

PfiFf-Themenblatt Nr. 14c

Gewalt in der häuslichen Pflege vermeiden

Wie können Pflegende Gewalt vorbeugen?

Eine Pflegesituation verändert oft vieles. Sie kann jede und jeden auch an die eigenen Grenzen bringen. Konflikte sind da normal. Sowohl Pflegebedürftige als auch pflegende An- und Zugehörige können leicht in Stress- und Krisensituationen geraten. Auch Gewalt kann da ein Thema sein, in vielen Formen – körperlich oder verbal.

Die folgenden Inhalte sind aus der Veröffentlichung „Gewalt in der häuslichen Pflege vermeiden“ im Gesundheitsportal gesund.bund.de – ein Service des Bundesministeriums für Gesundheit entnommen.

„Wie können Pflegende Gewalt vorbeugen?“

Nicht jede unangemessene Handlung geschieht mit böser Absicht. Ärger, Frust, Wut, Ohnmacht und Hilflosigkeit sind normale Gefühle. Es ist in Ordnung diese Gefühle zu haben. Andererseits sollten Methoden und Hilfsangebote genutzt werden, um Gewalt zu vermeiden. Wichtig ist dabei, nach den individuellen Gründen für Gewalt zu suchen, um passende Wege für die eigene Situation zu finden.

Erkennen und verstehen

Pflegebedürftige Menschen haben dieselben Rechte wie alle anderen Menschen auch. Dazu gehört etwa das Recht auf Selbstbestimmung und Sicherheit. Auch in der Pflegesituation zu Hause ist es wichtig regelmäßig darüber nachzudenken, wie man diese Rechte am besten schützen kann.

Wenn sich herausforderndes Verhalten durch eine Erkrankung erklären lässt, wie beispielsweise bei Demenz, kann es helfen, sich dies vor Augen zu führen.

Das muss man nicht allein tun: In Pflegekursen kann man lernen, besser mit schwierigen Situationen in der Pflege umzugehen. Ärztinnen und Ärzte können zur Beratung herangezogen werden und beispielsweise erklären, woher bestimmte Verhaltensweisen kommen. Hilfe erhält man außerdem bei Beratungsstellen zur Pflege und bei Selbsthilfevereinen.

Mit eigenen Aggressionen umgehen

Es ist möglich, den besseren Umgang mit Aggressionen zu erlernen. Dafür ist es wichtig, nach den Ursachen zu forschen: Wer die Gründe für die eigenen Aggressionen kennt, kann beim nächsten Mal anders reagieren.

Kurzfristig kann es helfen, sich den Frust von der Seele zu reden – bei Freunden, im Selbsthilfverein oder auch anonym bei Beratungstelefonen, wie der Telefonseelsorge.

Langfristig könnten Sie überlegen, ob Sie sich beispielsweise in bestimmten schwierigen Situationen von einem Pflegedienst unterstützen lassen. Beratungsstellen zur Pflege zeigen individuelle Möglichkeiten auf und unterstützen bei eventuellen Finanzierungsfragen.

Unterstützung und Entlastung

Aggressionen und Gewalt können durch Überforderung entstehen. Die Pflegeversicherung sieht verschiedene Leistungen vor, um pflegende Angehörige zu entlasten. Zudem gibt es unterstützende Angebote bei Wohlfahrtsverbänden und Selbsthilfvereinen. In vielen Städten und Regionen helfen Demenz-Netzwerke bei der häuslichen Pflege. Pflegeberatungsstellen und Hausärzte beraten zu lokalen Angeboten.

Wie bekommt man Hilfe?

Wenn pflegedürftige Menschen oder pflegende Angehörige in irgendeiner Form von Gewalt betroffen sind, ist es ratsam, dies anzusprechen und sich Hilfe zu holen. Auch wenn Sie zögern, weil Sie eventuell unsicher sind, Angst haben, finanziell von der anderen Person abhängig sind oder sich schämen – es gibt Wege, die Situation zu verbessern.

Wurde einer pflegebedürftigen Person Schaden zugefügt, sollte man nicht zögern, sich an die Polizei zu wenden. Die Polizei ist rund um die Uhr über die Notrufnummer 110 erreichbar. Auch hier kann es hilfreich sein, sich Unterstützung aus dem Familien- oder Freundeskreis oder durch Beratungsstellen zu holen.

Wie erkenne ich Gewalt in der Pflege?

Gewalt gegen Pflegebedürftige ist nicht immer einfach zu erkennen. Anzeichen wie blaue Flecken und Verletzungen sowie Änderungen im Verhalten, hin zu Ängstlichkeit und Aggression, können auch andere Ursachen haben wie Stürze oder Erkrankungen. Betroffene können sich teilweise nicht mehr richtig äußern – oder schweigen aus Angst oder Scham.

Auch wenn es unangenehm ist, sollte man die Situation ansprechen – möglichst konkret und ohne Anklage. Hilfreich ist es Unterstützung anzubieten und an das regionale Hilfesystem weiterzuvermitteln. Sinnvoll kann es zudem sein, mit dem Einverständnis der betroffenen Person, deren Telefonnummer an eine Beratungsstelle weiterzureichen. Dies setzt voraus, dass die Person bereit ist, über diese Probleme zu sprechen und Hilfe anzunehmen.“¹

¹ Quelle: gesund.bund.de, Bundesministeriums für Gesundheit, <https://gesund.bund.de/gewalt-pflege> (11.01.2024)

Wo kann ich mich beraten lassen?

Wir kennen die Herausforderungen, zu pflegen oder gepflegt zu werden. Wir kennen aber auch die vielen guten Wege, diese Herausforderungen zu bewältigen und Krisen zu überwinden. Wir unterstützen Sie individuell, kostenlos und auf Wunsch natürlich anonym!

In Berlin **„Pflege in Not“ - Beratung bei Konflikt und Gewalt in der Pflege**

Telefon: 030 - 69 59 89 89

In Brandenburg **„Pflege in Not Brandenburg“ - Beratung und Unterstützung in schwierigen Pflegesituationen**

Telefon: 0800 - 265 55 66

Darüber hinaus stehen in Berlin, Brandenburg und Mecklenburg-Vorpommern die **Pflegestützpunkte** zur Verfügung.

Erfahren Sie mehr zum Thema auf den PfiFf-Themenblättern Nr. 14, 14a und 14b.