



Margarete Stöcker, M.A., M.S., ist Inhaberin des Bildungsinstituts Fortbildungsvorort, Dozentin, Mimikresonanz@-Trainerin und Autorin. fortbildungsvorort.de

Generation Spotify trifft Volksmusik

Immer wieder ziehen Jüngere ins Pflegeheim – mit anderen Krankheiten, Erwartungen und Lebensrhythmen. Die stationäre Langzeitpflege steht hier vor neuen Herausforderungen. Wichtig ist, hinzuhören und andere Lebensrealitäten anzuerkennen.

Pflgende und Betreuende müssen sich ständig an neue und zusätzliche Aufgaben anpassen. Die Zahl der Bewohner:innen sowie deren Pflegebedürftigkeit steigen, und es kommen kontinuierlich neue Herausforderungen in den Pflegeeinrichtungen hinzu.

Die meisten Bewohner:innen sind über 70 Jahre alt. Aber es ziehen aus unterschiedlichen Gründen auch immer wieder jüngere Menschen in Pflegeeinrichtungen ein.

Wie alt ist der jüngste Bewohner Ihrer Einrichtung? Ist dieser etwa fünfzig Jahre alt? Und wie viele Bewohner:innen sind jünger als siebzig Jahre?

JÜNGERE HABEN EINE ANDERE LEBENSREALITÄT

Diese Altersgruppe hat spezifische Bedürfnisse, die sich von denen älterer Bewohner unterscheiden. Daher sind Pflegeeinrichtungen gefordert, auf deren spezifische Lebensumstände zu reagieren. Jüngere pflegebedürftige Menschen haben häufig andere Lebensweisen, Interessen und Erwartungen als ältere Bewohner:innen. Dieser Beitrag möchte sensibilisieren und Anregungen geben, auf dieses Pflegesetting entsprechend zu reagieren. Ein Praxisbeispiel soll die Thematik verdeutlichen.

Eine Einrichtung der stationären Langzeitpflege ist seit einem halben Jahr eröffnet. Bis jetzt sind schon vie-

le Bewohner:innen einzogen, darunter zwei Personen im Alter zwischen 45 und 60 Jahren. Die Pflegepersonen und Betreuer:innen/Sozialer Dienst haben viele kreative Ideen entwickelt. Dazu zählen Kino-Besuche, Ausflüge in „Kneipen“ und sogar Planungen für Karten für ein Spiel des örtlichen Fußballvereins. Alle sind sehr begeistert von diesen Angeboten – nur die jungen Bewohner:innen nicht! Ein Bewohner bringt es auf den Punkt:

„Was meinen Sie eigentlich, wie es mir geht? Ich habe mein Bein verloren, habe keine Familie, die mich unterstützt, deshalb bin ich jetzt hier. Wie soll ich damit klarkommen? Und Sie wollen, dass ich an solchen Veranstaltungen teilnehme!! Ich fühle mich allein unter vielen alten Menschen.“

Bevor Sie weiterlesen, überlegen Sie kurz, wie hätten Sie das Gespräch mit dem Bewohner weitergeführt?

Richtig! Bewohner:innen müssen grundsätzlich mit Ihren Bedürfnissen abgeholt werden. Selbstverständlich in jedem Alter. Jedoch sind sie bei jüngeren Menschen anders.

Zusätzlich haben jüngere Pflegebedürftige oft andere Krankheitsbilder, wie zum Beispiel

- >> Multiple Sklerose
- >> Amyotrophe Lateralsklerose
- >> Apoplex

- >> psychiatrische Erkrankungen
- >> Krebserkrankungen
- >> Unfälle, die die Lebensrealität von Menschen in ihrer „aktiven Lebensphase“ drastisch verändern.

Die Pflege jüngerer Pflegebedürftiger erfordert oft spezielle Therapieansätze. Wichtig ist eine interdisziplinäre Zusammenarbeit, darunter Ärzt:innen und Therapeut:innen. Sie sollten eng mit den Pflegepersonen zusammenarbeiten, um die bestmögliche Versorgung zu gewährleisten. Die verschiedenen Therapieformen müssen individuell angepasst werden, um den spezifischen Bedürfnissen gerecht zu werden.

