

<b>Zeitschrift:</b>	Fachzeitschrift Heim
<b>Herausgeber:</b>	Heimverband Schweiz
<b>Band:</b>	68 (1997)
<b>Heft:</b>	2
<b>Artikel:</b>	Wann waren Sie zum ersten Mal tanzen? : Biografiearbeit bei der Betreuung alter Menschen
<b>Autor:</b>	Engeli, Annemarie
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-812297">https://doi.org/10.5169/seals-812297</a>

### 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:** 15.01.2026

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

Wann waren Sie zum ersten Mal tanzen?

# BIOGRAFIEARBEIT BEI DER BETREUUNG ALTER MENSCHEN

Von Dr. Annemarie Engel

**Im Alter bestimmen längst zurückliegende Erlebnisse immer vordergründiger das Gedächtnis. Erinnern an die frühe Kindheit fällt leichter als Erinnern an spätere Zeiten und vor allem auch an kurz zuvor Erlebtes.**

Wir alle haben unsere Biografie. Je nach Lebensalter ist sie kürzer oder länger, je nach Lebenssituationen ist sie farbiger oder grauer, je nach Lebensstil werden die positiven oder die negativen Aspekte des Lebens betont. Das heisst, unsere Biografie erhält Nahrung aus unterschiedlichsten Quellen: Objektivierbare Anteile, die subjektiv verarbeitet werden und wurden. An unseren biografischen Erinnerungen sind kognitive und emotionale Seiten beteiligt. Fast jeder Mensch erzählt gerne von früheren Ereignissen aus seinem Leben, von schwierigeren Zeiten, die er erfolgreich bewältigt hat und auf dessen Bewältigung er stolz ist, von schönen Zeiten, an die er gerne zurückdenkt, aber auch von traurigen Zeiten, über die er auch heute noch Tränen vergießen kann.

Beim Älterwerden verschieben sich im Gedächtnis die Phasen Vergangenheit – Gegenwart – Zukunft vornehmlich in Richtung Vergangenheit. Aktuelles wird zunehmend unwichtiger und kann oft auch nicht mehr festgehalten werden. Ein Mangel an Gestaltungsmöglichkeiten in der Gegenwart verstärkt diese Tendenz. Die Vergangenheit, die im Gedächtnis noch voll präsent ist, dringt mehr und mehr in die gegenwärtige Situation. Aktuelle Ereignisse werden an Erlebnissen aus der Vergangenheit gemessen. Früher waren die Kartoffeln besser und grösser und das Essen besser. Vergangenes wird oft verklärt wiedergegeben. Schmerzen, Peinlichkeiten, Verletzungen und Ängste können ins Unbewusste verdrängt werden. Übrig bleiben positive Erinnerungen. Manchmal werden diese als Mittel eingesetzt, um aktuelles Unbehagen in Worte zu kleiden, weil dessen Gründe nicht mehr verstanden werden. Es ist ein Charakteristikum des Alters, wenn längst zurückliegende Erlebnisse immer vordergründiger das Gedächtnis bestimmen. Erinnern an die frühe Kindheit fällt leichter als Erinnern an spätere Zeiten und vor allem auch an kurz zuvor Erlebtes.

Diese natürliche Entwicklung hilft, einen Lebensweg versöhnlich abzurunden. Mit dem Näherkommen der Vergangenheit beginnt sich der Lebenskreis zu schliessen. Nochmaliges Erinnern an schöne Zeiten, ein nochmaliges Stolzsein auf die Bewältigung schwieriger Lebenssituationen bilden eine neue Basis, fehlende Gestaltungsmöglichkeiten in der Gegenwart zu kompensieren sowie unverarbeiteten Problemen und unerfüllten Wünschen versöhnlich gegenüberzutreten – eine angemessene Vorbereitung auf die letzte Phase des Lebensweges.

In diesen Prozess helfend und unterstützend einzugreifen ist eine Aufgabe, die viel Fingerspitzengefühl, Wohlwollen und Geduld erfordert. Anteilnehmen-Können an einem fremden Leben ist ein Geschenk, und entsprechend muss ich als Betreuerin auch damit umgehen. Ein Geschenk gebe ich nicht weiter, hänge es nicht öffentlich an die Tür, hausiere nicht bei anderen. Schliesslich habe ich es auch zu akzeptieren, wenn ein alter Mensch mir dieses Geschenk nicht geben will – aus welchen Gründen auch immer.

Allerdings sind die meisten älteren Menschen gerne bereit, andere an ihrem Leben teilnehmen zu lassen. Es ist meine Aufgabe als Betreuerin, damit achtsam umzugehen und zu schauen, dass das zugleich geschenkte Vertrauen nicht missbraucht wird.

