

Fortsetzung

Nachlese | DemenzDialoge 2015:
Sich informieren und vernetzen –
unsere landesweiten Austauschtreffen

16. Angehörigen- gruppenforum

Zur »Mutter aller Austauschtreffen«, dem Angehörigengruppenforum, trafen sich 21 Leiterinnen und ein Leiter solcher Angebote am 24. Juli in Stuttgart. Dieses Treffen, das die Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg seit dem Jahr 2000 anbietet, war seinerzeit das erste seiner Art und findet seither jährlich mit bester Resonanz und mit treuen Teilnehmenden statt: Zwei der Anwesenden waren bei allen Treffen dabei!

In einer Vorstellungsrunde wurde gesammelt, was den Anwesenden in ihrer Arbeit in den Gruppen »unter den Nägeln brennt«. Drei Themen haben wir im Folgenden für sie herausgegriffen:

- ***In meine Angehörigengruppe kommen immer weniger Teilnehmende. Woran kann das liegen? Mache ich etwas falsch?***

Diese Frage ist ein »Dauerbrenner«: Wer eine Angehörigengruppe leitet, erlebt fast immer auch diesen Moment: Die eben noch gut laufende Gruppe mit acht, zehn oder mehr Teilnehmenden droht in kurzer Zeit »einzuschlafen«. Gründe gibt es viele:

- Der demenzerkrankte Angehörige ist in ein Pflegeheim gezogen oder verstorben, vielleicht starb auch der Gruppenteilnehmer selber.
- Nicht für jeden stellt sich der Austausch in einer größeren Gruppe als hilfreich dar.
- Vielleicht gibt es gerade nicht genug Angehörige von Menschen mit Demenz am Ort, die ein solches Angebot nutzen wollen oder können.

Konzentration bei einem komplizierten Thema: das 1. Pflegestärkungsgesetz



- Der Leidensdruck bei möglichen Teilnehmenden ist noch nicht hoch genug, viele suchen erst einmal Rat und Hilfe, etwa in der Beratung, im persönlichen Umfeld, bevor sie sich einer Gruppe Fremder anvertrauen.

In allen Fällen kann den betroffenen LeiterInnen nur zur Gelassenheit geraten werden: Dieses Auf und Ab gibt es in allen Gruppen. Man muss auch mal den Mut haben, eine Gruppe zuzumachen, wenn gerade kein Bedarf zu bestehen scheint und sie vielleicht in einem Jahr erst wieder anbieten. Und vor allem: Nicht die Schuld bei sich selbst suchen!

Zudem sind große Gruppen nicht unbedingt ein Qualitätsmerkmal, denn dann laufen die Teilnehmenden Gefahr, überhaupt nicht zum Zug zu kommen mit ihren Anliegen und Nöten. In einer kleinen Gruppe kann das eher gelingen.

- ***Wie lassen sich Angehörige für die Gruppe gewinnen?***

- Über Werbung und persönliche Ansprache im Rahmen der Betreuungsgruppen, zum Beispiel auch auf den Rechnungen für die Betreuungsleistung in der Betreuungsgruppe.

- Über Informationsflyer beim Hausarzt oder beim Neurologen.
- Zunehmend auch über das Internet, vor allem über die Website der Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg:
 - www.alzheimer-bw.de → **Hilfe vor Ort**
- Durch regelmäßige Veröffentlichungen in der lokalen Presse.
- Durch Kooperationen mit anderen Einrichtungen, etwa dem Pflegestützpunkt oder der Sozialstation.
- Durch ein abwechslungsreiches Programm, in dem sich Referate, Austausch und auch Vergnügliches wie Ausflüge abwechseln.
- Eine Teilnehmerin berichtet von ihren guten Erfahrungen, getrennte Männer- und Frauengruppen anzubieten. Die Themen sind andere, und mit dieser Lösung fällt es manchem leichter, über sich zu reden.
- **Wie gestalte ich die Gruppenzeit am Sinnvollsten?**

Da es mittlerweile immer mehr Fortbildungen, Vorträge, Infomaterial und Websites zum Thema Demenz gibt, ist es nach der Erfahrung vieler Teilnehmenden nicht mehr so wichtig, regelmäßig Referenten zur Angehörigengruppe einzuladen. Vielmehr steht das Bedürfnis im Mittelpunkt, sich über die persönliche Situation als Angehöriger eines Menschen mit Demenz auszutauschen.

Dabei sind die Themen von Männern und Frauen durchaus unterschiedlich. Während Männer eher ihre Schwierigkeiten mit dem Haushalt thematisieren, den sie nun führen müssen, beklagen Frauen, dass sie in finanziellen Angelegenheiten oft wenig



Ahnung haben. Auffallend auch der Umgang mit Belastung: Frauen pflegen häufig bis zur Selbstaufgabe, während es Männern leichter fällt, auch nach sich zu schauen, sich Hilfe zu holen, ihre erkrankten Frauen in Kurzzeitpflege zu geben, um sich eine Auszeit zu gönnen.

Wichtig ist, dass sich betreuende bzw. pflegende Angehörige in der Gruppe willkommen und wohl fühlen. Dazu kann neben einer regelmäßigen nett formulierten Einladung auch die Verwöhnung mit Kaffee, Kuchen, Eis und mehr gehören. Auch Entspannungsübungen, Ausflüge oder ein Restaurantbesuch können Entlastung vom Betreuungs- und Pflegealltag bringen.

Am Nachmittag referierte *Günther Schwarz* auch in diesem Rahmen über das 1. Pflegestärkungsgesetz (siehe Seite 9).

Informationen über und Kontaktdaten von Angehörigengruppen unter

- www.alzheimer-bw.de → **Hilfe vor Ort**

.....
Last but not least: Am 16.10.2015 treffen sich Fachkräfte aus Häuslichen Betreuungsdiensten in Stuttgart zum Erfahrungsaustausch. Infos unter

- www.alzheimer-bw.de → **Unser Angebot**
→ *DemenzDialoge*

Dort können Sie sich auch online anmelden und finden ab Januar 2016 die neuen Termine.

.....
 Die *DemenzDialoge* finden statt mit freundlicher Unterstützung der

BARMER
GEK die gesund
 experten