



an Hilfspersonen und durch Verkürzung der Dokumentation (Entbürokratisierung!?) werden nur wenige tägliche Gewohnheiten abgefragt. Immerhin: Gute Einrichtungen legen noch Wert auf solche Zusatzinformationen. Viele Pflegende wissen oft nicht, welchen Beruf die Bewohnerinnen und Bewohner (im Folgenden: Bewohner) früher hatten, wie viele Kinder sie großgezogen und in welchem Umfeld sie früher gelebt haben. Dabei sind diese Kenntnisse das „Tafelsilber“ einer professionellen Langzeitpflege.

Die Biografiearbeit in der Pflege ist mittlerweile geradezu beliebig, wenig fundiert und nur noch Teil der Arbeit von Sozialpädagoginnen und -pädagogen, Gerontologinnen und Gerontologen oder Psychotherapeutinnen und -therapeuten. Letztere fragen vielfach nach der Kindheit, obwohl diese für die Altenpflege weniger bedeutsam ist. Viel wichtiger sind das Erwachsenen-dasein und besonders die Zeit unmittelbar vor dem Heimeinzug.

Zudem ist die Biografiearbeit unter Pflegenden unbeliebt, da diese früher die Erstellung langer Lebenslauf-Listen beinhaltete, die direkt nach Einzug der zu betreuenden Person durch Abfragen zu erheben und bei MDK-Prüfungen vorzulegen waren. Viele dieser Daten waren kaum relevant, um den Menschen kennenzulernen, außerdem haben diese „Verhöre“ wenig Vertrauen entstehen lassen. Die Listen wurden letztlich oft abgeheftet, Informationen nicht weitergegeben.

Anteile von Biografiearbeit

Originäre Biografiearbeit ist ein längerer Prozess, ein allmähliches Kennenlernen von Pflege- und zu betreuender Person sowie einer weiteren Bezugsperson. Dabei wird ausgehandelt, welche Kenntnisse für die Pflege relevant sind und mitgeteilt werden können. Immer geht es darum, dem letzten Lebensabschnitt noch Sinn zu geben.

Zeitgeschichtliches Wissen. Gemeint ist hier der generative Hintergrund: Was erlebten Menschen in den 1930er-, 1940er-, 1950er-Jahren usw., welche Ereignisse und Themen waren wichtig, welche kulturellen Dinge, welche Mode, Musik, welcher Film, welche Entwicklungen. Ein Zeitstrahl kann dies abbilden. Dazu sollte sich Altenpflegepersonal regelmäßig fortbilden. Material dazu ist z. B. über den Verein www.stiftung-pflege.de erhältlich.

„Individuelle Pflege“ oder auch die „Beziehungsorientierung“ ist nur möglich mit Kenntnis über den zu pflegenden Menschen. Was ist ihm wichtig? Was macht ihn aus? Welche Erfahrungen kennzeichnen sein Leben? Das sind wichtige Fragen – um den älteren Menschen ihren Anspruch auf Wertschätzung und Würde zu gewähren.

Unglücklicherweise verzeichnete die Biografieorientierung in den zurückliegenden Jahren einen regelrechten Niedergang. Infolge Zeitmangels delegieren Fachpflegende viele Tätigkeiten

Foto: Pflege e. V.

– Nur zum privaten Gebrauch –

Die aktive Beschäftigung mit der Vergangenheit nennt sich Erinnerungsarbeit oder Reminiszenz.

Lebenslauf. Dabei handelt es sich um Daten und Fakten des Lebens: wann und wo geboren, Familienstand, Beruf, Lebensorte, Religion. Ergänzt werden diese Angaben um einfache Fragen zu Gewohnheiten beim Essen, im Schlaf oder bei der Körperpflege. Zu den täglichen Abläufen lässt sich sogar eine „Bewegungsbiografie“ erstellen: Gab es lange Fußwege, Spaziergänge? Wurde Sport getrieben?

Kennenlerngespräche. Sie dauern viele Monate und bergen den eigentlichen „Schatz“, der viele Förderungen in den täglichen Aktivitäten ermöglicht, u. a. auch in Hinblick auf Bewegungsanregungen (s. u.). Alten Menschen signalisieren sie ein Interesse an ihrer Person, insbesondere dann, wenn sie nach ihren Erfahrungen und Bewertungen gefragt werden. Kennenlerngespräche sollen keine Fakten ermitteln, sondern die Einstellung der Personen. Das Kennenlernen wird erleichtert, wenn die Menschen möglichst viele (kleine) Gegenstände mit in das Heim bringen – auch diese sind Gesprächsanker. Denn die Menschen sind verbunden mit den Dingen, die sie umgeben. „Entkleidet“ von lieben Dingen sind wir unserer Identität beraubt – die verbreitete Meinung, Heime seien der „Wartesaal auf den Tod“ entsteht aus dieser Tatsache. Dabei lassen sich aus allen Informationen über den

neuen Bewohner Anregungen aufgreifen – und genau dies könnte die Altenpflege enorm aufwerten. In jedem Altenheim sind Hunderte Lebensgeschichten versammelt (Textkasten: Fragen zur Biografieorientierung).

