Zeitschrift: Fachzeitschrift Heim

Herausgeber: Heimverband Schweiz

Band: 65 (1994)

Heft: 6

Artikel: Weiterbildungskurs zur Heimköchin / zum Heimkoch des Heimverbandes Schweiz : "Über Lohn und Alter spricht man nicht"

Autor: Johner Bärtschi, Eva

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-812195

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: 09.12.2025

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

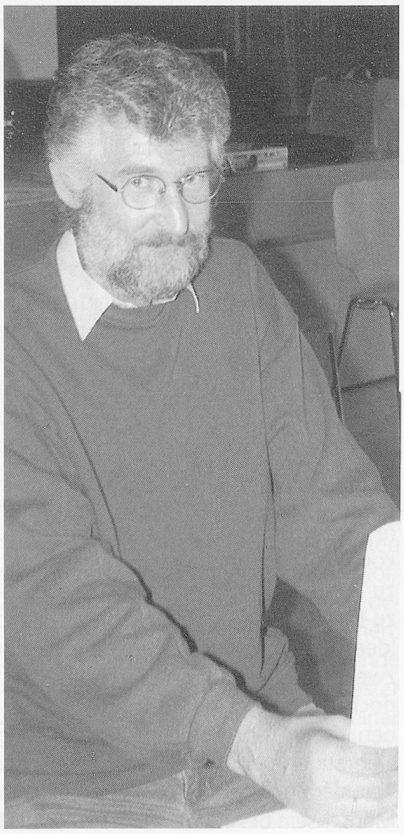
Weiterbildungskurs zur Heimköchin / zum Heimkoch des Heimverbandes Schweiz

«ÜBER LOHN UND ALTER SPRICHT MAN NICHT»

Von Eva Johner Bärtschi

«Wie alt sind Sie? Wie alt fühlen Sie sich? Was meinen Sie, wie alt andere Sie einschätzen?» Diese drei Fragen stellte *Alfred Hoffmann*, Pädagogischer Leiter der Hamburger/Hessischen Arbeitsgemeinschaft für Fortbildung in der Altenhilfe (hafa) und Tagesleiter dieser dritten Sequenz in der Heimkoch-Weiterbildung gleich zu Beginn anstelle einer Vorstellungsrunde den verdutzten Teilnehmerinnen. Die Antworten fielen eindeutig aus: die meisten fühlen sich jünger als sie wirklich sind; viele werden, ihrer Ansicht nach, auch von den Mitmenschen jünger eingeschätzt. Auch über die Mühe wird gesprochen, die es einem bereitet, sich mit solchen Fragen auseinanderzusetzen: man getraut sich nicht, danach zu fragen – «über den Lohn und das Alter spricht man nicht», wie es ein Teilnehmer formuliert.

Weshalb diese Ängste? Weshalb geniesst man es, jünger zu wirken, als man ist? Weshalb ist in den mittleren Jahren das Altern häufig noch kein Thema? Was heisst das überhaupt: altern?



Alfred Hoffmann: «Wie alt sind Sie?»

Alter beginnt mit der Geburt!

Damit sind wir zum Grundthema vorgestossen, mit dem sich die Runde unter der kompetenten Leitung von Alfred Hoffmann an diesem Montag beschäftigte: altern, das Alter. Wann beginnt denn eigentlich das Alter? Nach der offiziellen Konvention fängt das Alter mit der Pensionierung an. Es ist dies eine künstliche Setzung, die wiederum keine starre Schranke darstellt: sie variiert unter anderem je nach Land, ökonomischer Situation und politischen Rahmenbedingungen.

Auch die übliche Gliederung des menschlichen Lebenslaufes in drei Phasen – Kindheit/Jugend, Erwachsenenalter, Alter – vermag die Komplexität der heutigen Altersstruktur nicht mehr zu fassen. Dauerte das Alter früher durchschnittlich 5 bis 10 Jahre, so spricht man heute von den jungen Alten (bis 70), von den mittleren Alten (70–80) und den «alten» Alten (ab 80). Bisweilen werden auch die Begriffe «rüstige» und «pflegeabhängige Altersphase» verwendet. Immer mehr Menschen werden heute immer älter: durchschnittlich ist die Lebenserwartung um 25 Jahre gestiegen.

Aber wann beginnt nun genau das Alter? Biologisch gesehen könnte man sagen, dass altern mit der Geburt beginnt. Aus der sozialen Gerontologie, die sich, so Alfred Hoffmann, immer mehr zu einer «Lebenslaufwissenschaft» entwickelt, stammt auch die folgende, in eine ähnliche Richtung weisende Definition:

