

Mark Galliker

Marlis Pörtner: **Alt sein ist anders. Personenzentrierte Betreuung von alten Menschen.**

Stuttgart: Klett-Cotta (Konzepte der Humanwissenschaften), 2005. 146 Seiten, ISBN 3-608-94156-8, € 18,50 / SFr. 32,70

Kurze Zeit nachdem das im Klett-Cotta Verlag publizierte Werk „Die dunklen Schatten unserer Vergangenheit. Ältere Menschen in Beratung, Psychotherapie, Seelsorge und Pflege“ des Altersforschers, Psychiaters und Kontrollanalytikers Hartmut Radebold Aufsehen erregte, erschien im gleichen Verlag zur gleichen Problematik, allerdings ohne Psychotherapie und Beratung zu berühren, eine personenzentrierte Arbeit von Marlis Pörtner, die im Klett-Cotta-Verlag schon verschiedene Bücher veröffentlicht hat, darunter auch eine Arbeit, in der die Betreuung behinderter Personen thematisiert wird. Während Pörtner in „Brücken bauen“ auf ihre Berufserfahrung mit Behinderten zurückgreifen konnte, beruft sich die Autorin in ihrer neuesten Arbeit auf die – wie sie es nennt – „seltsame Erfahrung“ des eigenen Älterwerdens.

Nach Pörtner wird der letzte Lebensabschnitt von jeder Person anders erlebt. Es gibt keine allgemeinen Rezepte für den Umgang mit betagten Menschen, außer dass jeder Mensch in seiner persönlichen Eigenart zu verstehen und ernst zu nehmen ist. Die momentane Befindlichkeit ist maßgebend und insbesondere bei Handlungsbedarf differenziert zu erfassen. Die betagte Person wird nicht allein gelassen und „immer wieder neu angenommen“ im doppelten Sinne des Wortes von „beständiger Akzeptanz“ und „keiner Festlegung“. Die Autorin nennt das Vorgehen *psychische Begleitung* im Unterschied zur biographischen Begleitung, die mehr auf die Vergangenheit ausgerichtet ist und mit Erinnerungen arbeitet.

Die psychische Begleitung ist in die alltäglichen Verrichtungen eingebunden. Es werden keine besonderen Gespräche geführt. Manche Menschen sind in Alltagssituationen viel aufgeschlossener und mitteilbarer als in arrangierten Gesprächen. Beim Waschen, beim Kämmen, beim Nägelschneiden lernen sich betreuende und betreute Personen persönlich kennen – nonverbal und verbal. Es wird weniger als Ressource gesehen, „was *noch* da ist“, sondern vielmehr „was *jetzt* da ist“, auch wenn dies vielleicht nur unscheinbar da ist und auf den ersten Blick gar nicht als Ressource erkennbar ist.

Nach der Autorin benötigen Menschen in ihrer letzten Lebensphase meistens andere Ressourcen als die gewöhnlich unterstellten. Das Phänomen des häufigen Vergessens, das generell als Defizit gilt, kann sich als Ressource herausstellen auf einer Wegstrecke, auf der es auch darum geht, Ballast abzuwerfen. So ist „Alt sein“ nicht nur der Verlust von früher selbstverständlichen Fähigkeiten, sondern auch eine Befreiung von eigenen und fremden Anforderungen:

„Herr L., 92 wollte bisher jeden Morgen beim Frühstück die Nachrichten im Radio hören. Auf einmal (...) will er das nicht mehr,

und bittet die Betreuenden das Radio nicht anzustellen. Die Betreuenden verstehen das nicht. ‚Warum denn, Herr L. Sie wollten doch immer wissen, was in der Welt los ist. Möchten Sie nicht doch, dass wir Ihnen das Radio anstellen?‘ wird er gefragt. Herr L. schüttelt den Kopf. In der Teambesprechung äußern sich die Betreuenden besorgt darüber, dass ‚Herr L. wieder ein Stück abgebaut hat‘“ (S. 50).

