



Sylke Werner

Praxishandbuch Alltagsbegleitung

Pflegebedürftige Menschen und
ihre Angehörigen im Alltag begleiten
und entlasten

Sylke Werner
Praxishandbuch Alltagsbegleitung

Hogrefe Verlag
Programmbereich Pflege

Beirat

Angelika Abt-Zegelin, Dortmund

Jürgen Osterbrink, Salzburg

Christine Sowinski, Köln

Doris Schaeffer, Bielefeld

Franz Wagner, Berlin



Sylke Werner

Praxishandbuch Alltagsbegleitung

**Pflegebedürftige Menschen und ihre Angehörigen
im Alltag begleiten und entlasten**

Hogrefe Verlag

© 2015 by Hogrefe Verlag, Bern

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.

Aus: Sylke Werner; Praxishandbuch Alltagsbegleitung, 1. Auflage.

Sylke Werner. Examinierte Altenpflegerin, BSc Gesundheits- und Pflegemangement,
Dozentin für Pflege, Berlin.
E-Mail: Sylke.Werner63@web.de

Lektorat: Jürgen Georg, Eveline Kühni, Linda Etter
Herstellung: Daniel Berger
Illustration: Anne Werner, Paul Werner, Sylke Werner, Peggy England
Titelillustration: © Peter Maszlen
Umschlaggestaltung: MetaDesign AG, Berlin, Claude Borer, Basel
Satz: punktgenau GmbH, Bülh
Druck und buchbinderische Verarbeitung: AZ Druck und Datentechnik GmbH, Kempten
Printed in Germany

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Angaben sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.



Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtes ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Kopien und Vervielfältigungen zu Lehr- und Unterrichtszwecken, Übersetzungen, Mikroverfilmungen sowie die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Verfasser haben größte Mühe darauf verwandt, dass die therapeutischen Angaben insbesondere von Medikamenten, ihre Dosierungen und Applikationen dem jeweiligen Wissensstand bei der Fertigstellung des Werkes entsprechen.

Da jedoch die Pflege und Medizin als Wissenschaft ständig im Fluss sind, da menschliche Irrtümer und Druckfehler nie völlig auszuschließen sind, übernimmt der Verlag für derartige Angaben keine Gewähr. Jeder Anwender ist daher dringend aufgefordert, alle Angaben in eigener Verantwortung auf ihre Richtigkeit zu überprüfen.

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen oder Warenbezeichnungen in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen-Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürfen.

Anregungen und Zuschriften bitte an:

Hogrefe Verlag
Lektorat: Pflege
z.Hd.: Jürgen Georg
Länggass-Strasse 76
CH-3000 Bern 9
Tel: 0041 (0)31 300 4500
Fax: 0041 (0)31 300 4593
E-Mail: juergen.georg@hogrefe.ch
www.hogrefe.ch

1. Auflage 2015

© 2015 by Hogrefe Verlag, Bern
(E-Book-ISBN [PDF] 978-3-456-95497-4)
(E-Book-ISBN [EPUB] 978-3-456-75497-0)
ISBN 978-3-456-85497-7

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	11
Danksagung	13
1 Was bedeutet «Alltagsbegleitung»?	15
1.1 Wohnformen	15
1.1.1 Leben zu Hause	15
1.1.2 Leben im Heim	16
1.1.3 Beispiele für sonstige Lebens- und Wohnformen	17
1.2 Alltagsbegleitung nach dem Normalitätsprinzip	17
1.3 Alltagskompetenz und Bedürfnisse	19
2 Warum ist Alltagsbegleitung notwendig?	23
2.1 «Alltagskompetenz» und «eingeschränkte Alltagskompetenz»	23
2.2 Gesundheit, Krankheit, Behinderung und Pflegebedürftigkeit	24
2.2.1 Gesundheit und Krankheit	24
2.2.2 Behinderung	25
2.2.3 Pflegebedürftigkeit	25
2.3 Einschätzen der Alltagskompetenz (ATL, IATL)	26
2.3.1 Aktivitäten des täglichen Lebens (ATL)	26
2.3.2 Instrumentelle Aktivitäten des täglichen Lebens (IATL)	28
2.3.3 Wie kann die Einschätzung erfolgen?	28
2.4 Menschen mit Demenz im Alltag begleiten	32
2.4.1 Krankheitsbild	32
2.4.2 Die wesentlichen demenziellen Erkrankungen im Überblick	34
2.4.3 Bedürfnisse von Menschen mit Demenz	39
2.4.4 Einschränkungen in der Alltagskompetenz	40
2.4.5 Begleiten, nicht bevormunden	49
2.4.6 Selbstständigkeit erhalten und Ressourcen nutzen	50
2.4.7 Veränderungen in Wahrnehmung und Sprache bei Demenz	51
2.4.8 Validation	52
2.4.9 Kommunikationsmöglichkeiten auf nonverbaler Ebene	56
2.4.10 Umgang mit herausforderndem Verhalten	57
2.5 Ältere Menschen mit einer Depression im Alltag begleiten	61
2.5.1 Krankheitsbild	61
2.5.2 Bedürfnisse von älteren Menschen mit einer Depression	63

