

Die Sorge für sich selbst, die Sorge für andere Menschen – eine verantwortungsethische Sicht auf Potenziale und Grenzen im Alter

Andreas Kruse¹

Menschen stehen in Verantwortungen

Die Frage nach der individuellen und gesellschaftlichen Bedeutung des Alters legt zunächst die Frage nahe, in welchen Verantwortungsbezügen der Mensch steht. Diese Frage möchte ich mit dem Sprachbild der coram-Struktur beantworten: Das lateinische Wort coram kann übersetzt werden mit vor den Augen. Dieses Wort erkennt jeder wieder, wenn er es mit publico verbindet: coram publico lässt sich übersetzen mit vor den Augen der Öffentlichkeit (der Gemeinschaft, der Gesellschaft, der Welt). Ich gehe nun von drei grundlegenden Verantwortungsbezügen des Menschen aus, die in ihrer Gesamtheit jene coram-Struktur bilden, in deren Kontext die Bedeutung des Alters für Individuum und Gesellschaft erörtert werden kann. Den ersten Verantwortungsbezug bildet die *Selbstsorge* des Individuums, das heißt, dessen Verantwortung für sich und vor sich selbst, den zweiten die *Mitverantwortung* des Individuums, das heißt dessen Bereitschaft, sich für Menschen, für die Gesellschaft zu engagieren, den dritten die Verantwortung des Individuums vor der *Schöpfung*, vor *Gott*, das heißt dessen Mitverantwortung für die Lebensbedingungen nachfolgender Generationen.

Eine verantwortungsethische Sicht auf das Alters

Überlegungen zum Alter in den Kontext dieser Verantwortungsbezüge zu stellen, bedeutet, zu fragen, was der Mensch selbst in früheren und späteren Lebensjahren dafür tun kann, um Kompetenz, Selbstständigkeit und Lebensqualität zu bewahren. Es sind selbstverständlich gesellschaftliche Vorleistungen (und zwar im Sinne der Daseinsvorsorge) notwendig, um den Menschen zur Selbstsorge zu befähigen, es ist

¹ Prof. Dr. Andreas Kruse ist Ordinarius für Gerontologie und Direktor des Instituts für Gerontologie sowie Dekan der Fakultät für Verhaltens- und Kulturwissenschaften der Ruprecht-Karls-Universität Heidelberg. Er ist zugleich Vorsitzender der Altenberichtscommission der Bundesregierung und war im Auftrag der Vereinten Nationen an der Erstellung des Weltaltensplans beteiligt. Er wurde von Bundespräsident Köhler persönlich im November 2008 für seine wissenschaftlichen Beiträge zum Verhältnis der Generationen mit Bundesverdienstkreuz ausgezeichnet. – Andreas Kruse wurde 1955 geboren, hat zwei Kinder und zwei Enkelkinder.

jedoch genauso wichtig, dessen Verantwortung für das eigene Leben in allen Phasen des Lebens zu betonen und an diese zu appellieren. In diesem Zusammenhang sind die Lern- und positiven Veränderungspotenziale des Menschen *bis ins hohe Alter* hervorzuheben, die für Bildungsprozesse auch nach Ausscheiden aus dem Beruf sprechen. Individuelle Bildungsaktivitäten können für die Erhaltung von Kompetenz und Selbstständigkeit (einschließlich der Gesundheit) wie auch von Lebensqualität nicht hoch genug bewertet werden.

Ein aus gesellschaftlicher wie auch aus individueller Sicht gelingendes Alter ist darüber hinaus an die *Mitverantwortung des Menschen* gebunden, die hier verstanden werden soll als gesellschaftliche Teilhabe oder – in den Worten der Politikwissenschaftlerin Hannah Arendt – als Zugang zum öffentlichen Raum sowie als dessen aktive Mitgestaltung. Der öffentliche Raum beschreibt dabei jenen Raum, in dem sich Menschen (in ihrer Vielfalt) begegnen, sich in Worten und Handlungen austauschen, etwas gemeinsam beginnen – und dies im Vertrauen darauf, von den anderen Menschen in der eigenen Besonderheit erkannt und angenommen zu werden, sich aus der Hand geben, sich für einen Menschen oder eine Sache engagieren zu können. Dabei ist bei alten Menschen nicht selten die Sorge erkennbar, im Falle körperlicher Veränderungen (die natürlicherweise mit dem Alter einhergehen und in denen folglich das eigenen Altern auch nach außen hin deutlich wird) und körperlicher Einschränkungen von anderen Menschen abgelehnt, in seiner Einzigartigkeit eben nicht mehr erkannt, sondern aufgrund seines Alters nicht mehr als ebenbürtig akzeptiert zu werden – was bedeutet, dass man sich mehr und mehr aus dem öffentlichen Raum ausgeschlossen fühlt und sich die Verwirklichung von Mitverantwortung nicht länger zutraut. In diesem Falle, so sei unterstrichen, nimmt man dem Menschen auch *das Politische* – dieser fühlt sich nämlich nicht mehr länger als Teil von Gemeinschaft (oder Gesellschaft), die er durch eigenen Handeln mit gestalten, für die er Mitverantwortung empfinden kann. In jenen Fällen, in denen ältere („nach außen hin alt oder krank erscheinende“) Menschen aus dem öffentlichen Raum ausgeschlossen werden (sei es, dass sie offen abgelehnt werden, oder sei es, dass sie auf verborgene Grenzen und Diskriminierungen stoßen), beraubt sich unsere Gesellschaft eines Teils ihrer Vielfalt. Zudem schadet sie im Kern dem Gedanken der Demokratie. Mitverantwortliches Leben wird von den meisten älteren Menschen als eine Quelle subjektiv erlebter Zugehörigkeit wie auch von Sinnerleben, von positiven Gefühlen, von Lebensqualität verstanden. Nicht allein die soziale Integration ist für ältere Menschen bedeutsam, sondern das aktive Engagement für andere Menschen – und gerade in diesem liegt die Grundlage für Mitverantwortung oder soziale Teilhabe.

