

Altersgerechtes Wohnen – nach individuellen Vorstellungen, Wünschen und Bedürfnissen

Dr. Kirsten Mensch, Schader-Stiftung, Darmstadt

Wer sind „die Alten“?

„Wohnen im Alter“ ist zu einem Thema geworden, das (fast) in aller Munde ist. Seitdem man jeden Tag über den demographischen Wandel in der Zeitung lesen kann, widmet sich eine wachsende Anzahl von Wissenschaftlern und Praktikern dem Thema „Wohnen im Alter“. Vieles gibt es hierbei zu sagen und zu bedenken, angefangen von der Barrierefreiheit über die nötige Infrastruktur in Wohnumfeld und Stadtviertel bis hin zu sozialen Beziehungen, die gerade im Alter eine wachsende Bedeutung haben (sollten).

Doch bei einer Frage, die eigentlich Ausgangspunkt aller Überlegungen sein sollte, ist es merkwürdig still. Wer sind denn die Älteren und Alten, für die Wohn- und Lebensbedingungen geplant werden? Was zeichnet sie aus? Welche Vorlieben haben sie? Welchen Bedürfnissen unterliegen sie?

Schnell geistern einem bei der Frage, wer denn die Älteren und Alten sind, zwei in unseren Tagen übliche Altersbilder im Kopf herum: zum einen die „Alten und Gebrechlichen“ – Menschen mit aufgrund jahrzehntelanger Arbeit und Nutzung geschundenem Körper, die am Stock (oder mit Rollator) mühevoll durch die Straßen gehen; zum anderen die fitten, jungen, aktiven Alten, die man von Werbeplakaten herunterlächeln sieht. Die Vorstellung von den Alten und Gebrechlichen entspringt wohl größtenteils dem Bild vom Alter, das man aus der eigenen Kinderzeit übernommen hat. Damals unterlagen die älteren Menschen (etwa die eigenen Großeltern, entfernte Großtanten und so weiter) nicht dem Dogma der ewigen Jugend. Sie zogen sich nicht an, als ob sie dreißig wären, und verhielten sich auch nicht so. Ihr Leben, geprägt von Kriegserfahrungen und Leid, sowie die schlechtere medizinische Ausstattung hatten sie zudem anders alt werden lassen, als es bei den heutigen Älteren der Fall ist. Das Bild der fitten Alten hingegen entspringt vermutlich weitgehend dem Marketing von Unternehmen, die sich diese Gruppe als Zielgruppe herausgepickt haben.

Natürlich finden sich für beide Bilder von älteren Menschen Entsprechungen im wirklichen Leben. Auch heute gibt es alte Menschen, die gezeichnet sind

von den Einschränkungen, die ihnen Körper und vielleicht auch der Geist auferlegen. Und zahlreiche „junge Alte“ eifern dem Bild der Werbung nach und sind darin auch sehr erfolgreich. Aber: Es gibt – und zwar sicherlich mehrheitlich – eine Vielzahl von Menschen, die in keines der beiden Bilder passen. Das zweigeteilte Bild des Alters lässt sich nicht aufrechterhalten. Sich dem zu entziehen, indem man schlichtweg eine mittlere Kategorie (nicht mehr ganz so fit, aber auch noch nicht gebrechlich) hinzufügt, wäre kein Ausweg. Die vermeintliche Kategorie der Älteren und Alten ist ebenso heterogen wie jede andere nur aufgrund ihres Geburtsjahrgangs zusammengefasste Gruppe der Bevölkerung. Ja, vielleicht tauchen bei den Älteren sogar mehr Unterschiede auf als in jüngeren Jahrgängen! Was hat eine 84-jährige gesunde Frau, die auf dem Land im selben Haus wie die Familie ihres Sohnes lebt und sich täglich um den Nutz- und Blumengarten kümmert, gemeinsam mit einem 79-jährigen Mann, der in der Stadt in einem Pflegeheim wohnt, weil ihm alltägliche Anforderungen nicht mehr leicht fallen? Und selbst wenn man die selben Wohn- und Gesundheitsbedingungen zugrundelegt, kann man sich fragen, was ein 80-jähriger Büchernarr, leidenschaftlicher Schachspieler und Liebhaber italienischer Opern gemeinsam hat mit einem ebenso alten geselligen und reddefreudigen Kaffeehausbesucher?

