

10. Bewältigung von Pflegebedürftigkeit (J. Heusinger)

10.1. Einführung

Mit der Entwicklung unserer Annahmen zur Bedeutung der verschiedenen Pflegebeziehungen für die Steuerung häuslicher Pflegearrangements im vorangegangenen Kapitel sind die wesentlichen äußeren Einflüsse auf die Selbstbestimmungsmöglichkeiten Pflegebedürftiger benannt. Noch nicht berücksichtigt sind hingegen die je individuellen Reaktionen und Umgangsweisen der Betroffenen mit ihrer Pflegebedürftigkeit, die wir zusammenfassend als Bewältigung dieser Lebenssituation bezeichnen.

Unter Bewältigung verstehen wir alle emotionalen, kognitiven und handelnden Formen der Auseinandersetzung eines Menschen mit einem kritischen Lebensereignis, in diesem Fall der Pflegebedürftigkeit.

Bei der Bewältigung von Pflegebedürftigkeit müssen sich die betroffenen Personen mit Belastungen in mehreren, zentralen Bereichen gleichzeitig auseinandersetzen:

- Im physischen Bereich, z. B. wegen Krankheiten, Funktionseinschränkungen usw.,
- im psychischen Bereich, weil sich beispielsweise das Selbstbild verändert oder Abhängigkeiten durch Einschränkungen und Verlust an Handlungskompetenzen und -ressourcen entstanden sind,
- im sozialen Bereich, z. B. wegen verkleinerter Netzwerke, Beziehungsprobleme, veränderter Rollenanforderungen, veränderter Zukunftsperspektiven und
- im existentiellen Bereich, z. B. durch finanzielle Belastungen oder erforderliche Wohnungsanpassungen/-wechsel.

Die Schwierigkeit bei der Erarbeitung der spezifischen Wirkungen des Einflussfaktors Bewältigung liegt darin, dass die verschiedenen Formen der Bewältigung ihrerseits wiederum unter anderem auf die Wirkungen äußerer Einflüsse zurückgehen: So wird die Auswahl der Bewältigungsstrategien von den biografischen Erfahrungen, die bei der Lösung von Problemen gemacht worden sind, geprägt. Auch die Wahrnehmung der Belastung und die Einstufung als Krise unterliegen Bewertungsprozessen, die wiederum

von milieuspezifischen Sichtweisen und Normen, individueller Lebenslage, Ressourcen usw. abhängen.²⁸ Die Beziehungen zwischen den an einem Pflegearrangement Beteiligten, die soziale Integration, das Milieu und äußere Rahmenbedingungen können also jeweils bestimmte Bewältigungsreaktionen fördern oder hemmen. Das Bewältigungsgeschehen ist somit ein interaktiver Prozess zwischen dem Individuum und seiner materiellen und sozialen Umwelt (vgl. zusfsd. KÜNZEL-SCHÖN 2000: 15f). Es kann daher individuell und im Zeitverlauf sehr unterschiedlich verlaufen.

Wir gehen deshalb davon aus, dass jeder Mensch im Laufe des Lebens ein für ihn oder sie bewährtes Bewältigungsinstrumentarium aus unbewussten und bewussten Strategien entwickelt hat und weiter entwickelt. Als Teil seiner bzw. ihrer Persönlichkeit prägt es auch die Reaktion auf die und den Umgang mit der Pflegebedürftigkeit und beeinflusst somit, ob es den Pflegebedürftigen jeweils ein Anliegen ist und gelingt, ihre Vorstellungen einzubringen und durchzusetzen, also ihr Pflegearrangement (mit) zu steuern.

