Individuelles und gemeinschaftliches Wohnen im Alter

Andrea Grünenfelder

Die Bedürfnisse der Individuen stehen im Mittelpunkt, nicht seine Bedürftigkeit. So wird aus einem Sozialraum ein „Bedürfnisraum", ein „Gestaltungsraum" oder ein „Entwicklungsraum".

Wie wohnen wir in Zukunft? Welche Bedeutung hat das Quartier und das nahe Wohnumfeld in innovativen Wohnformen? Der Lebensraum umfasst den gesamten Raum, in dem wir uns im Alltag bewegen und der subjektive Bedeutung für unser tägliches Leben besitzt. Er manifestiert sich im sozialen Austausch genauso wie im individuellen Rückzugsort und hat grossen Einfluss auf unsere Lebensqualität, wenn sowohl das Bedürfnis nach Verbundenheit wie auch das Bedürfnis nach Autonomie und Privatsphäre erfüllt sind.

Wie der Sozialraum in der Gerontologie Fuss fasst:

Gegen Ende des 20. Jahrhundert wurde der Begriff „Sozialraum" – ausgelöst durch die reformbedürftige Kinder- und Jugendhilfe in Deutschland – als Massnahme gegen Segregation in Städten sowie Ungleichheit in Schulen und Bildungssystemen im Sinne eines Steuerungs- und Planungsinstrumentes in verschiedenen sozialen und gesundheitlichen Handlungsfeldern von Politiker_innen, professionellen Akteurinnen und Akteure erstmals populär (Reutlinger, 2018).

Der Begriff „Sozialraum" blieb jedoch lange assoziiert mit der Jugend- und Quartierarbeit und wurde über Jahre kaum mit Altersthemen verknüpft. Heute geniesst der Begriff der „Sozialraumorientierung" auch im gerontologischen Diskurs einen hohen Stellenwert und breite Akzeptanz. Dabei ist das St. Galler Modell zur Gestaltung des

© 2021 Hogrefe

Sozialraums (Reutlinger & Wigger, 2010) ein guter Anknüpfungspunkt, um verschiedene Diskursebenen und Massnahmen zu veranschaulichen.

Erstens kann es darum gehen, die **Rahmenbedingungen des professionellen Unterstützungssystem** für die eigenständige Lebensführung älterer Menschen zu verbessern: Bei diesem Zugang wird beispielsweise daran gearbeitet, die Zusammenarbeit öffentlicher und privater Träger von Pflege- und Unterstützungsdiensten gebietsbezogen auszurichten oder finanzielle und organisatorische Rahmenbedingungen zu verbessern.

Zweitens kann der Blick auf die Arbeit mit den eigentlichen Expertinnen und Experten für das Älterwerden, nämlich den älteren Menschen selbst, gerichtet werden und deren Werte, **Perspektiven und Lebenswelt partizipativ in neue Formen und Modelle des Zusammenlebens** einbezogen werden. Eine neue Form der Solidarität und nachbarschaftliche Unterstützungssysteme im Sinne einer Caring Community oder sorgenden Gemeinschaft stehen hier im Fokus des Handelns.

Und drittens befasst sich der Sozialraum auch mit der **Gestaltung der gebauten Umwelt**, indem bauliche Barrieren und Hindernisse beseitigt und dadurch neue Treffpunkte, Zugänge und Interaktionsmöglichkeiten geschaffen werden (Reutlinger, 2018). Es versteht sich von selbst, dass sich die drei Zugänge nicht gegenseitig ausschliessen, sondern befruchten können, wie folgendes Praxisbeispiel schön veranschaulicht: Hier wurde im Kleinen grosse Veränderungen auf verschiedenen Ebenen geschaffen.

