



Pflege
PRAXIS



Tipps &
Strategien -
vom Heimeinzug
bis zur Sterbe-
begleitung

Sabine Richartz

Der praktische Kompass für Ihren Alltag als Betreuungskraft

Schulungsinhalte einfach und praxisnah umsetzen

schlütersche



Pflege
PRAXIS

Sabine Richartz

Der praktische Kompass für Ihren Alltag als Betreuungskraft

Schulungsinhalte einfach und
praxisnah umsetzen

**Tipps &
Strategien -
vom Heimeinzug
bis zur Sterbe-
begleitung**

schlütersche

Sabine Richartz ist Diplom-Pädagogin und arbeitet seit über zehn Jahren als Leitung Sozialer Dienst in einer Senioreneinrichtung, in der sie auch als Qualitätsmanagerin tätig ist. Zuvor war sie mehrere Jahre als stellvertretende Einrichtungsleitung und Qualitätsmanagement-Beauftragte tätig. Sabine Richartz ist nebenberuflich als Dozentin aktiv und führt die Homepage demenz-dolmetscher.de.

»Von der Theorie zur individuellen
Betreuung – so überwinden
Sie die Tücken in Ihrem neuen
Berufsalltag.«

SABINE RICHARTZ

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-8426-0917-4 (Print)

ISBN 978-3-8426-9228-2 (PDF)

ISBN 978-3-8426-9229-9 (EPUB)

Originalausgabe

© 2025 Schlütersche Fachmedien GmbH
Hans-Böckler-Allee 7, 30173 Hannover
buchvertrieb@schluetersche.de
www.schluetersche.de

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wurde in diesem Buch gelegentlich die männliche Form gewählt, nichtsdestoweniger beziehen sich Personenbezeichnungen gleichermaßen auf Angehörige des männlichen und weiblichen Geschlechts sowie auf Menschen, die sich keinem Geschlecht zugehörig fühlen.

Autorin und Verlag haben dieses Buch sorgfältig erstellt und geprüft. Für eventuelle Fehler kann dennoch keine Gewähr übernommen werden. Weder Autorin noch Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus in diesem Buch vorgestellten Erfahrungen, Meinungen, Studien, Therapien, Medikamenten, Methoden und praktischen Hinweisen resultieren, eine Haftung übernehmen. Insgesamt bieten alle vorgestellten Inhalte und Anregungen keinen Ersatz für eine medizinische Beratung, Betreuung und Behandlung.

Etwaige geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht. Daraus kann nicht geschlossen werden, dass es sich um freie Warennamen handelt. Alle Rechte vorbehalten. Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der gesetzlich geregelten Fälle muss vom Verlag schriftlich genehmigt werden.

Gedruckt mit mineralölfrei hergestellten Druckfarben und Strom aus erneuerbaren Energien. Die eingesetzten Klebe- und Bindstoffe entsprechen den derzeitigen Umweltstandards, die vom RAL Institut für Gütesicherung und Kennzeichnung geprüft wurden.

Lektorat: Claudia Flöer, Text & Konzept Flöer
Covermotiv: Ignacio Carrera – stock.adobe.com
Covergestaltung und Reihenlayout: Lichten, Hamburg
Satz: Sandra Knauer Satz · Layout · Service, Garbsen

Inhalt

Einleitung	8
1 Grundlagen der Betreuung	10
1.1 Das ist Anna	10
1.1.1 Anna betreut Senioren	13
1.2 Manche Bewohner mag Anna lieber als andere	15
1.2.1 Sympathie und Empathie – Was ist eigentlich der Unterschied?	19
1.3 Person-zentrierte Haltung und Aktives Zuhören	21
1.3.1 Aktives Zuhören	25
1.4 Respektvolle Ansprache	27
1.4.1 Benutzung des »Sie« in der deutschen Sprachkultur	28
1.5 Adäquate Vorsicht oder Freiheitsentzug?	30
2 Ein kritisches Lebensereignis: Heimeinzug und Biografiearbeit	33
2.1 Der Heimeinzug – ein gravierendes Lebensereignis	34
2.2 Integrationszeitraum	36
2.2.1 Wie Anna einen Zugang zu Herr Gries bekommt	38
2.3 Checkliste Biografiearbeit	43
3 Menschen mit Demenz betreuen	45
3.1 Mit Menschen mit Demenz in Kontakt kommen	45
3.2 Der Verlauf einer Begegnung	46
3.3 Demenz: Merken und Erinnern	49
3.4 Beeinträchtigung von Denken und Konzentration	51
3.5 Kommunikationsfähigkeit	53
3.6 Orientierungslosigkeit	55
3.7 Checkliste Betreuung von Menschen mit Demenz	57

4	Herausforderndes Verhalten bei Demenz	61
4.1	»Ich will nach Hause«	61
4.2	»Ich will zu meiner Mama«	65
4.3	»Das ist mein Platz«	68
4.4	»Hey, komm doch mal her«	70
4.5	»Wo geht es denn hier raus?«	72
4.6	»Ich möchte nichts mehr«	75
4.7	Checkliste Herausforderndes Verhalten	79
5	Betreuen und Beschäftigen	81
5.1	Vorlesen	83
5.2	Checkliste Vorlesen	86
5.3	Spaziergänge	87
5.4	Checkliste Spaziergang	90
5.5	Beschäftigung in Kleingruppen	91
5.6	Checkliste Gruppenangebot	93
5.7	Gedächtnistraining	94
5.8	Checkliste Gedächtnistraining	99
5.9	Bingo	100
5.10	Bewegung und Gymnastik	102
5.11	Gebetskreis	104
5.12	»Schwierige Teilnehmer« in Gruppenstunden	107
5.13	Checkliste Gruppenbetreuung	109
6	Immobilität – Bettlägerige Bewohner betreiben und beschäftigen	112
6.1	Über die Sinne in Kontakt kommen – Ein Waldspaziergang im Zimmer	114
6.2	Zimmer gestalten	116
6.3	Berührungen	118
6.4	Checkliste Betreuung immobiler Senioren	120

