

Pflegeentwicklungsplan für Thüringen

3. landesweites Pflegenetzwerktreffen



Werkstatt
Zukunft.Gesundheit.
Thüringen.2030

Handlungsfeld 7: Stärkung von Menschen
mit demenziellen Veränderungen und
ihren An- und Zugehörigen

AnDem-RoSe: Ressourcenrealisierung und Selbsthilfe für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz

Angehörige, die Menschen mit Demenz zuhause pflegen, leisten täglich Enormes - oft zulasten der eigenen Gesundheit. In psychotherapeutischen Gesprächen können sie Entlastung erfahren und hilfreiche Strategien für den Pflegealltag entwickeln.

Wie sich Pflegebelastung anfühlen kann:

- Gefühle von Angst und Hilflosigkeit
- Chronische Erschöpfung, Schlafstörungen
- Depressive Verstimmungen, Niedergeschlagenheit
- Stimmungsschwankungen, Gereiztheit
- Gedankenkreisen, Zukunftssorgen



Isolation

Ich komme nicht raus.

Desorientiertheit

Er erkennt mich nicht mehr.

Zukunftsängste

Wie soll das noch werden?

Zurückstellen eigener Interessen

Ich habe kein eigenes Leben mehr.

Fehlende Kommunikation

Die Mutter ist keine Ansprechpartnerin mehr.

Das Forschungsprojekt **AnDem-RoSe** bietet psychotherapeutische Unterstützung für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz:

- 12 **psychotherapeutische Gespräche** per Telefon oder Video
- Zugang zu einem individualisierten **Online-Coach**
- regelmäßige Befragungen zur **wissenschaftlichen Evaluation**



Kontakt: andemrose@uni-jena.de

+49 3641 9-45175

www.andemrose.uni-jena.de



**FRIEDRICH-SCHILLER-
UNIVERSITÄT
JENA**
Institut für Psychologie
Abteilung Klinisch-psychologische Intervention

Gefördert durch:



**Gemeinsamer
Bundesausschuss
Innovationsausschuss**

Freistaat
Thüringen



Ministerium
für Soziales, Gesundheit,
Arbeit und Familie