Kathrin Kürsten
Heike Kautz
Hermann Brandenburg
(Hrsg.)

Gerontologie kompakt

Kurzlehrbuch für Professionelle Pflege und Soziale Arbeit

hogrefe

Gerontologie kompakt

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Kathrin Kürsten, Heike Kautz, Hermann Brandenburg: Gerontologie kompakt (9783456861869) © 2022 Hogrefe Verlag, Bern.

Gerontologie kompakt

Kathrin Kürsten, Heike Kautz, Hermann Brandenburg (Hrsg.)

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Kathrin Kürsten, Heike Kautz, Hermann Brandenburg: Gerontologie kompakt (9783456861869) © 2022 Hogrefe Verlag, Bern.

Kathrin Kürsten
Heike Kautz
Hermann Brandenburg
(Hrsg.)

Gerontologie kompakt

Kurzlehrbuch für professionelle Pflege und Soziale Arbeit

unter Mitarbeit von

Sabine Bartholomeyczik
Eva Birkenstock
Cornelius Bollheimer
Alexander Brunner
Michael Coors
Ines Himmelsbach
Ulrike Höhmann
François Höpflinger
Grit Höppner
Franz Kolland
Cornelia Kricheldorff
Rosa Mazzola
Ruth Remmel-Faßbender
Frank Schulz-Nieswandt
Lukas Slotala
Renate Stemmer
Anna Wanka
Holger Zaborowski

hogrefe

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Kathrin Kürsten, Heike Kautz, Hermann Brandenburg: Gerontologie kompakt (9783456861869) © 2022 Hogrefe Verlag, Bern.

Kathrin Kürsten (Hrsg.). Pflegemanagerin (M.A.), Wissenschaftliche Mitarbeiterin im Studiengang Angewandte Pflegewissenschaft an der Katholischen Hochschule Nordrhein-Westfalen, Abteilung Köln, Promovendin an der Philosophisch-Theologischen Hochschule Vallendar, Vallendar
E-Mail: k.kuersten@katho-nrw.de

Heike Kautz (Hrsg.). Pflegeexpertin (B.Sc.), Freiberufliche Dozentin in der Pflege, Masterstudierende für Pflegewissenschaft, Pflegewissenschaftliche Fakultät, Philosophisch-Theologische Hochschule Vallendar, Vallendar
E-Mail: heike.kautz@gmx.de

Hermann Brandenburg (Hrsg.). Univ.-Prof. Dr., Hochschullehrer, Pflegewissenschaftliche Fakultät, Philosophisch-Theologische Hochschule Vallendar, Vallendar
E-Mail: hbboxter@t-online.de

Wichtiger Hinweis: Der Verlag hat gemeinsam mit den Autoren bzw. den Herausgebern große Mühe darauf verwandt, dass alle in diesem Buch enthaltenen Informationen (Programme, Verfahren, Mengen, Dosierungen, Applikationen, Internetlinks etc.) entsprechend dem Wissensstand bei Fertigstellung des Werkes abgedruckt oder in digitaler Form wiedergegeben wurden. Trotz sorgfältiger Manuskriptherstellung und Korrektur des Satzes und der digitalen Produkte können Fehler nicht ganz ausgeschlossen werden. Autoren bzw. Herausgeber und Verlag übernehmen infolgedessen keine Verantwortung und keine daraus folgende oder sonstige Haftung, die auf irgendeine Art aus der Benutzung der in dem Werk enthaltenen Informationen oder Teilen davon entsteht. Geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht. Aus dem Fehlen eines solchen Hinweises kann also nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handelt.

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

Dieses Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Kopien und Vervielfältigungen zu Lehr- und Unterrichtszwecken, Übersetzungen, Mikroverfilmungen sowie die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Anregungen und Zuschriften bitte an:
Hogrefe AG
Lektorat Pflege
z.Hd. Jürgen Georg
Länggass-Strasse 76
3012 Bern
Schweiz
Tel. +41 31 300 45 00
info@hogrefe.ch
www.hogrefe.ch

Lektorat: Jürgen Georg, Joëlle Zemp, Fabienne Suter
Herstellung: Daniel Berger
Umschlagabbildung: Getty Images/skyneshen
Umschlag: Claude Borer, Riehen
Satz: punktgenau GmbH, Bühl
Druck und buchbinderische Verarbeitung: Finidr s.r.o., Český Těšín
Printed in Czech Republic

1. Auflage 2022
© 2022 Hogrefe Verlag, Bern
(E-Book-ISBN_PDF 978-3-456-96186-6)
(E-Book-ISBN_EPUB 978-3-456-76186-2)
ISBN 978-3-456-86186-9
https://doi.org/10.1024/86186-000

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Kathrin Kürsten, Heike Kautz, Hermann Brandenburg: Gerontologie kompakt (9783456861869) © 2022 Hogrefe Verlag, Bern.

Nutzungsbedingungen:

Der Erwerber erhält ein einfaches und nicht übertragbares Nutzungsrecht, das ihn zum privaten Gebrauch des E-Books und all der dazugehörigen Dateien berechtigt.

Der Inhalt dieses E-Books darf von dem Kunden vorbehaltlich abweichender zwingender gesetzlicher Regeln weder inhaltlich noch redaktionell verändert werden. Insbesondere darf er Urheberrechtsvermerke, Markenzeichen, digitale Wasserzeichen und andere Rechtsvorbehalte im abgerufenen Inhalt nicht entfernen.

Der Nutzer ist nicht berechtigt, das E-Book – auch nicht auszugsweise – anderen Personen zugänglich zu machen, insbesondere es weiterzuleiten, zu verleihen oder zu vermieten.

Das entgeltliche oder unentgeltliche Einstellen des E-Books ins Internet oder in andere Netzwerke, der Weiterverkauf und/oder jede Art der Nutzung zu kommerziellen Zwecken sind nicht zulässig.

Das Anfertigen von Vervielfältigungen, das Ausdrucken oder Speichern auf anderen Wiedergabegeräten ist nur für den persönlichen Gebrauch gestattet. Dritten darf dadurch kein Zugang ermöglicht werden. Davon ausgenommen sind Materialien, die eindeutig als Vervielfältigungsvorlage vorgesehen sind (z. B. Fragebögen, Arbeitsmaterialien).

Die Übernahme des gesamten E-Books in eine eigene Print- und/oder Online-Publikation ist nicht gestattet. Die Inhalte des E-Books dürfen nur zu privaten Zwecken und nur auszugsweise kopiert werden.

Diese Bestimmungen gelten gegebenenfalls auch für zum E-Book gehörende Download-Materialien.

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Kathrin Kürsten, Heike Kautz, Hermann Brandenburg: Gerontologie kompakt (9783456861869) © 2022 Hogrefe Verlag, Bern.

Inhaltsverzeichnis

Geleitwort 13

Einleitung 15
Kathrin Kürsten, Heike Kautz und Hermann Brandenburg

Teil 1: Altern und Pflege – Grundlagen 19

1 Menschlich alt werden – Phänomen, Sinn und Freiheit des Alterns 21
Holger Zaborowski

1.1 Das Phänomen des Alterns 21

1.2 Der Sinn des Alterns 23

1.3 Die Herausforderung des Alterns 25

2 Nächstenliebe und professionelle Pflege 29
Michael Coors

2.1 Christliche Wurzeln der Gesundheitsfürsorge 30

2.2 Ethik der Nächstenliebe: theologische Perspektive 31

2.2.1 Nächstenliebe und die Werke der Barmherzigkeit 31
2.2.2 Zwischen Pflicht und Gefühl 33
2.2.3 Zur theologischen Begründung des Liebesgebotes im Christentum . . . 34

2.3 Institutionalisierung der Nächstenliebe? 36

2.4 Nächstenliebe und „Care“ 39

2.5 Fazit 40

2.6 Literatur 41

3 Mut zur gut begründeten Entscheidung 43
Eva Birkenstock

3.1 Einführung 43

3.1.1 Zur Begriffsklärung 44
3.1.2 Universale moralische Prinzipien 45

3.2 Ebenen ethischen Handelns 46

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Kathrin Kürsten, Heike Kautz, Hermann Brandenburg: Gerontologie kompakt (9783456861869) © 2022 Hogrefe Verlag, Bern.

3.3 Kommunikatives ethisches Handeln . . . 49
3.4 Universale interkulturelle moralische Prinzipien . . . 50
3.5 Reziprozität und kommunikative Ethik . . . 51
3.6 Ethische Konflikte . . . 53
3.6.1 Autonomie und Freiheit versus Sicherheit . . . 54
3.6.2 Wahrheit versus Zufriedenheit . . . 55
3.6.3 Subjektives Wohlbefinden versus Fürsorge . . . 55
3.6.4 Worthalten versus Selbstsorge . . . 56
3.6.5 Worthalten versus Gewissen . . . 57
3.7 Debatten und Kontroversen . . . 58
3.8 Fazit . . . 59
3.9 Literatur . . . 60

4 Pflegepolitik – Akteure und Handlungsfelder . . . 63
Lukas Slotala

4.1 Einführung . . . 63
4.2 Begriffsbestimmung . . . 64
4.3 Akteurskonstellationen . . . 65
4.3.1 Makroebene . . . 66
4.3.2 Mesoebene . . . 67
4.3.3 Mikroebene . . . 69
4.4 Handlungsfelder . . . 70
4.4.1 Gesetzgebung . . . 70
4.4.2 Beteiligung am Gesetzgebungsverfahren . . . 71
4.4.3 Umsetzung von Rechtsvorschriften . . . 72
4.4.4 Weiterentwicklung von Rechtsvorschriften . . . 73
4.5 Fazit . . . 74
4.6 Neue Akteure . . . 74
4.7 Literatur . . . 76

Teil 2: Alter und Pflege – Disziplinäre Zugänge . . . 79

5 Erleben und Verhalten – die psychologische Perspektive . . . 81
Ines Himmelsbach

5.1 Einführung und Hintergrund . . . 81
5.2 Das subjektive Erleben des Alterns . . . 83
5.2.1 Subjektives Alter . . . 83
5.2.2 Subjektives Wohlbefinden, Depressivität und Multimorbidität . . . 84

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Kathrin Kürsten, Heike Kautz, Hermann Brandenburg: Gerontologie kompakt (9783456861869) © 2022 Hogrefe Verlag, Bern.

