

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 92 (2014)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Wenn der Sohn zum Pfleger wird  
**Autor:** Vollenwyder, Usch  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1078287>

### **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:** 08.04.2026

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

# Wenn der Sohn zum Pfleger wird

Sie werden von Forschung und Öffentlichkeit noch kaum wahrgenommen: Söhne, die sich in der Pflege ihrer betreuungsbedürftigen Eltern engagieren. Sie machen es aus Liebe, Fürsorge und moralischer Verpflichtung – und sie machen es gut. Von Usch Vollenwyder, mit Bildern von Tomas Wüthrich

Häsch Hunger, gäll, Mamma.» Jürg Janser legt seiner Mutter eine Schürze um, dann setzt er sich neben sie an den Küchentisch und zieht das Schälchen mit Birchermüesli zu sich heran. Wie ein Vögelchen öffnet Emilie Janser ihren Mund und spitzt die Lippen. Ihre trüben blauen Augen blicken in die Ferne, das übergeschlagene Bein wippt auf und ab. Den rechten Arm um die Schulter seiner Mutter gelegt, gibt ihr Jürg Janser das Essen ein. Langsam und geduldig, immer wieder. Nur das regelmässige Ticken der Wanduhr über dem gelben Resopaltisch ist zu hören und manchmal ein leises Schmatzen der Mutter oder ein besänftigendes «Mmm – guet?» des Sohnes.

## Die Mutter als Arbeitgeberin

Am späteren Vormittag hatte Jürg Janser seine Mutter aufgenommen, war am Bettrand mit ihr sitzen geblieben, hatte sie hin- und hergeschaukelt, ihren Kopf an seine Wange gelegt und ihren Rücken gestreichelt. Das zärtliche Morgenritual sei ihm ein Bedürfnis und beruhigend für die Mutter. Er wiederholt es jeden Abend vor dem Zubettgehen. Dann war die Spitex-Pflegefachfrau gekommen und hatte mit Emilie Janser die Morgentoilette gemacht, sie angezogen, ihre weissen Haare gekämmt und die zierliche Neunzigjährige an den Küchentisch gebracht. Das Birchermüesli war bereits



vorbereitet, Jürg Janser hatte dafür einen frischen Apfel geraffelt, eine Banane geschnitten und eingelegte Pflaumen zerkleinert.

Seit acht Jahren ist Jürg Janser rund um die Uhr für die Pflege seiner Mutter zuständig. Schon zuvor hatte er seine Eltern unterstützt und Besorgungen für sie erledigt. Damals war er noch seinem Beruf als Chauffeur nachgegangen und hatte im Nachbarhaus gewohnt. Nach dem Tod des Vaters 2006 zog er in die Wohnung seiner Mutter. Er musste nicht lange überlegen, den Entscheid hat er nie bereut. Er habe immer eine enge Be-

ziehung zu seiner Mutter gehabt und blicke dankbar auf alles zurück, was sie für ihn getan habe: «Ich wollte ihr einen schönen Lebensabend bescheren.»

Seine beiden Brüder waren gern einverstanden, dass der Jüngste diese Aufgabe übernahm. Gemeinsam regelten sie die Finanzen: Jürg Janser hat einen Arbeitsvertrag; Emilie Janser ist seine Arbeitgeberin. Um noch etwas dazuzuverdienen und den Bezug zur Arbeitswelt «draussen» nicht ganz zu verlieren, arbeitet der Sechzigjährige zusätzlich von 17 bis 20 Uhr in einem Logistikzentrum bei der Post. Ob er mit seiner Erfahrung



auch in einem Heim arbeiten würde? Er zögert. Vielleicht ja, wenn die Menschen dort so liebenswert wie seine Mutter wären. Schon manches Mal habe er sich gefragt: Ist eine gute Pflege ohne Liebe möglich? Er weiss es nicht.

### Immer mehr pflegende Söhne

Mehr als drei Viertel der rund 125 000 betreuungsbedürftigen Personen in der Schweiz werden von ihren Angehörigen gepflegt – gegen eine Viertelmillion Verwandte stehen so im Einsatz für ihre Familien. Einige ein paar Stunden im Monat, andere mehrmals die Woche und wieder andere rund um die Uhr. Ihre Aufgaben sind vielfältig: Sie helfen ihren kranken Angehörigen bei der Bewältigung ihres Alltags, leisten emotionale und psychische Unterstützung, kümmern sich um finanzielle Angelegenheiten, helfen im Haushalt, organisieren professionelle Hilfe und übernehmen oft selber pflegerische Aufgaben.

