

Zeitschrift: Spitex Magazin : die Fachzeitschrift des Spitex Verbandes Schweiz
Herausgeber: Spitex Verband Schweiz
Band: - (2016)
Heft: 5

Artikel: Mehr Hilfe zur Selbsthilfe
Autor: Rambaldi, Nadia
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-822944>

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: 05.02.2026

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

Mehr Hilfe zur Selbsthilfe



Über 170 000 Frauen und Männer pflegen und betreuen in der Schweiz täglich Familienangehörige. Bild: iStock

Angehörige leisten einen grossen Teil der Pflege und Betreuung älterer Menschen. Ohne dieses grosse Engagement würde unser Gesundheitswesen nicht mehr funktionieren. Eine neue Studie der Fachhochschule St. Gallen zeigt auf, welche Möglichkeiten Gemeinden und Städte haben, pflegende Angehörige besser zu unterstützen.

Vier Modelle von Pflegearrangements

In selbstregulierenden Pflege- und Betreuungsarrangements übernehmen motivierte Angehörige einen grossen Teil der Pflege. Stossen sie an ihre Grenzen, stehen Entlastungsangebote zur Verfügung, die sie rechtzeitig in Anspruch nehmen. In kritischen Pflege- und Betreuungsarrangements sind die pflegenden Angehörigen ebenfalls motiviert. Das Konstrukt ist aber fragiler und kann unter sich ändernden Bedingungen leicht auseinanderfallen. Zum Beispiel bei Änderungen im Krankheitsverlauf. Dies, weil sich betreuende Angehörige sehr spät Hilfe holen, aufgrund fehlender Informationen, fehlender finanzieller Mittel oder weil sie zu fest in ihrer Rolle als pflegende Angehörige stecken und keine Hilfe wollen. In resilienten Pflege- und Betreuungsarrangements übernimmt eine motivierte angehörige Person die Verantwortung für die Pflege und Betreuung fast vollständig selbst. Sie verfügt über persönliche und soziale Ressourcen, um auch extreme und länger anhaltende Belastungssituationen zu bewältigen. In distanzierten Pflege- und Betreuungsarrangements besteht eine distanzierte Beziehung zwischen betreuungs- und pflegebedürftiger Person und angehöriger Person in Bezug auf die Pflege und Betreuung.

Die Arrangements und ihre Wechselwirkungen werden ausführlich in einem Film erklärt unter www.fhsg.ch/angehoerige

Rund 64 Millionen Stunden werden von Angehörigen in der häuslichen Pflege und Betreuung jährlich geleistet. Zu dieser wichtigen Ressource muss man Sorge tragen: Die Fachhochschule St. Gallen hat in einem kürzlich abgeschlossenen Projekt «Angehörige unterstützen – Pflegenetze planen» ein Modell entwickelt, um pflegende Angehörige und Pflegearrangements besser zu verstehen. Das von der Gebert Rüf Stiftung geförderte Projekt wurde mit den Partnerstädten Chur, Schaffhausen und St. Gallen erarbeitet. Ziel war es auch, die Zusammenarbeit zwischen pflegenden Angehörigen und Dienstleistern in Pflege und Betreuung zu untersuchen. Dazu wurde ein Fallmodell entwickelt, das komplexe Wirkungszusammenhänge in Pflegearrangements aufzeigt und erklärt. Das Modell nennt vier grundlegende Verhaltenstypen der Pflegearrangements: das selbstregulierende Betreuungsarrangement, das kritische Betreuungsarrangement, das resiliente Betreuungsarrangement und das distanzierte Betreuungsarrangement (siehe Kasten links). Ausschlaggebend in diesen Betreuungsarrangements ist, wie sehr sich die betreuende angehörige Person mit ihrer Rolle identifiziert, wie belastbar sie ist, wie gut ihre Selbstmanagementfunktionen sind und wie hoch die Priorität anderer Verpflichtungen ist. «Je mehr jemand pflegt, desto mehr eignet er sich die Rolle eines pflegen-

den Angehörigen an. Und je mehr er sich die Rolle aneignet, desto mehr pflegt er», erklärt Martin Müller, Projektleiter und Institutsleiter am Institut für Soziale Arbeit der FHS St. Gallen.