Im vorliegenden Zusammenhang werden etliche der äußeren Faktoren, die die Bewältigung tangieren, als eigene Einflussfaktoren auf die Steuerung untersucht. Sie werden in diesem Abschnitt deshalb nicht noch einmal einbezogen. Unser Blick auf die Bewältigung konzentriert sich hier vielmehr auf die aktuell im Umgang mit der Pflegebedürftigkeit aktivierten individuell-psychologischen Dispositionen, die die Pflegebedürftigen in die Steuerungsprozesse mitbringen, und blendet die Erforschung ihrer Herstellungsbedingungen aus. Es geht uns dabei ausdrücklich nicht darum, den „Erfolg“ oder die Effizienz der jeweiligen Bewältigungsstrategien, z. B. im Hinblick auf eine gelingende Wiederherstellung von Wohlbefinden, zu beurteilen. Ziel ist es, zu einer differenzierten Beschreibung der Auswirkungen verschiedener Bewältigungsstile, also individueller Umgangsweisen, auf die Teilhabe der Pflegebedürftigen an der Steuerung zu kommen.

Dabei gehen wir davon aus, dass sich auch Bewältigung und Steuerung gegenseitig beeinflussen, denn einerseits setzen die Pflegebedürftigen ihre Bewältigungsstrategien bei der Steuerung ein, andererseits wirken sich die im Steuerungsprozess, also in der Auseinandersetzung mit anderen, gemachten Erfahrungen wiederum auf die

²⁸ In der Bewältigungsforschung wird anhaltend darüber diskutiert, ob mehr die Art der Belastung, die Persönlichkeit der Betroffenen oder die Ressourcen über den Bewältigungsstil entscheiden (vgl. zusfs. HEIM 1998), gerade bei der Erforschung der Bewältigung im Alter werden aber alle Faktoren berücksichtigt (vgl. KÜNZEL-SCHÖN 2000).

künftige Herangehensweise aus. Insofern drückt sich im Verhalten der Pflegebedürftigen in den Steuerungsprozessen zugleich ihr Bewältigungsstil aus.

Schwierig zu klären ist die Frage nach der Kontinuität von individuellen Bewältigungsstrategien, aus der sich für uns zwei Überlegungen ergeben: Zum einen besteht in der Bewältigungsforschung weitgehender Konsens darüber, dass die Art des kritischen und belastenden Lebensereignisses die Auswahl der Bewältigungsstrategien beeinflusst (vgl. zusfsd. HEIM 1998: 323). Die Reaktion auf die Pflegebedürftigkeit wird sich daher von der auf andere als belastend erlebte Ereignisse wie z. B. eine Scheidung, Arbeitslosigkeit o. ä. unterscheiden. Zum anderen impliziert die sozialisatorische Prägung der Bewältigung einen jeweils ähnlichen, am Bewährten orientierten Umgang. Vor dem Hintergrund der im Kapitel 7 entwickelten Überlegungen zum Habitus, der einerseits einen Rahmen für das Routinehandeln vorgibt, andererseits Raum für kreative Lösungen lässt, erwarten wir,

dass die Betroffenen bei der Bewältigung von Pflegebedürftigkeit sowohl auf erprobte Strategien zurückgreifen als auch andere Wege beschreiten.

Davon ausgehend, dass die Art des kritischen Lebensereignisses die Bewältigung beeinflusst, vermuten wir weiterhin,

dass es einen Zusammenhang zwischen dem Ausmaß der Pflegebedürftigkeit und der Selbstbestimmung bzw. Teilhabe an der Steuerung gibt, weil größere Abhängigkeit von äußerer Hilfe die eigenen Handlungsspielräume mehr einschränkt als geringere und deshalb größere Bewältigungsanstrengungen erfordert.

Schließlich stellt sich die Frage, ob sich die Art der Bewältigung im Verlauf der per definitionem langandauernden Pflegebedürftigkeit verändert und davon auch die Teilhabe der Pflegebedürftigen im Steuerungsprozess beeinflusst wird.

