

# Einander zuhören und Halt geben

Autor(en): **Kippe, Esther**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung**

Band (Jahr): **86 (2008)**

Heft 7-8

PDF erstellt am: **22.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-725202>

## **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.



# Einander zuhören und Halt geben

Wer seinen an Alzheimer erkrankten Lebenspartner zu Hause betreut, stösst kräftemässig oft an Grenzen. In vielen Regionen der Schweiz bestehen seit einigen Jahren Gesprächsgruppen für Angehörige.

Von Esther Kippe

Auf dem Tisch leuchtet ein Strauss «Sonnwendlig». Ein schöner Appenzeller Name für den Löwenzahn, dessen Blüte sich immer nach der Sonne dreht. «Das Gesicht der Sonne zuwenden, das könnt ihr auch ab und zu brauchen, etwa auf einem Spaziergang, nicht wahr?», sagt die Gesprächsleiterin Franziska Raschle.

Vier Frauen nehmen am ovalen Sitzungstisch bei Pro Senectute Kanton Appenzell

Zuhören ist das Wichtigste: Zeitlupe-Redaktorin Esther Kippe (Mitte) mit zwei Frauen der Appenzeller Gesprächsgruppe.

Innerrhoden Platz. Ihre Männer leiden oder litten an der Alzheimerkrankheit. Normalerweise sind die Frauen zu fünft; eine von ihnen hat sich für heute abgemeldet. Der Partner einer anderen Teilnehmerin ist vor Kurzem gestorben. Doch Isabella Zeller nimmt weiterhin an den Treffen der Angehörigengruppe teil. Sie habe noch viel zu verkraften. Und die anderen Frauen schätzen ihr Dabeisein, weil sie etwas hinter sich habe, was ihnen noch bevorstehe: den endgültigen Abschied. Isabella Zeller will auch ihre Trauer verarbeiten.

«Alzheimer oder normal vergesslich?» Unter diesem Titel hatte der Kneipp-Verein im Frühling 2007 in Zusammenarbeit mit Pro Senectute in Appenzell eine Informationsveranstaltung durchgeführt. Gegen hundert Personen waren herbeigeströmt. Gleichzeitig beschlossen die Alzheimervereinigung St. Gallen/Appenzell und Pro Senectute gemeinsam, am Ort eine Gesprächsgruppe für Angehörige von Demenzkranken zu gründen.

Anita Walser, Sozialarbeiterin bei Pro Senectute Kanton Appenzell Innerrhoden, weiss aus ihrer Beratungstätigkeit, dass es zahlreiche Betroffene gibt in der Region. Doch erst fünf haben den Schritt in die Angehörigengruppe gewagt. «Hier kennt jeder jeden, das ist vielleicht eine Hemmschwelle», sagt Anita Walser, «viele haben das Gefühl, sie würden an ihrem Partner einen Verrat begehen, wenn sie mit anderen Menschen über seine Krankheit reden.» Zwei der Teilnehmerinnen der Gesprächsgruppe möchten auch nicht mit Namen genannt werden in der Zeitlupe.

«Wie ist es euch seit dem letzten Treffen gegangen?», fragt Franziska Raschle. «Äs hät böset», erzählt Frau B., ihr Partner fantasiere so viel, sie wisse nie, was stimme und was nicht. «Er sammelt Dinge und meint, er arbeite noch. Und er versorgt die Sachen im Haushalt am falschen Ort.» Manchmal sei sie traurig, weil sie so vieles allein bewältigen müsse. Die anderen Frauen nicken. Nacheinander berichten sie, was sie zurzeit am meisten plagt: die Überforderung im Alltag, wenn sich der Zustand des Patienten verschlechtert hat; die Schuldgefühle, wenn sie einmal nicht «nett genug» waren, ihren kranken Partner auch mal anfahren. Er leidet ja selber unter seiner Unzulänglichkeit. Eine Teilnehmerin quält sich mit der Frage, ob sie ihren Mann «schon» in ein Pflegeheim geben solle. Der Arzt habe ihr ans Herz gelegt, auch zu sich selber zu schauen.

Franziska Raschle, in der Langzeitpflege und Altersbetreuung tätig, ermutigt die Frauen, zu ihren Gefühlen zu stehen. «Man muss sich keine Vorwürfe machen, wenn man keine Kraft mehr hat.» Sie weiss, wovon sie spricht. Ihre eigene Mutter ist von der Alzheimerkrankheit betroffen. Und Franziska Raschle arbeitet seit einigen Jahren in einem Alters- und Pflegeheim und wird dort oft mit der Isolation und der Überlastung betreuender Angehöriger konfrontiert.

