



**BUNDESARBEITSGEMEINSCHAFT  
WOHNUNGSANPASSUNG e.V.**

**H A N D L A U F**

**Fachblatt der Bundesarbeitsgemeinschaft  
Wohnungsanpassung**

**Ausgabe Nr. 6 - August 2000**

**Thema: Ergotherapie in der Wohnberatung**

Felix Bohn

## Die Rolle der Ergotherapie in der Wohnberatung

*Lead: Wohnberatung bei behinderten und betagten Menschen ist eine interdisziplinäre Aufgabe, die Kenntnisse aus der Bautechnik, dem Bau- und Mietrecht, medizinisch-therapeutischen Fachgebieten sowie einen kompetenten Einblick in Finanzierungsmöglichkeiten verlangt. Dieser Aufgabe wird man nur durch die Zusammenarbeit verschiedener Fachleute gerecht. Dabei kann und sollte die Ergotherapie eine tragende Rolle spielen. So wie die Baufachperson die bauspezifischen Fragen abdeckt, befähigt das Fachwissen die Ergotherapeutin, die medizinischen und sozialen Aspekte zu beurteilen und den Einsatz von Hilfsmitteln als alternatives oder ergänzendes Element in die Diskussion einzubringen. Ihre Fähigkeiten sind zu verschiedenen Zeitpunkten einer sich abzeichnenden Wohnungsanpassung gefragt.*

### Die Ausgangslage

Nach einem schweren Unfall, bei Eintritt einer gravierenden Krankheit oder von einschneidenden Altersbeschwerden wird die Wohnsituation plötzlich in Frage gestellt. Kann ich mich überhaupt noch in meiner Wohnung (unabhängig) aufhalten? Kann vielleicht die Wohnung meinen neuen Bedürfnissen angepasst werden? Zu diesem Zeitpunkt greift der Ausdruck "Wohnungsanpassung" zu kurz, wenn er impliziert, dass es sich dabei immer und ausschliesslich um eine bautechnische Aufgabe handelt. Das ist in den seltensten Fällen so.

Will man der betroffenen Person gerecht werden und eine möglichst dauerhafte Lösung schaffen, muss die Situation ganzheitlich analysiert werden. Deshalb sind, wenn Probleme auftauchen, sowohl das Potential der betroffenen Person wie das der Wohnung oder des Hauses genau zu analysieren. Tätigkeiten sind immer ein Wechselspiel zwischen der Person und ihrer Umgebung. Ein Mensch muss einerseits die Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer mitbringen, um eine Treppe hoch steigen zu können. Vieles hängt dabei aber auch von der Treppe ab: wie die Stufen konstruiert sind oder ob ein Handlauf vorhanden ist. Im Ausschöpfen der Fähigkeiten und Fertigkeiten der Person und des Anpassungspotentials ihrer Wohnumgebung liegt der Schlüssel zu einer erfolgreichen Wohnberatung.

Dies zeigt, dass man der gestellten Aufgabe nur mit einem umfassenden und fächerübergreifenden Ansatz gerecht wird, bei dem auch medizinisch-therapeutisches Wissen gefragt ist.

### Das Einsatzspektrum der Ergotherapeutinnen

Das Spektrum ihrer Ausbildung gibt den Ergotherapeutinnen eine Vielzahl hervorragender Instrumente für verschiedene Phasen der Wohnberatung in die Hand. Als Stichworte können aufgeführt werden:

- a. Ergotherapeutische Massnahmen
- b. Hilfsmittelberatung
- c. Eigentliche Wohnberatung
- d. Komplexe medizinisch-therapeutische Situationen
- e. Ergonomie
- f. Handwerkliche Fähigkeiten
- g. Unabhängige Beratung

### **a. Ergotherapeutische Massnahmen**

Erst die Therapie – dann die Anpassung. Meist ist es sinnvoll, eben diese Reihenfolge einzuhalten, also zuerst abzuklären, welche Fertigkeiten durch therapeutische Massnahmen erhalten oder zurück gewonnen werden können und dann erst detaillierte Umbaumassnahmen in Betracht zu ziehen. Oft kann die behinderte Person durch gezielte Rehabilitation, durch das Einüben alternativer Handlungsstrategien und durch den Einsatz von Hilfsmitteln verschiedene Aktivitäten trotz Behinderung wieder selbständig ausführen. Hier sind die Kernkompetenzen der Ergotherapeutinnen gefragt.

In der Ergotherapie steht die Selbständigkeit in den Aktivitäten des täglichen Lebens im Zentrum. In der Therapie kann in Alltagssituationen und mittels praktischer Tests ausgelotet werden, welche Fertigkeiten – im Moment jedenfalls – eingeschränkt oder ausgefallen sind. Dann wird es darum gehen herauszufinden, welche dieser Tätigkeiten von besonderer Bedeutung sind. Häufig und besonders einschneidend sind dabei Einschränkungen in zentralen Bereichen der Selbsthilfe wie der Körperpflege oder der Benutzung des WCs. Neben der Suche nach Behinderungen wird aber die Analyse der Stärken einen ebenso grossen Raum einnehmen. Als dritter Punkt müssen in einem gemeinsamen Gespräch die individuellen Bedürfnisse und Prioritäten bestimmt werden. Meist wird es erst im Laufe der Therapie möglich sein, herauszufinden, welche Tätigkeiten auch trotz therapeutischer Bemühungen eingeschränkt bleiben werden. Darauf kann dann konkret reagiert werden, sei es durch den Einsatz von Hilfsmitteln oder durch einen Umbau.

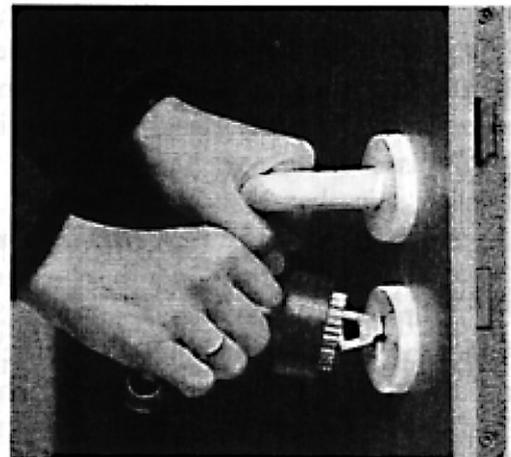
Würde man diese therapeutischen Schritte überspringen, könnte ein grosses Potential an rückeroberbarer Selbständigkeit unbeachtet bleiben. Dieses Problem kann sich stellen, wenn auf diesem Gebiet unerfahrene Baufachleute eine Wohnberatung durchführen. Während eine Baufachperson in der Regel auf den aktuellen Zustand und oft auch defizitorientiert reagiert, hat die Ergotherapeutin gelernt, therapeutisch und kompetenzorientiert zu planen. Speziell wird sie, insbesondere bei älteren Menschen und im Falle einer progressiven Krankheit, eine zukünftige Gesundheitssituation in ihre Überlegungen miteinbeziehen. Manchmal ist es ja medizinisch indiziert, frühzeitig einen Handlungsablauf zu erleichtern, um beispielsweise Gelenke zu schonen. In einem anderen Fall kann es sinnvoll sein, eine Tätigkeit auszuüben, auch wenn sie beschwerlich ist, um die verbleibende Beweglichkeit zu erhalten. Bei der Entscheidung für eine bestimmte Wohnungsanpassung müssen solche therapeutischen Überlegungen immer miteinbezogen werden.

Die Therapie sollte also im Vorfeld einer Wohnungsanpassung erstes Mittel der Wahl sein. Und das mit gutem Grund. Durch das Fördern und Ausschöpfen der Fähigkeiten und Fertigkeiten der betroffenen Person wird sie in ihrem Bestreben nach grösstmöglicher Selbständigkeit in den Aktivitäten des täglichen Lebens unterstützt. Diese Wirkung geht weit über das eigene Wohnumfeld hinaus. Schaffe ich den Transfer von meinem Rollstuhl auf ein normal hohes WC zu Hause, bin ich auch bei Freunden oder unterwegs bei entsprechenden Raumdimensionen nicht auf Hilfe angewiesen. Ich brauche keine Sonderlösung, bin kein Sonderfall. Fällt dadurch ein Umbau weg oder ist dank der Therapie nur noch die Installation eines Haltegriffes nötig, kann eine Lösung auch sehr viel rascher, unkomplizierter und billiger umgesetzt werden.

Bis hierher sind schon viele wichtige Schritte in Richtung Selbständigkeit in der eigenen Wohnung getan worden. Das Thema "Wohnungsanpassung" liegt in der Luft. Bauen muss aber immer noch kein Thema sein.

### b. Hilfsmittelberatung

Hilfsmittel im Sinne dieses Artikels sind Gegenstände, Materialien, Werkzeuge, Geräte oder Installationen, die behinderten und älteren Menschen Aktivitäten des täglichen Lebens erleichtern oder überhaupt erst ermöglichen. Sie können das Wohnen zu Hause entscheidend erleichtern. Einige Hilfsmittel werden, wie die Toilettensitzerhöhung, speziell für Behinderte hergestellt. Andere wiederum, wie beispielsweise der elektrische Dosenöffner, sind im Warenhaus erhältlich. Ergotherapeutinnen haben einen Überblick über das Spektrum möglicher Hilfsmittel. Sie kennen deren Möglichkeiten und Grenzen, können Einsatzort und -art bestimmen und die sichere, kraftsparende und therapeutisch sinnvolle Einsatzweise instruieren. Abhängig von der Situation kann ein Hilfsmittel als Ergänzung oder als Alternative zu einem Umbau eingesetzt werden.



### c. Die eigentliche Wohnberatung

Kommt es zu einer Wohnberatung, sind idealerweise eine Baufachperson und die (behandelnde) Ergotherapeutin anwesend. Die Ergotherapeutin wird dabei die bereits erwähnten Aufgaben übernehmen. Die Baufachperson kann Aussagen über die technische Machbarkeit und die zu erwartenden Kosten machen. Dabei können sich die Therapeutin und die Baufachperson ideal ergänzen und der betroffenen Person ein differenziertes Bild möglicher Optionen aufzeigen. Dort, wo die Ergotherapeutin trotz Therapie und Hilfsmittel das Ziel nicht erreicht, kann die Baufachperson hilfreich einspringen. Und weiss diese keine technisch realisierbare Lösung, kann die Therapeutin einen neuen Lösungsansatz aufzeigen. Wenn beispielsweise jemand trotz therapeutischen Bemühungen den Transfer vom Rollstuhl zum WC nicht schafft, kann der Sanitärinstallateur oder Architekt abschätzen, ob das WC mit einem vernünftigen technischen Aufwand versetzt werden kann. Ist hingegen der Vorschlag des Architekten, das WC höher zu setzen, aus finanziellen Gründen nicht ausführbar, kann die Ergotherapeutin mit dem Vorschlag für den Einsatz eines Hilfsmittels, beispielsweise eines Toilettenstuhls oder einer auf ein bestehendes WC montierbaren Sitzerhöhung, den entscheidenden Hinweis geben.

Die folgenden Beispiele sollen dies nochmals illustrieren. In beiden Fällen war es der betroffenen älteren Person nicht mehr möglich, die vorhandene Badewanne sicher zu benutzen. Die Lösung für das Problem gestaltete sich aber sehr unterschiedlich. Im ersten Fall (Abbildung 1) war es möglich, die Situation alleine durch den Einsatz von Hilfsmitteln (Badebrett, Haltegriff) zu entschärfen. Dies unter anderem deshalb, weil die Tochter im selben Haushalt lebt. Im zweiten Fall (Abbildung 2) dagegen wäre in Folge der Hüftprobleme der alleinstehenden Frau die Benutzung des Bades auch bei Einsatz von Hilfsmitteln (Badelift, Badebrett, etc.)

nicht möglich gewesen. Hier war der Umbau (oder mittelfristig, ein Umzug) unumgänglich. Durch den ausschliesslichen Einsatz von Hilfsmitteln konnte im ersten Fall rasch und relativ kostengünstig reagiert werden. Ein klarer Fall für die Ergotherapeutin, weil es ja hier zentral auch darum ging, die korrekte Benutzung des Badebrettes und die rückschonendste Hilfestellung durch die Tochter zu vermitteln. Im zweiten Fall bestand die Aufgabe der Ergotherapeutin vor allem darin, die Möglichkeit des Einsatzes von Hilfsmitteln abzuklären und in der Folge auszuschliessen, aber dann auch zu einem späteren Zeitpunkt, bei der Auswahl der Armatur und der Platzierung der Haltegriffe mitzuwirken. Der Umbau musste aber von einer Baufachperson geplant werden.



#### d. Komplexe medizinisch-therapeutische Situationen

Eine Kombination von Behinderungen oder eine progressive Behinderung, und darunter können in diesem Zusammenhang auch invalidisierende Altersbeschwerden gerechnet werden, verlangen zwingend den Beizug einer therapeutisch geschulten Person. Hier können verschiedene Problemstellungen auftauchen, die eine Baufachperson überfordern, insbesondere wenn sie sich zum ersten Mal mit solchen Fragen konfrontiert sieht.

Hat beispielsweise ein älterer Mann neben seiner Gehbehinderung auch eine leichte Sehbehinderung, kann er vielleicht beim einmaligen Besuch der Baufachperson eine geforderte Tätigkeit ausführen. Die gleiche Situation kann unter anderen Voraussetzungen, z. B. bei ungünstigen Lichtverhältnissen am Abend, aber sehr problematisch sein. Die Baufachperson, die nur punktuell mit dem älteren Mann in Kontakt kommt, hat keine Möglichkeit, das festzustellen, wenn sie nicht vom älteren Mann oder dessen Angehörigen darauf aufmerksam gemacht wird. Die Ergotherapeutin wird, jedenfalls wenn sie den Mann schon in der Therapie erlebt hat, diesem Punkt eher von Anfang an Aufmerksamkeit schenken.

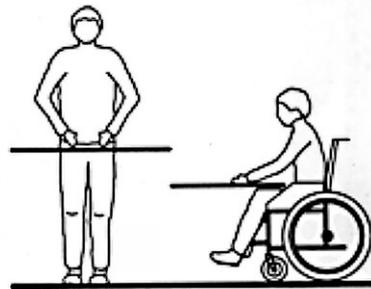
Bei einer progressiven Behinderung wie der Multiplen Sklerose sind die Fachleute besonders gefordert. Hier stellen sich Fragen, die mehr noch als sonst mit profundem fachlichem Wissen und Feingefühl angegangen werden müssen. Soll eine Tätigkeit entlastet werden, bevor die Anstrengung schädigende Wirkung zeigt und den Krankheitsverlauf beschleunigt? Oder kann eine regelmässige Aktivität, obwohl sehr anstrengend, der Fitness und Beweglichkeit dienlich sein? Soll bei Vorliegen einer progressiven Krankheit für den schlechtest möglichen Fall geplant werden oder doch eher erst eine Teilanpassung geplant und ausgeführt werden, wenn sie unumgänglich wird? Die erste Vorgehensweise hat den Vorteil, dass der Planungsaufwand klar begrenzt ist, die totalen Kosten von Beginn weg abgeschätzt werden können und die Handwerker nur einmal im Haus sind. Zudem ist man so für alle Eventualitäten ge-

wappnet. Dafür wird die betroffene Person mit einem beängstigenden Zukunftsbild konfrontiert, das vielleicht nie eintritt. Wählt man die zweite Variante, erkaufte man sich genauso Vor- und Nachteile. Durch das schrittweise Vorgehen kann auf reale Situationen reagiert werden. Zudem verteilen sich die Kosten. Und entscheidet man sich plötzlich für einen Umzug, ist nicht unnötig Geld ausgegeben worden. Sind aber immer wieder Anpassungen nötig, werden die Gesamtkosten bestimmt höher ausfallen, als bei der ersten Variante, ganz zu schweigen von den Unannehmlichkeiten während den wiederholten Umbaumassnahmen.

Das hier geforderte Feingefühl ist natürlich nicht nur (und auch nicht immer!) bei Ergotherapeutinnen zu finden. Das nötige Fachwissen werden aber wohl nur sehr erfahrene Beraterinnen und Berater mit nicht medizinisch-therapeutischem Hintergrund mitbringen.

#### e. Ergonomie

Obwohl Architekten über ein ergonomisches Grundwissen verfügen, sind Ergotherapeutinnen auch auf diesem Gebiet gefragt. Insbesondere dann, wenn die Ergonomiefrage nicht standardmässig abgehandelt werden kann, sondern eine spezifische Lösung für eine individuelle Person gesucht werden muss.



Kann die ergonomisch optimale Anordnung für nicht behinderte Menschen noch in Architektur-Standardwerken nachgeschaut werden (was ganz offensichtlich nicht allen Baufachleuten bekannt ist), so muss eine Küche für eine Frau mit schweren Hüftproblemen oder einer Halbseitenlähmung oder für eine kleinwüchsige Person zusätzlichen oder sogar widersprechenden Kriterien genügen. Hier bringt die behandelnde Ergotherapeutin wiederum ihr spezifisches Fachwissen und ihre Therapieerfahrung ein. So kann beispielsweise in der elektrisch höhenverstellbaren Therapieküche im Praxistest in idealer Weise die günstigste Arbeitshöhe ermittelt werden.

#### f. Handwerkliche Fähigkeiten

Manchmal zeigt sich bei einer Wohnberatung, dass bereits mit einigen wenigen Massnahmen viel erreicht werden kann. Während ihrer Ausbildung lernen Ergotherapeutinnen, Materialien wie Holz oder Metall zu bearbeiten. Das befähigt sie, kleinere Anpassungen wie einen Schwellenkeil oder die Montage eines Haltegriffes selbst auszuführen. Selbstverständlich gilt das Gleiche – in stärkerem Masse noch – für Baufachpersonen.

Eine tragfähige Lösung – im wahrsten Sinne des Wortes – präsentiert sich aber nicht immer so einfach. Der Haltegriff ist bei näherer Betrachtung ein gutes Beispiel für die Notwendigkeit einer engen Zusammenarbeit beider Berufsgruppen. Ist die Situation problemlos, könnten im Prinzip sowohl die Ergotherapeutin wie die Baufachperson die Planung übernehmen. Handelt es sich aber um eine nicht tragende Wand, darf die Ergotherapeutin nicht ohne Beizug der Baufachperson vorgehen. Sonst könnte der Griff bei einer grösseren Belastung, z. B. wenn sich jemand im Stürzen festhält, aus der Verankerung gerissen werden. Hat dagegen die Bewohnerin spezielle Probleme wie eine Kombination von Behinderungen oder

eine progressive Behinderung, sollte die Ergotherapeutin die Federführung übernehmen, weil sie beispielsweise beim Vorliegen einer Sehbehinderung eher daran denkt, einen zum Hintergrund farblich stark kontrastierenden Griff zu wählen.

### **g. Unabhängige Beratung**

Menschen, die sich nach einem Unfall oder einer schweren Krankheit in einem Spital oder einer Rehabilitationsklinik aufhalten und deren Zustand eine Wohnungsanpassung zum Thema werden lässt, kommen in der Regel automatisch mit der Ergotherapie in Kontakt. Die Ergotherapeutin lernt so bereits zu einem frühen Zeitpunkt die betroffene Person und ihr soziales Umfeld kennen. Zusammen mit den Erkenntnissen, die sie in der Therapie gewonnen hat und ihrer Einschätzung des weiteren Verlaufes, wird sie bis zum Zeitpunkt einer Wohnungsabklärung entscheidendes Wissen gesammelt haben.

Zudem werden die behinderte Person und die Ergotherapeutin im günstigsten Fall während der Rehabilitationsphase ein Vertrauensverhältnis aufbauen. Stehen dann Entscheidungen über einen kostspieligen Umbau an, kann die Ergotherapeutin, die ja aus einem Umbau keinen direkten Profit schlägt, als neutrale Beraterin und als Vertreterin der Interessen der Person gegenüber den Baufachleuten auftreten. So besteht die grösste Gewähr, dass dem ergotherapeutischen Prinzip "So viel wie nötig, so wenig wie möglich", beziehungsweise seinem architektonischen Gegenstück "less is more", nachgelebt wird und der in baulichen Dingen unerfahrenen betroffenen Person nicht unnötigerweise teure Massnahmen aufgeschwätzt werden.

Auch in der Familiensituation kann die Ergotherapeutin mit ihrem medizinisch-therapeutischen, psychologischen und soziologischen Grundwissen eine Anwaltsfunktion einnehmen. Nicht immer ist es einfach herauszufinden, wer was aus welchen Gründen wünscht, wenn bei einem Gespräch auch Ehepartner, Kinder oder Eltern zugegen sind. Möchten Eltern Massnahmen nicht durchführen, weil sie sich vor den finanziellen Konsequenzen fürchten oder weil sie gar nicht so unglücklich über die Tatsache sind, dass ein Jugendlicher wieder etwas abhängiger geworden ist? Sträuben sich die Kinder gegen ein Umbauprojekt bei der 80-jährigen Mutter, weil das ihre heimlichen eigenen Umbaupläne umstossen würde oder weil sie sich trotz architektonischen Massnahmen um die Sicherheit ihrer alleinstehenden Mutter sorgen? Solchen Fragen muss man sich vorsichtig nähern. Sehr oft wird sich die Wahrheit irgendwo in der Mitte finden. Werden soziale Themen aber einfach ausgeklammert, besteht die Gefahr, dass sich eine architektonisch und ergonomisch einwandfreie Lösung nicht bewährt, weil die Ausgangsinformationen unvollständig waren.

### **Spezialisierung**

Es ist wünschenswert, dass sich einzelne Ergotherapeutinnen auf dem Gebiet der Wohnberatung spezialisieren. Das Thema ist relativ komplex. Erfahrung ist, wie auf anderen Gebieten auch, entscheidend für eine Beratung, die sich im Alltag bewähren soll. Wer regelmässig Wohnberatungen durchführt, kann zudem Kontakte und im besten Fall ein Vertrauensverhältnis zu Architekten, Handwerkern, Baubehörden und Hausverwaltungen in seiner Region aufbauen, was langfristig die Arbeit deutlich erleichtern wird und im günstigsten Fall beim Gegenüber ein Umdenken auslöst.

Eine solche spezialisierte Ergotherapeutin sollte in jedem Beratungsteam vertreten sein. Dort wo das nicht möglich ist, muss sie als externe Beraterin beigezogen werden können.

### **Anforderungen an die Ausbildung**

Zugegebenermassen gehen die bisherigen Ausführungen von einem Idealbild aus. Sie zeigen aber auch gleich auf, wo die Ausbildung je nach Schule noch angepasst werden müsste, wenn sich die Ergotherapie auf diesem Gebiet etablieren will. Die Ausgangslage dafür ist, wie wir gesehen haben, sehr günstig. Erste Voraussetzung ist aber natürlich, dass Wohnberatung und Wohnungsanpassung überhaupt zum Thema gemacht werden. Daneben werden in den meisten Fällen von allen aufgeführten Punkten wohl die bautechnischen Aspekte im Ausbildungsprogramm fehlen. Nun kann es ja nicht Aufgabe der Ergotherapieschule sein, ein Studienfach Bautechnik anzubieten. Doch wäre es günstig, wenn die grundlegendsten Aspekte vermittelt würden. Es soll ja auch nicht angestrebt werden, dass die Ergotherapeutin ohne eine Baufachperson einen Umbau planen kann. Die Teamarbeit birgt für Beratende wie Beratene viele Vorteile. Das bautechnische Grundwissen würde Ergotherapeutinnen aber eine Grobbeurteilung erlauben und das Gespräch mit den entsprechenden Fachleuten erleichtern. Sie werden so zu gleichwertigeren Gesprächspartnerinnen und können ihre Rolle als Anwältin der Interessen ihrer Klientinnen und Klienten besser wahrnehmen.

Copyright:

Felix Bohn

Fachberatung für altersgerechtes Bauen

Herbartstrasse 3, 8004 Zürich

[www.altersgerecht.info](http://www.altersgerecht.info)

Voraussichtlich Ende August erscheint bei der Schweizerischen Fachstelle für behindertengerechtes Bauen die Broschüre "Wohnungsanpassungen bei behinderten und älteren Menschen". Die Bezugsadresse dieses Ratgebers und Nachschlagewerkes für Betroffene, Angehörige und beratende Fachleute lautet:

Schweizerische Fachstelle für behindertengerechtes Bauen

Kernstrasse 57

CH-8004 Zürich

Tel. 0041 44 299 97 97

[alter@hindernisfrei-bauen.ch](mailto:alter@hindernisfrei-bauen.ch)

fb/24.3.2000

