



Beratung in der Gerontopsychiatrie

Gliederung

1. Das Konstrukt „Alter“
2. Psychosoziale Belastungen im Alter
3. Beratung
4. Aspekte der Beratung gerontopsychiatrischer Klienten
5. Fazit

„Alter“ und „Hochaltrigkeit“

- ▶ Gruppe der älteren Menschen umfasst fast drei Generationen (Andres, 2009)
- ▶ Unterscheidung zwischen „alten“ und „hochaltrigen“ Menschen
- ▶ „Hochaltrigkeit“ → Zunahme von organischen, psychischen oder sozialen Funktionseinbußen
- ▶ Diskrepanz „Alter“ und „Hochaltrigkeit“ (Amrhein, 2013)

Psychosoziale Belastungen im Alter

- ▶ komplexe Veränderungen → Wahrnehmung als Belastung
- ▶ Beeinträchtigung der Anpassungs- und Stabilisierungsprozesse
- ▶ können das Entstehen einer psychischen Erkrankung begünstigen (Heusinger, Kammerer und Wolter, 2013)

Psychosoziale Belastungen im Alter

- ▶ Berufsleben und Berentung
- ▶ Sinn, Identität und Existenz
- ▶ Liebe, Partnerschaft und Sexualität
- ▶ Einsamkeit und soziale Isolation
- ▶ Abbau, Krankheit und Pflegebedürftigkeit
- ▶ Verlust und Trauer
- ▶ Tod und Sterben
- ▶ Substanzkonsum
- ▶ Altersarmut
- ▶ Umzug in eine Altenpflegeeinrichtung

(Blonski, 2013; Peters, 2006; Peters, 2011 und Peters & Radebold, 2004)

Psychosoziale Belastungen im Alter

- ▶ ca. $\frac{1}{4}$ der über 65 bzw. 70 Jährigen sind von einer psychischen Erkrankung betroffen
- ▶ häufigste Diagnosen: Männer: psychische Störung durch psychotrope Substanzen
Frauen: Depression

Beratung

- ▶ Ausgangspunkt → bei bestehenden Problemen zu helfen, zu beheben oder zu lindern (Hagestedt, 2013)
- ▶ Gesetzgebung → Beratung ist u.a. pflegerische Aufgabe
- ▶ Krankenpflegegesetz § 3 (2)
- ▶ Anlässe für Beratung → Schwierigkeiten bei Orientierung, Planung, Entscheidung und/oder Handeln
- ▶ Ziel → Förderung der Kompetenz- und Ressourcenentwicklung + persönliche Weiterentwicklung (Förster, 2010)

