

Zeitschrift: Zenit
Herausgeber: Pro Senectute Kanton Luzern
Band: - (2007)
Heft: 1

Artikel: Darüber sprechen schafft Erleichterung
Autor: Lauber, Jürg
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-821014>

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: 01.02.2026

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

Darüber sprechen schafft Erleichterung

Personen, die mit der Betreuung und Pflege von Alzheimerkranken belastet sind und Hilfe suchen, können ihre Probleme, Schwierigkeiten und Sorgen in einer Gruppe von Menschen in ähnlichen Situationen besprechen.

 Der normale Alterungsprozess ist oft genug mit Problemen verbunden. Eine Alzheimererkrankung kann die altersbedingten Einschränkungen dramatisch verstärken. Der geistige und körperliche Abbau der Alzheimerkranken widerspiegelt sich im zunehmenden Verlust der Selbstständigkeit. Hilfe und Beratung werden nötig. Die Betreuung der Patientinnen und Patienten beansprucht viel Zeit und stellt seelisch und körperlich hohe Anforderungen. Bei pflegenden Angehörigen, die ihre kranken Partnerinnen oder Partner, ihre Eltern, Verwandten oder Bekannten umsorgen und betreuen, werden meist die Grenzen des Erträglichen und Zu-

mutbaren weit überschritten. Sie sind oft hin und her gerissen zwischen Verpflichtung, Überforderung, Hoffnungslosigkeit, Schuldgefühlen und gutem Willen. Dazu kommt, dass die Anerkennung ihrer Arbeit durch die Pflegebedürftigen und das soziale Umfeld vielfach völlig ausbleiben. In diesen Belastungssituationen schafft die Teilnahme in einer Gesprächsgruppe für Angehörige und Bezugspersonen von Alzheimerkranken Erleichterung. In Zusammenarbeit mit der Schweizerischen Alzheimervereinigung Sektion Luzern treffen sich zwei Sozialarbeiterinnen von Pro Senectute regelmässig mit betroffenen Angehörigen zum Erfahrungsaustausch.

«Es ist sehr wichtig, mit der Diagnose und Krankheit sowie den auftauchenden Problemen nicht allein zu bleiben», sagt Anette Rackl, eine der zwei Gruppenleiterinnen. Die Sozialarbeiterin ist überzeugt, dass es für die Betroffenen sehr wichtig ist, sich zu öffnen und über ihre Situation mit anderen zu sprechen. «Sich an Vertrauenspersonen wie Familienmitglieder, Arzt, Freunde, Pfarrer oder Mitarbeitende einer Beratungsstelle zu wenden, ist ein ganz wichtiger Schritt, um die Belastung erfolgreich zu meistern», erklärt Anette Rackl. Den Betroffenen durch das Angebot der Gesprächsgruppe etwas Erleichterung zu verschaffen, ist ein Hauptanliegen der Pro-Senectute-Mitarbeiterin.

Auch Daniela Rüttsche wurde durch ihr Interesse an der Alzheimer-Problematik motiviert, eine Angehörigengruppe zu leiten. In ihrer Arbeit als Sozialarbeiterin spürte sie schon lange das Bedürfnis, einen Beitrag zur Entlastung von pflegenden Angehörigen zu leisten. In der Einzelberatung von älteren Menschen hat sie über Jahre hinweg

Angehörigengruppen

Menschen, die an Demenz leiden, sind auf das Verständnis und die Hilfe ihrer Angehörigen angewiesen. Die Angehörigen sind aber normalerweise nicht auf die Probleme, die mit der Krankheit verbunden sind, vorbereitet und werden davon überrollt. Probleme treten auf in der Partnerschaft, im Alltag, in der Art und Weise, wie der Kranke mit der eigenen Krankheit umgeht, Probleme gibt es auch mit Verwandten und Bekannten. Eine grosse Hilfe bieten hier die Angehörigengruppen. Sie ermöglichen im Gespräch und in der Diskussion mit anderen Angehörigen, die eigenen Gefühle mitteilen zu können, von anderen Erfahrungen zu profitieren sowie wichtige Informationen zu erhalten. Die Angehörigengruppen sind eine der wichtigsten Stützen im Angebot der Alzheimervereinigung. Diese wichtige und auch erleichternde Arbeit muss unbedingt erhalten und künftig noch verstärkt werden.