Praxis-Beispiel

In der Stiftung Diakoniewerk Neumünster erlebten wir im Rahmen eines partizipativen Workshops zum guten Leben und Wohnen im Alter (s. Abb. 1) auf dem Areal Neumünster im Zollikerberg (GuLiA) eine riesige Fülle an positiven und anregenden Ideen zur Gestaltung und zum Zusammenleben auf dem Areal. Erst durch den Einbezug unserer Zielgruppe – den Bewohner_innen des Areals – konnte eine solch hohe Qualität von Anregungen und Praxisnutzbarkeit erreicht werden: auf der organisatorischen, baulichen und gemeinschaftlichen Ebene. So flossen viele Ideen der älteren Bewohnerinnen und Bewohner des Areals direkt in eine Reihe von baulichen, organisatorischen und gestalterischen Massnahmen ein:

- Der im Partizipationsprozess geäusserte Wunsch nach einer einfach zugänglichen Anlaufstelle für Fragen aller Art im Alltag führte zum Aufbau einer sogenannten **Siedlungsassistenz**. Das Institut Neumünster konzeptualisierte eine digitale und analoge Plattform zur einfachen Kontaktaufnahme und schuf die Stelle einer Siedlungsassistentin auf dem Areal, welche niederschwellig erreichbar und aufsuchend für die Mieterinnen und Mieter unterwegs ist. Mit gezielten Unterstützungsangeboten und Aktionen schuf sie eine Anlauf- und Kontaktmöglichkeit auch in Zeiten von Corona (s. Abb. 2).
- Bauliche und gestalterische Hindernisse wurden geändert oder auf die Zielgruppe angepasst, wie z. B. die Belichtung, Lichtgestaltung und die Signaletik auf dem Areal sowie die Gestaltung des Foyers im Empfang.
- Büsche und Sträucher wurden gezielt zurückgeschnitten, nachdem auf einem Spaziergang mit einigen Mieter_innen klar wurde, wie durch das Schieben eines Rollators (und damit verbunden, der nach unten gerichtete, konzentrierte Blick auf den Weg) dazu führte, dass höher gelegene Äste von Büschen übersehen wurden und zu Stolperfallen wurden.
- Ein Bedürfnis war, die vielen Vogelarten auf dem Areal erlebbarer zu machen. Diese Naturerlebnisse wurde durch das Anbringen diverser Nist- und Vogelkisten sowie durch die Pflanzung einiger Biodiversität fördernder Sträucher gefördert.
- Ideen zur Zusammenkunft und zum gemeinschaftlichen Leben wurden gesammelt und gemeinsam mit einer Arbeitsgruppe konkretisiert. Durch die Corona-Zeit wurde dies in der Umsetzung zwar verzögert, wird aber weiterverfolgt.

Abbildung 1. Workshop zum guten Wohnen und Leben im Alter. Foto: Institut Neumünster

Indem die Bedürfnisse der Mieterschaft mit den Stiftungsverantwortlichen abgeglichen und in Einklang gebracht wurden, wurde klar, wie beide Seiten von vielen der vorgeschlagenen Gestaltungs- und Organisationsmassnahmen profitieren konnten. So wurde zum Beispiel durch den Aufbau der Siedlungsassistenz ein klarer Kommunikationskanal für die Bewohnerschaft erschaffen, der wiederum andere Professionen entlastet und Doppelspurigkeiten verhindert.

Sozialraum als Zukunftsmodell für das Wohnen im Alter

Mit zunehmender Lebenserwartung in der Schweiz wird der Bedarf nach Betreuungs- und Pflegedienstleistungen für älter werdende Menschen weiterhin steigen. Während Ansprüche im Bereich der Pflegeleistungen über das Kran-

© 2021 Hogrefe

Abbildung 2. Plattform als Anlauf- und Kontaktmöglichkeiten. Institut Neumünster

kenversicherungsgesetz (recht) klar geregelt sind, fehlen in der Schweiz klare Begrifflichkeiten, Regelungen und Bestimmungen zur Betreuung betagter Menschen in ihrem Alltag zuhause. So ist bereits der Begriff der „Betreuung" unscharf definiert und umfasst sowohl Beziehungsarbeit wie auch fachspezifische Aufgaben, welche als Ergänzung zur Pflege oder als Unterstützung zur Bewältigung von Alltagaufgaben aufgefasst werden können (vgl. Knöpfel et al., 2018; Imhof et al., 2010). Die Vielfalt an Aufgaben rund um die Betreuung älterer Menschen ist gross und aufgrund sich ständig verändernder Bedürfnisse zudem einem steten Wandel unterlegen. Betreuungsleistungen sind daher immer wieder neu mit Klient_innen zu überprüfen, anzupassen und individuell auszurichten.

