

Alter und Altern in Ordensgemeinschaften

In vielen Orden drängt die Herausforderung, die eine wachsende Zahl alter und hochbetagter Mitglieder mit sich bringt. Wo sich eine Gemeinschaft diesen Fragen stellt, kann Wegweisendes geschehen, u.a. Bildungsmodelle zum Thema.

● Alter und Altern geht uns alle an, einzelne Personen ebenso wie Gemeinschaften als Ganzes. Ordensgemeinschaften haben die gleiche Fragestellung zu bedenken, die in der heutigen Gesellschaft und Politik unabweichlich geworden ist.

Unsere Gemeinschaften altern – diese Situation fordert uns in einer nie da gewesenen Radikalität heraus. Es ist dabei noch relativ einfach, diese Fragen in einem Ordenskapitel anzusprechen, schwieriger wird es mit der Umsetzung, wenn etwa die Bereitschaft zur Realitätsbewältigung von den Mitgliedern nur zögerlich aufgenommen oder gar verdrängt und weggeschoben wird.

Ich möchte im Folgenden von unserem Weg erzählen, der in der Mutterprovinz der Barmherzigen Schwestern vom heiligen Kreuz, Ingenbohl (Schweiz), am Provinzkapitel 1989 begann. Obwohl die Zahlen und Fakten unmissverständlich auf die dringliche Aufgabe

hinwiesen, galt es zuerst einmal mit Widerstand und abweisenden Verdrängungsmechanismen umzugehen. Nur langsam konnte akzeptiert werden, dass das Wort »Bedürfnis der Zeit« (ein Leitwort unseres Gründers) auch in den eigenen Reihen umzusetzen ist. Nie vorher in der Ordensgeschichte war »die Sorge für unsere älter werdenden und alt gewordenen Mitschwester« ein derart offensichtliches und dringliches Anliegen.

Der vorerst schmerzliche Weg, durch die Widerstände hindurch, führte schließlich zur Entscheidung, eine Arbeitsgruppe zu bilden und ein Grundsatzpapier zu erstellen, das dann im Herbst 1992 unter dem Titel »Lebensgestaltung und Sinnfindung im Alter« vorgelegt werden konnte.

Arbeitsgruppe und Grundsatzpapier

● Das Problem des Älterwerdens und damit des Loslassen-Müssens ist für jeden Menschen gegeben, niemand kann ihm entkommen. Früher oder später werden wir alle damit konfrontiert. Ich selbst stand damals mitten in diesem Prozess und die Auseinandersetzung mit der

anstehenden »Pensionierung« hatte mich konfrontiert mit existentiell-menschlichen Fragen wie diesen: »Wenn ich meine gewordene Rolle aufgebe, was bleibt mir dann? Wenn ich zurücktrete, wie geht es dann weiter? Mit mir weiter? ...« Durch Ängste und Befürchtungen hindurch sind schließlich neue Kräfte freigesetzt worden, es wurde Platz geschaffen für das Wahrnehmen einer neuen Herausforderung. So war meine Entscheidung, aktiv an der Umsetzung der »Option für das Alter« teilzunehmen, rasch gefällt und bald verbunden mit der Erkenntnis, dass hier ein weites Arbeitsfeld der Bearbeitung harrte. Ich spreche heute von einem mir »zugefallenen Alterswerk«, das mir viel Freude macht.

Die Tätigkeit der Arbeitsgruppe erstreckte sich über 1 1/2 Jahre. Kernpunkt war die Befragung von älteren und alt gewordenen Mitschwestern über ihre Wünsche, Befürchtungen und Erwartungen im Blick auf ihr Altsein. Die Zeit, die ich für diese Gespräche aufgewendet

»in ihren Ängsten und Hoffnungen wahrgenommen«

habe, bleibt mir unverlierbar in Erinnerung. Nie vorher hatte ich Mitschwestern derart bewusst in ihrer Biographie und in ihren Ängsten und Hoffnungen wahrgenommen. Die gewonnenen Erkenntnisse haben meine spätere Arbeit mit den Schwestern nachhaltig beeinflusst.

