



Sylke Werner

Praxishandbuch Alltagsbegleitung

Pflegebedürftige Menschen und
ihre Angehörigen im Alltag begleiten
und entlasten

Aufgabenbereich von Alltagsbegleitern gehört auch die medizinisch-pflegerische Versorgung, die von Fachkräften zu übernehmen ist.» (BMfG, 2014) [Die Einsatzgebiete für Alltagsbegleiter liegen primär im häuslichen Bereich und nur gelegentlich im stationären oder tagespflegerischen Bereich. Anm. d. Lek.]

Normalitätsprinzip

Jeder Mensch entwickelt eine persönliche Lebensform, die sein Verhalten und Handeln bestimmt, beispielsweise wie man mit Mitmenschen in Beziehung tritt, wie und womit man sich beschäftigt, wie und was man isst, wie man sich kleidet und worin man den Sinn des Lebens sieht.

Für die Alltagsbegleitung bedeutet das, dass für alle Menschen mit eingeschränkter Alltagskompetenz Lebensmuster und alltägliche Lebensbedingungen geschaffen werden, welche ihren gewohnten Verhältnissen und Lebensumständen entsprechen. Dazu gehört z.B. ein normaler Tagesrhythmus (Tagesstruktur), das Recht des Menschen auf Selbstbestimmung sowie Arbeiten oder Tätigkeiten, die dieser Klientel aufgrund ihrer Lebensgeschichte bekannt sind.

Merke

Normalitätsprinzip bei Menschen mit eingeschränkter Alltagskompetenz bedeutet z.B., ihren Tagesrhythmus so individuell wie möglich und ihren Bedürfnissen entsprechend zu gestalten: Aufstehen, einer sinnvollen Beschäftigung nachgehen, Mahlzeiten wie gewohnt einnehmen und soziale Kontakte sowie Freizeitaktivitäten pflegen.

Ein wichtiger Aspekt im Zusammenhang mit der Lebensqualität im Alltag ist die Selbstbestimmung. Wünsche, Bedürfnisse und Entscheidungen von Menschen mit eingeschränkter Alltagskompetenz müssen nicht nur zu respektiert, sondern auch akzeptiert werden.

Merke

Auch wer sich nicht oder nur schwer verbal mitteilen kann, hat ein Recht auf einführende Aufmerksamkeit und Selbstbestimmung.

In allen Bereichen des Alltags sind Mitbestimmung und Selbstbestimmung ausdrücklich gefordert. Alle Menschen haben das Recht, zu den gleichen Bedingungen in unserer Gesellschaft zu leben, und Aufgabe von Alltagsbegleitern ist es, ihnen das zu ermöglichen und ihnen die notwendige Unterstützung zu gewähren.

1.3 Alltagskompetenz und Bedürfnisse

Der Begriff «Alltagskompetenz» bedeutet, dass ein erwachsener Mensch seine alltäglichen Verrichtungen selbstständig und ohne Hilfe erfüllt. Er übernimmt Eigenverantwortung und kann unabhängig agieren. Das heißt, die Person verfügt über bestimmte Fähigkeiten, die notwendig für die Selbsterhaltung sind, beispielsweise Aktivitäten des täglichen Lebens wie Aufstehen, Körperpflege, Mahlzeiten einnehmen und zu Bett gehen sowie instrumentelle Aktivitäten wie etwa einkaufen gehen und Hausarbeiten verrichten. Zusätzliche Fähigkeiten sind soziales Verhalten sowie Freizeitaktivitäten. Alltagskompetenz bedeutet auch, dass der Mensch in der Lage ist, seine Bedürfnisse zur Lebenserhaltung bzw. für sein Wohlbefinden im Alltag selbst zu befriedigen.

Bedürfnisse nach Maslow

In seiner Bedürfnispyramide beschreibt Abraham Maslow das Stufenmodell der menschlichen Motivationen. Er unterscheidet fünf Stufen (s. Abb. 1-2). Auf der ersten Stufe stehen die physiologischen Grund- und existenziellen Bedürfnisse wie z.B. ausreichend Essen und Trinken, Schlafen, Ausscheiden, aber auch sensorische Reize wie Berührungen.

Das Bedürfnis nach Sicherheit steht bei Maslow auf der zweiten Stufe. Bei Menschen mit eingeschränkter Alltagskompetenz ist das ein



Abbildung 1-2: Bedürfnispyramide nach Maslow (Grafik: Paul Werner)

sehr wichtiger Faktor, denn physische, psychische und kognitive Beeinträchtigungen können bei den betreffenden zu Angst und Unsicherheit führen.

■ Beispiele

Ein Mensch mit einer Alzheimer-Demenz, der nicht weiß, wo er ist, wo sich sein Zimmer befindet oder vergessen hat, wie man den Fernseher einschaltet, ist unsicher und ängstlich.

Eine Person mit der Parkinson-Erkrankung, die unter einem starken Tremor leidet oder Angst vor Stürzen hat, fühlt sich ebenfalls unsicher.

