

# Coaching für betreuende Angehörige



Liebe Leserin, lieber Leser

Von vielen Seiten wird zurecht erkannt, dass betreuende Angehörige das wichtigste gesellschaftliche Rückgrat sind, um den stark wachsenden Bedarf nach Unterstützung von alten Menschen auch in Zukunft sicher zu stellen. Betreuende Angehörige verdienen Anerkennung und Wertschätzung. Das Coaching unterstützt betreuende Angehörige und schliesst eine Lücke: Betreuende Angehörige können jetzt begleitet werden durch eine fachlich ausgewiesene Vertrauensperson, bei der man auch hin und wieder den «Kropf» leeren kann und die bei Bedarf auch hilft, das eine und andere zu organisieren. Das neue Angebot Coaching wird betreuende Angehörige wirkungsvoll in ihrer wichtigen Arbeit unterstützen und stärken.

Thomas Diener, Geschäftsführer  
Stiftung Pro Senectute  
Kanton St. Gallen

Stiftung Pro Senectute  
Kanton St. Gallen  
Davidstrasse 16 · Postfach  
9001 St. Gallen  
Telefon 071 227 60 06  
info@sg.prosenectute.ch

Ältere Menschen möchten so lange wie möglich in vertrauter Umgebung leben können. Auch dann, wenn sie auf Hilfe und Pflege angewiesen sind. Die Betreuung wird häufig von Angehörigen übernommen. Sie tragen entscheidend dazu bei, diesen Wunsch zu erfüllen. Ein Heimeintritt kann damit hinausgezögert oder ganz vermieden werden. Ohne die Hilfsbereitschaft der Angehörigen müsste die Anzahl der stationären Pflegebetten mehr als verdoppelt werden. Mit unüberschaubarer Kostenfolge für die öffentliche Hand. Wir tun gut daran, betreuende Angehörige in ihren Aufgaben zu unterstützen und sie auf ihrem Weg zu begleiten.

## Betreuende Angehörige haben Anrecht auf Unterstützung.

Betreuende Angehörige stellen sich grossen Herausforderungen. Jeden Tag, immer wieder von neuem. Über Monate und nicht selten über Jahre hinweg. Sie erleben die Betreuungsaufgabe oft als Bereicherung aber auch als Belastung. Sie leisten diese Arbeit uneigennützig aber zum Nutzen Aller. Betreuende Angehörige haben ein Anrecht auf Unterstützung.

## Coaching – ein wichtiges Glied in der Kette der Unterstützungsleistungen für betreuende Angehörige

Gutgemeinte Ratschläge sind oft rasch zur Hand. Es mangelt auch nicht an Angeboten für Entlastungshilfen. Doch: Was ist in meinem Fall eine taugliche Hilfe? Was ist zu tun, wenn die betreute Person davon nichts wissen will? Was ist normaler Alltag und wann beginnt die Überforderung? Gibt es den richtigen Zeitpunkt für den Übertritt in

ein Heim? Wo bleibe ich als Person? Gefragt ist eine Art Lotse durch den Dschungel der Angebote, ein Coach der mal mehr im Hintergrund und bei Bedarf auch ganz aktiv zuhören, beraten und begleiten kann. Das Coaching ist eines von mehreren Unterstützungsangeboten. In einem

Erstgespräch mit einer Fachperson von Pro Senectute wird festgestellt, welches Angebot in der betreffenden Situation hilfreich ist und weiter führen kann. Wird das Coaching gewählt, stellt Pro Senectute eine ausgewiesene Fachperson als Coach zur Verfügung.

**Pro Senectute Kanton St. Gallen ergänzt als erste Organisation bestehende Hilfs- und Entlastungsangebote für ältere Menschen neu mit einem «Coaching für betreuende Angehörige» – Damit leistet Pro Senectute Kanton St. Gallen Pionierarbeit.**

## Wie wirkt Coaching?

Betreuende Angehörige werden durch das Coaching gestärkt und befähigt, ihre Ressourcen für die Betroffenen fruchtbar zu machen, ohne sich dabei physisch und psychisch zu überlasten. In wichtigen Fragen und bei anstehenden Entscheiden können sie sich auf die Begleitung einer ausgewiesenen Fach- und Vertrauensperson verlassen. Die Motivation für die Betreuungsaufgabe bleibt damit erhalten.

Der Coach begleitet und unterstützt betreuende Angehörige ganz nach deren Bedürfnissen und Wünschen im Rahmen von gemeinsam definierten Zielen. Ein Coach hilft dabei, Anliegen und Bedürfnissen der betreuenden Angehörigen zur Geltung zu bringen. Mit weiterführenden Fragen ermöglicht der Coach, angemessene Lösungen zu finden. Er kann bei Bedarf auch handfeste Hilfe anbieten, z.B. bei der Organisation von Entlastungsangeboten.

## Wo findet Coaching statt?

Die Coaching-Gespräche finden dort statt, wo es für betreuende Angehörige passend ist – im Besprechungszimmer, zu Hause, in einem Café, am Telefon oder per E-Mail. Der zeitliche Rahmen wird jeweils gemeinsam vereinbart.

**Das Angebot «Coaching für betreuende Angehörige» ist kostenlos – dank der Partnerschaft mit der Ria & Arthur Dietschweiler Stiftung.**

Mit der Übernahme von Betreuungsaufgaben leisten Angehörige einen wesentlichen Beitrag zur Vermeidung von Kosten für eine stationäre Pflege und Betreuung, die zu einem erheblichen Teil von der öffentlichen Hand mitfinanziert werden. Aus diesem Grund wird den betreuenden Angehörigen das Coaching unentgeltlich angeboten. Die Einführung des kostenlosen Coaching-Angebots wird von der Ria & Arthur Dietschweiler Stiftung ermöglicht.



Thomas Dietschweiler  
Präsident Stiftungsrat  
Ria & Arthur  
Dietschweiler Stiftung

## Eigeninitiative und Selbständigkeit unterstützen

„An dieser Devise orientiert sich seit 2013 das gesamte soziale Engagement der Ria & Arthur Dietschweiler Stiftung. Wir wollen unserem Ziel auf verschiedenen Wegen näherkommen: in der Lehre und Forschung aber auch im direkten Umfeld von hilfebedürftigen Personen. Mit dem Coaching, das den betreuenden Angehörigen kostenlos zur Verfügung steht, wird dieses zentral wichtige Hilfesystem entscheidend gestärkt. Dafür setzen wir uns als Stiftung gerne ein.“

