

Zusammenfassung zum Video „Grundhaltungen“

Situation:

Ehepaar Christine (83) und Fritz (86), leben zu Hause. In dieser Episode ist Herr Fritz oft sehr verwirrt. Er liest täglich in der Zeitung. Aber er tut nur so, kann sie vermutlich nicht mehr verstehend lesen. Er hält die Zeitung verkehrt. Hier werden 2 Varianten gezeigt, wie man damit umgehen kann. Das gilt nicht nur für Angehörige, sondern auch für die Personenbetreuung: Welche der beiden Varianten ist besser?

Clip 1 Inhalt:

Frau Christine bringt ihrem Mann die Zeitung. Er sagt, dass er sie gleich lesen werde, nimmt sie aber verkehrt in die Hände. Frau Christine bemerkt das und will ihm helfen: „So wird das nicht gehen! Du hast ja die Zeitung total verkehrt.“ Er lässt sich nichts anmerken und murmelt bloß: „Aha, ja, mhm“

Clip 2 Inhalt:

Frau Christine bringt ihrem Mann die Zeitung. Er sagt, dass er sie gleich lesen werde, nimmt sie aber verkehrt in die Hände. Frau Christine bemerkt das, zeigt ihm aber NICHT sein Defizit, sondern meint: „Du interessierst dich ja immer noch für die Zeitung. Was interessiert dich denn am meisten?“

Er darauf: „...für Politik und Wirtschaft,...“ und sie: „...das ist sehr wichtig!...“

Analyse:

Da Herr Fritz **sehr verwirrt** ist, **merkt** er **gar nicht**, dass er die **Zeitung verkehrt** herum geöffnet hat. Es kann viele Gründe geben, weshalb er nicht lesen kann: Eine verschmutzte Brille, falsche Brille, schlechtes Sehen (Augenarzt?).

Wahrscheinlich ist seine **Krankheit so weit fortgeschritten**, dass er auch einzelne Worte nicht mehr lesen kann, denn sonst würde er es vielleicht doch bemerkt und selbst die Zeitung richtig gedreht haben. Aber er möchte den Anschein bewahren, dass er noch Zeitung lesen kann.

In **Clip1** sagt seine Frau gleich: „SO wird das nicht gehen!“ **Sie weist ihn also auf seinen Fehler** hin. (Er hat also schon wieder was falsch gemacht...)

„Du hast ja die Zeitung **TOTAL** verkehrt...“: Das Wort „**total**“ **verstärkt** nochmals ihre Aussage. Der Vorwurf ist zwar ruhig geäußert, aber **er wird wohl sehr oft am Tag mit seinem „Versagen“ konfrontiert**.

Im 2. Clip bemerkt sie es zwar auch, aber hier **konfrontiert** sie ihn **NICHT** mit seinem **Defizit**. Sie **erkennt, was IHM wichtig ist**: Nämlich so lange wie möglich weiter machen und **als vollwertiger Mensch wahrgenommen werden**. Denn, wenn wir Defizite zeigen, dann bestimmen die Anderen MEHR und MEHR UNSEREN Alltag! Das wollen wir meist nicht. Also tun wir so, als ob alles noch so funktioniert, wie immer.

Reflexion:

Offenbar hat Frau **Christine** (in Clip 1) noch gar **nicht bemerkt**, dass ihr **Mann nicht mehr lesen kann**. Wahrscheinlich **will** sie ihm **helfen**, **aber** wenn er selbst es **nicht bemerkt**, wird er wohl die **Zeitung nicht mehr lesen können**, wenn er sie **richtig hält**. Sie **erreicht damit** nur, dass er **wieder** mit einem **Fehler konfrontiert** wird. Er muss **wieder** mal **erleben**, dass er **nichts mehr kann...** **Manche** Verwirrte **würden** drauf hin vielleicht **aggressiv**. Er bleibt ruhig, er will Konflikte vermeiden, hat wahrscheinlich resigniert.

Im 2. Clip weiß Frau Christine wahrscheinlich schon, dass er gar nicht mehr lesen kann. Sie **sieht** aber **NICHT** das Defizit, sondern **das, was noch da ist: Sein Interesse** an vielen Dingen im Leben. Und das ist eine innere **Haltung**. Zu erkennen, was anderen wichtig ist, wie sie fühlen und sie darin bestätigen (**Empathie**). Andere genau so nehmen, wie sie sind (**Akzeptanz**). Und wenn sie dies nicht nur spielt, sondern so auch lebt, dann sind ihr Denken, Fühlen und Handeln „deckungsgleich“, also **kongruent**.

Carl Rogers hat die 3 wichtigsten Grundhaltungen in der Gesprächsführung formuliert:

Empathie - Akzeptanz - Kongruenz

Empathie ist die Fähigkeit zu fühlen, was andere Menschen fühlen.

Akzeptanz bedeutet, andere Menschen genauso anzunehmen wie sie sind - mit all ihren Werten - ohne dass WIR sie bewerten. Wir müssen deren Werte nicht übernehmen, sondern annehmen, dass sie für die anderen menschen eben richtig sind.

Von **Kongruenz** sprechen wir, wenn unser Denken, Fühlen und Handeln übereinstimmen. Freundlich zu jemandem, den man nicht mag, zu sein wäre also **NICHT** kongruent. Wir sollten **verstehen**, dass **andere Menschen** aufgrund völlig **anderer Lebenserfahrungen** und sonstiger anderer Lebensbedingungen eben **andere Wertelandschaften** aufgebaut haben. Sie haben ihren Umweltbedingungen entsprechend ihr Leben aufgebaut, wie es ist. Und **wir** selbst **sind** auch **niemals** ein **Maßstab** dafür, **was richtig** und **was falsch** ist, was gut und was böse ist.

Das Thema der **Grundhaltungen** sieht man auch **oft** in **Vorurteilen**, das **vielleicht wir selbst** haben oder auch die zu **betreuenden Familien**:

Da zeigen Klient:innen den Betreuungskräften, **wie** eine **Waschmaschine** oder ein **TV-Gerät funktioniert**, weil sie **glauben**, die **hätten** sowas **nicht zu Hause**. Manchen wird unterstellt, dass sie **stehlen** oder dass sie **ungebildet** seien...

Mit manchen Familien kann man darüber sprechen und ihnen sagen, dass man diverse technische Geräte kennt und sie selbst zu Hause hat. Zumeist ist es aber sinnvoll, so etwas zu ignorieren und einfach vorzuleben, dass man nicht zu solchen Vorurteilen passt. Und wenn Sie merken, dass andere Betreuungskräfte ein Problem mit Alkohol haben, dauernd am Handy spielen (statt ihre Arbeit zu machen) oder gar stehlen, dann sprechen Sie sie darauf an, denn sie schaden dem ganzen Berufsstand und damit auch Ihnen!

Learnings:

Bei der Betreuung verwirrter Menschen:

Kein Hinweis auf ihre Defizite (schon WIEDER was falsch gemacht...)

Keine Beschämungen.

Keine Belehrungen bei fehlerhafte Handlungen (nützt meist nicht!)

Erkennen, was den betreuten Personen wichtig ist und dies bestätigen.

Akzeptanz und Empathie zeigen.

Wenn möglich dabei kongruent sein, also die Menschen auch mögen und gerne mit ihnen zusammen sein. Wenn dies zu schwierig ist, vielleicht auch andere Arbeitsstelle suchen.

Literaturempfehlung:

Carl Rogers: Die klientenzentrierte Gesprächspsychotherapie.