Neben diesen beiden Verantwortungsbezügen wurde ein dritter genannt: Die Verantwortung des Menschen vor der Schöpfung, vor Gott. Damit ist die Bereitschaft des Menschen angesprochen, sich für nachfolgende Generationen einzusetzen und diese durch Bereitstellung eigener Ressourcen – materielle, kognitive, instrumentelle, emotionale oder zeitliche – in ihrer Entscheidung für die Zeugung neuen Lebens zu stärken und sie bei der Verbindung von familiären und beruflichen Aufgaben zu unterstützen. Initiativen des Gesetzgebers zur Förderung des Engagements älterer Generationen für die nachfolgenden Generationen sind an dieser Stelle ausdrücklich zu würdigen und zu unterstützen, denn ein derartiges Engagement ist zum einen für die nachfolgenden Generationen von hohem Wert, zum anderen stärkt es die Überzeugung älterer Menschen, ihren Beitrag zur Gerechtigkeit zwischen den Generationen zu leisten.

„Alter“ bedeutet bei ein und derselben Person sehr Verschiedenes

Zunächst ist festzuhalten: Wir sind nicht nur in einer Hinsicht alt – wenn wir vom Alter eines Menschen sprechen, dann haben wir bei ein und derselben Person sehr unterschiedliche „Alter“ im Auge. Was genau heißt dies? Es heißt, dass mit „Alter“ verschiedenartige Aspekte verbunden sind, je nachdem, welcher Bereich der Person angesprochen ist. In Bezug auf die Leistungsfähigkeit der einzelnen Organe oder der Nervenzellen lassen sich vergleichsweise früh im Lebenslauf erste Rückgänge nachweisen – in einzelnen Organen ab Mitte des vierten Lebensjahrzehnts, in den Nervenzellen bereits ab Ende des dritten Lebensjahrzehnts. Dabei können diese Rückgänge zunächst durch vermehrtes Training (zumindest in Teilen) kompensiert werden – doch nach und nach fällt diese Kompensation schwerer, irgendwann ist sie nicht mehr möglich. In Bezug auf den Differenzierungsgrad der Erfahrungen und der Wissenssysteme meint Alter hingegen etwas ganz anderes: Unter der Voraussetzung, dass das Individuum in seinem Lebenslauf offen für neue Erfahrungen und Wissensinhalte gewesen ist und auch die Möglichkeit gehabt hat, neue Erfahrungen zu machen und neue Wissensinhalte zu erwerben, bedeutet „Alter“ ein Mehr und eine höhere Reichhaltigkeit an Erfahrungen und Wissen. Das eine Mal bedeutet „Alter“ eher einen Rückgang, das andere Mal hingegen eher eine Zunahme an Leistungskapazität. Und weiter: In Bezug auf die finanziellen Mittel ist Alter für eine nicht kleine Bevölkerungsgruppe gleichzusetzen mit einem doch beträchtlichen materiellen Vermögen. Alter kann aber noch Weiteres bedeuten: Nämlich die Möglichkeit, Kinder und Enkelkinder zu haben, die man auf der Grundlage der im Lebenslauf gewonnenen Erfahrungen und des entwickelten Wissens wie auch auf der Grundlage bestehender

finanzieller Mittel unterstützt. Mitverantwortung und Fürsorge für nachfolgende Generationen – sei es innerhalb, sei es außerhalb der Familie, sei es in den persönlichen sozialen Netzwerken, sei es in Organisationen und Vereinen – sind dabei als eine bedeutende Entwicklungsaufgabe des Erwachsenenalters zu verstehen, wobei die Mitverantwortung unter dem Eindruck wachsender ideeller und materieller Mittel ständig zunehmen kann. Zu den ideellen Mitteln gehören Erfahrung und Wissen, aber auch Zeit: Erfahrung und Wissen können dazu dienen, jungen Menschen in ihrer schulischen oder beruflichen Bildung zu unterstützen und gegebenenfalls eine Patenschaft zu übernehmen. Sie können zudem eine Grundlage für Mentor-Mentee-Beziehungen im Unternehmen bilden, das heißt, ältere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter führen jüngere ein und stehen ihnen in den ersten Monaten beratend zur Verfügung, wenn dies gewünscht wird – dieser Aspekt wird uns an späterer Stelle noch ausführlicher beschäftigen. Ein Teil der frei verfügbaren Zeit kann zum Beispiel für die Betreuung von Kindern eingesetzt werden – damit wird vielen Familien geholfen, die beiden Lebensbereiche Familie und Beruf miteinander zu verbinden. Schließlich sind die materiellen Mittel in ihrer Bedeutung für die Unterstützung der nachfolgenden Generationen nicht zu unterschätzen: Mit der finanziellen Zuwendung von Eltern oder Großeltern wird nicht selten dazu beigetragen, dass junge Familien eine Existenz aufbauen können. „Alter“ beschreibt also aus dieser Perspektive auch die Möglichkeit, auf der Grundlage erworbener (ideeller und materieller) Mittel Mitverantwortung zu verwirklichen – ein Aspekt, der in unserer Gesellschaft viel zu selten mit „Alter“ assoziiert wird.