5.3 Psychogerontologische Konzepte zu Verhalten/Erleben 84
5.3.1 Defizitmodell 84
5.3.2 Selektive Optimierung durch Kompensation (SOK) 85
5.3.3 Kompetenztheorie 86
5.3.4 Theorien der Intelligenzentwicklung 87
5.3.5 Sozioemotionale Selektivitätstheorie (Carstensen) 87
5.3.6 Gewahrwerden des Älterwerdens 88
5.4 Fazit 90
5.5 Literatur 90

6 Pflege und Versorgung – eine pflegewissenschaftliche Perspektive 93
Sabine Bartholomeyczik

6.1 Notwendigkeit eines theoretischen Pflegeverständnisses 93
6.2 Begründung: Notwendigkeit einer Pflegetheorie 94
6.3 Langwierige Entwicklung einer Legaldefinition (SGB XI) 96
6.4 Professionelles Pflegehandeln: einige Grundbegriffe 98
6.5 Pflege von Menschen mit Demenz 100
6.6 Versprachlichung und Verschriftlichung von Pflege 102
6.7 Schlussbemerkungen 104
6.8 Literatur 104

7 Krankheit und Heilung – die medizinische Perspektive 109
Jenny Unterkofler, Mathias Freitag, Mirja Geelvink, Cornelius Bollheimer und Dorothee Noack

7.1 Geriatrische Herangehensweise und Grundprinzipien 109
Dorothee Noack und Cornelius Bollheimer
7.1.1 Altersdefinierte medizinische Fachdisziplinen 109
7.1.2 Kalendarisches versus biologisches Alter 110
7.1.3 Geriatrisches Basisassessment 110
7.1.4 Geriatrie im Krankenhaus 111
7.1.5 Die geriatrischen Syndrome 112
7.1.6 Literatur 113
7.2 Polypharmazie 114
Mathias Freitag und Dorothee Noack
7.2.1 Literatur 115
7.3 Demenz und Delir 116
Mirja Geelvink und Mathias Freitag
7.3.1 Definition Demenz 116
7.3.1.1 Epidemiologie 116

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Kathrin Kürsten, Heike Kautz, Hermann Brandenburg: Gerontologie kompakt (9783456861869) © 2022 Hogrefe Verlag, Bern.

7.3.1.2 Primäre und sekundäre Demenzsyndrome . . . 116
7.3.1.3 Klinik . . . 117
7.3.2 Delir . . . 118
7.3.3 Diagnostik . . . 119
7.3.4 Therapie . . . 120
7.3.5 Psychosoziale Intervention . . . 123
7.3.6 Literatur . . . 124
7.4 Immobilität . . . 126
Jenny Unterkofler und Dorothee Noack
7.4.1 Assessments zur Erfassung von Immobilität . . . 126
7.4.2 Grund- und Folgeerkrankungen . . . 127
7.4.2.1 Sturzneigung . . . 127
7.4.2.2 Sarkopenie . . . 127
7.4.2.3 Osteoporose . . . 129
7.4.3 Therapieansätze . . . 130
7.4.4 Literatur . . . 131
7.5 Inkontinenz . . . 133
Jenny Unterkofler und Dorothee Noack
7.5.1 Diagnostik . . . 134
7.5.2 Therapie . . . 134
7.5.3 Literatur . . . 135
7.6 Instabilität und Frailty . . . 136
Jenny Unterkofler und Mirja Geelvink
7.6.1 Literatur . . . 137
7.7 Mangelernährung . . . 137
Jenny Unterkofler und Dorothee Noack
7.7.1 Bedeutung . . . 138
7.7.2 Ursachen . . . 138
7.7.3 Diagnostik . . . 139
7.7.4 Therapieansätze . . . 139
7.7.5 Ethische Aspekte . . . 142
7.7.6 Literatur . . . 142

8 Professionelle Soziale Altenarbeit . . . 145
Franz Kolland und Alexander Brunner
8.1 Einleitung . . . 145
8.2 Gesellschaftliche Bedingungen Sozialer Altenarbeit . . . 146
8.2.1 Demographischer Wandel . . . 146
8.2.2 Wandel der Lebensformen . . . 147
8.2.3 Wandel der Erwerbsbeteiligung von Frauen . . . 148
8.3 Altersbilder in der Gesellschaft . . . 148

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Kathrin Kürsten, Heike Kautz, Hermann Brandenburg: Gerontologie kompakt (9783456861869) © 2022 Hogrefe Verlag, Bern.

8.4 Attraktivität der Sozialen Altenarbeit 150
8.4.1 Vorstellung von Alter in der Sozialen Altenarbeit 151
8.4.2 Abgrenzung und Professionalisierung Sozialer Altenarbeit 152
8.5 Ausblick 154
8.6 Literatur 155

9 Soziale Sicherung und soziale Ungleichheit – Grundriss der Morphologie der Sozialpolitik 159
Frank Schulz-Nieswandt

9.1 Einleitung 160
9.2 Vorläufige Annäherung 163
9.2.1 Lebenslauf und Risiken 164
9.2.2 Sozialschutz und Daseinsvorsorge 164
9.2.3 Lebenslagen und Befähigung 165
9.2.4 Vulnerabilität und Menschenbildfragen 166
9.3 Sozialpolitik im System der Fakultäten 167
9.3.1 Soziale Wirklichkeit 168
9.3.2 Biologische Anthropologie und Evolutionsforschung 168
9.3.3 Medizin 169
9.3.4 Soziologie 169
9.3.5 Geschichtswissenschaft 170
9.3.6 Politikwissenschaft 171
9.3.7 Medienwissenschaft 172
9.3.8 Rechtswissenschaft 173
9.3.9 Wirtschaftswissenschaft 173
9.3.10 Psychologie 175
9.3.11 Kulturwissenschaft 175
9.3.12 Geographie 176
9.3.13 Ingenieurwissenschaft 177
9.3.14 Philosophie 177
9.3.15 Theologie und Religionswissenschaft 177
9.3.16 Ästhetik 178
9.3.17 Gerontologie als integrative Klammer? 179
9.3.18 Onto-anthropologische Synthese 179
9.4 Morphologie sozialer Politik 180
9.4.1 Epistemologie der Sozialpolitik 181
9.4.2 Anatomie der Sozialpolitik 181
9.4.3 Euklidische Geometrie 184
9.4.4 Hermeneutik der Sozialpolitik: Sinn und Funktion 184
9.5 Archäologie und Genealogie der Sozialpolitik 186
9.6 Kritische Theorie 187
9.7 Konklusionen 188

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Kathrin Kürsten, Heike Kautz, Hermann Brandenburg: Gerontologie kompakt (9783456861869) © 2022 Hogrefe Verlag, Bern.

9.8 Literatur 188

10 Bildung und Lernen im höheren Lebensalter – geragogische Perspektiven 193
François Höpflinger

10.1 Einführung 193
10.2 Bildung und Alter – gesellschaftlicher Hintergrund 194
10.3 Perspektiven und geragogische Ansätze 195
10.3.1 Bildungsangebote im Alter – vielfältige Zielsetzungen 196
10.3.2 Gedächtnistraining im Alter 197
10.4 Häufigkeit von (Weiter-)Bildung im Alter 197
10.5 Geragogik als wissenschaftliche Disziplin 199
10.5.1 Spezifische geragogische Ansätze 200
10.6 Erfolgreiche Bildungsangebote für ältere Menschen 201
10.7 Fazit 202
10.8 Literatur 203

Teil 3: Altern und Pflege – Wie zusammenarbeiten? 205

11 Interventionen und Methoden aus Sicht der Pflege und Sozialen Arbeit 207
Ruth Remmel-Faßbender und Renate Stemmer

11.1 Einleitung 207
11.2 Soziale Altenarbeit – Versuch einer Standortbestimmung 210
11.2.1 Handlungskonzepte und Methoden 212
11.2.2 Interventionskonzepte auf der Mikroebene 213
11.2.2.1 Einzelfallbezogene Methoden 214
11.2.2.2 Beratung als Kernkompetenz in der Altenarbeit 218
11.2.3 Gruppen und sozialraumbezogene Methoden 219
11.3 Die Verbindung von Mikro-, Meso- und Makroebene 223
11.3.1 Voraussetzungen auf der Organisationsebene 225
11.3.2 Assessment und Hilfeplanung im Case Management 227
11.3.3 Fallabschluss und Evaluation 228
11.4 Interventionen und Methoden der Pflege 230
11.4.1 Pflegetheoretische Grundlagen 231
11.4.2 Pflegehandeln auf der Mikroebene 231
11.4.3 Der organisationale Fokus – die Mesoebene 239
11.4.4 Flächendeckende Versorgung – die Makroebene 241
11.5 Diskussion und Fazit 241
11.6 Literatur 243

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Kathrin Kürsten, Heike Kautz, Hermann Brandenburg: Gerontologie kompakt (9783456861869) © 2022 Hogrefe Verlag, Bern.

Teil 4: Quer gedacht – die Medaille hat immer zwei Seiten (Ernst Bloch) 251

12 Kritische Gerontologie 253
Grit Höppner, Anna Wanka und Rosa Mazzola

12.1 Entwicklung, Kritik und Implikationen 253
12.1.1 Entwicklung der Kritischen Gerontologie 254
12.1.2 Kritik und Implikationen 256
12.2 Ein empirisches Fallbeispiel 257
12.2.1 Paternalismus 258
12.2.2 Soziale Ungleichheiten 258
12.2.3 Altersstereotype 259
12.3 Pflege und Soziale Arbeit 260
12.3.1 Aktualität und Relevanz Kritischer Gerontologie 260
12.3.2 Bedeutung für das professionelle Handeln 262
12.4 Vorschlag für einen integrativen Bezugsrahmen 266
12.5 Literatur 266

13 LGBT – eine ganz normale Herausforderung für die Pflege und Soziale Arbeit? 271
Kathrin Kürsten

13.1 Aktueller Forschungsstand 272
13.2 Nicht-Heterosexualität 272
13.2.1 Definition und Ursachenforschung 272
13.2.2 Anteil an der Gesamtbevölkerung 273
13.2.3 Nicht-Heteronormativität in der westlichen Gesellschaft 274
13.2.3.1 Pathologisierung und Kriminalisierung 274
13.2.3.2 Stigmatisierung & Diskriminierung 275
13.2.3.3 Religion & Internalisierung 275
13.2.3.4 Minderheitenstress, Coming-out & Stigmamanagement 275
13.3 Generation Stonewall – jung/alt und out 276
13.4 Bedarfsgerechte Pflegeeinrichtungen 277
13.5 Vielfältige Sexualitäten in Altenhilfeeinrichtungen 278
13.6 Schlussbetrachtung 280
13.7 Literatur 281

14 Palliative Pflege und Hospizarbeit – schon Mainstream? 285
Heike Kautz

14.1 Einführung 285
14.2 Moral und Ethik zur Orientierung 286
14.2.1 Hospizlich palliativ als Fundament 287
14.2.2 WHO-Definition mit erweitertem Blickwinkel 287

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Kathrin Kürsten, Heike Kautz, Hermann Brandenburg: Gerontologie kompakt (9783456861869) © 2022 Hogrefe Verlag, Bern.

14.2.3 Das hospizlich palliative Versorgungskonzept . . . 289
14.2.4 Netzwerkpartner: Ambulanter Hospizdienst und SAPV . . . 289
14.3 Voraussetzungen einer Hospiz- und Palliativkultur . . . 290
14.4 Unvereinbarkeit von Theorie und Praxis . . . 291
14.4.1 Mikroebene . . . 292
14.4.2 Mesoebene . . . 293
14.4.3 Makroebene . . . 294
14.5 Fazit und Ausblick . . . 295
14.6 Literatur . . . 296

15 Multiprofessionelle Versorgung erlernen . . . 301
Ulrike Höhmann

15.1 Herausforderung für Gesundheits- und Nicht-Gesundheitsberufe . . . 301
15.2 Qualifikation für GSB und NGB . . . 304
15.2.1 Multiprofessionelle Passungs-Kooperationen und „Programmgrenzen“ 304
15.2.2 Common Ground für alle Berufe . . . 306
15.3 Hochschuldidaktische Grundzüge des multiprofessionellen Masterprogramms 307
15.4 Ein Blick der Studierenden . . . 308
15.5 Fazit . . . 311
15.6 Literatur . . . 312

Teil 5: Verständigung und Interdisziplinarität . . . 317

16 Abschlussgespräch zwischen Prof. Dr. Kricheldorff und Prof. Dr. Brandenburg . . . 319
Moderation: Heike Kautz und Kathrin Kürsten

17 Stellungnahmen der mitwirkenden Studierenden . . . 323

18 Nachwort . . . 329
Heike Kautz, Kathrin Kürsten und Hermann Brandenburg

19 Ausblick . . . 331
Kathrin Kürsten, Heike Kautz und Hermann Brandenburg

Autor/innenverzeichnis . . . 333

Sachwortverzeichnis . . . 336

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Kathrin Kürsten, Heike Kautz, Hermann Brandenburg: Gerontologie kompakt (9783456861869) © 2022 Hogrefe Verlag, Bern.

Geleitwort

2014 erschien ein gerontologisches Lehrbuch, welches das Feld der Gerontologie als interdisziplinäre Aufgabe adressierte. Vor allem Pflege- und Sozialberufe waren im Blick. Es ging nicht um die üblichen wissenschaftlichen Erzählungen in einer Fachdisziplin, welche die Leserinnen und Leser mit den Methoden, Theorien und Befunden einer Spezialdisziplin konfrontiert. Vielmehr sollte ein Austausch und echter Dialog in Gang gesetzt werden, der die Adressatengruppe mit wichtigen Perspektivverschränkungen in Berührung bringt. Natürlich ging es um theoretische Grundlagen, etwa bezogen auf Alternstheorien, die zentralen Aufgaben der Pflege sowie um Zugänge aus der Sozialen Gerontologie und Altenarbeit. Ebenfalls wurden die Lebenslagen alter Menschen skizziert, auch mit Blick über den deutschen Tellerrand in die schweizerische und österreichische Versorgungslandschaft. Auch wurden ethische Herausforderungen und Leitbilder guter Altersarbeit in den Blick genommen, etwa Autonomie, Empowerment oder Entscheidungsfindung. Im Vordergrund des Bandes standen von Vertretern der oben genannten zentralen Disziplinen verfasste gemeinsame Beiträge zu Interventionen; der Blick auf die Professionalisierung des gesamten Feldes schloss das Buch ab.

Nun – die Resonanz war eher verhalten. Das mag daran liegen, dass der Bedarf nach „how to do-Texten" in der einen wie der anderen Disziplin wirkmächtiger ist. Dafür war das Reflexionsniveau des Buches zu anspruchsvoll. Man könnte aber auch argumentieren, dass – sowohl in der Pflegewissenschaft wie auch in der Sozialarbeitswissenschaft – die Publikation in international anerkannten wissenschaftlichen Journals mehr bringt, jedenfalls für die eigene Karriere. Dafür wiederum passten der Umfang und der Inhalt nicht wirklich, denn eine Gesamtschau wird in dieser Logik als vermessen angesehen. Kurz und gut – ein Format tut sich schwer, welches sich quasi zwischen den Stühlen aufstellen und weder den einen noch den anderen Weg mitgehen möchte. Und vor allem hat es eine disziplinübergreifende Perspektive schwer, die doch allenthalben immer wieder betont wird. Aber wie wir alle wissen, dominiert im Alltag häufig eine begrenzte Einzelperspektive. Und vielleicht liegt es ja einfach in der Logik professioneller Entwicklungen, dass eine weitere Fokussierung und Spezialisierung vielfach als unvermeidbar und geradezu als zwangsläufig angesehen wird. Das führt am Ende dazu, dass die Einsicht, dass es auch anders gehen kann und muss, immer wieder geäußert wird und aufblitzt; eine nachhaltige Akzeptanz von inter- und sogar transdisziplinären Irritationen wird jedoch in der Regel vermieden.

Vor dieser Gemengelage wollten wir nicht klein beigeben, denn die ursprünglichen Ideen des nunmehr in die Jahre gekommenen Bandes sollten nicht vergessen, vielmehr neu aufgegriffen werden. Mit einem mehr oder weniger komplett neuen Team sollte dieser Schritt versucht werden. Mehr noch – wir wollten das bereits an-

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Kathrin Kürsten, Heike Kautz, Hermann Brandenburg: Gerontologie kompakt (9783456861869) © 2022 Hogrefe Verlag, Bern.

gesprochene dialogische Moment noch weiter stärken. Aus diesem Grund haben wir alle Fachtexte, die in diesem Band versammelt sind, einem studentischen Publikum zur kritischen Durchsicht gegeben. Diese Absicht kam überwiegend bei den Autor/innen sehr gut an. Und sie haben die entsprechenden Rückmeldungen eingearbeitet, ihre Texte weiter optimiert. So ist ein kritischer Austausch möglich geworden. Und merkwürdigerweise kam dann am Ende eines der wenigen Lehrbücher heraus, bei dem die Adressaten ein Wörtchen mitreden konnten, daher sind ihre Namen nicht verschwiegen worden.

Worum es nun im Einzelnen geht und wer aus der Scientific Community mitgewirkt hat, das wird die folgende Einleitung im Einzelnen ausbuchstabieren. Mir bleibt der Dank an die beiden Herausgeberinnen Kathrin Kürsten und Heike Kautz, die damit einen nachhaltigen Eindruck auf dem wissenschaftlichen Parkett hinterlassen werden. Ebenfalls bin ich allen Autorinnen und Autoren verpflichtet, die es sich nicht haben nehmen lassen, die aus ihrer Sicht wichtigen Gedanken zu Papier zu bringen. Respekt und Anerkennung gebührt auch allen Studentinnen und Studenten, die nicht gezögert haben, auch großen Namen gegenüber selbstbewusst und mutig die eigene Position zu vertreten.

Der von mir sehr geschätzte Lektor des Hogrefe Verlags sagte mir einmal im Hinblick auf eine Buchpublikation, die sich nicht auf dem Markt halten konnte: „Ein totgerittenes Pferd kann man nicht weiterreiten!“ Hoffen wir mal, dass Totgesagte doch länger leben…

Vallendar, im Herbst 2021
Hermann Brandenburg

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Kathrin Kürsten, Heike Kautz, Hermann Brandenburg: Gerontologie kompakt (9783456861869) © 2022 Hogrefe Verlag, Bern.

Einleitung

Kathrin Kürsten, Heike Kautz und Hermann Brandenburg

Eine adäquate gerontologische Pflege – und dabei sind die Sozialberufe von maßgeblicher Bedeutung, was jedoch allzu oft aus dem Blick gerät – kann nur gelingen, wenn ein interdisziplinärer Zugang auf Alter und Altern gewählt wird. Die vielfältigen Perspektiven der einzelnen Professionen sollen mit diesem Lehrbuch „eingefangen" werden und Studierenden der Studiengänge von Pflege- und Sozialberufen erste Einblicke in ein facettenreiches Thema ermöglichen.

Dabei war es für die Herausgebenden von Anfang an bedeutsam, dass Lesenden nicht ein simpler Handlungsleitfaden zur Verfügung gestellt werden sollte. Diese gibt es bereits zuhauf. Es sollten Texte von hohem Niveau sein, die zum einen dazu anregen, die eigene Professionalität und die individuelle Position im jeweiligen Handlungsfeld zu reflektieren. Zum anderen sind die Beiträge dazu gedacht, Interesse zu wecken und einen Anreiz zu geben, sich mit den einzelnen Themenkomplexen intensiver zu beschäftigen. Um abschätzen zu können, welche Bedürfnisse Studierende tatsächlich an ein Lehrbuch haben, wurde ein ungewöhnliches Vorgehen angewandt: die Zielgruppe wurde direkt einbezogen. In Gruppen erhielten Studierende einzelne Texte, die sie kritisch lasen und über die Herausgebenden eine entsprechende Rückmeldung an die Autor/innen gaben. Diese wiederum arbeiteten soweit wie möglich die Anmerkungen und Vorschläge in ihre Beiträge ein. So wurde ein Dialog ermöglicht, der auch für die Autor/innen positiv bewertet werden kann. Erstmalig wurde es mit diesem Buchprojekt möglich, eine direkte Rückmeldung für den eigenen Text zu erhalten. So wurde z. B. gewünscht, dass weiterführende Literaturhinweise zur Verfügung gestellt werden könnten. Aber auch vor substantieller Kritik wurde nicht zurückgeschreckt, auf welche die Autor/innen sehr unterschiedlich (aber überwiegend wohlwollend) reagiert haben.

Als Ergebnis liegt nun ein Lehrbuch vor, das einerseits den Praxisbezug nicht verliert (Fallbeispiele verdeutlichen die jeweils theoretischen Inhalte), aber andererseits ebenso den Anspruch hat, dass die Inhalte mitunter auch erarbeitet werden müssen und sich nicht wie eine Gebrauchsanweisung gleichsam nebenbei lesen lassen. Eine kritische und reflektierte Eigenleistung wird von den Lesenden bei der Lektüre der Beiträge eingefordert, was aber dazu führt, dass der Erkenntnisgewinn schlussendlich einen höheren Mehrwert erlangt.

Zentral für den Aufbau des Buches ist der Grundtenor „Altern und Pflege". Auf diese Basis beziehen sich alle Beiträge aus unterschiedlichsten Blickwinkeln:

Teil 1: Grundlagen

Holger Zaborowski beleuchtet menschliches Altern aus philosophischer Perspektive: ein (im Verlauf zunehmend) bewusster Prozess, der mit der Geburt beginnt, über eine jeweils individuelle Zeitspanne andauert und bei zunehmender

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Kathrin Kürsten, Heike Kautz, Hermann Brandenburg: Gerontologie kompakt (9783456861869) © 2022 Hogrefe Verlag, Bern.

Hinfälligkeit unweigerlich mit dem Tod endet. Daran anschließend stellt er die Frage nach dem Sinn des Alter(n)s. Auch die Herausforderungen des Alter(n)s werden durch den Autor nicht ausgeblendet – im Gegenteil!

Michael Coors nähert sich dem Alter(n) mit theologischem Hintergrund und ergründet, wie Pflege und Nächstenliebe miteinander verbunden sind. Dabei wird zunächst der Frage nachgegangen, was Nächstenliebe eigentlich ist. Dazu erfolgt ein historischer Abriss über die christlichen Wurzeln der Pflege und eine Auseinandersetzung mit dem Begriff der Barmherzigkeit. Wer nun allerdings davon ausgeht, dass der Autor Pflege im modernen Sinn als Selbstaufopferung versteht, wird eines Besseren belehrt werden.

Eva Birkenstock befasst sich mit der ethischen Entscheidungsfindung oder praktisch ausgedrückt: Wie kann man in problematischen pflegerischen Situationen auf moralischen Prinzipien basierend argumentieren und ethisch handeln? Dazu wird den Lesenden der Begriff der „Moral" und das ethische Mehrebenensystem vorgestellt. Nachdem die Autorin Konfliktfelder zwischen ethischem Anspruch und der Realität beschreibt, setzt sie sich abschließend mit aktuellen Debatten rund um ethisches Handeln im Zusammenhang mit Alter(n) auseinander.

Lukas Slotala wendet sich der Pflegepolitik und deren Akteuren als Forschungsgebiet der Pflegewissenschaft zu. Insbesondere die aktuellen Herausforderungen, etwa die Finanzierung von Pflege, werden thematisiert. Nach einer dezidierten Auseinandersetzung mit den verschiedenen Akteuren auf unterschiedlichen Handlungsebenen, wird den Lesenden deutlich, wie in Deutschland Entscheidungen in Belangen der Pflege getroffen werden. Er appelliert an die Akteure selbst. Für manche möglicherweise eine ernüchternde, aber auch erhellende Erkenntnis.

Teil 2: Disziplinäre Zugänge

Ines Himmelsbach thematisiert die Psychologie als Wissenschaft, die das Erleben und Verhalten von Personen zum Gegenstand hat. Im Zusammenhang mit diesem Lehrbuch wird der Fokus darauf gelegt, wie Menschen sich im Alterungsprozess verhalten und sich selbst dabei im sozialen Gefüge erleben. Um dies allerdings verstehen zu können, führt die Autorin die Lesenden in die Alterspsychologie ein, beschreibt mehrere Alternstheorien als Erklärungsvariante oder Hypothese und erklärt dabei zentrale Begriffe, z. B. „Wohlbefindensparadox" und einiges mehr. Das subjektive Erleben sowie der Umgang mit Veränderungen stehen in modernen Theorien zum Alter im Fokus, um Wohlbefinden und Lebensqualität zu erreichen.

Sabine Bartholomeyczik betrachtet die Pflege und Versorgung älterer Menschen aus pflegewissenschaftlicher Perspektive. Die Autorin klärt Lesende darüber auf, warum in der Pflege Theorien und Konzepte notwendig sind und setzt sich mit Stärken und Schwächen der sozialen Pflegeversicherung auseinander. Punkte, an denen bisher jegliche Bemühungen um Verbesserung gescheitert sind (beispielsweise die Verkennung des Erfordernisses einer höheren Fachkraftquote in der Altenpflege), werden dabei nicht verschwiegen.

Cornelius Bollheimer stellt mit *Jenny Unterkofler, Mathias Freitag, Mirja Geelvink und Dorothee Noack* die Signifikanz der speziellen Versorgung betagter und hochbetagter Menschen in einer Geriatrie heraus. Die wichtigsten geriatrischen Syndrome sollen das Bewusstsein der Lesenden sensibilisieren, um eine holistische und adäquate medizinische Umsorgung dieser vulnerablen Personengruppe zu gewährleisten. Die Interdisziplinarität wird dabei deutlich und explizit herausgestellt.

Franz Kolland und *Alexander Brunner* befassen sich mit der Rolle der professionellen Sozialen Arbeit bei der Unterstützung älterer Menschen

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Kathrin Kürsten, Heike Kautz, Hermann Brandenburg: Gerontologie kompakt (9783456861869) © 2022 Hogrefe Verlag, Bern.

in verschiedenen Settings. Dabei wird zunächst beleuchtet, unter welchen gesellschaftlichen Bedingungen Soziale Altenarbeit realisiert wird. Anschließend legen die Autoren insbesondere ein Augenmerk darauf, welche Altersbilder in der öffentlichen Wahrnehmung diskutiert werden, demgegenüber aber auch, wie das Alter in der Sozialen Arbeit wahrgenommen wird. Der Beitrag endet mit einem Ausblick auf die (notwendige) Entwicklung der Profession der Sozialen Arbeit.

Frank Schulz-Nieswandt beleuchtet einen fundamentalen Bestandteil der Ausbildung von Wissenschaftler/innen der Pflege und Sozialen Arbeit: Sozialpolitik – welche in Deutschland einer Vielzahl von gesetzlichen Vorgaben unterworfen ist. Dabei soll es nicht ausschließlich bei einer Beschreibung einzelner Teilbereiche bleiben, sondern die großen Zusammenhänge durchdrungen werden. Dazu bedient sich der Autor einer Vielzahl von wissenschaftlichen Disziplinen, wodurch sich für manch Lesende ganz sicher neue Horizonte auftun werden.

François Höpflinger widmet sich der Geragogik – der Bildung und dem Lernen im Alter. Es ist unbestritten, dass gerade „geistige Fitness" ein wichtiger Bestandteil für ein zufriedenes Alter(n) darstellt. Damit wird die Bedeutung für entsprechende Angebote deutlich, die es alternden und alten Menschen ermöglichen, weiterhin zu lernen, womit wiederum weitere Faktoren zusammenhängen, wie z. B. die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben.

Teil 3: Wie Zusammenarbeiten?

Ruth Remmel-Faßbender und *Renate Stemmer* bilden mit ihrem umfangreichen Beitrag eine zentrale Schnittstelle des Lehrbuches ab. In ihren gemeinsamen Ausführungen werden die Professionen Soziale Arbeit und Pflege miteinander verbunden, aber gleichzeitig ebenso in ihren je eigenen Logiken ernst genommen. Dazu gehen die Autorinnen auf ihre jeweiligen Fachgebiete ein und definieren anschließend Schnittstellen. Aber genauso deutlich werden Bereiche differenziert, in denen die unterschiedlichen Kompetenzen für verschiedene Aufgaben optimal eingesetzt werden können. Entlang eines Praxisbeispiels wird den Lesenden verdeutlicht, wie interdisziplinär eine optimale Begleitung alter und älterer Menschen verlaufen kann und vor allem grundsätzlich sollte.

Teil 4: Quer gedacht

Grit Höppner, Anna Wanka und *Rosa Mazzola* berichten in ihrem Beitrag von der Kritischen Gerontologie und was sie von der im Allgemeinen als Gerontologie verstandenen Wissenschaft unterscheidet. Lesende erhalten einen einführenden Überblick von ihren anglo-amerikanischen Wurzeln und ihrer Genese bis hin zu ihrer gegenwärtigen Gestalt. Die Beschreibung einer empirischen Studie zum Einsatz neuer Technologien zur Steigerung der Lebensqualität im Alter veranschaulicht den praktischen Nutzen der theoretischen Annahmen eindrücklich. Den Beitrag abschließend erfolgt gleichsam als Konklusion eine Auseinandersetzung darüber, welche Bedeutung der Kritischen Gerontologie in Pflege und Sozialer Arbeit zukommt.

Kathrin Kürsten geht der Frage nach, ob nichtheteronormative Lebens- bzw. Liebensweisen bereits zum Alltag der Pflege und Begleitung alter Menschen gehören. Dabei werden Lesenden sicherlich Aspekte begegnen, die ein Thema – welches für viele vermeintlich selbstverständlich ist – in einem neuen Licht erscheinen lassen. Es könnte sich die Frage stellen, ob man selbst in dem Maße aufgeklärt, wissend und tolerant ist, wie man es zu sein glaubt.

Heike Kautz zeigt bereits vorhandene Richtlinien und gesetzliche Vorgaben in Deutschland sowie den Kerngedanken für eine hospizlich palliative Versorgung in Langzeitpflegeeinrichtungen auf. In diesem Kontext weist sie gleich-

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Kathrin Kürsten, Heike Kautz, Hermann Brandenburg: Gerontologie kompakt (9783456861869) © 2022 Hogrefe Verlag, Bern.

zeitig auf die Unverzichtbarkeit des Ineinandergreifens der Mikro-, Meso- und Makroebene hin und blickt kritisch auf deren Inkompatibilität bei der Umsetzung.

Ulrike Höhmann stellt einen Masterstudiengang vor, der Studierende von Gesundheitsberufen mit jenen aus Nicht-Gesundheitsberufen vereint; mit dem Ziel, die bestmögliche Versorgung von Menschen mit Demenz und chronischen Einschränkungen zu erlangen. Neben inhaltlichen Informationen erhalten Lesende Einblicke sowohl in die Hürden der Umsetzung als auch in die hochschuldidaktische Struktur eines solch ambitionierten Vorhabens. Ergebnisse einer durchgeführten Evaluation des Studienganges anhand einer Datenerhebung unter Studierenden runden den Beitrag ab.

Teil 5: Verständigung und Interdisziplinarität

Cornelia Kricheldorff und Hermann Brandenburg tauschen sich in einem Abschlussgespräch über das Buch und seine Stärken, aber auch Schwächen aus. Dabei ergeben sich einige Anregung für vielfältige Möglichkeiten zukünftig die Interdisziplinarität zwischen Sozialer Arbeit und Gerontologischer Pflege voranzutreiben.

Christoph Betz, Julia Blockhaus, Louise Enz, Maria Gerz, Leonie-Mareen Göcke, Tamara Grossmann, Karin Herrmany-Maus, Chantal Jux, Helga Claudia Krämer, Christine Lang, Annika Rautland, Beate Schmitt-Pirker, Nicole Stöbich und Manuela von Lonski kommen anschließend selbst zu Wort und schildern ihre Motivation zur Teilnahme am Projekt „Kurzlehrbuch" sowie die Erfahrungen, die sie in der Entstehung sammeln konnten. An dieser Stelle sei ihnen ausdrücklich für ihre konstruktiven Rückmeldungen und die intensive Mitarbeit gedankt; die Umsetzung des geplanten Vorgehens wäre ohne ihre Beteiligung nicht möglich gewesen.

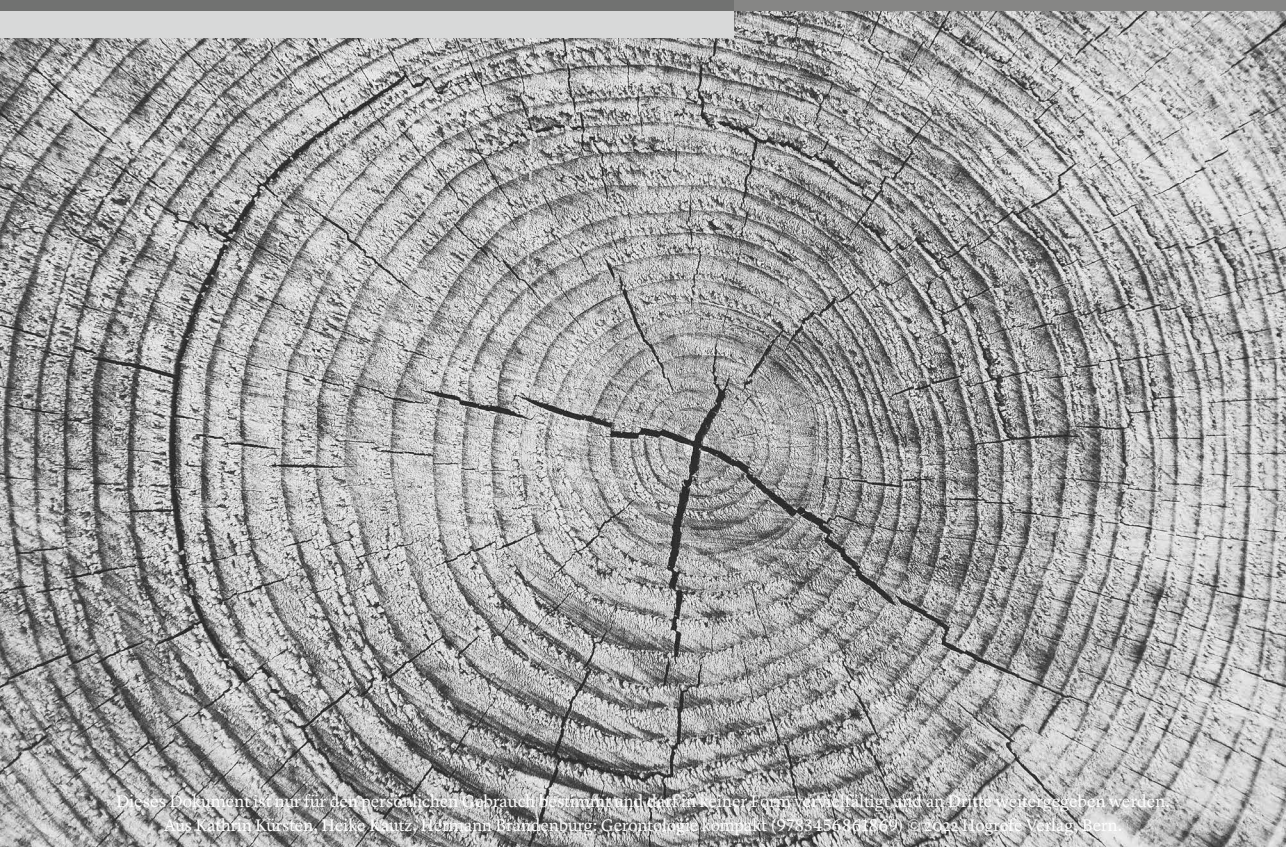
Nachwort

Die Herausgebenden blicken auf die ursprüngliche Idee und den Entwicklungsprozess zurück. Einer reflektierten und kritischen Auseinandersetzung mit dem endgültigen Ergebnis – dem vorliegenden Lehrbuch – folgt ein Ausblick in die Zukunft. Dieser verspricht zusätzliches Innovationspotential für weitere Projekte. Denn die Diskussion um ein interdisziplinäres Verständnis der Herausforderungen des Alterns – mindestens zwischen Pflege und Sozialer Arbeit – soll weitergehen. Dazu wird es eine mehrteilige Veranstaltungsreihe geben, bei der wir bereits einige Konsequenzen aus dem Gespräch zwischen Cornelia Kricheldorff und Hermann Brandenburg aufgreifen: Neben Studierenden aus der Pflege werden Studierende aus der Sozialen Arbeit involviert sein – und die gemeinsame Klammer zwischen den monodisziplinären Perspektiven wird noch klarer und provokativer auf den Punkt gebracht. Wir bleiben weiter im Dialog mit allen, die nicht nur an der Bestätigung ihrer eigenen Ansichten interessiert sind, sondern offen für Irritationen, d.h. für Lernen und Reflexion.

Anmerkung: Den Herausgebenden war es wichtig, dass in allen Beiträgen alle Geschlechter berücksichtigt werden. Daher wurde stets versucht, eine geschlechtsneutrale Formulierung zu finden. Wo dies nicht gelang, entschied man sich, den Schrägstrich als gender gap zu nutzen. Ziel ist Diversität zu signalisieren, ohne den Lesefluss zu unterbrechen.

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Kathrin Kürsten, Heike Kautz, Hermann Brandenburg: Gerontologie kompakt (9783456861869) © 2022 Hogrefe Verlag, Bern.

Teil 1:
Altern und Pflege – Grundlagen



Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Katharin Kursten, Heike Kautz, Hermann Brandenburg: Gerontologie kompakt (9783456861869) ©2019 Hogrefe Verlag, Bern.

1
Menschlich alt werden – Phänomen, Sinn und Freiheit des Alterns

Holger Zaborowski

Zusammenfassung
Der folgende Beitrag nähert sich aus einer phänomenologischen Perspektive dem menschlichen Altern an. Er zeigt zunächst die verschiedenen Bedeutungen und Dimensionen des Alterns, verdeutlicht die positiven Aspekte des Alterns für das Individuum wie auch für die menschliche Gattung und diskutiert aktuelle Herausforderungen für ein menschliches Verständnis des Alterns.

