In einer Gesprächsgruppe tanken Angehörige Kraft und tauschen ihre Sorgen aus

Autor(en): **Lanzicher, Christa / Häberlin, Margreth**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Schauplatz Spitex : Zeitschrift der kantonalen Spitex Verbände Zürich, Aargau, Glarus, Graubünden, Luzern, Schaffhausen, St. Gallen, Thurgau**

Band (Jahr): **- (2003)**

Heft 4

PDF erstellt am: **31.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-822688

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

In einer Gesprächsgruppe tanken Angehörige Kraft und tauschen ihre Sorgen aus

(CL) Die Pflege und Betreuung von kranken Menschen durch Angehörige ist eine Aufgabe, die im Verborgenen oft grosse Ansprüche stellt. Margreth Häberlin, Pflegende in der Spitex Kreuzlingen, begleitet seit fünf Jahren eine Gesprächsgruppe für Angehörige.

Wie ist die Gesprächsgruppe für pflegende und betreuende Angehörige entstanden?

An der Entstehung vor 12 Jahren waren drei Frauen aus verschiedenen Institutionen beteiligt. Es ging z. B. um Fragen: Wie kann man pflegende Angehörige unterstützen? Wer schätzt überhaupt diese grosse Aufgabe und nimmt sie wahr? Die erste Gruppe hiess ‹Begleiten›. Ich nahm zuerst an den Gruppengesprächen teil und stieg später in die Leitung ein.

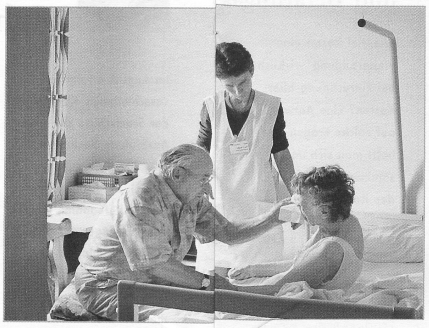
Welche Ziele verfolgen Sie in der Gruppe?

Zunächst können betreuende Angehörige in einem diskreten Umfeld miteinander Sorgen, Nöte und Freude austauschen. Sie tanken Kräfte, kommen einen Moment zu sich. Manchmal werden sie auch Ärger los. Im Gespräch gibt es Informationen über Amts- und Beratungsstellen sowie weitere Unterstützungsmöglichkeiten. Meine Erfahrungen zeigen, dass im Voraus bestimmte Themen nicht so gefragt sind. Die Angehörigen wollen über das sprechen, was sie gerade beschäftigt. Oft stehen sie unter grosser psychischer Belastung. Das Mitteilen entlastet und ermutigt, es gibt Gelegenheit, sich mit der eigenen Lebenssituation auseinander zu setzen. Manchmal entstehen auch Unsicherheiten zum eigenen Verhalten, weil in der Gruppe andere Lösungsmöglichkeiten aufgezeigt werden.

Wie häufig trifft sich die Gruppe und wer nimmt teil?

Wir treffen uns einmal monatlich an einem Nachmittag. Ich kann die Begleitung während meiner Arbeitszeit machen, obwohl nicht alle Teilnehmerinnen zur Spitex-Kundschaft gehören. Im Moment machen bis zu sechs Personen in der Gruppe mit. Die Zusammensetzung verändert sich aufgrund der persönlichen Umstände immer wieder, zum Beispiel wenn betreute Personen in ein Heim kommen oder sterben. In unsere Gruppe kommen vorab Ehefrauen und Töchter. Im Moment beteiligt sich auch ein betreuender Sohn. Es sind hauptsächlich Angehörige von Menschen mit Schlaganfällen, Demenz und Alzheimer oder von Menschen mit einem schwierigen Krankheitsprozess. Werbung für die Gruppe machen wir über unsere Spitex-Arbeit, die Alzheimervereinigung und die Memory-Klinik Münsterlingen. Wir haben ein offenes Ohr und schauen, wen wir einladen könnten.