Ein Mensch, der sich aufgrund einer Sprachstörung nicht mehr verbal ausdrücken kann und sich möglicherweise unverstanden fühlt, kann Angst und Unsicherheit empfinden. ■

Auf der dritten Stufe folgen die sozialen Bedürfnisse. Nach Maslow verspürt der Mensch das Bedürfnis nach Zuneigung, Liebe und Gruppenzugehörigkeit, wenn die ersten beiden Stufen der Bedürfnispyramide befriedigt sind.

Das Bedürfnis nach Anerkennung und Wertschätzung steht auf der vierten Stufe und auf der fünften folgt das Streben nach Selbstverwirklichung.

Laut Maslow sind die ersten vier Stufen bedeutend für das Überleben eines Menschen. Er

bezeichnet sie als «Defizitbedürfnisse». Das Bedürfnis nach Selbstverwirklichung zählt zu den «Wachstumsbedürfnissen». Nach Maslows Theorie müssen vor der Selbstverwirklichung erst die Defizitbedürfnisse befriedigt werden.

Psychische Bedürfnisse nach Kitwood

Tom Kitwood, ein englischer Sozialpsychologe, entwickelte die Theorie des personenzentrierten Ansatzes (s. Kap. 3.1.5). Sie basiert auf der Frage: «Was heißt es, eine Person zu sein?» (Kitwood, 2008: 25 f). Kitwood definiert «Person sein» als «Stand oder Status, der dem einzelnen Menschen im Kontext von Beziehung und sozialem Sein von anderen verliehen wird. Er impliziert Anerkennung, Respekt und Vertrauen.» (Kitwood, 2008: 27)

Aufgrund des Gedächtnisverlusts vergessen beispielsweise Menschen mit Demenz, wer sie sind, wo sie herkommen, was sie als Persönlichkeit ausmacht usw. In der Gesellschaft sowie in der Pflege und Betreuung droht die Gefahr der Depersonalisierung von Menschen mit körperlichen und geistigen Beeinträchtigungen. Die Betroffenen verlieren aufgrund ihrer Einschränkungen an Selbstständigkeit und Alltagskompetenz und werden aus der Gemeinschaft der «Personen» ausgeschlossen. Ursache dafür ist eine ausschließlich pathologische Sichtweise, die psychosoziale Veränderungen vernachlässigt. In diesem Kontext ist auch eine defizitorientierte Pflege und Begleitung von Menschen mit eingeschränkter Alltagskompetenz zu sehen, die absolut abzulehnen ist. Eine verlustorientierte Begleitung kann für den Betroffenen sehr frustrierend sein, weil er sich nicht auf seine noch vorhandenen Fähigkeiten beziehen kann, um Defizite zu kompensieren. Auch eine Alltagsbegleitung nach dem Normalitätsprinzip ist dann nicht möglich.

Merke

Entscheidend ist, dass Menschen mit eingeschränkter Alltagskompetenz als Personen und vor allem als erwachsene, autonome Menschen mit besonderen Bedürfnissen wahrgenommen werden. Fühlen sie sich wohl, fühlen sie sich auch als «Person».

Auch Menschen mit körperlichen und geistigen Beeinträchtigungen haben Bedürfnisse und wenn sie diese befriedigen können, sind sie zufrieden und fühlen sich wohl. Können sie ihre Bedürfnisse nicht befriedigen, sind sie unzufrieden und verlieren an Lebensqualität.

Die psychischen Bedürfnisse von Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen formuliert Kitwood (2008: 122 ff). Die Befriedigung dieser Bedürfnisse ist die Grundlage für eine personenzentrierte Alltagsbegleitung.

Auch wenn Kitwood in seinem Ansatz Menschen mit einer demenziellen Erkrankung fokussiert, gelten die psychischen Bedürfnisse für alle Menschen gleichermaßen, auch für all jene mit eingeschränkter Alltagskompetenz.

Kitwood formuliert in Bezug auf seinen personenzentrierten Ansatz folgende Bedürfnisse:

- *Liebe*: Sie ist ein zentrales psychisches Bedürfnis von Menschen, das im Mittelpunkt steht. Dieses Bedürfnis zu befriedigen, bedeutet, die Person so anzunehmen, wie sie ist. Auch Menschen mit Behinderung, einer demenziellen Erkrankung oder einer Depression besitzen die Ressource, Liebe zu empfinden und anderen, ihnen wichtigen Menschen, Liebe zu geben.
- *Trost*: Wie jeder Mensch verspüren auch Menschen mit körperlichen und geistigen Beeinträchtigungen das Bedürfnis nach Zuwendung und körperlicher Nähe, besonders bei Verlusten oder Ängsten. Sie besitzen die Ressource, ihr Bedürfnis nach Trost zu äußern, indem sie ihre Gefühle zeigen, z. B. durch Weinen oder Wut.
- *Bindung*: Das Bedürfnis nach primärer Bindung ist eine wichtige Ressource, die für alle

Menschen lebensnotwendig ist. Alltagsbegleiter können wichtige Bezugspersonen sein, die den Betroffenen das Gefühl von Sicherheit und Geborgenheit vermitteln.

