



Psychische Gesundheit in Wohn- und Pflegeheimen

von **Michael Mattersberger**

Gesundheitsschmiede Tirol – Verein für psychosoziale Gesundheit im Alter

Schon seit vielen Jahren ist die psychische Gesundheit in den Wohn- und Pflegeheimen ein Kernthema im Arbeitsalltag.

Psychische Diagnosen und der Einsatz von Psychopharmaka häufen sich, sodass mittlerweile eine große Anzahl der BewohnerInnen unter einer psychischen Erkrankung leidet und mit Psychopharmaka behandelt wird.

Der Arbeitsalltag in der Pflege ist ein ständiger Umgang mit psychischen Erkrankungen, Verhaltensauffälligkeiten und der Frage nach einer adäquaten Begleitung nicht nur der Betroffenen, sondern auch der MitbewohnerInnen am Stock bzw. der Psychohygiene und psychischen Belastung in den Pflorgeteams.

In Anbetracht dieser Tatsachen wäre es nur konsequent, dass Fachgruppen und Multiprofessionalität in den Heimen gegenwärtig sind und es PsychologInnen gibt, die diese Situation in den Wohn- und Pflegeheimen mit begleiten und mit tragen.

Der *Verein Gesundheitsschmiede Tirol – Verein für psychosoziale Gesundheit im Alter* wurde 2006 mit dem Ziel gegründet, engagiert für die Entwicklung, Förderung und Durchführung psychosozialer Projekte in der Betreuung älterer Menschen einzutreten. Durch gezielte psychologische und soziale Hilfe wollen wir emotionales Leid älterer Menschen lindern, um das Leben im Alter lebenswert zu gestalten. Wir möchten zu einer Gesellschaft beitragen, die in achtsamer und wertschätzender Weise auf die Bedürfnisse und Inhalte des Menschen im Alter eingeht und ihn in seiner vielleicht größten Herausforderung des Lebens erkennt.

Die *Gesundheitsschmiede Tirol* ist ein gemeinnütziger Verein und nicht auf Gewinn ausgerichtet. Mittlerweile sind wir zu einer Arbeitsgemeinschaft von 20 PsychologInnen herangewachsen, die ca. 130 PatientInnen in ganz Tirol betreut.

Der Kern unserer Tätigkeit ist die psychosoziale Therapie, die einen ganzheitlichen

Therapieansatz verfolgt, die eine Betreuung, Begleitung und Behandlung der Betroffenen in den Mittelpunkt stellt, aber auch sozialtherapeutisches Arbeiten im Umfeld einschließt bzw. Schnittstellenprobleme zu Angehörigen, Pflege oder anderem Fachpersonal zu begleiten versucht. In der psychosozialen Therapie werden Menschen mit erhöhtem psychischen (Demenz, Depression, Angst, Unruhe usw.) oder sozialen Leid (Einsamkeitsgefühl, Fehlen von sozialem Netzwerk usw.) sowie mit Verhaltensauffälligkeiten (Aggressionen, Schwierigkeiten im sozialen Verhalten etc.) ambulant behandelt. Der größte Teil unserer KlientInnen und PatientInnen sind BewohnerInnen von Wohn- und Pflegeheimen, aber auch zuhause können Menschen von uns begleitet werden. Die Inhalte der psychosozialen Therapie können sehr breit gefächert sein und richten sich nach den jeweiligen Problemstellungen und Zielen, die im Rahmen der Therapieplanung definiert werden. Die Therapieplanung steht am Anfang jeder psychosozialen Therapie. Sie wird auf Basis einer umfassenden Abklärung der psychischen Beeinträchtigung durch Durchsicht bestehender Befunde, (neuro-)psychologische Diagnostik und Fremdbeurteilung des sozialen Umfelds sowie drei therapeutischen Gesprächen mit den Betroffenen formuliert. In den ersten drei Monaten der psychosozialen Therapie wird der Therapieplan mit dem interdisziplinären Team umgesetzt. Nach dieser Zeit werden die ersten drei Monate reflektiert und das weitere Vorgehen wird festgelegt. Nach sechs Monaten erfolgt erneut eine Reflexion der Therapie, auf deren Basis entschieden wird, ob bzw. auf welche Weise die Therapie fortgesetzt wird. Manchmal ist es auch wichtig in einer Langzeittherapie die psychosoziale Gesundheit immer wieder zu stabilisieren.

