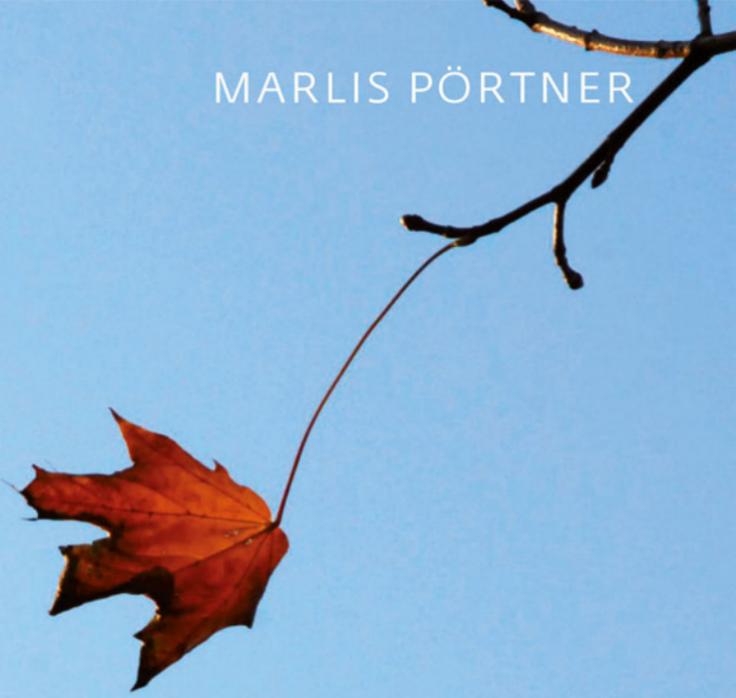


MARLIS PÖRTNER



Alt sein ist anders

Personzentrierte
Betreuung von alten Menschen

Fach-
buch 
Klett-Cotta

Konzepte der Humanwissenschaften

Marlis Pörtner

ALT SEIN

IST ANDERS

*Personzentrierte Betreuung von alten
Menschen*

Klett-Cotta

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt.
Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig.
Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen,
Mikroverfilmungen und die Speicherung und Verarbeitung in
elektronischen Systemen.

Klett-Cotta
www.klett-cotta.de
© 2005 by J. G. Cotta'sche Buchhandlung Nachfolger GmbH,
gegr. 1659, Stuttgart
Alle Rechte vorbehalten
Umschlag: Bettina Herrman, Stuttgart, unter Verwendung
des Fotos lumamarin/photocase.de

Printausgabe: ISBN 978-3-608-96129-4
E-Book: ISBN 978-3-608-10434-9
PDF-E-Book: ISBN 978-3-608-20089-8

Dieses E-Book basiert auf der aktuellen Auflage der Printausgabe.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in
der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten
sind im Internet über <<http://dnb.d-nb.de>> abrufbar.

Inhalt

Einleitung	9
1 Alt werden ist eine seltsame Erfahrung – Persönliche Gedanken zum Thema	13
2 Grundlagen der personzentrierten Arbeit	30
Ein humanistisches Menschenbild	30
Die personzentrierte Haltung	31
Das Selbstkonzept	32
Die Kontaktfunktionen	35
Was heißt personzentriert arbeiten?	38
3 Sieben Grundsätze für den Umgang mit alten Menschen	41
Klarheit schafft Sicherheit und Vertrauen	41
Das Erleben ist der Schlüssel zum Verstehen und Handeln	44
Entscheidend ist nicht was fehlt, sondern was da ist . . .	46
Entwicklung ist ein lebenslanger Prozeß	49
Selbstverantwortung hat existentielle Bedeutung	50
Die Person ist mehr als ihr gegenwärtiger Zustand	52
Es gibt nicht nur (m)eine Realität	54

4 Worauf kommt es im Alltag an?	57
Ernstnehmen	57
Zuhören mit allen Sinnen	60
Auf das Erleben eingehen	61
»Anklopfen«	64
Eigenständigkeit unterstützen	66
Kleine Schritte beachten und ermutigen	68
Stützen für selbständiges Handeln geben	69
Wahlmöglichkeiten bieten	71
Konkret sein	72
Die »Sprache« des anderen Menschen finden	73
Sich nicht von Vorwissen bestimmen lassen	76
Den eigenen Anteil erkennen	79
5 Fachliche und persönliche Kompetenz	82
Professionalität	82
Persönliche Aspekte der Fachkompetenz	84
Psychische Begleitung	90
Wie läßt sich die Qualität der personenzentrierten Arbeit überprüfen?	92
6 Begleitumstände, die zu bedenken sind	97
Der Rollentausch zwischen den Generationen	97
Die Spannweite von Anforderungen und Erwartungen	100
Sterben und Tod	103

7	Verschiedene Wirklichkeiten	106
	Wahrnehmung	107
	Entwicklung	108
	Kommunikation	111
	Traum	113
8	Perspektiven	116
	Vielfalt der Ansprüche	116
	Wegweisende Ansätze – zögerliche Umsetzung	117
	Wünschbar: die Verankerung einer personenzentrierten Kultur	124
	Die Einstellung zum Alter	129
9	Alt sein ist anders – auch für Menschen mit geistiger Behinderung	135
	Literatur	143

Einleitung

Warum ist alt sein anders? Wie anders? Anders als was?

Alt sein ist in vielerlei Hinsicht anders: anders, als wir es uns in jüngeren Jahren vorstellen, anders als bisherige Lebensabschnitte, anders für jeden Menschen und heutzutage anders als in früheren Zeiten. Das Bild vom Alter und die Möglichkeiten, die sich alten Menschen bieten, haben sich in den letzten fünfzig Jahren drastisch gewandelt. Gesellschaftliche und demographische Entwicklungen werden weitere Veränderungen mit sich bringen, die noch gar nicht abzusehen sind. Wir befinden uns mittendrin in diesem Wandel, und unsere Vorstellungen vom Alter sind ebenso geprägt von tradierten Bildern wie von neuen Perspektiven, die sich am Horizont abzeichnen.

Alt sein ist anders, als es die gängigen (alten und neuen) Klischees suggerieren. Das von den »jungen Alten«, an denen die Jahre nahezu spurlos vorübergegangen sind, die angeblich keinerlei Alterserscheinungen – wie Vergesslichkeit, Verlangsamung, sich verändernde Interessen – bei sich feststellen, sondern fit sind wie eh und je, stimmt für mich ebensowenig wie das entgegengesetzte, wonach alte Menschen gebrechlich, leicht »gaga«, nicht auf der Höhe der Zeit, nicht mehr ganz ernst zu nehmen sind und auf Schritt und Tritt betuliche Ratschläge brauchen. Doch wie alle Klischees enthalten sie ein Körnchen Wahrheit. Alt sein bewegt sich – individuell verschieden – irgendwo zwischen den Extremen, enthält Spuren von beiden und ist zugleich für jeden Menschen eine ganz neue, einmalige und – eben – andere Erfahrung. Diesem vielschichtigen »anderen« will dieses Buch nachgehen.

Als die Idee an mich herangetragen wurde, ein Buch über per-

sonzentrierte Betreuung von alten Menschen zu schreiben, habe ich zuerst abgewehrt. Ich sah keine Notwendigkeit dafür, denn die in meinem Buch »Ernstnehmen, Zutrauen, Verstehen« (Pörtner 1996, 2004) beschriebenen Grundlagen und Richtlinien für den Umgang mit geistig behinderten und pflegebedürftigen Menschen gelten – etwas modifiziert – genauso für die Betreuung von alten Menschen, wie verschiedene Beispiele belegen. Doch je länger ich über den Vorschlag nachdachte, desto mehr reizte mich die Idee. Es waren da doch noch einige ganz spezifische neue Gesichtspunkte zu bedenken, während andere in diesem Zusammenhang weggelassen werden konnten. Die Grundlagen der Betreuungsarbeit sind dieselben, ob man es mit behinderten, kranken oder alten Menschen zu tun hat. Doch die Lebensthematik ist bei alten Menschen eine andere. Es ist eine Thematik, von der die Betreuenden selber betroffen sind, denn sie wird eines Tages auch die ihre sein. Menschen, die schon ein Leben hinter sich haben, auf dem letzten Abschnitt zu begleiten, stellt die tägliche Arbeit in eine andere Perspektive, als die Aufgabe, jüngere Menschen mit Behinderungen dabei zu unterstützen, sich im Leben zurechtzufinden und ihre beschränkten Fähigkeiten optimal zu entwickeln und einzusetzen. Doch auch Menschen mit geistiger Behinderung werden älter, deshalb werden einige Gedanken zu ihrem Altern den Abschluß dieses Buches bilden. Die besondere Situation von und mit demenzkranken Menschen wird bewußt nicht in einem speziellen Kapitel behandelt, sondern eingebettet in grundsätzliche Überlegungen zu Betreuung und Pflege, weil ich meine, daß auch demenzkranke Personen ganzheitlich gesehen und verstanden werden müssen. Die Grenze zwischen »normalen« altersbedingten Beeinträchtigungen und denen, die auf Demenz zurückzuführen sind, ist fließend, und sie können durch die Art und Weise der Pflege und Betreuung erheblich beeinflusst werden.

Da in diesem Bereich verschiedene Berufsgruppen tätig sind und hier nicht spezifische pflegerische oder therapeutische Kon-

zepte entwickelt, sondern die Grundprinzipien dargestellt werden, die solchen Konzepten zugrunde liegen müssen, verwende ich die Begriffe »Betreuende« oder »Bezugspersonen« zusammenfassend für alle, die sich beruflich oder ehrenamtlich in unterschiedlicher Weise um alte Menschen kümmern. Ebenso beinhaltet der Begriff »Betreuung« sowohl pflegerische, therapeutische wie einfach unterstützende Tätigkeiten. Die männliche und weibliche Form werden abwechselnd verwendet oder, wo das möglich ist, mit einem Begriff bezeichnet, der beide Formen umfaßt.

Das vorliegende Buch beschreibt die Grundsätze der personenzentrierten Arbeit und ihre Umsetzung im Alltag. Es beschäftigt sich mit der Thematik, die den letzten Lebensabschnitt prägt, und mit ihrer Bedeutung für die Begleitung von alten Menschen. Es wird aufgezeigt, inwiefern sich der personenzentrierte Ansatz für die Betreuung von alten Menschen besonders eignet, wie er sich in der praktischen Arbeit konkret verwirklichen läßt und dazu beiträgt, die Lebensqualität alter Menschen zu verbessern und die Arbeit der Betreuenden befriedigender zu gestalten.

Aus der gemeinsamen Grundlage ergeben sich naturgemäß gewisse Überschneidungen mit den Inhalten von »Ernstnehmen, Zutrauen, Verstehen«. Ganz bewußt habe ich einige Beispiele daraus übernommen, die besonders deutlich veranschaulichen, worauf es bei der personenzentrierten Betreuung und Begleitung von alten Menschen ankommt.

Da ich selber alt bin, bedeutete das Thema für mich, über das fachliche Interesse hinaus, eine Herausforderung, mich eingehend mit diesem Aspekt meiner Existenz auseinanderzusetzen. Deshalb stehen als Einstimmung einige persönliche Gedanken zum Thema am Anfang meiner Ausführungen.

Mein aufrichtiger Dank gilt allen, die direkt oder indirekt – in gemeinsamer Arbeit, im Gedankenaustausch oder indem sie mich an ihren Erfahrungen teilnehmen ließen – zum Entstehen dieses Buches beigetragen haben. Den Anstoß, es überhaupt zu schreiben, verdanke ich Andreas Amrein. Ihm und Roland Moser dan-

ke ich zudem für ihr Engagement, meine Konzepte in Aus- und Fortbildungen sowie Fachberatungen weiterzuvermitteln. Ursula Lesny danke ich für wertvolle Hinweise – und einmal mehr – den Mitarbeitern des Verlags Klett-Cotta, insbesondere Heinz Beyer, für die stets angenehme Zusammenarbeit.