10.2. Bewältigung und Selbstbestimmung

In der Flut von Literatur zum Thema Bewältigung finden sich zwar viele Untersuchungen, die sich mit der Bewältigung des Älterwerdens im allgemeinen²⁹ oder verschiedener

²⁹ AGREN 1998; BALTES et al. 1998; BALTES/BALTES 1989; BODENMANN/WIDMER 2000; BRANDTSTÄDTER/GREVE 1992; BRANDTSTÄDTER/ROTHERMUND 1998; FISCHER-ROSENTHAL 1989; GUNZELMANN et al. 1999; HECKHAUSEN 1995a,b; LANG 1998; SAUP 1987, 1998

chronischer Krankheiten, vor allem Krebserkrankungen³⁰, beschäftigen. Diese Erkenntnisse lassen sich aber nur punktuell zur Beantwortung der genannten Fragen nutzen, denn sie sind nicht unmodifiziert auf die Pflegebedürftigkeit zu übertragen, weil das Altern an sich oder die Auseinandersetzung mit einer bestimmten Krankheit und deren Verlauf wenigstens zum Teil andere Anforderungen mit sich bringen. Außerdem zielt unsere Fragestellung insbesondere auf die Zusammenhänge von Bewältigungsstilen und Selbstbestimmung.

Zur Klärung dieser Problematik ist zunächst das aus der Motivationspsychologie stammende Konzept der Kontrollüberzeugung³¹ hilfreich: „Eine Kontrollüberzeugung ist die Annahme, die Ergebnisse unseres Handelns seien auf innere Bedingungen oder aber auf äußere Bedingungen bzw. Ursachen zurückzuführen.“ (ZIMBARDO/GERRIG 1999: 347). Folglich hängt auch die Reaktion Pflegebedürftiger auf ihre Situation davon ab, ob sie den Erfolg oder Misserfolg ihres Umgangs mit dem Pflegebedarf sich selbst bzw. ihren Aktivitäten zuschreiben (internal) oder aber ob sie die Verantwortung eher bei – von ihnen nicht zu verantwortenden oder zu beeinflussenden – äußeren Faktoren suchen (external). Je nach dem, worauf sie Erfolg bzw. Misserfolg jeweils zurückführen, werden Selbstwertgefühl, zukünftige Ziele, Emotionen, Anstrengungen und Motivationen entsprechend modifiziert, so dass zukünftig bestimmte Handlungen durchgeführt oder unterlassen werden. Entsprechend bewältigen die Menschen Belastungen entweder dadurch, dass sie sich aufgrund ihrer internalen Kontrollüberzeugung aktiv um Einflussnahme bemühen, oder indem sie mit ihrer externalen Kontrollüberzeugung eher abwarten, wie sich die Situation ohne ihr Zutun weiterentwickelt, da sie der Meinung sind, selbst nichts daran ändern zu können. Wie KÜNZEL-SCHÖN (2000: 118ff) sehen wir in der Kontrollüberzeugung eine personale Ressource, die als Bestandteil der Persönlichkeit die Auswahl der Bewältigungsstrategie beeinflusst.

Daraus leiten wir folgende Erwartung für die Steuerung in Pflegearrangements ab:

Pflegebedürftige mit internaler Kontrollüberzeugung setzen sich aktiv mit den Belastungen auseinander. Da sie der Meinung sind, dass sie selbst etwas zur Verbesserung ihrer Situation beitragen können, erheben sie nicht nur Anspruch auf Teilhabe an der Steuerung, sondern stellen sich auch den eventuell vorhandenen Widrigkeiten. Im Gegensatz dazu werden Personen mit exter-

³⁰ KLAUER/FILIPP 1990; KOCH/WEIS 1998

³¹ Nach ZIMBARDO/GERRIG (1999: 347) geht dieses Konzept zurück auf Rotter.

naler Kontrollüberzeugung in ihrem Bewältigungsbemühungen eher passive Strategien einsetzen und sich wenig in die Steuerung einbringen.

Daher sind die Umgangsweisen der Pflegebedürftigen zunächst daraufhin zu untersuchen, auf welcher Art von Kontrollüberzeugungen sie beruhen.