Die Heterogenität des Alters spricht gegen starre Altersgrenzen

Es kommt hinzu, dass sich Menschen derselben Altersgruppe in Bezug auf ihre Leistungskapazität in allen untersuchten Merkmalen deutlich voneinander unterscheiden. Es gibt 70-jährige Frauen und Männer, die sowohl körperlich als auch geistig eine vergleichsweise hohe Kompetenz besitzen. Andererseits trifft man auf 70-jährige Frauen und Männer, die in ihrer körperlichen und geistigen Kompetenz bereits erkennbar eingeschränkt sind. Aufgrund dieser Verschiedenartigkeit (oder Heterogenität) bei Menschen ein und derselben Altersgruppe ist Vorsicht hinsichtlich verallgemeinernder Aussagen über *das* Alter geboten. Die Verschiedenartigkeit „der Alter“ bei einer Person wie auch die großen Unterschiede zwischen gleichaltrigen Personen in ihrer Leistungsfähigkeit müssten im Grunde erhebliche Konsequenzen für den gesellschaftlichen Umgang mit Alter haben: Eine feste, starre Altersgrenze hinsichtlich des Ausscheidens aus dem Beruf erscheint angesichts solcher Erkenntnisse als sehr problematisch. Vielmehr müsste der Zeitpunkt, zu dem ein Mensch aus dem

Erwerbsleben ausscheidet, auch vor dem Hintergrund seiner tatsächlich gegebenen Kompetenz definiert werden. Aus diesem Grunde wäre zu überlegen, an die Stelle eines bestimmten Alters, zu dem Menschen in den Ruhestand treten, einen Zeitkorridor – zum Beispiel vom 61. bis zum 70. Lebensjahr – zu definieren, der ausreichend Spielraum für die Entscheidung gibt, im Beruf zu verbleiben oder aus diesem auszuschneiden – wobei hier mit Abschlüssen ebenso wie mit Anreizen gearbeitet werden kann, wobei natürlich bei den Abschlüssen immer auch berücksichtigt werden muss, welchen Gesundheitszustand die betreffende Person aufweist. Und weiter: Die Tatsache, dass jeder Mensch im Grunde unterschiedliche „Alter“ in sich vereinigt, dass er in bestimmten Bereichen Stärken, in anderen hingegen Schwächen zeigt, legt im Bereich der Arbeitswelt kontinuierliche Veränderungen der beruflichen Anforderungsprofile nahe – und zwar in der Hinsicht, dass die aktuellen beruflichen Anforderungen den aktuell gegebenen Kompetenzprofilen angepasst werden. Dies kann zum Beispiel in der Weise geschehen, dass Leistungsbereiche, in denen ältere Menschen mit größerer Wahrscheinlichkeit Schwächen zeigen – wie zum Beispiel in der Geschwindigkeit der Informationsverarbeitung –, mehr und mehr aus dem beruflichen Anforderungsprofil herausgenommen werden, dass hingegen Bereiche, in denen sie mit größerer Wahrscheinlichkeit Stärken zeigen – wie zum Beispiel im Überblick über ein Arbeitsgebiet – im beruflichen Anforderungsprofil stärker betont werden.

Die Notwendigkeit einer differenzierten Sicht auf Alter

Eine differenzierte Sicht auf das Alter hat sich in unserer Gesellschaft noch nicht wirklich entfalten können. Auch eine intensivere Auseinandersetzung mit Frage, inwieweit unsere Gesellschaft von den Kräften, von den Stärken des Alters profitieren könnte, wenn ältere Menschen die Möglichkeit erhielten und dazu motiviert würden, sich in der Arbeitswelt wie auch in sozialen, politischen und kulturellen Institutionen zu engagieren, ist erst in Ansätzen erkennbar. Doch schon allein der demografische Wandel zwingt uns dazu, eine veränderte und dies heißt vor allem: eine sehr viel differenziertere Sicht auf das Alter zu entwickeln und dabei intensiv der Frage nachzugehen, wie ältere Menschen vermehrt in die Bewältigung von gesellschaftlichen Aufgaben einbezogen werden können. Doch wäre es falsch, die Dringlichkeit der Beschäftigung mit gesellschaftlichen Fragen des Alters allein auf den demografischen Wandel zurückzuführen. Es finden sich so viele positive Beispiele für Stärken und Kräfte des Alters in unserer Gesellschaft, dass es angemessen erscheint, auch unabhängig vom demografischen Wandel der Frage nach dem Wesen des Alters nachzugehen: Diese Lebensphase scheint doch individuell und gesellschaftlich viel interessanter zu sein, als wir dies gemeinhin annehmen. Wenn sich diese Erkenntnis

erst einmal durchsetzt, dann wird auch die *gesellschaftliche, die kulturelle Reserviertheit gegenüber dem Alter* abnehmen. Und erst dann, wenn diese Reserviertheit abnimmt, werden sich ältere Menschen deutlich stärker motiviert fühlen, den öffentlichen Raum aktiv mit zu gestalten, Verantwortung für unsere Gesellschaft zu übernehmen. Würde dies hingegen nicht gelingen, würde also die gesellschaftliche, kulturelle Reserviertheit gegenüber dem Alter nicht wirklich zurückgehen und würden sich ältere Menschen nicht motiviert fühlen, Mitverantwortung für unsere Gesellschaft zu übernehmen – wir hätten langfristig vermutlich mit Problemen für unsere Demokratie zu rechnen, denn keine demokratische Gesellschaft kann es sich auf Dauer leisten, dass sich eine große Bevölkerungsgruppe vom gesellschaftlichen Engagement zurückzieht, dass sich diese nicht mehr für das Gelingen der Gesellschaft verantwortlich fühlt.

