



seit 1558

Friedrich-Schiller-Universität Jena

Altern anerkennen und gestalten

Perspektiven einer Ethik des Alter(n)s

26. September 2012 Caritas-Akademie Köln

PD Dr. Hans-Martin Rieger



1. Herausforderungen in der Gegenwart

... einige Verschiebungen und Fragestellungen ...

- Vom Zusammenleben der Generationen zum Krieg der Generationen?
- Von der Belastung des Alters zur Gestaltung und zum „erfolgreichen“ Altern?
 - Die Entdeckung der Senioren (Keil zwischen jungen Alten und alten Alten?)
 - Wie produktiv muss Altern in einer ökonomisch bestimmten Gesellschaft sein?
- Zwischen Abbau / Defizit und Weiterentwicklung / Formbarkeit?
 - Das hohe Ideal der Gesundheit (Fitness) und der Langlebigkeit (Anti-Aging). Wo bleibt die Anerkennung des Schrumpfens und der Gebrechlichkeit?



1. Herausforderungen in der Gegenwart

... einige Verschiebungen und Fragestellungen ...

- Vom jenseitigen zum innerweltlichen Alterstrost. Wo bleibt die Altersklage?
 - Verschiebung vom Sein-Lassen zum Gestalten / Verschiebung der professionellen Advokaten / Trostspender (Ärzte und Pfleger als Priester in weiß?)
- Wie *sollen* wir altern?
 - Normativer Gebrauch von Altersvorstellungen / Projektionen – Ängste / Verantwortungsdruck



2. Was macht Ethik?

- Disziplin des kritischen Nachdenkens über Ethos / Moral.
- Moralische Vorstellungen sind in Gesellschaft / Kultur implizit vorhanden.
 - Rekonstruktive Aufgabe: durchschauen, entschlüsseln
 - Begründungsaufgabe: Welche Voraussetzungen / Unterstellungen / Argumente?
- Advokat der Frage: Wie wollen und sollen wir als Menschen leben?
 - Advokat gegenüber anderen (Fremd-) Bestimmungen
 - Gesundheit / Altern werden von vielen gesellschaftlichen Agenten mitbestimmt (Medien, Forschung, Populismus)
- Theologische Ethik expliziert Grundsätze des christlichen Ethos / Menschenbilds.
 - Vernünftig: auch nichtreligiöse Perspektiven müssen Bedeutung nachvollziehen können (z.B. Geschöpf sein – *angewiesen* sein)



3. Altern – eine Herausforderung für Leben und Glauben jedes Einzelnen

- Das Bewusstsein der Endlichkeit / Begrenztheit der menschlichen Existenz
 - Altern ist der Endlichkeitsindikator menschlichen Lebens / denkerische Würde: sich dem zu stellen / Vorbildfunktion älterer Menschen in Gesellschaft?
- Der Mensch ist ein zeitliches Wesen
 - Wesen, das Veränderungen kompensieren kann, Ziele restrukturieren kann
 - Keine Phase ist Vollphase des Lebens, die anderen Schwundphasen ... eigene Würde!
 - Gesundheit kann Leben mit Einschränkungen bedeuten. Der gesellschaft. Gesundheitsbegriff ist nicht altersgerecht.



3. Altern – eine Herausforderung für Leben und Glauben

- Die Fremdheit im Leib

- Leib bin ich, indem ich selbstverständlich in ihm wohne – Körper habe ich, mit dem ich als Objektivierbares umgehen kann und muss.
- Leib ist verborgen, selbstverständlich (wie Gesundheit auch), Körper ist integriert
- Krankheit / Schmerz / Alter: Entselbstverständlichung, Erfahrungen der Fremdheit
- Leib ist keine Maschine, ihm widerfährt etwas (Glück und Leid)



Das war ein bisschen Philosophie ...

- Altern als Herausforderung für den Glauben?

- Der sich verändernde Körper als Gabe?
- Annehmen eines von Gott begrenzten und als Leihgabe (!) gegebenen Lebens!



3. Altern – Grundsätzliches

Altern als dynamischer Prozess ...

- zwischen Verlust und Gewinn
- zwischen Gegebenem und Aufgegebenem (extrem: zwischen Schicksal und Machsals)

Bsp. Wachstum eines Baumes

- zwischen Verfestigung (Sturheit) und Veränderung (Flexibilität)
- zwischen Verarbeitungs- und Widerstandsfähigkeit





3. Altern – Grundsätzliches

Der dynamische Prozess ist bestimmt durch ...