Dr. Guido Pfister, Präsident der Schweizerischen Alzheimervereinigung Sektion Luzern

Daten

Die Treffen der Gesprächsgruppe für Angehörige und Bezugspersonen von Alzheimerkranken finden jeweils am zweiten Mittwoch des Monats, von 14.30 bis 16.30 Uhr, im Pfarreizentrum «Zum Barfüesser», Winkelriedstrasse 5, 6003 Luzern, statt. Neue Gruppenmitglieder sind herzlich willkommen. Für nähere Informationen oder Anmeldungen kontaktieren Sie bitte die beiden Gruppenleiterinnen Anette Rackl (Tel. 041 210 73 43) oder Daniela Rüttsche (Tel. 041 268 09 60).

Daten der Gruppentreffen 2007

11.4.07, 9.5.07, 13.6.07, 11.7.07, 12.9.07, 10.10.07, 14.11.07, 12.12.07

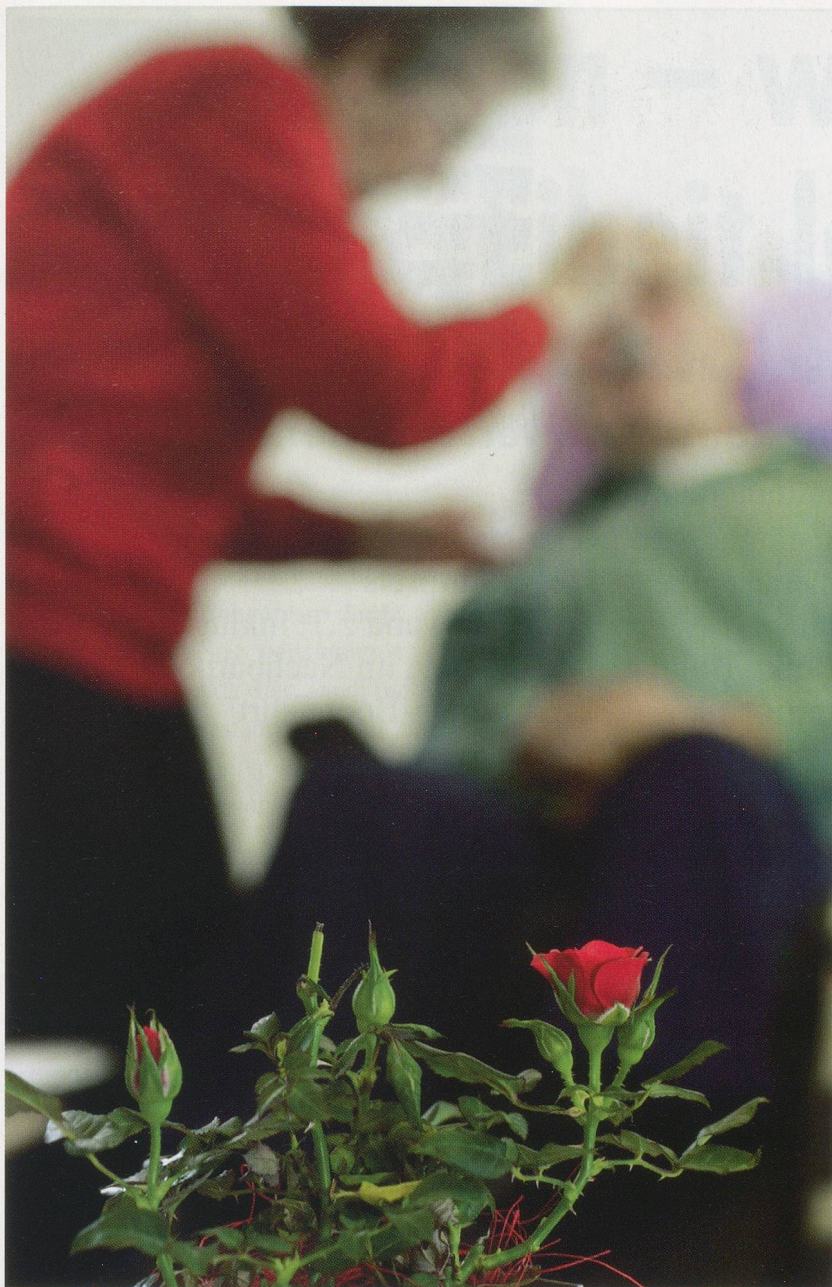


Foto: Renate Wernli

diese Notwendigkeit erkannt und konnte dies als Gesprächsgruppenleiterin umsetzen. «Es ist für mich eine persönliche und berufliche Bereicherung, neben den täglichen Einzelberatungen eine Gruppe zu leiten und von den Erfahrungen und Leistungen der Angehörigen zu hören und zu lernen», betont sie. Oft ist es für die Betroffenen nicht einfach, den Mut aufzubringen, sich einer Angehörigengruppe anzuschliessen. Zu gross sind die Unsicherheit und die Angst, sich mit der eigenen schwierigen Betreuungssituation bei anderen zu exponieren. Hier besteht die Möglichkeit für Bezugspersonen von Demenzkranken, Unterstützung zu bekommen. «Die Hemmschwelle, in eine Gruppe zu gehen, kann zum

Pflegende Angehörige von demenzkranken Menschen erhalten in der Gesellschaft meist viel zu wenig Anerkennung für den grossen Betreuungs- und Pflegeaufwand, den sie leisten.