Nun ist es nicht so, dass ältere Menschen kein gesellschaftliches Engagement zeigten, dass sie also erst für dieses gewonnen werden müssten. Schon heute beobachten wir innerhalb der Familie wie auch in unserer Gesellschaft ein eindrucksvolles Engagement älterer Frauen und Männer. Im November 2008 würdigte Bundespräsident Horst Köhler 21 Personen mit dem Verdienstkreuz am Bande der Bundesrepublik Deutschland, die sich in besonderer Weise für das Miteinander der Generationen eingesetzt haben. Unter den Geehrten fanden sich alte und sehr alte Menschen, die mit ihrer Expertise und mit ihrem Wissen Institutionen und Organisationen in anderen Staaten unterstützen, die Schülerinnen und Schüler in ihren Lern- und Bildungsaktivitäten unterstützen, die jungen Menschen als Pate beim Einstieg in den Beruf dienen, die sich in der Begleitung und Unterstützung chronisch erkrankter und sterbender Menschen engagieren. Der Bundespräsident stellte in seiner Rede fest, dass das Engagement der Generationen – und hier eben auch der älteren Generation – von größter Bedeutung für die Generationensolidarität und das gesellschaftliche Zusammenleben sei. In dieser Auffassung kann man dem Bundespräsidenten nur Recht geben und seine Initiative unterstützen, weil er mit dieser auf bestehendes Interesse am gesellschaftlichen Engagement hinweist und den beispielhaften Umgang mit gesamtgesellschaftlichem Humanvermögen in besonderer Weise verdeutlicht.

Ältere Menschen selbst können Veränderungen im Altersbild anstoßen

Die von älteren Menschen erkannten und genutzten Möglichkeiten zur Mitverantwortung in unserer Gesellschaft sind bedeutsam, weil sie dazu beitragen, dass gesellschaftliche Bild des Alters grundlegend zu verändern: Indem sich ältere Menschen als interessierte, engagierte, kompetente und offene Menschen zeigen, widerlegen sie ein negativ

akzentuiertes Altersbild und machen sie deutlich, dass Menschen trotz körperlicher Altersprozesse durchaus zu einem produktiven und kreativen Leben fähig sind. Doch leisten sie mit diesem Engagement auch einen Beitrag zur Solidarität zwischen den Generationen, der deswegen so wichtig ist, weil er jüngeren Menschen vor Augen führt, dass ältere Menschen keinesfalls nur Nehmende, sondern auch Gebende sind. Für die Bereitschaft jüngerer Menschen, in die soziale Sicherung älterer Menschen zu investieren – und damit den Drei-Generationen-Vertrag ausdrücklich zu bejahen –, ist dieser Beitrag zur Solidarität von nicht zu unterschätzender Bedeutung.

Kommen wir noch einmal auf die Selbstverantwortung und die Mitverantwortung älterer Menschen zurück und stellen wir die Frage nach jenen Anforderungen, die sich aus diesen beiden Verantwortungsbezügen für den einzelnen Menschen wie auch für die Gesellschaft ergeben. Zunächst ist hervorzuheben, dass kognitive, seelisch-geistige und kommunikative Kompetenzen alter und sehr alter Menschen empirisch sehr gut belegt sind. Auch wenn wir im Alter körperliche und kognitive Verluste hinnehmen müssen, so gehen diese doch nicht so weit, dass kompetentes Handeln unmöglich wäre – vor allem Überblick, Wissen, Erfahrung und Motivationsgabe in der Kommunikation mit anderen Menschen sind potenzielle Stärken des Alters, die altersassoziierte Verluste auszugleichen verhelfen. Es kommt hinzu, dass der größere Teil älterer Menschen über zufriedenstellende finanzielle Ressourcen verfügt – in keiner Altersgruppe sind die Armutrisiken so gering wie in der Gruppe älterer Menschen. (Diese günstige Entwicklung wird sich – aktuellen Prognose zufolge – in Zukunft nicht fortschreiben lassen. Es wird eine neue Armut im Alter befürchtet – und zwar vor allem als Ergebnis unterbrochener oder früh abgebrochener Erwerbsbiographien.) Wenn wir diese Stärken des Alters zusammennehmen, dann lässt sich durchaus fordern, dass ältere Menschen deutlich stärkere Initiative in der Selbstorganisation übernehmen, als dies bislang der Fall ist: Zu nennen sind hier vor allem Bildungsinitiativen für Menschen in der nachberuflichen Zeit, die von Kommunen nur noch unterstützt, aber von älteren Menschen selbstverantwortlich angestoßen und verantwortet werden können. Damit würden Kommunen entlastet und zugleich in die Lage versetzt, die zur Verfügung stehende Ressourcen für andere Sozial- und Kulturaufgaben zu nutzen. Von besonderem Wert sind dabei alle Formen der Selbstorganisation älterer Menschen, die ausdrücklich auch jüngeren Menschen zugute kommen – so zum Beispiel Bildungsinitiativen für Jüngere. In diesem Kontext ist ein weiterer Aspekt wichtig: Die ausdrückliche Bereitschaft von Kommunen, Verbänden und Institutionen, das freiwillige Engagement älterer Menschen dann zu nutzen und zu fördern, wenn dieses Grundlage für kompetentes, effektives Handeln bildet. An die