2.5.3 Einschränkungen in der Alltagskompetenz	64
2.5.4 Motivieren und aktivieren	66
2.6 Menschen mit Abhängigkeitserkrankungen im Alltag begleiten	67
2.6.1 Krankheitsbilder von Alkohol- und Medikamentenmissbrauch	67
2.6.2 Bedürfnisse von Menschen mit Abhängigkeitserkrankungen	70
2.6.3 Einschränkungen in der Alltagskompetenz	71
2.6.4 Abhängigkeitserkrankungen in der Pflege und Begleitung thematisieren	74
2.7 Menschen, die sich selbst vernachlässigen, begleiten	76
2.7.1 Selbstvernachlässigung versus «Verwahrlosung»	76
2.7.2 Bedürfnisse bei Menschen mit Selbstvernachlässigung	79
2.7.3 Einschränkungen in der Alltagskompetenz	80
2.7.4 Wann und wie intervenieren	81
2.8 Menschen mit Trisomie 21 begleiten	83
2.8.1 Was bedeutet Trisomie 21?	83
2.8.2 Bedürfnisse von Menschen mit Trisomie 21	84
2.8.3 Einschränkungen in der Alltagskompetenz	86
2.8.4 Möglichkeiten der Alltagsbegleitung und Inklusion	88
2.9 Menschen mit einem Schlaganfall begleiten	89
2.9.1 Krankheitsbild	89
2.9.2 Bedürfnisse von Menschen mit einem Apoplex	91
2.9.3 Einschränkungen in der Alltagskompetenz	92
2.9.4 Ressourcen nutzen und Selbstständigkeit fördern	94
2.9.5 Hilfsmittel zielgerichtet einsetzen	96
2.9.6 Psychosoziale Begleitung	98
2.10 Menschen mit einem Morbus Parkinson begleiten	99
2.10.1 Krankheitsbild	99
2.10.2 Bedürfnisse von Menschen mit Morbus Parkinson	102
2.10.3 Einschränkungen in der Alltagskompetenz	103
2.10.4 Begleitung im Alltag	104
2.11 Menschen mit Multipler Sklerose im Alltag begleiten	107
2.11.1 Krankheitsbild	107
2.11.2 Bedürfnisse von Menschen mit Multipler Sklerose	109
2.11.3 Einschränkung in der Alltagskompetenz	110
2.11.4 Begleitung im Alltag	111
2.12 Hochaltrige, gebrechliche Menschen begleiten	113
2.12.1 Gebrechlichkeit (engl. «frailty») und Sarkopenie verstehen	113
2.12.2 Bedürfnisse hochaltriger, gebrechlicher Menschen	114
2.12.3 Einschränkungen in der Alltagskompetenz	115
2.12.4 Bewegungsförderung	118
2.12.5 Ernährungsförderung	119
2.12.6 Sich kümmern um die Verkümmerten	121
2.13 Sonstige Einschränkungen im Alltag	125
2.13.1 Erkrankungen des Bewegungsapparates	125
2.13.2 Herz-Kreislaufferkrankungen	126
2.13.3 Diabetes mellitus	128
2.13.4 Übermedikation im Alter	132