Neue Teilnehmerinnen und Teilnehmer zu finden ist jedoch schwierig, obwohl das Angebot unentgeltlich ist. Es braucht Mut, in eine Gruppe zu gehen. Vor allem ältere Menschen sind sich nicht gewöhnt, sich in einer Gruppe auszutauschen. Und oft ist auch ihr Alltag zu belastet. Es ist nicht einfach, sich einzugestehen, dass man nicht mehr weiter weiss und am Ende seiner Kräfte ist. Man will stark und nicht schwach sein. Wenn sich Angehörige dann öffnen, ist es immer wieder ergreifend zu hören, was sie erleben.



Pflegende Angehörige wollen stark und nicht schwach sein.

Was sind wichtige Themen in der Gruppe?

Ganz zentral ist das Thema Abschied. Die Beziehung zum kranken Partner verändert sich. Der Charakter ändert sich, der Austausch wird schwieriger. Der ganze Lebensbereich des Betreuenden wird eingeengt. Es ist ein ständiges Abschiednehmen, weil die körperlichen und oft auch die geistigen Kräfte der kranken Menschen nachlassen. Es gibt aber auch Positives, zum Beispiel wenn wir überlegen, was Kraft gibt. Gerade beim Einstieg achte ich auf ein freudiges und entlastendes Moment. Weitere Probleme, die angeschnitten werden, sind die eigenen Aggressionen, die oft mangelhafte oder ausbleibende Hilfe von Geschwistern, die Isolation, das Essen, Medikamente, Enthemmungen der Kranken.

Sehen Sie Entwicklungsmöglichkeiten in der Gruppe?

Die Gruppe lebt, wie gesagt, vor allem von den Erfahrungen der Mitglieder. Das Mitteilen eröffnet Möglichkeiten zur Veränderung. Es sind aber oft langsame Prozesse und schmerzhafte Wege.

Was sind die Voraussetzungen, um eine solche Gruppe zu leiten?

Es muss eine Sensibilisierung für die Anliegen der Angehörigen vorhanden sein. Dazu gehört, sich mittels Lektüre über pflegende Angehörige zu informieren. Wichtig ist der Austausch mit Verantwortlichen anderer solcher Gruppen, wie wir das im Kanton Thurgau machen. Nötig ist Weiterbildung, beispielsweise in Gesprächsführung. Zusammen mit Leiterinnen von Alzheimergruppen konnte ich eine Supervision besuchen. Jetzt treffen wir uns zur Intervision. Im übrigen bietet die Alzheimervereinigung künftig Ausbildungen für Gruppenleiterinnen an. Abschliessend möchte ich festhalten, dass ich die Gruppe gerne leite. Die Schicksale beeindrucken mich sehr. Ich habe mit der Erfahrung aber gelernt, der Gruppe Verantwortung abzugeben und nicht alles bei mir zu behalten. ❑

Zur Person

Margreth Häberlin ist gelernte Krankenschwester und Hebamme. Nach der Familienpause arbeitete sie zuerst in einem Altersheim und ist nun seit 12 Jahren in der Spitex Kreuzlingen.

Literaturtipps

- *Unter einem Dach, Zusammenleben mit pflegebedürftigen Eltern. Erfahrungsberichte. Christel Bender, Verlag Kösel.*
- *Die Pflegenden pflegen, eine Arbeitshilfe. Astrid Hedtke-Bender, Verlag Lambertus.*
- *Pflegen zu Hause, zweimonatlich erscheinende Zeitschrift für pflegende Angehörige.*

So liegen Sie richtig.

Komfort für Patienten und Pflegepersonal.

Praxisbewährte Produkte
Als langjährige offizielle Mietstelle von AHV, IV, EL und Krankenkassen wissen wir, worauf es ankommt: Auf praxisbewährte Produkte mit höchstem Pflegekomfort. Produkte, die mit Ihrer Ästhetik in die private Wohnwelt passen.