## Bücher zum Thema

→ In ihrem Tagebuch hielt Trudi Marzorati über Jahre den Verlauf der Alzheimerkrankheit ihres Mannes fest. Ihre Notizen vertraute sie später der Zeitlupe-Journalistin Usch Vollenwyder an. Schliesslich wurde daraus ein bewegendes Buch mit Hintergrundinformationen und Fachbeiträgen.

«Anna und Arthur», Alzheimer: Leben mit dem Abschied, Verlag Zeitlupe 2006. Bestelltalon Seite 79.

→ Ihr Mann war 55, sie 45, als bei ihm die Diagnose Alzheimer gestellt wurde. Ursula Biedermann richtete ihr Leben ganz auf ihren kranken Mann aus, neun Jahre lang bis zu seinem Tod. Eindrücklich und detailliert schildert sie in ihrem Erlebnisbericht die «Stufen des Abstiegs», aber auch die Mut machenden Zeichen gegenseitiger Zuneigung.

Ursula Biedermann: «Habi, Alzheimer und ich, ein Erlebnisbericht», 2005. Zu bestellen bei: Ursula Biedermann, Quellenweg 22, 8845 Studen SZ. Telefon 055 414 35 41.

→ Verschiedene Publikationen und Broschüren zum Thema «Demenz» sind erhältlich bei der Schweizerischen Alzheimervereinigung, Rue des Pêcheurs 8 E, 1400 Yverdon-les-Bains, Telefon 024 426 20 00, Mail info@alz.ch

**Gesprächsgruppen:** Möchten Sie sich einer Gesprächsgruppe für Angehörige von Demenzpatienten anschliessen? Erkundigen Sie sich bei der Pro-Senectute-Beratungsstelle Ihrer Region. Die Telefonnummern aller Beratungsstellen finden Sie auf dem Faltblatt vorne in diesem Heft.

«Es gab keinen Ort, wo sie sich mit anderen austauschen konnten.» Nur wer selber betroffen sei, könne sich vorstellen, wie der Alltag mit einem Alzheimerpatienten aussehe, bekräftigen die Frauen in der Gruppe.

Franziska Raschle achtet beim Gespräch darauf, dass alle zu Wort kommen, fragt nach, wenn etwas unklar ist. In einer Weiterbildung bei der Alzheimervereinigung hat sie sich das Rüstzeug für die Leitung der Angehörigengruppe geholt. Zweimal jährlich nimmt sie an den obligatorischen Praxisberatungen und an den von der Alzheimervereinigung angebotenen Weiterbildungstagungen teil. Ihr praktisches und theoretisches Wissen über die Krankheit, gekoppelt mit ihrer grossen Erfahrung, ermöglichen es ihr, auf die Alltagssituation der Frauen einzugehen und wenn nötig auf Fallstricke hinzuweisen. Etwa: «Geplante Unternehmungen wie Reisen oder Besuche dem Alzheimerpatienten nie zu lange im Voraus ankündigen. Wenn er kein Zeitgefühl mehr hat, wird er immer wieder fragen, wann es so weit sei.»

Die Teilnehmerinnen der Gesprächsgruppe wissen, dass sie einander keine Ratschläge geben können. Die grosse Vergesslichkeit, die Veränderung der Persönlichkeit äussert sich bei jedem Patienten individuell, abhängig von seinem Temperament, seiner Lebensgeschichte und seiner Umgebung. Jede der Frauen sucht auf ihre Weise einen Weg, den Partner so lange wie möglich daheim betreuen zu können. Und sie spürt, dass sie sich dabei auf einem Grat zwischen der fortschreitenden Krankheit des Partners und dem eigenen Älterwerden bewegt.

«Das Buch «Anna und Arthur» von der Zeitlupe ist meine Bibel», meint Teilnehmerin Ingrid Wernli, «vor allem der zweite Teil.» Dort, wo verschiedene Fachleute über Pflege- und Kommunikationsstrategien schreiben, findet sie wertvolle Anregungen für den Umgang mit ihrem Mann.

In der Gruppe offen über die Krankheit, den Partner und über die eigenen Gefühle sprechen zu dürfen, das erleichtert und mündet immer wieder auch in ein befreiendes Lachen. «Wir geben einander Halt», bringt es eine Gesprächsteilnehmerin am Schluss des Treffens auf den Punkt, «man fühlt sich aufgehoben und ist nicht allein.»