## Wie kann Biografiearbeit helfen?

«Wissen Sie noch, welches Kleid Sie beim ersten Tanzanlass getragen haben?» Diese Frage in einer Runde von betagten Menschen gestellt, löst ein lebhaftes Gespräch aus. Wann war ich zum ersten Mal tanzen? Wer war mein Tanzpartner? Was hatte ich getragen? Was war überhaupt Mode in jener Zeit? Konnten wir uns in unserer Familie überhaupt nach der Mode kleiden? Was hat meine Tochter bei ihrer ersten

Tanzstunde getragen? Weiss ich noch, wer ihr Verehrer war?

Im Nu ist die Zeit vorüber, und die wenigsten Teilnehmer werden bemerkt haben, dass sie in dieser anregenden Stunde ihr Gedächtnis gestärkt haben. Sie haben versucht, sich zu erinnern, sie haben Verbindungen zu andern Themen und Zeiten hergestellt, sie haben assoziiert, verglichen, und vor allem haben sie sich auch amüsiert.

## Ein Kurs des Heimverbands Schweiz

### Die Bedeutung der Biografie in der Altersbetreuung

Betagte Menschen haben eine von vielen Ereignissen geprägte Lebenszeit hinter sich. Schöne Zeiten, von denen sie gerne berichten, aber auch schwierige und entbehrungsreiche Phasen, die sie oft heute noch beschäftigen. Alle diese Erlebnisse haben ihr Leben, ihre Ansichten darüber und ihre heutigen Verhaltensweisen entscheidend mitgeprägt.

Auch wir haben eine Biografie – wenn auch noch nicht über eine längere Zeit. Das Verständnis für andere erwächst nicht selten aus deren Biografie, es kann uns den Umgang mit ihnen bedeutend erleichtern.

Anhand von praktischen Beispielen aus dem Betreuungsalltag entwickeln wir Strategien, wie wir zielgerichtet den Dialog mit den betagten Menschen nutzen können, ihre Betreuung zu unterstützen.

Wir wollen in diesem Seminar vertieft über Lebensgeschichten nachdenken und so unsere Sensibilität für andere Menschen und uns selbst erhöhen.

Datum/Ort:  
Mittwoch, 9. April 1997,  
09.30 bis 16.30 Uhr,  
Altersheim Sonnenhof,  
Haldenstrasse 18, 9500 Wil SG

## WEITERBILDUNG

Solche und ähnliche eher allgemeine Sachthemen bilden eine unerschöpfliche Quelle für Gesprächsstoff in Gruppen, aber auch für das Gespräch zu zweit. Bei so gewählten Themen ist die Gefahr nicht so gross, dem betagten Menschen zu nahe zu treten, und vor allem bekomme ich als zumeist viel jüngere Betreuerin Einblick in das Denken, Fühlen und Leben dieser Menschen in ihrer Jugend. Vielleicht verstehe ich dann besser, weshalb Frau Huber so sparsam ist und Angst hat, dass man sie bestiehlt – hat doch das Geld oft nicht für das Nötigste gereicht und ihre Mutter musste jeden Rappen zweimal umdrehen. Vielleicht kann ich dann nachempfinden, weshalb Frau Meier so ungern unter die Dusche geht – hatte sie doch sehr lange nur den Brunnen vor dem Haus, und die Dusche ist ihr heute noch etwas unheimlich. Vielleicht wird mir dann klarer, weshalb sich Herr Schuler in einem Heim eingeschlossen fühlt – hatte er doch als Senn oder Knecht mehr als die Hälfte seines Lebens im Freien verbracht. So verstandene Biografiearbeit kann für die pflegende und betreuende Person ein wichtiges Hilfsmittel sein.

Prägend für unsere Lebenseinstellungen und für unseren Lebensstil sind nicht nur diese mehr allgemein in den

jeweiligen Zeitepochen gültigen Normen und Bräuche. Ganz individuell wurde unser Leben auch geprägt von unserer Familie, von der Stellung, die sie in der Dorfgemeinschaft hatte, aber auch von unserer individuellen Rolle innerhalb unserer Familie. Viele persönliche Erlebnisse, Einzelheiten und Schicksalsschläge haben mein Leben mitbestimmt und meine Persönlichkeit geprägt. Indem ich am Gespräch von allgemeinen Themen ausgehe, überlasse ich es meinem Gegenüber, inwieweit er auch in seine spezielle Geschichte eintauchen und inwieweit er sie mir anvertrauen will.

