

## Unterstützung pflegender Angehöriger durch Ehrenamtliche

von *Stephan Articus*<sup>1</sup>

Ehrenamtliche Helfer sind nicht die stille Reserve eines unter Kostendruck geratenen Systems sozialer Dienste – das ist klar. Ehrenamtliche Helfer sind aber auch mehr als Hilfskräfte der beruflichen Helfer, das ist leider nicht immer klar.

Ehrenamtliche Helfer leisten Dienste einer ganz besonderen Qualität: Was immer sie auch konkret und praktisch im einzelnen tun – hauswirtschaftliche Hilfen, Behördengänge, Hilfen bei der Freizeitgestaltung, Hilfen bei der Pflege – sie tun es gerade nicht aus beruflicher Beauftragung, sondern aus mitmenschlicher Anteilnahme. Im ehrenamtlichen Dienst ist nicht erst ein fürsorgliches Gespräch und eine explizite Zuwendung zu den Sorgen und Problemen anderer, sondern jeder einzelne Handgriff, jede Tätigkeit zugleich ein Signal, eine Form der Zuwendung und der Anteilnahme; ehrenamtliche Hilfe ist typischerweise immer zweierlei: sachbezogene Verrichtung und mitmenschliche Hilfe. Dies gilt sicherlich auch für die Mehrzahl der beruflichen Helfer im sozialen Bereich; aber dieser doppelte Aspekt von Tätigkeit und darin immer enthaltener Anteilnahme, aus der heraus die Tätigkeit erst erwächst, ist charakteristisches Merkmal nur im Falle des ehrenamtlichen Dienstes.

Oft wird ehrenamtliche Hilfe an dem Standard beruflicher Hilfe gemessen; gemessen an den fachlichen Anforderungen beruflicher sozialer und pflegerischer Hilfen erscheint der ehrenamtliche Dienst als ein Hilfsdienst, der diesen Anforderungen nicht voll zu entsprechen vermag. Die Schwachstelle dieses Vergleichs liegt aber nicht in dem Leistungs- und Handlungsvermögen der ehrenamtlichen Helfer, sondern in der Wahl des Maßstabs, an dem ihre Hilfe gemessen wird.

Wer sagt denn, daß ehrenamtlicher Dienst an den fachlichen Anforderungen beruflicher Hilfen zu messen ist? Der erste Maßstab, an dem das Hilfe- und Leistungsvermögen ehrenamtlicher Helfer zu messen ist, ist doch wohl der Hilfebedarf Hilfesuchender, nicht das spezifische Hilfeangebot professioneller Dienste. So betrachtet erhält der ehrenamtliche Dienst einen ganz anderen Stellenwert und eine breitere Palette von Möglichkeiten zur Hilfestellung.

Nur 5 bis 15 Prozent der pflegenden Angehörigen werden von den Diensten beruflicher Helfer erreicht; auch wenn sicherlich nicht alle Familien mit pflegebedürftigen Angehörigen der Unterstützung bedürfen, ist mit diesen Zahlen doch eine Größenordnung abgesteckt, die deutlich macht, wie wichtig das Angebot ehrenamtlicher Hilfe ist.

### *Einzelne Bereiche möglicher Hilfeleistung*

1. Insbesondere wenn die Pflegebedürftigkeit plötzlich eintritt und der pflegende Angehörige abrupt vor eine ganze Palette für ihn unbekannter Aufgaben gestellt und entsprechend in vielerlei Hinsicht unsicher und überfordert ist, ist eine Betreuung und Beratung ausgesprochen wichtig. Hier liegt eine erste Hilfemöglichkeit für erfahrene ehrenamtliche Helfer.
2. Im täglichen Zusammenleben mit dem Pflegebedürftigen muß es dem pflegenden Angehörigen im Laufe der Zeit immer schwerer fallen, dem Kranken eine sich aus dem Routinealltag abhebende, besondere und abwechslungsreiche Freizeitgestaltung und Zuwendung bieten zu können. Er hat Probleme,

---

<sup>1</sup> Auszüge aus: Stephan Articus, Situation pflegender Angehöriger und die Möglichkeiten ihrer Unterstützung durch ehrenamtliche Helfer. Vortrag auf einer Vertretertagung der Caritas-Konferenzen Deutschlands, in: Krankendienst 61 (1988) 37-48

entsprechende Erwartungen des Kranken tagtäglich zu erfüllen – der nicht einlösbare Erwartungsdruck bindet ihn nur noch mehr und muß ihn gleichzeitig belasten. Eine nicht zu unterschätzende Hilfe, die ehrenamtliche Helfer bieten können, liegt in Besuchsdiensten, in deren Rahmen beispielsweise vorgelesen wird, Gespräche geführt oder, soweit möglich, kleine Ausflüge unternommen werden.