Warum sollten die Unterschiede und damit die Vorlieben und Bedürfnisse mit steigendem Alter abnehmen? Wird es nicht eher gerade umgekehrt sein? Werden nicht die eigenen Erfahrungen, das Wissen, wie und mit wem man leben möchte (wie und mit wem man auf keinen Fall leben möchte) zunehmen und sich verfestigen? Müssten dann die Wohn- und Lebensformwünsche nicht immer individueller werden? Kann man dann noch von *einem* „Wohnen im Alter“ sprechen, für das man diese oder jene Kriterien entwirft?

Wohnen im Alter: Wünsche und Bedürfnisse?

Nun könnte man natürlich als eine Art Ankerpunkt die im Alter zu befürchtenden körperlichen Einschränkungen anführen, die sich in entsprechende Anforderungen an das räumliche Umfeld übersetzen ließen. Das Stichwort Barrierefreiheit zeigt die Richtung an. Doch auch dem muss man die Heterogenität der vermeintlichen Gruppe der Älteren und Alten entgegensetzen. Nicht jeder wird – selbst im hohen Alter – mit körperlichen Einbußen umgehen müssen. Und falls doch, wird nicht jeder dieselben Einschränkungen erleben. Ob eine Gehbehinderung, eine Hörbehinderung,

eine Sehbehinderung oder andere vorliegen, macht einen entscheidenden Unterschied für die notwendig werdenden Anpassungen im Wohnbereich aus. Natürlich kann und sollte man neue Wohnungen rollstuhlgerecht und nach dem Zwei-Sinne-Prinzip ausstatten. Aber ob man einem gesunden, älteren Menschen empfehlen sollte, sozusagen vorab in eine solche Wohnung umzuziehen, beziehungsweise die eigenen vier Wände entsprechend umbauen zu lassen, ist fraglich. Denn zum einen sind es die oft von Älteren ungeliebten Parterre-Wohnungen, die barrierefrei ausgebaut werden, zum anderen befreit die Barrierefreiheit auch von Anstrengungen des Alltags, die als körperliche Ertüchtigung durchaus dienlich wären. Wer nie Treppen steigen muss, nie auch nur das Bein heben muss, um in die Dusche zu kommen, zudem aus Bequemlichkeit keinem Sport nachgeht, könnte leicht zu Beschwerden kommen, die die Barrierefreiheit der Wohnung letztlich doch legitimieren.

Die beschriebene Heterogenität im Alter kann sicherlich jeder nachvollziehen, der die Mitmenschen seines Jahrgangs betrachtet. Sowohl die Interessen, Fähigkeiten, die Wünsche und Bedürfnisse, als auch die gesundheitlichen Verfassungen sind höchst verschieden. Wenn man zusätzlich bedenkt, dass die Gruppe der (sagen wir) ab 65-Jährigen zwei bis sogar drei Generationen umfassen kann, kann man die individuellen Unterschiede kaum noch bemessen. Das ist zum einen ernüchternd, zugleich erschwerend für die Arbeit auch und gerade von Planern und Architekten. Zum anderen birgt es Chancen und großartige Möglichkeiten. Die Bandbreite dessen, was gewünscht und gebraucht wird, ist groß und bietet somit zahlreiche Umsetzungsgelegenheiten.

Bleibt natürlich die Frage: Was wird denn gewünscht und gebraucht? Vielleicht ließe sich die Frage beantworten, indem man die älteren Menschen selbst fragt. Doch wenn wir auf die Straße gehen und Menschen zwischen 60 und 70 fragen, wie sie sich ihr Wohnen im Alter vorstellen und wünschen, werden es fast ausschließlich zwei Antworten sein, die man zu hören bekommt: 1. So lange wie möglich in den eigenen vier Wänden. 2. Wenn es nicht mehr anders geht: im Heim (oder in einer Form des betreuten Wohnens).

