

Über das Begleiten älter werdender Menschen mit Behinderungen

Bernhard Schmalenbach im Gespräch mit Konrad Lampart

Der Begleitung von älter werdenden Menschen mit Behinderungen kommt in der sozialtherapeutischen Arbeit eine wachsende Bedeutung zu. Im Rahmen des Forschungsprojektes «Ruhestand gestalten – Heilpädagogik im Wandel»¹ steht die Frage im Mittelpunkt, welche Aus- und Weiterbildungsinhalte pädagogische Fachkräfte zu einer guten Begleitung von älteren Menschen mit Behinderungen befähigen. Dazu wurden im Dialog mit Experten aus der Behindertenhilfe und der Altenhilfe Anregungen für die Aus- und Weiterbildung zusammengetragen und in interdisziplinären Expertenworkshops diskutiert und reflektiert. In diesem Zusammenhang führte Bernhard Schmalenbach das folgende Interview mit dem Sozialtherapeuten Konrad Lampart, der über eine langjährige Erfahrung in der Arbeit mit älter werdenden Menschen und mit deren Angehörigen verfügt. In seinen Ausführungen geht er besonders auf die existentiellen Bedürfnisse und Fragen älter werdender Menschen, der biografischen Bedeutung des Alters und der notwendigen Haltungen und inneren Auseinandersetzung auf Seiten der Begleiter ein.

K. Lampart: In der Begleitung älterer Menschen in der Dorfgemeinschaft waren wir damit konfrontiert, dass sich jüngere Mitarbeiter um ältere Menschen mit Behinderung gekümmert haben. Diese Mitarbeiter kamen oft aus heilpädagogischen Arbeitsfeldern; sie zeigten sich von einer inneren Haltung getragen, Menschen auf den Weg zu bringen, voranzubringen und zu motivieren. Sie erlebten dann, dass dies bei älteren Menschen nicht mehr in dieser Weise ging, sie hatten das Gefühl: es wird immer langsamer, auch dunkler, die Entwicklung geht zurück. Dies ging dann soweit, dass die Begleiter ihr eigenes berufliches Tun und ihr Selbstverständnis in Frage stellten, dass sie frustriert und erschöpft waren.

Was braucht ein Sozialtherapeut, der einen älter werdenden Menschen mit Behinderung begleitet?

K. Lampart: Im Zentrum steht die Auseinandersetzung mit dem Thema Älterwerden überhaupt, wozu auch das Akzeptieren des eigenen Älterwerdens gehört, und die Vorstellung davon, wo man selbst etwa in zehn Jahren stehen wird. Ausserdem die Frage: Was wünsche ich mir, wenn ich mal alt bin? Dies muss man übertragen – auch auf die Wahrnehmung eines Menschen mit Behinderung.

Auch wenn man bedenken muss: Ein Mensch mit Behinderung wird ebenfalls abhängig davon sein, wie er sozialisiert worden ist, welche Kompetenzen und Fähigkeiten zur Problemlösung er sich erworben hat. Weiterhin stellt sich die Frage: Inwieweit macht sich der Begleiter auf den Weg, die Welt des behinderten Menschen wirklich kennenzulernen, wozu auch dessen Familie gehört? Er kann diesen älter werdenden Menschen überhaupt erst wahrnehmen, wenn er auch dessen Geschichte und dessen Erlebensumgebung überhaupt wahrgenommen hat und beurteilen kann.

Insbesondere also Fragen nach dem Lebensbild und der Lebensgeschichte der Betroffenen?