Bereitstellung von Mitteln der öffentlichen Hand könnte durchaus die Bedingung geknüpft werden, vorher geprüft zu haben, inwieweit entsprechende Aufgabenbereiche durch freiwillige Aktivitäten älterer Menschen abgedeckt werden können – zu nennen sind hier Besuchsdienste in Kliniken, Pflege- und Hospizeinrichtungen oder aber Betreuungsdienste in Kindergärten sowie Lernhilfen im schulischen und außerschulischen Bereich. Es ist hier zu bedenken, dass in Repräsentativerhebungen mehr als ein Drittel der 70-jährigen und älteren Menschen betont, sie würden sich gerne engagieren, fänden aber keine Möglichkeiten zum Engagement.

Die Red ist uns gegeben
Auf dass wir nicht allein
Für uns nur sollen leben
Und fern von Menschen sein.
Wir sollen uns befragen
Und sehn auf guten Rat
Das Leid einander klagen
So uns befallen hat.

Aus: Simon Dach (1605-1659),
Perstet amicitiae. Semper venerabile foedus!

Generativität und Integrität im Alter als Ausdruck der Selbstsorge und der Sorge für andere Menschen

Natürlich konfrontiert der Alternsprozess auch mit Grenzsituationen. Diese sind untrennbar mit dem Leben des Menschen verbunden. Ältere Menschen sind aber nicht lediglich häufiger mit Grenzen konfrontiert als jüngere Menschen, sie verfügen häufig auch über Erfahrungen im Umgang mit derartigen Grenzen, von denen jüngere Menschen profitieren können. Die Konfrontation mit Grenzen beinhaltet dabei eben auch die Möglichkeit zu deren Überschreitung, und dies im Sinne einer psychischen Weiterentwicklung.

Die zunehmende Erfahrung von Endlichkeit und Endgültigkeit kann zu einer neuen Selbst- und Weltsicht beitragen kann, die mit Begriffen wie Generativität und Integrität umschrieben wird. Der Begriff der *Generativität* bezieht sich hierbei auf das Bedürfnis, einen über die Begrenztheit des eigenen Lebens hinausgehenden Beitrag zu leisten,

wobei sich generatives Verhalten sowohl in stärker familiären als auch in einem breiteren gesellschaftlichen Kontext verwirklichen kann. Dabei ist zu beachten, dass Generativität ein interpersonales, die „Passung“ zwischen Person und sozialem Umfeld oder allgemeiner auch zwischen Person und Gesellschaft bezeichnendes Konzept darstellt. Generatives Verhalten resultiert nicht alleine aus einem Bedürfnis nach symbolischer Unsterblichkeit, sondern setzt auch Vertrauen in die Natur des Menschen und die jeweilige Gesellschaft voraus, das ein Engagement für andere als zumindest nicht sinnlos erscheinen lässt. Der Begriff der *Integrität* bezieht sich explizit auf die Fähigkeit, gelebtes wie ungelebtes Leben zu akzeptieren, die eigene Entwicklung als stimmig und das eigene Leben als sinnvoll zu erleben. Die Entwicklung von Integrität wird dadurch gefördert, dass sich die Person von Nebensächlichkeiten löst, bzw. zu transzendieren in der Lage ist. Ähnlich wie die Entwicklung von Generativität verweist auch die Entwicklung von Integrität auf die in einer gegebenen Gesellschaft verfügbaren Möglichkeiten, eigenes Handeln an Sinnentwürfen zu orientieren und als sinnvoll zu erfahren

Integrität ist ohne die Erfahrung persönlicher Kontinuität nicht denkbar, bezieht sie sich doch auch auf den Eindruck, trotz aller nicht zu leugnenden Veränderungen derselbe Mensch geblieben zu sein. Dabei folgt die Erfahrung persönlicher Kontinuität nicht einfach aus den Ereignissen und Entwicklungen, mit denen Menschen im Laufe ihres Lebens konfrontiert wurden, sie ist vielmehr Ausdruck einer inneren Struktur, die sich zum einen in der individuellen Auseinandersetzung mit Ereignissen und Entwicklungen bildet, zum anderen die individuelle Auseinandersetzung mit Ereignissen und Entwicklungen motiviert. Diese innere Struktur lässt sich anhand von Daseinsthemen oder Lebensstrukturen beschreiben. Die Entwicklung von Integrität im Alter ist gleichbedeutend damit, dass es der Person gelingt, die für sie zentralen Daseinsthemen als grundlegend für ihre eigene lebenslange Entwicklung zu erleben und die Bindung an für sie wichtige Lebensstrukturen – zu denen überdauernde Zielsetzungen und Werte ebenso gehören wie soziale Beziehungen oder Aspekte einer Selbstdefinition – aufrechtzuerhalten. Diese Leistung verweist nicht allein auf die jeweils verfügbaren individuellen Kompetenzen und Ressourcen, sondern auch auf die Gesellschaft, die ein Erleben von Kontinuität im Sinne einer fortgesetzten Bindung an Daseinsthemen und Lebensstrukturen in unterschiedlichem Maße zulassen oder unmöglich machen kann.

