Zeitschrift: Fachzeitschrift Heim

Herausgeber: Heimverband Schweiz

Band: 70 (1999)

Heft: 7-8

Artikel: Die Grundlagen für verantwortliches Handeln im Alters- und Pflegeheim des Heimverbandes Schweiz in der Praxis : Recht auf Wachstum der Persönlichkeit im Altersheim

Autor: Ritter, Adrian

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-812937

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: 07.12.2025

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

Die Grundlagen für verantwortliches Handeln im Alters- und Pflegeheim des Heimverbandes Schweiz in der Praxis

RECHT AUF WACHSTUM DER PERSÖNLICHKEIT IM ALTERSHEIM

Gespräche und Betrachtungen von Adrian Ritter

Die «Grundlagen für verantwortliches Handeln in Alters- und Pflegeheimen» des Heimverbandes Schweiz beinhalten auch das Recht auf Wachstum der Persönlichkeit, welches wie folgt umschrieben wird: «Wir setzen uns dafür ein, dass sich alle Menschen im Heim weiterentwickeln können. Die Lebensbedingungen sind im Heim so zu gestalten, dass für die Bewohnerinnen und Mitarbeiterinnen eine förderliche Entwicklung erfolgen kann hinsichtlich ihrer körperlichen, seelischen, geistigen und sozialen Interessen.»[1]

Welche Bedeutung hat dieses Recht auf Persönlichkeitswachstum in der Praxis und was ist darunter genau zu verstehen? Die Fachzeitschrift Heim hat in zwei Altersheimen das Gespräch mit BewohnerInnen und Mitarbeitenden gesucht.

Persönlichkeitswachstum, Persönlichkeitsentwicklung. Worte, die einer Definition bedürfen. Wir können diese entweder analytisch-wissenschaftlich vorzugeben versuchen oder aber, und diesen Weg wollen wir für den folgenden Beitrag einschlagen, Bewohnerinnen und Bewohner, Heimleiterinnen und Mitarbeiter in Altersheimen ihn für sich persönlich definieren lassen.

Wir wollen also Bewohnerinnen und Bewohner danach fragen, was für sie Persönlichkeitswachstum bedeutet, welchen Stellenwert es in ihrem Leben hat und inwiefern das Leben im Heim diesem Wachstum förderlich oder hinderlich ist. Und wir wollen Heimleitende und Mitarbeitende danach fragen, wie sie den Begriff definieren, welche Bedeutung dieser Aspekt in ihrer Arbeit hat und wie sie das Interesse an Persönlichkeitswachstum bei ihren Bewohnerinnen einschätzen.

Besuchen wir also zwei Altersheime im Kanton Zürich. Die Auswahl erfolgte zufällig, abgesehen vom Aspekt, dass ein Heim städtisch und das andere ländlich gelegen sein sollte. Die Wahl fiel auf das Pfrundhaus/Bürgerasyl in Zürich und das Alterswohnheim Seewadel in Affoltern am Albis (vgl. Kasten).

Wo stehen nun also Menschen im höheren Alter im Leben? Welche Inhalte interessieren sie? Welche Wünsche, Hoffnungen und Projekte haben sie? Im Gespräch mit Bewohnerinnen und Bewohnern von Pfrundhaus/Bürgerasyl und Alterswohnheim Seewadel:

Die 94-jährige M.A. lebt seit zwei Wochen im Altersheim: «Ich lebe nur noch für die Gegenwart, nehme vorab, was kommt. Vielleicht denkt man intensiver über die Vergangenheit nach, man hat Zeit. Darüber nachdenken, was schön war und was unschön war. Ich glaube, das kommt ganz automatisch in diesem Alter. (...) Ich habe mein Leben gelebt, würde ich sagen, und ich habe eigentlich gar keine Wünsche mehr ausser gesund zu bleiben solange es geht. (...) Und ich kam ins Heim, damit ich dann einmal in Würde sterben kann. Den Platz auf dem Friedhof habe ich schon. Das wäre der Abschluss.» Beeindruckt hat Frau M.A., als eine Mitbewohnerin ihr einmal sagte: «Man braucht ein bisschen Liebe im Alter.» So ist es für sie denn auch wichtig, «jenen, die schlechter dran sind als ich selber, ein bisschen Trost zu geben». Gleichzeitig würde sie sich für sich selber wünschen, dass die Mitarbeiterinnen mehr Zeit für Gespräche hätten.

> **„Ich bin froh, wenn ich nichts mehr machen muss."**

Für einen bald 90-jährigen Bewohner ist es besonders wichtig, den Weg in die Stille zu gehen. Eine grosse Freude ist es für ihn, sich täglich im Garten aufzuhalten.

Ebenfalls wichtig ist ihm die tägliche Meditation, die er seit 50 Jahren praktiziert und die ihm mit zunehmendem Alter sogar noch wichtiger geworden ist. «Ich spüre, dass mir dies wohl bis ans Ende des Lebens wichtig bleiben wird. Und ich bin dankbar, dass ich dem im Laufe meines Lebens begegnen durfte und trotz Altersbeschwerden dies auch heute noch ausüben kann. Ich empfinde die Notwendigkeit, dass wir uns selber annehmen können in unserer Gebrechlichkeit, in unserem körperlichen und seelischen Sein. Und dass wir versuchen, auch für unsere Mitmenschen Liebe zu empfinden und auszuüben. Wir sind ja nicht mehr lange hier.»

