Zeitschrift: Curaviva : Fachzeitschrift

Herausgeber: Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz

Band: 79 (2008)

Heft: 12

Artikel: Gesprächsgruppe für Angehörige von Pflegebedürftigen : Unterstützung auch in praktischen Alltagsfragen

Autor: Steiner, Barbara

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-803708

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 13.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Gesprächsgruppe für Angehörige von Pflegebedürftigen

Unterstützung auch in praktischen Alltagsfragen

Barbara Steiner

Erzählen, zuhören, diskutieren, Anteil nehmen: In der Gesprächsgruppe, welche die Gerontologin Annette Rüegg im Auftrag des Forums Neumünster leitet, können Angehörige von Pflegebedürftigen in vertrautem Rahmen Erfahrungen austauschen und spüren, dass sie mit ihren Fragen und Problemen nicht allein sind.

Rund zehn Jahre lang hat Annette Rüegg ihre alzheimerkranke Mutter begleitet, bevor diese 1994 gestorben ist. «Damals war Alzheimer noch kaum ein Thema. Ich musste mir mein Wissen über die Krankheit aus Fachliteratur erwerben», sagt Rüegg. Besonders das Buch «Wenn Eltern Kinder werden und doch die Eltern bleiben» haben der gelernten Dolmetscherin und langjährigen Bibliothekarin der Berufsschule für Pflege Zollikerberg «Welten eröffnet und viel Hilfreiches vermittelt».
Im Umfeld der Schule habe sie Personen gefunden, die ihr mit viel Verständnis begegnet seien, und auch auf ihre in der Onkospitex tätige Schwester habe sie immer zählen können. Ihre beiden Kinder, damals im Teenageralter, und ihr beruflich stark engagierter Mann hingegen hätten sich in ihren Lebenssituationen weniger auf die Aufgabe einlassen können, erzählt Rüegg.

Für sie selber war die Pflegephase so prägend, dass sie nach dem Tod ihrer Mutter beschloss, ihre Erfahrungen zu nutzen. Rüegg besuchte die Schule für angewandte Gerontologie und wurde Gerontologin. Noch während der Ausbildung baute sie im Rahmen einer Projektarbeit eine Angehörigengruppe auf. Seit nunmehr elf Jahren leitet sie die Gruppe «Zu sich selber Sorge tragen» im Auftrag des Forums Neumünster, der Weiterbildungsplattform der Stiftung Diakonie Neumünster – Schweizerische Pflegerinnenschule. Einmal im Monat treffen sich in Zollikerberg Personen, die Angehörige mit Demenz, Parkinson, Multipler Sklerose oder einer anderen Langzeit-Krankheit pflegen. «Wir reden zwar oft über die Kranken, der Fokus richtet sich in der Gruppe aber ganz klar auf die Angehörigen. Unser Ziel ist, gemeinsam Lösungsmöglichkeiten für anstehende Probleme zu diskutieren und Wege aufzuzeigen, wie sich die Pflegenden auch wieder einmal erholen und Energie tanken können für ihre grosse Arbeit.»
Oft kämen die Teilnehmenden so mitteilungsbedürftig zu den zwei Stunden dauernden Nachmittagstreffen, dass sie am liebsten bereits zu reden beginnen würden, wenn sie noch nicht einmal den Mantel ausgezogen haben, so Rüegg. Um die Menschen«ankommen» zu lassen und die Stimmung etwas zu entspannen, liest ihnen die 65-Jährige zu Beginn der Zusammenkunft jeweils etwas vor, «nichts Meditatives, dafür würde die Zeit gar nicht reichen, einfach einen schönen Text, der mir irgendwo begegnet ist».

Alltägliches und Grundsätzliches

Jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer der Gesprächsrunde hat anschliessend die Möglichkeit zu erzählen, was sie oder ihn derzeit beschäftigt, welche Schwierigkeiten es zu bewältigen gilt und inwiefern sich ein Problem allenfalls entschärft hat. Die anderen Anwesenden hören zu, fragen nach, erzählen, wie sie sich in einer bestimmten Situation verhalten haben, geben Hinweise und Tipps. Meist drehten sich die Gespräch um ganz praktische Alltagsfragen, berichtet Rüegg. Speziell in Erinnerung geblieben ist ihr eine Frau, deren demenzkranker Mann partout in seinen genagelten Bergschuhen im gemeinsamen Ehebett schlafen wollte: «Ihre Beine waren schon komplett aufgerissen, sie wusste sich fast nicht mehr zu helfen.» Rüegg riet ihr, unter dem Vorwand, nachts manchmal lesen zu wollen, im Gästebett zu schlafen. Der Mann habe dies ohne Murren akzeptiert und nach einer Weile die Bergschuhe nicht mehr angezogen – «vermutlich, weil keine Gegenwehr mehr gekommen ist».
Der Gatte einer anderen Frau versuchte ständig, den ganzen Garten umzugraben. Versteckte sie ein Werkzeug, suchte er sich ein anderes. Abhilfe schaffte dann ein zweiwöchiger Aufenthalt in der Ferienwohnung: Bei der Rückkehr nach Hause war der Garten kein Thema mehr. «Ich habe auch keine Patentrezepte», stellt Rüegg klar. «Im Laufe der Zeit entwickelt man einfach Fantasie, wenn es darum geht, das Verhalten der Kran-

ken mit gezielten Interventionen zu verändern.»

