

Bernhard Kraus

Gegen die Ausgrenzung der Altgewordenen

Anstöße für die Gemeindepastoral

**Kommen die in der Gemeinde noch vor,
die nicht mehr kommen können?
Was ist über Krankenkommunion und
gelegentliche Seniorentage hinaus
möglich? Fragen und Anregungen für
die Seelsorge mit Menschen im vierten
Lebensalter sowie den sie Pflegenden.**

● Die 65-jährige Ordensschwester D. besucht regelmäßig zwei betagte gehbehinderte Geschwister. Sie erzählt ihnen vom Leben in der Pfarrgemeinde, die gerade ihr Jubiläum mit einer Pfarrwallfahrt auf den Michaelsberg vorbereitet. Leider können die beiden nicht mitgehen. Schwester D. schlägt ihnen vor, sich zu treffen und die Themen der Pfarrwallfahrt zu besprechen. Es werden weitere vier ältere Bekannte eingeladen, die von ihren Angehörigen gebracht werden – dies war der Start zu einem »mobilen Seelsorge- und Bildungsprojekt« im Wohnzimmer der beiden alten Damen. Die Themen werden jeweils gemeinsam festgelegt, die Beteiligten und ihre Angehörigen sorgen liebevoll für den äußeren Rahmen – keine von ihnen wäre in der Lage, an einer »normalen« Gemeindeveranstaltung teilzunehmen.

Nur ein kleines Beispiel, beiläufig am Rande eines Kurses erzählt – und doch macht diese Ordensfrau exemplarisch deutlich, wie Seelsorge

mit alten Menschen, die nicht mehr an den Angeboten der Gemeinde teilnehmen können, aussehen kann:

- Sie sieht sich in der Rolle der Seelsorgerin. Anlass ihrer Besuche war ursprünglich vielleicht die Sorge um das leibliche Wohl, doch sie hat ein Gespür dafür, wie sehr dieses mit dem seelischen Wohl und mit lebendigen Beziehungen zusammenhängt.
- Sie sorgt dafür, dass ein überschaubares Beziehungsnetz entsteht und Menschen in ihrer Außenseiterrolle nicht allein bleiben. Menschen mit ähnlicher Betroffenheit kommen miteinander in Kontakt, auch ihre Angehörigen sind einbezogen (und zugleich entlastet).
- Sie hat die Begabung, aufmerksam zuzuhören und die Fragen und Themen der alten Damen aufzugreifen. Sie spult kein vorgefertigtes Programm ab. Sie lässt sich auf eine persönliche Beziehung und auf sicher nicht einfache Lebenssituationen ein.
- Aber sie schafft auch Anknüpfungspunkte mit aktuellen Ereignissen der Gemeinde, bringt von dort Impulse ein, so dass sich die alten Menschen nicht nur »um sich selbst drehen«. Sie ermöglicht, an den Schritten der Gemeinde teilzunehmen, selbst wenn man das eigene Zimmer nicht mehr verlassen kann.

- Ob die Kommunikation auch in die andere Richtung fließt? Ob den Gemeindemitgliedern bei ihrem Jubiläum und bei ihrer Wallfahrt bewusst ist (bewusst gemacht wird!), dass etliche Gemeindemitglieder das Fest in Gedanken und Gebeten mittragen, die jetzt nicht anwesend sind? Die alten Damen sind dabei nicht nur in der Rolle der Hilfe und Unterstützung Empfangenden, auch sie leisten ihren Beitrag – einen Beitrag, den so niemand sonst geben kann.

Ich nehme dieses Beispiel als Ausgangspunkt für einige Fragen, denen sich Verantwortliche für die Gemeindepastoral stellen sollten, etwa in einer Teambesprechung oder Sitzung des Pfarrgemeinderates. Vor allem Tun steht das möglichst differenzierte Wahrnehmen dessen, was ist. Einige Stichworte sollen weiterführende Perspektiven andeuten.

Fragen

- »Älter werden immer nur die anderen?« – Welche persönliche Einstellung haben wir selbst zum eigenen Altern? Wie gehen wir persönlich mit der Erfahrung von Grenzen, Abschied, Krankheit um? Die Antwort auf diese Fragen ist nicht unerheblich für den Umgang mit alten Menschen. Wer sein eigenes Älter-Werden nicht akzeptieren kann, sondern verleugnet – der wird sich schwer damit tun, alte Menschen ernst zu nehmen und zu begleiten. Er wird die Begegnung mit alten Menschen eher als bedrohlich erleben und sie meiden. Er wird über eine klischeehafte Sicht des Alters kaum hinaus kommen. So ist es eine heilsame spirituelle Übung, sich immer wieder des eigenen Älterwerdens bewusst zu sein.

Haben wir nur diejenigen im Blick, die da sind – oder auch diejenigen, die nicht (mehr) kommen können? Viele Gemeinden betreiben

mit viel Energie eine »Angebots-Pastoral« – für möglichst jede Zielgruppe werden die passenden Aktivitäten angeboten. Wer das Passende gefunden hat und kommt, gehört zur Gemeinde. Wer nicht kommt, gerät leicht aus dem Blick. Viele Menschen im vierten Alter können aufgrund ihrer vielfachen Einschränkungen nicht mehr an

»nicht nur Komm-her, sondern auch Geh-hin-Pastoral«

Gemeindeangeboten teilnehmen. Werden sie übersehen? Sind sich diejenigen, die da sind, selbst genug? Wächst das Bewusstsein, dass die »Komm-her-Pastoral« durch eine »Geh-hin-Pastoral« ergänzt werden muss?

Nehmen wir bei Menschen im vierten Alter nur deren Verluste und Defizite wahr – oder auch deren Potenziale und Wachstumschancen? Auch wenn Menschen als »hilfsbedürftig«, »betreuungsbefürftig« oder »pflegebedürftig« eingestuft werden, betrifft diese Bedürftigkeit bei genauerem Hinschauen zumeist nicht alle Fähigkeiten und Lebensbereiche: Der Mensch wird nicht insgesamt zu einem »Pflege-Fall«! Auch bei Menschen mit großen Einschränkungen sind Fähigkeiten vorhanden, die erhalten oder sogar

»Was würde uns fehlen?«

verbessert werden können, z.B. sind nicht wenige körperlich massiv behinderte Menschen geistig sehr rege. Auch diese Lebensphase ist durch die Pole Autonomie und Abhängigkeit gekennzeichnet.

Als Christ kann man davon ausgehen, dass jeder Mensch einzigartige Begabungen (»Charismen«) hat, die zum Wohl des Ganzen wichtig sind. Was würde uns fehlen, wären die Alten, Kranken, Behinderten und andere Randsiedler unserer Konsum- und Leistungsgesellschaft nicht

mehr da? Wäre das eine wünschenswerte »heile Welt«? Oder eher eine Horrorvision, weil mit den Menschen auch viele Lebensthemen ausgegrenzt wären, die zum Menschsein gehören?

Bemerken wir, wie persönliche Mangelsituationen durch gesellschaftlich bedingte Mangelsituationen oft noch verstärkt werden? Viele der Mangelsituationen, die im hohen Alter häufig anzutreffen sind (z.B. Einschränkungen der Sinneswahrnehmungen, Einschränkungen der Mobilität, Hilfs- und Pflegebedürftigkeit, Demenz) sind nicht nur lebensgeschichtlich, sondern auch gesellschaftlich bedingt. Der Mangel an Orientierung, an Kommunikation, an Erfahrungen und an Aufgaben werden durch die Umwelt entweder verstärkt oder gemindert.

Für Menschen im vierten Alter sind die Geringschätzung, Missachtung und Ausgrenzung, die sie ständig erleben, besonders gravierend. Anscheinend sind die Menschen im vierten Alter die »wirklich Alten«, von denen sich alle anderen möglichst lange abgrenzen. Ihnen werden

**»gesellschaftlich bedingte
Mangelsituationen«**

»Nischen« zugewiesen, wo sie unter sich bleiben und somit die anderen vor einer Konfrontation mit dem Alter verschonen. Sie werden in einen »Wartesaal zum Tod« gesetzt – hier angekommen »lohnt« es fast nicht mehr, sich mit irdischen Dingen zu beschäftigen. Viel mehr als eine »Satt-und-sauber-Pflege« ist als gesellschaftliche Zuwendung nicht zu erwarten.