7	Begleitung bis ans Lebensende – Sterbebegleitung	123
7.1	Wenn das Lebensende naht	123
7.2	Im Sterben	126
7.3	Trauer	130
7.4	Alleine sterben	131
7.5	Checkliste Sterbebegleitung	134
8	Anna ist ein Betreuungsprofi – Kompetent in besonderen Situationen	136
8.1	Wenn Schmuck einfach verschenkt wird	136
8.2	Liebe im Altenheim	139
8.3	Betreuung depressiver Senioren	142
8.4	Checkliste: Umgang mit depressiven Senioren	145
8.5	Angehörigengespräche	146
8.6	Mit der Puppe unter die Dusche – Schnittstellenarbeit	150
9	Zu guter Letzt ...	153
Anhang		155
Literatur		159
Register		161

Einleitung

Betreuung ist mehr als nur Mensch-ärgere-dich-nicht-spielen und Spazieren gehen. Es ist eine anspruchsvolle Aufgabe, die Betreuungskräften viel abverlangt. Von der Begleitung von Menschen mit Demenz bei der Heimaufnahme bis hin zum Umgang mit Sterben und Tod am Lebensende – Betreuungskräfte stehen vor vielfältigen Herausforderungen.

Oftmals ist diesen engagierten Menschen beim Berufseintritt jedoch gar nicht bewusst, was genau auf sie zukommt. Viele entscheiden sich für diesen Beruf, ohne die genauen Anforderungen zu kennen. Nach einer abgeschlossenen Weiterbildung werden sie dann plötzlich mit Situationen und Aufgabenstellungen konfrontiert, die sie zunächst überfordern.

Vielleicht geht es Ihnen auch so? Die theoretischen Inhalte der Weiterbildung erscheinen abstrakt und schwer verständlich, möglicherweise wurden sie auch nur oberflächlich behandelt. Es kann vorkommen, dass Sie sich überfordert fühlen, wenn Frau Müller nach Hause möchte oder Herr Meier immer wieder seine Zigaretten sucht. Und wie sollen Sie überhaupt mit Frau Fiedler in Kontakt treten, die nicht mit Ihnen kommuniziert?

Genau hier möchte ich Ihnen helfen: praxisnah, verständlich und möglichst effektiv. Dazu nehme ich Sie mit auf eine Reise durch den Alltag von »Anna«.

Anna ist eine fiktive Figur, eine Betreuungskraft, anhand deren Geschichte ich Ihnen viele Tipps und Strategien an die Hand geben möchte. Gemeinsam werden wir die Hürden und Tücken im Alltag einer Betreuungskraft in einer Langzeitpflegeeinrichtung erleben. Dabei können Sie aus Annas Fehlern lernen und sich von ihren Ideen inspirieren lassen. Ich werde die theoretischen Inhalte anhand anschaulicher Beispiele vermitteln, sodass Sie gestärkt und sicher in Ihren Berufsalltag als Betreuungskraft starten können.

In den Übungs-Kästen finden Sie Ansätze zum kritischen Reflektieren und Nachdenken. Nehmen Sie sich bitte immer ein paar Minuten Zeit, um über diese Aspekte nachzudenken, bevor Sie weiterlesen. Möglicherweise haben Sie bereits die Lösung für Annas Problem gefunden?

Die Info-Kästen enthalten besonders wichtige Informationen, die für Sie von Bedeutung sein können!

Wichtige Checklisten ergänzen die Kapitel. Darin finden Sie passend zum Thema das Wichtigste in Kürze. In der Praxis können diese Checklisten Erinnerungshilfen sein.



Alle beschriebenen Situationen haben sich so oder ähnlich in meiner eigenen Berufslaufbahn ereignet. Die Namen der Bewohner und Kollegen, mit denen Anna zu tun hat, wurden selbstverständlich verändert.

1 Grundlagen der Betreuung

1.1 Das ist Anna

Darf ich vorstellen? Das ist Anna: 40 Jahre alt, Hausfrau und Mutter, früher mal als Verkäuferin tätig. Inzwischen sind ihre Kinder aus dem Größten heraus, und Anna verspürt den Wunsch, wieder in den Berufsalltag einzusteigen. Ihr ist wichtig, etwas Sinnvolles zu tun und dabei ihre Talente und Erfahrungen zu nutzen. Anna hat schon immer eine besondere Bindung zu älteren Menschen gehabt. Vielleicht liegt das daran, dass sie sich vor einigen Jahren liebevoll um ihre Oma gekümmert hat. Das war eine Zeit, die ihr viel Freude bereitet hat.

Anna begleitete ihre Oma auf entspannten Spaziergängen durch den nahegelegenen Park, lauschte interessiert ihren Geschichten aus vergangenen Zeiten und half ihr bei alltäglichen Besorgungen wie dem Einkaufen.

Nachdem sie über diese Erinnerungen nachgedacht hatte, fragte Anna sich, ob sie nicht auch für andere Senioren etwas Gutes tun könnte. Sie spürte, dass sie die Fähigkeiten und die Empathie besitzt, um älteren Menschen im Alltag zu helfen.

Anna beginnt, sich nach Möglichkeiten umzusehen, wie sie ihre wertvollen Erfahrungen nutzen könnte. Sie ist fest entschlossen, anderen Senioren die gleiche Fürsorge und Freude zu schenken, die sie ihrer geliebten Oma zuteil werden ließ.



Übung

1

- Was war Ihre Motivation, den Beruf einer Betreuungskraft zu ergreifen?
- Welche Vorstellungen haben/hatten Sie vom Berufsalltag?
- Decken sich Ihre Vorstellungen mit der Praxis?
- Gibt es Situationen in Ihrem Berufsalltag, die Sie herausfordern?
- Wo stoßen Sie an Ihre persönlichen Grenzen?

Nach reiflicher Überlegung absolviert Anna die Weiterbildung zur Betreuungskraft und schließt diese erfolgreich ab. Anna ist überzeugt, dass sie viel gelernt hat und nun bereit ist, in den herausfordernden Alltag einer Langzeitpflegeeinrichtung einzusteigen. Die Gewissheit, einen sinnvollen Beitrag leisten zu können, erfüllt sie mit Stolz und Vorfreude.

