

# PiA Psychotherapie im Alter

Forum für  
Psychotherapie,  
Psychiatrie,  
Psychosomatik  
und Beratung

Herausgegeben von  
Simon Forstmeier, Siegen; Eva-Marie Kessler, Berlin;  
Reinhard Lindner, Kassel; Meinolf Peters, Marburg;  
Astrid Riehl-Emde, Heidelberg; Bertram von der Stein, Köln

**PiA 17. Jg. (Heft 2) 2020: Pflegende Angehörige,  
herausgegeben von Klaus Pfeiffer und Gabriele Maria Wilz**

## Beirat

Beate Baumgarte, Gummersbach

Gerald Gatterer, Wien

Eike Hinze, Berlin

Rolf D. Hirsch, Bonn

Johannes Johannsen, Darmstadt

Andreas Kruse, Heidelberg

Andreas Maercker, Zürich

Ulrich Schmid-Furstoss, Bielefeld

Christiane S. Schrader, Frankfurt

Gabriela Stoppe, Basel

Martin Teising, Berlin

Werner Vogel, Hofgeismar

Claus Wächtler, Hamburg

Dirk Wolter, Itzehoe

Susanne Zank, Köln



# Impressum

**Psychotherapie im Alter**  
Forum für Psychotherapie, Psychiatrie, Psychosomatik und Beratung

ISSN 1613–2637 (print)  
ISSN 2699–1594 (digital)  
www.psychosozial-verlag.de/pia  
17. Jahrgang, Nr. 66, 2020, Heft 2  
<https://doi.org/10.30820/1613-2637-2020-2>

**ViSdP:**  
Die Herausgeber; bei namentlich gekennzeichneten Beiträgen die Autoren. Namentlich gekennzeichnete Beiträge stellen nicht in jedem Fall eine Meinungsäußerung der Herausgeber, der Redaktion oder des Verlages dar.

**Herausgeber:**  
Prof. Dr. Simon Forstmeier, Prof. Dr. Eva-Marie Kessler, Prof. Dr. Reinhard Lindner, Prof. Dr. Meinolf Peters, Prof. Dr. Astrid Riehl-Emde, Dr. Bertram von der Stein

**Mitbegründer und ehemalige Mitherausgeber:**  
Prof. Dr. Hartmut Radebold (2004–2008), Dr. Peter Bäurle (2004–2011), Dr. Johannes Kipp† (2004–2014), Prof. Dr. Henning Wormstall (2004–2014), Dipl.-Päd. Angelika Trilling (2004–2016), Prof. Dr. Ines Himmelsbach (2017–2019)

**Geschäftsführende Herausgeberin:**  
Prof. Dr. Astrid Riehl-Emde  
[herausgeber@psychotherapie-im-alter.de](mailto:herausgeber@psychotherapie-im-alter.de)  
[www.psychotherapie-im-alter.de](http://www.psychotherapie-im-alter.de)

**Rubrikherausgeber:**  
»Institutionen stellen sich vor«:  
Prof. Dr. Eva-Marie Kessler,  
[eva-marie.kessler@psychotherapie-im-alter.de](mailto:eva-marie.kessler@psychotherapie-im-alter.de)

»Buchbesprechungen«:  
Prof. Dr. Meinolf Peters,  
[meinolf.peters@psychotherapie-im-alter.de](mailto:meinolf.peters@psychotherapie-im-alter.de)

»Kritischer Zwischenruf«:  
Prof. Dr. Reinhard Lindner,  
[reinhard.lindner@psychotherapie-im-alter.de](mailto:reinhard.lindner@psychotherapie-im-alter.de)

»Titelbild«:  
Dr. Bertram von der Stein,  
[bertram.vonderstein@psychotherapie-im-alter.de](mailto:bertram.vonderstein@psychotherapie-im-alter.de)

Die Herausgeber danken für die Unterstützung durch die *Arbeitsgruppe Psychoanalyse und Altern, Kassel*.