Dass diese Antworten kommen, wundert nicht. Denn wie alle anderen in unserer Gesellschaft prägen auch die Älteren die selben Altersbilder, die die Jüngeren im Kopf haben: entweder alt und gebrechlich (mit der Folge eines Wohnens im Heim) oder eben noch aktiv und fit (mit der Möglichkeit, sich selbst zu versorgen). Ein weiterer Grund existiert für diese so häufig genannten Antworten: Sie bergen eine Art Nicht-Entscheidung, nämlich: Wir

lassen alles so wie es ist, bis es nicht mehr geht. Dann wird eine Entscheidung jedoch zumeist so dringend, dass sie andere (die Angehörigen) treffen. Die Älteren zögern die Entscheidung hinaus, weil es sich um ein angstbesetztes Thema handelt. Wer möchte schon über die eigenen körperlichen Einbußen reden, die vielleicht irgendwann einmal eintreten! Wer möchte schon den Verlust an Selbständigkeit, die eigene Hilfsbedürftigkeit und Abhängigkeit vorausdenken!

Ein verhängnisvoller Kreislauf

Das Hinauszögern ist indes verhängnisvoll. Es verhindert, sich in Ruhe und abgewogen Gedanken über die eigene Wohnzukunft zu machen. Damit fördert es, dass andere die Entscheidungen treffen. Zuerst sind dies Planer, Architekten, Kommunen etc., die ein Angebot für „die Alten“ bereitstellen, das dem entspricht, was Umfragen an Bedarf preisgeben. In einem zweiten Schritt suchen die Angehörigen der dann hilfsbedürftigen Älteren aus diesem Angebot aus, was am ehesten passt und finanzierbar ist. Die Folge ist ein eigentümlicher Kreislauf aus unüberlegten Bedürfnisäußerungen der Älteren, die letztlich das vorhandene Angebot spiegeln, eine darauf aufbauende Planung und Umsetzung und im letzten Schritt die Nutzung der realisierten Wohn- und Betreuungsangebote im Alter. Der Kreislauf scheint perfekt zu sein: Denn das, was gewünscht wurde, wird gebaut, das, was gebaut wurde, wird genutzt. Das einzige, das diesen perfekt erscheinenden Kreislauf stört, ist die Frage der Finanzierbarkeit, die nach öffentlicher Bewusstwerdung des anstehenden demographischen Wandels lauter gestellt wird. Würde nicht der Ruf nach mehr ambulanter Betreuung und Pflegeleistung erschallen, um die Kosten der stationären Pflege einzudämmen, hätten wir vermutlich weiterhin nur zwei Varianten des Wohnens im Alter: entweder zu Hause bleiben wie zuvor oder Wohnen im Pflegeheim.

Wo ist der Ausweg? Ein möglicher Ausweg setzt bei den Wunsch- und Bedürfnisäußerungen der Älteren an. Ihnen muss man nahe legen, sich rechtzeitig Gedanken über die eigene Wohnzukunft zu machen. Dazu bedarf es der Hilfestellung. Eine solche Hilfestellung bietet die „OWOG-Methode“.

OWOG: Über das Wohnen im Alter sprechen

Die OWOG-Methode stammt aus den Niederlanden. Mitte der 80er Jahre deckte eine Studie der Universität Delft ein Phänomen auf, das damals neu

war, heute indes altbekannt ist: Die meisten der älteren Menschen wollen nicht ins Alters- beziehungsweise Pflegeheim umziehen. Zum damaligen Zeitpunkt war dies jedoch – abgesehen von der Pflege durch die Familie – die einzig übliche Art des Lebens bei höherem Hilfebedarf. Der niederländische Wohlfahrtsverband Humanitas suchte darauf hin nach einer Möglichkeit, andere Wohnformen für das Alter auszuloten und zu unterstützen. Dabei sollten die älteren Menschen selbst entscheidend an der Planung und Gestaltung ihres Wohnens im Alter beteiligt sein. Um dies zu sichern, entwickelte ein Mitarbeiter von Humanitas die OWOG-Methode.