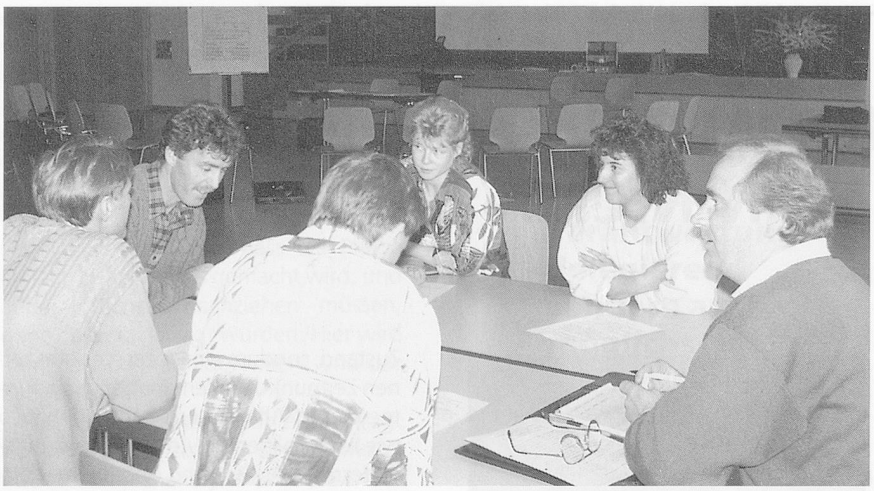
> **„Altern ist ein vielschichtiger, lebenslanger Entwicklungs- und Veränderungsprozess."**

Alter hat soziale, seelische und ökonomische Begleiterscheinungen. Alter ist kein Zustand, sondern ein Prozess; es gibt keinen Zeitpunkt, an dem man sagen könnte: jetzt ist Alter. Altern findet, genauso wie Leben allgemein, in den Spannungsfeldern von Aufbau und Abbau, von Kontinuität und Veränderung, von Anforderung und (Ich-)Bewältigung, von Abhängigkeit und Unabhängigkeit, von Wollen und Können statt. Wir haben heute alle ein Stück Alter in uns, aber auch im alten Menschen steckt ein Stück Jugend und Erwachsenenalter. Kalendarisches Alter ist keine Relevanz: man kann daraus höchstens zurückrechnen, wann jemand geboren ist.

Jeder Mensch altert auf seine Art

Der biologische Alterungsprozess lässt sich nicht von der Hand weisen: im Organfunktionenvergleich wird deutlich, dass das Altern von einer Reihe von Veränderungen auf der biologischen Ebene begleitet wird. Diese Veränderungen sind aber normal und keine Krankheit. Vor allem: sie sind nicht zu bewerten, nicht zu messen an Leistungsnormen, die sich an der Maximumsleistung der Lebensmitte orientieren und sowohl der Jugend als auch dem Alter ihr Erfolgs- und Leistungsdenken aufzwingen wollen.

Den alternden Menschen so sehen, wie er ist: konkret heisst das nach Alfred Hoffmann, sich den Entwicklungsaufgaben zu stellen, die in der zweiten Lebenshälfte an den Menschen herantreten. Viele «Anpassungen» werden von ihm gefordert, wobei es wesentlich ist, diese als aktives Geschehen zu begreifen, nicht als passives «Über-sich-ergehen-Lassen». Der alternde Mensch muss sich auseinandersetzen mit einem veränderten äusseren Erscheinungsbild, mit einer abnehmenden körperlichen Leistungsfähigkeit, er muss sich neu orientieren im sexuellen Bereich, sich vielleicht beschäftigen mit einer altersgerechten Ernährung. Anpassung an geistige Veränderungen wird gefordert: Wie lässt sich die allgemeine geistige Leistungsfähigkeit erhalten, wo lässt sie sich eventuell ausbauen, wie lassen sich verminderte geistige Fähigkeiten kompensieren? Weitere Themen sind die Anpassung an die veränderte Bewertung (Bild des älteren



Die vorhandene Zeit sinnvoll nutzen: Was das heisst, kann jeder nur für sich selber beantworten.
Fotos Eva Johner Bärtschi

Menschen in der Öffentlichkeit, Verarbeitung der Ausgliederung aus dem Beruf), an die Veränderung der Sozialbeziehungen, die Auseinandersetzung mit der vermehrten Abhängigkeit, mit dem eigenen Tod.

Diese Anpassungen erfolgen bei jedem Menschen individuell und persönlich:

> **„Jeder Mensch altert auf seine Art."**

Dem Leben einen neuen Sinn geben, die noch vorhandene Zeit sinnvoll nutzen: dafür gibt es kein Patentrezept. Was das heisst, kann jeder nur für sich selber, ganz subjektiv, beantworten.