Wiederholt sich diese (zugegeben karikierte) gesellschaftliche Ausgrenzung der Alten auch in der Kirche? Oder werden sie hier in die Mitte genommen und Wege gesucht, ihre Teilhabe soweit wie möglich zu fördern? Registrieren wir überhaupt, wie durch (leicht änderbare) Kleinigkeiten Menschen von unseren Veranstaltun-

gen ausgeschlossen werden? So kommen etwa viele Senioren nicht zum Gottesdienst, wenn es hier keine leicht zugängliche Toilette gibt.

Reden wir immer noch von »den Alten«, oder nehmen wir die zunehmend differenzierter werdenden Lebenssituationen altgewordener

**»keine selbstverständliche
Kirchlichkeit mehr«**

Menschen wahr? Das zufällig gemeinsame Geburtsjahr verbindet Menschen immer weniger im Vergleich zu gemeinsamen Interessen oder gemeinsamer Betroffenheit. Die Lebensschichten, Lebenssituationen, Wohnformen, Interessen älterer Menschen werden immer unterschiedlicher. Im vierten Alter nimmt beispielsweise die Zahl alleinlebender Frauen stark zu, ebenso steigt der Anteil der Hochaltrigen mit höheren Bildungsabschlüssen derzeit stark an.

Auch in Bezug auf die Einstellungen zu Sinn und Glaube ist eine zunehmende Differenzierung festzustellen – eine selbstverständliche Kirchlichkeit von Menschen im vierten Lebensalter kann nicht mehr vorausgesetzt werden. Von »den Alten« kann man somit längst nicht mehr sprechen, folglich sind differenzierte Formen nötig, um alte Menschen anzusprechen.

Nehmen wir alte Menschen in ihrem sozialen Beziehungsnetz wahr? Drei von vier pflegebedürftigen alten Menschen werden in der Familie versorgt. 80 % aller Hauptpflegepersonen sind Frauen (vor allem Töchter, Ehepartnerin, Schwiegertöchter), die Hälfte von ihnen ist selbst schon über 60 Jahre alt. Ein Buch über die Pflege eines Alzheimer-Patienten trägt den Titel »Der 36-Stunden-Tag« und deutet damit die Überforderung vieler Pflegepersonen an. Vor allem bei Demenzerkrankungen kommt zu der körperlichen Belastung noch ein großer psychischer Druck.

Pflegende Angehörige brauchen Verständnis, Unterstützung und Entlastung. Verständnis auch dann, wenn die Grenze der häuslichen Pflege erreicht ist und der Umzug in ein Heim ansteht. Allzu oft wird dann leichtfertig vom »Abschieben ins Heim« gesprochen, wird moralischer Druck ausgeübt und Menschen, die am Zusammenbrechen sind, noch ein schlechtes Gewissen eingeredet.

Im Altenheim entstehen neue Beziehungsnetze mit den dort Tätigen und den Mitbewohner/innen. Finden wir Wege, die »Individualseelsorge« mit einer »Netzwerk-Pflege« zu verbinden?

Perspektiven und Ideen

- In Stichworten sollen nun einige Beispiele und Gedanken zu konkreten Möglichkeiten angesprochen werden, die Gemeinden haben, um die Sorge um die Menschen im vierten Lebensalter zu verstärken und zu verlebendigen.

Integration von Leibsorge und Seelsorge:

- Kooperation von Seelsorgern und Seelsorgerinnen mit in der Altenhilfe Tätigen (Caritas, Sozialstation, ambulante Dienste, Heime) und mit Beratungsstellen (z.B. Suchtberatung, Telefonseelsorge)
- Seelsorge nicht nur an kirchlich geprägten Orten, sondern im Alltag der alten Menschen
- Eine liebevolle Leibsorge kann für verwirrte Menschen die einzig noch mögliche Form der Seelsorge sein.
- Seelsorge spricht eher Einzelne an, eventuell ist aber auch eine Vernetzung zu »Kleinstgruppen« möglich.

