigenen Würde trifft auch sie hart, denn ihre Gefühlswelt ist voll erhalten.
- Bei **Vernachlässigung** werden die Pflegebedürftigen unterversorgt. Beispiele: den anderen auf Hilfe oder Nahrung und Flüssigkeit warten lassen, Nachlässigkeit bei Kleidung und Körperpflege.
- Der Vernachlässigung steht, vor allem im häuslichen Bereich, die **Überpflege** gegenüber. Wenn man alten Menschen Aktivitäten abnimmt, die sie noch selbst ausführen können oder ihre Handlungen unterbricht, weil sie zu lange dauern, nimmt man ihnen die Chance auf Lebenszufriedenheit. Die Restfähigkeiten der Gepflegten kommen zum Erliegen, sie haben selbst immer weniger Erfolgserlebnisse.

Studie: was macht 100-jährige Menschen zufrieden und glücklich?

Ein Ergebnis der Heidelberger Hundertjährigen-Studie (www.gero.uni-heidelberg.de/md/gero/forschung/broschuere_fuer_pfleger_angehoerige_sehr_alter_menschen.pdf) war, dass das Leben schön ist, wenn es als sinnvoll empfunden wird und man seine Fähigkeiten einbringen kann. Für die Pflege ergibt sich daraus die Forderung, den Blick mehr auf Ressourcen (= erhaltene Fähigkeiten) zu richten. Alte Menschen können etwas von früher erzählen, sie sind glücklich, wenn sie sich mit anderen verbunden fühlen und sollten im Alltag und bei der Pflege noch das beitragen, was ihren Fähigkeiten entspricht.

Pflegen, ohne dass die Liebe stirbt

Zwar haben die Eltern über Jahrzehnte hinweg in aller Regel sehr viel für ihre Nachkommen getan, es gibt jedoch keine Verpflichtung, dass Kinder ihren Eltern auch etwas zurückgeben müssen.



Alzheimer Gesellschaft
Baden-Württemberg e.V.
Selbsthilfe Demenz

Das 4. Gebot: „Du sollst Vater und Mutter ehren“ beinhaltet keine Verpflichtung zur Pflege.

In der Großfamilie früherer Zeiten war das anders bzw. wurde das anders gesehen, auch wenn das „Ideal Großfamilie“ eher ein Mythos ist, da es dort durchaus erhebliche Konflikte gab. Die Familie war in erster Linie ein Ort des Überlebens, nicht der Liebe.

Aufgrund der immer höheren Lebenserwartung leben die Generationen mittlerweile sehr lange zusammen (wenn auch nicht unbedingt räumlich), auch erwachsene Kinder erleben ihre alten Eltern noch über einen großen Zeitraum.

Da im Gegensatz zu heute in früheren Zeiten eine lange Pflegebedürftigkeit nicht so häufig war, war die Pflege der Älteren auch weniger belastend. Heute dauert die durchschnittliche häusliche Pflege sechs bis acht Jahre und sie muss vor allem so gestaltet werden, dass man weiter respektvoll miteinander umgehen, die Liebe bestehen bleiben kann.

Im Bezug zu unseren Eltern bleiben wir Kinder und müssen die Beziehung zwischen Verbundenheit und Abgrenzung immer neu ausbalancieren. Im mittleren Lebensalter durchleben viele Menschen eine Entwicklungskrise, wenn die Eltern verstärkt hilfsbedürftig werden. Wenn der Rollenwechsel vom Kind zum Erwachsenen gelingt, kann sich die *filiale Reife* ausbilden und Eltern und Kinder können sich dann auf Augenhöhe begegnen.

Das ist eine Voraussetzung, damit Pflege gelingen kann. Wenn der Rollenwechsel nicht gelingt, ist es schwierig, Grenzen zu setzen („darf ich moralisch/als Kind/als jüngerer Mensch meiner Mutter/einem alten Menschen Grenzen setzen?“). Menschen haben aber eine große Sehnsucht nach Grenzen, nach Klarheit, denn diese vermitteln Sicherheit und Geborgenheit.

Die Entscheidung zu pflegen muss oft nach einem Krankenhausaufenthalt der alten Eltern sehr schnell gefällt werden. Oft glaubt dann eins der „Kinder“, dafür zuständig zu sein und gerät in eine Situation, in der die Pflege oft viel länger dauert als ursprünglich gedacht, in der es von den Geschwistern keine Anerkennung bekommt und am Ende ausgelaugt zurückbleibt und/oder in seiner Not und Überforderung gewalttätig wird. Pflegenden müssen sich davor hüten, alles allein tun zu wollen, sie müssen Geschwister, Ehrenamtliche und (Pflege-)Dienste mit „ins Boot“ holen.