OWOG ist die Abkürzung für „Over Wonen van Ouderen Gesproken“ (Über das Wohnen Älterer sprechen). Es handelt sich um eine Gruppen-Moderationsmethode, die älteren Menschen einen Weg eröffnet, selbstbestimmt Vorstellungen über die eigene Wohn- und Lebenszukunft zu entwickeln. Um das zu können,

- müssen die Teilnehmer die eigenen (auch zukünftigen) Bedürfnisse und Wünsche erkennen und benennen,
- benötigen sie Informationen über Wohn- und Lebensmöglichkeiten auch außerhalb der alteingestrieten Vorstellung, entweder in den eigenen vier Wänden oder im Altersheim alt zu werden, und
- brauchen sie Hilfestellung bei der Entwicklung sowie den ersten Umsetzungsschritten für die persönlich erwählte Wohn- und Lebensform.

Hilfreich und entscheidend für den Einstieg in den Gruppenlernprozess der OWOG-Methode ist ein Kartenset. Es besteht aus vierzig Karten, die Aussagen zu den Bereichen

- Sicherheit
- Soziale Kontakte und Aktivitäten
- Infrastruktur
- Hilfebedarf

enthalten. Den Aussagen zugrunde liegt die Annahme einer engen Verbundenheit und gegenseitigen Bedingtheit von Wohnen und Lebensmöglichkeiten insbesondere im Alter (s. untenstehende Auflistung).

---- Hier Aussagen der OWOG-Karten einfügen -----

Die OWOG-Karten bieten zahlreiche Anwendungsmöglichkeiten. Sowohl zur Nutzung in einem Beratungsgespräch mit einzelnen, als auch als Gedankenstütze bei Umsetzungen sind sie geeignet. Ursprünglich konzipiert

sind sie für den Einsatz in Gruppen, die sich zu mehreren, gemeinsamen Sitzungen zusammenschließen. Das können ohnehin bestehende Gruppen sein, die sich über einige Wochen hinweg dem Thema Wohnen widmen möchten. Es kann sich gleichfalls um Gruppen handeln, die sich eigens zum Zweck der OWOG-Gespräche zusammenfinden. Wichtig ist in jedem Fall, dass eine kompetente Moderation stattfindet. Im Folgenden ist ein idealtypischer Verlauf in einer OWOG-Gruppe skizziert.

OWOG als Gruppenlernprozess

Den Teilnehmern und Teilnehmerinnen des OWOG-Kurses stellt der Moderator für die erste Sitzung jeweils ein vierzigteiliges Kartenset zur Verfügung. Mit Hilfe der Aussagen auf den Karten können sich die älteren Menschen eigener Bedürfnisse und potentieller Schwierigkeiten, die ihre jetzige Wohnsituation im weiter fortgeschrittenen Alter erzeugen könnte, bewusst werden. Sie erwählen aus dem Kartenset jene Karten, von denen sie meinen „Das hätte ich auch so sagen können“ oder „Das könnte ich vielleicht in einigen Jahren sagen.“

Das Vorlesen der ausgewählten Karten führt zu einem sofortigen, für jeden leicht und angstfrei zu vollführenden Einstieg in ein Gespräch. Die Karten bieten einen Ausgangspunkt für Gespräche und Äußerungen, die weiter reichen, genauer die Sachlage erläutern und im besten Falle schon auf eine oder mehrere Lösungsmöglichkeiten hinweisen.

Nach dem kartenbasierten Formulieren von Wohnwünschen folgen als weitere Schritte des Gruppenlernprozesses in weiteren Sitzungen:

- das Vermitteln von Wohnmöglichkeiten, ausgehend von einfachen Maßnahmen der Wohnraumanpassung bis hin zu alternativen Wohnformen, wie etwa das gemeinschaftliche Wohnen,
- das Entwickeln von Vorstellungen für die eigene Wohnzukunft
- und die Unterstützung erster Umsetzungsschritte.

Ziel der OWOG-Methode ist es, selbstbestimmte Vorstellungen für das eigene Wohnen im Alter zu entwickeln. Daher werden in den Sitzungen keine fertigen Problemlösungen angeboten und keine thematischen Schwerpunkte vorab festgesetzt.