Die Autorin fragt sich, ob das unerwartete „Desinteresse“ für die Tagesaktualität in der letzten Entwicklungsphase auch wirklich als negativ zu bewerten ist. Die Pflegenden hätten es sicherlich gut gemeint und wollten, dass Herr L. nichts verpasse, aber „es gut meinen“, rechtfertigte nicht, sich über seine Wünsche und Eigenverantwortlichkeit hinwegzusetzen. „Herr L. hat mit etwas abschließen können, was ihm bisher wichtig gewesen ist“ (S. 50).

In der Literatur sowie in den Leitlinien vieler Institutionen finden sich schöne Sätze zur Förderung der Selbstständigkeit alter Menschen. Nach Pörtner zeigt sich jedoch häufig in der Praxis, dass „Förderung der Selbstständigkeit“ vorgegebene Vorstellungen darüber beinhaltet, was alte Menschen „selbstständig“ tun sollten – beispielsweise ganz bestimmte Verrichtungen zu bestimmten Zeitpunkten an bestimmten Orten zu erledigen. Ob das auch dem entspricht, was die alten Menschen selbst wollen, bleibe dahingestellt. Deshalb verwendet die Autorin bewusst den Begriff der *Eigenständigkeit* anstelle des Begriffs Selbstständigkeit.

Nach Pörtner kann Eigenständigkeit gerade auch heißen, den ganzen Tag im Bett liegen zu bleiben oder am gemeinsamen Ausflug *nicht* teilzunehmen. Eigenständig handeln bedeute immer auch eigene Verantwortung zu übernehmen, um sich als selbst Handelnder und nicht als Objekt zu fühlen. Deshalb müsse alten Menschen, wo immer es irgendwie möglich sei, Eigenständigkeit zugestanden werden, selbstverständlich auch auf die Gefahr hin, dass sie sich nicht gemäß den Erwartungen verhalten:

„Frau A. ist 96. Sie lebt im Pflegeheim, kann noch sehr klar denken und freut sich, dass sie noch gehen kann. Trotzdem äußert sie manchmal den Wunsch, bald zu sterben. Oft lehnt sie das Essen ab, weil sie einfach nicht mag. Regelmäßig wird sie von den Pflegenden ermahnt: ‚Wenn Sie nicht essen, können Sie bald nicht mehr gehen.‘ Sie wissen, wie wichtig es für Frau A. ist, dass sie noch gehen kann, und hoffen, sie auf diese Weise zum Essen zu bewegen“ (S. 67).

Nach der Autorin ist dieses Vorgehen des Pflegepersonals nicht zu rechtfertigen, denn an manchen Tagen isst Frau A. mit Appetit und Genuss. Die Autorin weist darauf hin, dass keinerlei Grund bestehe, sie zu bevormunden oder gar einzuschüchtern.

Die Eigenständigkeit eines alten Menschen zu respektieren bedeutet nicht zuletzt auch, dessen persönlichen Rhythmus zu berücksichtigen. Im Alter verlangt der Organismus genauso wie in jungen Jahren quasi sein Naturrecht und mag sich nicht in starre Zeitpläne einbinden lassen. Der mangelnde Respekt vor der Eigenständigkeit der Person sowie ihrem Verhalten im Alltag ist weit verbreitet. Man denke etwa an die in vielen Heimen routinemäßige Ruhigstellung im Ineinandergreifen von Verwaltung, Pflege, Ärzteschaft und Pharmaindustrie. Arbeitsabläufe und Kommunikationsformen der Institutionen wären aber an deren Anspruch zu messen. *„Strukturen sind nicht um ihrer selbst willen da, sie müssen dem Sinn und Zweck der Einrichtung dienen, die Verwirklichung der im Leitbild verankerten Grundsätze unterstützen und ein gutes Arbeitsklima ermöglichen“* (S. 126).

Die Autorin betrachtet sehr genau, wie die Pflegenden und andere Betreuungspersonen auf die momentanen Wünsche und Bedürfnisse alter Menschen eingehen und eingehen könnten. Sie macht nicht den Fehler, auch in der Gegenwart institutionell reproduziertes Leiden in den Schatten der Vergangenheit zu stellen, wie

dies bei dem eingangs erwähnten Buch von Radebold der Fall ist.