Anna bewirbt sich bei dem Seniorenheim in ihrer Nähe und ist glücklich, als sie erfährt, dass sie die Chance bekommt, dort zu arbeiten. Schon bald merkt sie allerdings, dass der Beruf einer Betreuungskraft mehr ist als nur die Anwendung von erworbenem Wissen – er erfordert ein hohes Maß an Einfühlungsvermögen und die Fähigkeit, sich flexibel auf die Bedürfnisse der Senioren einzustellen.

Während ihrer Tätigkeit macht Anna viele neue Erfahrungen und gerät in Situationen, die nicht immer einfach sind. Sie begegnet Senioren mit verschiedenen körperlichen und geistigen Einschränkungen. Anna versucht, aus diesen Erfahrungen zu lernen und sicherer in schwierigen Situationen zu werden. Zuweilen gibt es jedoch Momente, in denen sie keine sofortigen Lösungsansätze findet – das frustriert sie manchmal, aber es spornt sie gleichzeitig an, weiter zu lernen und zu wachsen.

Anna ist natürlich nicht allein für die Senioren verantwortlich. Sie ist Teil eines multiprofessionellen Teams aus Pflege- und Betreuungskräften sowie Service- und Hauswirtschaftskräften, die sich gemeinsam um den Alltag und die Pflege der pflegebedürftigen Senioren kümmern. Diese Zusammenarbeit ermöglicht es Anna, von den Erfahrungen ihrer Kollegen zu

2 Ein kritisches Lebensereignis: Heimeinzug und Biografiearbeit

Herr Gries ist vor kurzem in das Pflegeheim eingezogen. Er ist ein Mann in den späten Siebzigern, dessen mürrisches Verhalten und scharfe Zunge Anna das Leben schwer machen. Er ist von kleiner Statur, mit schmalen Schultern, die sich leicht nach vorne neigen, als trüge er eine Last. Sein schütteres, graues Haar steht in starkem Kontrast zu seinen buschigen Augenbrauen, die ständig zusammengezogen scheinen, als wäre er immer in Gedanken vertieft oder unzufrieden.

Seine Augen sind von einem stechenden Blau, das durchdringend wirkt, wenn er jemanden ansieht. Sie haben etwas Kritisches, als ob er in jedem Moment etwas finden könnte, das ihm missfällt. Oft trägt er einen abgetragenen, grauen Bademantel, mit dem er sich auch tagsüber über den Flur bewegt.

Herr Gries' Verhalten scheint von einer tiefen Bitterkeit geprägt zu sein, die sich in seiner ständigen schlechten Laune und seinen abwertenden Kommentaren äußert. Es ist, als würde er sich an jeder Kleinigkeit stören und sei unfähig, das Gute in den Dingen zu sehen. Manchmal wirkt er, als würde er gezielt darauf aus sein, andere mit seinen Bemerkungen zu verletzen oder sie aus der Reserve zu locken.

Anna merkt schnell, dass sie Schwierigkeiten hat, mit ihm zurechtzukommen. Seine ständig schlechte Laune und die negativen Bemerkungen über alles und jeden machen es schwierig, eine positive Beziehung zu ihm aufzubauen.

Während Anna versucht, sich um andere Bewohner zu kümmern und ihnen Aktivitäten anzubieten, die sie genießen können, ist Herr Gries oft in

der Nähe. Und er kommentiert ihre Bemühungen mit Sätzen wie »Das ist ja was für den Kindergarten. Fällt Ihnen nichts Besseres ein?« oder »Alle bekloppt hier!« Das belastet die Stimmung und macht Anna das Arbeiten schwer.

In ihrer Frustration entscheidet Anna, Herrn Gries einfach zu ignorieren und nicht auf seine provokanten Äußerungen zu reagieren. Sie denkt bei sich: »Wer nicht will, der hat schon...« Doch im Stillen fragt sie sich, ob es vielleicht einen besseren Weg gibt, mit Herrn Gries umzugehen, anstatt ihn einfach zu ignorieren.



Übung

- Darf Anna Herrn Gries einfach ignorieren?
- Warum verhält sich Herr Gries so?
- Was kann Anna tun, damit sie Zugang zu Herrn Gries bekommt?

Anna reflektiert auf dem Weg nach Hause ihr Verhalten und erinnert sich an die person-zentrierte Haltung. »Da war doch was mit Empathie...?«

Anna überlegt, wie Herr Gries sich jetzt in dieser Situation fühlt. Wie würde sie sich fühlen, wenn sie von einem Tag auf den anderen – ungefragt – in ein Pflegeheim ziehen müsste?

2.1 Der Heimeinzug – ein gravierendes Lebensereignis

Herr Gries und auch alle Bewohner, die neu in die Pflegeeinrichtung ziehen, müssen mit zahlreichen Verlusten fertig werden. Besonders gravierend ist der Kontrollverlust:

- Verlust der Selbstständigkeit
- Verlust der Privatsphäre
- Verlust der Freiheit
- Verlust sozialer Kontakte
- Verlust der gewohnten Umgebung

3 Menschen mit Demenz betreuen

3.1 Mit Menschen mit Demenz in Kontakt kommen

Herr Kraft ist ein beeindruckender Mann, groß und kräftig. Er leidet an einer demenziellen Veränderung, was die Kommunikation mit ihm erschwert. Anna hat zu Beginn etwas Angst vor ihm, da er oft böse schaut und wenig spricht, wenn überhaupt, dann Russisch. Doch sie spürt, dass es wichtig ist, eine Verbindung zu ihm aufzubauen und sich seiner anzunehmen.

Herr Kraft fällt oft durch seine ungewöhnlichen Handlungen auf, wie das Stapeln von Stühlen oder das Verschieben von Küchenwagen. Manchmal legt er sich einfach auf den Boden im Flur und schläft. Wenn Annas Kollegin Olga versucht, ihn zu wecken, reagiert er oft ärgerlich, grummelt vor sich hin oder droht mit der Hand.

Anna ist sich bewusst, dass sie behutsam vorgehen muss, um eine Verbindung zu Herrn Kraft herzustellen. Sie weiß nicht genau, wie sie das anstellen soll, besonders weil er kaum Deutsch spricht.



Übung

- Wie kann Anna Kontakt zu Herr Kraft aufbauen?
 - Wie soll sich Anna gegenüber Herrn Kraft verhalten?
-

Anna erinnert sich daran, wie der Verlauf einer Begegnung im Optimalfall vonstattengehen soll.