Beratung

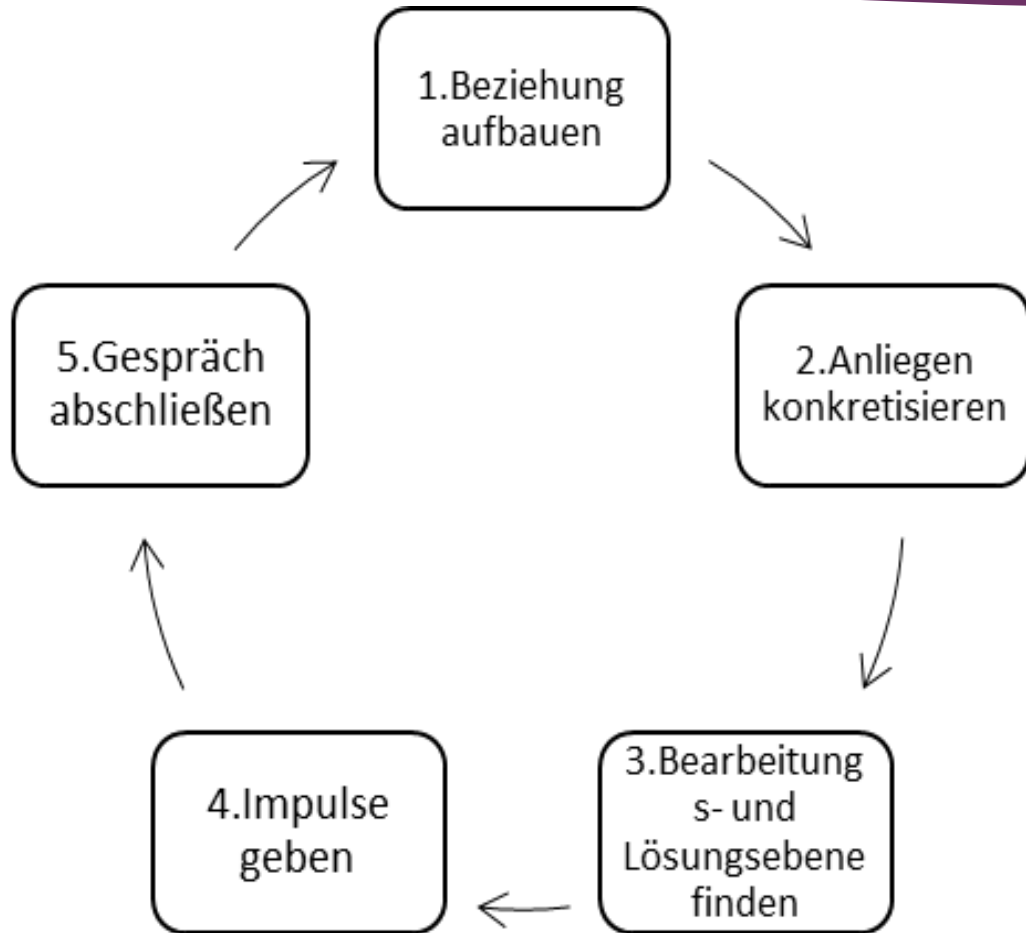
▶ **Grundprinzipien einer Beratung**

- ▶ Kenntnisstand und Motivation klären
- ▶ Aufnahme und Konzentrationsfähigkeit einschätzen
- ▶ Ziele in den Mittelpunkt stellen
- ▶ Ziele gemeinsam festlegen
- ▶ Lernerfolge evaluieren
- ▶ für klare Kommunikation sorgen (Wolff und Needham, 2011)

Systemische Beratung

- ▶ Probleme entwickeln sich meist im sozialen Umfeld
- ▶ systemische Berater laden Angehörige mit ein
- ▶ Symptome/Probleme sind kein Defizit, sondern misslungene Lösungsversuche
- ▶ lösungsorientiert → schnelle Lösungswege werden gesucht
 - ▶ Ressourcen und Stärken stehen im Mittelpunkt
 - ▶ Was gelingt gut?
 - ▶ Was ist liebens- und erhaltenswert?
- ▶ Veränderung geschieht im Alltag des Klienten (Fryszler & Schwing, 2013)

Systemische Beratung



„Die fünf Phasen der systemischen Beratung“ nach Brüggemann, Ehret-Ivankovic und Klütmann (2014)

Beratung gerontopsychiatrischer Klienten

- ▶ Im Vorfeld:
 - ▶ **Örtlicher Rahmen:**
 - ▶ Barrierefreiheit
 - ▶ passende Sitzgelegenheit
 - ▶ **Zeitlicher Rahmen:**
 - ▶ Dauer der Sitzung vorher bekannt geben
 - ▶ **Situativer Rahmen:**
 - ▶ Vorerfahrungen
 - ▶ Erwartungen

Beratung gerontopsychiatrischer Klienten

▶ **Beziehungsaufbau**

- ▶ formelle Höflichkeiten
- ▶ Begrüßungs- und Verabschiedungsrituale

▶ **Klärung der Motivation**

- ▶ Skepsis und Befürchtungen offen thematisieren
- ▶ schnelle Preisgabe von Verlusten, Einsamkeit oder körperlichen Einschränkungen → ggf. Abgrenzung vom Berater