2.14 Angehörige pflegebedürftiger Menschen begleiten	133
2.14.1 Die Situation und Rolle der Angehörigen	133
2.14.2 Belastungen pflegender Angehöriger	134
2.14.3 Entlastung pflegender Angehöriger	136
3 Welche Kompetenzen benötigen Alltagsbegleiter?	139
3.1 Was versteht man unter «Kompetenz»?	139
3.1.1 Sozialkompetenz	139
3.1.2 Fachkompetenz	139
3.1.3 Methodenkompetenz	140
3.1.4 Persönliche Kompetenz	145
3.1.5 Personzentrierte Alltagsbegleitung	145
3.2 Biografisch orientierte Alltagsbegleitung	147
3.2.1 Was ist Biografiearbeit?	147
3.2.2 Biografiearbeit in der Alltagsbegleitung	148
3.3 Man kann nicht nicht kommunizieren	150
3.3.1 Wir hören auf «vier Ohren»	151
3.3.2 Kommunikation im Team	152
3.3.3 Kommunikation mit Angehörigen	154
3.4 Beziehungen gestalten, Vertrauen schaffen	156
3.4.1 «Vertrauen» – Balanceakt zwischen Nähe und Distanz	156
3.4.2 «Beziehungspflege» als Basis für Vertrauen	158
3.5 Selbstfürsorgekompetenz in der Alltagsbegleitung	159
3.5.1 Stressphysiologie	160
3.5.2 «Entschleunigung»	163
3.5.3 Selbstfürsorge	164
3.5.4 Stresskompetenz entwickeln	168
3.5.5 Ganzheitliches Stressmanagement	170
3.5.6 Beispiele zur Selbstfürsorge	171
4 Wie können Menschen im Alltag begleitet werden?	175
4.1 Sich selbst versorgen können (ATLs und IATLs)	175
4.1.1 Selbstversorgungsdefizit und Begleitung	176
4.2 Sich verständigen können	176
4.2.1 Kommunikation mit hörgeschädigten Menschen	176
4.2.2 Kommunikation mit seheingeschränkten Menschen	180
4.2.3 Kommunikation mit Menschen mit Spracheinschränkungen	181
4.3 Mobil sein und Bewegung fördern	184
4.3.1 Immobilität und Folgen	185
4.3.2 Mobilisation und Bewegungsförderung	186
4.4 Hauswirtschaft und Ernährung	189
4.4.1 Hauswirtschaftliche Tätigkeiten	189
4.4.2 Lebensmittel einkaufen	191
4.4.3 Nahrung zubereiten	192
4.4.4 «Ich habe keinen Appetit.» – Wenn ältere Menschen das Essen ablehnen	192

4.5 Raum und Zeit gestalten – sich beschäftigen	197
4.5.1 Spielerische Aktivitäten	197
4.5.2 Kreativ sein	199
4.5.3 Musik und Tanz	200
4.5.4 Die Sinne anregen	201
4.5.5 Soziale Kontakte pflegen	205
4.6 Umgebung gestalten – sich sicher fühlen und verhalten	209
4.6.1 Milieuthherapie	209
4.6.2 Tiere als Medium in der Milieugestaltung	212
4.6.3 Natur- und pflanzengestützte Begleitung	215
4.6.4 Sicherheit in der Umgebung	217
4.6.5 Wie viel Hygiene ist nötig?	221
4.7 Sinn finden im Werden, Sein und Vergehen	226
4.7.1 Sinn finden	226
4.7.2 Selbstwirksamkeit fördern	227
4.7.3 «Optimismustraining» in der Alltagsbegleitung	228
4.7.4 Umgang mit existenzbedrohenden Erfahrungen im Alltag	230
4.7.5 Glaube und Spiritualität	231
4.7.6 Am Ende des Lebens	231
4.7.7 Trauer in der Alltagsbegleitung	234
4.8 Sexualität leben	237
5 Rechtlicher Überblick	241
5.1 Allgemeine Grundlagen	241
5.1.1 Heimgesetz (HeimG) bzw. Wohn- und Betreuungsvertragsgesetz	241
5.1.2 Gesetz zur Gleichstellung behinderter Menschen (Behindertengleichstellungsgesetz, BGG)	242
5.1.3 Allgemeines Gleichbehandlungsgesetz (AGG)	243
5.1.4 Pflegeversicherung (SGB XI)	243
5.1.5 «Rehabilitation und Teilhabe behinderter Menschen» – SGB IX	246
5.1.6 Hilfsmittel und Hilfsmittelversorgung	246
5.2 Rechtliche Betreuung	248
5.2.1 Bestellung eines Betreuers	248
5.2.2 Betreuungsverfügung und Vorsorgevollmacht	250
5.3 Patientenverfügung	250
5.3.1 Patientenverfügung bei Menschen mit geistiger Behinderung	250
5.3.2 Patientenverfügung bei Menschen mit Demenz	252
5.3.3 Aktuelle rechtliche Situation	254
5.4 Rechtliche Regelungen zur Unterbringung und freiheitsentziehende Maßnahmen	255
5.4.1 Rechtliche Regelungen zur Unterbringung	255
5.4.2 Was sind «freiheitsentziehende Maßnahmen»?	255
5.4.3 Wann sind «freiheitsentziehende Maßnahmen» überhaupt notwendig?	257
5.4.4 Risiken für den Betroffenen	257
5.4.5 Alternativen für «freiheitsentziehende Maßnahmen»	258
5.4.6 Mehr Sicherheit durch «Weglaufschutzsysteme» bei Menschen mit Demenz?	259