3.2 Der Verlauf einer Begegnung

Bei der Kontaktaufnahme ist es wichtig, Blickkontakt zum Bewohner aufzubauen, zu lächeln und ihm Zeit für eine Orientierung zu geben (► Abb. 8).

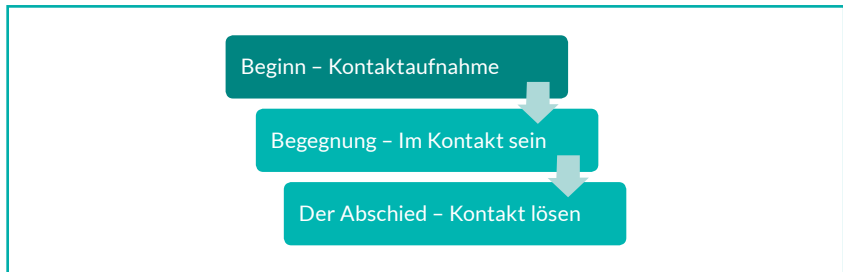


Abb. 8: Der Verlauf einer Begegnung.

Warum Anna unbedingt lächeln sollte:

- Ein Lächeln versteht jeder.
- Ein Lächeln gibt dem Gegenüber das Gefühl »*da meint es jemand gut mit mir*«.
- Ein Lächeln wird immer erkannt, es ist kulturunabhängig und auch trotz Maske oder Mundschutz erkennbar.
- Lächeln macht glücklich.
- Beim Lächeln wird das Glückshormon Endorphin freigesetzt, das Schmerzen lindert und das Wohlbefinden steigern kann.
- Vgl. Lachyoga
- Ein Lächeln überträgt sich schnell auf andere und ist ansteckend
- Mit einem Lächeln verändern Sie Ihre Mitmenschen und die Stimmung.

Außerdem geschieht die Kommunikation mit Menschen mit Demenz – gerade, wenn die Sprache verschwindet, wie bei Herrn Kraft – überwiegend nonverbal, d. h. über Mimik und Gestik. Mit einem Lächeln signalisiert Anna Herrn Kraft, dass sie es gut mit ihm meint und ihm wohlgesonnen ist; mit dem Blickkontakt gibt sie ihm zu verstehen, dass sie ihn meint und sich nun auf ihn konzentriert.

4 Herausforderndes Verhalten bei Demenz

Menschen mit Demenz zeigen oft sog. »herausfordernde Verhaltensweisen«. Anna hat aber gelernt, dass Menschen mit Demenz mit vielen Verlusten leben müssen, sich nicht immer orientieren und mitteilen können. Wie sollen denn Menschen mit Demenz den Pflege- oder Betreuungskräften mitteilen, dass sie etwas brauchen? Oder dass sie Schmerzen haben? Oder auf Toilette müssen? In so einem Fall nutzen die demenzbetroffenen Bewohner eben jene Möglichkeiten, die ihnen noch zur Verfügung stehen, um sich mitzuteilen. Das kann Rufen, Gegen-die-Wand-Klopfen, Laufen oder in Alle-Zimmer-Reingehen sein.

Oft kann Anna auf den ersten Blick gar nicht erkennen, was ein Bewohner eigentlich braucht. Manchmal ist das Verhalten von einigen Bewohnern auch nervlich sehr belastend. Anna würde gerne helfen, weiß aber nicht genau wie.

4.1 »Ich will nach Hause«

Anna hat in ihrer Zeit in der Pflegeeinrichtung bereits häufig erlebt, dass Menschen mit Demenz, die neu in die Einrichtung einziehen, oft überfordert sind und sich nach ihrem Zuhause sehnen. Diese Sehnsucht nach der vertrauten Umgebung (Heimweh) ist verständlich, und Anna fühlt sich besonders verpflichtet, diesen Menschen in der schwierigen Übergangszeit beizustehen.

Gemeinsam mit den Angehörigen bemüht sich Anna, die Zimmer der neuen Bewohner mit persönlichen Gegenständen auszustatten, um eine gewisse Vertrautheit zu schaffen. In den ersten Tagen nach dem Einzug widmet Anna den Bewohnern besonders liebevoll ihre Aufmerksamkeit und versucht, ihnen das Gefühl von Geborgenheit zu vermitteln.

Doch eines Tages sieht sich Anna einer besonders herausfordernden Situation gegenüber: Frau Hausen soll heute einziehen. Doch sie weigert sich schlichtweg, die Einrichtung überhaupt zu betreten. Der Krankentransport hat sie vor der Tür abgesetzt und ist weggefahren. Frau Hausen hat keine Angehörigen, die sie begleiten. Es gibt für sie kein Zurück nach Hause. Vollkommen allein sitzt sie vor der Einrichtung auf einer Bank. Annas Vorgesetzte, Frau Schmidt, erwartet nun von ihr, dass sie Frau Hausen in die Einrichtung hineinbegleitet und ihr beim Einzug hilft. Anna spürt diesen Erwartungsdruck und möchte ihre Aufgabe gut und zügig erledigen.

»*Kommen Sie doch mit!*«, versucht Anna Frau Hausen zu überreden. Doch Frau Hausen reagiert nicht. Immer wieder sagt sie: »*Ich will nach Hause!*« Anna ist zunehmend verzweifelt. Wie soll sie nur Frau Hausen dazu bewegen, die Einrichtung zu betreten? Sie setzt ihre ganze Überzeugungskraft ein: »*Drinnen gibt es gleich Kaffee und Kuchen. Da ist es warm und wir haben ein schönes Zimmer für Sie vorbereitet!*« Doch selbst diese Bemühungen sind erfolglos. Frau Hausen bleibt hartnäckig bei ihrem Wunsch, nach Hause zu wollen. Dabei verschränkt sie ihre Arme vor ihrem Körper und starrt stur geradeaus.

