



Datum	Code	Berater/-in
-------	------	-------------

Fragebogen zur Angehörigen-Resilienz und -Belastung bei Demenz (FARBE-DEM)

Sehr geehrte Dame, sehr geehrter Herr,

durch die Pflege eines/einer Angehörigen mit Demenz verändert sich der Alltag. Dabei gehen pflegende Angehörige unterschiedlich mit dieser neuen Situation um. Während es Angehörige gibt, die sich schnell von Stress erholen, läuft die Mehrheit der Angehörigen Gefahr, durch den zusätzlichen Stress körperlich und/oder psychisch zu erkranken. Das Risiko hierzu hängt von unterschiedlichen Faktoren ab, insbesondere von der eigenen Widerstandskraft oder Resilienz, der sozialen Unterstützung und der demenzbezogenen Belastung.

Ziel dieses Fragebogens ist es herauszufinden, wie Ihre derzeitige Situation von diesen genannten positiven oder negativen Faktoren beeinflusst wird. Basierend auf Ihren Angaben möchten wir Ihnen eine darauf abgestimmte optimale Beratung/Unterstützung anbieten können. Dazu ist es wichtig, dass Sie die Fragen so beantworten, wie es Ihrer jetzigen Situation entspricht. Schauen Sie dazu bitte auf die vergangenen vier Wochen zurück. Ihre Angaben werden vertraulich behandelt.

Angaben zu meiner Person

Alter	Jahre	
Geschlecht	<input type="radio"/> weiblich	<input type="radio"/> divers
	<input type="radio"/> männlich	
Verhältnis zur pflegebedürftigen Person	<input type="radio"/> Ehepartner/-in	<input type="radio"/> Kind
	<input type="radio"/> Eltern	<input type="radio"/> Anderes:
Wohnsituation	<input type="radio"/> Gemeinsam mit der pflegebedürftigen Person	<input type="radio"/> Gemeinsam mit eigener Familie, Partnerschaft
	<input type="radio"/> Allein	<input type="radio"/> Anderes:
Höchster Schulabschluss	<input type="radio"/> (Fach)Abitur	<input type="radio"/> Realschule
	<input type="radio"/> Hauptschule	<input type="radio"/> Grundschule
	<input type="radio"/> Volksschule	<input type="radio"/> Kein Abschluss
Berufstätigkeit	<input type="radio"/> Berentet	<input type="radio"/> Erwerbslos
	<input type="radio"/> Teilzeit	<input type="radio"/> Vollzeit
	<input type="radio"/> in Ausbildung/Studium	
Zeit, die für Pflege aufgewendet wird	Stunden/Woche	

Angaben zu der pflegebedürftigen Person

Alter	Jahre	
Wohnsituation	<input type="radio"/> Lebt zu Hause	<input type="radio"/> Lebt in einer Einrichtung



Meine Kraftspender

1. Meine innere Haltung

	Ja	Eher Ja	Eher Nein	Nein
1. Ich habe mich freiwillig und bewusst entschieden, die Pflege zu übernehmen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Durch die Anforderungen der Pflege entdecke ich neue, positive Seiten an mir, an dem Menschen mit Demenz und/oder an unserem Verhältnis zueinander.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Ich erhole mich schnell von Stress.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Ich habe mich mit Informationen zum Erkrankungsbild Demenz und zu Hilfsangeboten auseinandergesetzt und fühle mich kompetent in meiner Pflegeleistung.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. In schwierigen Situationen kann ich mich auf meine Fähigkeiten verlassen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

2. Meine Energiequellen

	Ja	Eher Ja	Eher Nein	Nein
6. Es gelingt mir trotz erhöhter Anforderungen, eigene Interessen (wie Hobbys, Sport) zu verfolgen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Ich spanne weitere Personen (z.B. Familienmitglieder, Freund/-in, professionelle Pfleger/-innen, externe Betreuungsangebote) in die Pflege ein.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Ich bekomme unterstützende Rückmeldungen für meine Leistungen als Pflegende/-r.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Ich habe Menschen, auf die ich mich immer verlassen kann.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. Ich empfinde im Alltag Freude, z.B. wenn ich angenehmen Aktivitäten nachgehe.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Meine Kräftezehrer

3. Schwierigkeiten im Umgang mit dem Menschen mit Demenz

	Ja	Eher Ja	Eher Nein	Nein
11. Die pflegebedürftige Person ist körperlich eingeschränkt und benötigt Unterstützung in Aktivitäten des täglichen Lebens (z.B. Anziehen, Waschen, Bewegung, Essen), die ich nur schwer leisten kann.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12. Die an Demenz erkrankte Person zeigt schwierige Verhaltensweisen, die mich belasten (z. B. Halluzinationen, aggressives Verhalten, (Weg-)Lauftendenz, (nächtliche) Unruhe, Interessenlosigkeit).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13. Es fällt mir schwer, mich mit der an Demenz erkrankten Person in der Öffentlichkeit zu zeigen (Angst vor peinlichen Situationen, Unverständnis, Kontrollverlust).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14. Es belastet mich sehr, dass sich der/die an Demenz Erkrankte als Person verändert und ich dadurch mehr Verantwortung übernehmen muss.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15. Im Alltag ergeben sich viele Konflikte und Streitigkeiten mit der an Demenz erkrankten Person.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



4. Allgemeine Belastungen meiner Lebenssituation

Ja Eher Ja Eher Nein Nein

16. Neben den Pflegeaufgaben bin ich im Alltag durch zusätzliche Schwierigkeiten belastet (z.B. eigener Gesundheitszustand, Sorge um weitere Familienmitglieder, Vereinbarkeit Pflege-Familie-Beruf).

17. Ich leide täglich an körperlichen Beschwerden (z.B. Schmerzen, Atemnot, ungewollte Gewichtsveränderung, Herzklopfen, Schwindel, Erkrankungen des Bewegungsapparates).

18. Meine finanzielle Situation bereitet mir Sorgen.

19. Ich vernachlässige meine eigene Gesundheit (z.B. Versäumnis von Vorsorgeuntersuchungen, Schlafmangel, ungesunde Ernährung).

20. Ich habe das Gefühl, der Vielfalt an Anforderungen in meinem Alltag nicht gerecht zu werden (dies kann sich z.B. durch Antriebslosigkeit, Schlafprobleme, Freudlosigkeit oder Gereiztheit äußern).

Das möchte ich noch mitteilen:

Vielen Dank für das Ausfüllen des Fragebogens!