6 Ethische Grundlagen für die Alltagsbegleitung	261
6.1 Bedeutung einer Berufsethik	261
6.2 Charta der Rechte hilfe- und pflegebedürftiger Menschen	261
6.3 Ethische Kompetenz in der Alltagsbegleitung	263
7 Zur Ausbildung von Alltagsbegleitern	265
7.1 Mindestanforderungen an die Ausbildung	265
7.2 Kritische Anmerkungen zur Ausbildung	266
Literaturverzeichnis	269
Anhang	275
Erstes Pflegestärkungsgesetz Erstes Gesetz zur Stärkung der pflegerischen Versorgung und zur Änderung weiterer Vorschriften	275
Betreuungskräfte-RI Richtlinien nach § 87b Abs. 3 SGB XI zur Qualifikation und zu den Aufgaben von zusätzlichen Betreuungskräften in stationären Pflegeeinrichtungen (Betreuungskräfte-RI) ...	276
Über die Autorin	279
Glossar «Praxishandbuch Alltagsbegleitung»	281
Sachwortverzeichnis	285

Vorwort

Aufgrund von demenzbedingten Fähigkeitsstörungen, geistigen Behinderungen, psychischen Erkrankungen oder auch körperlichen Beeinträchtigungen können Menschen in ihrer Alltagskompetenz auf Dauer erheblich eingeschränkt sein. Sie sind dann in erheblichem Maße auf Betreuung und – insbesondere zur Verhütung von Gefahren – oft auch auf allgemeine Beaufsichtigung und Betreuung angewiesen.

Diese Menschen im Alltag zu begleiten, ist keine leichte Aufgabe und stellt oft eine Herausforderung für alle Beteiligten dar. Jeder Mensch hat individuelle Wünsche und Bedürfnisse, Gewohnheiten und eine persönliche Biografie, die es in der Alltagsbegleitung zu berücksichtigen gilt.

Dieses Praxishandbuch gibt einen umfassenden Überblick über wichtige Bereiche der Alltagsbegleitung bei Menschen mit eingeschränkter Alltagskompetenz. Das betrifft auch ältere Menschen, bei denen neben dem Hilfebedarf im Bereich der Grundpflege und der hauswirtschaftlichen Versorgung ein erheblicher Bedarf an allgemeiner Beaufsichtigung und Betreuung gegeben ist. Dabei stehen nicht die pflegerischen Aspekte im Mittelpunkt, sondern die Begleitung und Betreuung im Rahmen des § 87 b SGB XI.

In Bezug auf die Begrifflichkeit «Alltagskompetenz» orientiert sich das Buch an den ATL und IATL, den mit dem jeweiligen Krankheitsbild verbundenen Einschränkungen und möglichen Interventionen in der Alltagsbegleitung.

Es werden neben demenziellen Erkrankungen weitere relevante Krankheitsbilder aufgeführt, die zur eingeschränkten Alltagskompetenz führen können, z.B. Morbus Parkinson, Schlaganfall, Depression, Abhängigkeitserkrankungen, Selbstvernachlässigung sowie altersassoziierte Syndrome wie Frailty (Gebrechlichkeit) und Sarkopenie.

Das Praxishandbuch fasst die wesentlichen Informationen darüber zusammen, wie Alltags-

begleiter die Lebensqualität und die Selbstbestimmung ihrer Klientel verbessern bzw. erhalten können. Dabei stehen Autonomie und Selbstständigkeit im Mittelpunkt. – Fallbeispiele aus der Praxis und Tipps für die Praxis tragen zum besseren Verständnis bei.

Das Buch ist in sieben Kapitel gegliedert:

Im ersten Kapitel werden die wesentlichen Wohnformen von Menschen, die im Alltag Begleitung benötigen, beschrieben. Viele Menschen leben trotz Einschränkungen zu Hause und werden ambulant betreut bzw. begleitet. Ein Teil, besonders ältere Menschen, leben in Pflegeeinrichtungen oder Wohngemeinschaften. Ein ganz wichtiger Aspekt in der Alltagsbegleitung ist eine Begleitung nach dem Normalitätsprinzip.