Unterstützend können **digitale Gesundheitstechnologien** und **Telemedizin** sein. Sie können jüngere Pflegebedürftigen helfen, den Kontakt zu Fachärzt:innen aufrechtzuerhalten und an Therapiefortschritten teilzunehmen, ohne persönlich anwesend sein zu müssen. So haben sie die Möglichkeit, sich zu informieren. Die „Gefahr“ besteht sonst, dass die Bewohner sich selbst über „Dr. Google“ informieren und gegebenenfalls unnötige Ängste oder Halbwahrheiten genährt werden.

Meist ziehen jüngere Pflegebedürftige mit ihrem Smartphone, Tablet oder Laptop in die Einrichtung ein. Sie verbringen viel Zeit mit dem Umgang damit. Gerade bei Beschäftigungsan-



Foto: Werner Krüper

»Ich fühle mich allein unter vielen alten Menschen.«

geboten darf akzeptiert werden, dass die Bewohner:innen sich lieber mit der digitalen Welt beschäftigen als mit der realen Welt. Ebenfalls darf die Technik in vielen weiteren Bereichen stärker werden. Dazu gehören stabile W-LAN-Netze zum Streamen oder für Unterstützungen durch Alexa, Siri und Google.

Förderung Sie immer die **Selbstbestimmung**. Menschen wünschen sich grundsätzliche eigene Entscheidungen zu treffen. Sie sollten grundsätzlich bei allen Altersklassen darauf achten, dass die Bewohner:innen ein Gefühl der

Kontrolle über ihr Leben haben. Das betrifft sowohl die Auswahl ihrer Freizeitaktivitäten als auch die Gestaltung ihrer persönlichen Räume. Die psychische Belastung ist ein wichtiges Thema, praktizieren Sie eine gute Selbstfürsorge.

Regelmäßige Schulungen zur Stressbewältigung und Angebote zur Selbstfürsorge sind entscheidend. Ein weiterer wichtiger Punkt ist, dass sich jüngere Bewohner:innen häufig einsam fühlen, da Gleichaltrige fehlen. Außerdem haben die Bewohner:innen oft andere Vorstellungen von Nähe und Distanz.

FREIRÄUME SCHAFFEN

Ein oft tabuisiertes Thema ist die Sexualität. Sexualität kann in jedem Alter eine Rolle spielen. Jüngere Menschen sind jedoch sexuell aktiver. Welche Möglichkeiten gibt es für jüngere Menschen, um ihre Sexualität zu leben. Kann eine **Prostituierte/„Streichlerin“** Ihre Bewohner:innen besuchen? Es muss jedoch nicht immer die gelebte Sexualität sein, sondern oft ist es einfach der Wunsch, eine Intimsphäre zu haben. Das folgende Beispiel soll den Aspekt »»

mega.com
 ein deutscher Hersteller für
Funkfinger
 kompatibel mit fast allen
 Schwesternrufanlagen.
Info unter 04191/9085-0
www.megacom-gmbh.de

» verdeutlichen: Eine Pflegeeinrichtung stellt den Bewohner:innen Stopp-Schilder für die Türen zur Verfügung – bekannt aus Hotels: „Bitte nicht stören“. So kann der Bewohner oder die Bewohnerin für sich entscheiden, ungestört zu sein.

NEUE KONZEPTE FÜR JÜNGERE ENTWICKELN

Jede Generation bringt ihre eigenen Werte, Herausforderungen und Sichtweisen mit, die von den sozialen, wirtschaftlichen und technologischen Gegebenheiten ihrer Zeit geprägt sind. Jüngere pflegebedürftige Menschen unterscheiden sich oft von älteren Bewohner:innen in Bezug auf Lebensweise, soziale Netzwerke und Interessen. Häufig stehen sie

bucht alle vier Wochen einen Coach. Die Bewohner:innen können entscheiden, ob sie mit ihm sprechen möchten. Oft finden auch Gruppengespräche statt. Wenn die Bewohner:innen kein Interesse haben, kann das Personal die gebuchte Coachingstunde nutzen. Denn auch für die Mitarbeitenden kann es herausfordernd sein, Menschen zu pflegen, die im gleichen Alter sind oder sogar das Alter ihrer eigenen Kinder haben!