Das Resultat der Befragung wurde gewichtet, es entstand der erste Entwurf von Empfehlungen: das Grundsatzpapier »Lebensgestaltung und Sinnfindung im Alter«. Sein erster Teil enthält Leitlinien zu den folgenden Aspekten des Lebens und der Lebensqualität im Alter, bei Krankheit und Pflegebedürftigkeit: 1. Wohnverhältnisse und Tagesstruktur; 2. Gesunde Lebensweise, Sorge und Selbstsorge für das Wohlbefinden; 3. Gemeinschaft und Zusammenleben;

4. aufgabenbezogenes Leben, Einsatz nach der Pensionierung; 5. Selbstkompetenz, Rechte, Freiräume, Beziehungen nach außen; 6. Altsein, Kranksein, Sterben; 7. Spiritualität.

Im Verlauf der Arbeit wurde uns klar, dass diese Leitlinien und die daraus resultierenden Empfehlungen, wie auch die Umsetzung von konkret praktischen Maßnahmen (z.B. das Bereitstellen von genügend »Altersplätzen«, die Sorge für altersgerechte Wohn- und Lebensräume, die Anpassung von sanitären Anlagen mit zweckmäßigen Nasszellen) nicht genügten und dass der Auseinandersetzung mit dem persönlichen Prozess des Älterwerdens und Altseins entscheidende Bedeutung zukommt. Jede Schwester muss diese dritte und vierte Lebensphase bewusst bejahen und erleben.

Diese Auseinandersetzung der einzelnen Schwester ist ein wesentlicher Beitrag zum Wohl einer positiven Zukunft unserer Gemeinschaften im Sinne einer bewusst gestalteten Lebenskultur im Alter. Von ebenso großer Bedeutung ist die Sorge dort, wo Übergänge bewältigt und wo Altsein, Krankheit und Sterben angenommen werden müssen. Aus diesen Überlegungen heraus wurde deutlich, dass eine »Option für das Alter« mit konkreten Inhalten gefüllt und in der Praxis begleitet werden muss.

Option für das Alter

- Eine Option für das Alter ist in erster Linie eine Option für das Leben. Sie will dem Leben dienen, wie immer es sich zeigt, und das Leben bejahen, was immer es uns abverlangt. Dienst am Leben, bezogen auf die Alterssituation in unseren Gemeinschaften, macht deutlich, dass eine »Option für das Alter« unter einem zweifachen Aspekt betrachtet werden muss. Es geht um die Sorge für die gesunden älter werdenden und al-

ten Schwestern und um die Sorge für die pflegebedürftigen Schwestern. So entstanden diese beiden Erklärungen:

Option für das Leben im Alter

Unser Leben ist ein Entwicklungs- und Wandlungsprozess bis über den Tod hinaus. Die Phase des Alters hat dabei eine ganz besondere Bedeutung.

Zwei Schwerpunkte kommen zum Tragen:

- der Dienst an der Gemeinschaft und
- eine neue Gewichtung der spirituellen Dimension.

Wir wollen diesen Lebensauftrag wahrnehmen

- in der Vorbereitung der einzelnen Schwester wie auch
- im sensiblen Begleiten dieses Prozesses im Älterwerden.

Option für unsere kranken und leidenden Schwestern

Leiden, Krankheit und Sterben sind Ausdruck des Lebens in seiner Vergänglichkeit. Wo sie angenommen werden, verwandeln sie sich in Segen für die betroffene Schwester selbst wie auch für die Gemeinschaft.

Wir wollen unseren kranken Schwestern einen Lebensraum ermöglichen, in dem eine liebevolle und professionelle Pflege gewährleistet wird, die eine tragende Begleitung über den Tod hinaus mit einschließt.