Im zweiten Kapitel geht es darum, was unter «Alltagskompetenz» und «eingeschränkter Alltagskompetenz» verstanden wird und auf welche Weise eine Einschätzung möglich ist, auf deren Grundlage die eigentliche Alltagsbegleitung erfolgt.

Es werden die Begriffe Gesundheit, Krankheit, Behinderung und Pflegebedürftigkeit erläutert. Eine eingeschränkte Alltagskompetenz kann verschiedene Ursachen haben. So können bestimmte Erkrankungen und Behinderungen, die mit körperlichen und/oder kognitiven Beeinträchtigungen einhergehen, zu Einschränkungen in den Alltagsaktivitäten führen. Einige wesentliche Erkrankungen, die in der Praxis am häufigsten vorkommen, werden in diesem Kapitel beschrieben.

Viele pflegebedürftige Menschen mit eingeschränkter Alltagskompetenz haben den Wunsch, in den eigenen vier Wänden gepflegt und begleitet zu werden und viele Angehörige möchten sich auch um ihre pflegebedürftigen Verwandten kümmern. Alltagsbegleiter werden im ambulanten Bereich mit den Sorgen und Nöten pflegender Angehöriger konfrontiert. In

diesem Kapitel wird die Rolle und die Situation pflegender Angehöriger beschrieben und es werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie auch Alltagsbegleiter pflegende Angehörige unterstützen, informieren bzw. beraten können.

Das folgende dritte Kapitel beschreibt die persönlichen, sozialen, methodischen und fachlichen Kompetenzen, die erforderlich sind, damit sich die Begleiter nicht überfordert fühlen und irgendwann «ausbrennen». Alltagsbegleiter benötigen Kompetenzen im Umgang mit Menschen mit eingeschränkter Alltagskompetenz, um mit den täglichen Herausforderungen umgehen zu können. Es werden die Grundlagen der Kommunikation beschrieben sowie Möglichkeiten der Biografiearbeit, die personenzentrierte Alltagsbegleitung und die Beziehungsgestaltung. Am Ende des Kapitels werden wesentliche Faktoren des Stress- bzw. Selbstpflege- oder -fürsorge-managements erläutert.

Das vierte Kapitel beschäftigt sich mit der Frage: «Wie können Menschen im Alltag begleitet werden?» und orientiert sich wiederum an den ATL und IATL. Viele Tätigkeiten, die für den gesunden Menschen selbstverständlich sind, werden für Menschen mit eingeschränkter Alltagskompetenz zunehmend schwieriger. Wie diese Menschen in den Alltag eingebunden werden können und welche sinnvollen Aktivitäten in eine Tages- und Wochenstruktur integriert werden sollten, wird hier beschrieben.

Auch in der Begleitung von Menschen mit eingeschränkter Alltagskompetenz spielen rechtliche Fragen eine wichtige Rolle. Kapitel 5 gibt einen Überblick über die wesentlichen rechtlichen Regelungen, die für die Begleitung dieser Klientel von Bedeutung sind. Im Fokus stehen dabei die Vorschriften im Rahmen der Pflegeversicherung, Rechte von Menschen mit Behinderung, die Versorgung mit Hilfsmitteln, das Betreuungsrecht sowie rechtliche Regelungen zu freiheitsentziehenden Maßnahmen.

Alltagsbegleiter kommen täglich mit ethischen Aspekten ihres Handelns in Berührung und es wird von ihnen erwartet, dass sie sich auf ethische Konfliktsituationen einstellen und ihr eigenes Verhalten reflektieren können. Im sechs-

ten Kapitel werden die Berufsethik sowie ethische Kompetenzen in der Begleitung von Menschen mit eingeschränkter Alltagskompetenz thematisiert.

Kapitel 7 befasst sich mit der Qualifizierung und dem Einsatz von Alltagsbegleitern auf der Grundlage der «Richtlinie zum Einsatz und zur Qualifizierung von zusätzlichen Betreuungskräften», die von der GKV entwickelt wurde (Stand 2014). Die gegenwärtige Ausbildung von Alltagsbegleitern bzw. zusätzlichen Betreuungskräften sowie ihr Einsatz in der Praxis sind nicht ohne Kritik zu bewerten. Allein die Bezeichnung «Alltagsbegleiter» und die damit tatsächlich verbundenen Kompetenzen und Aufgaben sind nicht eindeutig geklärt.

