

Jutta Rett

Das Gespräch mit einsamen oder kranken alten Menschen

Was hier über das Gespräch mit alten, gebrechlichen Menschen gesagt wird, gilt zwar für jeden, der solche Menschen besucht, besonders aber für Frauen und Männer, zu deren beruflicher Aufgabe solche Besuche gehören oder die sich in pfarrlichen Besuchsdiensten engagieren. So könnten die Anregungen etwa als Grundlage für eine Einführung ehrenamtlicher Mitarbeiter, für Rollenspiele zur Einübung u. ä. dienen. red

„Ein gutes Gespräch braucht keine Technik, keinen Trick – es ist eine Tugend.“ (P. Taggi SJ, Rom)

Doch werde ich mir einige Fragen stellen, wenn ich mich ins Gespräch begeben mit Menschen, die sonst wenig Kontakte haben, daher jedes Wort sehr ernst nehmen und lange nach meinem Weggehen noch in sich überlegen. Oder die in ihrer Einsamkeit und in ihrem Alter wunderbar geworden sind, der mitmenschlichen Kontakte entwöhnt.

1. Will, soll oder muß ich dieses Gespräch führen?

Wenn ich es *will*, dann handelt es sich meist um einen mir vertrauten Menschen, dann sprechen zwei gleichberechtigte Partner im freien Gespräch miteinander. Beide haben „Narrenfreiheit“, können sagen, was sie wollen, können lachen, streiten, plaudern. Das Vertrautsein hebt weitgehend den Altersunterschied auf. Von beiden werden die gewohnten Umgangsformen eingehalten; oder z. B. im Streit auch durchbrochen und nachher wiederhergestellt.

Ich *soll* dieses Gespräch führen. Habe ich einen Termin, ein Gesprächsziel, eine Zusage einzuhalten? Ich mache einen Rahmen für das Gespräch, von der Zeit und vom Inhalt her.

Ich *muß* ein Gespräch führen, es handelt sich um eine soziale Zuwendung von mir zum anderen. Ich bin dienstlich, familiär oder nachbarschaftlich dazu verpflichtet. Hier werde ich mich an die Regeln der Gesprächsführung halten, meine Beiträge kontrolliert ge-

ben, aktiv zuhören, auch Ungesagtes zu verstehen trachten. Werde nicht flott meine „guten“ Ratschläge geben, meinen Standpunkt geltend machen, sondern mich fragen: Wie erlebt es der andere? Was ist für *ihn* wichtig – schwer – machbar – erstrebenswert – unmöglich – etc.?

Im Mittelpunkt dieses Gesprächs steht der andere, ich folge ihm auf der Kreislinie, nie zu nah heran-, nie zu weit weggehend.

2. Was bedeutet der Terminus älterer Mensch?

Ich denke, wir müssen da sehr großzügig sein, denn wir alle kennen junge Alte und alte Junge. Älter ist tatsächlich der jeweils Ältere, also für einen 20jährigen schon der 35jährige. Und mit 65 kann man von Hochbetagten hören: „Sie sind ja noch so jung.“

3. Ist der Besuchte ein mir bekannter Mensch, oder gehe ich zu einem mir bisher Unbekannten?

a) Ist er mir bekannt, so muß ich mir der Vorerfahrungen mit ihm bewußt werden. Kommen immer die alten Geschichten, dann kann ich mit weiterführenden Fragen in neue Geleise zu kommen trachten. Tritt er immer auf der Stelle – wie gut kann ich ihm da folgen, wie gut ihn akzeptieren – oder schweifen meine Gedanken ab? Kann ich ihn überhaupt akzeptieren oder doch wenigstens teilakzeptieren aus seiner Geschichte heraus?

Oder mauert er sich ein – ist wortkarg, verdrossen? Wie reagiere ich meist darauf, wie werde ich es heute schaffen?

b) Ist er mir unbekannt, so bin ja auch ich für ihn unbekannt. Und das Kennenlernen läuft ab nach dem Ritual aller höheren Geschöpfe Gottes, der Säugetiere: Wir beäugen einander: Wer bist du? Wir beschnüffeln einander: Wie bist du? Und dann erst kommt die menschliche Komponente ins Gespräch, nämlich die innerlich und lautlos gestellte Frage: Wie bist du so geworden, wie ich dich jetzt antreffe? Welcher Weg hat dich dorthin geführt? Hier beginnt Interesse, Teilnahme, Verstehenwollen.

Und hier kommt die lange Biographie alter Menschen zum Tragen. Unzählige Personen, unzählige Ereignisse, unzählige Stunden,

Wochen, Jahre haben auf ihn eingewirkt, und er hat darauf reagiert. Reagiert nach seinen Gegebenheiten, nach seinen Erfahrungen, seinen Anlagen etc.