- biologisch-medizinische Faktoren: Ressourcenabnahme; Ressourcenverlagerung zur Bestandserhaltung, ‚Morbidity‘
- sozial-biographische und sozial-umweltbezogene Faktoren (Partizipationsfrage und Lebensstilfrage)

Psychologischer Parameter: **Realitätsanpassung** – „gelingendes Alter“

- Gewordenes – ‚somatogener Entwicklungsorganisator‘ (G. Heuft)
- SOK-Modell (keine normative Zielvorgabe) – objektiv(?)
- motivational-emotionale Wahrnehmung / Lebenszufriedenheit durch Zieltransformation – subjektiv (?)



3. Altern – Grundsätzliches

Theorie „erfolgreiches Altern“ (Exkurs)

■ objektiv: Realitätsanpassung im SOK-Modell von P. Baltes

Drei Strategien, deren Zusammenspiel eine erfolgreiche lebenslange Entwicklung ermöglicht:

1. Selektion

- aus den vorhandenen Lebensmöglichkeiten diejenigen auswählen, die wir verwirklichen wollen

2. Optimierung

- geeignete Mittel suchen, um das Gewählte möglichst gut zu tun

3. Kompensation

- flexibel reagieren, wenn Mittel wegfallen und neue Wege suchen, um den eigenen Zielen näherzukommen

Beispiel: Arthur Rubinstein

Selektion: spielte ein geringeres Repertoire an Stücken im höheren Lebensalter

Optimierung: übte diese Stücke umso intensiver

Kompensation: spielte langsamer vor schnellen Sätzen (um zu kontrastieren)

■ subjektiv: Lebenszufriedenheit – durch

- Aktivität (Aktivitätstheorie)
- Freiheit (Disengagementtheorie)
- Motivational-emotionale Wahrnehmung / kognitive Repräsentation / Kontrolle (H. Thomae)



4. Ausblick Richtung Ethik

Ausgang: **Umgang** mit einer Realität – Realität durch Umgang (!)

Gegenüber einer Ethik des Auf-gebenen, der Pflicht, der Nutzens ...

braucht es eine Ethik des Gewordenen, des Gegebenen, des Sein-Lassens.

Ein Ethos des Leibes umfasst, sich in richtiger Weise auf den Leib einzulassen und auch loszulassen, es umfasst die Kompetenz mit Widerfahrnissen umzugehen.



5. Grundlegung einer Ethik des Alterns

1. Angewiesenheit

Im Alter wird die Angewiesenheit des Menschen konkret – der Umgang mit ihr kann eine Vorbildfunktion für die Gesellschaft haben.

Angewiesen auf den Körper, auf Mitmenschen, auf Gott (Brücke vom hebräischen Seele-Verständnis zu Ressource-Modellen).

Wir leben immer schon in Verhältnissen der Angewiesenheit! Uns wird zuerst gegeben, bevor wir geben.

Konstitutiv für die Würde des Menschen ist nicht Autonomie / Selbstbestimmung, sondern die Beziehung zu anderen (Zuwendung von Mitmenschen / Gottes). Angewiesensein ist die Grundlage, Autonomie das Ziel. Denn das Mit-Sein und Für-Sein anderer begründen erst mein Selbst-Sein!

Eine Ethik der Autonomie hat zu beachten, dass Autonomie von Fürsorge / Relationen der Angewiesenheit lebt.



5. Grundlegung einer Ethik des Alterns

2. Anerkennen

Altwerden fordert heraus, Angewiesenheit anzuerkennen und anzunehmen. Die Befähigung dazu zielt auf Realitätsanpassung durch Vielfalt der Bewältigungsformen (aktiv-passiv / assimilativ-akkomodativ / Abschied / Trauer), die nicht durch Projektionen – etwa einer aktiven oder flexiblen Kontrolle – abgewertet werden dürfen.

Es geht nicht um Anerkennung von Realität um jeden Preis (auch Illusionen können protektiv sein) – es geht um die Kongruenz zwischen wahrgenommener Realität und persönliche Auffassung bzw. Bedürfnis- und Zielstruktur eines Menschen. Es geht darum, mit einer Realität zu leben und Zielbindungen (Hoffnung), wenn auch in veränderter Form, zu haben. *Bedeutsamkeit ist wichtiger als Kontrolle!*



5. Grundlegung einer Ethik des Alterns

3. Gestalten

Altwerden fordert heraus, die überkommenen kleineren oder größeren Gestaltungsräume für eine selbstverantwortete Lebensführung zu kultivieren.

- Ziel einer selbstverantworteten Lebensführung – auch bei Verlust der Selbstständigkeit in basalen Bereichen (Pflege).
- ‚Gestaltung‘ auf Sinnebene: Durchsichtigwerden des Lebens für wichtige und unwichtige, tragende und nichttragende Lebensziele (Gerotranszendenz – statt rückwärtsbezogene Selbstständigkeit: von Bedeutungszuschreibungen früherer Lebensphasen lösen).
- Achtung der selbstbestimmten Lebensführung bei Menschen mit Demenz: Leibsein als geronnene / sedimentierte Lebensführung (vgl. Baum / Fluss).
- Achtung der selbstbestimmten Lebensführung: Räume für altersspezifische Verwirklichung – aber auch Raum, Möglichkeiten *sein zu lassen*.



5. Grundlegung einer Ethik des Alterns

4. Generativität

Die Gesellschaft ist herausgefordert anzuerkennen, dass ältere Menschen nicht nur Empfänger von (Transfer-) Leistungen sind. Sie sind Gebende, sei es in Form sozialer Mitverantwortung, sei es als Sinnzeichen der Auseinandersetzung mit Begrenzungen, des Überschreitens von Selbstbesitz oder als Erinnerungsgestalt für die Angewiesenheit menschlichen Lebens. Was ältere Menschen zu geben vermögen, darf nicht an vergangenen Leistungen des Erwachsenenalters gemessen werden, sie vermögen *als ältere Menschen* etwas zu geben: die Gabe des Alters.

Was wird von älteren Menschen erwartet und als sozialer Wertschätzung würdig betrachtet?



6. Christlich-biblische Einsichten

Altern als Testfall des christlichen Glaubens

... der bekennt: auf Gott ganz und gar angewiesen zu sein.

... die leibhafte Radikalisierung des Glaubens ... bis hin zum Sterben.

... Angewiesenheit tritt aus der Verborgenheit heraus.



6. Christlich-biblische Einsichten

Gottesdienst in Leiblichkeit und Lebenslauf

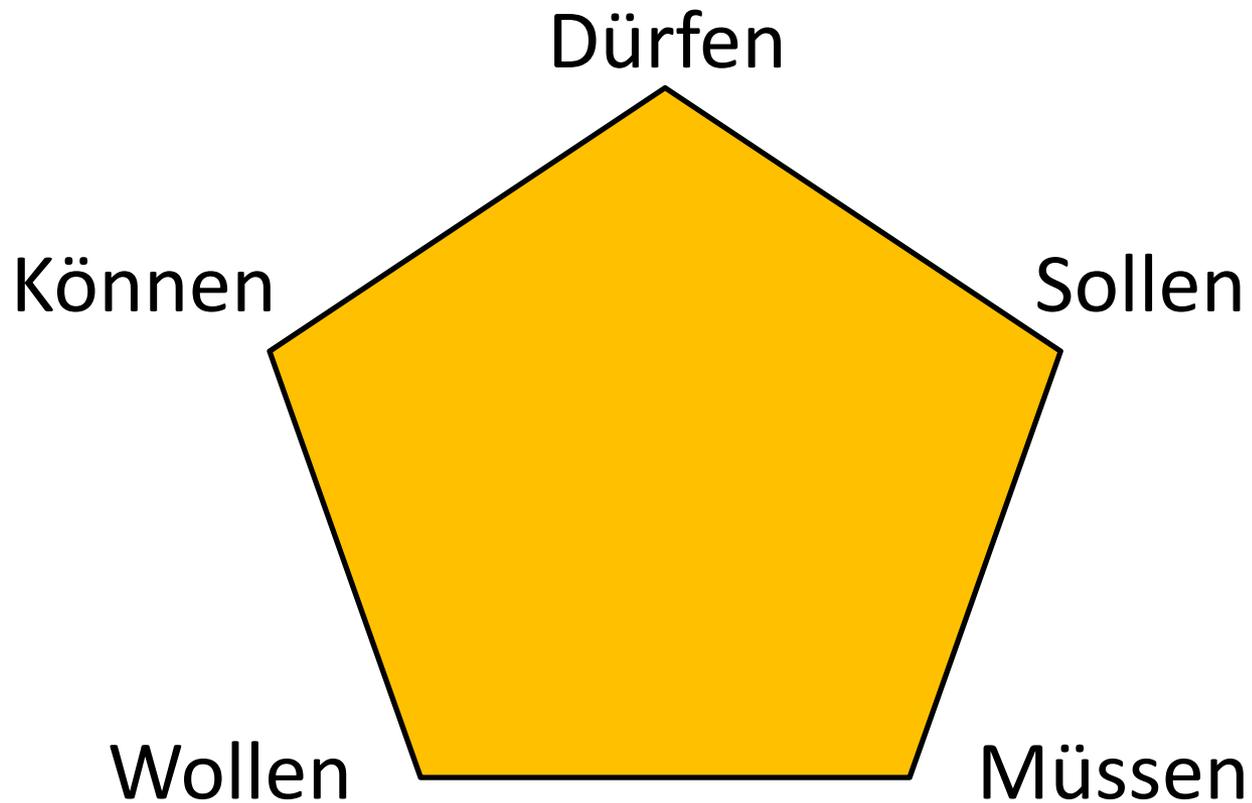
Leib als Ort der Verherrlichung Gottes (1 Kor 6,20 / Röm 12,1)

- 1. Feier der Leihgabe / Leiblichkeit als Selbstzweck.
(Körperpflege / Bewegung)**
- 2. Weitergabe des Empfangenen: intergenerative / intragenerative Verantwortung.**
- 3. Hingabe als Zurückgeben des (Leih-) Gaben an den Geber!**

Freiheit, abnehmen zu *dürfen*, etwas geschehen lassen zu *dürfen*!



7. Meditation: Vom Getragen-Werden – Vom Dürfen





7. Meditation: Vom Getragen-Werden – Vom Dürfen

- Was trägt mich? Wenn ich andere ‚trage‘?
- Wer trägt, wenn mein Ich, das alle Lebensphasen zu umfassen hat, sich nicht als tragendes Kontinuum erweist, sondern als temporal-veränderliches und fragiles? Bin ich Subjekt (wörtl. das Zugrundeliegende?) – was bin ich als dementer Mensch?
- *Wie werde ich sein?*
- Wer trägt, wenn tragende Lebensbedeutungen in Fluss geraten?
- Was führt zum Verantwortungsdruck? Zur Last des ‚Müssens‘ und ‚Sollens‘?



7. Meditation: Vom Getragen-Werden – Vom Dürfen

In die Knie geht Bel, es krümmt sich Nebo.

Ihre Bilder sind den Tieren und dem Vieh aufgepackt,
eure Traglasten sind aufgeladen worden als Last den Erschöpften.

Sie krümmen sich, sie gehen allesamt in die Knie,
sie können die Last nicht retten und gehen selbst in die Gefangenschaft.

Hört auf mich, Haus Jakob und der ganze Rest des Hauses Israel,
aufgeladen vom Mutterleib an, getragen vom Mutterschoß an:

Auch bis ins Alter bin ich es,
und bis zur Grauköpfigkeit werde ich schleppen!

Ich habe es getan und ich werde tragen,
und ich werde schleppen und retten.

(Jes 46,1-4)



7. Meditation: Vom Getragen-Werden – Vom Dürfen

In Gott und der Treue seines Tragens ruht das Kontinuum eines Lebens – von der Geburt bis ins hohe Alter. Hier ist gewissermaßen der *cantus firmus* zu suchen, der die Verschiedenartigkeit der Lebensphasen in ihrer temporalen und leibseelischen Verfasstheit zu umgreifen vermag. Das Subjekt – sagen wir es moderner – verbürgt nicht selbst für eine kontinuierliche Identität durch die Lebensphasen hindurch; es erscheint als getragenes.

Der Verzicht auf einen selbsttragenden Identitätsanspruch ist zugleich ein Gewinn: Die Veränderungen des Alterns, die Brüche und das Heterogene müssen nicht mehr bedrohlich erscheinen, sie vermögen anerkannt zu werden. Meine Lebenswerte, Lebensbeziehungen und Lebenssituationen sind entlastet davon, mir den letzten Halt zu geben.



7. Meditation: Vom Getragen-Werden – Vom Dürfen

Alt werden können:

Gesundheit ist die Fähigkeit, „sich in der Zeit verändern, wachsen, reifen, sterben zu können.“

Viktor von Weizsäcker

Alt werden dürfen!

DANKE FÜR DIE AUFMERKSAMKEIT!



Urteilshilfe für Pflegeethik / Medizinethik allgemein:

