

Keine Utopie!

# Selbstbestimmtes Leben im Heim

*Eine Philosophie, welche die Selbstbestimmung des einzelnen Menschen in den Mittelpunkt stellt, macht in der Heimwelt Furore. Die einen sind begeistert, andere äussern sich kritisch. Was aber ist anders, wenn Heime auf der Basis der Eden-Alternative® arbeiten?*

Von Ruth Frei

«Geltende gesellschaftliche Werte wie Autonomie oder Individualität werden mit dem Heimeintritt schlagartig ausser Kraft gesetzt. Ab sofort gelten die Regeln der Institution», sagt Christa Monkhouse, die Koordinatorin für die Umsetzung der Eden-Philosophie in Europa. Die drei Qualen Einsamkeit, Hilflosigkeit und Langeweile sind nach Ansicht des amerikanischen Arztes und Begründers der Eden-Alternative®, William Thomas in Uptate New York, für den Grossteil des Leidens alter Menschen in Heimen verantwortlich.

## Paradigmawechsel

Die Eden-Philosophie, die von der USA herkommend auch in Kanada, Australien, Europa und vor allem auch in fünf schweizerischen Heimen umgesetzt wird, basiert auf der Feststellung, dass medizinische oder institutionelle Modelle in der Vergangenheit irrtümlich auch für Alters- und Pflegeheime verwendet wurden und



Eden-Heime zeigen Vielfalt, Farbe und Wärme wie ein Garten. Deshalb nannte Arzt Dr. Thomas William seine Philosophie, Eden-Alternative®.



Christa Monkhouse ist europäische Koordinatorin für die Eden-Alternative® und lizenzierte Trainerin für die Inhalte der Eden-Alternative® in deutscher Sprache.

auch heute vielerorts noch als Grundlage für das Handeln im Heimaltag dienen. Was in Spitälern, wo das «richtige Leben» für eine absehbare Zeit ausgeklammert werden muss, durchaus seine Berechtigung hat, schafft in Heimen angewendet keine lebenswerte Atmosphäre für die Bewohner/innen. Solange die Behandlung von Krankheit im Zentrum steht und leben an zweiter Stelle kommt, leidet darunter die Lebensqualität. In Fachkreisen wird nach Ansicht von Christa Monkhouse zwar eine Veränderung des Denkens beschworen. Nötig sei aber ein Paradigmawechsel, erklärt sie. Dafür müsse der bisherige denkerische Bezugsrahmen ab-

gelegt, und durch einen neuen ersetzt werden. Also weg vom Institutionsmodell hin zu einem Modell von Leben mit Unterstützung und zwar selbstbestimmt, trotz Einschränkungen.

## Normalität leben

Im Bereich der Pflege ist Umdenken angesagt: Verabschieden von Zwangsritualen – zum Beispiel davon, dass diese oder jene pflegerische Handlung zu einem geplanten Zeitpunkt gemacht werden muss. Bei der gesamtbetrieblichen Philosophie gilt es also, etwas zu ändern. Gute Pflege ist nämlich nur teilweise für eine hohe Lebensqualität verantwortlich, darum müssen laut Eden die pflegeorientierten Abläufe aufgebrochen werden. Routine gehört in Eden-Heimen der Vergangenheit an. Spontaneität und Abwechslung im Alltag stehen im Vordergrund, und das auch mit dem Risiko, dass der Heimaltag manchmal etwas chaotischer aussieht, als man sich das gemeinhin vorstellt. Auch im «normalen» Leben läuft schliesslich nicht immer alles nach Plan ab. Wenn Beziehungen einen höheren Stellenwert bekommen als Pflege, bedeutet dies aber nicht, dass diese abgewertet wird. Im Ge-

## Die Eden-Alternative®

Die Kernaussagen der Eden-Alternative® sind einfach und sagen aus, dass Langzeitinstitutionen Orte mannigfachen Lebens für menschliche Wesen und nicht Institutionen für pflegebedürftige alte Menschen sein sollen. Dabei gilt es vermehrt, zu lernen, was die Natur zu sagen hat über gesunde, lebendige Orte des Lebens. Ziel ist, Einsamkeit, Hilflosigkeit und Langeweile in Langzeitinstitutionen zu eliminieren. Im Mittelpunkt steht die Ansicht, dass die Gesellschaft von Tieren, die Gelegenheit, für lebendige Dinge, wie Pflanzen, zu sorgen, und die Abwechslung und Spontaneität, die durch Kinder, Tiere, einen weniger geregelten Tagesablauf entsteht, viel hilfreicher sind, als es Medikamente und Therapien sein können.

