



Wenn Pflege zur Belastung wird ...

Immer mehr Angehörige begleiten Menschen mit Demenz im häuslichen Alltag und übernehmen dabei einen unverzichtbaren Teil der Pflege und Betreuung. Die häusliche Pflege von Menschen mit Demenz kann viele unterschiedliche Herausforderungen mit sich bringen. Angehörige unterstützen nicht nur im Alltag, sondern erleben häufig auch Unruhe, Verunsicherung oder andere starke emotionale Reaktionen der Betroffenen mit. Gleichzeitig müssen sie mit eigenen Gefühlen von Trauer und Sorge aufgrund des schrittweisen Verlusts vertrauter Gemeinsamkeiten umgehen. Dabei bleibt für Angehörige wenig Zeit, sich eigenen Bedürfnissen und Interessen zuzuwenden und für einen Ausgleich zu sorgen. Über kurz oder lang kann diese körperliche und psychische Belastung Spuren hinterlassen. Nicht selten berichten Angehörige von Menschen mit Demenz von Erschöpfung, Depressions- und Angstsymptomen.

AnDem-RoSe

Das Projekt AnDem-RoSe möchte belasteten Angehörigen, die Menschen mit Demenz zuhause pflegen, eine Unterstützung anbieten. Im Rahmen psychotherapeutischer Gespräche per Telefon oder Videotelefonie sollen Angehörige die Möglichkeit erhalten, Entlastung zu erfahren und hilfreiche Strategien für die Bewältigung des Pflegealltags zu entwickeln.

Projektdaten

- Laufzeit: 11/2025 – 07/2029
- Projektleitung: Prof. Dr. Gabriele Wilz,
Abteilung Klinisch-psychologische Intervention,
Friedrich-Schiller-Universität Jena
- Förderkennzeichen: 01NVF24314

Gefördert durch:



**Gemeinsamer
Bundesausschuss**
Innovationsausschuss

Konsortialpartner im Projekt

- Robert Bosch Gesellschaft für medizinische Forschung mbH (Ansprechpartner: Dr. Klaus Pfeiffer)
- MSB Research-Development & Innovation gGmbH (Ansprechpartner: Prof. Dr. Uwe Altmann)
- Leibniz Universität Hannover, Center for Health Economics Research Hannover
(Ansprechpartner: PD Dr. Jan Zeidler)
- AOK Bayern – Die Gesundheitskasse (Ansprechpartnerin: Dr. Ana Babac)



Projektbeschreibung

In der Studie werden psychotherapeutische Gespräche für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz angeboten, wahlweise per Telefon oder Videotelefonie. Inhalt der Gespräche kann zum Beispiel das Verstehen krankheitsbedingter Veränderungen, der Umgang mit Erschöpfung, Sorgen, Grübeln und Schuldgefühlen sowie der Aufbau von Unterstützung und selbstfürsorglichen Aktivitäten im Alltag sein. Die Gespräche werden von geschulten Psychotherapeut:innen durchgeführt. Mithilfe verschiedener Fragebögen sollen unter anderem Belastungssymptome, Ressourcen, Körperbeschwerden sowie die Lebensqualität der Teilnehmenden untersucht werden. Um absichern zu können, dass sich positive Veränderungen auf die psychotherapeutischen Gespräche zurückführen lassen, werden die Teilnehmenden zufällig einer Interventionsgruppe oder einer Kontrollgruppe zugeordnet. Die Interventionsgruppe erhält die beschriebene psychotherapeutische Unterstützung, die Kontrollgruppe wird zunächst nur wissenschaftlich begleitet und erhält Informationsmaterial. Nach Abschluss der Studie erhält auch die Kontrollgruppe die Möglichkeit, psychotherapeutische Gespräche im Rahmen einer Online-Gruppentherapie wahrzunehmen.

Teilnahmevoraussetzungen

- Pflegende Angehörige ab 18 Jahren, die einen Menschen im Alter 60+ mit diagnostizierter Demenz zuhause betreuen und pflegen.
- Durchschnittliche wöchentliche Pflege- bzw. Betreuungszeit von mindestens 10 Stunden.
- Es liegt eine Belastung aufgrund der Pflege vor.
- Ausschlusskriterien aufseiten der Menschen mit Demenz: aktuelle Unterbringung im Pflegeheim bzw. geplant in den nächsten sechs Monaten
- Ausschlusskriterien aufseiten der pflegenden Angehörigen: unzureichende Deutschkenntnisse; kognitive Beeinträchtigungen; schwere psychiatrische Diagnose; aktuelle Teilnahme an einer Psychotherapie oder an einer anderen klinischen Studie

Das psychotherapeutische Unterstützungsangebot wird von Juli 2026 bis Dezember 2027 durchgeführt. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.



Nähere Informationen zum Projekt und zur Teilnahme können Sie über das Projektteam per Telefon (03641 945173) oder E-Mail (andemrose@uni-jena.de) erfragen.