Was vielen Angehörigen zu schaffen macht, ist laut Rüegg ein schlechtes Gewissen – sei es, weil sie den Eindruck hätten, ihre Aufgabe nicht gut genug zu erfüllen, sei es, weil sie die pflegebedürftige Person in die Obhut eines Heimes gegeben hätten. Oftmals komme es vor, dass Nachbarn oder Bekannte einen Heimeintritt recht unfair oder gar bösartig kommentierten – obschon die pflegende Person ganz offensichtlich kurz vor dem Zusammenbruch gestanden sei. «Wir unterstützen diese dann in ihrem Entscheid und machen ihr klar, dass sie ihrem Angehörigen in völlig entkräftetem Zustand auch nicht mehr viel hätte geben können und es dem Kranken viel mehr bringt, wenn sie ihn in ausgeruhtem Zustand in der Pflegeeinrichtung mit professioneller Betreuung besucht.» Mit dem Wechsel in eine Institution beginne in der Regel auch die ganz bewusste Auseinandersetzung mit dem Loslassen – obschon der schrittweise Abschied gerade im Umgang mit demenzkranken Menschen, deren Kommunikationsmöglichkeiten immer eingeschränkter würden, an sich eine ständige Herausforderung darstelle. Auch der Tod werde eigentlich nur dann thematisiert, wenn jemand nach dem Verlust der pflegebedürftigen Person weiterhin in die Gesprächsgruppe komme. «Der Alltag ist für die pflegenden Angehörigen meist so anspruchsvoll, dass die Beschäftigung mit dem Sterben gar keinen Platz hat darin.» Teilnehmende mit verstorbenen Angehörigen sind keine Seltenheit: «Viele fallen in ein Loch, wenn sie plötzlich von ihrer oft jahrelangen Pflegearbeit entbunden sind. Die Wärme in der Gruppe tut ihnen gut, und sie können oft wichtige Inputs geben.»

Die Gerontologin Annette Rüegg weiss aus eigener Erfahrung, was Menschen leisten, die Angehörige pflegen. Fotos: bas

Langjährige Kontakte

Die Grösse der Gesprächsgruppe variiert zwischen rund einem halben und einem ganzen Dutzend Personen, die Teilnehmenden stammen aus der nähren und weiteren Umgebung. Der Eintritt ist jederzeit möglich, die Gruppe steht allen Interessierten offen, die Kosten belaufen sich auf 200 Franken pro Semester. Manche Teilnehmende sind nur wenige Monate dabei, andere jahrelang. Nach Einschätzung Rüeggs bekunden Männer mehr Mühe damit, sich zu öffnen und über ihre Schwierigkeiten zu reden als Frauen: «Männer haben den Anspruch an sich, durchbeissen zu können, auch wenn sie eigentlich längst Unterstützung bräuchten.» Die demenzkranke Gattin des einzigen Manns, welcher der Gruppe derzeit angehört, lebt seit zwei Monaten im Pflegeheim. Schon seit langem kommt es vor, dass sie ihn manchmal nicht erkennt und als Fremden behandelt. Trotzdem fiel ihm der Entscheid, sie ins Heim ziehen zu lassen, sehr schwer: «Wir boten ihm in dem Sinn Unterstützung, dass wir ihn darin bekräftigten, dem Umzug erst dann zuzustimmen, wenn es für ihn

produzieren
transportieren
inszenieren

victor meyer

Victor Meyer Hotelbedarf
Industriestrasse 15 | 6203 Sempach Station
Tel: 041 462 72 72 | Fax: 041 462 72 77
info@victor-meyer.ch | www.victor-meyer.ch

Aktivierung aus erster Hand.