Für den 72-jährigen Bewohner J.A. ist es wichtig, sich mit den Leuten gut zu verstehen: «Ich komme gut aus mit den Leuten, sowohl mit den Mitbewohnern als auch mit den Angestellten. Und die Leute sind zufrieden mit mir. Ich möchte nicht an einem anderen Ort sein, ich habe hier alles. Darum gehe ich auch nie ins Dorf. Wieso auch? Mir ist ja wohl hier.»

Hat Herr J.A. Ziele, die er erreichen möchte, Projekte? «Nein, ich mache einfach, was mir in die Finger läuft. Sachen, die mir wichtig sind, das habe ich heute nicht mehr. Ich bin froh, wenn ich nichts mehr machen muss. Man lebt in den Tag. Ein bisschen hier sein, frische Luft atmen, das ist das wichtigste.» Der Wunsch nach frischer Luft, so stellt sich im Laufe des Gesprächs heraus, rührt her von seiner langjährigen Tätigkeit in der chemischen Produktion.

Was bedeutet der Begriff Persönlichkeitswachstum?

Welche Bedeutung hat das Thema Persönlichkeitswachstum für Hanspeter Gutknecht, Leiter des Alterswohnheims Seewadel in Affoltern am Albis? «Spontan muss ich sagen, wenn ich an den altersbedingten Abbau der körperlichen und geistigen Fähigkeiten vieler Pensionäre denke, kommt mir der Begriff des Persönlichkeitswachstums in diesem Zusammenhang fast schon wie ein Widerspruch vor. Gibt es das in diesem fortgeschrittenen Alter überhaupt

[1] Im Text «Grundlagen für verantwortliches Handeln in Alters- und Pflegeheimen» wird grundsätzlich nur das weibliche Geschlecht verwendet; das männliche Geschlecht ist jeweils mitangesprochen.

Spielnachmittag im Alterswohnheim Seewadel: Förderliche Entwicklung sozialer und anderer Interessen. *Fotos Adrian*

noch? Und was bedeutet der Begriff «Persönlichkeitswachstum»? Er hat wohl mit Reife, Erfahrung und Gelassenheit zu tun. Eigenschaften, die bei älteren Menschen zwar durchaus noch vorhanden wären, aber vielleicht nicht mehr zum Tragen kommen können. Andererseits ist Persönlichkeitswachstum wohl auch etwas Dynamisches, das auch ohne Zutun von aussen stattfindet, sei es im Positiven oder im Negativen.»

Inwiefern erlebt Gutknecht im Heimalltag Persönlichkeitswachstum bei den Bewohnerinnen? «Ich denke, Persönlichkeitswachstum hat auch damit zu tun, mit neuen Situationen umgehen zu können. Diesbezüglich stellt gerade der Einzug in ein Altersheim eine Herausforderung dar. Im Sinne des Sich-zurechtfinden-Könnens in einer neuen Situation des Wohnens und auch alle Nachteile des Lebens in einer Gemeinschaft akzeptieren zu können. Die Vergangenheit zurücklassen zu können und sich mit der Gegenwart auseinanderzusetzen, das ist auch Teil von Persönlichkeitswachstum».

Gutknecht ist der Ansicht, dass für die Pensionäre Persönlichkeitswachstum im Sinne von Selbstverwirklichung eher in Ausnahmefällen erstrebenswert ist: «Die meisten leben eher in den Tag. Das ist wohl eine kleine Minderheit, die sagen wird: mein Leben ist noch nicht zu Ende. Und dies hat wohl auch mit der Zugehörigkeit zu einer Generation zu tun, die sich in erster Linie um Themen wie Arbeit, Sparen usw. zu kümmern hatte. Gerade Frauen, die ja den Hauptteil unserer Bewohnerinnen ausmachen, hatten wohl im Laufe ihres Lebens wenig Platz für Persönlichkeitsentwicklung ausserhalb ihrer Rolle als Mutter, Ehefrau und Haushälterin. (...) Man merkt beispielsweise auch, dass bei älteren Menschen stark das Gefühl verankert

> **„Ich empfinde die Notwendigkeit, dass wir uns selber annehmen können in unserer Gebrechlichkeit, in unserem körperlichen und seelischen Sein."**

ist, zufrieden sein zu müssen und keine Ansprüche stellen zu dürfen. Als Heimleiter muss ich sogar manchmal darauf hinweisen, dass es bei uns auch nicht nur schön ist, durchaus auch Nachteile gibt.»

Ähnliches stellt auch Max Hallauer, co-Heimleiter im Pfrundhaus/Bürgerasyl in Zürich fest: «Persönlichkeitswachstum heisst für mich gerade für die Generation, die jetzt im Altersheim ist, zum Beispiel zu lernen, dass man eine Auswahl treffen kann. Insofern hat der Begriff auch viel mit Selbstbestimmung zu tun. Dabei kann diese Selbstbestimmung natürlich auch beinhalten, dass man sich jetzt eben bedienen lassen und etwa am Salatbuffet gar nicht mehr selber auswählen gehen will. Persönlichkeitswachstum hat viel mit Lernen zu tun, und dabei geht es auch immer wieder um das Lernen von Solidarität. Dass man sich einerseits getraut, sich zu wehren, gleichzeitig aber auch Rücksicht zu nehmen.