Ressourcen und Fähigkeiten alter Menschen pflegen:

- An lebensgeschichtliche Erinnerungen anknüpfen (Kompetenzen, aber auch nichtgelebtes Leben oder Scheitern)
- Bekanntes, Vertrautes aufgreifen und so Orientierung, Sicherheit, Selbstbewusstsein ermöglichen: Rituale und Zeichen, alte Lieder und Gebete, feste Bräuche und Rhythmen – aber auch behutsames Zumuten von Neuem, Fremdem, Irritationen, Kontrasterfahrungen zum Alltag, Zumutungen von Aufgaben
- Fähigkeiten zur selbständigen Alltagsbewältigung stärken

Teilhabe ermöglichen, Isolation entgegenwirken:

- z.B. Fahrdienst zu Gemeindeveranstaltungen, Rampen und Handläufe an Treppen, behindertengeeignete Toiletten, gute Beleuchtung und Akustik
- z.B. Aussendung von Kommunionhelfern zu den Kranken im Sonntagsgottesdienst, Feier der Krankensalbung im Gemeindegottesdienst
- z.B. generationenübergreifende Kontakte durch Projekte von Firmlingen oder Schulklassen
- z.B. Verantwortliche von Pfarrgemeinde und Altenheim erarbeiten gemeinsam eine Konzeption für die »Altenheimseelsorge als Aufgabe der Gemeindepastoral«.

Für die Würde alter Menschen eintreten:

- Widersprechen, wenn der Maßstab für den »Wert« (und die »Wert-Schätzung«) eines Men-

schen nur noch in seiner Leistung, seinem Besitz, seiner Bildung, seiner Schönheit ... und nicht mehr in seiner Persönlichkeit gesehen wird. Die Würde alter Menschen wird dort verletzt, wo der Respekt vor der Einmaligkeit eines jeden Lebensweges mit all seinen Lebensschicksalen und Lebensentscheidungen fehlt.

- Die Verletzungen der Würde älterer Menschen zeigen sich oft im alltäglichen Umgang, z.B. in der Sprache (Anrede mit »Oma«, »füttern«, »Heiminsasse«, »Pfleger-Fall«), in der Verletzung der Privatsphäre und Intimität (Zimmer betreten ohne Anklopfen, fast keine persönlichen Erinnerungen im Heim, Respektlosigkeit bei der Körperpflege) oder in der Nichtinformation und fehlenden Einbeziehung bei persönlichen Entscheidungen.

Seelsorge

ist »Beziehungsarbeit«:

- Beziehungsfähigkeit und Beziehungsnetze alter Menschen stärken: mit Angehörigen, in der Nachbarschaft, in der Gemeinde
- Pflegende Angehörige entlasten: z.B. Telefonkette, Einladung zu »Oasentag«
- Vertrauensvolle, kontinuierliche (wechselseitig!) Beziehungen durch authentische Personen aufbauen, die sich auf Begegnungen einlassen können. In einer positiven, wertschätzenden Atmosphäre erlebt der alte Mensch das Interesse an seiner Person und seiner Geschichte, dadurch wird ihm sein eigener Wert bewusst. Ein »Ab-und-zu-Vorbeihuschen« des Seelsorgers im Heim stiftet dagegen eher Verwirrung.

- Eine wichtige Aufgabe hauptberuflicher Seelsorger/innen ist die Unterstützung ehrenamtlicher Mitarbeiter/innen in der Altenarbeit und die Sorge für die öffentliche Anerkennung ihres Dienstes.

Sinnfragen ernst nehmen:

- Möglichkeit zum Gespräch, zur Besinnung über eigene Lebens- und Glaubensgeschichte
- Regelmäßige Gottesdienste, die alten Menschen gerecht werden
- Begleitung in Krisensituationen
- Themen wie Endlichkeit, Krankheit, Grenzen, Sterben, Tod, Trauer sind zentrale Lebensthemen (auch für Jüngere!).
- Möglichkeiten zur dialogischen Auseinandersetzung mit den Themen älterer Menschen schaffen (z.B. Verwitwung, bevorstehender Umzug – nicht nur »Vorbereitung auf eine gute Sterbestunde«!)

Zusammenfassend: Es bräuchte für altgewordene Menschen und für die Gemeinden insgesamt eine Spiritualität der Leib-/Seelsorge, die Begrenzungen und Möglichkeiten des vierten Alters ernstnimmt, die Ausgrenzungen überwindet und die Wege der Teilhabe eröffnet.

Bezug der Arbeitshilfe »... damit auch die Seele im Heim daheim sein kann. Projekte und Anregungen zur Altenheimseelsorge« (Freiburg 2002, 140 S., 10 €) und anderer Arbeitsmaterialien bei:
 Erzbischöfliches Seelsorgeamt – Seniorenreferat,
 Okenstr. 15, D-79108 Freiburg,
 Tel. +49 (0) 761 5144-213;
www.seniorenweb-freiburg.de