Zusammenarbeit mit Spitex

In einem zweiten Schritt wurden in Interviews mit 18 pflegenden und betreuenden Angehörigen Erfahrungen und Bedürfnisse erhoben und das Modell anhand der Ergebnisse überprüft. Auch die Zusammenarbeit zwischen Spitex-Mitarbeitenden und pflegenden Angehörigen wurde untersucht. «Die Zusammenarbeit funktioniert nicht immer unproblematisch», erklärt Müller. «Manchmal wird die Spitex auch als Konkurrenz angesehen.» Doch die Interviews hätten gezeigt, dass wer Spitex-Dienstleistungen beziehe, auch zufrieden sei. Häufiger Kritikpunkt seien Personalwechsel, die Leute schätzen den persönlichen Kontakt. Das nützt auch der Beziehung: «Spitex-Mitarbeitende und pflegende Angehörige sollten partnerschaftlich zusammenarbeiten», betont Martin Müller. Kleinere Probleme wie zum Beispiel die unterschiedliche Auffassung von Hygiene können ebenfalls zu Reibungspunkten im Alltag werden. Eine gemeinsame Situationsanalyse am Küchentisch und klare Abmachungen können aber viele Probleme beseitigen, ist Müller überzeugt. Doch wie kann die Spitex pflegende Angehörige in ihren Fähigkeiten stärken? «Häufig wünschen pflegende Angehörige einfach nur konkrete Anweisungen, wie etwas gemacht werden muss.»

Weiter können Betreuungsarrangements auch auf das weitere Umfeld ausgeweitet werden, indem auch Nachbarschaftshilfe und Freiwilligenarbeit integriert werden. Auch andere Dienstleister sollten integriert werden. Durch die stärkere Spezialisierung wird es für pflegende Angehörige aber immer schwieriger, einen Gesamtüberblick über die verschiedenen Angebote zu erhalten: «Die einzelnen Dienstleister im Gesundheitsbereich kennen einander zu wenig und wissen nicht, was der andere anbietet», sagt

Müller. Hinzu komme, dass jeder in erster Linie seine eigenen Dienstleistungen verkaufen möchte und Klienten nur selten weiterverweise. Beispiel Chur: Verschiedene Organisationen arbeiten mit Freiwilligen, aber die Angebote sind unübersichtlich. «Pflegende Angehörige wünschen sich eine zentrale Plattform, die alle Angebote aufzeigt und Dienstleistungen verschiedener Organisationen vermitteln kann. Wenn es für sie schwierig wird, Dienstleistungen zu koordinieren, nehmen sie sie meistens gar nicht erst an», betont Martin Müller.

Koordination der Hilfsangebote

Die Koordination der Angebote ist für die Unterstützung von pflegenden Angehörigen also zentral. Die Projektgruppe hat versucht, verschiedene Organisationen zusammenzubringen und hat in den Städten Chur, Schaffhausen und St. Gallen eine Erhebung der Angebote, Angebotslücken sowie Kooperationsverhältnisse der Dienstleister durchgeführt. In einem gemeinsamen Entwicklungsprozess wurden jene Massnahmen identifiziert, die am jeweiligen Ort Angehörige am besten unterstützen können. Daraus kann nun eine Strategie zugunsten pflegender und betreuender Angehöriger formuliert werden, damit diese wichtige Ressource noch lange erhalten bleibt. «Schon nur einfach mal nachfragen, ob jemand etwas braucht, tut gut», weiss Martin Müller. Einfach als Form der Anerkennung.

Nadia Rambaldi

Der Spitex Verband Schweiz hat 2012 ein Rahmenkonzept zur Angehörigenarbeit in der Spitex verfasst. Es dient als Empfehlung und Grundlage für die Entwicklung von spezifischen Projekten in den verschiedenen Spitex-Organisationen und steht im Mitgliederbereich in der Rubrik Fachunterlagen zum Download bereit.

⇒ www.spitex.ch > Fachunterlagen

Tag der pflegenden Angehörigen

Über 170 000 Männer und Frauen pflegen und betreuen täglich Familienangehörige, und das meist abseits des Rampenlichts. Das soll sich rund um den Tag der pflegenden Angehörigen am 30. Oktober ändern: Ziel ist es, den grossen Einsatz von pflegenden und betreuenden Angehörigen ins öffentliche Bewusstsein zu rufen und Angebote zu präsentieren, welche pflegende und betreuende Angehörige unterstützen und entlasten. Denn nur wer regelmässig Verschnaufpausen einplant und vorübergehend einen Teil der Verantwortung abgibt, trägt auch Sorge zu sich selbst. Die sechs gemeinnützigen Zürcher Organisationen Alzheimervereinigung, Entlastungsdienst, Pro

Infirmis, Pro Senectute, Schweizerisches Rotes Kreuz und der Spitex Verband rücken pflegende Angehörige mit einer Medienaktion in den Fokus. Ebenfalls aktiv sind die Kantone Waadt, Genf, Freiburg, Jura, Neuenburg und Wallis. Sie haben sich dieses Jahr zusammengetan, um betreuende Angehörige über Unterstützungs möglichkeiten zu informieren und ihren Einsatz für in ihrer Gesundheit oder Autonomie beeinträchtigte Personen anzuerkennen.

⇒ www.an gehoerige-pflege.ch

⇒ www.betreuende-an gehoerige-tag.ch