Lernen und akzeptieren muss man natürlich auch, dass gewisse Fähigkeiten nachlassen. Gleichzeitig heisst Wachstum aber ebenso, dass man auch im hohen Alter noch neue Aktivitäten unternehmen kann, weil man sich dies wünscht. Wir hatten zum Beispiel eine halbseitengelähmte Bewohnerin, die plötzlich ihre künstlerischen Fähigkeiten entdeckte und seither bereits zwei Bilder-Ausstellungen gab.»

Lernen geschieht im Alters- und Pflegeheim Prundhaus/Bürgerasyl etwa auch im Heimrat, in der Cafeteria, im Werk-Atelier oder beim Monatstreff, wo unter anderem Fragen des Zusammenlebens diskutiert werden.

Für *Hallauer* «steckt noch viel in den Leuten: als Mitarbeitende müssen wir uns so verhalten und solche Angebote machen, dass Bewohnerinnen und Bewohner Impulse bekommen, sehen, was sie noch erreichen wollen».

> **„Persönlichkeitswachstum hat wohl mit Reife, Erfahrung und Gelassenheit zu tun."**

Solche Impulse vermag zum Beispiel das erwähnte Werk-Atelier im Pfrundhaus zu geben. Im Atelier wird neben handwerklichem und künstlerischem Arbeiten beispielsweise auch ein Biographie-Kurs angeboten. Dies aufgrund des von Bewohnerinnen geäusserten Wunsches, aus früheren Zeiten zu erzählen.

Dabei stehen die Aktivitäten im Atelier im übrigen nicht nur Heimbewohnern zur Verfügung, sondern werden auch von externen Personen genutzt. Judith Albert, Atelier-Leiterin: «Im Atelier werden zum Teil enorme Fortschritte erzielt. Bewohnerinnen entdecken beim Malen

“Die Vergangenheit zurücklassen zu können und sich mit der Gegenwart auseinanderzusetzen, das ist auch Teil von Persönlichkeitswachstum.”

ihren Farbensinn und erleben, dass sie zu Aktivitäten fähig sind, die sie sich gar nicht zugetraut hatten. Allerdings, so denke ich, ist es in der Regel schon so, dass kreative Aktivitäten im Altersheim insbesondere für diejenigen Bewohnerinnen ein Thema sind, die sich schon in früheren Jahren dafür interessiert hatten.»

Ein Beispiel dafür ist Frau R.v.F., 88-jährig. Sie geniesst es als Bewohnerin eines Altersheimes insbesondere, viel Zeit für sich selbst zu haben. Sie war selber als Zeichnungslehrerin immer gestalterisch tätig und führt seit 1964 ein Tagebuch in Form von Bildern und Zeichnungen: «Das Gestalterische gibt meinem Leben einen enormen Reichtum. Man kann damit zum Ausdruck bringen, was man denkt, worüber man noch Klarheit bekommen will. Spannend ist für mich als Grossmutter und bald schon Urgrossmutter zum Beispiel, zu beobachten, wie neues Leben entsteht und sich entwickelt. Oder zu sehen, wie die jungen Leute heute ihre Kinder erziehen. Das ist etwas Schönes, das Leben der Enkel zu begleiten. Und wesentliche Sachen, die man noch nicht versteht, zu verstehen versuchen.»

Ebenfalls mit Malerei beschäftigt ist die 93-jährige M.E., die wöchentlich einen Aquarell-Malkurs besucht: «Ich bin soweit zufrieden mit dem Leben hier. Im Gegensatz zu früher, als ich alleine in einer Wohnung lebte, habe ich hier mehr Kontakt mit Menschen. Manchmal denke ich, ich könnte schon noch aktiver sein, aber oft spüre ich auch eine physische Müdigkeit. (...) Ich habe kein bestimmtes Ziel im Leben, das ich noch erreichen möchte. Höchstens, mit Anstand zu sterben».

Frau R.Z.-H. ist 96-jährig und lacht, als ich sie frage, was für sie heute in ihrem

Ruth von Fischer: «Das Gestalterische gibt meinem Leben einen enormen Reichtum.»

Leben wichtig ist: «Wissen Sie, man nimmt einfach, was kommt und versucht, das Beste daraus zu machen. Man muss einfach machen, was jeden Tag anfällt, im Haushalt zum Beispiel. Ich habe das alles hinter mir, solche Wünsche und Dinge, die ich noch machen möchte. Das ist vorbei.» Und dann meint sie noch mit einem Schmunzeln: «Jetzt bin ich hier zur Freude oder zum Ärger für andere.»