Höhere Fachausbildung in Aktivierung HF
(3-jährige Ausbildung mit Diplom)

Fachperson in aktivierender Betreuung FAB
25 Tage modulare Weiterbildung mit Zertifikat

Fachverantwortliche oder Fachverantwortlicher in Alltagsgestaltung und Aktivierung FAA
17 Tage modulare Weiterbildung mit Zertifikat

Fachkurse zur Beruflichen Fortbildung

Infoveranstaltungen
17. Januar, 21. Februar und 21. März 2009
Bitte unbedingt anmelden: www.medi.ch

;medi

medi | Zentrum für medizinische Bildung | Aktivierung
Max-Daetwyler-Platz 2 | 3014 Bern | Tel. 031 537 31 10 | at@medi.ch

PROCHEMA BAAR AG

Wasch- und Bügeltechnik · Ladeneinrichtungen

leistungsstark • kompakt • platzsparend

Bügelstation «DINO TOP»
für Heime, Spitäler, Restaurant, Hotels, Ateliers, Bügelservice, usw.

Dampferzeuger SWISS-VAP 5 plus
- 5 lt. Wasserinhalt
- Boiler aus Chromstahl
- Wasserstandsanzeige
- akkustisches Signal bei Wassermangel
- Professionelles Dampfbügeleisen

Dampfabsaug-Bügeltisch MIDI DELUXE
- Tischblatt beheizt
- leistungsstarker Dampfabsaug-Ventilator
- Auffangtuch für Bügelgut
- schwenkbarer Ärmelbügler
- Kippbare Bügeleisenabstellfläche
- Tischblatt in der Höhe verstellbar

Falkenweg 11b, CH-6340 Baar
Tel. 041 768 00 50, Fax 041 768 00 53
www.prochema.ch, info@prochema.ch

Wer daheim einen Angehörigen pflege, sollte dafür eine Entschädigung erhalten, fordert Annette Rüegg.

wirklich stimmt. Er fühlte sich vom Umfeld stark unter Druck gesetzt.» Für Männer werde die Pflegesituation oft mit Eintreten der Inkontinenz unerträglich: «Mit dem Benutzen der Einlagen wird eine Grenze überschritten, weil es die Würde der pflegebedürftigen wie auch der pflegenden Person tangiert.» Frauen, auch kinderlose, hätten hier allgemein ein anderes Empfinden. Dies sei keinesfalls wertend zu verstehen, betont Rüegg: «Werten darf man in dieser Arbeit ohnehin nie etwas.»

Mit allen Personen, die der Gruppe je einmal angehörten, pflegt Rüegg nach wie vor Kontakt – «auch wenn es nur mit einem gelegentlichen Brief oder einem Telefonanruf ist». Die Leute wüchsen ihr halt ans Herz: «Im Gegensatz zu Gruppenleitenden, die diese Aufgabe als Bestandteil einer Anstellung übernommen haben, weiss ich aus eigener Erfahrung, was pflegende Angehörige mitmachen.» Meist empfinde sie dies als Vorteil. Hin und wieder müsse sie sich aber auch bewusst abgrenzen. Ihre eigenen Erlebnisse mit ihrer Mutter kämen ihr oft in den Sinn. Sie denke ohne Schwermut oder Bitterkeit daran zurück: «Ihre Krankheit hat sich für mich zur Chance entwickelt. Ich erhielt die Möglichkeit, als über 50-Jährige noch einen Beruf zu lernen, der mich in Kontakt bringt mit vielen tollen Menschen, denen ich etwas geben kann und von denen ich viel erhalte.» Wie viel Energie ihr die Aufgabe gebe, habe sie in besonderem Mass gespürt, als sie vor zwei Jahren ihren Mann verloren habe: «Sie ist mir wichtig, und ich nehme sie gerne wahr.»

Störend erscheint Rüegg, dass die Schweiz anders als andere Länder noch keine Pflegegutschriften kennt: «Wenn eine Person einen Angehörigen daheim pflegt, sparen Staat und Krankenkasse so viel Geld, dass der oder die Pflegende eine Entschädigung zugute hätte.» Immerhin sei mit dem Pflegeeinsatz oft eine vorzeitige Beendigung der Berufstätigkeit verbunden. An die Mitarbeitenden von Pflegeeinrichtungen hat Rüegg einen grossen Wunsch: «Es ist wichtig, die Angehörigen ernst zu nehmen. Sie bilden mit den Kranken eine Einheit, und wenn es der einen Hälfte schlecht geht, leidet auch die andere.» Vielen Angehörigen täte es ungemein gut, wenn sich auch mal jemand nach ihrem Befinden erkundigen würde und nicht nur nach jenem der kranken Person. Dass dies nicht geschehe, liege sicher nicht in schlechtem Willen begründet, sagt Rüegg: «Vermutlich fehlt den Heimmitarbeitenden und den Mitmenschen allgemein manchmal einfach das Bewusstsein dafür, wie viel sie mit ein paar wenigen Worten bewirken könnten.» ■

Weitere Informationen
www.forum-neumünster.ch