Anna fühlt sich hilflos und weiß nicht, wie sie weiter vorgehen soll. Sie versucht weiterhin, Frau Hausen zu überzeugen, doch diese bleibt hartnäckig. Anna sieht keine andere Option mehr. In ihrer Verzweiflung droht sie schließlich mit der Polizei: »*Wenn Sie nicht mitkommen, muss ich die Polizei holen. Die werden Sie mitnehmen und in die Psychiatrie bringen. Los jetzt!*«

5 Betreuen und Beschäftigen

Anna ist aufgefallen, dass die Bewohner im Aufenthaltsraum oft schweigend beisammen sitzen. Fast hat sie das Gefühl, als würde eine unsichtbare Barriere zwischen ihnen existieren, die es ihnen schwer macht, miteinander zu kommunizieren.



Übung

Haben Sie sich schon einmal gefragt, warum Bewohner oft nicht miteinander in Kontakt kommen?

Menschen mit Demenz fällt es schwer zu kommunizieren, Beziehungen aufzubauen und aufrecht zu erhalten. Um das zu können, müssen wir uns erinnern: *»Wie hieß die Dame, die ich ansprechen möchte? – Worüber könnten wir uns unterhalten? – Welche gemeinsamen Schnittpunkte gibt es? – Worüber haben wir gestern gesprochen?«* Weil Menschen mit Demenz in ihrem Kurzzeitgedächtnis eingeschränkt sind, können sie sich solche Informationen, die für den Smalltalk nötig wären, kaum merken. Eine versierte Betreuungskraft muss in solchen Momenten zum Bindeglied werden. Sie kann Brücken zwischen den demenziell veränderten Bewohnern bauen, indem sie die benötigten Informationen benennt: *»Frau Müller, darf ich Ihnen Frau Bayer vorstellen? Sie hatte auch einen wunderschönen Garten. Vielleicht möchten Sie sich darüber austauschen?«*



Info

Anna merkt sich: Meine Aufgabe ist es, die Bewohner untereinander zu verbinden. Ich bin diejenige, die Gespräche anregt und unterstützt. So kann ich auch ein Gemeinschaftsgefühl schaffen.

Die demenziell veränderte Frau Fingerhut sitzt an ihrem Platz im Aufenthaltsraum. Sie reißt Papierservietten, die auf dem Tisch im Serviettenhalter platziert sind, in feine Streifen und legt diese nebeneinander auf dem Tisch ab. Annas Kollegin Olga kommt in den Aufenthaltsraum, um Frau Fingerhut etwas zu trinken anzubieten – und schimpft: »*Frau Fingerhut, was haben Sie denn da schon wieder gemacht?*« Kurzerhand räumt Olga die Papierschnipsel weg und nimmt auch die restlichen Servietten vom Tisch.

Was Olga übersieht, ist dies: Menschen mit Demenz schaffen es nicht, sich angemessen selbst zu beschäftigen. Das Bedürfnis nach Beschäftigung ist aber vorhanden, sodass diese Menschen für Beschäftigungen sorgen, die unseren Vorstellungen widersprechen. Ob es das Zerreißen von Servietten ist wie im Fall von Frau Fingerhut, das Schrauben am Tischbein oder die Selbststimulation, indem die Hände aneinander gerieben werden – all dies zeigt das Bedürfnis nach Beschäftigung. Wird die Beschäftigung untersagt, muss immer ein Gegenangebot erfolgen. Eine der wichtigsten Aufgaben von Anna ist die Beschäftigung von Senioren mit einer demenziellen Veränderung. Also ist Anna in solchen Momenten gefordert, für Abwechslung zu sorgen und einfühlsame Aktivitäten anzubieten.



Übung

- Wie wäre es, wenn Sie den ganzen Tag nichts zu tun hätten?
- Was würden Sie machen?

6 Immobilität – Bettlägerige Bewohner betreuen und beschäftigen

Anna betreut viele Bewohner, die immobil sind – d. h. sie liegen überwiegend im Bett. Ihr Lebensraum ist beschränkt, ihr ganzes Leben spielt sich im und am Bett ab. Manche Bewohner sind schon beim Einzug immobil, andere werden im Verlauf der Zeit immobil. Meistens führen Stürze zur Immobilität (► Abb. 19).

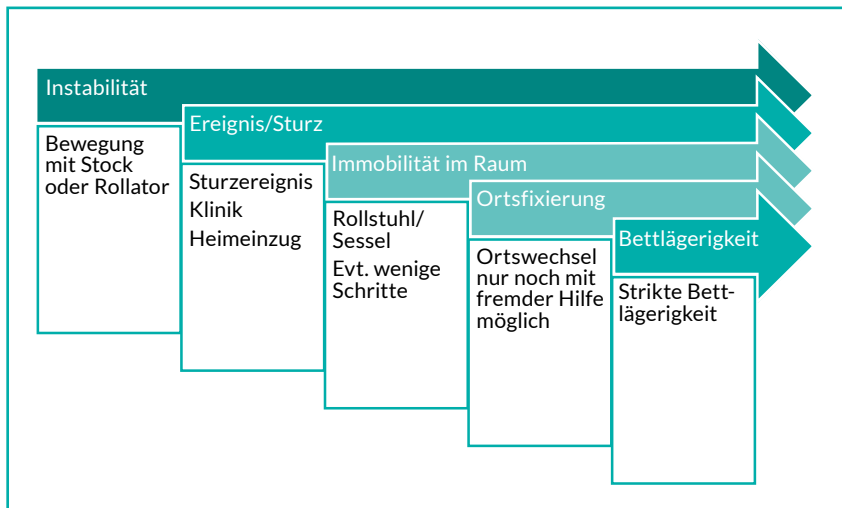


Abb. 19: Der Weg in die Immobilität.

»Das ist bestimmt nicht leicht, den ganzen Tag im Bett zu verbringen«, denkt sich Anna. Auch hier versucht sie, sich in die Bewohner hineinzufühlen:



Übung

- Wie würden Sie sich fühlen, wenn Sie den ganzen Tag im Bett verbringen würden?
- Was würden Sie den Tag über machen?
- Was würde mit Ihrem Körper passieren?
- Was wäre, wenn Sie den Tag über nichts anderes sehen als die weiße Decke oder die weiße Wand?