2009 gab der Spitex-Verband Schweiz die SwissAgeCare-Studie über die Situation von pflegenden Angehörigen in Auftrag, ein Jahr später lagen dann die Forschungsergebnisse vor. Sie bestätigen, dass die Betreuung innerhalb der Familie nach wie vor vorwiegend Frauensache ist: Zwei Drittel der Pflegenden sind Frauen, ein Drittel Männer. Bei der Mehrheit der pflegenden Männer, nämlich bei

Lesen Sie bitte weiter auf Seite 12

77 Prozent, handelt es sich um Ehepartner, gefolgt von den Söhnen, die für ihre Eltern sorgen (16 Prozent). Von den betreuenden Frauen ist etwa die Hälfte in die Pflege ihrer Eltern eingebunden.

Noch vor 15 Jahren waren pflegende Söhne kaum ein Thema – weder in der Forschung noch in der Praxis. Erst jetzt dringt langsam ins Bewusstsein der Öffentlichkeit, was Fachleute schon länger feststellen: «Es gibt pflegende Söhne, und es gibt immer mehr.»

Eine 2011 in Deutschland veröffentlichte repräsentative Untersuchung zeigt, dass sich deren Anteil von 1996 bis 2010 von fünf auf zehn Prozent verdoppelt hat. Gründe dafür gibt es verschiedene – unter anderem die demografische Entwicklung: Mit weniger Geburten und mehr alten Menschen führt diese dazu, dass sich die Fürsorge für die alten Eltern auf immer weniger Kinder verteilt.

Aber auch gesellschaftliche Veränderungen fordern von Söhnen vermehrten Einsatz. «Früher waren die Töchter und Schwiegertöchter zu Hause. Von ihnen wurde erwartet, dass sie die alten Eltern oder Schwiegereltern betreuen würden», sagt Bettina Ugolini, Leiterin der psychologischen Beratungsstelle «Leben im Alter» am Zentrum für Gerontologie der Universität Zürich (siehe Interview auf Seite 14). Eigentlich bis heute, denn immer noch würden vor allem die Mütter die Unterstützung von ihren Töchtern erwarten, während sie ihren Söhnen diese zusätzliche Arbeit nicht zumuten wollten. «Doch heute sind die meisten Frauen berufstätig und stehen nicht mehr selbstverständlich zur Verfügung.»

## Zärtlichkeit und Verbundenheit

Töchter wie Söhne rutschen meist langsam in eine Pflegesituation hinein. Hier ein Telefon, dort ein Rat, hier ein Einkauf, dort die Begleitung zum Arzt, dann die Erledigung der Finanzen, die Hilfe bei der Gartenarbeit, die Unterstützung beim Wochenputz, die Übernahme der Wäsche: «Und irgendwann ist man mitendrin und muss entscheiden, wie weit man den eingeschlagenen Weg mit einem betreuungsbedürftigen Elternteil gehen will», sagt Bettina Ugolini.

Der Motivation hinter diesem Engagement ist auch die SwissAgeCare-Studie nachgegangen: Söhne pflegen wie Töchter hauptsächlich aus Liebe und Zuneigung sowie aus einer gewissen moralischen Verpflichtung heraus. Und sie pflegen auch in Situationen, in denen Alternativen vorhanden wären.



Jürg Janser streichelt seiner Mutter eine weisse Haarsträhne aus der Stirn. Man müsse sie doch einfach lieb haben, meint er und räumt den leer gegessenen Birchermüesliteller weg. Ob sie jetzt einen Kaffee möge? Er setzt die Kaffeemaschine in Betrieb und macht eine Tasse parat. Es ist eine Geduldprobe: Emilie Janser trinkt in winzigen Schlucken. Manchmal lege er dazu Musik auf. Jürg Janser steht auf und setzt den CD-Player in Betrieb. Die Klänge von «Conquest of Paradise» erfüllen die kleine Küche. Nein, die Geduld mit seiner Mutter verlieren er nie.

Wäre sie aggressiv, böse, würde sie ihn beschimpfen oder ständig reklamieren, ja dann... «Aber so? Ich freue mich, wenn ich sie sehe, ich freue mich jeden Morgen, wenn sie aufwacht.» Natürlich gebe es Momente, wo er an ein Pflegeheim denke, und selbstverständlich müsse er aufpassen, dass sein eigenes Leben nicht allzu einsam werde. Aber solange es noch gehe...