Aufgrund der positiven Erfahrungen mit der OWOG-Methode in den Niederlanden (und vereinzelt auch in Deutschland) hat sich die Schader-Stiftung 2003 zusammen mit der Hessischen Arbeitsgemeinschaft für

Gesundheitserziehung e. v. (HAGE) und der Hessischen Fachstelle für Wohnberatung (HFW) entschlossen, die OWOG-Methode in größerem Maßstab in Deutschland (zunächst in Hessen) einzuführen. Im Jahr 2004 ließen die drei Partner 600 OWOG-Kartensets drucken. Zudem wurde eine Arbeitshilfe (ein vierzigseitiges DinA4-Heft) entwickelt und zwei Schulungsworkshops für OWOG-Moderatoren angeboten. Zielsetzung dieses Schulungsrahmens war die Sicherung eines qualifizierten Einsatzes der OWOG-Karten. Sie sollten nicht als eine Art Kartenspiel missverstanden werden. In letzter Zeit lässt sich insbesondere an Orten, an denen schon erfolgreich OWOG-Veranstaltungen stattgefunden haben, eine spürbare Nachfrage nach OWOG feststellen. Dies ist in erster Linie auf das steigende Interesse der älteren Menschen selbst zurückzuführen. Denn viele von ihnen wollen sich nicht mehr in eine von anderen vorbestimmte Wohn- und Lebensform im Alter drängen lassen.

OWOG als Marktforschungsinstrument

Das Fördern der Auseinandersetzungs- und Entscheidungsprozesse der persönlich Interessierten ist indes nur eine Zielsetzung der OWOG-Methode. Die andere ist das Erkennen und Weitervermitteln der nach reiflicher Überlegung und intensiven Gesprächen der Älteren untereinander geäußerten Wünsche und Bedürfnisse an ein Wohnen im Alter an jene Akteure, die zur Umsetzung berufen sind. Hier kommen Planer und Architekten zum Zuge, darüber hinaus Kommunen und Wohnungswirtschaft, auch die freien Träger, die in jeglicher Form von Altenhilfe tätig sind.

Die OWOG-Karten und die mit ihnen arbeitenden Gruppen lassen sich nicht nur in der Landschaft der Berater nutzen, sondern ebenso (und sehr zielführend) von jenen, die kundenorientiert und damit wirtschaftlich arbeiten wollen. Für Wohnungsunternehmen bietet sich mit Hilfe der OWOG-Methode die Erhebung der Wünsche der älteren Mieter an. Das Wohnungsunternehmen könnte auf Bedarfsäußerungen reagieren und damit einen Auszug der älteren Mieter aus Wohnungen (vielleicht im Bestand der 60er oder 70er Jahre) verhindern, die anschließend einer Leerstandsgefahr unterlägen. Es ist einfacher, alte Mieter zu halten, als neue zu gewinnen. Kommunen und Stadtplaner könnten sich den in den OWOG-Workshops ebenfalls angesprochenen Infrastruktur- und Wohnumfeld-Bedingungen widmen.

Architekten könnten, bevor sie einen Wohnblock altersgerecht neu oder umbauen, sich informieren, etwa welche Art von Gemeinschaftsräumlichkeiten gewünscht werden.

Die Träger der freien Wohlfahrtspflege könnten sich tiefgründig mit den älteren Menschen darüber unterhalten, welche Dienstleistungen unter welchen Bedingungen gewünscht werden. Damit umgingen sie das bekannte Problem, dass erst einmal alle Wünsche (von der Unterstützung bei der Körperpflege bis zur Bügelhilfe) genannt werden, später aber nur wenig der realisierten Dienstleistungsangebote nachgefragt wird.

Findet die OWOG-Methode (oder auch vergleichbare Vorgehensweisen) größere Verbreitung könnte das Wohnen im Alter ein buntes, vielfältiges und spannendes Feld werden – so bunt, vielfältig und spannend wie die Lebensstile und Lebensbedingungen der vielen Menschen über 65.

Aussagen der OWOG-Karten

Thema Sicherheit:

- Dringend Hilfe zu benötigen und niemanden erreichen zu können, das ist für mich eine schreckliche Vorstellung
- Wenn ich ehrlich bin: Manchmal bin ich ängstlich, wenn ich allein zu Hause bin.
- Eines Tage werde ich in meiner eigenen Wohnung mal böse hinfallen.

