

## Angst bei Demenz - das Erleben von Fremdheit

Detlef Rüsing (MScN)  
Universität Witten/Herdecke  
Dialog- und Transferzentrum Demenz (DZD)

## Inhalt

- Um wen es geht ...
- Fremdheit und Angst: Zusammenhänge
- Fremdheit und die Folgen
- Orientierung gegen die Angst
- Was schafft Orientierung?
- Zeit, sich (neu) zu orientieren ... Trauen wir uns?!!

## Demografischer Wandel – ein Schreckgespenst?!

„Bürger sind selbst aufgefordert, Verantwortung zu übernehmen“

Schwäbische Zeitung

Aus: Süddeutsche Zeitung  
Deutschland im Pflegezustand

Demografischer Wandel in Österreich: noch  
wollen viele nicht in Pflegeeinrichtungen  
Aus: www.oesterreichnews.de

Problem demografischer Wandel

Demografischer Wandel bereitet Senioren  
Kopferbrechen (aus: Südkurier)

- Lerne, diejenigen zu lieben, die dir nicht ähnlich sind, die anders erscheinen, deiner eigenen Kultur und deiner eigenen Geschichte fremd. Sie sind die anderen Spiegel deiner Selbst. Ohne sie hast du nur ein unvollständiges Bild vom Glück, hast du dich nicht wirklich mit dir Selbst versöhnt.*

Drukpa Rinpoche

## UM WEN ES GEHT ...

## Um wen es geht ...

Ich bin noch da, begraben unter diesem ... aufgeweichten, armseligen Gehirn, das sich meinem verzweifelten Willen versagt und ihn verhöhnt wenn flüchtige Gedanken, Vorstellungen und Träume versuchen, sich freizukämpfen.

Wenn du mich verlässt und deine Liebe nachlässt, bin ich verloren, verloren für immer.

Du hast mir gezeigt, wie edel das Herz einer Frau sein kann.

Wo immer ich später einmal bin: Ich werde Ausschau halten nach dir;

heute jedoch

blicke nach vorn

fühle dich frei

genieße das Leben

erfreue dich der Kinder

wache über mein Gedächtnis und Gott segne dich.

(Howard Quaterman)

(aus: Bowlby-Sifton; C. (2008): Das Demenz-Buch.)

## Um wen es geht ...: Gesundheitszustand der Pflegenden

- Anfang 2011 erstellte die Siemens-Betriebskrankenkasse (SBK) eine Studie aus Versichertendaten
- Angehörige Pflegebedürftiger sind
  - häufiger krank
  - öfter beim Arzt
  - brauchen mehr Medikamente
- Aber
  - Obwohl sie häufiger unter schwerwiegenden Krankheiten leiden, sind die Angehörigen von Pflegebedürftigen nicht öfter oder länger im Krankenhaus.
  - Kurzmöglichkeiten werden deutlich weniger genutzt.
- **Fazit: Mehrfachbelastung pflegender Angehöriger durch Pflege, Beruf und Familie geht auf Kosten der Gesundheit.**

## Gedanken von pflegenden Angehörigen

(Bowlby-Sifton 2007)

- Ich hasse ihn, ich hasse mein Leben, ich hasse diese Situation, ich hasse den Verlust meiner Freiheit.
- Warum kann sie nicht ihre Schultern zurücknehmen und aufrecht gehen wie ein normaler Mensch? Das ist doch nicht so schwer!
- Sei doch bitte einfach still. Was du sagst ist so töricht und so belanglos!
- Gibt es dich noch, irgendwo da drin? Ich möchte, dass du wieder du selbst bist.
- Warum kann ich nicht einfach sterben – mein Tod würde mich so erleichtern.
- Meine Familie bewundert mich und denkt, ich sei so geduldig und so kompetent – HA! Sie haben keine Ahnung, was mir durch den Kopf geht.
- Wird er rechtzeitig sterben, damit ich noch etwas vom Leben habe?
- War mit dem «in guten und in schlechten Tagen» wirklich DAS gemeint?