Er weiss, dass die gemeinsame Zeit mit seiner Mutter einmal zu Ende sein wird. Und er fürchtet sich davor, dann in ein Loch zu fallen. Aber noch ist es nicht so weit, noch will er aus jedem Tag das Beste machen.

Jürg Janser hat sich seinen Tag – und die Nacht – gut organisiert. Nachts neh-

me er sich Zeit für sich, zappe durch das Fernsehprogramm, sitze am Computer. Damit seine Mutter nicht aus dem Bett fallen kann, hat er aus Holz ein Geländer angefertigt. Muss er das Haus verlassen, bettet er seine Mutter in ihren bequemen Sessel, schiebt ihr eine warme Bettflasche unter die Füsse, legt eine Decke über ihre Knie und schaltet die fest auf dem Büchereinstellgerät ein und auf den Stuhl gerichtete Kamera ein.

Dank der App auf seinem Handy ist er so weiterhin mit seiner Mutter, die die Zeit vergessen hat und stundenlang ruhig im Bett liegen oder im Lehnstuhl sitzen kann, verbunden.

## Männer pflegen anders

Die wenigen Untersuchungen über pflegende Söhne zeigen, dass deren Pflegestil ebenso vielfältig und individuell ist wie derjenige von Töchtern. «Ihre Herangehensweise ist jedoch meistens eine andere», sagt Bettina Ugolini. Aus Erfahrung weiss sie, dass Frauen eher intuitiv und bedürfnisorientiert an eine Pflegesituation herangehen, während Söhne sich lieber an Fakten orientieren und für ihre Probleme Schritt um Schritt nach einer Lösung suchen.

Auch verschiedene deutsche Untersuchungen bestätigen, dass Männer in der Regel keine anderen Pflegestil an-

wenden – dessen Stärken und Chancen eine Bereicherung fürs gesamte Pflegewesen sein können. Im Stil eines «Betreuungsmanagers» organisieren, koordinieren, strukturieren und delegieren sie ihre neue Aufgabe. Dazu gehört auch, dass sie rechtzeitig professionelle Unterstützung suchen – nicht, weil sie sich vor dem Mehraufwand drücken wollen, sondern weil sie sie als sinnvolle Entlastung betrachten.

Jürg Janser ist dankbar für die tägliche Hilfe der Spitex-Mitarbeiterinnen vor allem bei der Intimpflege seiner Mutter, obwohl er gelernt hat, mit den anfänglichen Ekelgefühlen umzugehen. Und auch sonst versucht er sich Freiräume zu schaffen: Im Januar gönnte er sich ein Skiwochenende, und einer seiner Brüder übernahm die Betreuung der Mutter.

Im Frühling reist er für zwei Wochen in die Ferien. Während dieser Zeit wird Emilie Janser in einem Pflegeheim betreut. Die Ferien werden ihm guttun, und er hat sie nötig. Aber der Gedanke, in die Ferne zu fliegen, macht ihm Angst. Er erinnert sich an ein Wochenende in Venedig. «Mein Bruder war damals bei unserer Mutter, und ich hatte vergessen, die Kamera auszuschalten. Dann hörte ich mitten in der Nacht, wie sie nach mir rief: Jürg, Jürg...» Es habe ihm fast das Herz gebrochen.

Ob seine Mutter ihn noch kennt, weiss Jürg Janser nicht. «Irgendwie schon noch», meint er. Es macht ihn wütend, wenn er den Ausspruch hört: «Sie ist doch nur noch eine Hülle.» Er spüre eine tiefe Verbundenheit mit ihr – von Seele zu Seele. Früher habe sie ihm manchmal noch gesagt: «Du bist en Liebe.» Jetzt ist sie verstummt. Der Gedanke an ihren Tod macht ihm Mühe, an ein Wiedersehen in einer anderen Welt glaubt er nicht. Nur manchmal, da habe er das Gefühl, es schimmere etwas Göttliches auf – im Zusammensein mit seiner Mutter, die ihn rührt und bewegt.