Zürich, im März 2005

Marlis Pörtner

1 Alt werden ist eine seltsame Erfahrung – Persönliche Gedanken zum Thema

Warum seltsam? Ist alt werden nicht eine selbstverständliche und allen Menschen – sofern sie nicht jung sterben – gemeinsame Erfahrung? Altern beginnt mit der Geburt und endet mit dem Tod. Während des ganzen Lebens verläuft dieser Prozeß, den wir zu verschiedenen Zeiten unterschiedlich erleben. Als Kind kann das Älterwerden nicht schnell genug gehen, wir möchten endlich 10 oder 12 oder 16 oder 20 werden und können kaum erwarten, bis es soweit ist. In späteren Jahren ist es genau umgekehrt, die Zeit vergeht beängstigend schnell, rinnt uns gleichsam durch die Finger, und wir wünschten manchmal, wir könnten sie anhalten oder wenigstens ein bißchen verlangsamen.

Wann ist man »alt«? Mit 60, 70 oder 80? Das kommt ganz auf den Blickwinkel an. Als ich zwanzig war, gehörte zu der kleinen Truppe, mit der ich damals Theater spielte und einen großen Teil der Freizeit verbrachte, auch eine für unsere Begriffe schon sehr alte Kollegin, mit der wir uns »trotzdem« glänzend verstanden – sie war gerade mal 40! Heute sind 40-jährige für mich junge Leute. Doch selbst wenn »alt« ein relativer Begriff ist, läßt es sich weder wegdiskutieren noch aufhalten: Eines Tages sind wir wirklich alt. Das wissen wir, und wir wissen auch, daß wir uns rechtzeitig damit auseinandersetzen und darauf einstellen sollten. Und wir glauben – jedenfalls solange es noch in weiter Ferne liegt – gut vorbereitet zu sein und es bestimmt besser zu machen als so manche alte Menschen um uns herum, die (in unseren Augen) mit ihrem Alter schlecht zurechtkommen. Nun, wir wissen zwar, *daß* wir eines Tages alt sein werden, aber wir haben keine Ahnung, *wie* das für uns sein wird. Wir haben vielleicht gewisse

Vorstellungen davon, aber wenn es dann soweit ist, ist alles ganz anders.

In jüngeren Jahren war ich davon überzeugt, genau zu wissen, was zu tun sei und wie ich mich später einmal verhalten sollte. Ich würde den richtigen Zeitpunkt für den Rückzug bestimmt nicht verpassen, sondern mich frühzeitig (so mit sechzig, dachte ich damals!) im Altersheim anmelden. Keinesfalls wollte ich die gleichen Fehler machen wie meine Mutter, die mit über achtzig immer noch nicht einsehen wollte, daß sie jetzt alt war und etwas an ihrer Lebensweise ändern mußte, obschon es ganz offensichtlich nicht mehr so weitergehen konnte wie bisher. Doch merkwürdig – je älter ich wurde, desto ferner rückte dieser Gedanke. Inzwischen habe ich die 70 hinter mir und denke nicht daran, ins Altersheim zu ziehen, sondern bin fest entschlossen, diesen Schritt, wenn es irgendwie geht, zu vermeiden. Ich habe keineswegs das Gefühl, das Leben sei jetzt mehr oder weniger vorbei und die Zeit für den Rückzug gekommen. Die letzten Jahre haben mir im Gegenteil ganz neue Perspektiven eröffnet. Trotz verschiedener Beschwerden und Beeinträchtigungen, die das Alter so mit sich bringt, erlebe ich diesen Lebensabschnitt nicht primär als Abbau, sondern als eine Zeit der Veränderung, in der sich Werte wandeln, Gewich-tungen verschieben, andere Schwerpunkte in den Vordergrund rücken und neue Horizonte sichtbar werden.

Gewiß, diese Zeit ist auch von Verlusten geprägt und mit Trauer verbunden: Nahe stehende Menschen sterben, vieles, was wichtig war, geht verloren oder verliert an Bedeutung. Das Schlagwort vom »Loslassen-Müssen« ist sehr real geworden. Und mit jedem Loslassen geht etwas zu Ende, das zuvor Bedeutung hatte, fällt etwas weg, was bisher zum Leben gehörte. Gewohntes und Vertrautes verändert sich oder ist nicht mehr möglich. Zugleich aber wird Raum frei, in dem Neues, Unbekanntes oder bisher nicht Geahntes entstehen kann. Loslassen bedeutet nicht nur Verlust, sondern auch Befreiung. Manchmal ist das eine stärker spürbar und manchmal das andere. Es gibt im Alter beides: hellere und