Themen für biografische Kleingruppen

Die früheren Berufe der Bewohner sind eine unerschöpfliche Quelle für Aktivierungen und Teilhabe. Vorteilhaft wirkt eine wohnbereichsübergreifende Orientierung, etwa indem kleine Treffen der Bewohner organisiert werden. Diese „Events“ verleiten auch zur Bewegung, d. h., es lohnt sich für Bewohner, an diesen teilzunehmen. Sind Beziehungen untereinander erst einmal hergestellt, treffen sich manche Menschen anschließend eigenständig, ohne dass solche Treffen erst vom Pflegepersonal oder von Angehörigen zu organisieren sind.

Vereine. Auch Vereine sind Magneten für ein Zusammensein und Gespräche. So sollte die Biografiearbeit eine frühere oder gar bestehende Vereinszugehörigkeit ermitteln, um evtl. einen Besuch einer Vereinsdelegation im Heim zu vereinbaren. Überhaupt sind Hobbys ein Fundus für Aktivitäten: Wenn eine Einrichtung z. B. über einen eigenen Garten verfügt oder einen Kleingartenverein in der Nachbarschaft hat oder zumindest eine Gesprächsgruppe zum Thema Garten, bietet dies v. a. für Gartenfreunde viele Möglichkeiten. Ebenso können sich Tierheime, große Baustellen, eine

Fragen zur Biografieorientierung

- Was war Ihre schönste Reise?
- Für welche Momente sind Sie dankbar?
- Welche Bücher/Musik/Stars haben Sie gemocht?
- Welche Freunde waren Ihnen wichtig?
- Hatten Sie eine Sammelleidenschaft?
- Welchen Hobbys sind Sie nachgegangen?
- Erinnern Sie sich an Ereignisse wie Mondlandung oder Mauerfall?
- Erinnern Sie sich an Weihnachtsfeste?
- Glauben Sie an Sternzeichen und Horoskope?
- Welche Zeitungen haben Sie gern gelesen?
- Haben Sie Kreuzworträtsel gemocht?
- An welches Geschenk haben Sie besondere Erinnerungen?
- Was hat Ihnen Kraft gegeben?

Wichtig ist, dass diese Fragen nicht einfach abzuarbeiten sind, sondern situationsgerecht eingesetzt werden.

– Nur zum privaten Gebrauch –

Müllverwertungsanlage, ein Baumarkt oder ein Modehaus, etwa um eine Modenschau zu organisieren, als Ziele eignen.

Reisen. Reisen geben viel her an biografischer Orientierung: In jedem Altenheim gibt es Nordseefans oder Italienliebhaber. Mit Reisekatalogen ist über viele Monate hinweg ein spannender Austausch möglich, evtl. sind auch Mitarbeitende bereit, über ihren Urlaub eine Präsentation zu machen. Aus diesem Bereich stammt die eindrücklichste Erinnerung der Autorin: Begonnen hat alles mit einem Campingzelt hinter einem Heim. Zwei Stunden sollten die Bewohner von ihren Zelterfahrungen berichten. Drei Tagen später standen sechs Zelte im Garten, von den Teilnehmenden wollte niemand zurück ins Haus, stattdessen aßen und schliefen sie draußen – selbst stark mobilitätseingeschränkte Menschen. Die Stimmung war bestens. Bei allen wurden die Ressourcen durch Freude und Erinnerung deutlich.

Autos. Auch Autos eignen sich immer wieder: ob Besuch in einem Autohaus, Autoprospekte und -zeitschriften oder das neue Fahrzeug einer oder eines Mitarbeitenden.

Ideen zur Biografieorientierung

„Kofferprojekt“. Bewohner können einen Koffer oder eine Kramkiste im Heimkeller lagern, ab und zu darin stöbern – auch gern in kleiner Runde – und dabei Erinnerungen austauschen.

Lebensbuch. Ein Notizheft wird im Laufe der Zeit gefüllt mit Abschnitten zu einzelnen Lebensphasen – Texte und Fotos – auch mithilfe der Angehörigen. Viele Familien pflegen inzwischen die Erinnerungen der Alten, indem etwa die Enkel Erfahrungen aufschreiben oder digital aufzeichnen.

„Biografische Splitter“. Kurze Informationen, die im Zimmer des Bewohners sichtbar aufgehängt werden (auf bunten Kärtchen). Sie zeigen Gesprächsanlässe und werden immer wieder ergänzt (Abb. 1).