## Nichts verpasst im Leben

«Viele meinen, ich würde mich aufopfern und leiden – das stimmt überhaupt nicht», sagt Jürg Janser. Natürlich sei es manchmal tröstlos, den Zerfall eines Menschen mitanzusehen zu müssen, und oft mache er sich Gedanken über die Zukunft. Aber sein Leben wäre ohne seine betreuungsbedürftigen Eltern nicht wesentlich anders verlaufen: «Ich wäre nie auf Weltreise gegangen.» Ein Einzelgänger sei er seit je gewesen: «Ich hatte nie das Gefühl, in meinem Leben etwas verpasst zu haben.»

Der Kaffee ist ausgetrunken. «Häsch gnueg gha?» Manchmal nennt er seine Mutter auch «Mammerli» oder «Müüsl». Jürg Janser holt einen Waschappen aus dem Badezimmer und fährt damit seiner Mutter sanft über den Mund. Sie trommelt mit der Hand auf den Tisch, streckt den Zeigefinger aus, gibt unverständliche Laute von sich. «Ja, mmm, mhm», antwortet ihr Sohn.

Über dem Tisch hängt in einem Sichtmäppchen die Kopie einer alten, vergrösserten Schwarz-Weiss-Foto – ein kleines Mädchen mit weissen Maschen im Haar und schräg geschnittenen Stirnfransen: die kleine Emilie.

Jürg Janser zieht seiner Mutter die Schürze über den Kopf und wärmt ihre Hände zwischen den seinen. Wie ein Baby umklammert sie seine Finger. Er weiss nicht, ob sie früher erwartet hatte, dass er einmal für sie sorgen würde. Das ist ihm auch nicht wichtig. Er würde diese Aufgabe wieder übernehmen. Sie ist für ihn ein Privileg und nicht eine Last. Und letztlich seien es im Leben wohl die Beziehungen, die glücklich machen: «Ich habe gelernt, worauf es wirklich ankommt. Ich habe eine neue Welt kennengelernt.»

Interview mit der Expertin auf Seite 14

## Weitere Infos

→ Angehörigenpflege ist anspruchsvoll, intensiv und kann sehr belastend sein. Pflegende Familienmitglieder brauchen rechtzeitig Begleitung, professionelle Unterstützung und gezielte Entlastungsangebote, damit ihre unbezahlbaren Ressourcen möglichst lange erhalten und gefördert werden können. Pro Senectute Kanton Luzern organisiert am 27. März 2014 eine Fachtagung, die alle Themen rund um die Betreuung durch die Familie beleuchtet. Referentin ist u. a. Dr. phil. Bettina Ugolini (siehe Interview Seite 14).

Weitere Informationen über die Fachtagung zur Angehörigenpflege finden Sie auf Seite 61.

→ Das Buch «Männer in der Angehörigenpflege» zeigt auf, wie Männer Pflege und Betreuung gestalten, welche Unterstützung sie brauchen und warum unsere Gesellschaft immer mehr auf pflegende und sorgende Männer angewiesen sein wird.

Eckart Hammer: «Männer in der Angehörigenpflege. Was sie leisten und welche Unterstützung sie brauchen», Verlag Kreuz, Freiburg 2014, 224 Seiten, ca. CHF 25.90.

→ Die Spitex bietet eine breite Palette von Dienstleistungen an, die es alten und kranken Menschen erlaubt, möglichst lange in den eigenen vier Wänden wohnen zu bleiben. Zu ihrem Grundangebot gehören Kranken- und Gesundheitspflege, hauswirtschaftliche Unterstützung sowie Beratung und soziale Begleitung. Von betreuenden Angehörigen sind Spitex-Dienste vor allem bei Körperpflege und pflegerischen Bedürfnissen gefragt.

Informationen über Spitex-Angebote in Ihrer Nähe gibt es bei den Gemeinden oder im Internet unter [www.spitex.ch](http://www.spitex.ch)

→ Wer einen Angehörigen umsorgt, übernimmt eine anspruchsvolle und oft auch zeitintensive Aufgabe. Damit vor allem unter Geschwistern beim Erben kein Streit ausbricht, lohnt es sich, vorgängig Abmachungen zu treffen und finanzielle Fragen zu klären. Unterlagen dazu gibt es bei Pro Senectute Schweiz.

Adresse: Pro Senectute Schweiz, Geschäfts- und Fachstelle, Lavaterstrasse 60, Postfach, 8027 Zürich, Telefon 044 283 89 89, Fax 044 283 89 80, Mail [Info@pro-senectute.ch](mailto:Info@pro-senectute.ch), Internet [www.pro-senectute.ch](http://www.pro-senectute.ch)