Anna hat in ihrer Weiterbildung gelernt, dass es auch ihre Aufgabe ist, bettlägerigen Bewohnern neue Reize zu bieten als sog. Deprivationsprophylaxe. Deprivation bedeutet, dass der Bewohner keinen neuen Reizen ausgesetzt wird. Er riecht Tag ein Tag aus das Gleiche, hört das Gleiche und sieht das Gleiche. Bei manchen Menschen kommt es in solchen Situationen zu Verwirrtheit, Aggression oder sogar selbstverletzendem Verhalten. Das ist vergleichbar mit Situationen von Menschen, die in Gefangenschaft leben. Je länger die Deprivation andauert, desto schlimmer können die Verhaltensweisen werden.

Anna hat viele Ideen von der Dozentin erhalten, wie man immobile, also bettlägerige, Bewohner betreuen kann. Aber auch hier ist jeder Bewohner anders. Während der eine Bewohner einfach nur sehr alt und schwach ist, aber noch sprechen kann, ist der andere Bewohner nicht mehr in der Lage, zu sprechen oder etwas zu hören.



Info

Anna merkt sich: Bei der Betreuung von insbesondere immobilen Bewohnern findet die Kontaktaufnahme (wenn sie nicht mehr sprechen können) über die Sinne (Hören, Fühlen, Sehen, Riechen oder Schmecken statt.

Ich muss darauf achten, über welche Sinne der Bewohner erreichbar ist.

7 Begleitung bis ans Lebensende – Sterbebegleitung

7.1 Wenn das Lebensende naht

Frau Wacker ist seit kurzem in der Einrichtung. Mit ihren 65 Jahren ist sie noch verhältnismäßig jung, doch sie leidet an Gebärmutterkrebs, der gestreut hat. Einen Platz im Hospiz hat sie nicht bekommen und zuhause geht es nicht mehr. Frau Wacker hat nur weit entfernte Verwandte, die selten zu Besuch kommen.

Anna findet Frau Wacker sehr nett, und sie tut ihr wirklich leid. Anna fällt es schwer, mit Frau Wacker in Kontakt zu treten. Das Zimmer riecht sehr stark und Anna empfindet Ekel, was ihr peinlich ist.



Übung

- Darf Anna sich vor Bewohnern ekeln?
- Wie kann sie mit diesen Gefühlen umgehen?

Anna spricht ihr Gefühl gegenüber Ute an und fragt sie, wie sie damit umgehen soll. *»Anna, so geht's uns allen mal. Das ist in Ordnung. Du bist ein Mensch und du darfst Gefühle haben. Gerüche kommen im Altenheim vor. An manche gewöhnst du dich. Manchmal ist es hilfreich, durch den Mund zu atmen oder ein wenig Parfüm unter die Nase aufzutragen.«* Anna ist erleichtert, dass sie ihre Gefühle angesprochen hat. Mit den Tipps und der Erleichterung sucht sie Frau Wacker noch mal auf.

Frau Wacker ist ein sehr offener Mensch und spricht Anna direkt an: »Ich werde bald sterben. Meine ganzen Gedanken drehen sich darum. Und es riecht alles nach mir. Das ist mir wirklich peinlich!« Anna ist froh, dass Frau Wacker so offen ist: »Ich verstehe. Das ist mit Sicherheit nicht leicht. Was kann ich für Sie tun? Haben Sie noch irgendwelche Wünsche?« – »Ich brauche eigentlich nur jemanden, mit dem ich reden kann.« Anna bietet sich gerne an. Sie weiß, dass in solchen heiklen Situationen keine Ratschläge angebracht sind. Sie muss nur zuhören. Anna erinnert sich an ihre Grundhaltung:

- Ich begegne dem Bewohner in Ruhe, setze mich hin, halte Blickkontakt.
- Ich wiederhole das Gesagte des Bewohners mit meinen eigenen Worten und signalisiere damit, dass ich zuhöre und dass ich das Gesagte verstehe.
- Ich nehme die Gefühle des Gegenübers ernst.
- Ich bewerte weder das Gesagte noch das Ungesagte, sondern nehme es wertfrei an.
- Ich spreche in kurzen und einfachen Sätzen.
- Ich akzeptiere die Zustimmung und/oder die Ablehnung des Bewohners. Der Bewohner bestimmt die Richtung des Gesprächs.

Frau Wacker hat noch Themen aus ihrem Leben, die sie sehr beschäftigen. Da sie niemanden hat, mit dem sie sich unterhalten kann, versucht Anna, auch diese letzte Auseinandersetzung zu unterstützen. Sie ist froh, dass sie zuletzt noch ein Seminar zur Sterbebegleitung hatte. Das hilft ihr nun sehr. Sie versucht, ein paar Impulse zu setzen und Frau Wacker dabei zu unterstützen, Frieden mit ihrem Leben zu finden. Wenn Frau Wacker erzählt und dann ins Stocken gerät, fragt Anna genauer nach:

- »Wie geht es Ihnen heute damit?«
- »Wie sehen Sie das heute – mit etwas Abstand?«
- »Was haben Sie damals alles daraus gelernt?«
- »Was können Sie jungen Menschen, denen das Gleiche widerfährt, raten?«
- »Was benötigen Sie, damit Sie Ihren Frieden damit machen können?«
- »Wie kann ich Sie dabei unterstützen?«

Anna bietet Frau Wacker noch weitere Gesprächspartner an. Die Einrichtung kooperiert mit dem ambulanten Hospizdienst, der nach Zustimmung von Frau Wacker hinzugezogen wird. So kann Anna die Verantwortung etwas abgeben.

8 Anna ist ein Betreuungsprofi – Kompetent in besonderen Situationen

8.1 Wenn Schmuck einfach verschenkt wird

Frau Gabe, eine nette, ältere Dame, die ein wenig schlecht hört, freut sich immer sehr, wenn Anna sich mit ihr beschäftigt. Ob ein Spaziergang, ein gemeinsames Brettspiel und nur ein nettes Gespräch – Frau Gabe bedankt sich bei Anna stets überschwänglich. Manchmal bietet Frau Gabe Anna zum Dank eine Praline an: *»Hier, nehmen Sie. Nehmen Sie auch zwei! Sie sind so nett!«* Auch wenn die Pralinen nicht immer gut aussehen, nimmt Anna aus Freundlichkeit die Praline an. Einmal sahen die Pralinen so aus, als habe Frau Gabe bereits an jeder einzelnen gelutscht. Anna lehnte dankend ab und Frau Gabe fing an zu weinen. Weil Anna nicht möchte, dass das wieder passiert, nimmt sie die angebotenen Pralinen nun stets dankend entgegen und entsorgt diese, sobald sie aus dem Blickfeld von Frau Gabe ist.

