

**Zeitschrift:** Infokara : Fachzeitschrift der Schweizerischen Gesellschaft für palliative Medizin, Pflege und Begleitung

**Herausgeber:** Schweizerische Gesellschaft für palliative Medizin, Pflege und Begleitung

**Band:** 2 (1997)

**Heft:** 1

  

**Artikel:** Angehörigen-Gruppe : ein Erfahrungsbericht

**Autor:** Ursprung, Regula

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1091607>

### **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:** 24.04.2026

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

### Wohin mit der Not?

Als Musiktherapeutin ist es u.a. meine Aufgabe, Patientinnen und Patienten mit lebensbedrohlichen Krankheiten, teilweise in palliativer Behandlungssituation, in ihrem Prozess der Krankheitsverarbeitung, speziell in Krisenzeiten zu unterstützen. Dabei nehme ich immer wieder wahr, wie Patientinnen und Patienten umfassend begleitet werden, während ihre Angehörigen in der anforderungsreichen Zeit weitgehend alleingelassen und entsprechend überfordert sind.

### Regula Ursprung\*

## Angehörigen-Gruppe. Ein Erfahrungsbericht

Der erweiterte Blickwinkel, das heisst auch die Not und die Möglichkeiten von Angehörigen in ihrer Beziehung zum erkrankten Menschen zu sehen, liess mich vermehrt als Therapeutin mit Angehörigen in Kontakt treten. Dabei fiel mir auf, dass sehr oft ähnliche Sätze fallen:

*«Ich muss jetzt stark sein, darf ihn nicht mit meinen Problemen zusätzlich belasten.»*

*«Ich könnte schreien vor – ich weiss nicht was, aber das nützt ja auch nichts.»*

*«Seit er krank ist, gehen mir viele Leute aus dem Weg – bin ich denn aussätzig?»*

*«Ich führe Tag und Nacht Selbstgespräche. Darüber kann ich mit niemandem sprechen, alle würden erschrecken.»*

*«Ich halte die Situation nicht mehr aus! Ich bin wie eingesperrt. Seit Monaten habe ich nichts mehr für mich getan.»*

*«Ich kann mit ihr doch nicht übers Sterben reden, sonst glaubt sie, ich möchte sie los sein.»*

*«Es ist schlimm! Ich tu' ihm ja alles zu liebe, aber manchmal würde ich am liebsten davonlaufen.»*

*«Wir hatten uns früher so viel zu sagen, heute reden wir nur noch über Medikamente oder wir schweigen uns an.»*

\*Musiktherapeutin und Leiterin der Angehörigen-Gruppe, Kantonsspital St.Gallen

### Ein Projekt tut Not

Ähnliche Fragestellungen einerseits und der erhebliche zeitliche Aufwand bei Einzelbetreuung andererseits legten die Bildung einer geleiteten Gruppe nahe. Auch die Möglichkeit, dass Gruppenmitglieder sich gegenseitig unterstützen und ihre Ressourcen ins Spiel bringen könnten, sprach für die Lancierung des Projekts «Gruppe für Angehörige».

So haben Evelyn Wilke, Sozialarbeiterin, und ich 1994 am Kantonsspital St.Gallen eine Gruppe für Angehörige ins Leben gerufen. Die Adressaten waren die Angehörigen von PatientInnen der Medizinischen Klinik C, der Frauenklinik, der Radio-Onkologie und der Krebsliga Sektion St.Gallen/Appenzell.

Anfänglich wurde die Gruppe kursartig, als themenzentrierte Gesprächsgruppe mit festumschriebenem Zeitrahmen und gleichbleibender Gruppenzusammensetzung durchgeführt. Die Auswertung zeigte eine grosse Zufriedenheit der Teilnehmenden. Auch wir Leitenden fanden die Arbeit in der Gruppe wertvoll.

Einzig, zu einem festgelegten Zeitpunkt genügend Anmeldungen zu haben, war und ist aufwendig. Um Abhilfe zu schaffen, hat die Gruppe vor eineinhalb Jahren eine neue Form bekommen. Sie findet nun kontinuierlich alle 14 Tage statt, so dass ein Einstieg jederzeit möglich ist. Zudem hat sie sich von der themenzentrierten Gesprächs- zur Musiktherapie-Gruppe entwickelt. Die Leitung liegt seit der Umstrukturierung bei mir allein. Eine Team-Leitung ist aus verschiedenen Gründen (Planung, Finanzen) bei den wechselnden TeilnehmerInnenzahlen nicht angebracht. Trotz der neuen Voraussetzungen ist das Problem der mangelnden Anmeldungen geblieben.

