Abschiednehmen - loslassen

Autor(en): **Weber, Heidi**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Alter & Zukunft : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich**

Band (Jahr): **1 (1993)**

Heft 4: **Alt werden und sterben**

PDF erstellt am: **25.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-818539

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Abschiednehmen – loslassen

Für viele Angehörige von demenzkranken Partnern gilt es bereits zu Lebzeiten Abschied zu nehmen. Abschiednehmen, loslassen, die verbleibenden Möglichkeiten wahrnehmen, trauern oder dagegen rebellieren. Später – vielleicht viele Jahre später – den endgültigen Tod des nahestehenden Menschen erleben. Das sind Themen, die in unseren Angehörigengruppen immer wieder Raum einnehmen.

Gruppen für Angehörige von pflege- und/oder betreuungsbedürftigen Betagten laufen normalerweise über Jahre. Wir begleiten diese Angehörigen so lange, weil auch sie selber jahrelang ihre Aufgaben wahrnehmen. Auch bei optimaler äusserer Entlastung ist beispielsweise der langsame Abbau eines Demenzkranken nicht aufzuhalten. Die Demenz (Verlust der Intelligenz) wird oft als «Sterben in Raten» erlebt.

Da ist beispielsweise die lebensfrohe Endfünfzigerin, die regelmässig ihre Ferien zusammen mit ihrem Partner in ihrem südlichen Heimatland verbrachte. Hier konnte sie bisher Energie tanken wie sonst nirgendwo. Dieses Jahr, so berichtet sie, ging alles daneben. Der kranke Mann, nach aussen völlig gesund und vital aussehend, hat in ihrem Heimatdorf nichts mehr erkannt, war völlig verwirrt und hat sich wie ein kleines Kind an sie geklammert. Durch die notwendige intensive Betreuung kam sie statt zur gewünschten Erholung in einen zusätzlichen Stress. In der Gruppe erzählte sie, dass dies wohl der letzte gemeinsame Aufenthalt in Italien gewesen sei. Sie weiss, dass sie auch allein «ihr» Land besuchen kann. Nun aber muss sie Abschied nehmen von dieser für sie bisher selbstverständlichsten Art, gemeinsam als Ehepaar Ferien zu verbringen.

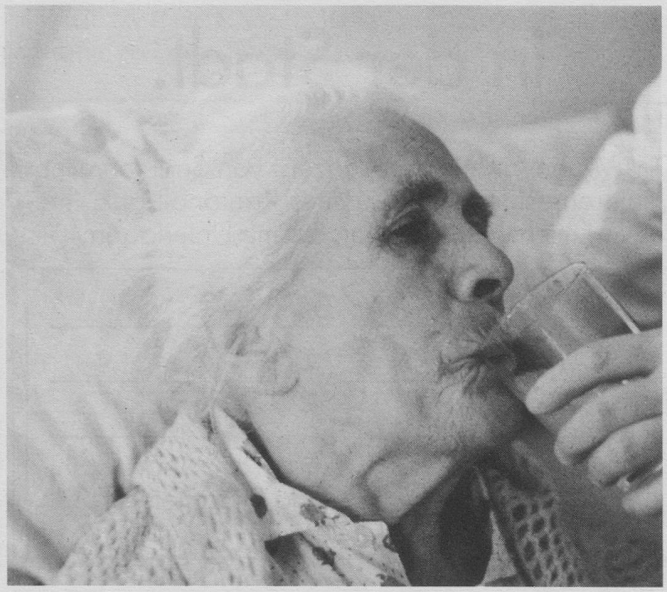

Foto: Pro Senectute Kanton Zürich

Lernen, mehr Verantwortung zu tragen

In dieser Gruppe ist sie die einzige, die noch zusammen mit dem kranken Partner Ferien verbracht hat. Andere begleiten ihre Partner schon länger durch die Wirrnisse dieser Krankheit und brauchen von Zeit zu Zeit Ferien vom Partner. Sie mussten lernen, immer mehr Aufgaben und Verantwortung zu übernehmen und gleichzeitig auf eine Art immer mehr allein zu sein. Solche Frauen scheuen sich vielleicht anfänglich, allein in die Ferien zu fahren, weil sie sich dort wie Witwen vorkämen. Die Gruppe kann in solchen Situationen immer wieder ermutigen und unterstützen, nach neuen Möglichkeiten zu suchen, damit eine solche Angehörige Ferien ohne den kranken Partner riskiert. Doch um diesen Schritt machen zu können, ist ein echtes Stück Trauerarbeit zu leisten.

Zu Lebzeiten Abschied nehmen

Sterben bedeutet für die meisten Gruppenmitglieder, zu Lebzeiten Abschied zu nehmen von ihren Angehörigen. Das heisst, Abschiednehmen von vielen liebgewordenen

Gesprächsgruppen

für Angehörige von pflege- und/oder betreuungsbedürftigen Betagten werden von Mitarbeiter/innen der Beratungsdienste von Pro Senectute in Zürich, Bülach, Meilen, Rümlang, Thalwil und Winterthur begleitet.

