

Zeitschrift: Spitex Magazin : die Fachzeitschrift des Spitex Verbandes Schweiz
Herausgeber: Spitex Verband Schweiz
Band: - (2014)
Heft: 3

Artikel: Einsamkeit zu einem Thema machen
Autor: Meier, Karin
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-823042>

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](#)

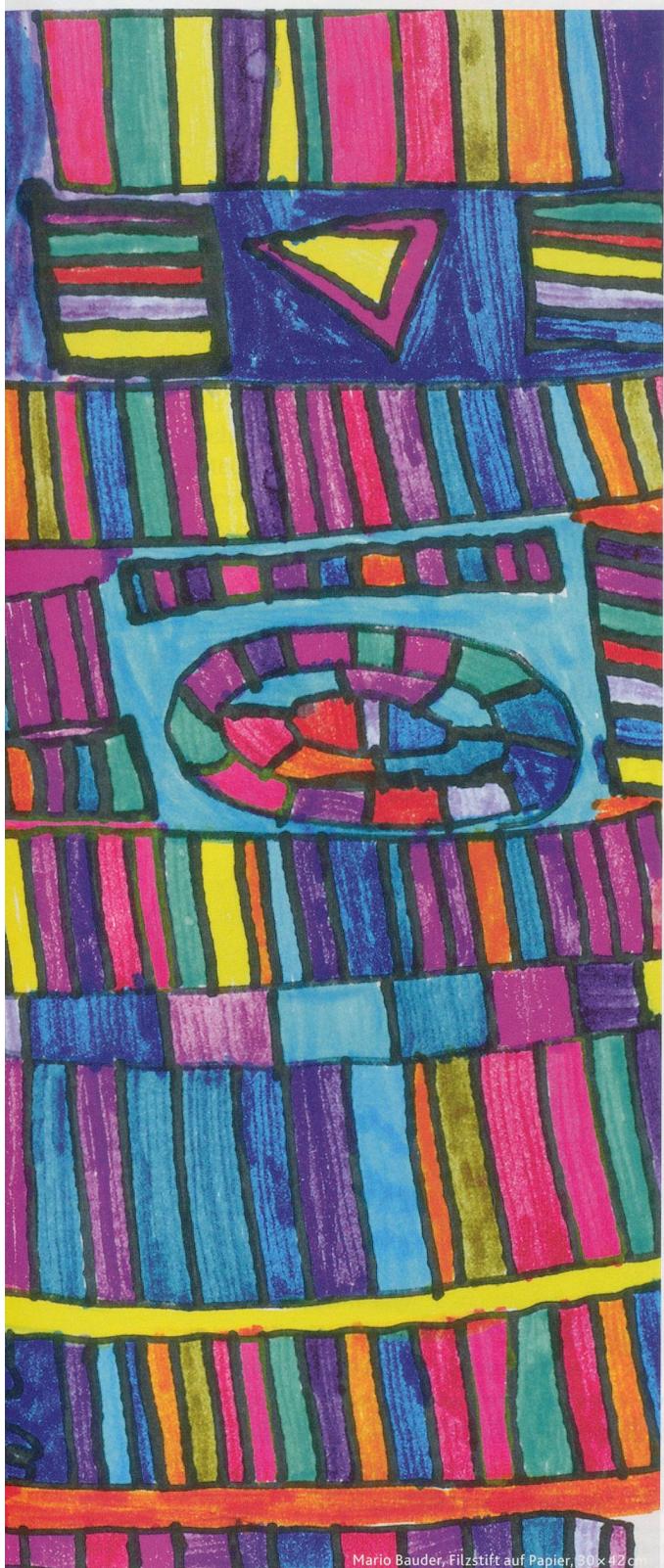
Download PDF: 30.12.2025

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

Einsamkeit zu einem



Thema machen



Für die Mitarbeitenden der Spitex Obwalden gehören einsame Kundinnen und Kunden zum Alltag. Nach der internen Fallbesprechung suchen sie meist gemeinsam mit ihnen nach Lösungen.