WAS WIRKLICH HILFREICH IST

Im Folgenden finden Sie einige Vorschläge für Aktivitäten, sich gut für jüngere pflegebedürftige Menschen eignen.

Jüngere pflegebedürftige Menschen haben, wie beschrieben, oft andere Hob-

» **Sport- und Bewegungsangebote, wie Fitness- oder Gerätesport, aber auch Yoga, Tai-Chi oder Q-Gong stellen interessant Angebote dar.**

Auch hierzu ein Praxisbeispiel: Eine Pflegeeinrichtung hat einen Raum mit Fitnessgeräten zusammengestellt. Die Physiotherapiepraxis, die regelmäßig physiotherapeutische Angebote für die Bewohner:innen der Einrichtung durchführt, hat die Einweisung für die Geräte-nutzung übernommen.

Bieten Sie Workshops mit kreativen Aktivitäten an. Dazu gehören Kunstangebote, handwerkliche Tätigkeiten oder Arbeiten mit digitalen Medien. Das nachfolgende Praxisbeispiel soll Anregungen geben:

Eine Einrichtung bietet Fotoworkshops an. Es gibt unterschiedliche Mottos: Blumen, Tiere, Gebäude usw. Die Fotos werden digital bearbeitet, in schwarz/weiß, nur eine extreme Farbe oder als Illustrationen. Die Fotos werden digital über einen Monitor dargestellt. Dieser befindet sich im Eingangsbereich der Einrichtung. So können andere Bewohner:innen und Besucher:innen sich der Fotos erfreuen.

ALTERSUNTERSCHIED KANN BELASTEND SEIN

Das Gefühl von Isolation kann für junge pflegebedürftige Menschen in Pflegeheimen mit älteren Bewohner:innen ein häufiges Problem sein. Viele Betroffene empfinden sich dadurch einsam, da Gleichaltrige fehlen.

Schaffen Sie Begegnungsräume, wie der erwähnte Fitnessraum oder ein Café-Treff. Laden Sie Menschen aus der unmittelbaren Umgebung ein. Aber auch Veranstaltungen von Treffen für Gleichaltrige können helfen, gemeinsame Interessen zu entdecken und soziale Netzwerke zu knüpfen. Warum nicht eine eigene Facebookgruppe initiieren oder falls die Technik zu Verfügung steht, eine **Gamer-Gruppe**? Achtung Datenschutz!

Falls es noch Familienangehörige gibt, beziehen sie die Angehörigen in die Aktivitäten ein – falls erwünscht.

Meist ziehen jüngere Pflegebedürftige mit ihrem Smartphone, Tablet oder Laptop in die Einrichtung ein.

in einem Lebensabschnitt, in dem sie aktiv am gesellschaftlichen Leben teilgenommen haben. Vielleicht gab es auch noch Verpflichtungen wie die Betreuung von Kindern oder berufliche Tätigkeiten. Durch diese Unterschiede sind Pflegeeinrichtungen gefordert, Konzepte zu entwickeln, die den speziellen Bedürfnissen jüngerer Pflegebedürftiger gerecht werden.

Erinnern Sie sich an die Aussage des Pflegebedürftigen im erwähnten Fall. Was benötigt der Bewohner an erster Stelle?

Er benötigt einen Menschen, der versteht, der zuhört, der begleitet! Pflegende und Betreuende haben vielfältige Aufgaben, jedoch nicht den Auftrag der Therapie oder des Coachings. Versuchen Sie für pflegebedürftige junge Menschen, die es wünschen, psychologische Unterstützung zu finden. Eine weitere Option ist es, dass Sie als Einrichtung einen Coach buchen. Folgendes Praxisbeispiel soll die Situation verdeutlichen:

Eine Einrichtung mit einem speziellen Wohnbereich für jüngere Menschen

bys, Freizeitbeschäftigungen und Vorstellungen von Ihrem Leben als ältere pflegebedürftige Menschen. Deshalb ist es wichtig, in Ihrer Einrichtung ein breites Angebot von Aktivitäten zu schaffen, die auf diese unterschiedlichen Bedürfnisse abgestimmt sind.