Beratung gerontopsychiatrischer Klienten

▶ Aufnahme- und Konzentrationsfähigkeit

- ▶ Lernverhalten im Alter nicht eingeschränkter, jedoch störungsanfälliger:
 - ▶ schnelles Sprechen beeinträchtigt
 - ▶ Wiederholungen
 - ▶ Inhalte übersichtlich gliedern
 - ▶ Aufmerksamkeitsspanne kürzer

▶ Weitere wichtige Faktoren:

- ▶ Begabung
- ▶ „aus der Übung sein“
- ▶ gesundheitliche Beeinträchtigungen
- ▶ fehlende Motivation

Beratung gerontopsychiatrischer Klienten

▶ Anliegen konkretisieren

- ▶ Informationen gewinnen → aktive und strukturierende Gesprächshaltung im Erstgespräch
- ▶ Informationen und Konflikte im historischen und biografischen Kontext betrachten
- ▶ Erzählen aus der Vergangenheit:
 - ▶ vertraute Form der Kommunikation
 - ▶ gelungene Entwicklungsschritte in der Vergangenheit → mögliche Ressourcen
- ▶ Anliegen aus der Fülle der Informationen ableiten und gemeinsam Schwerpunkte setzen

Beratung gerontopsychiatrischer Klienten

- ▶ **Ziele in den Mittelpunkt stellen und gemeinsam festlegen**
 - ▶ Ziele sollten realistisch und erreichbar sein
 - ▶ Klient in den Prozess unbedingt miteinbeziehen → Förderung der Motivation und der aktiven Mitarbeit
 - ▶ Auseinandersetzung mit Zielen → Fähigkeiten **und** Defizite thematisieren
 - ▶ Berater und Klient haben die gleichen Ziele

Beratung gerontopsychiatrischer Klienten

▶ Bearbeitungs- und Lösungsebene finden/Impulse geben

▶ Einbeziehung des sozialen Umfeldes häufig notwendig:

- ▶ belastende und konfliktreiche Beziehungsmuster
- ▶ Abstimmen der weiteren Schritte → nicht „gegen das System“ arbeiten

▶ Berater:

- ▶ stellt Fachwissen zur Verfügung
- ▶ Einschätzung der Situation
- ▶ Erweiterung der Sichtweisen des Klienten und seiner Angehörigen
- ▶ Abschätzung Unterstützungspotential und –bereitschaft
- ▶ Koordination der Hilfen

Beratung gerontopsychiatrischer Klienten

▶ **Lernerfolge evaluieren**

- ▶ möglichst im Prozess
- ▶ Wurden geplante Maßnahmen umgesetzt?
- ▶ Konnten die gesetzten Ziele erreicht werden?

▶ **Gespräch abschließen**

- ▶ Klient auf das Ende der Beratungsbeziehung rechtzeitig hinweisen
- ▶ abrupter (Beziehungs-)Abbruch setzt ggf. neuen Verlustschmerz

Beratung gerontopsychiatrischer Klienten

▶ Für klare Kommunikation sorgen

- ▶ bezieht sich auf den gesamten Prozess
- ▶ Berater distanziert sich von Altersstereotypen
- ▶ verständliche Sprache
- ▶ empathische und nichtdirektive Gesprächshaltung
- ▶ überangepasstes Verhalten → kann zu vermindertem Selbstwert beim Klienten führen
- ▶ Ältere können Schwierigkeiten haben Wünsche und Vorstellungen zu äußern, deshalb:
 - ▶ motivieren Bedürfnisse zu thematisieren
- ▶ Ziel: Klient wird Partner im gemeinsamen Beratungsprozess