Eines Tages, nachdem Anna einen ausgiebigen Spaziergang mit Frau Gabe unternommen hat, öffnet Frau Gabe ihre Nachtschublade und holt ein kleines, rotes Kästchen hervor. Es sieht wertvoll aus. Wie einen wohlgehüteten Schatz hält Frau Gabe ihr Schmuckkästchen in der Hand und sagt: *»Anna, Liebes, das ist mein kostbarer Familienschatz. Alles, was mir übrig geblieben ist. Da, wo ich bald hingehe, brauche ich ihm nicht. Hier sind mein Ehering drin und ein Goldring meiner Großmutter. Den wollte ich meiner Enkeltochter vermachen, aber die kommt mich nie besuchen. Und Sie, Sie kümmern sich so nett um mich. Nehmen Sie den!«*



Übung

- Darf Anna Geschenke annehmen?
- Gibt es vielleicht einen Wert, den ein Geschenk nicht überschreiten sollte?
- Wie soll Anna sich nun verhalten? Immerhin hat sie Angst, Frau Gabe könnte weinen.

»Oh je, was mache ich denn nun?« Anna weiß, dass sie keine Geschenke annehmen darf. Das steht so in ihrem Arbeitsvertrag. Außerdem ist Frau Gabe vielleicht auch schon ein wenig senil und morgen könnte sie behaupten, Anna habe sie beklaut. Andererseits ist Frau Gabe bestimmt gekränkt, wenn Anna den Ring ablehnt.

Anna hat eine Idee! »Danke, Frau Gabe. Ich werde den Ring an mich nehmen und ihn für Sie verwahren. Wenn Ihre Enkeltochter doch noch zu Besuch kommt, bringe ich Ihnen den Ring wieder. Der ist bei uns im Tresor gut aufgehoben!« Frau Gabe lächelt. Anna bringt den Ring zur Verwaltung. Dort wird der Ring im Tresor mit Frau Gabes Namen versehen untergebracht. »Das ist eh sicherer als im Zimmer!«, denkt sich Anna.

Am nächsten Tag ist Frau Gabe völlig aufgelöst. Sie ruft laut: »Hilfe! Polizei! Man hat mich bestohlen! Hilfe!« Im Zimmer von Frau Gabe ist das Chaos ausgebrochen. Alle Schubladen sind offen und der Inhalt verteilt sich über das Bett und den Boden. »Holen Sie sofort die Polizei!«, verlangt Frau Gabe erneut. Die Pflegekraft Alexandra versucht bereits Frau Gabe zu beruhigen, aber Anna kann sich bereits denken, worum es geht: »Frau Gabe, Sie suchen Ihren wertvollen Ring, habe ich Recht?« Frau Gabe nickt, während die Tränen über ihr Gesicht laufen. »Wir haben den Ring gestern im Tresor untergebracht. Ihr Ring ist sicher«, beruhigt Anna. »Sollen wir zusammen den Ring aus dem Tresor holen lassen?« Frau Gabe beruhigt sich langsam und nickt. Gemeinsam schauen beide im Verwaltungsbüro nach dem Ring.

9 Zu guter Letzt ...

Anna hat in den vergangenen Jahren eine umfangreiche Erfahrung als Betreuungskraft erworben. Diese Zeit hat sie nicht nur dazu genutzt, ihre fachlichen Kompetenzen zu erweitern, sondern auch, um ihre persönlichen Grenzen zu erkunden. Trotz des erworbenen Wissens und der gewonnenen Sicherheit stößt Anna immer wieder auf Herausforderungen, die sie nachdenklich machen.

Was Anna jedoch besonders auszeichnet, ist ihre Fähigkeit zur Selbstreflexion. Sie setzt sich intensiv mit ihrem eigenen Verhalten auseinander und bemüht sich, sich in die Situation der Bewohner einzufühlen. Dabei scheut sie nicht davor zurück, bei Bedarf Unterstützung und Rat einzuholen. Anna hat erkannt, dass es in ihrem Beruf nicht darum geht, alles zu wissen oder für jede Situation die perfekte Lösung parat zu haben. Dieses Erkenntnis hat ihr einen Großteil des Drucks genommen, dem Betreuungskräfte oft ausgesetzt sind.

Anna akzeptiert, dass es in Ordnung ist, nicht alles im Griff zu haben. Sie hat gelernt, sich flexibel auf die Bedürfnisse der Bewohner einzustellen. Dieser Ansatz schafft nicht nur eine angenehmere Arbeitsatmosphäre, sondern ermöglicht es Anna auch, authentische Beziehungen zu den Menschen, die sie betreut, aufzubauen. Sie versteht, dass Vertrauen und Empathie die Grundlage jeder guten Betreuung sind und dass diese Qualitäten durch Offenheit und echtes Interesse an den Menschen entstehen.

Anna ist sich bewusst, dass ihre berufliche Reise noch weitere Herausforderungen für sie bereithalten wird. Trotzdem begegnet sie diesen mutig und mit einer positiven Einstellung. Ihr Selbstvertrauen und ihre Bereitschaft, sich ständig weiterzuentwickeln, machen sie zu einer inspirierenden Persönlichkeit im Bereich der Betreuung. Anna ist überzeugt, dass es nicht nur darum geht, Schwierigkeiten zu überwinden, sondern auch darum, stetig zu wachsen und besser zu werden – nicht nur als Fachkraft, sondern auch als Mensch.

Diese Einstellung hat Anna zu einer geschätzten Kollegin und einer verlässlichen Unterstützung für die Bewohner gemacht. Ihre Fähigkeit, in schwierigen Situationen Ruhe zu bewahren und kreative Lösungen zu finden, hat ihr den Respekt ihrer Kollegen eingebracht. Sie teilt ihre Erfahrungen und Erkenntnisse gerne mit anderen, um das gesamte Team zu stärken und die Qualität der Betreuung kontinuierlich zu verbessern.