Weitere Informationen auch zu Schulungsmöglichkeiten: [www.eden-europe.com](http://www.eden-europe.com)

genteil. So ist zum Beispiel der Leiter der Pflege des Hauses für Betagte Sandbühl, das seit zwei Jahren mit der Eden-Alternative® arbeitet, davon überzeugt, dass eine hohe pflegerische Professionalität die Voraussetzung dafür ist, um die Eden-Alternative® überhaupt darauf aufzubauen. Menschen, die in ein Heim kommen, wollen Pflege und Betreuung garantiert haben, das ist die Grundvoraussetzung: «Nötig ist aber auch das Bewusstsein, dass die Pflege für den Menschen nicht das Wichtigste ist. Sie ist bloss ein Teil, der Rest ist Leben.» Zur Gestaltung der Lebensräume der Menschen im Heim, können Pflegendе und andere Mitarbeiter/innen aber eine ganze Menge beitragen.

**Lebensräume schaffen**

Überzeugt ist man beim Konzept der Eden-Philosophie von der positiven Wirkung von Haustieren, für die man verantwortlich sein kann, von Pflanzen, die zu pflegen sind, oder von Kindern, die im Haus ein und aus gehen. Als William Thomas vor gut zehn Jahren die Eden-Alternative® lancierte, ging er von der Idee aus, dass Menschen einen Grund haben müssen, um am Morgen aufzustehen, sich nützlich zu machen und sich mit dem Personal auch persönlich zu unterhalten. Tiere, Pflanzen und Kinder können dazu einiges beitragen. Wobei nützlich sein aber nicht heissen muss, dem Aktivismus zu verfallen. Da gibt es noch ganz andere Werte, wie es zum Beispiel auch die 77-jährige Alice Liber, Aktivistin des Grauen Panther Clubs, am Eden-Kongress vom letzten November in Zollikon erklärte: «Wenn ich einmal Hilfe brauche, möchte ich nicht auf einem Abstellgleis landen. Ich möchte mitten im Leben, in der Auseinandersetzung bleiben. Auch wenn es nur kleine Dinge sind: Ich möchte mich nützlich machen. Zum Beispiel anderen zuhören.» Und halt auch mal nachts sich für ein verfrühtes Zmorgen in der Stube an den Tisch setzen, wenn man nicht schlafen kann oder tagsüber einfach mit Menschen über Gott und die Welt reden. Auch mit dem Personal. Warum soll das Leben im Heim anders sein, als früher zu Hause? Und wenn eine achtzigjährige Frau den Wunsch äussert, dass sie so gerne wieder einmal wie früher im nahen See baden gehen würde, dann steht das Eingehen auf diesen Wunsch vor den Skrupeln, was dabei alles passieren könnte. Und es kann durchaus sein, dass der pensionierte Gärtner, der im Heim wohnt, mit seinem Kommentar den auf der Leiter stehenden An-



Einsamkeit im Heim, das muss nicht sein.

gestellten des technischen Dienstes mit seinen Anweisungen beim Baumschneiden unterstützt. Oder dass eine Frau dem Koch in der Küche vormacht, wie die Sauce zu rühren ist. Gemeinsam am Tisch sitzen und plaudern. Nützlich sein? Lebensräume schaffen. Ein offenes Ohr haben, für dasjenige, was den Bewohner/innen wichtig ist. Möglich ist dies allerdings nur, wenn Mitarbeitenden die erforderliche Handlungskompetenz eingeräumt wird, damit sie die nötigen Entscheidungen zu Gunsten der Bewohner/innen treffen können. Ein hohes Mass an Mitspracherecht, ausdrückliche Wertschätzung der geleisteten Arbeit, Hilfe in schwierigen Situationen, unterstützende Supervision, Weiterbildungsangebote sowie eine flache Hierarchie mit kurzen Informations- und Entscheidungswegen sind Voraussetzungen dafür, erklärt die Gesamtleiterin der zwei Eden-Heime in Zollikon, Renate Wapplinger. Die Eden-Alternative® bietet Handlungsrichtlinien, die über alle Bereiche hinweg gilt, und vor allem andere Vorstellungen, wie Heime funktionieren sollen. Menschliche Lebensräume sollen es sein, worin nicht bloss Abläufe im Vordergrund stehen. Ein Miteinander muss möglich sein, welches Bewohner/innen, Mitarbeitende aller Bereiche, Besucher/innen und Freiwillige einschliesst. William Thomas sieht das so: «Alle Mitarbeiter/innen eines Heims, von der Reinigungsfrau bis zum Techniker, von der



Etwas vom Wichtigsten im Leben ist, eine Aufgabe zu haben.

