Zeitschrift: Fachzeitschrift Heim
Herausgeber: Heimverband Schweiz
Band: 68 (1997)
Heft: 2

Artikel: Kommentare zu Lichtbildern : Autonomie trotz Abhängigkeit
Autor: Portmann, Hilde
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-812295

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: 13.07.2025

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

Kommentare zu Lichtbildern

AUTONOMIE TROTZ ABHÄNGIGKEIT

Von Hilde Portmann

Hilde Portmann, Heimleiterin: Trotz Abhängigkeit den Bewohnern eine grösstmögliche Autonomie gewähren. *Foto Erika Ritter*

Hilde Portmann brachte Lichtbilder aus ihrem Heim mit; Lichtbilder, die die Gefahrenquellen, die im Alltag zu Aggression und Gewalt führen können, aufzeigten. Sie führte dazu aus:

«In meiner Tätigkeit im Altersheim hat mich eine Frage immer wieder beschäftigt: Warum haben alte Menschen so grosse Angst vor dem Heimeintritt? Bei meinen vielen Besuchen und Gesprächen bei zukünftigen Heimbewohnern stellt sich immer wieder heraus, dass es nicht die Angst ist, liebgewonnene Gegenstände und Erinnerungen zurückzulassen; es ist die Angst, sich selber aufgeben zu müssen, seine Mödeli und Gewohnheiten, den eigenen Rhythmus nicht mehr haben zu dürfen und Gefühle nicht mehr ausleben zu können. Es braucht viel Zeit und mehrere Gespräche, um diese wahren Ängste aufzuspüren. Gemeinsam müssen dann Lösungen gesucht werden, damit der Betagte vertrauensvoll diesem letzten Lebensabschnitt entgegensehen kann. Vertrauen vor dem Heimeintritt ist wichtiger als perfekte Prospekte und grosse Worte oder falsche Versprechungen.»

Die in Basel von Hilde Portmann vorgeführten Lichtbilder zeigten auf, wie viele Ressourcen auch bei den pflegebedürftigen Bewohnern noch vorhanden sind, und was Heimverantwortliche mit ihren Mitarbeitern tun können, um trotz Abhängigkeit den Bewohnern eine grösstmögliche Autonomie zu gewähren. Hilde Portmann:

- *Die ideale Voraussetzung für ein zufriedenes, selbstbestimmtes Leben im Heim ist, wenn der Betagte sein Heim wählen und auch den Zeitpunkt des Eintritts selber bestimmen kann.*
  Dies erfordert von unserer Seite ein grosses Engagement in der Öffentlichkeitsarbeit, im besonderen in der Information der Bevölkerung, damit unsere Heime eine echte Wohnmöglichkeit im Alter und kein «Schreckgespenst» sind.

- *Der Heimbewohner, der bei uns ein Zimmer mietet, nimmt seine Möbel, Bilder und persönlichen Gegenstände, die die Grösse der Wohneinheit zulässt, mit ins Heim. Ausschlaggebend für die Auswahl sind niemals die Effizienz des Reinigungsdienstes oder der Geschmack des Heimleiters. Die Entscheidung liegt einzig und allein beim Pensionär und kann höchstens durch den Sicherheitsfaktor eingeschränkt werden. Das eigene Zimmer gibt dem Bewohner die Möglichkeit, sich jederzeit zur Ruhe, zum Alleinsein zurückzuziehen. Mitarbeiter, Besucher oder Mitbewohner haben kein Recht, ohne Einwilligung in die Privatsphäre des Pensionärs einzudringen, solange kein dringender Grund dazu besteht.*

- *Jeder Mensch, und sei er noch so dement und pflegebedürftig, hat den Wunsch, nützlich zu sein. Haushaltarbeit ist bei der Überzahl der Frauen in unseren Heimen der Inbegriff von Nützlichkeit. Es liegt an uns, diese Möglichkeiten für unsere Bewohner bereitzustellen, auch wenn es für die Mitarbeiter Mehrarbeit bedeutet, im Endeffekt ist es immer eine bessere Lebensqualität, sofern die Beschäftigung frei gewählt werden durfte.*

- *Welche Möglichkeit zur Selbstbestimmung hat eine Bewohnerin, die ohne ihre Zustimmung vor den laufenden Fernseher gesetzt wird? Die Fernbedienung ist ausserhalb ihrer Reichweite. Laufende Fernseher und Radios im Tagesraum sind noch lange kein Beweis für aktivierte, zufriedene Bewohner. Auch der pflegebedürftige Heimbewohner möchte nützlich sein. Vielleicht hat er noch die Möglichkeit, seine gesunden Arme oder seinen wachen Geist einzusetzen. Bei der Gestaltung der Hauszeitung zum Beispiel kann eine Bewohnerin ihre Erinnerungen auf Tonband sprechen, wenn sie nicht mehr in der Lage ist zu schreiben. Jeder kann auf seine Weise sich selber, einem Mitbewohner, oder dem Heim nützlich sein. Es erfordert viel Engagement und Phantasie unserer Mitarbeiter im Aufspüren solcher Ressourcen.*

- *Sinnvolle Aktivierungsmöglichkeiten gibt es viele. Wichtig dabei ist, dass der Bewohner aus einem seinen Fähigkeiten und Neigungen entsprechenden Angebot auslesen kann und auch die Möglichkeit hat, eine gutgemeinte Aktivierung abzulehnen, vielleicht ganz einfach, weil er allein sein möchte.*

- *Bei den Aktivitäten des täglichen Lebens lohnt es sich auf jeden Fall, motivierend und unterstützend auf die Bewohner einzuwirken. Ob das Bett am Morgen oder am Mittag gemacht wird, ob das Leintuch straff ist oder nicht, ist nicht von grosser Bedeutung. Hauptsache ist, die Bewohnerin hat es selbst gemacht und wurde dafür gelobt. Anerkennung braucht jeder Mensch, auch noch oder erst recht im hohen Alter. Möglichkeiten zum Lob gibt es viele: für ein selbständiges Tun, für eine liebe Geste oder zum Beispiel einfach dafür, dass er sein Leid oder sein Schicksal annehmen kann.*

- *Wie wichtig und zeitraubend die Kleiderwahl vor allem für die Frauen ist, merken wir erst, wenn wir ihnen die Wahl wirklich überlassen und höchstens noch beratend zur Seite stehen. Demente, die in ihrer eigenen Welt leben, haben auch eine eigene Vorstellung von Bekleidung. Es ist ein sinnloses Bemühen, ihnen unsere Norm aufzuzwängen. Der Verwirrte, der vielleicht seine Jacke verkehrt und über alles noch sein Nachthemd trägt, schadet weder sich selbst, noch seiner Umgebung. Die Freude aber, sich selbst angezogen zu haben, steht ihm ins Gesicht ge-*

schrieben. Wäre es nicht sinnvoller, unsere Kräfte für die Aufklärung der Angehörigen und Besucher einzusetzen, anstatt uns auf einen Machtkampf mit dem Dementen einzulassen, der ihm mehr schadet als nützt?

- *Hilfe anzunehmen ist für die meisten Bewohner schwer, den eigenen Körper von Fremden waschen zu lassen, ist jedoch am schwierigsten zu akzeptieren. Darum lohnt es sich, hier besonders aktivierend, einfühlsam und geduldig zu sein. Je besser wir seine Intimsphäre wahren, desto weniger fühlt sich der Betroffene ausgeliefert und gedemütigt.*

- *Es müssen alle möglichen Hilfsmittel eingesetzt werden, die die Autonomie oder zumindest eine Teilautonomie ermöglichen. Wer den Badelift zum Einsteigen benötigt, braucht nicht unbedingt Hilfe beim Waschen. Unselbständigkeit darf beim Heimeintritt nicht generell unterstellt werden, sondern muss von den Mitarbeitern im Gespräch und im Umgang mit dem Bewohner sorgfältig erkannt und abgeklärt werden.*

- *Teilautonom kann auch der Rollstuhlabhängige sein. Wenn wir ihm die besten Hilfsmittel zur Verfügung stellen und ihn den Umgang damit lernen, bestimmt er selber, wann er sein Zimmer verlässt und wohin die Reise führt. Jeder Mensch und ist er noch so behindert, hat noch irgendwelche Ressourcen, sei es im körperlichen, geistigen oder sozialen Bereich. Wer nicht mehr selber handeln kann, kann zumindest noch entscheiden, was wann und wie mit ihm gemacht wird oder uns auf irgend eine Art mitteilen, ob ihm unsere Hilfe angnehm ist oder nicht.*

- *Wenn wir Dienstleistungen wie Pediküre, Coiffeur, Zahnprothetik usw. ins Heim holen, aktivieren wir die Ressourcen unserer Bewohner. Sie sind viel weniger auf fremde Hilfe angewiesen und können somit selbständiger entscheiden und handeln.*

- *Das Essen soll auch im Alter Freude bereiten. Dazu gehört Mitspracherecht, zum Beispiel bei der Essenszeit, beim Essensplatz oder beim Menü selber. Das beliebte Café complet soll auch im Heim noch dem gesünderen Tofuplätzli vorgezogen werden dürfen. Es ist mit den heutigen Einrichtungen eine Leichtigkeit, dem Dementen oder dem Ausflügler eine Mahlzeit auch am späteren Abend aufzuwärmen.*