Das Gespräch mit Frau R.Z.-H. ist allerdings ein Beispiel dafür, dass solche Aussagen im Laufe eines längeren Gesprächs auch relativiert werden und Wünsche zum Vorschein kommen. So meint sie auf meine Nachfrage, ob sie keine Wünsche und Projekte mehr habe: «Wünsche hat man natürlich immer, alles andere wäre nicht normal. Mein Wunsch ist, andere nicht zu ärgern.» Auch die Frage «Gibt es etwas, das Sie noch lernen möchten?» erweist

“Lernen, dass man eine Auswahl treffen kann.”

sich als aufschlussreich: «Man lernt, bis man stirbt. Ich möchte andere, die schwierig sind, noch richtig tragen lernen. Mit solchen Leuten auch zufrieden sein, sie achten, ihnen nichts nachtragen und ins Gespräch kommen, denn wir haben eine Verantwortung dem Nächsten gegenüber. (...) Ich hatte ein paarmal im Leben über meinen Schatten zu springen. Dazu musste ich vorher mit mir selber ins Gespräch kommen. Manchmal muss man sich selber ganz fest in die Hand nehmen. Es kann jeden Tag Situationen geben, die einem nicht gefallen. Da muss man sich überwinden. (...) Hier im Altersheim hat es verschiedene Charaktere. Da muss man sich

Überlegungen zu den Gesprächen mit Bewohnerinnen und Mitarbeitenden

Bei den geführten Gesprächen handelte es sich im Falle der Heimleitung und der Mitarbeitenden um eine Reflexion professionellen Handelns, währenddem bei den Bewohnerinnen das private Leben in seiner Ganzheit Gesprächsthema war. Dieser Unterschied hat unter anderem zwei Auswirkungen. Erstens können wir im Falle der Bewohnerinnen nicht a priori von einer Vertrautheit mit psychologischen Begriffen wie Persönlichkeitswachstum ausgehen, weshalb die Fragestellung eher indirekt mit Fragen wie «Was ist Ihnen heute im Leben wichtig?» angegangen wurde. Zweitens treffen Fragen nach dem privaten Leben in seiner Ganzheit weitaus stärker als solche nach professionellem Handeln die Privatsphäre. Können wir also davon ausgehen, dass einem «unbekannten» Journalisten frisch von der Leber mitgeteilt wird, was einem im Leben wirklich bewegt?

Wohl kaum. Es ist somit möglich, dass das Interesse an Persönlichkeitswachstum und der Beschäftigung mit entsprechenden Fragen bei den Bewohnerinnen unterschätzt wird, wobei ich in den Gesprächen auch die Erfahrung machte, dass eine anfängliche Zurückhaltung einem Vertrauen wich und das Erzählen aus dem eigenen Leben sehr tief ging. Ich möchte mich dafür bei meinen Gesprächspartnerinnen und Gesprächspartner herzlich bedanken.

Um die Veröffentlichung in einer Zeitrschrift nicht zu einem Grund für Zurückhaltung zu machen, wurden die Bewohnerinnen von Anfang an darauf hingewiesen, dass sie im Artikel nach Wunsch mit Namen, Initialen oder gänzlich ohne Kennzeichnung erwähnt werden. Zudem wurde im Falle einer Bewohnerin der vorliegende Artikel vor dem Druck zum Gegenlesen gegeben.

Um den Leser und die Leserin in möglichst grossem Ausmass an der Authenzität der Gespräche teilhaben zu lassen, wurde bei der Niederschrift der in Mundart geführten Gespräche versucht, möglichst wenig Änderungen in der Wortwahl und Satzstruktur vorzunehmen.

Für Feedback an den Autor:
e-mail adrianritter@hotmail.com oder über die Redaktion (vgl. Impressum)

eben zurückstellen und nicht die anderen. So kann man grosse Freude erleben. Aber das geht nicht von heute auf morgen.»

Was lässt sich aus diesen Gesprächen ersehen? Wir wollen abschliessend einige zusammenfassende Gedanken formulieren und dabei nochmals auf die eingangs gestellten Fragen eingehen: was kann der Begriff *Persönlichkeitswachstum* beinhalten? Wie sieht es aus mit dem *Interesse* an Persönlichkeitswachstum bei älteren Menschen, die im Altersheim wohnen? Inwiefern kann das Leben im *Altersheim* dem Persönlichkeitswachstum förderlich bzw. hinderlich sein?

Zu bedenken ist nochmals, dass keine repräsentativen Aussagen über ältere Menschen im Altersheim gemacht werden sollen und können, sondern dass es darum geht, mögliche Antworten auf die gestellten Fragen zu erfahren und Impulse für die Auseinandersetzung mit dem Thema im Rahmen der eigenen Arbeit mit älteren Menschen zu erhalten.

Was kann der Begriff Persönlichkeitswachstum beinhalten?

In den Gesprächen mit Bewohnerinnen und Bewohnern ist mehrmals geäussert worden, man sei zufrieden, lebe von Tag zu Tag und habe sein Leben eigentlich gelebt. Also ein Leben voll in der Gegenwart, ohne Pläne, aber auch ohne Zukunftsängste? In diesem Zusammenhang ist zu bedenken, dass Zufriedenheit mit der gegenwärtigen Situation keineswegs eine Selbstverständlichkeit ist, sondern insbesondere auch die Akzeptanz des Gesundheitszustandes und des Zusammenlebens im Heim umfasst. Dinge, die durchaus nicht immer einfach sind. Zufriedenheit kann also einerseits mit geringen Ansprüchen zusammenhängen, andererseits aber auch Resultat von Persönlichkeitswachstum im Sinne von «Coping» sein, also des (in diesem Falle erfolgreichen) Umgangs mit Herausforderungen wie einer Abnahme des Gesundheitszustandes oder Schwierigkeiten im Zusammenleben im Heim.