Kompetente Beratung
Unsere Produkte können Sie mieten, kaufen oder aus der Miete kaufen. Wir beraten Sie gerne – und übernehmen auch sämtliche Kostenabklärungen mit AHV, IV, EL oder Krankenkasse.

Umfassende Dienstleistungen
- Prompter Hauslieferdienst innert Tagesfrist
- Fertige Montage und detaillierte Einführung
- Fachgerechte Demontage der bisherigen Bettvorrichtung
- Zuverlässiger Service durch unser geschultes Personal

Heimelig Pflegebetten
Gutenbergstrasse 4
8280 Kreuzlingen
Telefon 071 672 70 80
Fax 071 672 70 73
Notfall-Nr. 079 600 74 40
www.heimelig.ch

heimelig betten
PFLEGE • KOMFORT

Abonnieren Sie den Schauplatz Spitex

SPITEX Pflege und Pflege zu Hause

Zeitschrift der kantonalen Spitex-Verbände Zürich, Aargau, Glarus, Graubünden, Luzern, Schaffhausen, St.Gallen, Thurgau

Der Schauplatz Spitex informiert Sie über Pflege, Berufsalltag, Aufgaben und Tätigkeiten der Spitex.

❑ Ich bestelle ein Jahres-Abonnement (6 Ausg.) für Fr. 50.–
❑ Ich möchte den Schauplatz Spitex kennenlernen und bestelle 3 Ausgaben zum Sonderpreis von Fr. 20.–
❑ Ich bin Mitglied und bestelle ein Zusatzabonnement für Fr. 30.–

Organisation _____
Name _____
Vorname _____
Adresse _____
PLZ/Ort _____
Telefon _____

Einsenden an:
Spitex Verband Kanton Zürich, Zypressenstrasse 76, 8004 Zürich, PC 80-17130-2, Telefon 01 291 54 50, Fax 01 291 54 59, E-Mail info@spitexzb.ch

Impressum Schauplatz Spitex

Zeitschrift der kantonalen Spitex Verbände Zürich, Aargau, Glarus, Graubünden, Luzern, Schaffhausen, St.Gallen, Thurgau

Herausgeber:
Spitex Verband Kanton Zürich, Zypressenstrasse 76, 8004 Zürich, PC 80-17130-2, Telefon 01 291 54 50, Fax 01 291 54 59, E-Mail info@spitexzb.ch

Erscheinungsweise:
Februar, April, Juni, August, Oktober, Dezember

Auflage: *2300 Ex.*

Abonnement:
Für Mitglieder gratis. Zusatzabonnement Fr. 30.–, Abonnement für Nichtmitglieder Fr. 50.–.

Redaktion:
Katbrin Spring (ks); Annemarie Fischer (FI), Zürich; Markus Schwager (SC), Zürich; Fritz Baumgartner (FB), Aargau; Susanne Cecio-Rhyner (CE), Glarus; Heidi Burkhard (HB), Luzern; Franz Fischer (ff), Schaffhausen; Helen Jäger (Jä), St. Gallen; Christa Lanzicher (CL), Thurgau; Tino Morell (Mo), Graubünden; Assistenz: Ruth Hauenstein

Versand:
Behindertenwerkstätte Züriwerk, Limmatstrasse 210, 8005 Zürich

Layout:
Kontext, Lilian Meier, Steinberggasse 54, 8400 Winterthur

Druck:
Kürzi Druck AG, Werner-Kälin-Strasse 11, Postfach 261, 8840 Einsiedeln

Redaktions- und Inseratescbluss für die Ausgabe Nr. 5-2003: 17. September 2003. *Wir bitten Sie, uns sämtliche Unterlagen bis zu diesem Datum zuzustellen.*

Verwendung der Artikel nur mit ausdrücklicher Genehmigung der Redaktion gestattet.