

**Zeitschrift:** Fachzeitschrift Heim  
**Herausgeber:** Heimverband Schweiz  
**Band:** 72 (2001)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Die Bewohner erinnern sich - irgendwie  
**Autor:** Ritter, Adrian  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-812791>

#### 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:** 13.01.2026

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

# DIE BEWOHNER ERINNERN SICH – IRGENDWIE

Von Adrian Ritter

**Fühlen sich betagte demente Menschen besser, wenn sie regelmässig Besuch bekommen? Im Rahmen einer Lizentiatsarbeit wurden im Krankenhaus Käferberg in Zürich die Besuche von freiwilligen Helfern auf ihre Wirkungen untersucht.**

Die Fragestellung mag trivial erscheinen. Natürlich sind Sozialkontakte positiv, ist man geneigt zu sagen. Gilt das aber auch bei dementen Menschen? Kerstin Albrecht und Sandra Oppikofer halten in ihrer Lizentiatsarbeit einleitend fest, dass pflegende Angehörige und Pflegepersonal sich bisweilen unsicher seien, ob ihre Unterstützung positiv gewertet wird: «Der demente Patient vergisst oft nach kurzer Zeit, dass er Besuch hatte und kann sich unmittelbar nachher bitter beklagen, wie einsam und verlassen er sei.»

Wie lässt sich unter solchen Umständen feststellen, ob der Besuch einen positiven oder negativen Effekt auf das

Wohlbefinden der Demenzpatienten ausübt?

## Zehn Wochen lang Besuch

Albrecht und Oppikofer suchten im Rahmen ihrer Arbeit nach Antworten<sup>1</sup>. Gefunden haben sie diese im Krankenhaus Käferberg in Zürich. Dort wohnen 213 Bewohnerinnen und Bewohner – 80% von ihnen leiden an einer Demenz. Die beiden Psychologinnen wählten Anfang 2000 46 Bewohner aus: Personen, die bisher wenig oder gar keine Besuche erhalten hatten<sup>2</sup>. Die Hälfte dieser Bewohner sollte während zehn Wochen Besuch von freiwilligen Helfern bekom-



Besuche von freiwilligen Helfern steigern das Wohlbefinden von dementen Heimbewohnenden: dies wurde im Krankenhaus Käferberg (Zürich) jetzt auch wissenschaftlich nachgewiesen.

## Freiwilligenarbeit mit dementen Menschen

Das Krankenhaus Käferberg hatte bereits vor der Untersuchung rund 25 freiwillige Helfer. Für die Studie wurden 22 zusätzliche Freiwillige gesucht. Die Rekrutierung erfolgte unter anderem durch Inserate und Artikel in Lokalzeitungen sowie Vorträge an der Seniorenuniversität. Die freiwilligen Helfer (19 Frauen/ 3 Männer) besuchten ein halbtägiges Einführungsseminar. Dort wurden Grundregeln im Umgang mit dementen Menschen vermittelt. Alle drei Wochen fand zudem ein Helfertreffen statt.

Die Bewohnten waren im Bezug einer Terminkarte. Dort wurde neben dem Foto des freiwilligen Helfers das Datum des nächsten Besuchs notiert.

Die Freiwilligen mussten sich bereit erklären, die Besuche nach der Untersuchung fortzusetzen. Aufgrund der Ergebnisse der Studie wollen das Krankenhaus Käferberg und das Amt für Krankenheime der Stadt Zürich das Besuchskonzept weiterführen beziehungsweise in allen Stadtzürcher Heimen einführen.

### Kontakt:

- Krankenhaus Käferberg, Emil-Klöti-Str. 25, 8037 Zürich, Tel. 01/447 65 55 (E-Mail des Heimleiters: Rene.Zaugg@akh.stzh.ch)
- Amt für Krankenheime der Stadt Zürich, Walchestrasse 31, Postfach, 8035 Zürich (Tel. 01/ 216 44 69)

men. Die andere Hälfte erhielt als Vergleichsgruppe keine zusätzlichen Besuche. Aus einem Vergleich der beiden Gruppen sollte auf die Wirkung der Besuche geschlossen werden.

<sup>1</sup> Die Lizentiatsarbeit wurde in Zusammenarbeit mit dem Zentrum für Gerontologie der Universität Zürich und dem Städtärztlichen Dienst der Stadt Zürich durchgeführt.

<sup>2</sup> In der Untersuchung wurden Personen mit leichter bis mittelschwerer Demenz berücksichtigt, da bei sehr schweren Fällen «keine sichtbaren Veränderungen mehr zu erwarten sind und eine Befragung (...) überaus schwierig wäre». Ebenfalls von der Untersuchung ausgeschlossen wurden aggressive oder psychotische Patienten.

## Besuche wirken sogar auf die kognitiven Fähigkeiten

Dazu befragten die Forscherinnen vor und nach der Besuchsphase das Pflegepersonal und die Bewohnenden. Dabei interessierte der Gesundheitszustand

**“ Demente spüren sehr wohl, ob ein Besuch wohltuend ist oder nicht. ”**

und das Wohlbefinden der Bewohner aus subjektiver Sicht und aus der Sicht des Pflegepersonals.

Resultat: Die Besuche der Freiwilligen zeigten keine Wirkung auf das *physische* Wohlbefinden, hatten aber einen starken positiven Einfluss auf das *psychische* Wohlbefinden. Der Einfluss der Besuche ist zwar nicht so stark, dass der Verlauf einer Demenz dadurch gestoppt werden könnte. Allerdings weisen die Ergebnisse darauf hin, dass der geistige Abbau sich weniger auf die kognitive Leistungsfähigkeit auswirkt, wenn man Besuch bekommt. Ein Ergebnis, das Albrecht und Oppikofer nicht erwartet hatten und ihrer Ansicht nach durch weitere Forschung erhärtet werden sollte.

