
Ich kann doch nicht immer für Dich da sein ...

betreuende und pflegende Angehörige im
Spannungsfeld zwischen Belastung und
Entlastung

2022 Dr. Bettina Ugolini

1

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 !

2022 Dr. Bettina Ugolini

2

Was leisten sie alles - Betreuungsaufgaben

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

2022 Dr. Bettina Ugolini

3

Verschiedene Rollen

- Viele pflegende Angehörige sind Pflegekoordinatoren:
 - Sie beraten sich mit dem Arzt
 - vermitteln zwischen den Einrichtungen
 - achten darauf, dass Helfer die Pflege aufeinander abstimmen

- Dabei kämpfen viele mit zwiespältigen Gefühlen: Mitleid - Zorn, Angst - Hoffnung, Anteilnahme - Distanz

- der permanente Rollenwechsel führt zu hoher Belastung ohne, dass einem dieses bewusst ist

2022 Dr. Bettina Ugolini

4

Beziehungsveränderungen

- Ehe & Partnerschaft
 - Jahrelang gefestigtes, sehr individuelles und gesellschaftlich geprägtes Gefüge gerät in Bewegung
 - Aufgaben müssen neu übernommen werden
 - Dominanz- und Unterwerfungsverhältnisse müssen angepasst werden
- Eltern-Kindbeziehung
 - Die Persönlichkeitsveränderung von Vater oder Mutter bedeutet eine Bedrohung der seelischen Integrität.
 - Stressfaktor ersten Ranges: Entscheidungen fällen!!!
 - Die Machtverhältnisse kehren sich um. Waren die Eltern früher oft Autoritätspersonen, so werden sie nun hilflos und abhängig

2022 Dr. Bettina Ugolini

5

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

2022 Dr. Bettina Ugolini

6

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
-

2022 Dr. Bettina Ugolini

7

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



2022 Dr. Bettina Ugolini

8