Dieses Praxishandbuch zielt deshalb darauf ab, notwendiges Wissen zur Begleitung von Menschen mit eingeschränkter Alltagskompetenz in den verschiedenen Betreuungssettings zu vermitteln sowie Handlungsstrategien aufzuzeigen, wie Begleiter mit den besonderen Herausforderungen im Umgang mit dieser Klientel umgehen können, z.B. bei herausfordernden Verhaltensweisen, Verkennen gefährlicher Situationen, Unfähigkeit zur Kooperation oder zur Strukturierung des Tagesablaufs sowie bei anhaltenden Zuständen von Depression und Angst mit ihren Folgen.

Das Buch soll Alltagsbegleiter und in der Alltagsbetreuung Tätige dabei unterstützen, Menschen mit einer eingeschränkten Alltagskompetenz zu verstehen, ihre Wünsche und Bedürfnisse zu erkennen und entsprechend zu agieren.

In diesem Sinne wünsche ich allen, die das Buch lesen oder damit arbeiten viel Erfolg und vor allem auch Spaß und Freude in der Begleitung von Menschen mit eingeschränkter Alltagskompetenz. Sie werden es Ihnen, jeder auf seine Art und Weise, auf jeden Fall danken.

Sylke Werner

*Altenpflegerin, B. Sc.
Gesundheits- und Pflegemanagement*

Berlin, Juli 2015

Danksagung

Wie die Begleitung von Menschen mit einer Demenz sind auch Bücher das Ergebnis einer guten Teamarbeit. In diesem Sinne danke ich Eveline Kühni für die kritische Durchsicht und Korrektur des Manuskriptes. Dem Verlag Hans Huber danke ich für die Annahme und Aufnahme in das breit gefächerte Buchprogramm des Verlages. Dem Lektor und Programmplaner des Verlages Jürgen Georg, danke ich für die konzeptio-

nelle Beratung während der Planung und Umsetzung des Buches, sowie seine Geduld bei der endgültigen Fertigstellung des Manuskriptes. Vielen Dank auch an Peggy England, Paul und Anne Werner für ihre Unterstützung bei der Illustration des Werkes.

*Berlin im Juli 2015
Sylke Werner*

1. Was bedeutet «Alltagsbegleitung»?

Aufgrund von demenzbedingten Fähigkeitsstörungen, geistigen Behinderungen, psychischen Erkrankungen oder auch körperlichen Beeinträchtigungen können Menschen in ihrer Alltagskompetenz auf Dauer erheblich eingeschränkt sein. Sie benötigen Unterstützung und Begleitung im Alltag.

In diesem Kapitel werden die wesentlichen Wohnformen von Menschen, die im Alltag Begleitung benötigen, beschrieben. Viele Menschen leben trotz Einschränkungen zu Hause und werden ambulant betreut bzw. begleitet. Ein Teil, besonders ältere Menschen, leben in Pflegeeinrichtungen oder Wohngemeinschaften. Ein ganz wichtiger Aspekt in der Alltagsbegleitung ist eine Begleitung nach dem sogenannten Normalitätsprinzip.

Grundsätzlich können Menschen mit eingeschränkter Alltagskompetenz z. B.

- in einer eigenen Wohnung
 - in einem Heim
 - in betreuten Einzelwohnungen
 - in betreuten Wohngemeinschaften oder
 - in Wohnstätten
- leben.

Heime, Wohngemeinschaften sowie betreute Einzelwohnungen verfügen heutzutage jeweils über eine dem Betreuungs- und Pflegebedarf angepasste Versorgungsstruktur.

1.1 Wohnformen

Menschen mit eingeschränkter Alltagskompetenz haben bezüglich der Wohnform im Allgemeinen die gleichen Bedürfnisse wie Menschen ohne Beeinträchtigungen.

Viele Menschen mit körperlichen und/oder geistigen Beeinträchtigungen bzw. Behinderungen haben den Wunsch, in einer eigenen Wohnung zu leben. Die Wohnverhältnisse haben großen Einfluss auf die Zufriedenheit und das Wohlbefinden, besonders bei Menschen, deren Bewegungsmöglichkeiten eingeschränkt sind. Wohnen bedeutet Beständigkeit, Vertrautheit, Sicherheit und Schutz, Wunsch nach Selbstbestimmung und Selbstdarstellung sowie das Bedürfnis nach Rückzugsmöglichkeiten. (Senatsverwaltung für Gesundheit und Soziales Berlin, o. J.)

Pflegebedürftigkeit und Behinderung sind oft mit Einschränkungen des Bewegungs- und Handlungsspielraumes verbunden und es müssen technische und personelle Hilfen zur Bewältigung des Alltags zur Verfügung gestellt werden.