## BKK-Umfrage: „Gesundheit und Arbeit“ (2017) [1]

- Nur 61% der Befragten der Wirtschaftsgruppe „Heime“ weisen gute/sehr gute Arbeitsfähigkeit auf (Vergleich Wirtschaft & Kommunikation: 80%); Teilzeitkräfte noch schlechter
- 21,4 % in der Altenpflege sehen sich durch Beruf psychisch und physisch gefährdet (gegenüber 4,4% Gesamt)
- AU-Tage wg. Muskel- und Skelettkrankungen treten am häufigsten bei weibl. Beschäftigten in Heimen auf (doppelt so hoch wie Gesamt)
- Beschäftigte der Altenpflege haben mit 21,4 AU-Tagen höchste Ausfallquote (gegenüber Gesamt 16,1 AU-Tage)
- 4,7 AU-Tage bei Altenpflegerinnen wegen psychischer Störungen
  - Erkrankungen nehmen mit dem Alter zu und sind bei Frauen häufiger
  - Auch bei Männern in der Pflege häufiger
- Überdurchschnittlich viele Krankenhaustage wegen psychischer Störungen in Gesundheitsberufen (Altenpflege > Krankenpflege)
- Pflegende in prekären Arbeitsverhältnissen sind häufiger krank

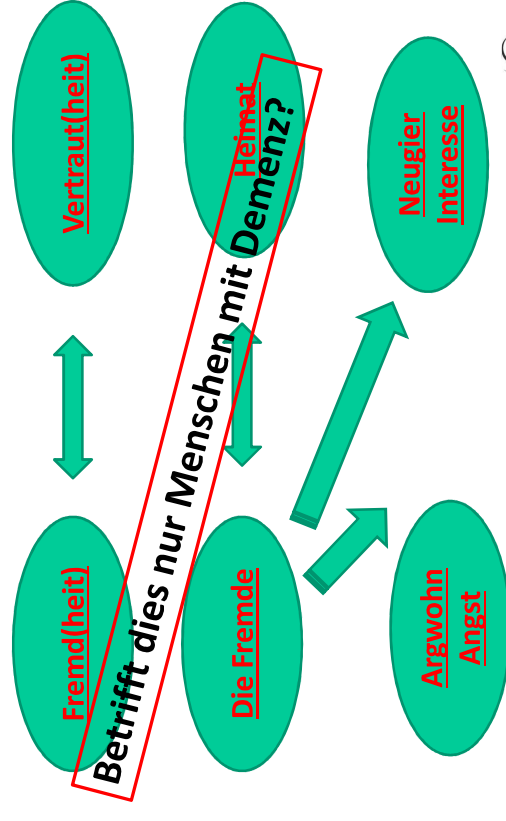
Ach ja ... und um ....

uns

Definition

**FREMDHEIT**

Fremdheit



## Das Fremde /Fremdheit

- Das Fremde bezeichnet etwas, das als **abweichend von Vertrautem** wahrgenommen wird, das heißt aus Sicht dessen, der diesen Begriff verwendet, als etwas (vermeintlich) Andersartiges oder weit Entferntes. Das Gefühl der Fremdheit entsteht durch den Ethnozentrismus, über den sich jede Ethnie definiert und von anderen Gruppen abgrenzt. Es kann **Abwehr im Sinn von Angst bis hin zur Aggressivität hervorrufen**; allerdings je nach persönlicher oder sozialer Disposition auch Zugewandtheit im Sinne von Interesse bis hin zur Sehnsucht [...].

<https://de.wikipedia.org/wiki/Fremde>

13

## Corry Bosch 1998: Wirklichkeitserleben dementierender alter Menschen

- "nach Hause wollen"
- "sich nach dem Ende des Lebens sehnen"
- **"Vertrautheit verlangen und erfahren"**

Bosch, C.F.M.(1998): Vertrautheit - Studie zur Lebenswelt dementierender alter Menschen. Ullstein Medical

14

## Angst

**Angst ist das Gefühl der "Unheimlichkeit" und des "Ausgesetzseins" in der Welt.**

Kai Althoetmar auf <http://www.planet-wissen.de/gesellschaft/psychologie/angst/index.html>; abg. am 26.10.17

16

Eine kleine Geschichte der Fremdheit und Angst ...