- *Auch wenn die pflegebedürftige Bewohnerin auf Hilfe beim Essen angewiesen ist, so hat sie doch das Recht, den nächsten Bissen zu verweigern. Je abhängiger jemand ist, desto behutsamer und bewusster muss mit den verbleibenden Ressourcen umgegangen werden. Auch ein Mund, der sich nicht mehr öffnet, ist eine klare, ernstzunehmende Entscheidung des Betreffenden.*

- *Wenn wir den Bewohner nach seinen Bedürfnissen betreuen wollen, dürfen wir ihn nicht in einen sturen, den Mitarbeitern dienenden Tagesplan einzwängen. Er muss selber entscheiden können, wann es für ihn Zeit ist zum Aufstehen. Meine Erfahrung zeigt immer wieder, je besser die Kommunikation, das heisst die Beziehung zum Bewohner ist, desto eher ist er auch bereit, unseren auch unausgesprochenen Wünschen entgegenzukommen. Wenn der Bewohner seine Anliegen äussern darf, interessiert er sich auch für unsere Bedürfnisse und akzeptiert auch seine Pflichten und die Grenzen seiner Freiheit.*

- *Beziehungen sind auch im hohen Alter noch von grosser Bedeutung. Es ist wichtig, dass der betagte Mensch die ihm verbleibenden sozialen Kontakte pflegen und neue knüpfen kann. Es ist unsere Aufgabe, ihm die gewünschten Begegnungen jederzeit im Heim oder auch ausserhalb zu ermöglichen. Dies erfordert von unseren Mitarbeitern ein grosses Engagement im Kennenlernen der Biographie und somit des Beziehungsnetzes der betreffenden Bewohner.*

- *Das eigene Telefon ermöglicht dem Bewohner ebenfalls Kontakte und Beziehungen nach seiner Wahl aufrechtzuerhalten. Er muss jederzeit ungestört Gespräche führen können. Dies ist nur möglich, wenn der Apparat immer in Reichweite ist, und der anwesende Mitarbeiter, der vielleicht beim Einstellen der Nummer behilflich sein muss, beim Gespräch das Zimmer verlässt.*

- *Beziehungen zu Tieren sind auch im Alter noch sehr wichtig. Betagte, die ein Tier umsorgen, sollen gesünder und zufriedener sein. Solange niemand das Gegenteil beweist, ist es unsere Aufgabe, diese Autonomie in der Beziehung zum Tier zu fördern und zu unterstützen. Das Gegenargument HYGIENE darf bei der Entscheidung ruhig einmal in den Hintergrund gestellt werden.*

- *Auch wenn Liebe und Sexualität im hohen Alter oft belächelt werden, so sind doch verliebte Heimbewohner zufriedener und für unsere Heime somit eine Bereicherung. Es kann also nur in unserem Interesse sein, solche Beziehungen zuzulassen und zu unterstützen. Damit auch der behinderte, abhängige Bewohner eine solche Beziehung eingehen kann, braucht er vor allem Verständnis und unsere Bereitschaft, seinem Bedürfnis nach Ungestörtheit entgegenzukommen und vor allem unsere Achtung und Wahrung seiner Intimsphäre.*

- *In den meisten Heimen leben Betagte mit verschiedenen Religionen und Weltanschauungen. Es ist von grosser Wichtigkeit, dass wir dies anerkennen und es allen ermöglichen, nach ihren Werten und Traditionen weiterleben zu können.*

- *Auch die freie Arztwahl gehört zum selbstbestimmten Leben im Alter. Der betagte Mensch muss die Möglichkeit haben, Medikamente, Therapien oder Untersuchungen abzulehnen, nachdem er von den zuständigen Personen genügend darüber informiert wurde. Auch eine Spitaleinweisung soll er verweigern können, um in seiner vertrauten Umgebung sterben zu können.*

- *Geredet wird viel bei uns in den Heimen. Doch allzu viele Rapporte, Sitzungen und Gespräche finden ohne den betroffenen Bewohner statt. Die Betreuenden entscheiden, was gut ist für ihn; we]che Inkontinenzeinlage er zu tragen hat, welche Aktivierung ihm gut tut oder welcher Tischnachbar zu ihm passt.*

- *Im Gespräch mit der Bewohnerin erfahren wir ihre wahren Bedürfnisse. Nur so kann eine echte Beziehung und somit Vertrauen wachsen. Der Wunsch nach Selbständigkeit im Handeln und Entscheiden ist kein «schwieriges Verhalten» des Bewohners, sondern ein Merkmal seiner Persönlichkeit, dem wir Beachtung schenken müssen, wenn wir Heime ohne Gewalt anstreben wollen. Wenn wir die Kommunikation mit dem Bewohner ernst nehmen, dann wissen wir auch, wie wichtig die Kommunikation mit dem Mitarbeiter, den Angehörigen und nicht zuletzt mit der Öffentlichkeit ist. So darf und kann es nicht passieren, dass der Schritt zu den Medien für Betroffene der einzige Weg ist, angehört und ernstgenommen zu werden.* ■