- In meinem Viertel ist es für Fußgänger und Radfahrer lebensgefährlich.
- Ich wage mich abends nicht mehr auf die Straße, um irgendwohin zu gehen.
- Wo ich wohne, werden Passanten durch schief liegende Bürgersteigplatten und falsch parkende Autos behindert.
- Die Haustüre sollte abgeschlossen sein, damit nur die Bewohner Zugang in das Haus haben.

- In unserem Viertel gibt es viel Vandalismus.
- Unsere Gegend ist sehr verschmutzt.
- Es wird in unserer Nachbarschaft viel geklatscht.

Thema Hilfebedarf:

- Es fällt mir schwer, meine Wohnung sauber zu halten.
- Die Gartenpflege wird mir zu viel.
- Ich hätte gerne eine bessere Wohnung, mit Zentralheizung, Dusche usw.
- Immer die Treppen steigen, das fällt mir richtig schwer.
- Meine Wohnung ist sehr hellhörig.
- Wer versorgt mich, wenn ich krank werde?
- Kleine Aufgaben (Reparaturen), die in der Wohnung erledigt werden müssen, stellen mich immer wieder vor große Probleme.
- Wenn ich Hilfe benötige, weiß ich nicht, wohin ich mich wenden kann.

Thema Soziale Kontakte und Aktivitäten:

- Ich habe eigentlich keinen Platz für Übernachtungsgäste.
- Ich darf in meiner Wohnung weder einen Hund noch eine Katze halten.
- Ich hätte sehr gerne einen Garten oder einen großen Balkon.
- Eigentlich hätte ich gern ein Zimmer für mich selbst.
- Ich habe in meiner jetzigen Wohnung keinen Platz für meine Hobbies.
- Meine Miete und Umlagen sind sehr hoch. Es bleibt beinahe nichts übrig für die schönen Dinge im Leben.
- In meinem Viertel grüßen sich die Leute nicht mehr.
- Die Gegend, in der ich wohne, ist sehr anonym.
- Bei uns in der Nachbarschaft sind die jungen Leute sehr beschäftigt. Als Älterer hat man wenig Kontakt zu ihnen.
- Immer allein essen, finde ich richtig ungemütlich.

- Mir fehlen Leute, mit denen ich mich richtig unterhalten kann.
- Ich würde gerne mit anderen nette Dinge unternehmen.
- Ich würde gerne etwas Sinnvolles tun.
- Ich würde gerne mehr mein eigenes Leben leben mit weniger Einmischung von anderen. So wie es jetzt ist, fühle ich mich einfach nicht frei.

Thema Infrastruktur:

- Die Geschäfte für den täglichen Einkauf sind viel zu weit weg.
- Wo ich wohne, ist das Angebot an öffentlichen Verkehrsmitteln viel zu gering.
- Der nächste Arzt und das nächste Krankenhaus sind zu weit entfernt.
- Ich fühle mich einfach nicht mehr wohl in meinem Viertel.
- Wo ich wohne, ist es mir viel zu hektisch und sehr laut.
- Ich wohne in einer fürchterlich langweiligen Gegend.
- Ich vermisse einen Markt, eine Bibliothek oder einen Treffpunkt in der Nachbarschaft.
- In unserem Viertel gibt es wenig für ältere Menschen, wo man einfach hingehen kann.

Angaben zur Person:

Dr. Kirsten Mensch
 Politikwissenschaftlerin
 Wissenschaftliche Referentin bei der Schader-Stiftung, Darmstadt

1967	geboren in Karlsruhe
1986 – 1993	Studium der Sozialwissenschaften mit Schwerpunkt Politikwissenschaft sowie der Philosophie und des Rechts
1993	Studienaufenthalt in Groningen, Niederlande
1994- 1998	Wissenschaftliche Mitarbeiterin am Institut für Politikwissenschaft, TU Darmstadt
1999	Promotion
Seit 2000	Wissenschaftliche Referentin der Schader-Stiftung, dabei u. a. Leiterin des Projekts „Gewinne des Alterns“