Das Konzept der Kontrollüberzeugung alleine reicht aber noch nicht aus, um die Zusammenhänge zwischen der Bewältigung und der Teilhabe der Pflegebedürftigen an der Steuerung differenziert zu beurteilen. Dazu ist es erforderlich, die jeweiligen Bewältigungsbemühungen zu beschreiben, wozu ein Raster von Kategorien hilfreich ist. Bei unserer Suche nach entsprechenden Kategorien war ausschlaggebend, dass sie geeignet sein sollten, die Auswirkungen auf die Teilhabe der Pflegebedürftigen an der Steuerung aufzuzeigen. Außerdem sollten sie eine zusammenfassende Beschreibung von Persönlichkeit und Reaktionsweise auf kritische Lebensereignisse ermöglichen, ohne auf deren Hintergründe einzugehen, weil diese, wie oben erläutert, in unserer Arbeit an anderer Stelle berücksichtigt werden.

Als wegweisend im Hinblick auf diese Anforderungen erwiesen sich die Arbeiten von SCHACHTNER (1985) und KRUSE (1986, 1987), die beide auf der Grundlage von empirischen Untersuchungen deskriptive Typisierungen von Bewältigungsformen bei Pflegebedürftigkeit bzw. chronischer Krankheit im Alter vorgelegt haben.

Die Arbeit von Christel SCHACHTNER beruht auf einer Studie mittels teilnehmender Beobachtungen, Fragebögen und offener Interviews mit älteren Menschen, die über Sozialstationen ambulant in ihrem häuslichen Umfeld versorgt werden³². Neben der aktuellen Versorgungssituation und ihrer Bewertung wurde auch ausführlich der biografische Hintergrund der Hilfe- und Pflegebedürftigen erhoben. Ihre Auswertung beschreibt nicht nur, wie die Betroffenen ihre aktuelle Situation sehen, sondern zeigt auch die Zusammenhänge zu den lebensgeschichtlich geprägten Deutungsmustern auf, „die sich gleichsam als handlungsanleitendes Glied zwischen objektive Problemlage und subjektive Verhaltensreaktion“ schieben (ebenda: 52). Mit diesem Ansatz kommt sie unserem Verständnis vom Einfluss der sozialen Milieus und des Habitus sehr nahe (vgl. Kapitel 7). Um Wiederholungen zu vermeiden, diskutieren wir daher diese „Deutungsmuster“ bei den sozialen Milieus und berücksichtigen sie im Zusammenhang mit den Bewältigungsformen nicht.

³² Diese Untersuchung führten Marianne HEINEMANN-KNOCH und Johann DE RIJKE mit ihr zusammen durch (HEINEMANN-KNOCH et al. 1985).

Aus SCHACHTNERS (1985: 51) sechs „Formen alltäglicher Bewältigung von Alter und Krankheit“ lässt sich aber sehr gut auf das Steuerungsverhalten der jeweiligen Typen schließen: So entspricht es z. B. dem „angepasst-anspruchlos-zufriedenen“ Typus (ebenda: 54ff), Grenzen möglichst gar nicht erst spürbar werden zu lassen und die Wünsche dem für machbar Gehaltene anzupassen. Die fehlende Konfliktbereitschaft bei großer Anpassungsfähigkeit lässt zusätzlich erwarten, dass Menschen mit einem solchen Bewältigungsstil kaum Anspruch auf Teilhabe an der Steuerung ihres Pflegearrangements erheben. Da sie typischerweise in jeder Hinsicht – auch beim Rückblick auf ihr bisheriges Leben – Zufriedenheit bekunden, werden sie aber den Mangel an Selbstbestimmung auch nicht beklagen.

Analog beschreibt SCHACHTNER fünf weitere Formen der Bewältigung von Pflegebedürftigkeit, die sich gleichfalls an Kategorien orientieren, die für die Einordnung von Bewältigungsstrategien Pflegebedürftiger, auch in ihrer Wechselwirkung mit bereits abgelaufenen Steuerungsprozessen, hilfreich sind:

- Der Umgang mit Grenzen, die durch die körperlichen Einschränkungen entstehen,
- der Umgang mit Wünschen, insbesondere die Frage, welche Bedürfnisse sich ein Mensch jeweils zugesteht und äußert,
- die Anpassungs- bzw. Konfliktbereitschaft gegenüber dem sozialen Umfeld und
- die rückblickende Einschätzung des gelebten Lebens unter den Gesichtspunkten der erlebten Kontrolle und der positiven bzw. negativen Bewertung.

