

**Zeitschrift:** Fachzeitschrift Heim  
**Herausgeber:** Heimverband Schweiz  
**Band:** 65 (1994)  
**Heft:** 8

**Rubrik:** Laut nachgedacht : drei geschenkte Sterne

#### **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:** 29.01.2026

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

# DREI GESCHENKTE STERNE

Von Dumeni Capeder

**D**as Alter ist um uns herum, um uns Heimleiter und Mitarbeiter im Alters- und Pflegeheim. So gesehen ist es für uns nichts Neues, nichts Fremdes, ja etwas Vertrautes, Alltägliches, Selbstverständliches . . . Ist es das?

## Hilfe – ich bin infiziert!

Vor 12 Jahren kam ich in engeren Kontakt mit dem Alters- und Pflegeheim, zum ersten Mal, hautnah, unwiderruflich, dann nämlich, als ich mich entschloss, Heimverwalter zu werden. Im Rückblick ist es mir, wie wenn ich damals mit einer neuen Welt, mit einem neuen Leben Bekanntschaft schliessen würde, es war alles so anders, so fremd, überraschend, verschieden, oder medizinisch ausgedrückt: es war wie wenn sich eine Krankheit anbahnen würde, was ich vorerst nicht ganz verstand. Wie ist es, wenn wir krank werden? Ein ungewisses Spüren, ein undefinierbares kribbeliges Gefühl, Unwohlsein, erste körperliche und seelische Anzeichen von Veränderungen, sich konkretisierende Ahnungen, auftretende Symptome bis zur Stunde der Wahrheit: ich bin infiziert!

## Da wird gestorben

Unmittelbar mit der Erkenntnis verbunden, dass das Alter die Vorstufe des Sterbens ist, nistete sich bei mir in der Inkubationszeit meiner Heimarbeit die Gewissheit ein, dass ich nun als Teil dieser Schicksalsgemeinschaft mit ihr unentzerrbar verbunden sei. Dreissig Heimbewohnerinnen und Heimbewohner nahmen jährlich von uns für immer Abschied, dreissig neue kamen hinzu. Im nächsten Jahr wieder soviele, und so

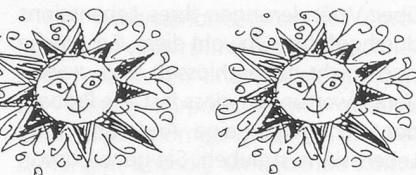
ging es weiter. Ich wehrte mich innerlich dagegen, zuerst wohl unbewusst und still, später bewusst und leidend. Bis dahin 28 Jahre im vollen pulsierenden Berufsleben tätig, wo Leistung, Karriere und Erfolg zählten, war mir nun die neue Situation plötzlich unangenehm bis abstoßend, ja unheimlich. Wo war ich nur gelandet, ich lebenshungriger, stets auf der Sonnenseite des Lebens dahinwandernder Spätvierziger – etwa in einem Sterbehaus?

## Das Haus des Schicksals

An jener Stelle angelangt, wo ich den neuen Beruf trotz intensiver Aus- und Weiterbildung beinahe an den Nagel gehängt hätte, passierte es. Wieder einmal war ein mir lieber und eng verbundener alter Mitmensch im Heim in die Ewigkeit hinübergegangen, ganz plötzlich, ohne Vorzeichen und ohne Abschied, einfach so. Ich meinte, es nicht mehr aushalten

**“ Weisst Du,  
dass dieser Mensch  
das Recht hatte  
zu sterben? ”**

zu können. Ja, ich war verzweifelt, nicht nur, weil der mir Nahestehende gestorben war, das war nur der Tropfen, der den Becher zum Überlaufen brachte. Vielmehr machte sich in mir die Gewissheit breit, dass ich diese Atmosphäre nicht mehr aushalten könnte, dass ich am falschen Ort gelandet sei, einen Irrweg meiner beruflichen und familiären Ausrichtung eingeschlagen hätte. Eine



ausweglose Situation also, die an eine «Midlife-crisis» grenzte.

In einem der damals öfters stattfindenden Gespräche mit meiner im Heim ebenfalls tätigen Frau kam die Wende:

- ★ «Weisst Du, dass dieser Mensch das Recht hatte zu sterben?»
- ★ «Weisst Du, dass sein Schicksal nur so in Erfüllung gehen konnte?»
- ★ «Weisst Du aber auch, dass Du als Mitarbeiter in diesem Heim die einzigartige Chance hast, das Lebensende so vieler Mitmenschen erleichtern zu helfen, es menschenwürdig zu gestalten, sie bis zum Abschied aus engster Nähe zu begleiten?»

Dieses Gespräch war für mich wohl eine jener Sternstunden, die uns das Leben manchmal schenkt. «Drei Sterne» waren es, die seither meine Einstellung veränderten und meiner Arbeit im Heim eine neue Sinnfindung brachten.

## Es ist die Einstellung,

die das meiste in unserem Leben unerträglich, unfassbar, unannehbar, aber auch eben erträglich, erfassbar, annehmbar macht. Indem ich meine Einstellung zu verändern trachte, verändere ich mich selber. Wenn ich es richtig mache, eben mit der richtigen Einstellung, tue ich es, ohne mich selber zu verleugnen. Und wenn ich auf diese Art mich selber sein kann, habe ich jene Stufe der Sinnfindung erreicht, die du und ich, wir alle zu einem heilsamen, befriedigenden, bereichernden und erfüllten Heim-Mitarbeiterleben brauchen.

Ich wünsche Dir, liebe Kollegin, lieber Kollege, für Deine ach so schöne Aufgabe – eben jene drei geschenkten Sterne! ■

## ALTERSARBEIT IM WANDEL

# Neuorientierung ist notwendig!

Wir bieten: Organisationsdiagnosen, Konzeptberatung, Führungsberatung