Fotos der letzten Wohnung. Angehörige sollen Fotos schießen von Lieblingsecken oder von Blickrichtungen aus dem Sitz, vom Regal, vom Kleiderschrank oder vom Blick aus dem Fenster.

Kleine Gegenstände. An Gesprächen interessierte Altenpfleger führen in den Kitteltaschen manchmal kleine Gegenstände mit, um einen Austausch anzuregen. Das kann eine Muschel, ein Schlüssel, eine Wäscheklammer oder ein Lockenwickler sein.

Wichtig sind Beachtung und menschliche Nähe. Wenn Bewohner schon länger im Heim leben, stumpfen sie ab, gewöhnen sich an das Einerlei – ein schlechtes Zeichen. Doch sie beschweren sich nicht, da sie abhängig sind. Zwar können Menschen mit fortgeschrittener Demenz nicht mehr aktiv am Geschehen um sie herum teilnehmen, dennoch sollten sie überall



Abb. 1
„Biografische Splitter“ können im Zimmer der zu pflegenden Person sichtbar aufgehängt werden. Sie bieten Anlass zu biografisch orientierten Gesprächen.

Foto: Pflege e. V.

– Nur zum privaten Gebrauch –

💡 PECAN-Konzept

Um Teilhabe und Aktivität unter Pflegeheimbewohnerinnen und -bewohnern zu fördern, haben die Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg, die Technische Hochschule Rosenheim sowie die Ludwig-Maximilians-Universität München das Konzept der kontraktursensiblen Pflege PECAN entwickelt und getestet. PECAN steht für Participation Enabling CARE in Nursing und zielt darauf ab, Menschen mit Gelenkkontrakturen die Teilhabe am Leben in der Gemeinschaft nach ihren individuellen Vorstellungen zu ermöglichen. Das Konzept beinhaltet pflegerische Handlungsstrategien, um soziale Teilhabe und Aktivität zu verbessern – dabei ist v. a. eine ressourcenorientierte Bewegungsförderung wesentlich. Die Implementierung des PECAN-Konzepts in den kooperierenden Alten- und Pflegeheimen erfolgte durch speziell ausgebildete Pflegefachpersonen, die als Multiplikatoren tätig waren. Ein kontinuierliches Peer Mentoring unterstützte sie in ihrer Tätigkeit. Dieses bestand aus einer telefonischen Begleitung seitens des Projektteams und einer Vor-Ort-Beratung (Peer-Mentor-Besuch) unter Einbezug einschlägiger Expertinnen auf dem Gebiet der Teilhabe- und Mobilitätsförderung.

Die Verbundpartner haben das Konzept im Rahmen dreier Forschungsprojekte untersucht:

- JointConFunctionSet (02/2012 bis 01/2015): „Auswirkung von Gelenkkontrakturen auf Funktionsfähigkeit und soziale Teilhabe älterer Menschen in geriatrischen Settings – Entwicklung eines Standardsets.“
- JointConImprove (05/2014 bis 12/2015): „Entwicklung und Pilotierung einer komplexen Intervention zur Verbesserung von sozialer Teilhabe und Lebensqualität von Pflegeheimbewohnern mit Gelenkkontrakturen.“
- JointConEval (09/2017 bis 08/2020): „Wirksamkeit einer komplexen Intervention zur Verbesserung von Lebensqualität und sozialer Teilhabe von Pflegeheimbewohnern mit Gelenkkontraktur.“



Weitere Informationen zu den Kontraktur-Projekten, Kontaktdaten sowie deutsch- und englischsprachige Veröffentlichungen unter www.bewegung-verbundet.de.

mit dazugenommen werden, denn über ihre Wahrnehmungsfähigkeit lässt sich nicht genau urteilen. Hinzu kommt, dass sich die Pflege meist an den Schwächsten orientiert und dabei andere, die noch gefordert werden könnten, übersehen. Und so bauen Menschen nach ihrer Aufnahme im Heim verstärkt ab.

Leben in die Einrichtung bringen

Kontrakturen sind augenfällige Bewegungseinschränkungen – sie stehen am Ende einer langen Entwicklung. Gefragt ist deshalb zunächst der Erhalt der Bewegung allgemein – dazu sollten Einrichtungen viel lebendiger werden und sich verstärkt an den Interessen ihrer Bewohner orientieren, die ihnen oftmals gar nicht bekannt sind. Bespaßungsprogramme folgen allzu oft einer Routine und sind langfristig organisiert. Hier müsste vonseiten der Heime daher viel mehr „Bewegung“ reinkommen (Textkasten: PECAN-Konzept).