Aus diesen Überlegungen und Einsichten heraus wurde unser Bildungsauftrag deutlich und es sind drei Modelle entstanden:

Modell 1 – Chancen ab 60: für alle Schwestern, die sich aktiv mit dem Älterwerden auseinandersetzen wollen;

Modell 2 – Chancen ab 70: für alle Schwestern, die ihr Älterwerden und Altsein bewusst gestalten wollen;

Modell 3 – Pflegen und Begleiten: für alle Schwestern, die betagte und kranke Schwestern begleiten und pflegen.

Diese drei Bildungsangebote, die in den vergangenen Jahren von vielen Schwestern der verschiedensten Orden und Kongregationen aus dem In- und Ausland besucht worden sind, haben sich bewährt. Heute, zehn Jahre später, können wir die Früchte dieses Weges sehen, uns daran freuen und das Gewordene stets neu den Bedürfnissen und Erkenntnissen anpassen.

Bildungsmodelle für das vierte Alter

- Mit dem Modell »Chancen ab 70« sind Schwestern angesprochen, die ihr Altsein reflektieren und neu beleben möchten. Solches Nachdenken ist einem Lernprozess gleichzusetzen. Prozesse haben – wie die Natur im Rhythmus der Jahreszeiten – ihre Dauer, weshalb sich die Besinnungszeit auf ein Jahr erstreckt. Die Themen entsprechen diesem Rhythmus, sie befassen sich in drei Bausteinen zu je vier Tagen mit: dem *Lebensfrühling* – Lebenswerden (Biographie) – gerufen auf den Weg (Berufung); dem *Lebenssommer* – Lebensfülle – Wege gelingenden Lebens; dem *Lebensherbst* – Reife des Lebens – abschiedlich leben und sterben.

Dieses Angebot gilt als religiöse Erneuerung, weshalb in diesem Jahr die Exerzitien ausfallen können. Im dritten Baustein ist eine Versöhnungs- und Erneuerungsfeier integriert, und der

Kurs schließt mit einem Sendungsgottesdienst. Für die Kursleitung stehen zwei Personen zur Verfügung, was eine individuelle Begleitung ermöglicht und bei Bedarf auch weiterführende Gespräche zulässt.

Die Erfahrungen mit diesem Angebot sind durchwegs erfreulich. Die älteste Teilnehmerin war 92 Jahre alt und erklärte am Ende dieses Weges: »Endlich hab ich verstanden, was mein

»Ich erlebe eine neue Geburt.«

Leben ist und bis zuletzt sein kann. Ich erlebe eine neue Geburt, einen neuen beglückenden Aufbruch.« Solche und ähnliche Zeugnisse bestätigen uns auf unserem Weg und ermuntern uns in unserem Einsatz für ein gelingendes und begleitetes Alter.

Das Modell »Pflegen und Begleiten« ist für Schwestern konzipiert, die betagte Schwestern begleiten und pflegen. Angesprochen werden damit Schwestern, die in der Altersarbeit stehen oder die sich darauf vorbereiten (etwa als mögliche Neuausrichtung nach der Pensionierung). Die Teilnehmerinnen werden in ihrem Lernprozess unterstützt und begleitet durch sieben Seminareinheiten (21 Tage), Aufgabenstellungen für die Zwischenzeiten mit dem Ziel der Reflexion und Anwendung des Kursstoffes in der Praxis,

»Begleitung durch die letzte Lebensphase«

Lernbegleitung und Besuch der Schwester in ihrem Lebens- und Aufgabenbereich, um vor Ort konkrete Fragen und Probleme anschauen zu können, und eine schriftliche Auseinandersetzung mit einem selbstgewählten Thema.

Der Kurs entspricht einer Fachausbildung in gerontologischer Pflege mit dem Schwerpunkt des Begleitens von Schwestern (spiritueller

Aspekt!) in ihrer Hilfsbedürftigkeit und durch ihre letzte Lebensphase. Die Absolventin erhält nach erfolgreichem Abschluss ein Zertifikat.