Womit kann sich ein Mensch grundsätzlich auseinandersetzen? Wo erwarten ihn Herausforderungen?

Wir wollen diesen Fragen aufgrund der Unterscheidung nach Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft nachgehen. Die Vergangenheit mit «dem, was schön war und was unschön war» lässt einem durch die Erinnerungen vom «inneren Input» zehren, was sich auch in der populären Aussage «die Erinnerungen sind das einzige, das einem niemand wegnehmen kann» sehen lässt. Dieser Aspekt dürfte beispielsweise für stark pflegebedürftige Personen, die sich durch die Einschränkung ihrer Mobilität nicht mehr im bisherigen Ausmass «äusseren Input» zuführen können, von Bedeutung sein. Bei Menschen mit einer Demenz vom Typ Alzheimer beispielsweise wird davon gesprochen, dass sich ihr Gedächtnis einem Wollknäuel ähnlich abwickle und dabei die Erinnerung an die nahe Vergangenheit zuerst verlorengehe, was in der Betreuung die Arbeit mit den Erinnerungen an die weiter zurückliegende Vergangenheit, die noch am längsten erhalten bleiben, besonders wichtig macht. Neben der Bedeutung von Erinnerung als innerem Input kann die Beschäftigung mit der eigenen Vergangenheit auch Lebenswege und -entwicklungen sichtbar machen, was sich auf Sinnfragen und deren Beantwortung und damit auch auf die Art der Auseindandersetzung mit der Zukunft auswirken kann.

> **“Wesentliche Sachen, die man noch nicht versteht, zu verstehen versuchen.”**

Bleiben wir aber nach der Vergangenheit noch einen Moment in der Gegenwart. Auch die Gegenwart wartet mit innerem und äusserem Input auf und verlangt nach «Coping», insbesondere etwa beim erwähnten Heimeintritt. Der äussere Input kann dabei mit mehr oder weniger Interesse aufgenommen werden: das reicht vom passiv-reaktiven Beobachten und Warten auf äussere Reize bis hin zum Versuch, «Sachen, die man noch nicht versteht, zu verstehen versuchen».

> **“Angebote machen, dass Bewohnerinnen und Bewohner Impulse bekommen.”**

Die Vorstellungen von Persönlichkeitswachstum nun können die unterschiedlichsten Formen annehmen. Aus der eingangs erwähnten Vierheit der körperlichen, geistigen, seelischen und sozialen Bedürfnisse scheinen die körperlichen und sozialen für (ältere) Menschen bisweilen einen anderen Stellenwert einzunehmen als die geistig-seelischen: so war es für einen Bewohner das Wichtigste, (1) sich körperlich noch guter Gesundheit zu erfreuen und (2) sich mit den Mitbewohnern und Angestellten gut zu vertragen. Der Befriedigung der *körperlichen und sozialen Bedürfnisse* führt hier also indirekt zu geistig-seelischer Zufriedenheit. Für andere Menschen ist zusätzlich die Befriedigung eigenständiger *geistiger* und *seelischer Bedürfnisse* wichtig. Dies kann beispielsweise in der Form von Religiösität, Spiritualität oder künstlerisch-schöpferischem Tätigsein geschehen und in unterschiedlichem Ausmass mit dem Bedürfnis nach «Selbstverwirklichung» in Verbindung stehen. Soziales Engagement, die Wahrnehmung der «Verantwortung dem Nächsten gegenüber» ist eine andere Möglichkeit der Aktivität in der Gegenwart im Sinne der Wahrnehmung geistig-seelischer Bedürfnisse.

> **“Jetzt bin ich hier zur Freude oder zum Ärger für andere.”**

Währenddem hier der Begriff des persönlichen *Wachstums* im Vordergrund steht, kann in anderen Fällen der *Erhalt, der Nicht-Verlust* weiterer Fähigkeiten und Ressourcen im Vordergrund stehen. Interessant wäre in diesem Zusammenhang, inwiefern die Bedürfnisse nach Wachstum und Nicht-Verlust zusammenhängen und ob ein sich verschlechtender Gesundheitszustand das Interesse an Wachstum zugunsten von Nicht-Verlust schmälert. Die *Maslowsche Bedürfnispyramide* zum Beispiel geht davon aus, dass immaterielle Bedürfnisse und solche nach Selbstverwirklichung für einen Menschen erst dann zum Thema werden, wenn die materiellen Bedürfnisse und solche nach Sicherheit befriedigt sind. Tatsächlich sind diese Bereiche aber wohl zum Teil vermischt, indem etwa bei einer schweren Erkrankung Menschen auch Sicherheit im religiösen Bereich suchen. Man denke etwa an Beispiele von sterbenden Menschen, die sich nach vorherigem Desinteresse plötzlich der Religion zuwenden.

