

Lebensqualität im Pflegeheim

Alte Menschen erzählen

Eine qualitative Interviewstudie



concept.alter
Dr. Marion Bär

Wissenstransfer - Prozessberatung - Evaluation
für Altenhilfe und Gesundheitswesen

Alten & Pflegezentren
Main-Kinzig-Kreis

Eine Studie zur Lebensqualität im Pflegeheim – warum?

Bis zum Ende des Lebens eine gute Lebensqualität haben: Das wünscht sich wohl jeder. In der Gesellschaft des langen Lebens ist die Frage aber noch lange nicht beantwortet, was Menschen insbesondere in den letzten Lebensjahren brauchen - insbesondere dann, wenn sie im Alltag umfassende Hilfe benötigen, so dass ein Umzug ins Pflegeheim notwendig wird. In der gesellschaftlichen Diskussion über die Versorgung im Pflegeheim kommen alte Menschen selbst häufig gar nicht zu Wort. Aber wie will man wissen, was für gute Lebensqualität in dieser Lebensphase wichtig ist, ohne diejenigen Personen einzubeziehen, die es unmittelbar erleben?

Hier setzte die Studie an. Sie wurde durchgeführt in Einrichtungen der Alten- und Pflegezentren des Main-Kinzig-Kreises. Konzipiert und begleitet wurde sie durch concept.alter – Dr. Marion Bär. Die Daten wurden am Institut für Gerontologie der Universität Heidelberg ausgewertet. Finanziert wurde die Studie von procuratio GmbH.



Die Studie

Ziel der Studie war es, einen fundierten Einblick in die Alltagserfahrungen von Menschen zu bekommen, die im Pflegeheim leben. Dabei standen folgende Fragen im Mittelpunkt:

- Was macht, in der jetzigen Lebenssituation, einen Tag zu einem guten Tag? Was führt dazu, dass Tage nicht gut sind?
- Was ist wichtig, um eine gute Lebensqualität zu haben, und was hat sich hier im Vergleich zu früher verändert?
- Wie beeinflusst die Einrichtung die eigene Lebensqualität?

55 Personen (33 Frauen, 22 Männer) haben an der Studie teilgenommen. Das Durchschnittsalter der Teilnehmenden lag bei 80,3 Jahren. Es gab aber auch Personen, die deutlich jünger oder älter waren. Personen, die im Alltag noch wenig Hilfe brauchen, waren ebenso vertreten wie Personen, die auf umfassende Unterstützung angewiesen sind. Die meisten Befragten lebten schon längere Zeit in der Einrichtung.



Zentrale Ergebnisse

In den Interviews ist eine große Vielfalt an Alltagsschilderungen zusammengekommen.

Der Grundtenor reicht dabei von „alles sind hier gute Tage“ bis hin zu „gute Tage – das kann man nicht sagen“. Viele Teilnehmer berichten von einem überwiegend positiven Grundgefühl, das allerdings durch verschiedene Einschränkungen getrübt wird. Andere Teilnehmer sagen: Es gibt schon gute Momente. Aber insgesamt ist mein Leben nicht so, wie ich es mir für mein Alter vorgestellt habe.



Soziale Aspekte spielen für die eigene Lebensqualität eine zentrale Rolle.

Dazu gehört, Personen zu haben, zu denen man Vertrauen bzw. eine tiefere Bindung hat. Oder einfach Personen, mit denen man im Alltag etwas gemeinsam tut. Ganz häufig wird die Qualität des Miteinander hervorgehoben.

Gut mit anderen auskommen, freundlich behandelt werden, sei es von Mitarbeitern oder von Mitbewohnern: Das ist entscheidend für das eigene Wohlbefinden. Unfreundlichkeit und Streit ist für viele Teilnehmer schwer zu ertragen, selbst dann, wenn man selbst nicht betroffen, sondern nur Zeuge ist. Und mehrere Teilnehmer vermissen eine Person, mit der sie sich aussprechen können.

Den Tag aktiv verbringen: Das ist auch im Pflegeheim ein wichtiges Thema.

Viele Befragte haben eigene Aktivitäten, denen sie nachgehen. Die Aktivitäten werden einzeln oder zusammen mit anderen ausgeübt (Beispiel: mit Mitbewohnern Gesellschaftsspiele spielen). Auch die von der Einrichtung angebotenen Gruppenaktivitäten werden von vielen Befragten sehr geschätzt.

Ein erstaunlich großer Anteil der berichteten Aktivitäten spielt sich außerhalb der Einrichtung ab: Spaziergänge, in die Stadt gehen usw. Wenn es nichts zu tun gibt, oder wenn die Durchführung gewünschter Aktivitäten verhindert ist, beispielsweise weil die nötige Unterstützung fehlt, wird dies als Beeinträchtigung der Lebensqualität erlebt.