- *Einbeziehung in kleine Gruppen*: Die Einbeziehung von Menschen mit körperlicher und/oder geistiger Behinderung in die Gemeinschaft oder Gruppe vermittelt ihnen ein familiäres Gefühl und ermöglicht ihnen eine Teilnahme am sozialen und gesellschaftlichen Leben (Inklusion). Die Einbeziehung in die Gruppe und in den Alltag reduziert die Gefahr des Rückzuges und der Vereinsamung. Selbstbewusstsein und Ich-Identität können dadurch gestärkt werden. Trotz ihrer Defizite fühlen sich diese Menschen anerkannt und wertgeschätzt.
- *Beschäftigung*: Auch Menschen mit eingeschränkter Alltagskompetenz wollen beispielsweise Bestätigung durch «Arbeit», so wie sie es aus der Vergangenheit gewohnt sind. Vertraute Tätigkeiten und Arbeitsgewohnheiten vermitteln ihnen das Gefühl, gebraucht zu werden. So zählen etwa zu den Ressourcen von Menschen mit Demenz auch Ordnungssinn und Pflichtbewusstsein. Auch das Leben von Menschen mit dem Down-Syndrom (Trisomie 21) wird im Erwachsenenalter wesentlich bestimmt durch ihre berufliche Tätigkeit. (Wilken, 2009: 149)
- *Identität*: Der Verlust des Gedächtnisses führt beispielsweise bei Menschen mit Demenz dazu, dass sie vergessen, wer sie sind und woher sie kommen. Die Folge ist der Verlust der eigenen Identität. Auch Menschen mit geistiger Behinderung haben das Bedürfnis zu wissen, wer sie sind und woher sie kommen.

2. Warum ist Alltagsbegleitung notwendig?

In diesem Kapitel geht es darum, was unter «Alltagskompetenz» und «eingeschränkter Alltagskompetenz» verstanden wird und auf welche Weise eine Einschätzung möglich ist. Es werden die Begriffe Gesundheit, Krankheit, Behinderung und Pflegebedürftigkeit erläutert und anhand von ATLS und IATLS Möglichkeiten einer Einschätzung der Alltagskompetenz aufgezeigt. Eine eingeschränkte Alltagskompetenz kann verschiedene Ursachen haben. So können bestimmte Erkrankungen und Behinderungen, die mit körperlichen und/oder kognitiven Beeinträchtigungen einhergehen, zu Einschränkungen in den Alltagsaktivitäten führen. Einige wesentliche, in der Praxis am häufigsten vorkommenden, werden in diesem Kapitel beschrieben.

2.1 «Alltagskompetenz» und «eingeschränkte Alltagskompetenz»

Aufgrund von demenzbedingten Fähigkeitsstörungen, geistigen Behinderungen oder psychischen Erkrankungen können Menschen in ihrer Alltagskompetenz auf Dauer erheblich eingeschränkt sein. Sie sind dann in erheblichem Maße auf Betreuung und – insbesondere zur Verhütung von Gefahren – oft auch auf allgemeine Beaufsichtigung angewiesen. (BMfG, 2014a)

«Alltagskompetenz»

Grundsätzlich beschreibt Alltagskompetenz den Grad der Fähigkeit eines Erwachsenen, alltägliche Aufgaben unabhängig und selbstständig zu erfüllen. Diese Aufgaben sind dabei kultur- und altersspezifisch.

Merke

Unter Alltagskompetenz versteht man, dass ein Erwachsener die alltäglichen Aufgaben innerhalb seiner Kultur selbstständig und unabhängig in einer eigenverantwortlichen Weise erfüllen kann.

Die Einschätzung der Alltagskompetenz wird im Kap. 2.3 näher beschrieben.

«Eingeschränkte Alltagskompetenz»

Man spricht von eingeschränkter Alltagskompetenz, wenn die Betroffenen zwar körperlich fit sind, jedoch aufgrund von Demenz, geistiger Behinderungen oder ähnlicher psychischer Erkrankungen im Alltag regelmäßig Betreuung benötigen.

Der Grad der Einschränkung wird im Zuge der Begutachtung durch den Medizinischen Dienst (MDK) auf Basis festgelegter Kriterien (Fragenkatalog) bestimmt und attestiert. (Tab. 2-1)

Die Alltagskompetenz gilt als erheblich eingeschränkt, wenn der Betroffene in mindestens zwei der Kriterien für sechs Monate oder länger regelmäßige Störungen der Fähigkeiten aufweist. Ist außerdem mindestens eine Einschränkung bei den Kriterien 1–5, 9 oder 11 gegeben, so ist von einer erhöht eingeschränkten Alltagskompetenz auszugehen. (MDK, o. J.)

Voraussetzung dafür, dass eine eingeschränkte Alltagskompetenz vorliegt, sind demenzbedingte Fähigkeitsstörungen, geistige Behinderungen oder psychische Erkrankungen, bei denen als Folge der Krankheit oder Behinderung Auswirkungen auf die Aktivitäten des täglichen Lebens (ATL, IATL) festgestellt werden, die dauerhaft zu einer erheblichen Einschränkung der Alltagskompetenz führen.