So kann eine Person beispielsweise zunächst nur Hilfe beim Einkaufen und beim Kochen benötigen, später benötigt sie möglicherweise Unterstützung bei weiteren anstrengenden körperlichen Arbeiten zuhause. Mit zunehmender Fragilität wird schliesslich auch sozialpsychologische Unterstützung nötig. Jemand anderes profitiert hingegen vor allem von einer stabilen, regelmässigen Beziehungsarbeit und braucht nur punktuell und unterschiedlich oft Unterstützung in der Erledigung von Alltagsarbeiten.

Da sich die körperlichen, emotionalen, psychischen und geistigen Bedürfnisse ständig wandeln, erfordert dies von der betreuenden Person ein stetig sensibles Abstimmen der Angebote auf die Erfordernisse der jeweiligen individuellen Lebenssituation. Wohnen ältere Menschen nicht in einer stationären Einrichtung, übernehmen in der Regel die Partner_innen oder Familienangehörige passgenau entlang dieser Bedürfnisse Betreuungsaufgaben. Passgenau, weil sie die betreuten Personen und deren Stimmung, Gefühlslage und körperliche Verfassung oft sehr genau einschätzen können. Diese privat geleistete Betreuung wird teilweise ergänzt durch Angebote von Betreuungsunternehmen, Altersorganisationen oder Spitex-Diensten. Die Kosten müssen von den betagten Menschen selbst bezahlt werden, was zu sozialer Ungleichheit von finanziell schwächer gestellten Personen führt. Sind Personen in Institutionen wohnhaft, stellt Betreuung oft eine Form von Gruppenaktivitäten und punktuell stattfindenden Veranstaltungen für alle Bewohner_innen dar – eine Individualisierung ist oftmals nicht möglich (Pardini & Knöpfel, 2018). Und auch in den Institutionen zeigt sich die daraus resultierende Zweiklassengesellschaft: Betagte mit guter finanzieller Ausgangslage und einem starken sozialen Netzwerk können den Heimalltag bedürfnisorientiert gestalten, während Personen mit geringen Ressourcen weniger Handlungsspielraum haben (Pardini & Köpfel, 2018).

Diese suboptimale Ausgangslage vor dem Hintergrund der persönlichen Situation der älteren Menschen einerseits und der institutionellen Voraussetzungen andererseits erfordern neue Ansätze für das „gute Wohnen und Leben" im Alter. Dabei ist ein sozialraumorientierter Ansatz vielversprechend und bietet die Chance, eine neue Form des individuellen, gemeinschaftlichen und quartierbezogenen Zusammenlebens zu erschaffen, welche auf Solidarität, Partizipation und Autonomie der älteren Menschen setzt.

Wie im St. Galler Modell zur Gestaltung des Sozialraums dargestellt, kann die Sozialraumorientierung auf verschiedenen Ebenen zur Lebensqualitätssteigerung und Wohnqualitätsverbesserung älterer Menschen beitragen.

Erstens kann eine **integrierte Versorgung älterer Menschen** geschaffen werden, indem lokal verankerte öffentliche und private Unterstützungsdienstleiter miteinander vernetzt und organisiert werden, hindernisfreie Wohnangebote geschaffen, mit der lokalen Quartierarbeit verwoben oder innovative intergenerationale Wohnprojekte gefördert werden, welche den Zusammenhalt und die nachbarschaftliche Solidarität fördern. Bei grösseren Areal- oder Quartierentwicklungen, deren Bauherren eine gute Durchmischung der Bevölkerung über alle Altersklassen anstreben, lohnt es sich, einen Gerontologen / eine Gerontologin in die Projektentwicklung einzubeziehen. Um sich die Wohnsituation von älter werdenden Menschen in solchen Wohnstrukturen besser vorstellen zu können, können Wohnbiografien älter werdender Personen durch Fallbeispiele in der Projektentwicklung mitgedacht und skizziert werden.