Und immer wieder stellt sich die Frage nach der Selbstbestimmung. Wenn schon wir, wie Kursteilnehmer in die Runde werfen, nicht so leben können, wie wir fühlen, weil wir befürchten, zu Aussenseitern zu werden, wie soll das erst für Betagte möglich sein? Wie können wir die Angst überwinden, nicht geliebt zu werden, die Angst, die uns dazu bringt, uns so zu verhalten, wie es andere (scheinbar) haben möchten? Wie komme ich zu einer anderen Einstellung, zu einer «Ich-mute-mich-dem-anderen-zu-Haltung»? Wahrscheinlich – so meine Idee – ist dies auch eine Aufgabe der zweiten Lebenshälfte (wenn sie bis dahin noch nicht angegangen worden ist): lernen, die prinzipielle Eigenverantwortung wahrzunehmen, die neben genetischer Veranlagung und sozialer Prägung unser Menschsein bestimmt. ■

DER ALTE GROSSVATER UND DER ENKEL

Manchmal besser als viele Theorien veranschaulicht diese Geschichte, die Alfred Hoffmann erzählt hat, die Grundbedürfnisse pflegeabhängiger alter Menschen:

Es war einmal ein steinalter Mann, dem waren die Augen trüb geworden, die Ohren taub, und die Knie zitterten ihm. Wenn er nun bei Tische sass und den Löffel kaum halten konnte, schüttete er Suppe auf das Tischtuch, und es floss ihm auch etwas wieder aus dem Mund. Sein Sohn und dessen Frau ekelten sich davor, und deswegen musste sich der alte Grossvater endlich hinter den Ofen in die Ecke setzen, und sie gaben ihm sein Essen in ein irdenes Schüsselchen und noch dazu nicht einmal satt: da sah er betrübt nach dem Tisch, und die Augen wurden ihm nass. Einmal auch konnten seine zittrigen Hände das Schüsselchen nicht festhalten, es fiel zur Erde und zerbrach. Die junge Frau schalt, er sagte aber nichts und seufzte nur. Da kaufte sie ihm ein hölzernes Schüsselchen für ein paar Heller, daraus musste er nun essen. Wie sie da so sitzen, so trägt der kleine Enkel von vier Jahren auf der Erde kleine Brettlein zusammen. «Was machst du da?» fragte der Vater. «Ich mache ein Tröglein», antwortete das Kind, «daraus sollen Vater und Mutter essen, wenn ich gross bin.» Da sahen sich Mann und Frau eine Weile an, fingen endlich an zu weinen, holten dann den alten Grossvater an den Tisch und liessen ihn von nun an immer mitessen, sagten auch nichts, wenn er ein wenig verschüttete.

NEUE HEIMLEITER

Altersheime

Alters- und Pflegeheim Pelikan, Weesen, Beat und Kerstin Brunner; Altersheim Riggisberg, Riggisberg, Erka Wille; Altersheim Waldheim, Zug, Paul und Maria Egli; Künzle-Heim und Bürgerheim, Schaffhausen, Mariann Gantenbein; Altersheim Städtli, Berneck, Andrea Knöpfel; Seniorenheim Dorfplatz, Oberhelfenschwil, Edwin Schmid; Altersheim Schöftland, Schöftland, Hans-Ulrich Widmer; Alters- und Pflegeheim, Thusis, Peter Buchli; Alters- und Pflegeheim Flaachtal, Flaach, Josef Clemens Kühne; Alters- und Pflegeheim Mühlefeld, Erlinsbach, Christine Lehner; Alters- und Pflegeheim Lanzeln, Stäfa, Robert Zwahlen; Alters- und Pflegeheim St. Josefshaus, St. Gallen, Leo Bernhardsgrütter; Altersheim Alpstein, Teufen, Heidi Schönenberger; Alterssiedlung St. Martin, Sursee, Urs Keller; Pflegeheim Bärau, Bärau, Kathrin Abt/Sylvia Moser; Alters- und Pflegeheim Marienheim, Wangen, Ueli Maerki; Altersheim Eigen, Faulensee, Béatrice und Ulrich Oppliger; Alters- und Pflegeheim Thal-Gäu, Egerkingen, Stephan und Andrea Egloff; Seniorenzentrum Zwyden, Hergiswil, Verena Brändli; Altersheim Stollenweid, Schönenberg, Gerhard und Marguerite Krebeck-Roser; Altersheim Weierwies 410, 9035 Grub, W. und E. Schläpfer-Hauptmann; Altersheim Lindenhof, Oftringen, Kaspar Schwald; Altersheim Stadelbach, Möhlin, Margrit Bloch; Alters- und Pflegeheim Breitlen, Hombrechtikon, Robert Adama; Altersheim Eigenamt, Lupfig, Vreni Trachsel/Kathrin Schöb; Altersheim Risi, Wattwil, Edy Schmid; Pflegeheim Höchweid, Ebikon, Katharina Blume-Antener.

Behindertenheime

Eingliederungsstätte Appisberg, Männedorf, Felix Pfister; Heil- und Bildungsstätte Ekkharthof, Lengwil-Oberhofen, Johannes Ackermann; BSZ-Wohnheim, Einsiedeln, Hubert Hürlimann; Eingliederungsstätte, Schaffhausen, R. Rickli/E. Honold; Behinderten-Wohnheim Nidwalden, Stans, Hanspeter Gamma.

Jugendheime

Gute Herberge, Kantonales Heim für Schulkinder, Riehen, Phylomena Besax-Simeon; Heimstätte Sonnegg, Belp, Christian Pfammatter; Sonderschulheim Chilberg, Fischingen, Elisabeth Zecchinel.