Umgang mit der eigenen Pflegebedürftigkeit

Die Rücksicht auf die erwachsenen Kinder gebietet einen selbstfürsorglichen Lebensstil, sodass die Zeit der Pflege nicht so lange währt bzw. später beginnt. Oder einfacher ausgedrückt: Wer im Laufe



Alzheimer Gesellschaft
Baden-Württemberg e.V.
Selbsthilfe Demenz

seines Lebens etwas auf seine Gesundheit (Ernährung, Bewegung, Schlaf...) achtet, legt damit oft den Grundstock, erst später hilfs- und pflegebedürftig zu werden als Menschen, die diesbezüglich nachlässig sind.

Je älter Menschen sind, desto eher sind sie alleinstehend, und desto hilfsbedürftiger sind sie. Die letzten zehn Jahre ihres Lebens verbringen Frauen im Durchschnitt alleine, der Unterstützungsbedarf ist vor allem während der letzten drei bis vier Jahre aufgrund der Zunahme und Vielfältigkeit der Erkrankungen hoch. Nicht selten kommt dann auch eine Demenz hinzu.

Ulla Reyle empfiehlt älteren Menschen *kompetent pflegebedürftig* zu werden, d.h. sich auf die sich ändernden Gegebenheiten einzulassen und sich daran anzupassen. So wird etwa die eigene Wohnung mit zunehmender Hilfebedürftigkeit immer wichtiger, weil es immer weniger Möglichkeiten gibt, aus Gesundheitsgründen am öffentlichen Leben teilzunehmen. Wenig geeignet sind dann zum Beispiel ein Reihenhaus mit vielen Treppen und Stockwerken oder ein Einfamilienhaus, das schnell zu einem Ort der Einsamkeit werden kann.

Es ist dann also in vielen Fällen nötig, aus der zu großen und nicht barrierefreien Wohnung auszuziehen und dabei viel vom alten Leben hinter sich zu lassen. Das ist mit Trauerarbeit verbunden, hat jedoch auch einen spirituellen Aspekt, denn wer loslässt, hat eher den Kopf und die Hände frei.

Neuere Konzepte streben an, das Leben in der eigenen Wohnung durch mobile Dienste und Einbeziehung vieler Ehrenamtlicher so lange wie möglich zu erhalten. Beim „Betreuten Wohnen zu Hause“ wird durch Fahr- und Begleitdienste, Einkaufsservice, Hilfen für Haus und Garten, Essen auf Rädern, hauswirtschaftliche Arbeiten, pflegerische Verrichtungen etc. das selbstständige Leben in der eigenen Wohnung unterstützt. Ein wichtiges Element ist der (ehrenamtliche) Besuchsdienst, der Kontaktmöglichkeiten bietet und weiteren Unterstützungsbedarf erkennen kann. So entstehen *Caring Communities* – sorgende Gemeinschaften.

Wenn das nicht mehr ausreicht, sollte man am besten in ein Pflegeheim in der Nähe der Kinder ziehen. Dieser Schritt will vorbereitet sein. Schon rechtzeitig sollte man mit den Kindern darüber reden, was im Fall der Pflegebedürftigkeit sein soll. Kinder sollen nicht (nur) den Körper pflegen, sondern vor allem die Seele begleiten. Gerade Menschen mit Demenz sind in einer Übergangswelt, sie träumen sich aus dem Leben heraus und brauchen Seelenpflege.

Und damit Kinder das leisten können, dürfen sie nicht von (Körper-)Pflegeaufgaben erschöpft sein.



Alzheimer Gesellschaft
Baden-Württemberg e.V.
Selbsthilfe Demenz

Weitere Informationen

Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP)

[Gewalt vorbeugen: Praxistipps für den Pflegealltag](#)

Ratgeber | kostenloser Download

Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg

[Begleiten ins Anderland: GEWALTig überfordert – Wenn Pflege an Grenzen gerät](#)

[Begleiten ins Anderland: Nur wer gut für sich selbst sorgt, kann auch für andere sorgen](#)

Artikel | kostenlose Downloads

Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung

[Zu Hause pflegen – so kann es gelingen! Ein Wegweiser für pflegende Angehörige](#)

Ratgeber | kostenloser Download

Psychologie Heute, Heft 2/2019

[Die Seele hat ihr eigenes Tempo](#)

Artikel | kostenloser Download

[Zwischen Liebe und Pflichtgefühl](#)

Artikel | kostenpflichtiger Download

Kurse und Selbsthilfe für betreuende und pflegende Angehörige

[Angehörigenschulungen](#)

[Angehörigengruppen](#)

Webseite der Referentin

www.ulla-reyle.de

Dr. Brigitte Bauer-Söllner, Redaktionsteam Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg