

# Methode „L'Humanitude“ in einen französischen Altenheim

## Erfahrungsbericht von Regine Hofmeister, Sozialarbeiterin

Im März 2011 fand eine Weiterbildungsmaßnahme der Methode der „Pflege im Menschsein“ von Gineste/ Marescotti in einem französischen Altenheim in Linselles in der Nähe von Lille statt. Diese Methode stellt die Würde, die Wünsche und Bedürfnisse des alternden Menschen in den Vordergrund.

Als Sozialarbeiterin in verschiedenen Altenpflegeeinrichtungen und Seniorenberatungsstellen beschäftigte ich mich mit der Entwicklung von Konzepten zur nachhaltigen Verbesserung der Lebensumstände alter Menschen in Pflegeeinrichtungen und ihrer Betreuung zu Hause. Durch einen städtepartnerschaftlichen Austausch wurde ich aufmerksam auf die in Frankreich bereits sehr bekannte Pflegemethodik.

Die ganz außergewöhnliche Gelegenheit der Teilnahme an einer der angebotenen Fortbildungen wurde von mir sofort wahrgenommen. Die Fortbildung umfasste den zeitlichen Rahmen von 4 Tagen mit jeweils 8 Stunden täglich, davon ca. 2 Stunden praktische Anwendung. Thematisiert wurde hierbei schwerpunktmäßig die morgendliche Toilette, die in Frankreich das Aufstehen, Waschen, Baden, Duschen, Ankleiden und Frühstück umfasst. Viele alte Menschen hier wie dort stehen nicht gerne früh auf, lassen sich im Rahmen einer Akkordpflege morgens nicht gerne "fertig machen" und fühlen sich häufig ohnmächtig verrohender Umgangsformen gegenüber gestellt. Häufige Folge sind Auseinandersetzungen, bei denen alte Menschen versuchen, sich dem Zugriff des Pflegepersonals zu entziehen.

Da sich mein thematischer Schwerpunkt überwiegend auf die Versorgung von Menschen mit Demenz konzentriert, wählte ich für den praktischen Teil den Wohnbereich „Cantou“. Cantou bedeutet Feuerstelle und ist zurück zu führen auf die französische Lebensweise in alten Häusern, wo sich das soziale Familienleben in der Nähe des warmen Kamins abspielte und sich alle dort versammelten. Tatsächlich ist die Atmosphäre auf diesem „geschlossenen“ Wohnbereich sehr überschaubar und familiär.

Die Methode L'Humanitude basiert auf der Vorstellung, dass ein Mensch sich erst durch die Intervention anderer Menschen als Mensch fühlt. Wird man nicht beachtet, fühlt man sich nicht als Mensch wahrgenommen und anerkannt. Siehe auch W. von Humboldt: „Im Grunde genommen sind es doch die Verbindungen mit den Menschen, welche dem Leben seinen Wert geben“ und A. de St. Exupery: „Man sieht nur mit dem Herzen gut“. Entsprechend der Methode existieren 4 Säulen, einem Menschen sein Selbstwertgefühl, seine Selbstachtung, seinen Wert und seine Würde als Mensch spüren zu lassen: **der Blick, die Ansprache, die Berührung, die aufrechte Position.**

Gemäß der methodischen Vorgehensweise begibt man sich auf die Augenhöhe des jeweiligen Menschen und blickt ihm freundlich und offen an. Dies hat nichts mit dem in Deutschland häufig anzutreffenden starren Blick in die Augen eines anderen Menschen zu tun. Durch freundliche Ansprache in sanftem Ton wird der verbale Kontakt aufgenommen. Man schlägt vor und erklärt, was man im Rahmen der notwendigen Pflege jetzt tun wird und bittet freundlich um Zustimmung und um Äußerung der eigenen Vorstellung des morgendlichen Prozedere. Es entsteht eine kooperierende Situation, die, sofern die Betroffenen und das Pflegepersonal daran gewöhnt sind, in freundlicher, zugewandter Atmosphäre relativ schnell und ohne Aggressionspotential beider Seiten durchgeführt werden kann. Dabei wird großer Wert darauf gelegt, dass die zu pflegenden ihre morgendliche Toilette soweit selbst verrichten, wie sie dazu in der Lage sind. Ich konnte mich selbst davon überzeugen, wie leicht es unter dieser Form freundlicher Anleitung gelingt, demente Personen zu motivieren sich z.B. selbstständig zu waschen. Da die Körperpflege eine besonders intime zwischenmenschliche Situation bedeutet, wird durch diese Methode eine vertraute und dennoch klar definierte Vorgehensweise für das Pflegepersonal ermöglicht.

Durch den Aspekt der Berührung – falls von den älteren Menschen gewünscht- kann man die sehr häufig mechanisierte Form der körperlichen Berührung in eine Form der Vermittlung der Wertigkeit als Mensch umwandeln, was von den Gepflegten in der Regel als sehr angenehm erfahren und beurteilt wird. Das häufig anzutreffende Gefühl, für das Personal bloß ein Gegenstand zu sein, der keine menschliche Zuwendung benötigt verändert sich zum Positiven und es entsteht die Erfahrung, als fühlenden Lebewesen anerkannt und respektiert zu sein.

Gerade für Menschen mit Demenz ist dieser Aspekt grundlegend wichtig, da während des fortschreitenden Zeretzungsprozesses des Gehirns am Ende nur noch das emotionale Gedächtnis intakt bleibt und der Kontakt zu diesen Menschen nur noch taktil und über den Tonfall aufgenommen werden kann.

In Frankreich haben ältere Menschen nach einem Krankenhausaufenthalt die Möglichkeit einer Verweildauer in einer Kurzzeitpflegeeinrichtung von bis zu 6 Monaten mit anschließender Möglichkeit der Rückkehr in das eigene Zuhause. Dennoch liegen ältere Menschen während ihrer Rekonvaleszenz und sind danach vielfach nicht mehr in der Lage aufzustehen. Dabei weiß man, dass bereits nach 14 Tagen Bettlägerigkeit ein muskulärer Abbau von rund 60% stattfindet. Dies bedeutet zwangsläufig eine Einschränkung der körperlichen Leistungsfähigkeit, die dazu führt, dass ältere Menschen die Fähigkeit der eigenen Versorgung verlieren.

Die Methode der „Pflege im Menschsein“ hat eine sich aus der Physiotherapie entstandene Technik entwickelt, Menschen wieder in die aufrechte Position zu bringen. Um sich als vollwertiger Mensch zu fühlen, ist die überwiegend aufrechte Position bis ins hohe Alter dem Liegen immer vorzuziehen. Zudem wird dem Menschen, der liegend gewaschen werden muss, eine Technik offeriert, bei der er nicht Angst haben muss, aus dem Bett zu fallen und dem Pflegepersonal hilflos ausgeliefert zu sein. Dies erachte ich als besonders wichtig und hat ganz massiv meine Aufmerksamkeit erregt. Bei Menschen mit Kontraktionen ist man in der Lage, durch gezielte Berührungen und Massagen Hände, Arme und Beine zu entkrampfen und gewaltlos so zu öffnen, dass diese Bereiche- auch die intimen- angemessen gepflegt werden können. Außerdem ist es durchaus akzeptabel, einen alten Menschen nicht täglich von Kopf bis Fuß mit dem ganzen Programm der Pflege zu konfrontieren. Die Möglichkeit, die am notwendigsten zu pflegenden Partien zu säubern und auch mal eine nicht so dringend zu pflegende Partie auszulassen ist durchaus akzeptabel.

#### **Mein Fazit nach diesen 4 Tagen:**

Diese Methode entspricht meiner persönlichen Vorstellung vom Umgang mit Menschen überhaupt und in diesem Fall mit alten, zu pflegenden Menschen. Die hier erlebte Haltung von gegenseitigem Respekt, Wertschätzung, Höflichkeit und Freundlichkeit sollte selbstverständlich sein/werden für Fachleute in der Pflege. Die Gineste-Marescotti Methodik vermittelt dieses Selbstverständnis, das viele in der Pflege verloren haben oder nie lernen konnten. Zwar kennt man auch in Deutschland verschiedene Methoden die im Grunde das Gleiche bewirken können, aber in der Durchgängigkeit mit der diese Haltung bei den Mitarbeitern die nach den Prinzipien von Humanitude geschult werden zu finden ist, habe ich vorher noch nirgends erfahren. Ich habe mich bei dieser Fortbildung als Mensch mit nicht 100%-tigen Sprachkenntnissen sehr gut aufgehoben, beachtet und gut integriert gefühlt. Ein Zeichen für nicht nur theoretische Grundlage, sondern auch für die persönliche Internalisierung der gelehrten und gelernten Vorgaben.

Die zwei alten und dementen Damen, mit denen ich das Vergnügen hatte, die morgendliche Toilette zu verrichten, waren zuerst skeptisch: Mit jemandem, den man nicht kennt, das Badezimmer zu teilen ist nicht jedermanns Sache. Bei konsequenter Anwendung der gelernten Grundlagen ergab sich die Erfahrung, dass die Umsetzung des Gelernten tatsächlich den prompten Aufbau einer vertrauten Atmosphäre ermöglicht und mir und den Damen eine entspannte, freundliche Pflegeatmosphäre beschied. Für diese Erfahrung bin ich der außerordentlich professionellen und engagierten Referentin sehr dankbar. Das Pflegepersonal des Altenheimes hat mich voll akzeptiert und integriert und

mir so einen angenehmen Aufenthalt ermöglicht. Der Direktor des Heimes heißt mich jederzeit wieder willkommen. Dieses Angebot nehme ich unbedingt wieder wahr. Diese 4 Tage eines außergewöhnlichen Besuches sind persönlich für mich ganz besonders wertvoll und professionell betrachtet eine Erweiterung des Horizontes über europäische Grenzen hinweg, der es verdient, weiter ausgebaut zu werden.

---

Regine Hofmeister

Dipl. Soz. Arb.  
Seniorenstelle Stadt Willich und  
DRK- BsE häusliche Pflege Willich  
Landesverband Nordrhein e.V.

[regine.hofmeister@web.de](mailto:regine.hofmeister@web.de)