Sind nur vergangene Vorkommnisse problematisch und unerträglich und damit schwer zu erinnern oder ist nicht gerade auch die gegenwärtige Behandlung fragwürdig? Pörtner konzentriert sich auf die Gegenwart und wird deshalb den momentanen Problemen älterer Personen vielleicht eher gerecht als Radebold, der die Zustände in manchen Heimen und das Vorgehen bei der Pflege mit keinem Wort problematisiert. Pörtner glaubt, dass sich menschenwürdige Pflege und Versorgung mit einer personenzentrierten Haltung ohne Wiederbelebung der Vergangenheit auch im Rahmen großer Einrichtungen und ihrer Sachzwänge verwirklichen lässt. Sie sieht allmählich eine Generation von Betreuenden heranwachsen, die sich einer humanistischen Sichtweise von Pflege und Betreuung verpflichtet fühlt und dies *„wird nicht ohne Einfluss auf die Institutionen bleiben“* (S. 121).

Alles in allem: Ein gutes Buch, ein schönes Buch, das Pflegenden, Ärzten, Angehörigen und allen Menschen, die sich auf ihre eigene Zukunft einstellen, empfohlen werden kann.

Mark Galliker

Gerald Hüther: Die Macht der inneren Bilder. Wie Visionen das Gehirn, den Menschen und die Welt verändern

Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 2004. 137 Seiten, ISBN 3-525-46213-1, € 14.90 /SFr. 27.20

Am Salzburger Symposium „Selbstorganisation“ der deutschsprachigen personenzentrierten Verbände im Herbst 2004 gehörte Gerald Hüther zu jenen Referenten, die am meisten Aufsehen erregten. Hüther, Professor für Neurobiologie an der Psychiatrischen Klinik der Universität Göttingen, wurde in den letzten Jahren durch seine Veröffentlichungen im Schnittbereich von Neurobiologie und Psychologie auch einem größeren Publikum bekannt. Ein besonderes Anliegen des Neurowissenschaftlers ist die Wiedervereinigung natur- und geisteswissenschaftlicher Ansätze. 2004 wurde er in der GwG-Zeitschrift von Ursula Reinsch zum Zusammenhang von Psychotherapie und Plastizität des Gehirns interviewt (Gesprächspsychotherapie und Personenzentrierte Beratung, 4/2004, S. 243-245).

Für den an praktisch-psychologischen Fragen interessierten Naturwissenschaftler, der seine experimentelle Hirnforschung evolutionstheoretisch einbettet, werden die Weichen für die Nutzung und die spätere Strukturierung des Gehirns sehr früh in der Ontogenese gestellt. Die Art und Weise, wie ein Mensch denkt, fühlt und handelt, ist ausschlaggebend dafür, welche Verschaltungen von

Nervenzellen in seinem Gehirn etabliert und stabilisiert und durch unzureichende Nutzung gelockert und schließlich aufgelöst werden. Das Gehirn bleibt also bis ins hohe Alter veränderbar. Bereits in seiner „Bedienungsanleitung für das menschliche Gehirn“ hat Hüther (2001) festgestellt, dass das Gehirn sich durch seine Benutzung selbst programmiert; ein Sachverhalt, der sich sicherlich auch innerhalb der neuropsychologischen Forschung als weiterführend erweisen könnte.

Nach Hüthers Aussagen im Interview verändern sich die neuronalen Verschaltungen und synaptischen Verbindungen insbesondere bei Erfahrungen, die emotional bedeutsam sind. Demnach sind bei Problemen Psychotherapien umso effektiver und nachhaltiger, je besser es den Therapeuten oder Therapeutinnen gelingt, die Klienten oder Klientinnen emotional zu erreichen. Er betrachtet die therapeutische Beziehung als eine „Begegnung in Augenhöhe“, bei der die Interaktion und das gegenseitige Aufeinandereinlassen wesentlich sind: *„Immer dann, wenn Menschen nicht nur miteinander oder aneinander vorbeireden, sondern miteinander in Beziehung treten, also sich wirklich auf den anderen einlassen – sich*