

## Tabuthema Gewalt

Eine Pflegebedürftigkeit kann die Beteiligten körperlich und seelisch an ihre Grenzen bringen. Gewalt kann eine Folge der Überforderung mit einer Situation sein. Beide Richtungen der Gewalt, ob gegen Pflegende oder gegen Pflegebedürftige, sind in der häuslichen Pflege verbreitet. Betroffene müssen lernen, mit kritischen Situationen richtig umzugehen und sich rechtzeitig Unterstützung zu holen.

### Die vielen Gesichter von Gewalt

Schlagen, Kneifen oder grobes Festhalten sind bestimmte Formen **körperlicher Gewalt**. Der impulsive und aggressive Einsatz von körperlicher Kraft gegen eine andere Person ist eine **Machtausübung** und **Unterdrückung**, die für das Gegenüber einschüchternd und kränkend sein kann, auch ohne physische Verletzungen.

Ebenso gibt es **verbale** und **nonverbale** Gewalt ohne Körperkontakt: eine Person zu einer Handlung zwingen, wie Anziehen, Aufstehen oder Essen; Drohungen, Vorwürfe und respektloses Verhalten; übermäßige Ungeduld oder Kontrolle; Verweigern von Unterstützung oder ein zu langes oder bewusstes Wartenlassen. Viele nutzen diese Gewaltformen unbewusst, um die eigene Unzufriedenheit auszudrücken, ohne dass es zu einer körperlichen Auseinandersetzung kommen soll.

Eine besondere Form der Gewalt- oder Machtausübung sind **freiheitsentziehende Maßnahmen**. Dies betrifft etwa das Einschließen in der Wohnung, ein Hochstellen der Bettgitter oder das Fixieren auf einem Stuhl. Pflegende tun dies häufig zum **Schutz** Pflegebedürftiger, damit sie nicht weglaufen oder aufstehen und stürzen. Rechtlich ist dieses Verhalten problematisch. Die Maßnahmen gelten als Freiheitsberaubung und bedürfen eines **richterlichen Beschlusses**.

Die große Gefahr bei gewaltbereitem Handeln besteht in der **Gewaltspirale**. Die Bereitschaft nimmt zu, mit Gewalt und Aggressionen auf unangenehme Situationen zu reagieren.

### Ursachen von Gewalt

Pflegende und pflegebedürftige Personen können **beide** Auslöser für Gewalt sein. Für den Umgang mit pflegebedürftigen Personen spielt die **eigene Persönlichkeit** eine große Rolle. Zu hohe Erwartungen an zu Pflegende oder die Unterdrückung der eigenen Gefühle können zu psychischem Druck und Wut führen. Aber auch pflegebedürftige Menschen haben mit der Situation zu kämpfen. Viele werden täglich mit dem **Verlust** ihrer körperlichen Leistungsfähigkeit konfrontiert. Zudem sind sie **abhängig** von anderen Personen. Die Intimsphäre und Selbstbestimmtheit sind eingeschränkt. Dies kann zu Scham, depressiven Zuständen, Ängsten und Aggressionen führen. Pflegepersonen sind dann oft die Leidtragenden. Ebenso frühere, **unverarbeitete Konflikte**, vielleicht sogar mit dem pflegenden Angehörigen, oder das erneute Durchleben von **Kindheitstraumata** können zu emotionalen Entgleisungen führen, die sich in Gewalt ausdrücken.

### Gewalt vermeiden

Um Gewaltausbrüche zu vermeiden, muss wenigstens **eine** Partei die Auseinandersetzung **durchbrechen**, etwa durch eine klare Zurückweisung und körperliche Distanz. Zu viel Rücksicht ist dabei unangebracht. Bei geistig fitten Pflegebedürftigen sollte das **gemeinsame** Gespräch gesucht werden. Beiden muss klar sein, was die Wut bedeutet und was sie bei dem anderen anrichtet. Sie sollten die Gründe für die Aggressionen suchen und bearbeiten. **Geduld** ist bei der Ursachenforschung wichtig. Wenn beide Seiten schwierige Situationen frühzeitig erkennen, können sie gegensteuern und eine Eskalation verhindern. Besonders kompliziert ist es, wenn zu Pflegende geistig nicht mehr in der Lage sind, ihre Bedürfnisse zu äußern.

Gewalt und Aggressionen können bei Ihnen ein Ausdruck von Schmerzen, Ängsten, Hunger oder Langeweile sein. Dann sind professioneller Rat und eine geduldige Ursachenforschung empfehlenswert. So oder so, Pflegende und zu Pflegende müssen die eigenen **Grenzen akzeptieren** und bei Bedarf Hilfe annehmen.

## Hilfe von außen

Bei wiederholtem Auftreten von Gewalt oder Situationen, die auf einen nachfolgenden Gewaltausbruch hindeuten können, ist es empfehlenswert, Hilfe von außen in Anspruch zu nehmen. Wichtige Ansprechpartner sind etwa **Krisentelefone** und **Beratungsstellen** für pflegende Angehörige. Schulungen, **Kurse**, der Erfahrungsaustausch in **Selbsthilfegruppen** oder **Entspannungsmethoden** können helfen, zwischenmenschliche Probleme zu bewältigen, ohne dass Wut und Gewalt entstehen. Schon das Betrachten der Konfliktsituation **von außen** kann den Blick für bisher **übersehene** Ursachen öffnen. Die emotionale Abgrenzung der Pflegeperson ist notwendig, um Abstand zu den Gewalt auslösenden Aspekten zu gewinnen. **Selbsthilfegruppen** können Betroffene auffangen. Pflegende merken hier schnell, dass sie **nicht allein** mit ihren Aufgaben und Herausforderungen sind; Aggressionen im Pflegealltag passieren **häufig** und sind meist nicht gegen die Person selbst gerichtet. Gewaltsituationen in der häuslichen Pflege dürfen deshalb aber nicht unterschätzt werden. Ihre **Bearbeitung** und **Vorbeugung** durch Gespräche mit Vertrauenspersonen oder Konfliktberatern und das Identifizieren von **Lösungswegen** liegt in der Verantwortung der Angehörigen.

## Weitere Informationen:

- BMJV Bundesministerium für Justiz und Verbraucherschutz, Informationen zu Gewalt in der häuslichen Pflege:  
[www.bmju.de/DE/Themen/OpferschutzUndGewaltpraevention/GewaltHaeslichePfl ege/GewaltHaeslichePfle ge\\_node.html](http://www.bmju.de/DE/Themen/OpferschutzUndGewaltpraevention/GewaltHaeslichePfl ege/GewaltHaeslichePfle ge_node.html)
- ZQP Zentrum für Qualität in der Pflege [www.pflege-gewalt.de](http://www.pflege-gewalt.de)
- ZQP Zentrum für Qualität in der Pflege, Analyse zu Gewalt in der informellen Pflege:  
[www.zqp.de/portfolio/gewalt-informelle-pflege](http://www.zqp.de/portfolio/gewalt-informelle-pflege)