Womit wir beim Aspekt der *Zukunft* wären, die sich bei älteren Menschen unter anderem dadurch auszeichnet, dass man sich mehr oder weniger dessen bewusst sein kann, dass das eigene Leben nicht mehr allzulange dauern wird und unter anderem auch die Auseinandersetzung mit dem Verlust gewis-

ser Fähigkeiten und Handlungsmöglichkeiten sowie das Thema des Sterbens ansteht. Diese Perspektive und andererseits das Gefühl, im bisherigen Leben genug lange aktiv gewesen zu sein, kann dazu führen, dass man keine Pläne

„Wünsche hat man natürlich immer, alles andere wäre nicht normal."

für die Zukunft mehr hat, das Gefühl, das «Leben gelebt» zu haben. Dabei kann das Thema des Sterbens allerdings mit einer betonten Gegenwarts-Orientierung auch verdrängt werden.

Persönlichkeitswachstum kann also die verschiedensten Formen annehmen

Es kann bedeuten, zurückzuschauen und mit der Vergangenheit «ins Reine zu kommen». Es kann sehr *gegenwartsbezogen* die Auseinandersetzung mit einer neuen und/oder schwierigen Situation und des Umgangs damit beinhalten. Oder, ebenfalls auf die Gegenwart bezogen, die Befriedigung körperlicher und sozialer Bedürfnisse etwa durch Bewegung und geselliges Beisammensein oder die Befriedigung geistig-seelischer Bedürfnisse wie etwa durch schöpferisches Gestalten oder Spiritualität umfassen. Und schliesslich kann Persönlichkeitswachstum auch im Zusammenhang stehen mit der Auseinandersetzung mit der *Zukunft* und auch dem Thema Sterben.

Wie sieht es aus mit dem Interesse an Persönlichkeitswachstum bei älteren Menschen im Altersheim?

Aus den Gesprächen geht hervor, dass das Spektrum des Interesses von «ich habe keine Pläne und Dinge mehr, die mir wichtig sind» bis zu «die Meditation

„Unterschiedliche Bedürfnisse wünschen sich unterschiedliche Angebote."

ist mir mit zunehmendem Alter noch wichtiger geworden» reicht. Wir wollen mögliche Einflussfaktoren für dieses Interesse anzudeuten versuchen.

Soziologisch betrachtet ist es zum Beispiel so, dass die Entscheidung für das Leben in einem Alters- oder Pflegeheim «nicht allein vom Gesundheitszustand, sondern auch von sozialen Faktoren determiniert» wird: «Von Bedeutung sind insbesondere Zivilstand, Einkommen und das Vorhandensein von Nachkommen: Unverheiratete Betagte befinden sich häufiger in Alters- und Pflegeheimen als Verheiratete. Reiche Betagte leben länger in privaten Haushalten als Arme, und Betagte mit Kindern werden häufiger zu Hause gepflegt» (Höpflinger/Stuckelberger, 1999). Der Faktor des Zivilstandes widerspiegelt sich dabei konkret darin, dass in Heimen weitaus mehr Frauen als Männer leben. Ohne auf diesen Aspekt hier genauer eingehen zu können, soll darauf hingewiesen werden, dass solche sozialen Faktoren (zusätzlich zu den erwähnten auch Herkunftsfamilie, Ausbildung, Beruf u.ä.) ebenfalls in einem Zusammenhang stehen können mit dem Interesse an Persönlichkeitsentwicklung. Zum Ausdruck kommt dies etwa in der Aussage, dass sich Menschen im Altersheim wohl vor allem dann für Persönlichkeitswachstum interessieren, wenn sie dies auch schon in früheren Jahren taten. Und dabei spielt natürlich das soziale Umfeld, in dem jemand aufgewachsen ist und gelebt hat, eine grosse Rolle.

Auf drei Faktoren im Umfeld der biologischen, psychologischen und soziologischen Erklärungsanteile soll allerdings kurz eingegangen werden: auf das Geschlecht, das Alter und den Wohnort.

Hypothetisch könnte die Aussage gemacht werden, dass Frauen ein grösseres Interesse an Persönlichkeitswachstum haben als Männer, was sich einerseits praktisch mit dem Hinweis auf die Geschlechterverteilung in Kursangeboten mit psychologischen, sozialen und künstlerischen Inhalten und theoretisch mit den (historischen) Sozialisationserfahrungen im Sinne der weiblichen Zuständigkeit für Betreuung und Beziehungspflege belegen liesse.

