

# **Selbsterhaltungstherapie (SET)**

## **Konzept und Anwendungen**

Dr. phil. Barbara Romero

[romero@t-online.de](mailto:romero@t-online.de)

[www.set-institut.de](http://www.set-institut.de)



# **Leben mit Demenz = ständig neue Anpassung**

an primäre und sekundäre Krankheitsfolgen

## Primäre Folgen betreffen:

- Kognitive Fähigkeiten
- Emotionale Ressourcen
- Soziale Kompetenz

## Sekundäre Folgen:

- ungewohnte, befremdende Verhaltensweisen der Umgebung
- neue Gestaltung des Alltags, der Umgebung etc.

## **Selbsterhaltungstherapie (SET): Ressourcen orientierte Zielsetzung**

- Hilfe zur Adaptation an sich verändernde Lebensbedingungen

ist wichtiger als

- wenig Erfolg versprechende Versuche demenzbedingte Verluste durch ein Training auszugleichen

# Selbsterhaltungstherapie: Verfahren

- **Aufbau von geeigneten Aktivitäten**  
(unterstützende Beteiligung des Umfeldes)
- **Wertschätzende, bestätigende Kommunikation**  
(Anpassung des Umfeldes)

## SET – Anpassung der alltäglichen Aktivitäten

- Eine **adäquate Beschäftigung** bedeutet eine optimale Partizipation am Alltagsleben
- Eine dauerhafte **Unter- oder Überforderung** wirkt als chronischer **Stressfaktor**.
- nicht-organisierte, „freie“ Zeit kann zu einer **leeren Zeit** und zu einer **Belastung** werden

## **SET – Anpassung der Kommunikation**

- **Die Sichtweise des Kranken und seine Gefühle bestätigen**

**„Ja genau, Du hast völlig recht“**

- ....
- **Fragen, die ein gutes Gedächtnis erfordern, vermeiden**
- **Nicht zu viele Informationen auf einmal**
- **Nicht im Beisein des Kranken mit anderen über ihn sprechen**
- **Etc.**

## Die deutsche S3 Leitlinie Demenz:

eine **Edukation der Angehörigen** zum Umgang mit psychischen und Verhaltenssymptomen bei Demenz soll angeboten werden

- weil sie eine **positive Wirkung** auf diese **Symptome beim Erkrankten** haben kann
- eignet sich zur **Prävention** von Erkrankungen, die durch die Pflege und Betreuung hervorgerufen werden und zur **Reduktion von Belastung der pflegenden Angehörigen**

Die chronische physische und psychische **Belastung**  
der **Angehörigen** führt zu **gesundheitlichen Schäden**:

- Depressionen
- körperliche Erkrankungen



## **Zielsetzung der psychosozialen Hilfen für Angehörige**

- **Erweiterung der Kompetenz, den Kranken zu unterstützen**
- **Erweiterung der Kompetenz zur Selbsthilfe**
- **Erweiterung der Kompetenz, psychosoziale Hilfen in Anspruch zu nehmen**

## **Ein Programm für Angehörige:**

- allgemeine **Wissensvermittlung** zur Erkrankung
- **Kranken verstehen**
- **Kranken begleiten**
- **Bewältigungsstrategien** und **Entlastungsmöglichkeiten**
- **Integration in die Behandlung des Demenzkranken**

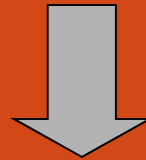
**seit 1999: Alzheimer Therapiezentrum  
Neurologische Klinik Bad Aibling**

**Behandlungsprogramm  
für Patienten und Angehörige**

**Selbsterhaltungstherapie (SET) als konzeptuelle  
Grundlage**

## **Vorbereitung auf den Alltag zu Hause**

**Erarbeitung eines individuellen Programms zur Planung und Begleitung zukünftiger Alltagsgestaltung und zum Umgang mit dem Kranken**



**Therapeutische Empfehlungen**

# SET im ATZ Bad Aibling: Evaluationsstudien

## Zusammenfassung der Ergebnisse

### Bei Angehörigen:

- Reduktion der Depressivität
- Reduktion des Belastungsgefühls

### Bei Patienten:

- Reduktion der Depressivität, Unruhe, Reizbarkeit u. a.
- Positive Effekte im kognitiven Verlauf

*Romero & Wenz, 2001, 2002, 2003; Schiffczyk et al., 2013*

### Bei Familien:

- Inanspruchnahme externer Hilfen *Romero et al., 2007*

## **Interventionen - zeitlich limitiert**

**Erarbeitung eines  
individuellen Programms zur  
Planung und Begleitung  
zukünftiger Alltagsgestaltung  
und zum Umgang mit dem  
Kranken**



**Therapeutische  
Empfehlungen**

- **Gerontopsychiatrie**
- **Geriatric**
- **Neurologie /Neurogeriatrie**

## SET in der Tagesklinik mit dem Schwerpunkt dementielle Erkrankungen in Mainz

Träger: GPS - Gemeinnützige Gesellschaft für Paritätische Sozialarbeit

Im Behandlungsverlauf werden **Ressourcen der Betroffenen** (Kommunikation, Interessen, Fähigkeiten, Partnerschaft) **erarbeitet** und standardisiert **erfasst**.

Es werden **praktische Empfehlungen** zum Umgang mit dem Kranken, bzgl. der Alltagsgestaltung und der ambulanten Weiterversorgung **an die Angehörigen und beteiligten Einrichtungen** gegeben.

*Romero und Wenz, 2018; Romero et al., 2018*

## **Wichernkrankenhaus: ein Fachkrankenhaus für Geriatrie** im Evangelischen Johannesstift in Berlin Spandau

2015 wurde eine spezielle Einheit zur Versorgung dementiell erkrankter geriatrischer Patienten mit Verhaltensauffälligkeiten eröffnet.