### Not macht nicht immer erfinderisch...

Ich nehme an, verschiedene Faktoren wirken zusammen, dass so wenige das Angebot nützen, was zu teilweise minimalen Gruppengrössen führt.

Mögliche Erklärungen sind: Zuwenig Angehörige wissen vom Angebot.

Hemmungen seitens der Pflegenden und Ärzte, die Angehörigen auf ihre Situation anzusprechen und sie in der Folge auf das entsprechende Angebot aufmerksam zu machen.

Hemmungen und Angst seitens der Angehörigen vor der Gruppensituation und davor, sich auf schmerzliche Themen einzulassen, vor allem auch die Angst, durch die anderen noch tiefer «hinuntergezogen» zu werden (dies wird im Vorfeld oft als Hinderungsgrund angeführt).

Daraus liesse sich schliessen, dass die Gruppe für Angehörige keinem tatsächlichen Bedürfnis entspreche. Doch die Erfahrungen der Teilnehmerinnen und

Teilnehmer zeigen ein anderes Bild. Denn sie empfinden die Arbeit als wertvolle Unterstützung in ihrem Trauerprozess.

*... Und kann doch gelindert werden*

Im Folgenden soll ein Beispiel Einblick geben in die Arbeit einer Musiktherapie-Gruppe für Angehörige.

Seit längerer Zeit kommen alle 14 Tage die selben sechs Teilnehmerinnen und Teilnehmer in die Gruppe. Das Vertrauen untereinander ist gross. Wir haben schon manche schwierige persönliche Situation behandelt – im Gespräch, mit Musik, im Rollenspiel. Ein hohes Mass an Verständnis, wie es vielleicht nur unter Gleichbetroffenen zu finden ist, ermöglicht auch unangenehmen Gefühlen wie Unsicherheit, Angst, Wut und Traurigkeit den ihnen angemessenen Platz einzuräumen. So findet manches Gefühl erlösenden Ausdruck und der verständnisvolle Austausch bietet die Möglichkeit der Verarbeitung, konkrete Lösungsansätze können ausprobiert und diskutiert werden.

Seit Bestehen der Gruppe, sind schon einige Angehörige verstorben. Ich bin immer wieder berührt, wenn ich höre, dass gerade in solch schwierigen Zeiten, die Teilnehmerinnen und Teilnehmer untereinander auch privat Kontakt aufnehmen. Somit erfüllt die geleitete Gruppe auch die Funktion einer Selbsthilfegruppe.

In der heutigen Gruppenstunde vernehmen wir, dass die Schwester von Frau P. verstorben ist. Frau P. ist traurig. Sie kann es noch kaum fassen. Es belastet sie zusätzlich, dass sie zum Zeitpunkt des Todes ihrer Schwester nicht bei ihr war. Dabei hatte sie doch soviel Zeit bei ihr verbracht. Dies verunsicherte sie in ihrem Abschiednehmen.

Um diese Beziehung und den Abschied zu würdigen, spielen Frau P. auf dem Monochord und ich auf

der Flöte eine Musik, in welcher die Betroffenheit Raum bekommt. Die Gruppenmitglieder hören aktiv zu, sie lassen Bilder, Gefühle und Gedanken auftauchen. Nach der Musik und der Stille des Nachhorchens schreiben wir Angeklungenes auf. Das nachfolgende «Gedicht» ist entstanden aus der Auflistung der einzelnen Notierungen und gibt die Verdichtung der Gefühle und Gedanken der Gruppe wieder.

*Adventsstimmung*

*Ruhe und Stille*

*Stimmt mich nachdenklich*

*Eine traurige Wahrheit ist ganz nah*

*Die Frau hält die Arme gen Himmel und sagt:*

*Ich habe Dich gern.*

*Entspannung*

*Ich bleibe bei mir*

*Finde Sicherheit und Selbstvertrauen*

*Allein in der Natur*

*Aufgehoben*

*Abschiedsstimmung*

Wir waren alle sehr berührt von der Intensität und der «zufällig» entstandenen Form. Zur Erinnerung gaben wir das Gedicht Frau P. mit. Als Zeichen unseres Mitgefühls.

Seit gut einem Jahr trifft sich die Gruppe nicht mehr. Zufällig begegnete ich in den vergangenen Tagen zwei ehemaligen Mitgliedern. Beide erzählten, wie wertvoll die Zeit für sie gewesen war und wie sie bis heute einzelne Kontakte aufrecht erhalten hätten.

Es sind nicht zuletzt diese Erfahrungen, die mich trotz grosser Schwierigkeiten, an die wertvollen Möglichkeiten einer Angehörigen-Gruppe glauben lassen.