

**Zeitschrift:** Curaviva : Fachzeitschrift  
**Herausgeber:** Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz  
**Band:** 89 (2018)  
**Heft:** 3: Medikamente : wie die Sicherheit in Pflegeheimen verbessert werden kann

**Artikel:** Anleitung für ein erfülltes Alter für Menschen mit kognitiven Einschränkungen : Lebenschancen wahrnehmen  
**Autor:** Treppe, Urs  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-834361>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 16.07.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Anleitungen für ein erfülltes Alter für Menschen mit kognitiven Einschränkungen

# Lebenschancen wahrnehmen

**Die Lebenserwartung von Menschen mit einer geistigen Einschränkung steigt kontinuierlich. Viele erreichen heute das Pensionsalter. Was brauchen sie im Alter?**

Von Urs Tremp

Die deutschen Sonderpädagogen Ingeborg Gertrud Thümmel und Hans-Jürgen Pitsch sind ausgewiesene Experten für Bildung und Ausbildung von Menschen mit einer geistigen Behinderung. Sie haben in der Vergangenheit mehrere Bücher zu Didaktik und Methodik für den Schulunterricht von jungen Menschen mit kognitiven Einschränkungen veröffentlicht. In ihrer neuesten Publikation beschäftigen sie sich aber mit der Frage, wie man Menschen mit einer geistigen Behinderung auf das Leben im Alter vorbereiten kann.

Dass Menschen mit einer geistigen Behinderung das Rentenalter erreichen, ist ein jüngeres Phänomen. Dank guter medizinischer und pflegerischer Betreuung können sie inzwischen ein hohes Alter erreichen. Früher war dies kaum der Fall.

Dieser Aspekt der demografischen Entwicklung sei bis jetzt kaum beachtet worden. Entsprechend fehlten wissenschaftliche

Untersuchungen und praktische Ratgeber, wie diese Menschen im Alter eine so grosse Selbstständigkeit wie möglich beibehalten können – gerade weil dieser Lebensabschnitt Körper, Geist und Seele noch einmal neu herausfordert.

«Altersbilder in der Gesellschaft sind im Wandel, älteren Menschen wird mehr zugetraut», schreiben Pitsch und Thümmel in der Einleitung zum neuen Buch\*. Dies gelte allerdings kaum für Menschen mit einer geistigen Behinderung. «Diese Personengruppe wird noch immer mit der Vorstellung verknüpft, dass zur lebenslangen Behinderung zwangsläufig weitere körperliche Einschränkungen, Vergesslichkeit und soziale Isolation hinzukommen, die unweigerlich zur Pflegebedürftigkeit führen.»

### Auf das Alter vorbereiten

Statt des «stereotypischen Altersbildes, das den Alterungsprozess vorrangig unter der Verlustperspektive und einer zwangsläufigen Einschränkung der Lebensqualität und der Lebenschancen sieht» richten die Autoren den Fokus auf die Frage, «welche neuen Lebenschancen sich für Menschen mit geistiger Behinderung in einem aktiven Alterungsprozess eröffnen». Ihr Buch richtet sich «an alle, die Menschen mit geistiger Behinderung auf ihr Leben und damit auch auf das Alter vorbereiten oder mit der Begleitung, Betreuung und Pflege dieser Menschen beruflich oder ehrenamtlich befasst

sind: Lehrer, Erzieher, Sozialpädagogen, Mitarbeiter in Werkstätten, Pflegekräfte in der ambulanten Betreuung wie in stationären Wohneinrichtungen».

### Verständlich geschrieben, mit praktischen Empfehlungen

Das Buch stellt Fragen und deutet mit den Fragen an, welche Rahmenbedingungen geschaffen werden müssen, damit diesen Menschen ein zufriedenes Alter gelingt: Welche Wohnformen eignen sich für Menschen mit geistiger Behinderung im Alter? Wie lassen sich soziale Beziehungen im Alter entwickeln, aufbauen und festigen? Welche Gesundheitsrisiken und deren Prävalenzen müssen bei der Personengruppe älterer Menschen mit geistiger Behinderung beachtet werden? Was können Religiosität und Spiritualität dazu beitragen, dass das Alter als wert- und sinnvolle Lebensphase erlebt wird?

Zwar zitieren Pitsch und Thümmel ausführlich wissenschaftliche Publikationen und illustrieren ihre Ausführungen mit Statistiken und Tabellen. Aber das Buch ist verständlich geschrieben und orientiert sich am Lebensalltag von Menschen mit einer geistigen Behinderung. Die Sonderpädagogen geben, wo es möglich ist, Empfehlungen ab und listen auf, wie Betreuende die alten Menschen zu eigener Aktivität animieren können.

Das viel propagierte «lebenslange Lernen» erhalte und verbessere die Handlungsfähigkeit auch von Menschen mit kognitiven Defiziten. «So verstanden, können sich auch Menschen mit geistiger Behinderung Bildung aneignen. Günstig zielen solche Angebote auf die Förderung von Kompetenzen, die im Leben nützlich sind und ausgebaut werden können, die flexibel einsetzbar sind und die Befassung mit neuen inhaltlichen Bereichen erleichtern.»

Wichtig ist, und da geben die Autoren entscheidende Tipps, dass die Angebote den individuellen Bedürfnissen, Fähigkeiten und Vorlieben der einzelnen Menschen angepasst sind. Diese Bedürfnisse und Vorlieben zu eruieren, mag etwas schwieriger sein als bei Menschen ohne kognitive Beeinträchtigung. Aber mit Einfühlsamkeit könne – wenn die Bedürfnisse und Wünsche aufgelistet und nach Vordringlichkeit und Umsetzbarkeit geordnet sind – ein «persönlicher Bildungsplan» aufgestellt werden. Ein Plan, der hilft, das Leben im Alter mit Inhalt zu füllen. Darauf haben alle Menschen, ob behindert oder nicht, ein Recht. ●

**Ein Buch, nahe am Lebensalltag von Menschen mit einer geistigen Behinderung.**

\* Hans-Jürgen Pitsch / Ingeborg Gertrud Thümmel, «Lebenschancen für Menschen mit geistiger Behinderung im Alter», Athena-Verlag, 290 Seiten, 40 Franken.