Für das Betreuungs- und Behandlungsprogramm wurde die SET - erstmalig für eine spezielle geriatrische Einheit für MmD - konzeptuell angepasst und angewandt.

*Romero und Wenz, 2018*



## **Neurogeriatrie: eine spezielle Einheit für MmD**

in den Universitäts- und Rehabilitationskliniken Ulm (RKU)

Seit 2016 werden geriatrische Patienten mit neurologischen Erkrankungen akutmedizinisch und frührehabilitativ behandelt. Dem Betreuungs- und Behandlungskonzept wurde u.a. die SET zugrunde gelegt. Das Konzept legt einen besonderen Wert auf die Integration der Betreuer, Nachhaltigkeit der Behandlung und Planung der Versorgung nach der Entlassung.

*Romero und Wenz, 2018*

## SET auf akuten Stationen

### Akutkrankenhaus als "window of opportunity" für nachhaltige Demenzbehandlung:

Dieser Titel des von der Bosch Stiftung geförderten Projektes ist ein Programm. Ein Krankenhausaufenthalt – auch bei Indikationen, die nicht (direkt) mit Demenz verbunden sind - **soll als eine Chance betrachtet werden, kognitive Beeinträchtigung zu erkennen, bei Bedarf diagnostische Demenzabklärung einzuleiten, und vor allem die Versorgung nach der Entlassung dem kognitiven Status anzupassen. Unumgänglich ist dabei die Einbeziehung der Bezugspersonen.**

## Neue Publikationen zur Anwendung der SET im klinischen Bereich:

1. Romero B., Geschke K. (2021) Selbst bei Demenz: Verluste, individuelle Anpassungsmechanismen und psychosoziale Unterstützungsmöglichkeiten. Psychotherapie im Alter, 69, Eingereicht zur Publikation
2. Romero B., Geschke K. (2019) Selbsterhaltungstherapie (SET) für Menschen mit Demenz. InFo Neurologie und Psychiatrie, 21, 28-33
2. **Romero B., Wenz M. (2018) Therapeutische Erfahrungen für Menschen mit Demenz. Selbsterhaltungstherapie (SET) im Krankenhaus. Kohlhammer**
3. Romero B., Greyer S., Kessler J. (2018) Selbsterhaltungstherapie und ergotherapeutische Behandlung von Menschen mit Demenz im Krankenhaus. praxis ergotherapie, 31, 353-359

# SET in der Betreuung von Menschen mit Demenz in der stationären Pflege

2012: Erstes SET-Zertifikat für das Seniorenpflegeheim St. Bilhildis in Mainz

2020: Seniorenpflegeheimen Herz Jesu in Köln und St. Elisabeth in Frechen erlangen das SET Zertifikat.

4 Kurzfilme zur SET in Seniorenpflegeheimen: [www.set-institut.de](http://www.set-institut.de)

El-Nawab S. (2018) Für mehr Selbstvertrauen. *Altenheim*, 11, 46 - 47

Robl G., Romero B. (2013) Das Selbst erhalten. *Die Schwester Der Pfleger*, 2, 154 -156

Romero B, Robl G (2011) Selbstvertrauen stärken. *Altenpflege* 36:33-36

Filmbeitrag zur Anwendung der SET im Seniorenpflegeheim St. Bilhildis und zu anderen Demenz-Konzepten in der Altenpflege:

<http://www.altenheim.net/Infopool/Videos/Altenheim-TV-Spezial/Demenz-Konzepte-in-der-Altenpflege>

## **SET in stationären Wohnbereichen**

**Erarbeitung eines individuellen ressourcenorientierten Programms zur  
Alltagsgestaltung und zum Umgang mit dem Kranken im Sinne der SET**



**Begleitung im Alltag**

## SET in verschiedenen Stadien der Demenz

- **Frühstadium:** Erinnerungsarbeit, geeignete Aktivitäten & bestätigende Kommunikation; bei Bedarf: psychotherapeutische Hilfestellungen
- **Mittleres Stadium:** Erinnerungsarbeit, geeignete Aktivitäten & bestätigende Kommunikation, indirekte psychotherapeutische Unterstützung (z. B. KT)
- **Fortgeschrittenes Stadium:** soziale Anbindung, konfliktarme Umgangsformen, Erlebnisarmut vermeiden, vermeidbare Probleme (Schmerzen, Kontraktoren) vermeiden

## **SET – OASE in der Mainzer Einrichtung St. Bilhildis**

Das SET basierte Programm für die Wohngruppe für Menschen mit einer schweren Demenz und erheblichen Einschränkungen in der Mobilität fördert Beweglichkeit und erhaltene Kompetenzen in alltagspraktischen und sozialen Bereichen.

Das Programm ist getragen von Ressourcenerhaltung und Präventionsgedanken.



MICHAEL HAGEDORN PHOTOGRAPHIE TEL 04101.552336 WWW.MICHAELHAGEDORN.DE

[romero@t-online.de](mailto:romero@t-online.de)

[www.set-institut.de](http://www.set-institut.de)

**Romero B, Wenz M. Therapeutische Empfehlungen für Menschen mit Demenz.  
Selbsterhaltungstherapie (SET) im Krankenhaus. Kohlhammer Verlag, 2018**

**Müller F, Romero B., Wenz M.  
Alzheimer und andere Demenzformen. Ratgeber für Angehörige  
Heel Verlag, 2010**

**Arno Geiger. Der alte König in seinem Exil, 2011**

**Apfelsinen in Omas Kleiderschrank, DVD**