3. Die Haushaltsführung in einem Haushalt mit Pflegebedürftigen gestaltet sich in vieler Hinsicht schwieriger als die in einem durchschnittlichen Haushalt. Der pflegende Angehörige ist durch zahlreiche Aufgaben gebunden und muß dennoch die besonderen, sich aus der Versorgung des Kranken ergebenden Sonderaufgaben erfüllen: Es fällt besonders viel Wäsche an, es müssen häufiger Mahlzeiten, nicht selten nach besonderen Vorschriften, zubereitet werden, es muß zeitaufwendig Hilfe beim Essen geleistet werden.

Generell eine Haushaltshilfe im Rahmen ehrenamtlicher Dienste anzubieten, ist jedoch nicht unproblematisch. Gerade in diesem Bereich ist die Gefahr sehr groß, daß die Hilfsbereitschaft ehrenamtlicher Helfer ohne Not, d.h. etwa, nur um Haushaltshilfe-Entgelte zu sparen, ausgenutzt wird. Dennoch sollten solche Hilfsmöglichkeiten nicht generell ausgeschlossen, sondern für den bedürftigen Einzelfall vorgesehen werden.

Der ehrenamtliche Helfer sollte dabei – und das gilt für alle seine Hilfeangebote – nicht zum Sachverrichter von Aufgaben werden, sondern immer Gelegenheit haben, die Hilfe in praktischen Aufgaben mit der Pflege einer persönlichen Beziehung verbinden zu können. Auf dieser Grundlage kann in Form von Einkaufshilfen, Entlastungen bei Behördengängen und in Form gelegentlicher Hilfen im Haus und Haushalt wirkungsvolle Unterstützung geboten werden.

4. Es gibt eine ganze Reihe von Hilfebedürftigen, die sich mit Händen und Füßen dagegen wehren, daß der pflegende Angehörige die Hilfe einer Fachpflegekraft in Anspruch nimmt. Darunter hat dann der Angehörige oftmals schwer zu leiden, etwa wenn es um körperlich anstrengende Arbeiten des Umbettens oder Badens geht. Ehrenamtlicher Dienst als grundständiger Ersatz von Pflegefachkräften im Bereich der Behandlungspflege sollte sicherlich gänzlich ausgeschlossen bleiben; im Bereich der Grundpflege ist eine Unterstützung aber dort denkbar, wo sie sonst alleine von den Angehörigen durchgeführt werden müßte.

Hilfen in diesem Bereich sind eine sensible Angelegenheit, die sich letztendlich nur in Einzelfällen aus einem vertrauten Verhältnis entwickeln können, das im Rahmen leichter Formen der Unterstützung entstanden ist.

5. Ehrenamtliche Helfer machen nicht nur als einzelne im Laufe ihrer Hilfen in unterschiedlichen Fällen zahlreiche Erfahrungen, ehrenamtliche Helfer gehören im Unterschied zu den pflegenden Angehörigen in der Regel zu einer Gruppe, innerhalb derer Erfahrungen ausgetauscht werden können und auch ausgetauscht werden. Das befähigt sie in ganz besonderem Maße, pflegenden Angehörigen nicht nur mit Tat, sondern auch mit Rat zur Seite zu stehen, was insbesondere mit Blick auf den Tatbestand, daß die Mehrzahl der pflegenden Angehörigen ohne Unterstützung beruflicher Dienste Pflege leisten, besonders wichtig ist.

- Viele Familien wissen über das Angebot der Sozialstationen, über die Bedingungen ihrer Inanspruchnahme nicht Bescheid oder haben Hemmungen, sich an die entsprechenden Stellen zu wenden. Diese

Hemmungen sind sicherlich größer geworden, seit die vertraute Gemeindegewester in die anonyme Organisationsform der Sozialstation einbezogen wurde. Ehrenamtlichen Helfern kann deswegen eine ausgesprochen wichtige Mittlerrolle zwischen Hilfesuchendem und Sozialstation zukommen.

- Ehrenamtliche Helfer können aber auch in zahlreichen anderen Bereichen Hilfen vermitteln; sie können bei der Suche nach einer angemessenen Wohnung behilflich sein, sie können bei der Suche nach einem Platz für Kurzzeitpflege behilflich sein, sie können das Ausleihen von Pflegehilfsmitteln vermitteln und sie können auf andere ambulante Dienste, wie Essen auf Rädern und mobile soziale Hilfsdienste, hinweisen.
- Viele pflegende Angehörige tun sich aufgrund fehlender Erfahrungen schwer, den Betrieb des Haushalts auf die Bedürfnisse der häuslichen Pflege hin auszurichten. Welche Hilfsmittel stehen zur Verfügung, wie teile ich den Tagesablauf ein, wie hoch muß das Bett des Pflegebedürftigen aufgestellt sein, damit die Pflege möglichst kräfteschonend durchgeführt werden kann? – das alles sind Fragen, deren Beantwortung nur denen leicht fällt, die sie aus Erfahrung kennen; dazu gehören die meisten pflegenden Angehörigen nicht.