Die Zielsetzungen dieser Gruppen sind:

- Aussprachemöglichkeit mit Personen in ähnlichen Situationen
- Information und Austausch über vorhandene Dienstleistungen
- Besprechen von organisatorischen, medizinischen und psychologischen Fragen
- Erarbeiten praktischer Lösungen.

Die Gruppenmitglieder treffen sich jeweils einmal im Monat. Die Teilnahme ist unentgeltlich.

Auskunft und Anmeldung für die Gruppen

Stadt Zürich und Bezirke Horgen/Meilen:
Heidi Weber, Pro Senectute Kanton Zürich, Regionalstelle Horgen/Meilen, Beratungsdienst, Dorfstrasse 78, 8706 Meilen, Tel. 01/923 23 33.

Bezirke Bülach/Dielsdorf:
Jürg Zellweger, Pro Senectute Kanton Zürich, Regionalstelle Bülach/Dielsdorf, Beratungsdienst, Hintergasse 11, 8180 Bülach, Tel. 01/860 55 60.

Bezirke Winterthur/Andelfingen:
Hélène Amstutz, Pro Senectute Kanton Zürich, Regionalstelle Andelfingen/Winterthur, Beratungsdienst, Unterer Graben 25, 8400 Winterthur, Tel. 052/213 27 30.

Interessierte aus andern Bezirken wenden sich bitte direkt an den Beratungsdienst ihrer Pro Senectute-Regionalstelle.

Gewohnheiten und vor allem von Eigenschaften und Fähigkeiten des kranken Menschen. Da gerade diese vielfältigen Eigenschaften die Persönlichkeit ausmachten, stirbt diese langsam dahin, obwohl der Persönlichkeitskern und die emotionalen Grundbedürfnisse erhalten bleiben.

Beispielsweise wird ein Buchhalter frühzeitig pensioniert. Seine Abschlüsse stimmten nicht mehr und langsam wurde die Krankheit erkannt. Daheim kann er aber noch allein die Steuererklärung für seine Familie ausfüllen. Später stimmt auch diese nicht mehr. Immerhin kann er noch selbständig Einkäufe besorgen und die Geldrückgabe kontrollieren. Eines Tages ist er überfordert mit verschiedenen Einkäufen und das Rückgeld stimmt auch nicht mehr. In Läden mit Bedienung kann er noch einzelne Sachen einkaufen. Sind mit ihm viele Kunden im Laden, so macht ihn das nervös und er kommt manchmal heim ohne Einkauf und ohne erzählen zu können, was passiert ist. So stirbt eine Möglichkeit nach der andern. Ein Tod erfolgt nach dem andern, obwohl der betroffene Mensch noch lebt und mehr denn je auf Liebe und Zuwendung angewiesen ist.

Nahestehende Angehörige können oft nur in der Gruppe ihrem Schmerz Ausdruck geben. Hier erleben sie ausgeprägt die Solidarität der anderen Gruppenmitglieder, die selber ähnliche Erfahrungen machen. Symbolisch helfen wir einander immer wieder über Klippen und Abgründe hinweg.

Ort der Geborgenheit

Tritt bei einem Kranken der endgültige Tod ein, so hat die Angehörige vielleicht schon über eine lange Wegstrecke die Begleitung der Gruppe erfahren. Obwohl sich die meisten Gruppen nur einmal monatlich treffen, erleben viele diese Zusammenkünfte als einen Ort der Geborgenheit. Viele Gruppenmitglieder können darum bei einem erfolgten Todesfall nicht gleichzeitig die Gruppe verlassen. Das wäre für sie gleichsam ein zusätzlicher Tod. Sie brauchen meist eine individuell unterschiedliche Zeit, um sich aufzufangen und sich neu auszurichten, um wieder aktiv am Leben teilnehmen zu können.

Möglicherweise wird eine solche ehemalige Angehörige gelegentlich von andern Gruppenmitgliedern darum beneidet, dass sie nun allmählich ihre Energie wieder auf neue Horizonte richten kann. So ist in diesen Angehörigengruppen ganz intensiv Leben und Tod – wie Ebbe und Flut – ein Dauerereignis, das alt und doch immer wieder neu und anders ist.

Heidi Weber
Pro Senectute Kanton Zürich
Regionalstelle Horgen/Meilen

Seminar für Altersarbeit

Für MitarbeiterInnen in Heimen, Pflegeinstitutionen, Alterszentren, spitalexternen Diensten und in der Altersbetreuung der Kirchgemeinden. Für freiwillige HelferInnen und Personen, welche den Einstieg in die Altersarbeit planen.
Beginn, Dauer: Montag, 9. Mai 1994, 1 Jahr (berufsbegleitend) jeweils Montagnachmittag (exkl. Schulferien)

Informationsveranstaltungen
ohne Anmeldung, kostenlos
Freitag, 21. Januar 1994, 19.30 Uhr
Samstag, 5. März 1994, 10.30 Uhr

Bitte telefonisch Unterlagen verlangen!

Alfred Adler-Institut
Dubsstrasse 45
8003 Zürich
Telefon (01) 463 41 10