Wenn ich diesen langen Weg mit ihm nicht gehen kann (z. B. Zeit) oder will, dann bekomme ich nur eine Momentaufnahme, ein Schnellfoto, das kein wirkliches Bild des anderen ist.

Daher ist es arg belastend, wenn man beruflich nur kurze und Einmalbesuche machen kann. Es kann keine soziale Bindung und Treue entstehen; ich besuche immer Fremde und bleibe ihnen fremd.

4. Welche Daseinstechiken hat dieser Mensch erlernt und wendet sie immer wieder an?

Gebraucht mein Gesprächspartner eher offensive oder defensive Techniken? Oder vermag er, offen reagierend, im Mittelfeld zu bleiben?

Als Beispiel für offensiv-aggressives Verhalten: Was wollen Sie von mir? – Ich brauch' niemanden. – Sonst kümmert sich auch keiner um mich. – Grad zu Weihnachten kommen Sie und wollen eh nur Spenden.

Als Beispiel für defensives Verhalten: Sie sind mir die liebste Helferin. – So rein und flink war keine. – Machen S' mir doch noch das und jenes. – Sie holen die Zeit schon ein, so tüchtig, wie Sie sind.

Hier wird der Nothelfer aufgeblasen bis zur Allmacht, die er nicht hat, bis er es merkt, nicht weiterkann und sich dann offen weigern muß. Die Realität des Helfers wird nicht beachtet. Der Betreute geht in die Position seiner Kindheit zurück (Regression) und sucht durch demütiges und unterwürfiges Verhalten die „allmächtige“ Mutter von einst wiederzugewinnen.

Wohlverhalten, Demut, Unterwürfigkeit sind eine schlechte Basis für Gespräch und Arbeit! Der alte Mensch begibt sich ganz in eine Kind-Position, läßt sich helfen auch da, wo er selbst noch aktiv sein könnte, gibt seine Meinung auf, paßt sich willig an und baut dann tatsächlich körperlich und geistig-seelisch ab.

Als wichtigste Regel gilt: Mit den gesunden Anteilen des Partners arbeiten. Fördern durch Fordern (U. Lehr). Ihn als einen Er-

wachsenen, Mündigen, Mitentscheidenden ansprechen, zu Offenheit zur rechten Zeit ermutigen (sonst kommt es zu einem Aggressionsstau) und gemeinsam die Schritte planen, die zu tun sind.

5. Wie gehe ich heute an den alten Menschen heran?

Ich habe ja im Gespräch kein anderes Werkzeug als mich selbst. Bin ich frei, aufnahmebereit, offen, auch geduldig? Oder eilig, müde, traurig, habe ich eigene drückende Probleme?

Wenn es so ist, dann ist es am redlichsten, es meinem Gesprächspartner auch zu sagen. Damit kann ich wieder die gesunden Anteile des anderen mobilisieren. Er fragt nach mir, geht aus seinen eigenen Problemen ein Stück heraus, aktiviert sich, nimmt Anteil an der Umwelt, bekommt Denkinhalte für die lange Zeit des Alleinseins.

6. Der Besuchte kann sich in einer schwierigen Situation befinden.

Eine Depression kann ihn hindern, zu reden und zuzuhören. Er ist kontaktlos, antriebslos, mutlos, freudlos, appetitlos, schlaflos, lustlos, alles ist für ihn sinnlos. Man hat das auch das „Losigkeits“-Syndrom genannt. Jedes einzelne Symptom hat psychosoziale Auswirkungen bis zur totalen Isolation und Verwahrlosung.

Ich war tief beeindruckt, als mir einmal ein älterer Priester erzählte: „In der Depression war alles sinnlos, auch das Wort Gott hatte seinen Sinn verloren. Aber ich hatte einen Freund, der verurteilte mich nicht und gab mir keine guten Ratschläge – er ließ mich sprechen. So habe ich mich mit seiner Hilfe langsam wieder befreien können und habe meinen Glauben wiedergefunden.“

Der Depressive will keinen Rat, keinen aufmunternden Scherz, keine Urteile, kein logisches „Gegenargument“ – er will eine warme menschliche Hand, die ihn eine Weile geleitet. Hier gilt wie nirgends anders das Wort: Einer trage des andern Last.

Die weniger bekannte Form der Depression, die nörglerisch-querulatorische, ist schwerer zu erkennen und ganz schwer zu ertragen. Das sind dann die einsamen Menschen, die selbst ihrer Familie und den Mitmen-

schen das Alibi in die Hand spielen, sich nicht mehr um sie zu kümmern. Denn sie sagen: Ich bin immer allein fertig geworden. – Niemand hat mir geholfen. – Was wollen die jetzt – vielleicht erben?