Und weil hier die Geschichte unserer Gesellschaft eine Rolle spielt, steht dies wiederum in Verbindung mit dem *Alter* einer Person. Die heutige(n) Generation(en) im Altersheim: eine Generation ohne Selbstverwirklichung? Die gesellschaftliche Entwicklung ist wohl tatsächlich zu einer stärkeren Beachtung von Fragen der Selbstbestimmung und auch des Persönlichkeitswachstums hin verlaufen. Auch Höpflinger/Stuckelberger (1999) formulieren aufgrund einer Studie die Vermutung, dass ein Generationeneffekt vorliegt, indem «heute

Porträts der besuchten Heime

Die städtischen Altersheime *Pfrundhaus und Bürgerasyl* in Zürich stehen seit Anfang 1999 unter gemeinsamer Leitung. Im letzten Jahrhundert erbaut und 1990/92 restauriert, beherbergen die direkt neben dem Hauptgebäude der ETH Zürich gelegenen Häuser insgesamt 53 Einzelzimmer, 16 Zweizimmer-Appartements sowie eine Pflegeabteilung mit 20 Plätzen. Beide verfügen über grosszügige Parkanlagen. Geleitet werden sie gemeinsam von Max Hallauer (Begleitung, Betreuung und Pflege) und Maya Stamm (Ökonomie, Hotellerie, Technische Dienste, Öffentlichkeitsarbeit): «Wir wollen, dass alle unsere Pensionärinnen und Pensionäre ihre Würde und Eigenständigkeit bewahren können. Sie sollen ihre Freiheiten nutzen und so ein selbständiges Leben führen, aber auch das Zusammenleben im selben Haus ernst nehmen und aktiv dazu beitragen, soviel ihnen möglich ist...».

Wie im Haupttext erwähnt, kann das Angebot des Werk-Ateliers im Pfrundhaus auch von heimexternen Personen genutzt werden. Adresse/Kontakt: Leonhardstrasse 16, 8001 Zürich, Tel. 01/252 05 21.

Das *Alterswohnheim Seewadel* in Affoltern am Albis besteht seit 1974 und bietet Platz für 80 Bewohnerinnen und Bewohner. Es befindet sich in unmittelbarer Nähe von Dorfkern und Bahnhof. Das Wohnheim ist getragen von der Fürsorgebehörde der Gemeinde Affoltern. Geleitet wird es von Hanspeter Gutknecht. Aus dem Leitbild: «Wir wollen den Bewohnerinnen mit Achtung und Würde begegnen, sie ernst nehmen und ihre Individualität respektieren. Sie bleiben auch nach dem Heimeintritt selbstverantwortliche Menschen, die für ihr Wohlbefinden und ihre persönliche Zukunft die Verantwortung selber tragen. Unsere Dienstleistungen bezwecken die möglichst weitgehende Selbständigkeit und die Förderung von Beziehungen in- und ausserhalb des Heimes. Wir sind bestrebt, sie in der Entfaltung ihrer Fähigkeiten zu unterstützen.»

Adresse:
Obere Seewadelstrasse 12, 8910 Affoltern a.A., Telefon 01/761 40 17

noch Generationen von Betagten im Heim leben, welche generell wenig eigene Aktivitäten entwickelt haben».

Dass sich hierbei allerdings zweifellos kein einheitliches Bild abzeichnet, haben die Gespräche mit den Bewohnerinnen in Zürich und Affoltern gezeigt. Trotzdem darf man neugierig sein darauf, welche Klientel die Altersheime in einigen Jahrzehnten erwartet und mit welchen Antworten das Heimwesen auf diese (möglichen) Veränderungen reagieren wird. *Ich bin jetzt schon gespannt auf entsprechende Gespräche mit Pensionärinnen in 30 Jahren.*

„Zufriedenheit kann einerseits mit geringen Ansprüchen zusammenhängen."

Mit dem dritten Aspekt des *Wohnortes* ist ein möglicher *Stadt-Land-Unterschied* im Hinblick auf das Interesse an Persönlichkeitswachstum gemeint. Die andersartige Vielfalt des Lebens in der Stadt, die Zentrumsfunktion der Stadt in Bezug auf das Dienstleistungsangebot und die Möglichkeit des anonymeren Lebens könnten dazu führen, dass Stadtbewohner ein grösseres Interesse an Persönlichkeitswachstum haben oder Personen mit einem grösseren Interesse an Persönlichkeitswachstum in die Stadt ziehen (und auch dort alt werden).

Inwiefern kann das Leben im Altersheim einem Persönlichkeitswachstum förderlich bzw. hinderlich sein?

Rufen wir uns kurz einige spezifische Eigenschaften des Lebens in einem (Alters-)Heim in Erinnerung. Im Vergleich zum Leben älterer Menschen in der eigenen Wohnung besteht im Altersheim ein *Angebot* an *Betreuung* (Pflege, Haushalt usw.) und *Aktivitäten* (Turnen, Singen, Spiele, Ausflüge usw.), was einen *stärker strukturierten Tagesablauf* (Essenszeiten, Zeiten von Unterhaltungsangeboten usw.) mit sich bringt. Von Bedeutung ist zudem, dass das Leben im Heim stärker ein Leben in Gemeinschaft ist (physische Präsenz der Mitbewohner, gemeinsames Essen usw.).

All dies kann im Zusammenhang mit Persönlichkeitswachstum betrachtet werden: einzelne Aspekte können ihm hinderlich oder förderlich sein oder sich neutral zu ihm verhalten. Wobei dies jeweils individuell unterschiedlich erlebt werden kann.