Küchenchefin über die Pflegeassistentin bis zur Heimleiterin – gehören zum sozialen Umfeld der Bewohner/innen und sind nicht nur Verrichter einer Arbeit. Sie alle tragen mit ihrer Persönlichkeit, ihrer Lebenserfahrung, ihren Ideen und Initiativen zur täglichen Gemeinschaft bei.» Eden-Schulungen richten sich deshalb nicht bloss an die Pflege, sondern an alle, die in einem Heim arbeiten.

**Eine klare Botschaft**

Renate Wapplinger macht keinen Hehl daraus, dass Umstellungen von Betriebsabläufen, wie sie die Eden-Alternative® nötig macht, intensiv fordern. Vorgänge, die vom pflegeorientierten Denken geprägt sind, auf das Ziel des lebens- und wohnorientierten Denkens und Handelns auszurichten, fordern einen Prozess, der Zeit braucht. Warum aber muss dieser Denkansatz mit einer Marke geschützt werden? Ein Verständnis, das hierzulande nicht sehr gängig ist für ein Programm, das sich für mehr Lebensfreude im Heimalltag einsetzt. Eine typisch amerikanische Machart? Und auf gut schweizerische Art reagiert man darauf anfänglich skeptisch. Aber auch Naomi Veils markengeschützte Validation konnte sich hierzulande etablieren und hat Grundsätzli-



Lebensräume schaffen...

ches im Umgang mit verwirrten Menschen verändert. Die Inputs, welche von der Eden-Alternative® angeregt werden, sollen nach Hoffnung von Eden-Verantwortlichen das Denken und Handeln im Heimalltag nachhaltig beeinflussen. Sie können von jedermann aufgenommen und überall integriert werden. Wer sich aber wirklich auf die Sache einlassen will, der braucht Schulung, und diese ist mit einem Markennamen geschützt. Die Investition in eine Aus- und Weiterbildung des Heimpersonals über alle Bereiche hinweg zahlt sich nach Erfahrung von Vincenzo Paolino bei weitem aus. Die Botschaft, der Eden-Philosophie ist nämlich dermassen einfach und verständlich und wird mit vielen Bildern und Beispielen untermauert, dass diese von allen verstanden wird. Das wiederum bewirkt dann, dass ein gesamtes Heim sich auf etwas Gemeinsames ausrichtet. Nach einer eintägigen Weiterbildung in Sachen Eden, können zudem ausgebildete Leute aus dem eigenen Hause interne Weiterbildungen weiterführen.

Bleibt noch der Vorwurf, dass die ganze Sache mit religiösem Pathos vertreten werde. Tatsächlich präsentieren sowohl der Begründer wie auch die Eden-Koordinatorin Christa Monkhouse sowie jene Menschen, die sich sonst noch der Eden-Philosophie verschrieben haben, das

Ganze mit viel Herzblut in der Öffentlichkeit. Und wenn von den drei Seuchen Einsamkeit, Nutzlosigkeit und Hilflosigkeit gesprochen wird, geht es einem unter die Haut. Warum aber eigentlich nicht? Die Botschaft berührt aber und wird verstanden, weil damit auf ganz einfache Art benannt wird, was die Lebensqualität älterer Menschen in Heimen wesentlich beeinflusst und dass der eigentliche Schlüssel zu Eden in der Entwicklung von Beziehungen innerhalb der Gemeinschaft in den Heimen und im Engagement für ein gemeinsames Ziel liegt.