Erscheinen: Vierteljährlich

Anfragen zu Anzeigen bitte an den Verlag:  
E-Mail: [anzeigen@psychosozial-verlag.de](mailto:anzeigen@psychosozial-verlag.de)

**Abonnentenbetreuung:**  
Psychosozial-Verlag  
Walltorstraße 10  
35390 Gießen  
Tel.: 0641/969978-26  
Fax: 0641/969978-19  
E-Mail: [bestellung@psychosozial-verlag.de](mailto:bestellung@psychosozial-verlag.de)  
[www.psychosozial-verlag.de](http://www.psychosozial-verlag.de)

**Bezug:**  
Jahresabo 59,90 Euro (zzgl. Versand)  
Einzelheft 19,90 Euro (zzgl. Versand)  
Studierende erhalten 25% Rabatt (gegen Nachweis).  
Das Abonnement verlängert sich um jeweils ein Jahr, sofern nicht eine Abbestellung bis acht Wochen vor Beendigung des Bezugszeitraums erfolgt.

Copyright © 2020 Psychosozial-Verlag.  
Nachdruck – auch auszugsweise – mit Quellenangabe nur nach Rücksprache mit den Herausgebern und dem Verlag. Alle Rechte, auch die der Übersetzung, vorbehalten.

**Satz:**  
metiTec-Software, me-ti GmbH, Berlin  
[www.me-ti.de](http://www.me-ti.de)

Die Zeitschrift *Psychotherapie im Alter* wird regelmäßig in der Internationalen Bibliographie der geistes- und sozialwissenschaftlichen Zeitschriftenliteratur (IBZ – De Gruyter Saur) und in der Publikationsdatenbank PSYNDEX des Leibniz-Zentrums für Psychologische Information und Dokumentation (ZPID) erfasst.

# Inhalt

## Editorial

- Beratung und Psychotherapie für pflegende Angehörige 141  
*Klaus Pfeiffer & Gabriele Wilz*

## Übersichten

- Epidemiologie und Gesundheit pflegender Angehöriger in Deutschland 145  
*Rolf Müller*

- Effektivität psychosozialer und psychotherapeutischer  
Interventionsansätze für pflegende Angehörige  
von Menschen mit Demenz 165  
*Antonin Fischer, Anne Katrin Risch & Gabriele Wilz*

## Anwendungsbezogene empirische Arbeiten

- Pflege aus der Distanz 177  
Emotionale Herausforderungen und psychosoziale Bedarfe  
bei »Distance Caregivers«  
*Annette Franke*

- Ressourcenaktivierung und komplementäre Beziehungsgestaltung  
in der Psychotherapie mit pflegenden Angehörigen 197  
Übersicht und beispielhafte Sitzung  
*Nils F. Töpfer, Karlotta Hoppe & Gabriele Wilz*

## Konzept- und fallbezogene Arbeit

- Therapie mit pflegenden Angehörigen anhand eines Fallbeispiels  
basierend auf dem *Tele.TAnDem*-Behandlungsprogramm 219  
*Ulrike Thiele*

## Projekte

- Beratung der Angehörigen von Menschen mit Demenz  
im früheren Lebensalter mittels moderner Informationstechnologien 227  
*Janine Diehl-Schmid, Alexander Kurz,  
Nicola Lautenschlager & Susanna Saxl*

Familiencoach Pflege Ein Online-Programm zur Bewältigung psychischer Belastungen bei pflegenden Angehörigen <i>Eike Eymers</i>	237
<b>Eine Institution stellt sich vor</b>	
Psychotherapie im höheren Lebensalter: Behandlungs- und Forschungsschwerpunkt der Ambulanz für Forschung und Lehre (AFL) der Universität Jena <i>Anne Katrin Risch &amp; Gabriele Wilz</i>	245
<b>Zum Titelbild</b>	
Pflegende Angehörige Oder: Die Suche der Ratlosen <i>Bertram von der Stein</i>	251
<b>Buchbesprechungen</b>	
Gabriele Wilz, Klaus Pfeiffer (2019) Pflegende Angehörige. Fortschritte der Psychotherapie <i>Martina Schäufele</i>	255
Gereon Heuft (2018) Psychodynamische Gerontopsychosomatik <i>Meinolf Peters</i>	257
Otfried Höffe (2018) Die hohe Kunst des Alterns. Kleine Philosophie des guten Lebens <i>Meinolf Peters</i>	259
<b>Themenausblick</b>	263
<b>Veranstaltungshinweise</b>	265