Mehr Veranstaltungen. Neben Basteln, Singen und Gedächtnistraining sollten Heime mehr Engagement und Kreativität zeigen. Neben den typischen jahreszeitlichen (aufwendigen)

Festen, lassen sich weitere kleinere Events organisieren wie kurze Ausflüge, Filmabende, Tanztees oder Vorträge, ebenso eine Adelsrunde, ein Gedichtekreis oder ein Playboy-Lesezirkel. Muss z. B. ein Schädlingsbekämpfer eine Einrichtung aufsuchen, ließen sich aus diesem Besuch verschiedene Präsentationen ableiten, die auch für Angehörige durchaus von Interesse sein können.

Umbau als Schauobjekt. Selbst eine bauliche Veränderung sorgt für Abwechslung. Statt die Bewohner von der „Baustelle“ fernzuhalten und vorrangig gegen Lärm und Staub zu schützen, sollte ihr Interesse nicht unterdrückt werden. Es hat sich in solchen Fällen schon gezeigt, dass Heimbewohner unmittelbar mit den Handwerkern in Kontakt treten.

Migranten und ihre Traditionen. Finden sich unter den Pflegenden einige Migranten, so lässt sich auch aus diesem Umstand ein Eventprogramm machen – mit Berichten aus den Heimatländern, mit Trachten, Tänzen und Süßigkeiten. Positiver Nebeneffekt: Die betreffenden Mitarbeitenden fühlen sich dadurch aufgewertet.

– Nur zum privaten Gebrauch –

Wir brauchen mehr Abwechslung und Beteiligung der fähigen Bewohner. Stattdessen befördert der vorrangige Servicegedanke in den Heimen die Passivität ihrer Bewohner. Warum an sie nicht kleine Pflichten oder Ämter vergeben, auch wenn sie diese nur wenige Monate ausführen? Im Sinne der Biografiearbeit ist die Frage interessant, welche Tätigkeiten die Menschen daheim, also noch vor ihrem Einzug ins Heim, selbstständig erledigen konnten – auch daraus ließen sich ggf. Alltagsaufgaben ableiten. Biografieorientierung richtet sich nicht nur in die Vergangenheit, durch Kennenlernen des Menschen sind auch Schlüsse für Künftiges zu ziehen: Was ist diesem Menschen noch wichtig?

Die Fachpflegenden müssen die Bewegungsförderung der Heimbewohner in allen täglichen Aktivitäten vorantreiben, nur ergänzend sind Gruppenprogramme nützlich. Selbstständige Bewegung bedeutet Teilhabe und Freiheit. Diese Unterstützungsarbeit, gekoppelt mit der Biografieorientierung, ist eine große Aufgabe für das Fachpersonal in der Altenpflege und sollte nicht an Hilfskräfte delegiert werden. Die körperliche Bewegung folgt der Bewegung von Seele und Geist, dazu sind gute Kenntnisse nötig.

Ganze Einrichtung nutzen

Die Aktivitäten sollten an wechselnden Orten in der ganzen Einrichtung und in der unmittelbaren Umgebung stattfinden, sodass die Teilnahme immer wieder mit (Eigen-)Bewegung verbunden wird. Zu rasch werden die Alten in den Rollstuhl gesetzt und verbleiben leider dort – dadurch ist der „Transport“-Aufwand beträchtlich. Die Erfahrung zeigt, dass interessante Aktivitäten geteilt werden wollen. Die Verknüpfung verschiedener Aktivitäten erhöht deren Anspruch, z. B. traf sich in einem Münchener Altenheim eine Nähgruppe zusätzlich zu einem Spätschoppen. In einem Dortmunder Altenheim interessierten sich die Damen sogar für eine Modelleisenbahn, weil die Männer dort waren.

Um die Biografieorientierung zu verbessern, sollten die Pflegenden zunächst in Kleingruppen überlegen, welche Aspekte der Biografie für die Pflege wichtig sind, Erfahrungsaustausch und dies alles in einer kleinen

internen Fortbildung zusammenfassen. Danach die existierenden Dokumentationsvorlagen kritisch prüfen und eine schrittweise Neuentwicklung angehen.

Dr. Angelika Zegelin
Pflegewissenschaftlerin
(vorm. Universität Witten/Herdecke)
kontakt@angelika-zegelin.de
www.angelika-zegelin.de



Anzeige



Klinikum Hochsauerland
Akademisches Lehrkrankenhaus
Westfälische Wilhelms-Universität Münster



Anstalt für die Krankenpflege
südlich



Bewirb
Dich
jetzt!

**GUTE PFLEGE
KOMMT DURCH GUTE
PFLEGEKRÄFTE!**

Wir suchen:

- Lehrer für Pflegeberufe (m/w/d)
- Pflegepädagoge (m/w/d)



Interessiert? Ruf einfach unsere Hotline unter
02932 980-245100 an oder bewirb Dich direkt online:
www.klinikum-hochsauerland.de/karriere-bildung/jobs

– Nur zum privaten Gebrauch –