Menschen werden heute nicht nur älter, sondern leben auch länger, wenn sie bereits gebrechlich sind und weniger Gelegenheit haben, ihr soziales Netz zu pflegen. Die Gleichung «gebrechlich gleich einsam» greift jedoch viel zu kurz, sagen die diplomierten Pflegefachfrauen Evelyne Abegg und Anita Niederberger. Die beiden sind bei der Spitex Obwalden, die im Jahr rund 650 Kunden betreut, als Gruppenleiterinnen tätig. Denn unter Einsamkeit kann jeder leiden, unabhängig von Alter, Haushaltsgroesse, Wohnort oder Integration in den Arbeitsprozess. «Wir haben einsame Kunden und Kundinnen, die jung sind, mitten im Dorf leben oder mit einem Ehepartner zusammenwohnen. Das Bild des einsamen Bergbauern in der abgelegenen Hütte ist ein Klischee», erklärt Evelyne Abegg. Mit dem Wegfall der traditionellen Familienstruktur und dem zunehmend anonymeren Wohnen nehme die Einsamkeit tendenziell zu, sagt sie.

Auf Anzeichen achten

Um in der begrenzten, durch den Bedarf des Kunden bestimmten Zeit, die den Spitex-Mitarbeitenden zur Verfügung steht, festzustellen, ob ihr Gegenüber einsam ist, braucht es eine grosse Portion Präsenz. «Man muss bei der

**«Man darf nicht einfach
eine Liste abarbeiten.»**

Anita Niederberger, Spitex Obwalden

Sache, sprich beim Kunden sein, und darf nicht einfach seine Liste abarbeiten. Denn nur so nimmt man den anderen so wahr, dass man auch seine Not bemerkst», sagt Anita Niederberger.

Nebst viel Aufmerksamkeit ist für das Erkennen von Einsamkeit auch die Fähigkeit erforderlich, gut zu kommunizieren. «Wer seine Kunden immer mit einem «Grüezi, wie

geht's?> begrüsst, erhält oft nur eine Standardantwort», erklärt Anita Niederberger. Deshalb bricht sie in ihrer Kommunikation immer wieder aus solch ritualisierten Austauschen aus. So verwendet sie beim Abschied gerne ein «Tragen Sie sich Sorge». Auf diese Weise hat sich schon manch ein Kunde geöffnet und ihr entweder direkt von seiner Einsamkeit erzählt oder eine Anspielung darauf gemacht, an die sie anknüpfen konnte. Und wenn die Zeit für ein offenes Gespräch fehlt, so versichere sie dem Kunden, dass sie sein Anliegen aufnehmen würde, und kommt bei der nächsten Gelegenheit darauf zurück, falls sie es nicht an die fall-führende Pflegefachperson weitergeleitet hat.