Die empfundene Lebensqualität hängt auch vom eigenen Blickwinkel ab.

Teilnehmer, die um Vergangenes trauerten, erlebten die Gegenwart trister als Personen, die sich mehr auf die gegenwärtigen Möglichkeiten konzentrierten. So berichtete eine Teilnehmerin: „Ich bin froh, dass ich keine Pflichten mehr habe und tun kann, was ich will!“ Eine andere Teilnehmerin bedauerte es dagegen, ihre Aufgaben im Haushalt nicht mehr zu haben.

Das Pflegeheim ist mehr als ein Dienstleister.

Die Einrichtung ist Lebensumfeld und beeinflusst die Lebensqualität der Bewohner teilweise subtil und auf vielen Ebenen. Im Mittelpunkt steht dabei wiederum der direkte Umgang. Das Verhalten der Mitarbeiter wurde vielfach als sehr hilfsbereit, engagiert und freundlich geschildert.

Ein sensibler Bereich ist die Wahrung der Selbstbestimmung. Mehrfach wurde positiv hervorgehoben, dass diese hier nicht beeinträchtigt sei. Aber mehrere Teilnehmer haben auch erlebt, dass über ihren Kopf hinweg entschieden wurde.

Ein weiterer sensibler Bereich ist die Art und Weise, wie Mitarbeiter mit der Hilfsbedürftigkeit der Bewohner umgehen. Wenn man auf dringend benötigte Hilfe warten muss, wenn man unprofessionelles bzw. unfreundliches Verhalten erfährt, so wird dies als bedrückend und entwürdigend erlebt.

Ein umgekehrtes Beispiel war die Schilderung einer Teilnehmerin, zu der die Mitarbeiter gesagt haben: „Klingeln Sie bitte, wenn Sie Hilfe brauchen. Wir sind doch gerne für Sie da!“ Die Teilnehmerin sagte dazu: „Das hat mir gut getan“.



Das Fazit

Der Alltag im Pflegeheim ist keineswegs einförmig und homogen. Personen verbringen ihn sehr unterschiedlich. Er weist viele Facetten positiver wie negativer Erfahrung auf.

Ein aktives Leben ist auch im Pflegeheim möglich und wird von vielen Bewohnern realisiert. Allerdings gibt es hier auch noch Unterstützungsbedarf. Denn wer kein soziales Netzwerk hat, hat es schwer, beispielsweise zur Bank oder zum Café trinken in die Stadt zu kommen, wenn er nicht mehr selbst gehen kann.

Die Bedeutung von guten sozialen Beziehungen und eines sorgenden Miteinanders für die Lebensqualität von Menschen im Pflegeheim ist sehr hoch. Dies sollten sich alle Menschen, die Bewohner im Pflegeheim begleiten, immer wieder bewusst machen. Aber soziale Teilhabe kann eine Pflegeeinrichtung nicht alleine gewährleisten: Hier ist auch ein größeres gesellschaftliches Engagement notwendig, damit Menschen im Pflegeheim weiterhin in die soziale Gemeinschaft eingebunden sind.



Was geschieht mit den Studienergebnissen?

Die Ergebnisse werden nun innerhalb der Alten- und Pflegezentren des Main-Kinzig-Kreises diskutiert. Im Zentrum steht die Frage, welche Konsequenzen sich aus den Ergebnissen für die Organisationsentwicklung ergeben, um die eigene Versorgung noch mehr an den Bedürfnissen der Bewohner auszurichten.

Die Ergebnisse sollen aber auch öffentlich zugänglich gemacht werden, um gängige gesellschaftliche Bilder vom Leben im Pflegeheim kritisch zu hinterfragen, und um die Frage weiterzubringen, wie Lebensqualität für Menschen im Pflegeheim noch mehr gefördert werden kann.



Den vollständigen Bericht erhalten Sie bei



Alten- und Pflegezentren

des Main-Kinzig-Kreises gemeinnützige GmbH

Kristina Schneider

Lortzingstraße 5 • 63452 Hanau

Telefon 06181.802.841

E-Mail kristina.schneider@altenheime-mkk.de

Projekträger

Alten- und Pflegezentren des Main-Kinzig-Kreises



Wissenschaftliche Leitung

Dr. Marion Bär, concept.alter

concept.alter
Dr. Marion Bär

Wissenstransfer - Prozessberatung - Evaluation
für Altenhilfe und Gesundheitswesen

Datenmanagement und Ethik-Audit

Institut für Gerontologie der Universität Heidelberg



Gefördert durch

procuratio GmbH