Die Inhalte des Kurses sind in Bausteine zu je drei Tagen aufgeteilt und befassen sich mit Themen wie diesen: – Lebensprozesse und Übergänge, Lebensweg und Biographie, Alter und Altern; – Grenzen, Konflikte und Krisen, Begleiten auf dem spirituellen Weg; – gesundes Leben, Sorge für die Gesundheit (Selbstpflege und Selbstpflegeplanung); – Altersprobleme, Leiden und Krankheit, abschiedlich leben, Sterbende begleiten; – Konzepte der Pflege und Handlungsmo-

»abschiedlich leben«

delle, Pflegeprozess und Pflegeplanung; – Biographie- und Erinnerungsarbeit, Validation, Leben mit Verwirrten; – ein Baustein dient der Integration, der Vertiefung und der Evaluation. In der Folge werden themenbezogene Nachfolgetage angeboten, die von den meisten Schwestern über Jahre regelmäßig und gern besucht werden.

Unser Anliegen ist die Sensibilisierung der Pflegenden für die Würde der alten Schwester in ihrer Einmaligkeit und Einzigartigkeit. Pflegende so zu stützen und zu begleiten, dass sie das Stauen nicht verlieren und nicht die Sicht auf das, was Menschen bis zuletzt brauchen: Gefühle ausdrücken zu können, gehört und ernst genommen zu werden, gebraucht zu werden.

Die Erfahrungen sind durchwegs positiv. Als große Bereicherung wird der Austausch mit Kursteilnehmerinnen aus den verschiedenen Orden und Gemeinschaften mit ihren jeweils unterschiedlichen Möglichkeiten und Grenzen gewertet (im laufenden Kurs sind Schwestern aus zehn Ordensgemeinschaften zusammen). Auch ich erachte dieses Miteinander als einmaliges Lernfeld, sowohl für die persönliche Horizont-erweiterung wie für den Austausch praktischer

Erfahrungen. Die Schwestern begleiten sich gegenseitig und lernen voneinander. Kleine und größere Veränderungsmöglichkeiten werden gemeinsam diskutiert, es wächst Mut zum Wagnis und neue Freude am Dienst, auch gereifte Liebe zu den pflegebedürftigen Schwestern.

Umgang mit dem Alter

● Das Thema ist, wie vor 15 Jahren, eine vorrangige und dringliche Aufgabe. Es ist dabei nicht nur das Älterwerden der einzelnen Schwester zu beachten, sondern auch die steigende Anzahl der Ordensmitglieder im vierten Lebensalter. Dazu kommt, dass die Vitalitätskurve vieler Orden selbst an diesem Punkt angelangt ist.

So gilt heute wie auch für die kommenden Jahre: Alles, was uns hilft, diese Situation auf eine

fruchtbare Weise zu bewältigen, soll als Möglichkeit und Chance genutzt werden, und es gilt: »den Übergang zu gestalten, statt den Untergang zu verwalten« (Paul M. Zulehner). Was wir heute brauchen, ist eine Vision, die Zukunft meint und Hoffnung bewirkt, und wir brauchen die Solidarität der Ordensgemeinschaften mit- und untereinander. Dafür kann die gemeinsame Kurs-

»Zuversicht, die aus der Verheißung lebt«

erfahrung von Schwestern aus verschiedenen Orden so etwas wie Vorbildwirkung haben. Sicher ist es auch ein ressourcenorientierter Ansatz, was wir aber vor allem brauchen ist Leben und Lebendigkeit sowie die Zuversicht, die aus der Verheißung lebt, von der die Bibel spricht: »Siehe, ich mache alles neu« und »siehe, etwas Neues kann kommen«.

Forschung und Dokumentation

Vielfältige wissenschaftliche Erkenntnisse und Informationen zum Alter finden sich auf der Homepage des Forschungsinstituts Geragogik <http://www.FoGera.de>

Das »Forschungsinstitut Geragogik (FoGera) – Unabhängiges Forschungsinstitut für Studien zu

Alter und Lernen« hat sich auf folgende Aufgaben spezialisiert: eine auf konkrete Fragestellungen und Problemlagen abgestimmte Forschung, Theoriebildung und Lehre; Analyse und Dokumentation der Altersbildung; Praxisbegleitung und Beratung.