Was ein mögliches *Hinderlich-Sein* des Heimes im Hinblick auf das Persönlichkeitswachstum seiner Bewohnerinnen angeht, so ist wohl zu unterscheiden zwischen einem *direkten* Hinderlich-Sein in Sinne der Einschränkung von Freiheiten, die nötig sind zur Befriedigung seiner Interessen und einem eher *indirekten* Hinderlich-Sein in der Form des Leben-Müssens unter Bedingungen, die die eigene Anpassungsfähigkeit überfordern. Diesbezüglich kann zum Beispiel das Leben mit vielen älteren Menschen als Belastung erlebt werden: «Es ist nicht einfach, hier zu leben. Die vielen kranken Menschen, das macht mir zu schaffen. Am Anfang dachte ich, ich verschwinde wieder. Inzwischen habe ich mich ein bisschen daran gewöhnt», erzählte mir ein Bewohner. Wie in sozialen Institutionen allgemein stellt sich auch im Altersbereich die Frage nach der sinnvollen Grösse und Form des Lebens in der Gemeinschaft. Unterschiedliche Bedürfnisse wünschen sich unterschiedliche Angebote. Können diese Wünsche nicht befriedigt werden, ist, wie im erwähnten Beispiel, eine Unterstützung beim Coping umso wichtiger.

In *keinem* Gespräch wurde das Heim als *direkt hinderlich* für die eigene Lebensgestaltung bezeichnet: «Wir haben ja riesige Freiheiten hier. Wir können kommen und gehen, wann wir wollen, müssen uns einfach vom Essen abmelden. Und wir können auch nach Gutdünken Besuch empfangen.» Diese Flexibilität und Freiheit im Tagesablauf ermöglicht beispielsweise die freie Nutzung heimexterner Angebote von Persönlichkeitswachstum und die Befriedigung sozialer Bedürfnisse. Allerdings ist in diesem Zusammenhang zu bedenken, dass für diesen Artikel nicht Gespräche mit Bewohnern von Pflegeheimen und Pflegeabteilungen, sondern mit recht mobilen Pensionären geführt wurden.

Inwiefern kann das Heim für das Persönlichkeitswachstum direkt förderlich sein?

Ist das *Zusammenleben* mit anderen älteren Menschen für die einen eine Belastung, so kann das Heim für andere der Ort sein, im Gegensatz zur eigenen Wohnung wieder vermehrt Sozialkontakt zu haben, wie es eine Bewohnerin formulierte. Das *Angebot an Betreuung* dient an und für sich der Befriedigung körperlicher und im Idealfall auch geistig-seelischer Bedürfnisse, wobei es manchmal auch schön wäre, «wenn die Mitarbeiterinnen ein bisschen mehr Zeit für Gespräche hätten». Die Entlastung von der Führung eines eigenen Haushaltes gibt zudem Zeit, die, wie wir gesehen haben, von einer Bewohnerin gern zum Malen genutzt wird: «Ich geniesse es hier insbesondere, viel Zeit für mich selbst zu haben.» Auch bei der direkten Förderung von Persönlichkeitswachstum gilt es die unterschiedlichen Bedürfnisse zu bedenken. Wo körperliches Wohlbefinden und gute Sozialkontakte im Vordergrund stehen, wird das Interesse an Unterhaltungsangeboten wohl grösser sein als dasjenige nach einem Werk-Atelier, Biographie-Kursen oder einer Gesprächsgruppe zum Thema Sterben. Entsprechen solche Angebote für die einen Bewohner einem tiefen Bedürfnis, stossen sie bei anderen auf Desinteresse. Und die dritte, und für Mitarbeiterinnen und Heimleiterinnen wohl besonders wertvolle Version: für wieder andere sind solche Angebote genau der richtige Anstoss für ein befriedigendes Tätigsein, die Entdeckung eigener Fähigkeiten. Die eigene, stimmige Form von Persönlichkeitswachstum eben...

Persönlichkeitswachstum. Die Formen, die es annehmen kann und die Beschäftigung damit sind so vielfältig wie das Leben und die Menschen selbst.

Was können wir wissen darüber? Was über ältere Menschen, die in unserem Heim leben, die wir betreuen? Oder denen wir sonst im Alltag begegnen?

Lassen sie uns teilhaben an ihrem Erlebten und Erleben? Und können wir offen sein für andere Zeiten und Welten?

Jemand kann mit der Akzeptanz seines körperlichen Seins beschäftigt sein. Oder Ruhe und Nicht-Aktivität suchen, weil «das Leben gelebt ist». Oder auf der Suche sein nach neuem Lernen. Wir können versuchen, die verschiedenen Formen zu akzeptieren. So wie wir selber gern akzeptiert weden. Und wir können versuchen, auch mal einen Impuls zu geben. So wie wir selber auch hin und wieder einen Anstoss, ein Aufgerüttelt-werden brauchen oder brauchen könnten.

Persönlichkeitswachstum. Fragen und Phänomene zwischen Akzeptanz und Veränderungswünschen. Zwischen Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft.

Definitive Antworten dazu gibt es nicht. Aber wir können offen sein für die Fragen. Zum Beispiel im Altersheim...

Literatur:
Höpflinger, François und Stuckelberger, Astrid: Demographische Alterung und individuelles Altern.
Ergebnisse aus dem nationalen Forschungsprogramm Alter, Seismo Verlag, Zürich, 1999