Fazit

- ▶ Heterogenität der Gruppe der älteren und alten Menschen
- ▶ spezifische psychosoziale Belastungen können das Entstehen einer psychischen Erkrankung begünstigen
- ▶ Einbeziehung des sozialen Umfelds häufig notwendig
- ▶ neben Grundprinzipien und den einzelnen Prozessschritten →
 - ▶ Berater kennt die Psychodynamik der verschiedenen psychosozialen Belastungen
 - ▶ Berater beachtet die Besonderheiten der Beziehungsgestaltung und Kommunikation mit älteren Menschen

Literatur

- ▶ Anders, J.(2009). *Der alternde Mensch*. In Renteln-Kruse, W. von (Hrsg.), *Medizin des Alterns und des alten Menschen* (S. 3 – 11). Heidelberg: Steinkopff.
- ▶ Amrhein, L. (2013). Die soziale Konstruktion von „Hochaltrigkeit“ in einer jungen Altersgesellschaft. *Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie*, 46 (1), S. 10–15.
- ▶ Blonski, H. (Hrsg.) (2013). *Beratung älterer Menschen. Methoden - Konzepte - Erfahrungen*. Frankfurt am Main: Mabuse-Verlag.
- ▶ Brüggemann, H.; Ehret-Ivankovic, K.; Klütmann C. (Hrsg.) (2014). *Systemische Beratung in fünf Gängen*. 5., unveränderte Aufl. Göttingen, Bristol, Conn: Vandenhoeck & Ruprecht.
- ▶ Förster, M. (2010). *Bedeutsamkeit von Beratung für Individuum und Gesellschaft in Gegenwart und Zukunft*. München: GRIN Verlag GmbH.
- ▶ Fryszer, A.; Schwing, R. (Hrsg.) (2013). *Systemische Beratung und Familientherapie - kurz, bündig, alltagstauglich*. 1. Aufl. Göttingen, Niedersachsen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- ▶ Hagestedt, D.(2013) *Drei Beratungsansätze im Vergleich. Historischer Hintergrund, Menschenbild, Methoden und Anwendung der systemischen, klientenzentrierten und verhaltenstheoretischen/kognitiv-behavioralen Beratung*. München: GRIN Verlag GmbH
- ▶ Heusinger, J.; Kammerer, K.; Wolter, B. (Hrsg.) (2013). *Alte Menschen. Expertise zur Lebenslage von Menschen im Alter zwischen 65 und 80 Jahren*. (Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung, Bd. 44). Köln: BZgA.

Literatur

- ▶ Hüper, C.; Hellige, B. (Hrsg.) (2007). *Professionelle Pflegeberatung und Gesundheitsförderung für chronisch Kranke. Rahmenbedingungen - Grundlagen - Konzepte - Methoden*. Frankfurt am Main: Mabuse-Verlag.
- ▶ Matolycz, E. (2011). *Pflege von alten Menschen*. Wien, New York: Springer.
- ▶ Monzer, M. (2013). *Case Management - Grundlagen (Case Management in der Praxis)*. Heidelberg: medhochzwei Verlag GmbH.
- ▶ Peters, M. (2006). *Psychosoziale Beratung und Psychotherapie im Alter*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- ▶ Peters, M. (2011). *Leben in begrenzter Zeit. Beratung älterer Menschen*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht
- ▶ Peters, M. & Radebold, H. (2004). *Klinische Entwicklungspsychologie des Alters. Grundlagen für psychosoziale Beratung und Psychotherapie*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- ▶ Wolff, S.; Needham, I. (2011). *Beratung und Gesprächstechniken*. In Sauter, D.; Abderhalden, C.; Needham, I.; Wolff, S. (Hrsg.): *Lehrbuch psychiatrische Pflege*. 3., vollständig überarbeitete u. erweiterte Aufl. Bern: Huber, S. 416–426.
- ▶ Bild auf der letzten Folie: <http://images.fotocommunity.de/bilder/china/yunnan/lachen-1ece18cc-9778-4eeb-947e-4919cd7e7a89.jpg> (letzter Zugriff am 16.01.16)

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