Im Therapieplan wird zudem festgelegt, ob die Betroffenen im Rahmen einer **psychosozialen Begleitung, psychologischen Behandlung oder Psychotherapie** behandelt und begleitet werden. Diese unterscheiden sich in den Maßnahmen sowie zum Teil auch durch die behandelnden Therapeuten, die bei der psychosozialen Therapie mitarbeiten. So wird bei der **psychosozialen Therapie** eine spezifische Problematik oder Symptomatik bei den PatientInnen und ihrem sozialen Umfeld begleitet und zusätzlich auf den Ausbau und die Erhaltung von Ressourcen geachtet, wobei kognitive Defizite, Krankheiten und Psychodynamiken natürlich berücksichtigt werden müssen. Je nach Problemstellung arbeiten hier auch (angehende) PsychologInnen sowie PsychologInnen, die sich in Ausbildung in Klinischer und Gesundheitspsychologie befinden, mit (*Die Gesundheitsschmiede Tirol ist eine staatlich anerkannte Ausbildungsstätte für PsychologInnen, Klinische- und GesundheitspsychologInnen und PsychotherapeutInnen*). Bei der **psychologischen Behandlung** finden lösungsorientierte Therapiegespräche mit den Betroffenen in Form eines Beratungsgesprächs oder in Form einer Kurzzeittherapie statt. Konkrete Problemstellungen werden mit einem Klinischen- und Gesundheitspsychologen bzw. einer Klinischen und Gesundheitspsychologin bearbeitet. Bei der **Psychotherapie** werden ausgehend von aktuellen Konflikten insbesondere Psychodynamiken mit einem Psychotherapeuten oder einer Psychotherapeutin bearbeitet.

Neben den psychologischen und psychosozialen Einzeltherapien umfasst das Angebot der *Gesundheitsschmiede Tirol* auch **Gruppentherapien** (Kognitive und Gedächtnisgruppen; aktivierende Tagesgestaltungen in der Gruppe), die sehr breit und facettenreich (siehe [Homepage](#)) angeboten werden.

Ein besonderes Anliegen ist uns auch die professionelle Begleitung und Schulung von pflegenden Angehörigen sowie des Pflegepersonals. Dabei steht die Vermittlung von Kompetenzen vor allem im Umgang mit herausfordernden Betreuungssituationen im Vordergrund. Die Gesundheitsschmiede Tirol hat dazu ein umfangreiches Angebot mit Coachings, Beratungen und Schulungen (siehe Homepage - www.gesundheitsschmiede.at) zusammengetragen.

Unabhängig von der Art der Therapie ist es uns besonders wichtig, auf jeden Menschen in einer respektvollen, liebevollen und einfühlsamen Weise zuzugehen. Durch unsere gezielten Interventionen sollen die Lebensqualität und Lebensfülle der Betroffenen (und ihres Umfelds) erhöht und gestärkt werden. Ebenso ist es uns ein großes Anliegen, das gesellschaftliche Bewusstsein für die Herausforderungen des Alters sowie die Wichtigkeit einer angemessenen psychologischen Behandlung im Alter zu fördern. Damit die persönlichen Werte jedes Einzelnen, in Anbetracht der Möglichkeiten, auch im Alter gelebt werden können und somit das Leben im Alter lebenswert bleiben!

Wir informieren Sie gerne über unsere Arbeit.

Mag. Michael Mattersberger
Tel. 0650 5110287
www.gesundheitsschmiede.at