Hier hilft einem Helfer nur die anfangs empfohlene Frage: Wie ist dieser Mensch so geworden? Hat er früh das Mißtrauen und die Traurigkeit lernen müssen? Oder ist es eine Altersdepression, die auf einem Nachlassen des Hirnstoffwechsels beruht? Vielleicht die Reaktion auf Krankheit, Verlassensein und alle Verluste, die das Alter bringt?

7. Der Wahnkranke erlebt sein Wahnsystem mit Wahngewißheit.

Logisches Argumentieren ist beim Wahnkranken sinnlos, denn gerade die logischen Zusammenhänge kann er nicht erkennen.

Unser ganzer Tagesablauf setzt logisches Überlegen und ein funktionierendes Gehirn voraus. Im höheren Alter kann es zu hirnorganischen Abbauprozessen kommen, die die Mündigkeit schwer beeinträchtigen oder ganz außer Kraft setzen. Durch Störungen in der zeitlichen und räumlichen Orientierung, auch der Orientierung zur Umwelt und zu sich selbst kommt es zu illusionären Fehlinterpretationen, zu Halluzination und Wahn. Die Hirnrinde ist der Dirigent eines mündig handelnden und logisch denkenden Menschen. Und gerade sie ist ein ungeheuer stör anfälliges Organsystem. Jetzt werden alte Nöte und Bedrängnisse ungezügelt wach. Auch Wünsche und Lüste, die wir sonst geschickt zügeln und verbergen. Alles wird aus dem Zusammenhang gerissen, und Wahnideen werden als Gewißheit geäußert.

Die Formel für den Betreuer (oder Besucher) lautet: Nicht bestärken und nicht widersprechen! Nicht vergeblich an die ausgefallene Logik appellieren! „Sehen Sie nicht all die Leute, die bei mir hereinschauen?“ – „Nein, ich sehe sie nicht; aber ich glaube Ihnen, daß Sie sie sehen. Wir werden schon eine Hilfe gegen ihre Angst finden“ – entängstigen, beruhigen.

Wenn Wahnideen angsteinflößend sind, muß ärztliche Hilfe gesucht werden. Bei Selbst- und Fremdgefährdung ist der Wahnkranke unbedingt behandlungsbedürftig.

8. Sprachstörungen verlangen von uns ein besonders genaues und aktives Zuhören.

Es kann z. B. durch Schlaganfall dahin kommen, daß die Sprache ganz verloren geht und unartikulierte Laute ausgestoßen werden. Ist der Betreuer mit dem Kranken vertraut, so kennt er seine Wünsche und kann erraten, was gewünscht wird.

Wenn aber nur Teile der Sprache fehlen und der Kranke noch eine starke innere Dynamik hat, so ist es unsere Aufgabe, das Fragen zu erlernen. „Hab' ich Sie richtig verstanden? Meinen Sie das . . .?“ etc. – Ein bloßes, eiliges „Ja, ja“, wird dem Patienten das Gefühl geben, nicht ernst genommen zu werden.

Ähnlich ist es bei Störungen der Hörfähigkeit, die im Ohr oder in der Rezeption durch das Gehirn liegen können. Schreien nützt hier nichts. Langsam, ruhig sprechen, den Patienten anschauen, mit kleinen Gesten das Gesagte unterstreichen, in großen Buchstaben aufschreiben . . . Der deutsche Gerontopsychiater Radebold sagt: Im Umgang mit alten Menschen müssen wir uns immer wieder etwas einfallen lassen!

Wer mit Blinden arbeiten will, sollte einige Stunden (oder länger) dem simulierenden Üben widmen, sollte selbst mit dicht verbundenen Augen gehen, essen, sich anziehen, sich führen lassen oder einen solchen „Blinden“ führen – auf diese Art lernt man sehr schnell, was not und gut tut.

9. Das Gespräch des Seelsorgers mit Schwerkranken, mit Einsamen, mit Menschen in einer Krise oder in einer chronischen Not und mit alten Menschen hat großes Gewicht und bedeutet für ihn eine sehr große Last der Verantwortung.

Ich weiß, daß wir die Fähigkeit zum Glauben, Vertrauen, Lieben von Geburt an von unseren Eltern vermittelt bekommen – oder aber nicht vermittelt bekommen! Dann werden wir diese Fähigkeiten später nur mühsam und unvollkommen erwerben. Glauben, vertrauen, lieben – das ist etwas, das man nicht empfehlen oder befehlen kann!

Ich möchte zwei Begegnungen aus eigenem Erleben mitteilen. Als Patient in einer chirurgischen Abteilung lag ich krank und

schwach im Bett. Ein älterer katholischer Priester trat zu mir. Ich sage zu ihm: „Ich bin kein Fall für Sie, ich bin Protestant.“ Und er: „Es gibt nur eine Kategorie von Menschen, mit denen ich nicht spreche: das sind die, die gerade schlafen.“ Wir hatten viele Gespräche miteinander; meine Kinder waren damals klein, meine Angst groß. Habe ich ihm zeigen können, wie sehr er mir geholfen hat?