Was aber, wenn der mir anvertraute alte Mensch nicht mehr in der Lage ist, mir aus seinem Leben für die heutige Betreuung Wichtiges anzuvertrauen? Mit der nötigen Vorsicht kann es gelingen, in Gesprächen mit Angehörigen wie Partnern, Geschwistern und Kindern nützliche Informationen zu erhalten. Allerdings ist hier grösste Vorsicht geboten. Denn was für den Partner und die Geschwister richtig und wichtig war, musste so für den mir anvertrauten Menschen gar nicht gelten. Gleiche Erlebnisse werden von verschiedenen Personen sehr gut unterschiedlich wahrgenommen. Es gibt keine objektiven Erfahrungen: Ereignisse werden vom In-

dividuum verarbeitet, umgeformt und für seine Persönlichkeit zurechtgezimmert. Dieser Prozess bestimmt für ihn die Realität, ungeachtet dessen, was «objektive» Beobachter davon halten. Annäherung an einen Menschen ist nur möglich, wenn ich mich an seiner subjektiven Erlebnisweise orientiere. Dies gilt selbstverständlich auch und ganz besonders für den betagten Menschen. «Wahrheitssucher» sind hier nicht gefragt.

Biografiearbeit ist ein gutes und wichtiges Hilfsmittel im adäquaten Umgang mit betagten Menschen, aber nur, wenn es sorgfältig und umsichtig angewendet wird. Dieses Hilfsmittel ist allerdings nur soviel wert, wenn es die Fähigkeit und Integrität des Menschen, der es anwendet, erlauben. Achtung vor dem menschlichen Leben, echte Anteilnahme am Leben des mir Anvertrauten und Gleichwertigkeit in der zwischenmenschlichen Beziehung sind unabdingbare Voraussetzungen, um mit dem Instrument Biografiearbeit gut umzugehen. So angewendet kann es viel bewirken: dem betagten Menschen Sinn und Erfüllung vermitteln, dem Betreuer im angemessenen Umgang helfen und zwischen den Beteiligten ein Band bilden: das Band von der Vergangenheit in die Gegenwart und von ihr aus auch weiter in die Zukunft. ■

## EINMAL SÜCHTIG – IMMER SÜCHTIG?

**Neue Studie der SFA lässt Hoffnung für Selbstheilungen**

Wer süchtig ist, bleibt es sein Leben lang, glaubt der Volksmund zu wissen. Ohne professionelle Hilfe kommt da niemand raus, zählt ebenfalls zum Standardwissen. Eine Studie der Schweizerischen Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme (SFA) belegt nun das Gegenteil: Es gibt Selbst- oder Spontanheilungen, die gar über längere Zeiträume andauern können.

**Selbstheilungen, gibt's die?**

Nur wenige glauben, dass Alkoholiker und Drogenabhängige ihre Lebenssituation ohne aufwendige professionelle Hilfe verbessern oder gar aus ihrer Sucht aussteigen können. Heroinabhängige werden oft gleich verloren gegeben, und bei den legalen Drogen Alkohol, Medikamente und Tabak geht die häufige Verharmlosung des Eigenkonsums einher mit einer Anprangerung der «wirklich Abhängigen», die ihrem Suchtverhalten angeblich ausge-

liefert sind. Die Annahme von Spontanheilungen steht deutlich im Gegensatz zur Auffassung von Abhängigkeit als einer unaufhaltsam fortschreitenden Krankheit, die – wenn überhaupt – nur mit professioneller Hilfe überwunden werden kann. «Süchtige» sind passive, hilfesuchende Kranke.

An der Schweizerischen Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme (SFA) wurde nun eine Studie mit Selbstheilern abgeschlossen, welche die Erfolge von Spontanheilungen bei Alkohol- und Heroinabhängigen über einen Zeitraum von 6 Jahren untersucht hat.

**Weniger Ausrutscher und Rückfälle bei Heroinabhängigen**

Im Jahre 1990 konnten im Rahmen des «Selbstheiler»-Projekts insgesamt 60 Personen gefunden werden, die ohne professionelle Hilfe ihre Suchtprobleme in den Griff bekommen hatten. Die Befragung sechs Jahre später zeigte,

dass es bei 37 Prozent der untersuchten Alkoholabhängigen zu Ausrutschern (vereinzeltes Konsumereignis) oder zu Rückfällen (häufiger Konsum auf ursprünglichem Niveau) gekommen war. Bei den ehemaligen Heroinabhängigen waren lediglich 20 Prozent nicht mehr «clean», das heißt vier von fünf Selbstheilern konnten sich dauerhaft von der Heroinsucht befreien.

Sicher sind Selbstheilungen die grosse Ausnahme. Sich am eigenen Schopf aus dem Sumpf der Abhängigkeit zu ziehen, ist kein Kinderspiel, dennoch ist es möglich. Die Ergebnisse der SFA-Studie geben zumindest Hoffnung, dass selbstgefasste Ausstiegsschlüsse nicht nur kurzfristig, sondern auch dauerhaft erfolgreich sein können.

**Quelle:** Entwicklung und Veränderung der Lebensläufe von Alkohol- und Heroinselftheilern – Erste Ergebnisse. Lausanne 1996. Dr. Harald Klingemann. Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme (SFA).