Zweitens – so zeigt es das St. Galler Modell zur Gestaltung des Sozialraums – kann der Blick auf die Arbeit **mit** den älteren Menschen selbst gerichtet werden. Verschiedene Städte, unter anderem pionierhaft die Stadt Zürich aber auch die kleine Stadt Schaffhausen (Stocker, 2018), arbeiten bereits stark mit verschiedenen Partizipationsmethoden und der Einbindung von Betroffenen und lokalen Akteuren: die subjektive Lebenswelt von Quartierbewohner_innen, die Werte und Einstellungen der jeweiligen Zielgruppen werden ganz selbstverständlich als wichtige Informationsquelle in die Entwicklung von quartierbezogenen Projekten eingebunden. Mit sogenannten Quartierbegehungen arbeitet zum Beispiel der Stadtrat Simon Stocker um die Bedürfnisse, Hindernisse und Wünsche der älteren Bevölkerung im Quartier zu erfahren und für die Stadtentwicklung nutzbar zu machen. So können Menschen Einfluss auf die Gestaltung und lokale Massnahmen nehmen, von denen sie nachher „betroffen" sind und für

© 2021 Hogrefe

welche sie auch gedacht sind. Nicht nur ganze Quartiere, sondern auch Institutionen können im Kleinen Partizipation ermöglichen: denn auch ein Altersheim oder ein Pflegehaus ist in weiten Teilen gestalt- und veränderbar und es lohnt sich, die Ideen und Wünsche der Bewohner_innen abzuholen: die Vielfalt an Möglichkeiten und Entwicklungsvisionen kann überraschen!

Der *dritte Ansatz* betrifft die **bauliche Gestaltung des Wohnumfeldes**. Hindernisfreie Zugänge ermöglichen neue Begegnungszonen, schaffen einfachere Zugänge zu öffentlichen Räumen und führen zu geschützten Aufenthaltsmöglichkeiten, wie z.B. ein gut belichteter Innenhof für die Abendstunden im Sommer, eine beschattete Pergola mit Sitzgelegenheiten und der Möglichkeit für ein mitgebrachtes Mittagessen ausser Haus. Das gestaltete bauliche Umfeld trägt damit zu Inklusion und Abbau von räumlichen Barrieren bei, womit wiederum die psychische und physische Gesundheit gefördert wird.

Wie leben älter werdende Menschen in Zukunft?

Wenn sozialräumliche Ansätze an Bedeutung für Städte, Gemeinden und Quartiere gewinnen, und diese erfolgreich umgesetzt werden, so wird die Wohnform nicht primär ein Baukörper, sondern vielmehr ein Gestaltungsraum werden, der durch das Individuum beeinflussbar ist. In diesem Raum wirken Personen Hand in Hand, während das Individuum als Teil der Bevölkerung im Zentrum des Denkens und Handelns der politischen Entscheidungsträger_innen und weiterer Akteur_innen steht. Diese wiederum verstehen sich als Dienstleister an der Bevölkerung.