## ANGST UND DEMENZ

## Angst (Vorkommen)

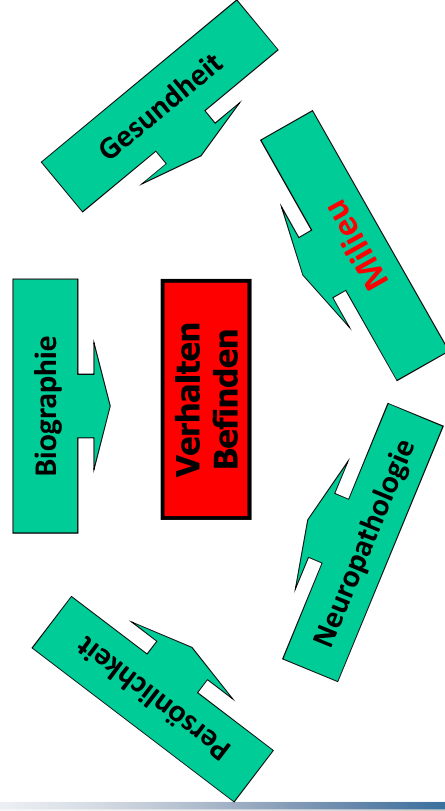
	Studien	Prävalenz	Persistenz	Inzidenz
Angst	8	17-52%	17-52%	12-38%
Depression	12	8-57%	16-70%	10-73
Apathie	4	19-51%	20-55%	27-64%

van der Linde RM, Denning T, Stephan BC, Prima AM, Evans E, Brayne C. Longitudinal course of behavioural and psychological symptoms of dementia: systematic review. *Br J Psychiatry*. 209. England2016. p. 366-77

Fremdheit und Angst entgegenreten

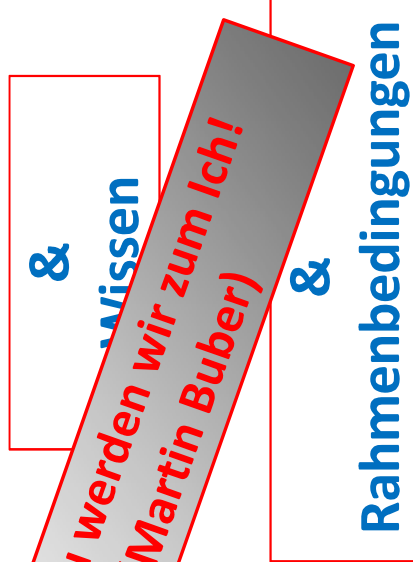
## KONTAKT UND ORIENTIERUNG ALS PFLEGEZIEL

## Ganzheitliches (Biopsychosoziales Modell) Kitwood 1997

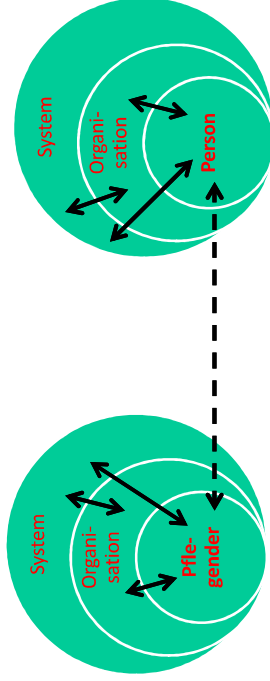


Personzentrierte Pflege (Rogers C.)

- Akzeptanz
- Empathie
- Kongruenz



## Fremdheit – Angst Wechselwirkungen



## Angst ORIENTIERUNG SCHAFFEN

### Definition (Information Philosophie)

□ Orientierung ist die Leistung, sich zurechtzufinden (Stegmaier 2008)

- Orientierung beginnt nicht mit Ziel:
- Situation erfassen
- Handlungsmöglichkeiten ausfinden (Anschlussfähigkeit; Luhmann)
- „zurechtkommen“ und „Wegerkommen“
- Jede Orientierung erfordert neue Orientierung

**Orientierung erfordert Mut!**

- Orientierung bei Beunruhigungen ist die Erhöhung der Aufmerksamkeit
- Orientierung passiert immer unter Ungewissheit: darum:

## WAS SCHAFFT ORIENTIERUNG?

## Was schafft Orientierung? (1)

### Demenz-Betroffene:

- Menschen mit Demenz brauchen ein stabiles Gegenüber, welche Orientierung schafft (siehe Pflegende).
  - **Echte-Begegnung**, „Begegnung auf Augenhöhe“
- Unterstützung der Orientierung zu
  - Person, Ort, Zeit & Situation (Technikeinsatz, Biografiekenntnisse)
- Wissen & Haltung der Pflegenden
- Rahmenbedingungen (Innen – und Außenstruktur)
- Pflegende müssen systematisch für Betroffene (Unterstützung) und sich selbst „Orientierung“ schaffen.
  - Fallarbeit bei „Herausforderndem Verhalten“ (multidisziplinär)
- „Der Mensch als Medizin (Grund)“