Andreas KRUSE (1987) hat 60 häuslich versorgte Schlaganfallpatienten und ihre Familien besucht und sowohl die PatientInnen als auch die pflegenden Angehörigen mittels Fragebögen und offenen Fragen befragt, wie sich die Betroffenen mit ihrer Krankheit bzw. deren Folgen auseinandersetzen (vgl. ders. 1986: 207ff).

Im Rahmen seiner Auswertung kommt er zu dem Ergebnis, dass die Bewältigungsprozesse durch eine hohe individuelle Varianz und ganze „Bündel von zum Teil sehr verschiedenen Techniken“ (KRUSE 1987: 360) gekennzeichnet sind. Allerdings verstetigen sich die Bewältigungsstile im Laufe der Jahre, unserer Ansicht nach ein weiterer empirischer Beleg dafür, dass Bewältigung ein interaktives Geschehen ist, bei dem die individuell-persönlichen Bewältigungstechniken in der Auseinandersetzung mit der sozialen und materiellen Umwelt modifiziert werden, da die im Laufe dieser Erfahrungen als effektiv erlebten Bewältigungsbemühungen eher verstärkt werden, andere eher aufgegeben werden. So hebt KRUSE auch insbesondere die Bedeutung der Reaktionen der pflegenden Angehörigen, gerade der EhepartnerInnen, auf den Bewältigungsstil hervor, andere

Umweltfaktoren nimmt er allerdings nur am Rande auf. Auch die Biographie betrachtet er vor allem im Hinblick auf Kontinuitäten im Bewältigungsverhalten.

Zusammenfassend kommt er zu der Beschreibung von vier Auseinandersetzungsformen (a. a. O.: 360), die sich teilweise erheblich mit denen SCHACHTNERS überschneiden, aber auch neue Gesichtspunkte ins Blickfeld rücken. Sie lassen sich sowohl mit dem Modell der Kontrollüberzeugungen verbinden, als auch in ihrer Wirkung auf das Steuerungsverhalten Pflegebedürftiger interpretieren, wie das folgende Beispiel zeigt: Die „leistungsbezogene, auf Veränderung im Außen hin zielende Reaktionsform“ geht einher mit aktiven Bemühungen um Verbesserungen und dem Nutzen sich bietender Chancen. Menschen mit diesem Bewältigungsstil halten sich selbst für kompetent und schätzen Situationen eher als veränderbar ein als andere, erleben also auch die Zukunft als gestaltbar. Sie pflegen ihre sozialen Kontakte. Mit anderen Worten: Sie haben eine interne Kontrollüberzeugung und werden die Gestaltung ihrer Pflegeorganisation aktiv beeinflussen. In die Steuerung bringen sie sich ein und setzen ihre Vorstellungen durch.

Als weitere Kategorien zur Einordnung von Bewältigungsformen sind in Anlehnung an KRUSE für uns folgende relevant:

- Der Umgang mit sozialen Kontakten, verstanden als Aktivität oder Passivität im Pflegen und Knüpfen sozialer Beziehungen,
- die Einschätzung der eigenen Handlungskompetenz, hier verstanden als Fähigkeit, aktiv Hilfe zu suchen, und
- der Blick auf die Zukunft, die als mehr oder weniger gestaltbar und erfreulich antizipiert wird.

Mit Hilfe dieser drei und der vier bei SCHACHTNER entlehnten Kategorien können wir die jeweilige Art der Bewältigung der Pflegebedürftigkeit differenziert beschreiben und anschließend im Hinblick auf ihre Bedeutung für die Steuerung diskutieren. Dazu sollen die vorgefundenen Bewältigungsformen nach Möglichkeit typisierend zusammengefasst werden.