Inwieweit es älteren Menschen gelingt, Generativität und Integrität zu verwirklichen hängt nicht zuletzt von den in einer gegebenen Gesellschaft dominanten Altersbildern ab, die sich in der Verfügbarkeit von Rollen und Sinnentwürfen ebenso wie in der Möglichkeit, für

eigenes Handeln die Anerkennung anderer zu erfahren, ausdrücken. Auch mit Blick auf Generativität und Integrität tragen Altersbilder nicht nur zur möglichen Einschränkung von Erlebens- und Handlungsspielräumen älterer Menschen bei, sondern können im günstigen Falle auch nachhaltig positive Auswirkungen haben. Dies zunächst auf die älteren Menschen selbst. Denn ein differenziertes Verständnis von Alter und Altern kann durchaus für die Verarbeitung von Grenzsituationen und die Entwicklung von Generativität und Integrität hilfreich sein. Aber auch jüngere Menschen profitieren von Altersbildern, die die Entwicklung von Generativität und Integrität begünstigen. Hier ist zunächst zu betonen, dass jüngere Menschen originär Nutznießer des generativen Verhaltens älterer Menschen sind. Zudem profitieren sie in der gedanklichen Vorwegnahme des eigenen Alternsprozesses von der „Vorbildfunktion“ älterer Menschen.

Selbstsorge in den letzten Grenzen unseres Lebens

Im Alter stellt sich vermehrt die Aufgabe, sich endgültig von lieb gewonnenen Menschen zu verabschieden, einzelne Ziele und Aktivitäten aufzugeben. Eine tragfähige Lebensperspektive kann nur aufrechterhalten, gegebenenfalls auch wieder gefunden werden, wenn es gelingt, trotz einer nicht mehr zu leugnenden Zunahme von Verlusten und eigener Verletzlichkeit das eigene Leben im Sinne einer im Werden begriffenen Totalität wahrzunehmen. Dieses kann vielleicht auch gerade wegen der Erfahrung von Endlichkeit, Vergänglichkeit und Endgültigkeit als wertvoll erkannt werden. Eine tragfähige Lebensperspektive kommt in einer Bindung an das Leben zum Ausdruck, die sich als positive Lebensbewertung, als Erwartung, auch die verbleibenden Jahre noch sinnvoll gestalten und nutzen zu können, sowie als Wunsch nach sozialer Teilhabe äußert. In dieser Bindung an das Leben zeigen sich unabhängig vom körperlichen und psychischen Zustand der betroffenen Menschen erhebliche Unterschiede. Dabei ist zu berücksichtigen, dass sich in einer erhaltenen Bindung an das Leben die jeweils bestehenden Möglichkeiten einer fortgesetzten Teilhabe und die im sozialen Umfeld verfügbaren emotionalen und instrumentellen Unterstützungspotenziale unmittelbar widerspiegeln. Wenn das eigene Leben im hohen Alter als nutzlos empfunden wird, so spiegeln sich in dieser Haltung nicht lediglich die von einem Menschen für ein gutes Leben als nicht mehr gegeben erachteten Kriterien wider. Vielmehr verweist eine derartige Haltung gegenüber dem eigenen, durch Verluste und Verletzlichkeit geprägten Leben in besonderer Weise auch auf das Ausmaß an Achtung oder Demütigung, die einem Menschen in einer Gesellschaft entgegengebracht wird.

In diesem Zusammenhang sei darauf hingewiesen, dass die *Pflegecharta* die angedeutete Problematik ausdrücklich aufnimmt. Denn in ihrer Präambel stellt sie ausdrücklich fest, dass der uneingeschränkte Anspruch auf Respektierung seiner Würde und Einzigartigkeit für alle Menschen gilt. Aus der Tatsache, dass sich Menschen, die Hilfe und Pflege benötigen, häufig nicht selbst vertreten können, erwächst für Staat und Gesellschaft besondere Verantwortung für den Schutz ihrer Menschenwürde.

In unseren Bildern des Alterns spiegeln sich Menschenbilder – wie auch Vorstellungen von der Menschenwürde in spezifischen Grenzsituationen – wider. So ist durchaus möglich, dass Menschen mit einer weit fortgeschrittenen Demenz das Humane abgesprochen wird, was vor allem der Fall ist, wenn in einer Gesellschaft primär eine in hohem Maße rationale Konzeption von Menschsein vertreten wird. Es ist zudem möglich, dass bei einer weit fortgeschrittenen Demenz fundamentale Zweifel in Bezug auf die Menschenwürde vorgebracht werden, wobei diese Zweifel vielleicht weniger mit der Vorstellung von Menschenwürde zu tun haben, die *bei dem Erkrankten selbst* vorherrscht, als mit der Vorstellung von Menschenwürde, die der Außenstehende vertritt. Bei einem derart reduktionistischen Menschenbild (oder Personbegriff) ist zunächst die Kommunikation mit dem demenzkranken Menschen tiefgreifend gestört, weil eben wesentliche Voraussetzungen der Kommunikationsfähigkeit als nicht mehr gegeben erachtet werden. Zudem besteht die Tendenz, dem demenzkranken Menschen das grundlegende Recht auf eine qualitativ hochwertige medizinische und pflegerische Versorgung abzusprechen, weil dieser – einem solchen Menschenbild zufolge – von einer derartigen Versorgung gar nicht mehr profitiert. Und auch bei weniger stark eingeeengten Menschenbildern besteht die Gefahr, dass die emotionalen Kräfte, über die demenzkranke Menschen selbst in einem weit fortgeschrittenen Stadium der Erkrankung verfügen, nicht erkannt werden – was bedeutet, dass ein wichtiges Potenzial zur Bewältigung dieser Grenzsituation nicht wahrgenommen und nicht genutzt wird.

Die Verbindung der Ordnung des Lebens mit der Ordnung des Todes als eine schöpferische Leistung des Menschen

Als eine wichtige Entwicklungsaufgabe im Lebenslauf eines Menschen ist die Integration zweier grundlegender Ordnungen zu verstehen: Die Ordnung des Lebens und die Ordnung des Todes. In den einzelnen Lebensaltern besitzen die beiden Ordnungen unterschiedliches Gewicht: In den frühen Lebensaltern steht eher die Ordnung des Lebens im Zentrum – ohne dass die Ordnung des Todes damit ganz „abgeschattet“ werden könnte –, in den späten Lebensaltern tritt hingegen die Ordnung des Todes immer mehr in den Vordergrund, ohne dass dies bedeuten würde, dass die Ordnung des Lebens damit aufgehoben wäre. Wenn Menschen an einer fortgeschrittenen Demenz leiden, dann werden sie, dann werden auch ihre engsten Bezugspersonen immer stärker mit der Ordnung des Todes konfrontiert: Die hohe Verletzlichkeit und die Vergänglichkeit dieser Existenz sind zentrale Merkmale der Ordnung des Todes. Doch dürfen wir auch bei der Konfrontation mit der Ordnung des Todes nicht die Ausdrucksformen der Ordnung des Lebens übersehen. Dies zeigen Studien unseres Instituts sehr deutlich: Auch im Stadium höchster Verletzlichkeit, auch bei Vorliegen stark ausgeprägter psychopathologischer Symptome und körperlicher wie kognitiver Einbußen ist nicht selten ein differenzierter emotionaler Ausdruck zu beobachten, der auf die Ordnung des Lebens verweist. Nun soll hier die Annahme getroffen werden, dass jene Menschen, die sich in ihrem Lebenslauf nicht bewusst mit der Aufgabe auseinandergesetzt haben, die Ordnung des Lebens mit der Ordnung des Todes zu verbinden, und für die die abschiedliche Existenz sowie die Vergänglichkeit des Lebens keine Themen persönlicher Reflexion gewesen sind, die Konfrontation mit einem demenzkranken Menschen eher als eine Belastung erleben. Dieser versuchen sie nach Möglichkeit auszuweichen. Wenn sie einem demenzkranken Menschen begegnen, dann tendieren sie dazu, bei diesem Menschen nur noch Zeichen der Ordnung des Todes, hingegen keine Zeichen der Ordnung des Lebens wahrzunehmen und zudem die Lebensqualität des demenzkranken Menschen in Frage zu stellen.

Wenn von der Ordnung des Todes gesprochen wird: Was ist mit dem Begriff der *Ordnung* gemeint? Mit diesem Begriff soll zum Ausdruck gebracht werden, dass der Tod *nicht ein einzelnes Ereignis* darstellt, sondern vielmehr ein unser Leben strukturierendes Prinzip, das in den verschiedensten Situationen des Lebens sichtbar wird, zum Beispiel dann, wenn wir an einer schweren, lang andauernden Erkrankung leiden, die uns unsere Verletzlichkeit und Begrenztheit sehr deutlich vor Augen führt, oder dann, wenn wir eine nahe stehende Person verlieren. Aber wir können auf dieses Prinzip auch in weniger

kritischen Lebenssituationen, im „normalen“ Lebensverlauf stoßen. Bei einem Blick auf die Kirche fällt uns eine Situation ein, geradezu paradigmatisch für das *Memento mori* steht: Die Wandlung, die zentral auf den Tod hindeutet.

In einem eigenen Entwurf einer Ethik des Alters habe ich vier Kategorien genannt, die ein „gutes Leben“ im Alter konstituieren:

- Selbstständigkeit
- Selbstverantwortung
- Bewusst angenommene Abhängigkeit
- Mitverantwortung

Von entscheidender Bedeutung für die hier geführte Diskussion ist die Kategorie der *bewusst angenommenen Abhängigkeit*, mit der zum Ausdruck gebracht werden soll, dass Menschen lernen müssen, das Angewiesensein auf die Hilfe anderer anzunehmen. Dieses Annehmen ist nur möglich, wenn Menschen fähig sind, sich in ihrer Unvollkommenheit, Begrenztheit und Endlichkeit wahrzunehmen und anzunehmen. Dabei muss die Haltung der bewusst angenommenen Abhängigkeit bereits in früheren Lebensphasen – und nicht erst im Alter – ausgebildet werden, sie wird aber gerade im hohen Alter zu einer zunehmend bedeutenden Kategorie. Es ist Martin Buber gewesen, der betont hat, dass wir die Angewiesenheit auf den anderen Menschen in jeder wahrhaftig gestalteten Beziehung wahrnehmen. Diese Angewiesenheit als grundlegende Erfahrung und deren bewusste Annahme stellen eine zentrale Entwicklungsaufgabe im Lebenslauf dar. Das Meistern dieser Aufgabe bildet die Grundlage für die bewusst angenommene Abhängigkeit in solchen Lebenssituationen, in denen die Hilfe durch einen anderen Menschen notwendig ist. Unsere Annahme lautet, dass die Fähigkeit des Menschen, sich in seiner Unvollkommenheit, Begrenztheit und Endlichkeit zu erfahren, eine bedeutende Grundlage sowohl für die bewusst angenommene Abhängigkeit als auch für die Integration der Ordnung des Lebens mit der Ordnung des Todes darstellt.