Kontakt und Echte Begegnung

## Was schafft Orientierung? (2)

### Pflegende

- Alles, um ein „stabiles Gegenüber“ zu sein
  - gute Arbeitssituation (kein prekäres Arbeitsverhältnis)
    - Menschen in prekären Arbeitsverhältnissen sind öfter und länger krank (BKK 2017)
  - gute körperliche und psychische Gesundheit (BFG, Arbeitszeiten usw.)
  - Wirkliche Berufseignung
  - Wissen
  - „erfülltes Privatleben“
- **Und ...**

## Was schafft Orientierung ?(3)

- Ein Beruf und Arbeitsplatz, der Sinn macht und Sinn stiftet ...**
- Pflegende der stationären Altenpflege leben in einem Dilemma:
  - Hochqualifizierte Arbeit, die nicht entsprechend anerkannt wird
- Nur 5% der Bevölkerung wünschen sich bei Hilfe- und Pflegebedarf ein Leben in einer stationären Einrichtung
  - Altenheime sind assoziiert mit Leid, Hochaltrigkeit und „Endstation“
  - Klientel hat sich in den letzten 30 Jahren hinsichtlich Pflegestufe und Alter verschoben
  - Altenheime sind assoziiert mit „Pflegenotstand“ (wie auch KH)
  - Altenheime sind assoziiert mit Unselbstständigkeit, Langeweile ...

## Was schafft Orientierung ?(4)

- Ein Beruf und Arbeitsplatz, der Sinn macht und Sinn stiftet ...**
- AH müssen in der Gesellschaft offensiv an ihrer Rolle arbeiten,
- AH müssen offensiv belegen, dass sie ein Lebenskonzept haben und mehr sind als eine unvermeidliche, letzte Station.
- Altenheime überdenken ihre Rolle
  - AH sind mehr als Endstation (über das Altenheim hinaus gedacht und gelebt!)
  - Altenheime als eine Alternative zu anderen Angeboten auf gleicher Ebene
  - z.B. Altenheime als Kriseninterventionszentren (Parallele zur Psychiatrie)

## WAS WIR WISSEN ...

## Was wir wissen ...

- Sämtliche Forschung verweist auf eine positive Korrelation zwischen Lebensqualität/Wohlbefinden und Kontaktzeiten zwischen Personal und Bewohnern/Patienten/Klienten (Evidenz von Beziehungsarbeit)
  - Eine spezielle Schule des Kontaktes scheint anderen Schulen nicht überlegen zu sein
  - Das bedeutet nicht, dass die Herangehensweise egal ist (Vergleich Nachweis Psychotherapie)
- Je schwerer die Demenz, desto größer der Nutzen von 1:1 – Beziehungen

## Was wir wissen ...

- Trotz zunehmender Forschung und Leitlinien ziehen Ergebnisse nur marginal in Praxis ein
- Pflegende haben keine Zeit, wirkliche Beziehungsarbeit zu betreiben
- Fallarbeit findet häufig „nach Feierabend“ statt
- Forschungsergebnisse werden nicht gelesen und sind nicht bindend
- Pilotprojekte werden trotz guter Ergebnisse bei Projektende eingestellt, da keine Weiterfinanzierung („Projektprofis“)

Es liegt an uns!

**NUR EIN MÄRCHEN ...**



# STELLEN SIE SICH NUN FOLGENDES VOR ...

# ... A NEVER ENDING NIGHTMARE ??

# Zeit, sich (neu) zu orientieren ...

Das Wissen ist da ...

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

## Dialog- und Transferzentrum Demenz (DZD)

Detlef Rüsing  
Universität Witten/Herdecke  
Stockumer Str. 10  
58453 Witten

Tel: 02302 926306  
detlef.ruesing@uni-wh.de

**Dialogzentrum-Online:**  
**web:** [www.dialogzentrum-demenz.de](http://www.dialogzentrum-demenz.de)  
**Youtube:** <https://www.youtube.com/user/DialogzentrumDemenz>  
**facebook:** <https://www.facebook.com/DialogzentrumDemenz>  
**twitter:** <https://twitter.com/DemenzDialog>