Lernziele
Die Studierenden sollen nach der Lektüre
- ein Verständnis für das anthropologische Phänomen des Alterns haben,
- die positive Bedeutung des Alterns darstellen und reflektieren können,
- die Verdrängung des Alterns und die Möglichkeit gelungenen Alterns vor dem Hintergrund verschiedener Verständnisse menschlicher Freiheit diskutieren können.

1.1 Das Phänomen des Alterns

An sich selbst und an anderen Menschen erfährt man das Altern. Kinder und Jugendliche freuen sich darüber, dass sie älter werden und sehen gespannt ihrem nächsten Geburtstag entgegen. Mit jedem Jahr erweitern sich ihre Möglichkeiten. Je älter sie werden, desto mehr wissen, können oder dürfen sie. Später, in der Mitte des Lebens, lässt das Nachdenken über das Altern Menschen innehalten und ihr Leben betrachten. Sie blicken mit Stolz und Freude zurück auf das, was sie in ihrem Leben schon geschafft haben oder vergegenwärtigen sich anderes, was sie noch erreichen möchten. Auch die eigenen Grenzen, unbewältigte Schuld oder schmerzhaftes Versagen werden vielen bewusst. Erwartungen verschieben sich; Hoffnungen und Ängste verändern sich. Die glücklichen Jahre der Kindheit oder die wilden Abenteuer der Jugend liegen lange zurück und erlauben den ein oder anderen sehnsuchtsvollen Blick auf die Vergangenheit. Nicht selten blicken Menschen in ihrer Lebensmitte aber auch mit ironischer Distanz auf die vergangenen Jahre, darauf, wie sie einst gelebt, gefühlt oder gedacht haben. Erste Einschränkungen zeigen sich. Das Leben wandelt sich. Davon zeugen mehr und mehr graue Haare und Falten, das ein oder andere Gebrechen, das unweigerliche Schwinden der Kräfte.

Wer noch älter geworden ist, kann, wenn er Glück hat, dankbar auf das zurückblicken, was das Leben mit sich gebracht hat. Manche Menschen schauen jedoch voller Trauer und Bitterkeit auf ein ungelebtes oder falsch gelebtes Leben zurück. Nun endgültig verpasste Gelegenheiten werden sich schmerzhaft ins Bewusstsein schieben. Vielleicht ist man froh darüber, gut gealtert zu sein; man hat sich gut gehalten und ist noch von vielen Krankheiten

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Kathrin Kürsten, Heike Kautz, Hermann Brandenburg: Gerontologie kompakt (9783456861869) © 2022 Hogrefe Verlag, Bern.

oder altersbedingten Leiden verschont. Es könnte auch sein, dass man das Altern und die Beschwerden, die es mit sich bringt, verflucht und die Leichtigkeit vergangener Lebensjahre schmerzhaft vermisst. Von der Zukunft erwartet, wer sehr alt geworden ist, nicht mehr viel. Sie ist begrenzt. Drohend konkretisiert sich das Wissen um den eigenen Tod. Man fürchtet sich davor, Abschied nehmen zu müssen, sorgt sich um jene Menschen, die einem nahe stehen, hofft auf ein Leben über den Tod hinaus oder steht dem Sterben mit einer gewissen Gleichgültigkeit und Schicksalsergebenheit gegenüber.

Wenig ist selbstverständlicher als das Wissen darum, dass alle Menschen altern. Doch ist die Feststellung, dass Menschen altern, wenn man näher über sie nachdenkt, nicht so trivial, wie sie zunächst erscheint. Das wird schon deutlich, wenn man sich vergegenwärtigt, dass „Altern" sehr verschiedene, wenn auch eng miteinander verbundene Bedeutungen haben kann.

Alles, was in der Zeit existiert, was einmal entstanden ist, was sich verändert und was auch wieder vergeht, hat ein bestimmtes Alter. Steine oder Texte können sehr alt sein. Man kann ihre Geschichte erforschen und erzählen. Doch spricht man von „Altern" insbesondere mit Bezug auf jenes, was lebt und was daher auch im eigentlichen Sinne seinem Tod entgegen geht – und zwar vom Moment seiner Geburt an. Lebewesen – Pflanzen, Tiere oder Menschen – sind nämlich nicht nur etwas anderes als ein Stein oder ein Text; sie *sind* – als organische Einheiten, die sich im Unterschied zur unbelebten Materie durch Stoffwechsel, Wachstum und Fortpflanzung auszeichnen – ganz anders. Unbelebte Materie wie etwa jene eines Steins kann sich wandeln und zu etwas anderem werden. Doch kann, was nicht lebt, auch nicht sterben. Ein Tier, das stirbt, ist nach seinem Tod nicht einfach etwas anderes (so wie es vor seiner Geburt auch nicht etwas anderes gewesen ist); die Materie, aus der es bestanden hat, ist zu etwas anderem geworden; es selbst ist nicht mehr (so wie es vor seiner Geburt nicht war). Zu sterben besagt nämlich nicht, dass etwas eine bestimmte zufällige oder äußerliche Form verliert und zu etwas anderem wird; es bedeutet, dass die für einen bestimmten Organismus wesentliche Gestalt vergeht. Leben ist die *Bewegung* eines Lebewesens von seinem Anfang bis zu seinem Ende; mit Altern als wesentlichem Moment des Lebens wird (1) im weitesten Sinne die Bewegung eines Organismus auf seinen Tod hin bezeichnet.

Anders als Pflanzen oder Tieren ist dem Menschen allerdings bewusst, dass er altert. Zunächst wird ihm (2) sein Altern als *Zeitlichkeit* des eigenen Lebens bewusst. Zu altern bedeutet für ihn, nicht allein in einem vorgegebenen Zeitrahmen auf den Tod hin zu leben, sondern selbst *als* Zeit – als Wesen mit einer je eigenen Vergangenheit, einer je eigenen Gegenwart und einer je eigenen Zukunft – zu leben. Der Mensch muss, wie nicht zuletzt Martin Heidegger in *Sein und Zeit* eindrucksvoll gezeigt hat, mit sich selbst, mit seiner je eigenen Zeit etwas anfangen. Er muss sich zu seiner Herkunft, seiner Gegenwart und seiner Zukunft eigens verhalten und stiftet in diesem Verhältnis seine je eigene Zeit, die ursprünglicher ist als die messbare Zeit der Kalender und Uhren, innerhalb derer der Mensch sich auch vorfindet. Selbst wenn er entscheiden sollte, nichts mit sich anzufangen, verhält er sich zu sich und setzt frei einen Anfang. In dieser Anfänglichkeit geht er auf seinen Tod zu, den er als eine äußerste, zunächst sehr fern erscheinende Grenze seines Lebens erfährt.

Menschliches Leben ist daher nicht allein zeitlich, sondern zeitlich begrenzt. Je älter ein Mensch wird, umso mehr erfährt er mit der Zeitlichkeit seiner Existenz als einer allgemeinen Eigenschaft (3) auch die konkrete *Endlichkeit* seines eigenen Lebens. Mit dem Altern kann daher auch das Verhältnis des Menschen zu seiner Sterblichkeit und zu seinem Tod gemeint sein. Streng genommen altert man, sobald man geboren ist. Doch zumeist spricht

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Kathrin Kürsten, Heike Kautz, Hermann Brandenburg: Gerontologie kompakt (9783456861869) © 2022 Hogrefe Verlag, Bern.

man von „Altern“ dann, wenn die Vergänglichkeit des menschlichen Lebens besonders ins Bewusstsein rückt. So wie sich das Leben eines jungen Menschen entfaltet und zur Reife kommt, gehen alternde Menschen auf den Tod zu. Man kann dies, gerade auch als älterer Mensch, leugnen und so tun, als lebe man ewig oder zumindest noch sehr lange. Gerade dann altert man aber schlecht, weil man mit dem Tod auch das eigene Altern verdrängt. Denn nur wer sich der eigenen Endlichkeit und somit auch dem Altern und seinen Herausforderungen stellt, wer sie anerkennt und annimmt, kann überhaupt in die Lage kommen, ein gelingendes Altern zu erleben.

Mit dem Alter ist allerdings nicht allein die Erfahrung der Lebensbewegung, der Zeitlichkeit oder der Endlichkeit, sondern (4) auch die Erfahrung der *Hinfälligkeit* verbunden. „Alt“ bzw. „Altern“ bezieht sich dann auf die letzte Phase des menschlichen Lebens. Alt ist, wer nicht mehr für sich alleine leben kann und in den Grundvollzügen der eigenen Existenz – beim Sich-Waschen, Essen, Trinken, Gehen und in vielem anderen – dauerhaft der Hilfe eines anderen Menschen bedarf. Man sagt dann manchmal, jemand sei „wirklich alt“ geworden, d.h. die Auswirkungen und Spuren des Alterns lassen sich nicht mehr leugnen. Das Leben kommt langsam zu seinem Ende; es steht im Schatten des Todes.

Diese verschiedenen Bedeutungen des Alterns sind eng aufeinander bezogen. Besondere ethische und anthropologische Herausforderungen zeigen sich, wo Altern im Sinne der Erfahrung der Endlichkeit und Hinfälligkeit des menschlichen Lebens verstanden wird. Denn zu diesen Erfahrungen müssen Menschen sich nicht nur innerlich irgendwie verhalten (und sei es dadurch, dass sie diese zu verdrängen versuchen); sie müssen auch mit den konkreten physischen, psychischen und geistigen Auswirkungen der Endlichkeit und Hinfälligkeit umzugehen lernen, sei es auf individueller oder auch auf gesellschaftlicher Ebene.