Wie wichtig dieser gesamte Bereich der Vermittlung und Beratung ist, kann man sich gut an der Situation der Angehörigen verdeutlichen, die mit dem Pflegebedürftigen alleine zusammenleben. Insbesondere wenn sie selbst bereits älter sind, leiden sie oft unter der Ungewißheit, was aus dem Kranken werden soll, wenn man selbst einmal nicht mehr in der Lage ist, ohne fremde Hilfe zu helfen. Ein regelmäßiger Kontakt zu einem vertrauten Helfer des ehrenamtlichen Dienstes kann einen guten Teil dieser Last der Ungewißheit nehmen, weil da jemand ist, der andere Hilfen und Möglichkeiten der Unterstützung kennt, einschätzen und vermitteln kann, und weil er damit diese Hilfen und die Gewißheit, daß man nicht ohne Hilfe ist, näher bringt.

6. Die häusliche Pflege bedeutet für die pflegenden Angehörigen nicht selten eine permanente räumliche und zeitliche Bindung an den Pflegebedürftigen. Das ist dort besonders ausgeprägt, wo man den Kranken auch über kürzere Zeit kaum alleine lassen kann, oder wo man gar ständig auf ihn aufpassen muß. Es wäre eine sicherlich große Hilfe, wenn ehrenamtliche Helfer den Angehörigen bei dieser Präsenzpflcht unterstützen, sie ihm zeitweise abnehmen könnten. Diese Präsenzpflcht geht für viele Angehörige so weit, daß sie Schwierigkeiten haben, das Haus zu verlassen, um einzukaufen oder beispielsweise selbst einmal zum Arzt zu gehen. In solchen Fällen wird die Hilfe eines Springerdienstes, eines kurzzeitigen und kurzfristig abrufbaren Helfers nötig sein. Auch eine solche Hilfe durch den ehrenamtlichen Dienst setzt freilich voraus, daß sich Helfer und Hilfebedürftige bereits vertraut sind.
7. Die psychische Belastung ist die Hilfebedürftigkeit des pflegenden Angehörigen, sie ist der Schlüssel für die gesamte Gestaltung und Bewältigung der Situation der häuslichen Pflege.

Die pflegenden Angehörigen leiden oft darunter, daß sie von anderen Angehörigen nicht hinreichend unterstützt werden, daß sie mit ihren Problemen alleine bleiben; oft genug einfach deswegen, weil sie mit dem Pflegebedürftigen alleine zusammenleben.

Sie leiden darunter, gegen die schlechten Aussichten für den Kranken nichts tun zu können. Sie leiden unter der ständigen Inanspruchnahme, unter dem ständigen „In-Bereitschaft-Sein“. Sie finden, bei allen Mühen und Opfern, oft kein Verständnis bei dem Kranken. Sie leiden unter dem Verlust an Kontakten zu Freunden und Bekannten und sie finden im Streß oftmals keine Distanz mehr im Verhältnis zu dem Pflegebedürftigen, zur Situation und zu sich selbst.

Diese Belastungen, mit deren Zunahme auch die Bereitschaft und die Fähigkeit zur Hilfe und zur Toleranz gegenüber den Herausforderungen der Situation tendenziell abnehmen, stellen sich für viele pflegende Angehörige als ausweglos dar, um so mehr, als sie diesbezüglich keine Hilfen eines darauf ausgerichteten beruflichen Dienstes erwarten können. Der Ausweg für viele bleibt der, die Belastungen einfach nicht wahrzunehmen.

Auch ehrenamtliche Helfer können dem pflegenden Angehörigen die Sorgen und die Ängste und das Mitleiden mit dem Kranken nicht abnehmen. Aber sie können, oft mehr sogar als andere Familienangehörige des familialen Pflegers, denen im täglichen Zusammenleben die Formen der Zuwendung und der notwendigen Distanz nicht gelingen mögen, durch regelmäßige Besuche, sei es für ein Gespräch, sei es zur tätigen Mithilfe, den Angehörigen begleiten, an seiner Situation teilnehmen, an den Belastungen arbeiten helfen.

Weil ehrenamtlicher Dienst bereits durch das bloße Angebot der Hilfe die Bereitschaft zur Anteilnahme signalisiert, ist er für diese so außerordentlich wichtige Form der Hilfe besonders geeignet.

Um diese besondere Qualität zu bewahren und ihre Entfaltung nicht zu behindern, scheint es mir für die nähere Bestimmung und Auslegung von Aufgabengebieten und Organisationsformen ehrenamtlicher Dienste außerordentlich wichtig, darauf zu achten, daß die Helfer neben allen sachlichen Formen der Hilfeleistung auch die Person des Hilfesuchenden erreichen können, daß ehrenamtlicher Dienst nicht daran gehindert wird, sich als persönlicher und als solcher nicht beliebig austauschbarer Dienst zu entfalten.

Ehrenamtliche Hilfe ist nicht an erster Stelle Hilfsdienst für den beruflichen Sozial- und Pflegedienst, sondern an erster Stelle Hilfe für Hilfesuchende. Auf dieser Grundlage können aus einer engen Zusammenarbeit ehrenamtlicher und beruflicher Helfer alle, und nicht zuletzt die Hilfesuchenden, nur gewinnen.