In einer schweren persönlichen Krise spreche ich mit einer Freundin, die Pastorin ist. Sie fragt: „Willst du, daß wir miteinander beten?“ – „Nein! Gott ist für mich zerfallen.“ Und sie antwortet ohne besonderen Nachdruck: „Dann setz an die Stelle von ‚Gott‘ etwas, was dir erhalten geblieben ist – Licht, Geschöpf, Freude, Schöpfung vielleicht, und knüpf daran deine Gedanken.“ Das hab’ ich getan und tu’ es noch. Seither ist Ökumene im weitesten Sinn mein inständiges Anliegen.

Ein Priester, der noch jung ist, erzählt aus seiner Arbeit im Krankenhaus. Er kommt ans Bett eines alten Mannes, der schwer leidet und ihn bittet: „Bitte, Herr Pfarrer, beten Sie mit mir, daß ich heute nacht sterben kann.“ Seine Antwort war: „Ich bete mit Ihnen, daß Sie heute nacht Ruhe finden.“ Ich frage ihn, wie er diese Antwort finden konnte. Er sagt: „Ich habe sie weder gesucht noch gefunden – sie wurde mir als Gnade zuteil.“ Und der Patient hatte eine ruhige Nacht.

Ein geglücktes Gespräch ist wohl eine der größten Gnaden, die der Mensch erleben kann. Da begegnen einander zwei Ebenbilder Gottes. Sie gehen beglückt aus dem Gespräch hervor.

Die Zahl der Selbstmorde von alten Menschen steigt. Jede Äußerung in dieser Richtung ist ernst zu nehmen. Dabei muß eines klar sein: Die Ankündigung erfolgt nicht immer in klaren Worten, sondern oft sehr dissimuliert, chiffriert und schwer zu entziffern. Ich erinnere mich an eine Frau, die einfach ihre Kinder fragte: „Wer wird nachher meine Blumen gießen und pflegen?“ Endlich fragten die Kinder dann zurück: „Wieso ist diese Frage so dringlich – Du bist nicht sehr alt noch auch krank, Mutter.“ Und es erwuchs ein ruhiges Gespräch, in dem die Mutter ihren Lebensüberdruß ausdrücken konnte und die Kinder mit ihr Krisenstrategien erarbeiten konnten.

Hildegard Lorenz

Der Herr läßt deinen Fuß nicht wanken (Ps 121, 3)

Werkstattbericht

zur Bibelarbeit mit älteren Menschen

Der folgende Erfahrungsbericht mag Bildungshäuser, Pfarrgemeinden und Gruppen des Apostolats zu ähnlichen Initiativen ermutigen, wie ältere und jüngere Menschen gemeinsam die Bibel für ihr Leben entdecken können. – Über ein Seminar für Mitarbeiter in der pfarrlichen Altenarbeit, bei dem Frau Lorenz ältere und jüngere Frauen und Männer in die Methoden kreativer Bibelarbeit einführt, soll nach dessen Abschluß berichtet werden.
red

Vor ungefähr zehn Jahren begann ich, mit älteren Menschen Bibel zu lesen. Es war ein dreiteiliges Seminar in einer mittleren Pfarre Vorarlbergs. Damals bekam mein Mut zu kreativen Formen gemeinsamen Lernens sehr viel Nahrung. Wir stellten u. a. in pantomimischer Form die Erzählung vom Sturm auf dem See (Mk 4, 35–41) dar. Die Darstellungskraft und Ausdruckstiefe älterer Menschen (die älteste Teilnehmerin war 87 Jahre) waren für mich sehr beeindruckend. Mehr und mehr fand ich einen mir wichtig gewordenen Gedanken J. Moltmanns bestätigt: Der Weg zur Bibel wird möglich, wenn wir sie mit neuen Augen lesen. – Die Bibel ist das Buch der Armen, der Bedrückten und Hoffnungslosen. Wenn wir die Bibel mit den Augen der eigenen Armut, Angst und Schuld lesen, finden wir in ihr Hoffnung für unser Leben.

Ich möchte nun von der Bibelarbeit während einer „Woche für ältere Menschen“ erzählen, die das Bildungshaus Batschuns seit vielen Jahren anbietet. Das Programm ist bunt, auf Leib und Seele abgestimmt. Im Herbst 1986 arbeitete ich mit den Teilnehmern einer solchen Woche (48 Teilnehmer, darunter mehr Frauen als Männer) jeden zweiten Tag an einem Psalm und machte dabei wunderbare Erfahrungen.

1. Ich beginne mit einer Übung zu Ps 1, 2

„... selig, wer Freude hat an der Weisung des Herrn