Anna weiß, dass der Beruf der Betreuungskraft anspruchsvoll ist, aber sie sieht in jeder Herausforderung eine Gelegenheit zur Weiterentwicklung. Mit ihrer positiven Einstellung und ihrem Engagement wird sie auch in Zukunft dazu beitragen, das Leben der Menschen, die sie betreut, zu bereichern und die Zusammenarbeit im Team zu fördern.

Register

- Angehörigengespräche 146
- Ansprache
 - respektvolle 27
- Antipathie 19

- Bedürfnisse 65
- Begegnung
 - Verlauf einer 46
- Belästigung
 - sexuelle 158
- Berührungen 118
- Beschäftigten 81
- Beschwerden 157
- Betreuen 81
- Betreuung
 - Grundlagen 10
- Bewegung 102
- Bewegungsfreiheit 32
- Bewegungsgeschichte 103
- Bingo 100
- Biografiearbeit 33
 - Möglichkeiten 40

- Coping 64

- Demenz 31, 45
- Denken 51
- Depression 142
- Deprivation 113
- Düfte 115
- Duzen 28, 156

- Emotionen 35
- Empathie 19, 23
- Erinnern 49

- Fixierung 157
- Förderung
 - motorische 110
 - Wahrnehmung 111
- Freiheitsentzug 30

- Gebetskreis 104
- Gedächtnistraining 94
- Geschenke 137, 156
- Gesprächsführung
 - person-zentrierte 23
- Gewalt 157
- Grenzen 20
- Gruppenaktivität
 - Schritte 91
- Gymnastik 102

- Haltung
 - person-zentrierte 21
- Heimeinzug 33
- Heimweh 61

- Immobilität 112
- Integrationszeitraum 36

- Kioskeinkäufe 156
- Kleingruppen 91
- Kommunikation
 - gewaltfreie 148
- Kommunikationsfähigkeit 53
- Kongruenz 23
- Kontaktaufnahme 39
- Kontrolle 102
- Konzentration 51
- Korrektur 102
- Krise 67

- Lebensende 123
- Liebe 139
- Lügen 73

- Merken 49
- Mitarbeiterabbatt 156
- Motorik 31

- Öle
 - ätherische 115
- Orientierungslosigkeit 55

- Parkinson-Demenz 31
- Partnerschaft 141

- Quittung 155

- Realitätsorientierung 50
- Reizgewöhnung 121

- Schimpfen 68
- Schmerz 157
- Schnittstellenarbeit 150
- Sehnsucht 65
- Sexualität 158
- Siezen 28, 156
- Sinne
 - aktivieren 114
- Spaziergänge 87
- Sterbebegleitung 123
- Sterben 126
- Sterbephasen 125
- Stürze 30, 157
- Suizidgedanken 144, 157
- Sympathie 19

- Trauer 130

- Verhalten
 - herausforderndes 61
- Verluste 34
- Vorlesen 83

- Wertschätzung 23, 150
- Wünsche
 - persönliche 155

- Zimmergestaltung 116
- Zuhören
 - aktives 21, 25
- Zuwinken 49, 58
- Zweisamkeit 141

Der Soziale Dienst: Mehr als Spielerei



Sabine Richartz

Soziale Dienste in Langzeitpflegeeinrichtungen

**Richtig organisieren und fachlich
perfekt umsetzen**

112 Seiten, Hardcover
ISBN 978-3-8426-0894-8
€ 29,00

Auch als E-Book erhältlich

- Schluss mit der Konkurrenz von Sozialem Dienst und Pflege
- Ein gut organisierter Sozialer Dienst nutzt der gesamten Einrichtung
- Hier ist der praxiserprobte Leitfaden für Führungskräfte im Sozialen Dienst

»Ein gut organisierter Sozialer Dienst fördert nicht nur das Wohlbefinden, sondern auch die Attraktivität Ihrer Einrichtung.«

Sabine Richartz

Änderungen vorbehalten.



Betreuung ist TEAMARBEIT



Jürgen Link

Als Betreuungskraft in der Altenpflege

Sicher agieren und dokumentieren

2., aktualisierte Auflage
152 Seiten, Softcover
ISBN 978-3-89993-992-7
€ 24,95

Auch als E-Book erhältlich

- Topaktuell: für Ein- und Umsteiger
- Zeigt die organisatorischen Voraussetzungen der Betreuungsarbeit
- Prüfungssichere Dokumentation
- Empfohlen vom Deutschen Berufsverband für Altenpflege e.V.

»So navigieren Sie sicher durch den Kosmos
von ›Pflege & Betreuung‹.«

Jürgen Link

Änderungen vorbehalten.

buecher.schluetersche.de



So gelingt eine wertschätzende und individuelle Betreuung

Betreuung ist mehr als nur Spiele und Spaziergänge! Es geht um die einfühlsame Begleitung von Menschen mit Demenz bei der Heimaufnahme bis hin zum sensiblen Umgang mit Sterben und Tod. Betreuungskräfte stehen vor vielfältigen und herausfordernden Situationen.

Gerade Berufseinsteiger sind aber nicht ausreichend auf die Realität dieses Berufsfeldes vorbereitet. Nach Abschluss der Weiterbildung sehen sich Betreuungskräfte plötzlich mit Situationen und Aufgabenstellungen konfrontiert, die sie zunächst überfordern können.

Dieses Buch lädt ein, die neue Betreuungskraft Anna auf ihrer Reise durch den Alltag einer Langzeitpflegeeinrichtung zu begleiten. Theoretische Schulungsinhalte werden anhand von Beispielen anschaulich vermittelt, damit neue Betreuungskräfte gestärkt und sicher in ihren Berufsalltag starten können.

schlütersche
macht Pflege leichter

Die Autorin

Sabine Richartz ist Diplom-Pädagogin und arbeitet seit über zehn Jahren als Leitung Sozialer Dienst in einer Senioreneinrichtung, in der sie auch als Qualitätsmanagerin tätig ist. Zuvor war sie mehrere Jahre als stellvertretende Einrichtungsleitung und Qualitätsmanagement-Beauftragte tätig. Sabine Richartz ist nebenberuflich als Dozentin aktiv und führt die Homepage demenz-dolmetscher.de.

ISBN 978-3-8426-0917-4