**Auf guten Boden sähen**

Aus der Heimszene sind aber auch kritische Stimmen zu hören. Die Eden-Alternative® vermarkte nur, was sowieso schon in den Alters- und Pflegeheimen gemacht wurde, wird geäussert. Wenn Menschen in Heimen ein selbstbestimmtes Leben führen können und von ihrer Umgebung bei der Gestaltung einer lebenswerten Umgebung unterstützt werden, dann braucht es nach William Thomas die Eden-Philosophie nicht. Erlaubt sei aber auch ein kritischer Blick. Wie wichtig die Selbstbestimmung des einzelnen Menschen ist, wird zwar in vielen Leitbildern von Heimen betont und gefordert. Ebenso oft wird über Wohnlichkeit, Lebendigkeit und Wohlbefinden gesprochen. Dass diese Willensäusserungen im Alltag aber längst nicht überall umgesetzt werden, das lässt sich kaum abstreiten. Eden betrachtet sich aber nicht als Konkurrenz zu ähnlich schaffenden Heime. Im Gegenteil. Eden kann nur auf gutem Boden gedeihen. Darum müssen Heime bereits vorab über eine gute Betriebsstruktur haben und über eine wertschätzende Haltung gegenüber älteren Menschen verfügen. Eden kann dann sozusagen das Supplement sein, wie Pflegedienstleiter Vincenzo Paolino aus eigener Erfahrung berichtet. Das Wichtigste ist für ihn nämlich, dass «die Bodentemperatur stimmt, denn auf gefrorenem Boden kann kaum etwas wachsen. Wenn die Stimmung im

Heim schlecht ist, kann man mit Eden auch nichts bewirken.» Die Umsetzung der Philosophie gelinge dann, so erklärt auch Renate Wapplinger, die als Gesamtleiterin des Eden-Heims in Zollikon bereits auf einen reichen Erfahrungshintergrund zurückblicken kann, wenn eine Führung da sei mit Visionen, schliesslich gehe es darum überbringen zu können, dass die Stimmen von Heimbewohner/innen und Mitarbeitenden eben gleichermassen zählen.

**Ein Garten, der einen herausfordert**

Wie auch immer, der Aufmarsch am zweiten Eden-Kongress in der Schweiz war überwältigend. Diverse Heime sind interessiert, zumindest die Denkansätze der Philosophie in ihren Alltag zu integrieren. So betonten zum Beispiel Pflegendе einer Innerschweizer Dementen-Wohngruppe am Eden-Kongress in Zollikon, dass zwar einiges von dieser Grundhaltung bereist in ihrem Pflegealltag verankert sei. Viele der Anregungen, die sie bekommen hätten, würden sie aber versuchen zusätzlich in ihrem Pflegealltag umzusetzen. Verschiedenste befragte Pflegendе und Mitarbeiter/innen berichten von einem Eden-Virus, das einen packen kann und «enorm motiviert, neue Massstäbe im Heimalltag zu setzen». Sollte dieses sich ausbreiten, so könnte es durchaus sein, dass noch mehr Heime künftig so wären, wie es sich die bereits erwähnte Alice Liber für die Zukunft wünscht, wenn sie sagt: «Ich möchte bis zum Tod in einem Garten leben dürfen. In einem Garten, der mich täglich herausfordert, weil er nur blühen kann, wenn auch ich meinen Teil beitragen darf, und in dem ich auch mit Freunden zusammen ausruhen kann.» Sei es also nun Eden – oder eine andere Philosophie. Opposition gegen ein Denken, bei der es in erster Linie darum geht, Vertrauen, Respekt, Optimismus und gegenseitige Fürsorge zu fördern, scheint fehl am Platz, wenn wir uns doch so schön und mit fetten Lettern ins Heimleitbild schreiben, dass der alte Mensch im Mittelpunkt stehen soll. Vielleicht sollten wir uns eben einfach öfter fragen, wie wir denn leben möchten, wenn wir alt und pflegebedürftig sind.

**Buch und Video zum Thema:**

- Übermorgen, wenn wir alt sind. Christa Monkhouse, Renate Wapplinger. 2003: Rüffer & Rueb. ISBN 3-907625-14-5  
Das Buch gibt Informationen zur Eden-Alternative® und zeigt Erfahrungen damit auf, die zum Nachdenken und Nachahmen anregen.  
Erhältlich im Buchhandel oder unter: [www.eden-europe.com](http://www.eden-europe.com)
- Es ist besser, in einem Garten zu leben. Einführungsvideo. Englisch, deutsch untertitelt. Dauer 15 Minuten. Kosten: exkl. Porto und Verpackung 45 Franken.  
Bestellung: [office@eden-europe.com](mailto:office@eden-europe.com)

**Die Autorin**



Ruth Frei, Redaktorin NOVA