- Unterschiedlichste Akteure des Gesundheits- und Sozialwesen sowie der öffentlichen Verwaltung (mit einer Vielzahl an professionellen Hintergründen) werden durch bewusst agierende politischen Entscheidungsträger_innen und Verwaltungsfachleute miteinander in Verbindung gebracht um Dienstleistungen, Angebote und Unterstützungsmöglichkeiten übersichtlich, ressourcenschonend und zeitnah für die ganze Bevölkerung zur Verfügung zu stellen.
- Der Austausch unter privaten und öffentlichen Dienstleistungsunternehmern ist nicht primär von Konkurrenzdenken geprägt, sondern wird verstärkt als Netzwerk mit jeweiligen Spezialisierungen verstanden, welche sich gegenseitig befruchten und auf Handlungsbedarf hinweisen.
- Im Mittelpunkt des gemeinsamen Handelns steht das Individuum mit seinen individuellen, sich stets verändernden Bedürfnissen, Ressourcen und Möglichkeiten.
- Alle Angebote und Dienstleistungen sind auf die Bedürfnisse aber auch auf die Möglichkeiten der unterschiedlichsten Bevölkerungsgruppen oder Individuen ausgerichtet.
- Das Alter, der Zivilstand, das Geschlecht oder auch die traditionelle Vorstellung der „Wohnform" werden als Kategorien überflüssig. Da es nicht mehr um „Kategorien von Menschen" geht, welche diese oder jene Wohnform „benötigen", sondern um die Bedürfnisse von Individuen, spielt es auch keine Rolle mehr, wie alt diese Menschen sind, welches Geschlecht sie haben oder wo diese Menschen genau wohnen. Vielmehr werden diese Menschen so verstanden, dass sie sowohl als junge oder alte, sowohl als Frau oder Mann, sowohl als verheiratete wie als alleinstehende (etc.) ganz unterschiedlich ausgeprägte, individuelle, räumliche und soziale Bedürfnisse haben, die in alle Richtungen gehen können. Und deshalb werden sie dort wohnen, wo ihre individuellen Bedürfnisse am besten befriedigt werden: ei dies in ihrer angestammten Mietwohnung, in einem Einfamilienhaus mit Garten, in einer Wohngemeinschaft, in einem Tiny-House, in einem Intergenerationen-Haus, in einer Pflegegemeinschaft oder in einer hindernisfreien Wohnung. Ähnlich wie es das „Altersheim" bald nicht mehr geben wird, wird es den Begriff „Wohnen im Alter" vielleicht auch nicht mehr geben, weil er obsolet geworden ist. An seine Stelle tritt vielleicht der „Bedürfnisraum", der „Gestaltungsraum" oder der „Entwicklungsraum".

Weitere Informationen zum Siedlungsassistenz-Projekt auf dem Areal Neumünster im Zollikerberg

- Sehenswertes Video zum Projekt: https://www.youtube.com/watch?v=k6lqdp3J4Zg
- Homepage zum Projekt: www.siedlung-neumuenster.ch

Literatur

Pardini, R. & Knöpfel, C. (2018). Die Bedeutung des Sozialraums für die Betreuung im Alter. *Angewandte Gerontologie, 8*(18), 10 – 12.

Knöpfel, C,. Pardini, R. & Heinzmann, C. (2018). *Gute Betreuung im Alter.* Zürich: Seismo.

Imhof, L., Naef, R., Höfliger, J., Trechsel, B., Wellauer, R. & Mahrer Imhof, R. (2010). Health and Living Situation of Community-Dwelling Persons 80+ in Switzerland: Preliminary Results. *Journal of Clinical Nursing, 19* (Supplement 1), 150.

Stocker, S. (2018). Sozialraum gemeinsam erkunden und gestalten. *Angewandte Gerontologie, 8*(18), 39 – 41.

Reutlinger, C. (2018). Verstehen Sie Sozialraum? Ein schillernder Begriff kommt ins Alter. *Angewandte Gerontologie, 8*(18), 7 – 8.

Reutlinger, C. & Wigger, A. (2010). *Transdisziplinäre Sozialraumarbeit: Grundlegungen und Perspektiven des St. Galler Modells zur Gestaltung des Sozialraums.* Berlin: Frank & Timme.

Dr. phil. Andrea Grünenfelder
Psychologin am Institut Neumünster, Zollikerberg, Arbeitsschwerpunkte: Gesundheitspsychologie, Fachverantwortliche Wohnen & Lebensraum
andrea.gruenenfelder@institut-neumuenster.ch

© 2021 Hogrefe