

Mit Angehörigen über Betreuung und Pflege sprechen

Sechs Punkte, die helfen können



1

Früh anfangen

Suchen Sie möglichst früh und bewusst nach Gelegenheiten, über das Älterwerden und damit verbundene Einschränkungen zu sprechen. Sie können Ihren älteren Nahestehenden zum Beispiel Fragen stellen wie: Wo möchtest du im Alter leben? Würdest Du eine Betreuungsperson beschäftigen, die Dich im Haushalt unterstützt oder Dich fährt, damit Du möglichst lange in Deinem Zuhause bleiben kannst?

2

Geduldig sein

Stellen Sie möglichst offene Fragen und geben Sie Ihrem Gegenüber Zeit, vor der Antwort nachzudenken. Zeigen Sie Verständnis für die Situation, beispielsweise mit einem passenden Gesprächseinstieg: «Du kannst ruhig sagen, wie anstrengend es für Dich ist, rund um die Uhr für Papa da zu sein.» Seien Sie sich bewusst: Die Antworten können wiederholend sein und vom Thema abweichen.

3

Auf den Grund gehen

Fragen Sie nach, um herauszufinden, warum Ihr Gegenüber keine Unterstützung will – dann können Sie nach und nach eine passende Lösung finden. Geht es um einen Mangel an Privatsphäre, Ängste wegen der Kosten, den Verlust der Unabhängigkeit oder einfach darum, keinen Fremden im Haus haben zu wollen? Um Vertrauen aufzubauen, hören Sie genau zu und nehmen Sie die Bedenken ernst, anstatt diese herunterzuspielen.

4

Vorschläge unterbreiten

Suchen Sie den Einstieg mit einem niederschweligen Angebot wie z.B. einem unverbindlichen Beratungsgespräch. Wenn Unterstützung konkret wird, binden Sie die Seniorin oder den Senior von Anfang an mit ein. Lassen Sie sie oder ihn beispielsweise die Wochentage oder Zeiten auswählen, zu denen Unterstützung benötigt wird und die Betreuungskraft kommen soll.

5

Positives betonen

Bei Angehörigen mit Demenz ist es manchmal effektiver, wenige positive Informationen zu geben. So könnten Sie sagen, dass der Helfer vor allem für die schönen Dinge da sein wird – zum Beispiel für Spaziergänge, Konzert- und Museumsbesuche sowie andere Lieblingsaktivitäten. Sie müssen vor dem Betreuungsbeginn nicht detailliert erläutern, welche Aufgaben die Betreuungskraft übernehmen wird. So fühlt sich die zu betreuende Person weniger bedrängt.

6

Externe einbeziehen

Manchmal ist es für Betroffene einfacher, mit Aussenstehenden als mit einem Familienmitglied zu sprechen. Zögern Sie also nicht, eine Bezugsperson wie beispielsweise den Arzt oder Freunde einzubinden, wenn Ihre Angehörigen Unterstützung brauchen. Externe überzeugen manchmal viel schneller.