Es wurde hervorgehoben, dass uns das Abendmahl die Möglichkeit gibt, die Vergänglichkeit und Endlichkeit unserer Existenz symbolisch zu erleben – dies in einer Weise, die uns nicht nur geistig, sondern auch emotional tief berührt. Hier nun ist der Ort, Bezug zu nehmen auf die Antiphon über den Tod, wie sie von Notker der Stammler um 900 verfasst wurde. In dieser Antiphon wird die an den Menschen gestellte, grundlegende Aufgabe beschrieben, den Tod in die Mitte des Lebens zu holen – und dies nicht erst

dann, wenn Menschen kurz vor dem Tod stehen, sondern schon dann, wenn sie „in der Mitte Lebens“ stehen. Damit wird im Kern die Aufgabe beschrieben, die Ordnung des Lebens mit der Ordnung des Todes zu verbinden, diese beiden Ordnungen in einen umfassenden Lebensentwurf zu integrieren.

Mitten wir im Leben sind
Mit dem Tod umfängen,
Wen suchen wir, der Hilfe tu,
Dass wir Gnad erlangen,
Das bistu Herr alleine;
Uns reuet unser Missetat,
Die dich Herr erzürnet hat,
Heiliger Herre Gott,
Heiliger starker Gott,
Heiliger barmherziger Heiland,
Du ewiger Gott;
Lass uns nicht versinken,
In des bittern Todes Not,
Kyrieleis.

Notker der Stammler
Erste Strophe der Antiphon über den Tod um 900

Der Beginn dieser Antiphon – Mitten wir im Leben sind mit dem Tod umfängen – findet sich ca. sechshundert Jahre später beim Reformator Luther (1483-1546) wieder, der diese Aussage in folgender Weise wendet: „Media in vita in morte sumus – kehrs umb – media in morte in vita sumus“, was übersetzt heißt: Mitten im Leben sind wir vom Tode umfängen – kehrs umb – mitten im Tode sind wir vom Leben umfängen.

Es sei schließlich im Kontext mit der Verbindung der beiden Ordnungen – jener des Lebens, jener des Todes – ein Aspekt angesprochen, der mit dem Begriff des *Ansterbens* umschrieben werden kann: Gemeint ihr hier die Fähigkeit und Bereitschaft des Menschen, sich im Laufe seines Lebens allmählich von der Welt zu lösen.

Diese Fähigkeit und Bereitschaft bildet die Kernaussage mehrerer Sonette von Michelangelo Buonarroti. Sich von der Welt zu lösen, ist dabei nicht im Sinne von Niedergeschlagenheit und Resignation zu verstehen. Gemeint ist vielmehr ein Wandel in unserer Lebenseinstellung – und zwar in der Hinsicht, dass nach und nach die Welt- und Selbstbezogenheit zugunsten der Einordnung der eigenen Existenz in einen umfassenderen Sinnzusammenhang aufgegeben werden kann. Dieser grundlegende

Wandel in der Lebenseinstellung kann sich nur allmählich vollziehen, weswegen im nachfolgend zitierten Sonett nicht von „sterben“, sondern vielmehr von „*ansterben*“ gesprochen wird.

In diesem Sonett kommt die Bereitschaft zum Ausdruck, bereits viele Jahre vor Eintritt des Todes anzusterben, dies heißt, sich allmählich von der Welt zu lösen. Damit wird zum Ausdruck gebracht, dass wir weder die uns umgebende Welt noch unser Leben als unseren Besitz auffassen dürfen. Im Gegenteil: Wir sind dazu aufgerufen, uns in das Loslassen und Hergeben einzuüben und damit die Welt und unser Leben im Sinne von Gegebenem, das wir irgendwann zurückgeben müssen, zu deuten. Mit der Loslösung von der Welt, und dies heißt in den Worten Michelangelos: mit dem Ansterben stellt sich der Mensch auf den eigenen Tod ein. Gelingt diese allmähliche Loslösung von der Welt nicht, so besteht die Gefahr, dass der Tod den Menschen unvermittelt, plötzlich trifft – in diesem Falle wird der Tod nicht mehr als Übergang verstanden, sondern als abruptes Lebensende.

Des Todes sicher, nicht der Stunde, wann.

Das Leben kurz, und wenig komm ich weiter;
den Sinnen zwar scheint diese Wohnung heiter,
der Seele nicht, sie bittet mich: stirb an.

Die Welt ist blind, auch Beispiel kam empor,
dem bessere Gebräuche unterlagen;
das Licht verlosch und mit ihm alles Wagen;
das Falsche frohlockt, Wahrheit dringt nicht vor.

Ach, wann, Herr, gibst du das, was die erhoffen,
die dir vertraun? Mehr Zögern ist verderblich,
es knickt die Hoffnung, macht die Seele sterblich.

Was hast du ihnen soviel Licht verheißen,
wenn doch der Tod kommt, um sie hinzureißen
in jenem Stand, in dem er sie betroffen.

Michelangelo Buonarroti
Zweiundvierzig Sonette um 1500
(Übersetzung: Rainer Maria Rilke)