# Beratung und Psychotherapie für pflegende Angehörige

Psychotherapie im Alter 17 (2) 2020 141–143

[www.psychotherapie-im-alter.de](http://www.psychotherapie-im-alter.de)

<https://doi.org/10.30820/1613-2637-2020-2-141>

In Deutschland werden 2,59 Millionen Menschen zu Hause gepflegt. Der Großteil der Pflege und Betreuung erfolgt durch ungefähr fünf Millionen Angehörige oder andere nahestehende Personen, davon knapp die Hälfte in der Rolle als Hauptpflegepersonen. Diese Zahlen, die mit der demografischen Entwicklung zukünftig eine weitere Dynamik erfahren werden, unterstreichen die gesamtgesellschaftliche Bedeutung pflegender Angehöriger in der ambulanten Pflege.

Sowohl in der Partnerschaft als auch generationenübergreifend ist die Auseinandersetzung mit dem Altersabbau, den Krankheiten und dem Tod naher Angehöriger in der Regel ein bedeutsames Lebensthema, das mit der Übernahme von Pflege- und Betreuungsaufgaben nochmals an Aktualität gewinnt. Die Pflege eines Angehörigen kann aus ganz unterschiedlichen Beweggründen, freiwillig oder unfreiwillig, von heute auf morgen oder eher schleichend erfolgen. Sie kann als sinngebend und wertvoll, ambivalent oder einfach nur als belastend erlebt werden. Die Belastungen können vielfältig sein: zeitlich, körperlich, finanziell und oft auch emotional. Pflegende müssen mit Gefühlen von Wut, Trauer, Ekel oder Schuld umgehen. Sie sehen sich durch die Pflege mit ihrer eigenen Verletzlichkeit und Vergänglichkeit konfrontiert. Sie müssen neue Rollen übernehmen oder erfahren ungeahnte Dynamiken mit dem Gepflegten aufgrund der pflegebedingten Wiederannäherung. Hinzu kommt, dass der Pflegebedarf sich mit der Zeit meist erhöht und dadurch wiederkehrende, oft als krisenhaft erlebte Anpassungsprozesse durchgestanden werden müssen.

Empirische Forschungsdaten zeigen, dass psychosoziale Interventionen pflegende Angehörige wirkungsvoll unterstützen können. Aus über 200 Interventionsstudien mit pflegenden Angehörigen von Menschen mit Demenz konnten als wichtige übergeordnete Wirkfaktoren (Gitlin u. Hodgson 2015) die aktive Einbeziehung des Pflegenden in den Beratungsprozess, die Anpassung der Intervention an die Bedürfnisse der Pflegenden sowie die Adressierung unterschiedlicher Belastungs- und Bedürfnisbereiche gefunden werden. All diese Punkte werden bislang in vielen niederschweligen Bera-

tungssettings der Versorgung leider nicht oder nicht in systematischer Weise berücksichtigt. Darüber hinaus sollten Interventionen in diesem Feld langfristig im Sinne einer Begleitung sowie variabel im Hinblick auf Dosierung, Intensität und Fokus sein. Für Pflegende, die aufgrund der Pflegesituation nur mit hohem Aufwand das Haus verlassen können, wären auch flexible Formate der Beratung (z. B. telefonisch, internetbasiert) wünschenswert.