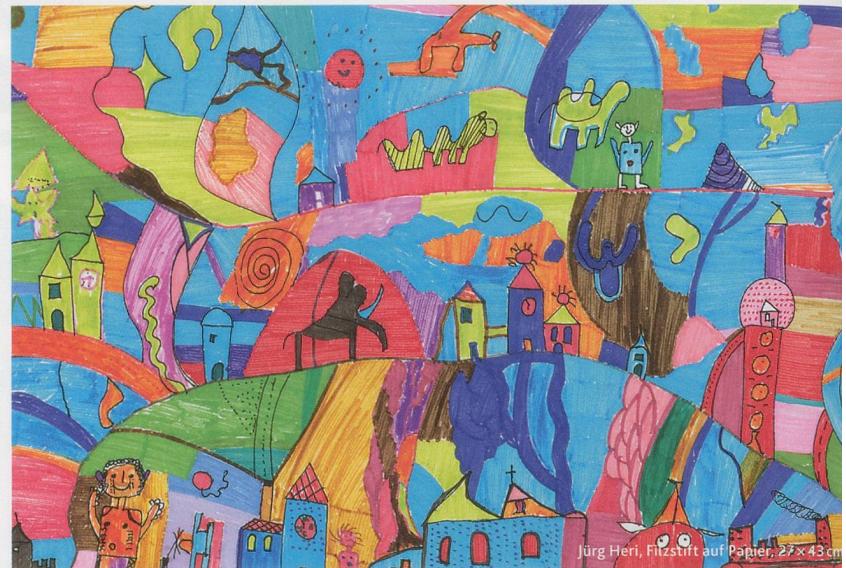
In die eigene Welt zurückziehen

Daneben hilft auch Hinschauen, Einsamkeit zu erkennen: Oft fühlen sich Kunden, die ihr Äusseres oder ihre Wohnung zu vernachlässigen beginnen, einsam. Dasselbe gilt für jene, die auf offene Fragen kurze, knappe Antworten geben, weil sie sich immer mehr in ihre eigene Welt zurückziehen. Nicht zuletzt kann auch ein stagnierender Heilungsverlauf ein Indiz für Einsamkeit sein. Wie im Fall von offenen Wunden, die sich einfach nicht schliessen wollen. Typisch sei auch, dass es Betroffenen unmittelbar vor und während Feiertagen schlechter gehe, weil ihnen ihre Situation in dieser Zeit so richtig bewusst werde.

Breite Palette an Optionen

Ist die Einsamkeit eines Kunden einmal erkannt, folgt daraufhin meist eine Fallbesprechung. Die fallführende Pflegefachperson tauscht sich mit Mitarbeitenden des Tages- und Abenddienstes, der Hauswirtschaft, des Palliative-Care- oder Psychiatrie-Teams und situativ auch mit der Pflegeexpertin aus und berät mit ihnen, wie es weitergehen soll. «Das Wichtigste ist, den Kunden auf seine Situation anzusprechen und mit ihm eine Lösung zu finden», sagt Anita Niederberger. Wenn sich die Einsamkeit vor allem abends äussert, kann es bereits helfen, statt um 18 Uhr erst zwei Stunden später vorbeizugehen. Meist ist es jedoch mit solch einfach umsetzbaren Massnahmen nicht getan.

Dann kommen je nach individueller Situation Optionen wie eine RAI-HC-Bedarfsabklärung, ein Gespräch am runden Tisch mit den Angehörigen und dem Hausarzt oder der Bezug eines Seelsorgers zum Zug. Eine weitere Möglichkeit besteht im Erstellen eines Geno-/Ökogramms, in dem das gesamte soziale Netz eines Kunden – inklusive Haustieren – aufgeführt wird. «Hat der Kunde seine Kontakte vor Augen, wird ihm manchmal bewusst, dass er sich bei



Jürg Heri, Fitzstift auf Papier, 27x43 cm

der einen oder andern Person selbst wieder einmal melden könnte», sagt Evelyne Abegg.

Daneben machen die Mitarbeitenden ihre Kunden auch auf Angebote von anderen Institutionen und Vereinen aufmerksam, wie beispielsweise auf Mittagstische. In einzelnen Fällen führen sie Kunden sogar selbst zusammen, was aus Gründen des Datenschutzes allerdings einiges an Geschick erfordert. So betreute Evelyne Abegg einst zwei einsame Kundinnen, die während der Schulzeit befreundet waren und sich danach aus den Augen verloren hatten. Ihnen empfahl sie, am Sonntag in den Gottesdienst zu gehen. Beide kamen dieser Aufforderung nach, begegneten einander wieder und besuchten danach ein Café, wo sie an ihre alte Freundschaft anknüpften.

«Ab und zu überkommt uns ein Gefühl der Hilflosigkeit.»

Evelyne Abegg, Spitex Obwalden

Der Kunde muss wollen
Obwohl die Spitex-Mitarbeitenden in vielen Fällen Einsamkeit lindern können, fruchten nicht alle ihre Bemühungen. «Manche Kunden wollen nicht aus ihrer Einsamkeit heraus. Da sie gleichzeitig unglücklich und einsam sind, ist es für uns nicht immer einfach, mit solchen Situationen umzugehen», sagt Evelyne Abegg. Ihre Kollegin Anita Niederberger sieht das ähnlich: «Ab und zu überkommt uns schon ein Gefühl der Hilflosigkeit. Dann führen wir uns vor Augen, dass der Kunde die Optionen der Veränderungsmöglichkeiten abgelehnt hat. Und wenn wir uns nicht nur darauf konzentrieren, was wir alles nicht für ihn tun, und stattdessen schauen, was wir unternehmen, um sein Leben zu erleichtern, können wir die Einsamkeit eines Kunden besser aushalten.»

Karin Meier