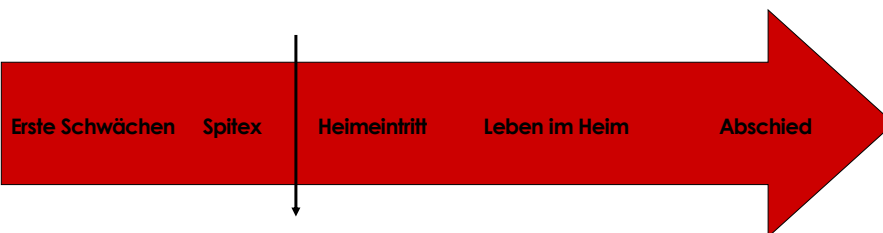

Dich betreuen – Mich beachten

pflegende Angehörige im Spannungsfeld
zwischen Belastung und Entlastung

2023 Dr. phil. Bettina Ugolini

Situation der Angehörigen



2023 Dr. phil. Bettina Ugolini

Fragen und belastende Momente in der Beziehung bei Pflegebedürftigkeit

- Ungewisse Zukunft
- Rollen verändern sich und müssen neu gestaltet werden
- Aufgaben müssen neu übernommen werden und auch abgegeben werden
- Dominanz- und Unterwerfungsverhältnisse werden korrigiert oder verstärkt sich

2023 Dr. phil. Bettina Ugolini

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 !

2023 Dr. phil. Bettina Ugolini

Betreuungsaufwand

Pflegende Partnerinnen und Partner:

- Durchschnittlicher Zeitaufwand für die Pflege: etwas mehr als 60 h pro Woche
- Befinden sich durchschnittlich 6 Jahre in der Pflegesituation
- Der wöchentliche Zeitaufwand für Betreuung nimmt mit dem Alter der betreuenden Angehörigen ab 50-64 Jahren zu
- Bei 80-96 jährigen betreut die Hälfte der Betreuenden Angehörigen mindestens 21-30 Stunden, knapp $\frac{1}{4}$ rund um die Uhr (Otto et al., 2019)

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.

2023 Dr. phil. Bettina Ugolini

Was leisten sie alles - Betreuungsaufgaben

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

2023 Dr. phil. Bettina Ugolini

Ehe & Partnerschaft

□ 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

2023 Dr. phil. Bettina Ugolini

Eltern-Kindbeziehung

□ Eltern-Kindbeziehung

- Die Persönlichkeitsveränderung von Vater oder Mutter bedeutet eine Bedrohung der seelischen Integrität.
- Stressfaktor ersten Ranges: Entscheidungen fällen!!!
- Gefahr der Parentifizierung
- Familienkonflikte und Rivalität der Geschwister
- Reaktualisierung alter Konflikte und Familienmuster

2023 Dr. phil. Bettina Ugolini

Balance zwischen Be- und Entlastung

Sie sind für ihren Angehörigen unersetzlich
– aber Angehörige sind auch eigenständige
Persönlichkeiten mit einem eigenen Leben

„Care for the caregiver“

2023 Dr. phil. Bettina Ugolini



2023 Dr. phil. Bettina Ugolini

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)

2023 Dr. phil. Bettina Ugolini

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

2023 Dr. phil. Bettina Ugolini

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
 - verständnisvolle, kreative und kooperative Arbeitgeber und KollegInnen
-

2023 Dr. phil. Bettina Ugolini



Wo drückt Ihnen der Schuh? Wohin muss ein Pflaster?

2023 Dr. phil. Bettina Ugolini

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, reading "Bettina Ugolini", enclosed in a thin black rectangular border. The signature is written in a cursive style.

2023 Dr. phil. Bettina Ugolini