Wenngleich die Pflege eines Angehörigen kein Prädiktor für eine erhöhte Prävalenz psychischer Störungen ist, kann das Belastungserleben pflegender Angehöriger dennoch so ausgeprägt sein, dass eine psychotherapeutische Intervention sinnvoll oder sogar notwendig ist. Dies gilt insbesondere für solche Pflegende, bei denen emotionale Themen, ein problematischer Umgang mit der Pflegesituation oder dem Pflegebedürftigen im Vordergrund stehen. Die Förderung des psychischen und körperlichen Wohlbefindens pflegender Angehöriger ist nicht zuletzt auch für die von ihnen Gepflegten von großer Bedeutung.

Ein weiterer wichtiger Aspekt in der psychotherapeutischen Arbeit mit pflegenden Angehörigen sind die vielen ganz realen alltäglichen Herausforderungen, für die Lösungen gefunden werden müssen (z. B. pflegebedingte körperliche oder finanzielle Belastungen, Vereinbarkeit von Pflege und Beruf, Sicherstellung der medizinischen und pflegerischen Versorgung, frustrierende Erfahrungen mit Leistungsträgern und -erbringern). Daher ist es in der Psychotherapie mit pflegenden Angehörigen häufig wichtig, sowohl Unterstützungsangebote und Leistungen im Kontext Pflege als auch entsprechende (pflege-)spezifische Beratungen (z. B. Pflegeberatung, Fachberatung z. B. im Bereich Demenz, Pflegekurse) zu berücksichtigen.

Eine von uns durchgeführte Onlineumfrage zeigt, dass pflegende Angehörige Psychotherapie in Anspruch nehmen (Wilz u. Pfeiffer 2017). Etwa zwei Drittel der knapp 100 befragten Verhaltenstherapeuten gaben bei dieser Befragung an, dass sich zum Erhebungszeitpunkt zwischen einem und 15 Klienten in ihrer Behandlung befanden, die zeitgleich mindestens einen Angehörigen pflegten. Für ein Drittel dieser Klienten mit unterschiedlichen Diagnosen war die Pflege eines Angehörigen der Hauptgrund für die Inanspruchnahme der Psychotherapie.

Trotz der Relevanz dieser Zielgruppe in der Psychotherapie sind Interventionskonzepte zur psychotherapeutischen Unterstützung von pflegenden Angehörigen bisher nur in geringem Ausmaß in der Aus- und Fortbildung von Psychotherapie verankert. Gleiches gilt für die Vermittlung grundlegender Kenntnisse zu Beratungs- und Unterstützungsangeboten für pflegende Angehörige.

Mit diesem Themenheft geben wir einen Überblick sowohl zur Situation als auch zur psychotherapeutischen Arbeit mit pflegenden Angehörigen. Es werden Interventionsansätze (telefonisch, internetbasiert) vorgestellt und interventionelle Fragestellungen zur Ressourcenaktivierung und Beziehungsgestaltung in dieser Zielgruppe aufgegriffen und an Fallbeispielen veranschaulicht.

*Klaus Pfeiffer (Stuttgart) & Gabriele Wilz (Jena)*

## **Literatur**

- Gitlin LN, Hodgson N (2015) Caregivers as Therapeutic Agents in Dementia Care: The Context of Caregiving and the Evidence Base for Interventions. In: Gaugler JE, Kane RL (Hg) (2015) Family Caregiving in the New Normal. London, San Diego, Waltham, Oxford (Elsevier Inc.) 305–353.
- Wilz G, Pfeiffer K (2017) Psychotherapie mit älteren pflegenden Angehörigen. *Der Nervenarzt* 88(11): 1246–1251.

## **Kontakt**

Dr. Klaus Pfeiffer  
Robert-Bosch-Krankenhaus  
Klinik für Geriatrische Rehabilitation  
Auerbachstraße 110  
70736 Stuttgart  
E-Mail: klaus.pfeiffer@rbk.de

Prof. Dr. Gabriele Wilz  
Friedrich-Schiller-Universität Jena  
Institut für Psychologie  
Abteilung für Klinisch-Psychologische Intervention  
Humboldtstraße 11  
07743 Jena  
E-Mail: gabriele.wilz@uni-jena.de