

Helpen und sich helfen lassen

Autor(en): **Fischer, Monika**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Zenit**

Band (Jahr): - **(2014)**

Heft 2

PDF erstellt am: **23.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-820892>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

<http://www.e-periodica.ch>

Helfen und sich helfen lassen

An der 14. Fachtagung von Pro Senectute Kanton Luzern war man sich einig, dass pflegende Angehörige mehr Anerkennung und Wertschätzung verdienen als bisher.

Die Arbeit der pflegenden Angehörigen hat eine sehr grosse volkswirtschaftliche Bedeutung. Sie kann nur durch ein gutes Gleichgewicht zwischen Belastung und Entlastung bewältigt werden.

«Wir alle sind Angehörige und werden irgendwann mit dieser Situation konfrontiert», betonte Bettina Ugolini, Leiterin der Beratungsstelle LiA am Zentrum für Gerontologie an der Universität Zürich. Der Zeitaufwand in der Pflege von Partnern mit durchschnittlich 60 Wochenstunden sei mehr als ein Hundertprozentjob und betrage für Söhne und Töchter neben der Berufsarbeit immer noch durchschnittlich 25 Stunden. Die Referentin beleuchtete die verschiedenen Seiten der komplexen Situation von Motivation, über die pflegerischen, sozialen und psychischen Aufgaben und bis hin zu den damit verbundenen Herausforderungen.

Handlungsplan erstellen

Hauptbelastung seien die Veränderungen der gewohnten Rollen und in der Beziehung. Pflegende Angehörige erfahren die Situation individuell und unterschiedlich und seien unersetzlich. Deshalb gelte es, ihnen Sorge zu tragen. Wirksame Entlastung böten einerseits Anerkennung und Wertschätzung der Gesellschaft, andererseits die Vermittlung von Verhaltensstrategien und möglichst niederschwellige, aufsuchende Angebote.

Für Pflegeexpertin Rosmarie Strahlberger, Mitarbeiterin der Spitex Obwalden, ist die wirksame Zusammenarbeit aller an der Pflege Beteiligten unerlässlich für das Gelingen. Es gelte, Vorstellungen, Ängste und Befürchtungen anzusprechen, zu klären und gemeinsam einen Handlungsplan für die gemeinsame Pflege und Betreuung zu entwickeln. Entscheidend sei auch, in der Gesellschaft eine Kultur des «Hilfe-Annehmens» zu entwickeln.

Von der Schwierigkeit, sich einzugestehen, dass man nicht alles selber kann und Hilfe braucht, berichtete Stände-



Voraussetzung für das Gelingen der Angehörigenpflege ist ein Zusammenwirken aller Beteiligten. Darin waren sich die Diskussionsteilnehmenden der Fachtagung einig: v.l. Rosmarie Strahlberger, Bettina Ugolini, Moderatorin Andrea Willimann, Felix Hugentobler und Christine Egerszegi.

Foto: Peter Lauth

rätin Christine Egerszegi. Mit berührenden Worten schilderte sie, wie sie zwischen der Pflege ihres schwerkranken Ehemannes, der Betreuung ihrer betagten, sterbenden Mutter und ihrer politischen Tätigkeit hin- und herpendelte, bis es nicht mehr ging. Mitten in der Nacht schickte sie ein SMS an ihre Kinder mit den Worten: «Ich brauche euch.» Beide seien sofort gekommen.

Gemeinsam hätten sie jeweils bei einem guten Essen die nächsten Schritte geplant. Christine Egerszegi berichtete von ihren anfänglichen Schuldgefühlen, als sie ihren Mann in ein Pflegeheim geben musste, von der Unterstützung durch ihren Hausarzt und die nötige Auszeit, in der sie ihre Lebens- und Berufssituation neu planen konnte. Da sie ihr künftiges Leben selber bestreiten musste, war es für sie wichtig, im Beruf zu bleiben, Normalität zu leben, Freundschaften sowie Hobbys zu pflegen.

Im anschliessenden Podiumsgespräch unter der Leitung von Andrea Willimann, Sursee, berichtete Felix Hugentobler ebenfalls von seinen Erfahrungen als pflegender Angehöriger. «Ich bin zum Manager unseres Lebens geworden», zeigte er nach der Schilderung der schmerzlichen Entwicklung der demenziellen Erkrankung seiner Partnerin auf. Auch er konnte die Aufgabe mit der Zeit nicht mehr ohne fremde Hilfe bewältigen und meinte: «Diese gelingt nur, wenn sie nach dem <Triangelprinzip> funktioniert.» Um einen guten Klang zu erreichen, müssten Situation und Bedürfnisse von Betroffenen, betreuenden Angehörigen, von professionellen und freiwilligen Helfern gleichermaßen berücksichtigt werden.

Die beiden pflegenden Angehörigen und die Fachpersonen waren sich einig: Die Angehörigenpflege ist nicht nur eine Last. Mit der nötigen Unterstützung kann sie für eine Familie zu einer zutiefst befriedigenden Aufgabe werden und somit auch eine Chance zum Wachsen sein.

TEXT: MONIKA FISCHER