1.2 Der Sinn des Alterns

Altern ist, so hat sich gezeigt, ein Grundphänomen des Lebens. Dem Menschen wird es bewusst – und zwar nicht nur als ein allgemeines Phänomen, das es in seiner Abstraktheit zu verstehen gilt, sondern als je eigener Grundvollzug, als die Bewegtheit des eigenen Lebens von der Geburt zum Tod, die, je älter man wird, sich umso stärker als Erfahrung von Endlichkeit und Hinfälligkeit artikuliert. Angesichts dieser Erfahrung stellt sich mit Vehemenz nicht nur die Frage, was genau passiert, wenn ein Mensch altert (dazu lässt sich heute aus wissenschaftlicher Perspektive sehr vieles sagen), sondern auch die Frage nach dem tieferen Sinn des Alterns: Wozu altern Menschen eigentlich? Wäre eine Welt nicht besser, in der Menschen nicht mehr altern müssten?

Das Altern hat immer wieder zu philosophischen oder religiösen Reflexionen über diese Frage herausgefordert. Wer heute über das Altern nachdenkt, steht somit in einer langen Tradition von Überlegungen über das Alter. Doch ist der Horizont, in dem heute über das Altern nachgedacht wird, ein anderer als der traditionelle. Vereinfacht gesprochen hat man lange das Altern nicht nur als ein unvermeidliches Schicksal verstanden, dem man sich zu stellen hat (wenn einem denn überhaupt die Gnade oder das Geschenk zuteil wurde, alt werden zu können). Man hat ihm – bei aller Betonung der Last des Alterns – auch eine eigene Würde zugesprochen. Alte Menschen erschienen als jene, die in besonderer, von Anerkennung, Dank und Fürsorge bestimmter Weise zu achten sind, und zwar nicht allein aufgrund ihrer vergangenen Leistungen, sondern auch, weil sie über eine besondere Weisheit und wertvolle Erfahrungen verfügten.

Das hat sich heute – in einer Gesellschaft, die sich immer schneller verändert – geändert. Gefragt sind die Flexibilität, die Kenntnisse, das Können, die Anpassungsfähigkeit und die Offenheit der Jugend. Es gibt daher einen verbreiteten „Jugendwahn“, der nicht nur die Jugend,

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Kathrin Kürsten, Heike Kautz, Hermann Brandenburg: Gerontologie kompakt (9783456861869) © 2022 Hogrefe Verlag, Bern.

sondern auch die jung gebliebenen Alten idealisiert. Daher verwundert es nicht, dass oft das menschliche Altern negativ bewertet wird. Alte oder alt gewordene Menschen sehen im wahrsten Sinne des Wortes alt aus, d. h. sie – ihre leiblich-seelisch-geistige Existenz, ihre Ansichten, ihre Gewohnheiten und Gedanken – erscheinen als veraltet, überholt oder von gestern.

Diese Sicht des Alterns hat gravierende individuelle und gesellschaftliche Auswirkungen. Wissenschaftler bemühen sich nicht nur darum, die biologischen Prozesse des Alterns zu verstehen, sondern streben auch danach, das Altern zu verlangsamen und die Lebensspanne des Menschen zu erweitern. Dystopien einer überalterten, die Alten vernachlässigenden Gesellschaft oder Utopien eines Lebens ohne die Kränkungen des Alterns werden formuliert und verstärken die Furcht und Flucht vor dem Altern. Ältere Menschen orientieren sich am Lebensstil junger Menschen (während es lange Zeit umgekehrt war). Leiden, Sterben und Tod werden aus dem alltäglichen Lebenskontext entfernt und tabuisiert. Da es sich allerdings nicht vermeiden lässt, zu altern, will man möglichst lange gut altern und sich gut halten. Innere und äußere Folgen des Alterns werden geleugnet und, soweit machbar, kosmetisch oder medizinisch beseitigt. Wenn dies nicht mehr möglich ist, führt die Angst vor dem Altern und seinen Folgen manchmal sogar dazu, dass jemand Bilanz zieht und das Leben freiwillig frühzeitig beendet.

Man darf die Ängste, die viele Menschen vor dem Altern, insbesondere vor dem sehr hohen Alter haben, nicht herunterspielen. Die Leiden des Alterns sind ernst zu nehmen. Es ist auch notwendig, alternden Menschen ein möglichst wenig beschwerliches Leben zu ermöglichen und ihnen jene Hilfe zukommen zu lassen, derer sie bedürfen. Die Herausforderungen und Erfordernisse eines „menschlichen Alterns" dürfen nicht verdrängt werden; sie müssen noch viel mehr als bislang ins Zentrum der gesellschaftlichen und politischen Debatten treten. Doch stellt sich die Frage, ob es gerechtfertigt ist, das Altern allein oder vornehmlich negativ zu betrachten. Denn wenn man das anthropologische Nachdenken über das Altern vertieft, zeigt sich schnell, dass das Altern auch als ein positives Phänomen zu verstehen ist, und zwar sowohl auf der individuellen Ebene als auch auf der Gattungsebene.

Auf der Gattungsebene führt das Altern dazu, dass eine Generation auf die andere folgen kann und dass somit durch jüngere Menschen das vorhandene Wissen weiterentwickelt, etwas Neues gewagt und auf aktuelle Herausforderungen reagiert werden kann. Menschen scheinen nämlich, je länger sie leben, eher an Bewahrung dessen, was sie selbst bereits erreicht haben, interessiert zu sein. Wandlung, Entwicklung und Anpassung an neue Situationen bedürfen in besonderer Weise der Innovationskraft und Kreativität jüngerer Generationen. Wenn Menschen gar nicht (oder nur sehr langsam) alterten, wäre daher auch die kulturelle Evolution stark verlangsamt (von der natürlichen Evolution des Menschen ganz zu schweigen). Aus dieser Sicht ist das Altern der Preis der Evolution. Leben kann sich nur entwickeln, wenn die einzelnen Lebewesen auch altern und sterben. Oder umgekehrt und positiv formuliert: Nur, weil Menschen altern und ältere Menschen den jüngeren weichen, nicht ohne ihnen ihre Erfahrungen und ihren Rat mitzugeben, gab und gibt es überhaupt eine Entwicklung des Menschen sowohl als Natur- als auch als Kulturwesen.

Dass Menschen altern und sterben, hat allerdings nicht nur positive Folgen für die Menschheit im Allgemeinen, sondern auch für den einzelnen Menschen. Ein Gedankenexperiment kann dies verdeutlichen. Man stelle sich vor, Menschen müssten aufgrund des medizinischen Fortschritts einmal nicht mehr sterben. Dann wäre das Menschsein nicht nur quantitativ, sondern qualitativ tiefgreifend verändert. Man könnte sogar fragen, ob jene Menschen, die nicht mehr sterben müssten, überhaupt noch Menschen sind. Denn für sie bedeutete es etwas ganz anderes, Mensch zu sein, als für jene

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Kathrin Kürsten, Heike Kautz, Hermann Brandenburg: Gerontologie kompakt (9783456861869) © 2022 Hogrefe Verlag, Bern.

Menschen, die sich ihrer Endlichkeit und drohenden Hinfälligkeit bewusst sind – und sich ihrer unweigerlich bewusst sein müssen. Der wichtigste Unterschied zwischen sterblichen und nicht-sterblichen Menschen läge darin, dass für jene Wesen, die nicht mehr sterben müssen, die Freiheit ihren Ernst verlöre. Jede Entscheidung könnte nämlich revidiert werden. Nichts hätte tiefe, die eigene Existenz einfordernde und vor eine wirkliche Entscheidung stellende Bedeutung. Man kann sich ein solches Leben nur als äußerst traurig und als trotz aller möglichen Ereignisse und Erfahrungen, die es erlaubt, zutiefst monoton vorstellen. Denn mit der unendlichen Fülle der Zeit könnten diese Menschen einzelne Momente gar nicht mehr als besonders kostbar wahrnehmen. Sie wüssten ja, dass gute Momente nicht nur immer wieder kommen, sondern dass es immer wieder auch noch bessere Momente geben könnte. Eine solche Erwartung aber macht es unmöglich, Glück zu erfahren, und führt zu einer das gesamte Leben umfassenden Langeweile, wenn nicht sogar zu einer lähmenden Verzweiflung. Denn die Erfahrung wirklichen Glücks setzt die absolute Besonderheit eines jeden geglückten Augenblicks und somit die Begrenztheit des Lebens – in anderen Worten: das Altern – voraus.

Es gibt noch einen dritten Grund für eine zunächst einmal positive Sicht des Alterns. Dieser Grund liegt darin, dass in heutigen westlichen Gesellschaften viele Menschen nicht nur wesentlich älter werden als noch im 20. Jahrhundert, sondern dass sie auch wesentlich länger als je zuvor gesund und selbstbestimmt leben. Die viel beschworenen problematischen Aspekte des Alterns – insbesondere des sehr hohen Alters – können daher als oft auch behandelbare Schattenseiten einer zunächst einmal positiven Entwicklung verstanden werden. Nur weil Menschen heute bedeutend älter werden bzw. bedeutend länger gesund leben als je zuvor, werden auch bestimmte Krankheiten oder Gebrechen des sehr hohen Alters zu individuellen oder gesellschaftlichen Herausforderungen. Die Zahl dieser Herausforderungen ist nicht gering. Sie reichen von Fragen der Finanzierung des Gesundheitswesens über die Entwicklung neuer Lebensmodelle für ältere Menschen bis hin zur Notwendigkeit, für Menschen mit Demenz gut zu sorgen. Angesichts der Vielfalt von Herausforderungen, auf die praktische Antworten notwendig sind, geht jedoch oft der Blick für die eigentliche, allen anderen Problemen und Fragen zugrundeliegende Herausforderung des Alterns verloren. Worin liegt diese Herausforderung, die nicht einfach relativiert werden kann?

1.3 Die Herausforderung des Alterns

Diese Herausforderung des Alterns liegt darin, dass die äußere Freiheit des Menschen – verstanden als seine Möglichkeit, ein selbstbestimmtes und von äußeren Zwängen freies Leben zu führen – zunehmend eingeschränkt wird. Die Gründe für diese Einschränkungen sind vielfältig. Es gibt physische Gründe wie etwa Krankheiten oder das Nachlassen der Lebenskraft; es gibt daneben psychische, geistige, soziale oder auch kulturelle Gründe.