## Mehr Wahrnehmung als angenommen

Dass trotz Vergesslichkeit, Wahrnehmungsproblemen, Depressivität und Stimmungsschwankungen von dementen Menschen ein Effekt gefunden werden konnte, ist gemäss den Autorinnen ein «überaus wichtiger Befund und von grosser praktischer Relevanz». Unerwartet und eindrücklich war für sie auch die Erkenntnis, dass die dementen Heimbewohner die Besuche «wirklich zu registrieren und sich in irgendeiner Form daran zu erinnern schienen».

Eine weitere Erfahrung war, dass die Bewohnenden oft besser als allgemein angenommen persönliche Gefühle und Emotionen ausdrücken konnten: «Demente spüren sehr wohl noch, wie ein Besuch auf sie wirkt, ob er für sie wohltuend ist oder nicht, und reagieren oft auch dementsprechend.»

## Auch die Freiwilligen profitieren

Positiv wirkten sich die Besuche auch auf die freiwilligen Helfer aus: auch deren Wohlbefinden stieg durch die Besuche. Allerdings gilt es für ein gutes Gelingen

des Einsatzes von Freiwilligen auch einiges zu beachten. Die Information über das Krankheitsbild und die daraus entstehenden Probleme ist beispielsweise wichtig. Eine regelmässige Betreuung oder ein Erfahrungsaustausch scheinen zudem sowohl für Helfer als auch für Angehörige «eine der wichtigsten Grundlagen für eine Betreuung von dementen Menschen» zu sein.

Freiwilligenarbeit zeichnet sich durch ein weiteres Merkmal aus, das gemäss den Autorinnen eine Erleichterung im Kontakt zu den Bewohnenden darstellen kann: Die freiwilligen Helfer können im Gegensatz zu den Angehörigen ohne emotionale Verstrickungen und Erinnerungen an die frühere Persönlichkeit der

Bewohner an die Besuche herangehen. Es falle den Freiwilligen dadurch leichter, keine unrealistischen Erwartungen zu haben.

## Literaturangabe:

Albrecht, Kerstin / Oppikofer, Sandra: Die Käferberg-Besucher-Studie. Wohlbefinden und soziale Unterstützung bei dementen Heimbewohnern und Heimbewohnerinnen, Psychologisches Institut, Universität Zürich, 2000

Die Studie kann zum Preis von 50 Franken bezogen werden bei:  
Sandra Oppikofer, Hegarstrasse 18, 8032 Zürich,  
(Tel. 01/383 71 01;  
E-Mail: Sandra.Oppikofer@swissonline.ch) ■

## STRESS WIRD DURCH ALKOHOL LANGFRISTIG VERSTÄRKT

**Neue Untersuchungen belegen, dass Alkohol keine Lösung für stressgeplagte Menschen ist. Zwar wird die Wahrnehmung von Stress durch den Konsum von Alkohol gesenkt. Dies geschieht aber hauptsächlich durch die Unterbrechung des Informationsprozesses im Gehirn. Stress wird somit gar nicht mehr wahrgenommen. An der stressauslösenden Situation verändert sich jedoch nichts, und die betroffene Person sieht sich bald wieder mit derselben, für sie belastenden Situation konfrontiert.**

Eine immer hektischer werdende Arbeitswelt, überfüllte Verkehrsmittel und Strassen, Lärm oder übermässiger Leistungsdruck können Stress verursachen. Auch Kinder können für Eltern manchmal eine grosse Stressquelle sein. Stress äussert sich je nach Person in Angst, Spannung oder Nervosität. Um diesen unangenehmen Symptomen zu entgehen, wird zur «Entspannung» gerne ein Glas Alkohol getrunken. Dabei wird aber lediglich der Informationsprozess im Gehirn unterbrochen. Die Arbeit ist immer noch dieselbe, und auch die schreienden, quängelnden Kinder haben sich nicht in stillen «Musternachwuchs» verwandelt.

Gefährlich an dieser Situation ist, dass sich die Stress-Alkohol-Spirale unmerklich immer weiter drehen kann. Schnell kommt es dann zu dem Punkt, wo der Alkohol die Integration in die Gesellschaft gefährdet. Die Kollegin wird als unkonzentriert und «komisch», der Mitarbeiter als langsam und schwerfällig empfunden. Die Freizeit, die eigentlich Freiraum zur Entspannung sein soll, wird passiv und lustlos verbracht. Der zur Stressbewältigung eingesetzte Alkohol führt bald zu neuen Stresssituationen.

## Ursachen bekämpfen

Sinnvoller ist es zu erkennen, welche Situationen Stress verursachen. Oft ist der Gedanke an Unangenehmes schwierig. Sind Stressauslöser aber einmal klar erfasst, gibt das die Möglichkeit, etwas dagegen zu tun. Die Arbeitsumwelt und die Familie kann so in Lösungsmöglichkeiten einbezogen werden, und Stresssituationen können vermieden oder reduziert werden. Überall angebotene Entspannungsübungen wie beispielsweise autogenes Training bringen Entspannung ohne Nebenwirkungen.

Weitere Informationen zum Umgang mit Alkohol gibt die Broschüre «Alkohol – wie viel ist zu viel?». Sie kann mit einem frankierten Rückantwortcouvert bezogen werden bei: Alkoholprogramm «Alles im Griff?», BAG/EAV/SFA, Postfach, 3024 Bern. Für einen Erfahrungsaustausch steht der Stammtisch von [www.alles-im-griff.ch](http://www.alles-im-griff.ch) zur Verfügung.