Beispiel abgebaut werden, indem die betreffende Person zuerst mit einem anderen Mitglied aus der Gruppe ein persönliches Gespräch führt», erläutert Daniela Rütsche.

Anette Rackl und Daniela Rütsche erfahren durch die Schilderungen der Gruppenmitglieder immer wieder, wie wenig Anerkennung die pflegenden Angehörigen für ihre Leistung bzw. den Pflege- und Betreuungsaufwand erhalten. «Es ist aus unserer Sicht nach wie vor zu wenig bekannt, was in unzähligen Privathaushalten meist still und selbstverständlich geleistet wird. Diese vielfach unmenschliche Leistung wird in der Gesellschaft kaum wahrgenommen», stellt Anette Rackl fest.

In den letzten Jahren hat die Schweizerische Alzheimervereinigung grosse Lobby-Arbeit geleistet. An unzähligen Veranstaltungen und in zahlreichen Publikationen wird kontinuierlich auf den immensen Einsatz der pflegenden Angehörigen von Menschen mit einer Demenz hingewiesen. Dennoch sind sich die Fachleute einig: Für die pflegenden Angehörigen gibt es nach wie vor zu wenig Entlastungsmöglichkeiten. Auch finanziell und materiell ist die Hilfe und Unterstützung sehr klein. Und dies, obschon ein Wegfall der ehrenamtlichen Arbeit von pflegenden Angehörigen volkswirtschaftlich kaum zu verkraften wäre. Die Gesprächsgruppen für Angehörige oder die Gesprächssprechstunde der Demenz-Hotline sind da löbliche Lichtblicke.

Es bleibt zu hoffen, dass die Absicht von Pro Senectute und der Alzheimervereinigung, die Gruppen flächendeckend auf den ganzen Kanton auszuweiten und ein Kompetenzzentrum für Demenzfragen aufzubauen, bald in die Tat umgesetzt werden kann.

Jürg Lauber