Eine Einschränkung des Freiheitsraumes ergibt sich allein schon aus der Endlichkeit des menschlichen Lebens. Zwar muss sich auch ein junger Mensch dessen bewusst sein, dass der Tod jeden Moment eintreten könnte. Doch wird er sein Leben zunächst einmal als einen offenen Raum verstehen können, den es zu erkunden gilt. Mit jeder Entscheidung, die ein Mensch trifft, verändert sich allerdings dieser Raum. Wer etwas zum ersten Mal tut, kann es nie wieder zum ersten Mal tun. Die Entscheidung, einen bestimmten Lebensweg zu beschreiten, bestimmt andere zukünftige Entscheidungen. Man lebt zwar oft unter der Voraussetzung, dass viele Entscheidungen reversibel seien. Allerdings ist keine einzige Entscheidung im strengen Sinne umkehrbar. Denn man kann nie mehr zu jener Lebenssituation zurück, in der man

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Kathrin Kürsten, Heike Kautz, Hermann Brandenburg: Gerontologie kompakt (9783456861869) © 2022 Hogrefe Verlag, Bern.

einmal eine Entscheidung getroffen hat. Man kann Entscheidungen bestenfalls revidieren, sie sich also, so die Etymologie dieses Wortes, noch einmal ansehen und dann gegebenenfalls eine andere Entscheidung treffen. Jedoch fällt einem, je länger man noch zu leben hofft, eine solche Revision umso leichter. Teils gravierende Um- und Neuentscheidungen sind gerade für junge Menschen alltägliche Phänomene.

Wer sich jedoch aufgrund vorangeschrittenen Alters bewusst sein muss, dass seine Tage, Wochen oder auch Monate gezählt sind, wird nicht nur um die Bedeutung jeder einzelnen Entscheidung wissen, sondern erfährt in oft schmerzhafter Weise auch, dass er/sie nicht mehr viel zu entscheiden hat. Ein alter oder sehr alter Mensch erlebt daher das Alter als eine zunehmende Einschränkung seines Freiheitsraumes. Er erfährt, je älter er wird, außerdem nicht nur die Endlichkeit, sondern auch die Hinfälligkeit des Lebens als zunehmende Begrenzung seiner Freiheit. Vieles, was er einmal tun konnte und vielleicht auch immer noch tun möchte, kann er nun nicht mehr tun. Die physischen, psychischen oder geistigen Kräfte reichen nicht mehr aus. Hilfe von außen wird zunehmend notwendig; eine zuvor ungekannte Abhängigkeit von anderen Menschen stellt sich ein.

Diese Einschränkung der Freiheit im Alter muss insbesondere in der heutigen Gesellschaft höchst problematisch erscheinen. Denn die Freiheit ist zu einem wichtigen, wenn nicht sogar vielfach zum bedeutendsten Lebensideal geworden. Dabei wird Freiheit oft auf die Zahl der Möglichkeiten, unter denen man – d. h. das einzelne Individuum – auswählen kann, reduziert. Man ist also umso freier, je mehr Möglichkeiten offenstehen. Der Sinn des Lebens besteht dann darin, die Zahl dieser Möglichkeiten immer mehr zu erweitern oder viele Möglichkeiten auch zu ergreifen. Wenn die Zahl dieser Wahlmöglichkeiten eingeschränkt wird, scheint das Leben seinen Sinn zu verlieren. Das Altern erscheint als zutiefst negativ. Es zeigt sich als eine sinnlose Kränkung des Menschen und seiner Sehnsucht nach Freiheit und Selbstbestimmung. Die Konsequenz muss dann sein, die negativen Folgen des Alterns zu beseitigen, möglichst lange herauszuzögern oder durch den Tod zu vermeiden.

Doch kann man Freiheit auch anders verstehen, nämlich nicht als etwas, das allein durch eine hohe Zahl von Entscheidungs- und Handlungsmöglichkeiten verwirklicht wird, sondern als entschiedene und immer auch zur Entscheidung herausgeforderte Aneignung einer konkreten Lebenswirklichkeit. Im ersten Fall wird Freiheit, vereinfacht gesprochen, am Modell des Konsumenten verstanden, der aus einem großen Warenangebot wählen kann. Man kann von einem „ökonomischen" Verständnis von Freiheit sprechen, das den einzelnen Menschen und seine Wünsche in den Vordergrund stellt. Im anderen Fall bedeutet Freiheit wesentlich mehr, in all seinen Entscheidungen die konkrete Wirklichkeit des Lebens wahrzunehmen und ihre Erfordernisse anzuerkennen. Man kann von einem „ökologischen" Verständnis von Freiheit sprechen, das stärker die Verantwortung des Menschen – im Sinne einer Antwort auf eine gegebene Situation – betont. Verantwortung zu übernehmen, mindert allerdings nicht die Freiheit, sondern führt zu einer vertieften Erfahrung von Freiheit, gerade auch wenn es bedeutet, dass durch eine freie Entscheidung die Zahl der möglichen Entscheidungen beschränkt wird. Wer zum Beispiel einem anderen Menschen ein Versprechen gibt, handelt nicht gegen seine Freiheit, indem er sie begrenzt, sondern verwirklicht sie gerade in der verantwortungsvollen Beziehung zu einem konkreten anderen Menschen. Menschliche Freiheit bewährt sich nämlich gerade in der freien, nicht willkürlichen Anerkennung jener Verantwortung, in deren Horizont der Mensch gerade als freies Wesen immer schon steht.

Wer Freiheit „ökonomisch" versteht, will letztlich um der eigenen Freiheit willen vom Altern und seinen negativen Konsequenzen frei sein. Wenn Freiheit jedoch „ökologisch" verstanden wird, kann man sich darum bemühen, zum Altern gerade auch als Einschränkung des eige-

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Kathrin Kürsten, Heike Kautz, Hermann Brandenburg: Gerontologie kompakt (9783456861869) © 2022 Hogrefe Verlag, Bern.

nen Freiheitsraumes frei zu werden und es in einer gelassenen, das wirklich Unvermeidbare sein lassenden Haltung als Moment des Lebens anzuerkennen: in all seiner Gebrechlichkeit und Not, aber auch in seiner Schönheit und Würde.

Eine gelassene Freiheit zum Altern ist gerade unter den Voraussetzungen einer altersflüchtigen Kultur und angesichts der Zunahme degenerativer Erkrankungen alles andere als leicht. Doch hat sie nicht nur den entscheidenden Vorteil, dass sie die Wirklichkeit eines endlichen und begrenzten Lebens anerkennt und in der Begrenzung von äußerer Selbstbestimmung einen inneren Freiheitsraum zu bewahren hilft. Sie führt auch dazu, den Menschen aus der Isolation eines ihn vereinsamenden Individualismus herauszureißen. Denn eine von Gelassenheit durchstimmte Freiheit zum Altern, die selbst ein schwer kranker Mensch noch zeigen kann, ist letztlich nur als geteilte Freiheit zu denken, als Freiheit *mit* anderen Menschen. Man altert in einer solchen Freiheit zum Altern nicht mehr allein, auf sich selbst und seine Einschränkungen zurückgeworfen, sondern mit anderen: mit anderen Menschen, die selbst altern, mit Menschen, die für einen da sind, und auch mit Menschen, für die man, selbst in größter Hinfälligkeit, da sein darf.

Daher dürfte sich gerade auch in den Einschränkungen, die das Altern mit sich bringt, die Möglichkeit tiefer menschlicher (Freiheits-) Erfahrungen zeigen, die dort nicht in den Blick treten, wo Freiheit auf die bloße Zahl der bloß äußerlichen Wahlmöglichkeiten reduziert wird, die einem einzelnen Menschen offen stehen. Es kann neben den Einschränkungen des Alterns auch eine innere Freiheit des Alters geben – eine zutiefst menschliche Freiheit. Denn das Leben ist kein Besuch im Supermarkt mit Taschen voller Geld, sondern bedeutet immer, sich in einem Haus einzurichten, das schon bewohnt und gebaut ist, wenn man es zum ersten Mal betritt, und das noch stehen wird, auch wenn man lange schon wieder ausgezogen ist.

(Dies ist die leicht veränderte Fassung eines Textes, der ursprünglich in Sailer-Pfister et al. erschienen ist: [Zaborowski, 2017].)

Weiterführende Literatur

Coors, M. (2020). *Altern und Lebenszeit. Phänomenologische und theologische Studien zu Anthropologie und Ethik des Alterns.* Tübingen: Mohr Siebeck. https://doi.org/10.1628/978-3-16-159187-7

Enders, M. (Hrsg.). (2019). *Menschlich altern. Multidisziplinäre Betrachtungen des menschlichen Alters.* Nordhausen: Verlag Traugott Bautz.

Höffe, O. (2018). *Die hohe Kunst des Alterns. Kleine Philosophie des guten Lebens.* München: C. H. Beck. https://doi.org/10.17104/9783406727481

Altenberg, B., Greulich, K. O., Elsässer, V., Gabrian, M., Wahl, H.-W. & Knell, S. (2017). *Altern. Biologische, psychologische und ethische Aspekte.* Freiburg i. Br.: Verlag Karl Alber.

Zaborowski, H. (2017). Menschlich alt werden. Phänomen, Sinn und Freiheit des Alterns. In S. Sailer-Pfister, I. Proft & H. Brandenburg (Hrsg.), *Was heißt schon alt? Theologische, ethische und pflegewissenschaftliche Perspektiven. Ethische Herausforderungen in Medizin und Pflege* (S. 35–43). Ostfildern: Matthias Grünewald Verlag.

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Kathrin Kürsten, Heike Kautz, Hermann Brandenburg: Gerontologie kompakt (9783456861869) © 2022 Hogrefe Verlag, Bern.