

**Zeitschrift:** Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich

**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zürich

**Band:** - (2006)

**Heft:** 2

**Artikel:** Psychologie in der Sozialen Arbeit mit alten Menschen

**Autor:** Aebersold, Ursula

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-819206>

### 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:** 07.01.2026

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

# Psychologie in der Sozialen Arbeit mit alten Menschen

In ihrer Funktion als Sozialarbeiterin bei Pro Senectute Kanton Zürich berät und begleitet Ursula Aebersold Menschen im AHV-Alter. Hauptthemen in ihrem Arbeitsalltag sind Fragen bezüglich Wohnen, Entlastungs- und Betreuungsmöglichkeiten sowie der Hilfsmittelbeschaffung. Bei vielen Fragestellungen sind die Finanzen das Kernthema.

Ursula Aebersold\*

Die Erschliessung von materiellen Ressourcen macht den Hauptteil der Arbeit in meiner Beratungspraxis aus. In den meisten Fällen sind der Rahmen und die Möglichkeiten im Zusammenhang mit den Angeboten oder Ansprüchen geregelt, zum Beispiel durch die Sozialversicherungsgesetze oder Vorgaben, die von privaten Anbietern oder von der öffentlichen Hand für ihre Leistungen bestimmt wurden. Oft sind Leistungsansprüche auf den Franken genau berechenbar – und häufig ist klar definiert, wer berechtigt ist, ein Angebot zu nutzen.

## Psychologische Aspekte begleiten die Sachthemen

Ist die Beachtung von psychologischen Aspekten überhaupt notwendig und sinnvoll? Bei all der Sachlichkeit dieser Themen könnte leicht der Eindruck entstehen, die psychologische Ebene werde in solchen Beratungen nicht tangiert. Oft jedoch erwähnen Klienten im Erstgespräch mir gegenüber, der vereinbarte Termin mit der Sozialarbeiterin habe ihnen schon seit Tagen «auf dem Magen gelegen» oder sie hätten sich nur aufgrund äusserster Not zur Anmeldung durchgerungen. Gefühle wie Scham, Angst und Schuld werden angesprochen – Scham, weil trotz lebenslanger harter Arbeit das Renteneinkommen heute nicht ausreicht, um den eigenen Lebensunterhalt zu finanzieren; Angst, weil das selbständige Leben in der Wohnung nur noch Überforderung ist und die dringend notwendigen Veränderungen eine massive Bedrohung bedeuten; Schuld aufgrund der Einsicht, dass der Pflegeaufwand des demenzkranken Partners die eigenen Kräfte übersteigt.

Manchmal genügt es, auf den rechtlichen Anspruch auf eine Leistung hinzuweisen oder praktikable Lösungen aufzuzeigen, um die Klientin zu entlasten. Es bleibt jedoch immer auch Aufgabe der beratenden



Person, sensibel und aufmerksam zu sein bezüglich der gefühlsmässigen Aspekte eines Themas und entsprechend nachzufragen: Was bedeutet es für sie, in dieser Situation zu sein? Wie geht es ihnen dabei, mit dieser Lebensaufgabe konfrontiert zu sein? Vielleicht erinnern die derzeitige Ohnmacht und Überforderung an längst vergessene, verdrängte Gefühle in einer

thematisch vergleichbaren Lebenssituation? Vielleicht ist das derzeit vordringliche Thema eines der schmerzlichsten Lebensthemen überhaupt? Wenn die Klientin die eigene gefühlsmässige Reaktion ansprechen, verstehen und akzeptieren kann, wird sie vielleicht dadurch auch die praktischen Anforderungen der jetzigen Lebensphase besser bewältigen.

## Entwicklungsprozesse im Alter

Entwicklung findet während des ganzen Lebens statt. Der junge Mensch löst sich vom Elternhaus, sucht seine Identität in der Geschlechterrolle und tritt ins Berufsleben ein. Im frühen und mittleren Erwachsenenalter fordern und begünstigen eine Partnerschaft, die Familiengründung und der berufliche Werdegang laufend

neue Entwicklungsschritte. Diese Veränderungen sind vergleichbar mit dem Ersteigen einer Treppe, deren spätere Stufen im Regel- oder Idealfall höherwertig sind als die Ausgangsstufe.

Im Unterschied zu früheren Lebensphasen zielen jedoch der Wandel und die Veränderungen im Alter nicht auf eine Erweiterung oder eine im landläufigen Sinn «höhere Stufe» hin, sondern es findet – in vielen, wenn auch nicht in allen Bereichen – ein Abbau statt. Charakteristische Themen des späten Erwachsenenalters sind die Pensionierung, eventuell verbunden mit dem Gefühl von Statusverlust; oder die abnehmende körperliche Leistungsfähigkeit bis hin zu grossen körperlichen Einschränkungen oder Behinderungen. In diese Lebensphase fällt unter Umständen auch der Verlust des Lebenspartners, der Freunde, von Bekannten und Verwandten.

Gesellschaftliche, biologische und persönliche Einflüsse fordern Anpassungen bei Lebenshaltung und -gewohnheiten. Zufriedenheit und Wohlbefinden werden weit gehend davon beeinflusst, wie es dem alternden Menschen gelingt, sich an die veränderten Lebensumstände anzupassen. Findet er seinen persönlichen Wert oder den seines Lebens ohne berufliche Aktivitäten? Kann er den zeitlichen Freiraum, den er durch die Pensionierung gewinnt, nutzen für Freizeitaktivitäten und das Erreichen persönlicher Ziele? Entwickelt er – anstelle der bisherigen körperlichen Leistungsfähigkeit – vermehrt geistige oder soziale Fähigkeiten? Ist es ihm möglich – zum Beispiel nach dem Tod des Lebenspartners – Beziehungen mit anderen Menschen zu intensivieren oder neue Beziehungsmöglichkeiten zu suchen?

Ältere Menschen zu unterstützen und zu begleiten bei ihren Fragen und in der Aus-

einandersetzung mit ihrem Altwerden und den damit verbundenen Veränderungsprozessen ist für mich sehr wichtig. Deshalb ist die Psychologie – neben den Sachthemen – ein wertvoller Bestandteil meiner Beratungstätigkeit, der mir erlaubt, den Klientinnen und Klienten ein vollständigeres Bild ihrer Situation zu geben, und den ich deshalb sehr schätze.



Weiterführende Literatur  
Martin Mike, Kliegel Matthias:  
(2005) Psychologische Grundlagen der Gerontologie (S. 10–55). Stuttgart:  
W. Kohlhammer, ISBN: 3-17-018210-2

\* Ursula Aebersold ist diplomierte Sozialarbeiterin FH. Sie arbeitet im Dienstleistungscenter Zürcher Oberland und ist zuständig für die Beratung von Menschen im AHV-Alter, die in der Stadt Uster wohnhaft sind, und deren Angehörigen.