1.1.1 Leben zu Hause

Jeder Mensch wünscht sich wohl, bis zu seinem Lebensende selbstständig zu Hause zu leben. Das Zuhause bedeutet Geborgenheit und Sicherheit. Jeder gestaltet es sich nach seinem eigenen Geschmack, damit er sich wohlfühlt. Grundsätzlich haben Menschen mit Beeinträchtigungen in der Alltagskompetenz auch das Recht, selbst über ihr Leben und ihre Wohnform zu entscheiden. Sie können selbst bestimmen, wo und mit wem sie leben möchten. Auch ältere Menschen und Menschen mit Behinderungen wollen z. B. so lange wie möglich in ihren eigenen vier Wänden leben. Dabei sollte die Wohnung ihren Bedürfnissen angepasst sein. Menschen mit eingeschränkter Alltagskompetenz benötigen ein besonderes Wohnumfeld, das ihren Einschränkungen entspricht und so gestaltet ist, dass sie selbstständig im Alltag agieren können. (**s. Abb. 1-1**)

Bezüglich der Alltagsgestaltung neigen die meisten Menschen dazu, ihre Verhaltens- und Erlebnisstile, die sie in ihrer Biographie aufge-



Abbildung 1-1 Leben zu Hause (Foto: Peggy England)

baut und entwickelt haben, auch bei eingeschränkter Alltagskompetenz möglichst beizubehalten.

«Der Alltag ist das Selbstverständliche, das Nichtbesondere. Gewohnheiten und Routinehandlungen machen den Alltag aus.» (Tschan, 2010: 19)

Verschiedene Erkrankungen und Behinderungen können auf vielfältige Weise den Lebensalltag von Menschen und deren Beziehungs- und Interaktionsfähigkeit zu ihrer sozialen Umwelt beeinflussen. Körperliche und geistige Behinderungen können zu dauerhaften Beeinträchtigungen im Alltagsleben führen. Dies wirkt sich auch auf die Fähigkeit zur selbstständigen Lebensführung zu Hause und die Lebensqualität aus. Aber auch diese Menschen möchten am Leben teilhaben und ihren Alltag so lange wie möglich selbst gestalten.

In vielen Fällen sind es pflegende Angehörige, die sich um die Betroffenen kümmern, sie soweit wie nur möglich in den häuslichen Alltag einbeziehen und ein Leben zu Hause ermöglichen. Es gibt aber mittlerweile auch unterschiedliche Unterstützungsangebote, die ein Leben mit eingeschränkter Alltagskompetenz zu Hause ermöglichen. Beispielsweise können Menschen mit eingeschränkter Alltagskompetenz und beständigem Anspruch auf zusätzliche Betreuungsleistungen gem. § 45b SGB XI Unterstützung im Rahmen einer «Alltagsbegleitung» erhalten.

1.1.2 Leben im Heim

Für pflegebedürftige Menschen bzw. Menschen mit einer Behinderung, die auf ein Betreuungs- bzw. Pflegeangebot rund um die Uhr angewiesen sind, stehen Heime zur Verfügung. Das Heimangebot kann auch von Menschen mit Behinderung in Anspruch genommen werden, die entweder tagsüber einer Arbeit oder einer Beschäftigung nachgehen, beispielsweise in einer Werkstatt für Menschen mit Behinderung, oder auf eine sonstige Tagesstrukturierung angewiesen sind. (Senatsverwaltung für Gesundheit und Soziales Berlin, o. J.)

Auch wenn ein Leben im Heim für viele Menschen mit eingeschränkter Alltagskompetenz nicht erstrebenswert ist, kommt diese Form manchmal als einzige Alternative in Betracht.

Es gibt z. B.:

- Wohnheime für Behinderte, die tagsüber in Werkstätten für Behinderte beschäftigt sind
- Wohnheime mit integriertem Beschäftigungsangebot
- Wohnheime mit gesteigertem ganztägigen Pflegeangebot
- Mischformen
- Pflegeheime.

Menschen, die schwer pflegebedürftig bzw. unter starken körperlichen und/oder geistigen Behinderungen leiden und auch mit ambulanter Unterstützung nicht zu einer selbstständigen Lebensführung in der Lage sind, werden in Heimen voll versorgt (Unterkunft, Verpflegung, Wäsche usw.). Hier erhalten sie die erforderliche Anleitung, Unterstützung und Hilfe für die Verrichtungen des täglichen Lebens. Sie werden gepflegt und/oder beaufsichtigt, bekommen notwendige Therapien und erhalten Hilfe bei individueller oder gemeinsamer Freizeitgestaltung und Beschäftigung. Das Ziel solcher Einrichtungen ist es, eine möglichst familienähnliche Atmosphäre zu schaffen.