Auch wenn der Bewohner aus dem Fallbeispiel Außenaktivitäten abgelehnt hat, sollten sie zur Verfügung stehen. Dazu gehören:

» **Kulturelle und soziale Veranstaltungen, wie zum Beispiel Kinoabende, Konzerte oder Ausflüge. Beziehen Sie gegebenenfalls Angehörige mit in die Aktivitäten ein.**

Eine Einrichtung organisiert beispielsweise mit ihren jüngeren Bewohner:innen einen gemeinsamen Urlaub. Sie sind mit fünf Bewohner:innen in Ferienwohnungen in der Nähe von Jever gefahren. Der Vater eines jungen Pflegebedürftigen hat ihn während dieser fünf Tage begleitet. Weitere Aktivitäten sind



Foto: Werner Krüper

**Jüngere Pflegebedürftige haben einen anderen Lebensrhythmus:
Sie können zum Beispiel Stunden mit Zocken verbringen.**

Es bedarf grundsätzlich einer einfühlsamen Kommunikation. Pflege- und Betreuungspersonen sollten grundsätzlich eine offene, respektvolle und einfühlsame Beziehung zu den Bewohner:innen pflegen. Jedoch, verlassen Sie nicht die professionelle Nähe und Distanz. Der Bewohner oder die Bewohnerin ist pflegebedürftig. Das heißt, er oder sie benötigt eine professionelle Pflege und Betreuung. Sonst wäre er nicht in der Einrichtung. Ein lockeres „Du“ ist ebenfalls zu vermeiden, wie Ansprachen wie „Schätzchen“. Es mag zugewandt gemeint sein, aber verlässt die Professionalität. Falls ein „Du“ doch fachlich begründet wichtig ist, dann bitte dokumentieren!

ANDEREN LEBENSRYTHMUS AKZEPTIEREN

Welcher Generation gehören Sie an? Der „**Duschgeneration**“? Jüngere Bewohner:innen haben einen anderen Lebensrhythmus. Sie gehen morgens oder abends duschen – und zwar täglich. Sie möchten morgens ausschlafen und abends lange aktiv sein.

Tätowierungen können in der pflegerischen Versorgung eine Rolle spielen. Je nach Körperstelle kann zur Abklärung eines Dekubitalgeschwürs der Fingertest nicht mehr erfolgreich sein, da eine Rötung nicht erkennbar ist. Wer führt ge-

gebenenfalls die **Piercingpflege** durch? Die Betreuung jüngerer Menschen benötigt ein Umdenken. Es ist entscheidend, die besonderen Bedürfnisse und Wünsche zu beachten. Durch gezielte Angebote in den Bereichen Beschäfti-

gung und psychosoziale Unterstützung können Sie ein unterstützendes Umfeld schaffen. Eine Herausforderung besteht darin, die individuellen Lebensrealitäten und Krankheitsbilder zu erkennen und die Pflegekonzepte entsprechend anzupassen. Nur so kann die Lebensqualität für jüngere pflegebedürftige Menschen langfristig verbessert werden.

Darüber hinaus sollten Pflege- und Therapiekonzepte regelmäßig überprüft werden, um sicherzustellen, dass sie den sich wandelnden Bedürfnissen der Bewohner:innen gerecht werden. Der Austausch mit den Bewohner:innen ist dabei besonders wichtig. <<<

FAZIT

>>1.

Jüngere Bewohner:innen sind anders sozialisiert. Sie brauchen mehr als Beschäftigung – sie brauchen Verstehen, Respekt und psychologische Unterstützung.

>>2.

Technik ist Alltag: WLAN, Telemedizin, Tablets – digitale Teilhabe muss Standard sein, nicht Ausnahme.

>>3.

Angebote müssen nicht gefallen – sie müssen passen. Wer fragt, erfährt mehr über echte Bedürfnisse.

MEHR ZUM THEMA

Medientipp:

Sabine Hindrichs, Margarete Stöcker: Lernbox Maßnahmenplanung in der Praxis anleiten und anwenden. <https://vinc.li/lernbox>

mega.com
ein deutscher Hersteller für
Funk-Türöffnungsmelder
zur **Fluchttür**-Absicherung.
Info unter 04191/9085-0
www.megacom-gmbh.de