Das Pflegen eines Angehörigen kann eine großer Herausforderung sein. Es ist schwer mit anzusehen, wie ein geliebter Mensch immer mehr sein eigenständiges Leben verliert oder sich aufgrund seiner Erkrankungen geistig und seelisch verändert. Jahrelange Pflege zu Hause überfordert jeden Menschen, wenn nicht um ihn herum eine stabiles Umfeld und weitere Pflegepersonen vorhanden sind, mit denen er sich abwechseln kann.

Manchmal sind Angehörige oder das Pflegepersonal selbst mit Aggressionen, Misstrauen und Angriffen ihres Pflegebedürftigen konfrontiert, zum Beispiel im Rahmen von Demenz, wenn der Pflegebedürftige vergessen hat, wohin er seine Sachen gelegt hat und seine Umgebung verdächtigt, diese weggenommen zu haben.

Aggressionen und damit auch Gewalt in der Pflege haben fast immer mit Überforderung und Hilflosigkeit zu tun, auf der Seite der Pflegebedürftigen oft auch mit Angst. Der Grad zwischen Gewalt und pflegerischen Notwendigkeiten ist manchmal sehr schmal, man unterscheidet verschiedene Bereiche und Stufen von Gewalt.

Gewalt in der Pflege ist keinesfalls immer nur die Anwendung körperlicher Gewalt. Sie kann sich auch in Form von Ignorieren oder Vernachlässigung darstellen oder schlicht in der Art des Umgangs, wenn der Pflegebedürftige nicht mehr respektiert oder wie ein kleines Kind behandelt wird.

Daher ist es einerseits wichtig, Krankheitsverläufe zu kennen, um das Verhalten eines Pflegebedürftigen richtig einschätzen zu können und auftretende Ablehnung oder Aggressionen nicht persönlich zu nehmen. Andererseits ist es wichtig, erste Anzeichen an Erschöpfung und Überlastung beim Pflegenden ernst zu nehmen und umgehend zu reagieren.

Schaffen Sie Entlastungsmöglichkeiten, indem Sie Ihren Angehörigen auch einmal außerhalb betreuen lassen, zum Beispiel in Einrichtungen der Tagespflege oder im Rahmen einer Verhinderungspflege, damit Sie einmal Urlaub machen und sich ganz auf sich selbst besinnen können.

Schaffen Sie Refugien für sich im Alltag, zum Beispiel einen festen Abend in der Woche, an dem jemand anderes Ihre Pflegeaufgaben übernimmt, so dass Sie die Möglichkeit erhalten, Freundschaften zu pflegen und ein Leben außerhalb der Pflegesituation aufrecht zu erhalten

Sorgen Sie dafür, dass Sie mit der Pflegesituation nicht allein bleiben. Besuchen Sie Selbsthilfegruppen und tauschen Sie sich mit anderen aus, die ebenfalls Angehörige zu Hause pflegen. Neben wertvollen Tipps rund um die Pflege erfahren Sie hier auch Verständnis und Anerkennung für Ihre Situation.

Beratung und Unterstützung finden Sie auch beim
Pflege-Notruftelefon Niedersachsen:**0180 - 2000 872**

Unter www.altenpflegeschueler.de/sonstige/gewalt-in-der-pflege finden Sie eine umfassende Auflistung verschiedener Formen der Gewalt und Maßnahmen, diese zu vermeiden.