Das sogenannte «Trainingsheim» ist z. B. eine Sonderform, in dem Menschen mit einer Behinderung in zwei bis drei Jahren gezielt auf ein selbstständigeres Leben in einer Wohngemeinschaft vorbereitet werden.

1.1.3 Beispiele für sonstige Lebens- und Wohnformen

Betreutes Einzelwohnen

Die betreute Einzelwohnung stellt für ältere Menschen und Menschen mit einer Behinderung die der Normalität am stärksten nahekommende Wohnform dar.

Das betreute Einzelwohnen kommt zum einen für Personen in Betracht, die in hohem Maße selbstständig leben können, und zum anderen für diejenigen, für die das Leben in einer Wohngemeinschaft nicht geeignet ist und alleine leben möchten.

Die Wohnungen sind an die speziellen Bedürfnisse älterer Menschen und Menschen mit Behinderung angepasst. So können sie möglichst selbstständig wohnen und sind nicht oder nur wenig auf fremde Hilfe angewiesen.

Menschen mit Behinderung können im Rahmen des betreuten Einzelwohnens von Assistenten unterstützt werden. Die Assistenz findet an mehreren Tagen in der Woche statt und wird individuell auf den Tagesablauf des Bewohners abgestimmt. Diese Hilfeform setzt ein gewisses Maß an Eigenständigkeit des Bewohners voraus. Die vom pädagogischen Fachpersonal geleistete Assistenz erfolgt überwiegend im Bereich organisatorischer Belange im Alltag, im Umgang mit Behörden sowie in der Freizeitgestaltung. Ziel der Assistenz ist eine Stärkung der Selbstständigkeit sowie die Integration des Bewohners in sein Wohnumfeld.

Betreute Wohngemeinschaften (WG) («Geschütztes Wohnen»)

Für diese Wohnform werden normale Miethäuser genutzt, sodass ein Kontakt zwischen Menschen mit einer Behinderung und Menschen ohne Behinderung möglich ist. Sie ist geeignet für Menschen mit geistigen, körperlichen oder mehrfachen Behinderungen, die keine Pflege und Betreuung rund um die Uhr benötigen. Selbstständigkeit und soziale Kontakte sollen gefördert werden. Das eigene Zimmer richtet sich jeder Bewohner nach den eigenen Vorstel-

lungen und Wünschen mit Hilfe seiner Assistenten oder seiner Angehörigen ein. Jede Wohnung hat Gemeinschaftsräume, eine Küche und sanitäre Einrichtungen. Mit entsprechender Assistenz beteiligen sich die Bewohner an allen hauswirtschaftlichen Arbeiten. Pädagogisches Personal unterstützt sie auch bei Freizeitaktivitäten und Reisen.

Wohnstätten

Wohnstätten für Menschen mit Behinderung verfügen meist über ein Haus bzw. mehrere Häuser, die speziell auf die Bedürfnisse der dort lebenden Menschen ausgerichtet sind. In den Wohnstätten wird eine individuelle Unterstützung geboten, die sich an den Interessen und den Fähigkeiten des Einzelnen orientiert.

Mit Hilfe eines Bezugsbetreuer-Systems für jeden Bewohner wird zudem die persönliche und kontinuierliche Begleitung sichergestellt.

Im Rahmen der pädagogischen Förderung werden unter Berücksichtigung des individuellen Entwicklungsstandes jedes einzelnen Bewohners im lebenspraktischen, sozialen, emotionalen, psychomotorischen, kognitiven und sensitiven Bereich Beratung, Anleitung oder Assistenz angeboten. Ziel ist es, lebenspraktische Fähigkeiten zu vermitteln bzw. deren Erhalt und Festigung gemeinsam zu gestalten. Die Betreuung ist durch Nachtwachen «rund-um-die-Uhr» gewährleistet. Reise- und Freizeitangebote können gemeinsam geplant und wahrgenommen werden.

1.2 Alltagsbegleitung nach dem Normalitätsprinzip

Was heißt es, Menschen im Alltag zu begleiten

Alltagsbegleiter nach § 87b SGB XI sind besonders für die Alltagsgestaltung und die Begleitung und Betreuung von älteren und gerontopsychiatrisch veränderten Menschen (Demenz) ausgebildet. Sie entlasten und unterstützen die Betroffenen, die mit ihren Angehörigen oder alleine zu Hause leben, einige Stunden in der Woche. Dadurch entstehen Freiräume für pflegende Angehörige.