

Pro Senectute setzt bei Coaching von betreuenden Bezugspersonen auf Computer-Simulation

Im Rahmen des Pilotprojekts «Coaching für betreuende Bezugspersonen» hat Pro Senectute mit der Fachhochschule Ostschweiz ein neuartiges Sensibilisierungs-Tool entwickelt. Pro Senectute Nidwalden hat die neue Dienstleistung bereits im Einsatz und zieht ein positives Fazit.

Marin Good, Pro Senectute Schweiz

Betreuende Bezugspersonen leisten in der Schweiz den Löwenanteil der Betreuung älterer Menschen. Oftmals sind es Einzelpersonen wie die Partnerin oder der Partner, die Tochter oder der Sohn, welche die Hauptlast tragen. Dabei stossen viele an ihre Grenzen. Um sie zu unterstützen, hat Pro Senectute mit der Fachhochschule Ostschweiz (OST) das dreijährige Pilotprojekt «Coaching für betreuende Bezugspersonen» durchgeführt.

«Das Sensibilisierungs-Tool erlaubt es, Belastungen sichtbar zu machen.»

Ziel des Coachings ist es, betreuende Bezugspersonen für die Dynamiken im Betreuungsarrangement zu sensibilisieren. Denn die Betreuungssituation verändert sich mit der Zeit: «Die betreute Person braucht mit zunehmenden Alter meist mehr Unterstützung. Aber auch die betreuende Person erlebt berufliche oder familiäre Veränderungen», erklärt Mirjam Rüttimann von Pro Senectute Nidwalden.

Sie hat im Rahmen des Pilotprojekts als Coach betreuende Bezugspersonen begleitet. Ihre Coachings führt sie wenn möglich bewusst ausserhalb ihres Büros durch, mal beim Spaziergang, mal im Sitzungszimmer der Gemeinde, mal am Telefon. Der Coaching-Prozess ist dabei zeitlich begrenzt. «Wichtig ist, dass man sich regelmässig mit dem Coach austauscht», sagt Rüttimann.

Belastung aufzeigen, Massnahmen ableiten

In ihren Coachings greift Rüttimann auf das Sensibilisierungsinstrument zurück, das die OST eigens für das Coaching von Pro Senectute entwickelt hat (siehe Box). «Das Instrument erlaubt es, Belastungen dank systematischen Fragestellungen und Computer-Simulationen sichtbar zu machen», sagt Rüttimann. Es können verschiedene Zukunftsszenarien im Programm eingegeben werden. Daraus können im Coaching Handlungsoptionen abgeleitet werden. Die Coachees schätzten es, die persönliche Situation mit einer Fachperson zu reflektieren und daraus Verhaltensänderungen für die Zukunft abzuleiten. «Damit können wir verhindern, dass betreuende Bezugspersonen erkranken», sagt Rüttimann. Zudem können familiäre Konflikte umgangen und Heimeintritte hinausgezögert oder vermieden werden.

Gute Ergänzung zu Sozialberatung

In den kantonalen und interkantonalen Pro Senectute Organisationen bieten diese Coachings nur Personen mit entsprechender Kompetenz und einer spezifischen Weiterbildung von Pro Senectute Schweiz an. «In der Sozialberatung erhalten Personen Auskunft auf konkrete Fragen. Im Coaching befähigen wir Menschen dazu, Antworten auf Fragen selber herauszufinden», unterscheidet Rüttimann. Für sie stellt das Coaching eine gute Ergänzung zur Sozialberatung dar. Durch ihre Doppelrolle als Coach und Sozialberaterin könne sie auch Unterstützung bei der Vermittlung weiterer Dienstleistungen von Pro Senectute und anderen Organisationen anbieten.

«Betreuende Bezugspersonen sind oft im Hamsterrad. Sie vernachlässigen sich und ihre Bedürfnisse.»

Die Krux, betreuende Bezugspersonen zu erreichen

Pro Senectute Nidwalden hat entschieden, das Coaching fix ins Dienstleistungsangebot aufzunehmen. Rüttimann schätzt den





Bild: Peter Fuchs: Fotografier

Im Interview: Mirjam Rüttimann coacht für Pro Senectute Nidwalden betreuende Bezugspersonen.

Bedarf von betreuenden Bezugspersonen als gross ein. Die Krux sei aber, dass viele von sich aus keine Unterstützung holten: «Sie haben uns nicht die Türe eingerannt, als wir das Angebot lanciert haben», sagt sie und fügt hinzu: «Betreuende Bezugspersonen sind oft im Hamsterrad. Sie vernachlässigen sich und ihre Bedürfnisse.» Es sei entsprechend schwierig, sie zu erreichen. Es habe sie berührt, mit welcher

Aufopferung betreuende Bezugspersonen ihre Aufgaben schulterten – dies, ohne dass ein Ende der oft grossen Belastungen in Sicht wäre, findet Rüttimann. Betreuende Bezugspersonen seien für Pro Senectute eine wichtige Zielgruppe: «Wir möchten sie in den Fokus rücken, denn sie erhalten noch nicht die Anerkennung und Unterstützung, die ihnen zusteht», gibt sie zu bedenken.

Das Sensibilisierungsinstrument für betreuende Bezugspersonen

Beim Coaching von betreuenden Bezugspersonen setzt Pro Senectute auf ein Sensibilisierungsinstrument, das die Fachhochschule Ostschweiz eigens dafür entwickelt hat.

Das Tool ermöglicht mit einer Computer-Simulation, mögliche Veränderungen der Betreuungssituation in der Zukunft darzustellen. Es unterstützt die betreuenden Bezugspersonen mit gezielten Fragestellungen dabei, ihre Situati-

on zu reflektieren, und zeigt Handlungsoptionen auf.



Tina Frehner,
Pro Senectute Schweiz

«Mit dem Tool erfassen wir mögliche Zukunftsszenarien, wie sich die Belastung von betreuenden Bezugspersonen im Laufe der

Betreuung verändern kann», sagt Tina Frehner von Pro Senectute Schweiz, die das Pilotprojekt mitbetreut hat. «Die betreuende Person kann selbst bestimmen, welchen Anteil an der Betreuung sie übernehmen möchte und wo sie Unterstützung benötigt», ergänzt sie. Das hilft den betreuenden Bezugspersonen, frühzeitig Vorkehrungen zu treffen, um sich vor zu hoher Belastung zu schützen und den betreuten Personen eine bestmögliche Betreuung zu sichern.