K. Lampart: Es geht hier um die Auseinandersetzung mit der Biografie, um Biografiearbeit, nicht im Sinne einer therapeutischen Arbeit, sondern als ein Verstehen dieses Menschen aus seiner Herkunft und seinem Lebensfaden heraus. Hierauf liegt oft zu wenig Bewusstsein, weil die Begleiter immer sehr mit den Zielen verbunden waren, im Sinne der Integration des Menschen mit Behinderung in eine Lebenswelt hinein. Die Bedeutung der Fähigkeiten und Stärken, welche im mittleren Lebensalter sehr hoch ist, wandelt sich im Alter eben. Die Erfolge und die Leistungsfähigkeit nach aussen stehen nicht mehr wie bisher im Mittelpunkt. Es ist auch ein Erfolg für eine Biografie, wenn man sich aus dem Tätigsein im Äusseren zurückziehen und dann in mehr Ruhe bei sich selber ankommen kann. Es geht darum, diesen ganzen Lebensbogen als eine Realität wahrzunehmen: Sich mit der Erde verbinden und sich wieder lösen. Als eine wesentliche Aufgabe kommt hinzu, personenzentriert zu arbeiten. Es hilft nichts, mit einer Gruppe von Menschen umzugehen, sondern ich muss mich auf den Einzelnen einstellen können, auf die Entwicklung, die er vorher gemacht hat und seinen gegenwärtigen Stand und damit in einen dialogischen Prozess gehen können, um gemeinsam zu schauen: Wie geht es jetzt weiter, was steht an? Wie können wir als Begleiter ihn darin unterstützen, Verantwortung für sich selbst zu übernehmen und sich nicht abhängig zu machen etwa von den Anweisungen der Begleiter? Einen weite-

ren Schwerpunkt in der Fort- und Weiterbildung würde ich in der Auseinandersetzung mit dem Thema Tod und Trauer sehen. Wir haben oft erlebt, dass die älter werdenden behinderten Menschen die Erfahrung machen mussten, dass die Eltern, Verwandte und Freunde gestorben sind. Hier würde es darum gehen, einen Umgang mit dem Thema zu finden, der nicht rein intellektuell ist, sondern die Fähigkeit der Empathie mit berücksichtigt, so dass man sich wirklich hinein fühlen kann in das, was dieser Mensch mit seinen Möglichkeiten und eben in seiner Situation da erlebt – im Sinne einer dialogischen Begleitung. Das Handwerkszeug für diese Form der Begleitung sollte erworben werden können: Wertschätzung entwickeln und wirkliche Offenheit, so dass ich zu einer Begleitung komme, welche einem erwachsenen Menschen gegenüber angemessen ist. Ein weiterer Punkt betrifft die Aufgabe, die unterschiedlichen Anforderungen in der Alltagsbegleitung zu verbinden: Pflege, körperliche Unterstützung, Beratung usw. Hier müssen auch unterschiedliche Fachkräfte miteinander arbeiten. Für die Begleiter bedeutet dies auch, die eigenen Grenzen zu erkennen. In diesem Zusammenhang hat mich die Äusserung eines Arztes beeindruckt, wonach bei älteren Menschen mit Behinderungen Krankheitsverläufe oft nicht entdeckt werden, z.B. eine beginnende Schwerhörigkeit oder eine Einschränkung des Sehens, welche etwa ein Mensch mit Down-Syndrom von sich aus nicht mitteilen kann und dann vielleicht unzufrieden oder aggressiv wird – oder sich zurückzieht, ohne dass man erkennt, woran dies liegt.

Welche Rolle spielt das Wissen über Altersverläufe?

K. Lampart: Natürlich braucht es in der Auseinandersetzung mit dem Älterwerden auch Kenntnisse über die körperlichen Vorgänge und ihre Entwicklung im Alter, angefangen von den elementaren Prozessen wie Ernährung und Bewegung. Wie steht es um die Gesundheit des zu begleitenden Menschen? Die Kenntnis von geriatrischen, psychiatrischen Krankheitsbildern in Verbindung mit den Behinderungen ist von grosser Bedeutung: Ich erinnere mich an eine Frau mit Down-Syndrom, mit der es immer Streit gab, weil sie z.B. bei Tisch die Butter nicht weiter reichte – bis wir dann irgendwann begriffen haben, dass sie nicht (mehr) versteht, was ihr Nachbar von ihr will, wenn er nach der Butter fragt. Sie hatte diesen Begriff nicht mehr zur Verfügung. Sie litt an einer Alzheimer-Demenz, und am Beginn standen eben diese Verwirrungen. Neben der Kenntnis dieser Situation geht es aber auch darum, den Mitbewohnern die Lage vermitteln zu können, so dass eine Wertschätzung der verwirrten Person bestehen bleibt.

**Hier steht ja auch die Haltung zum Alter
als Lebensphase zur Frage.**

K. Lampart: Bei der Frage nach der Haltung zum Alter ist es wesentlich, welches Menschenbild ich habe. In unserer Gesellschaft spricht man hier ja gerne vom Abstellgleis oder vom Altenteil, was ja eine eindeutig negative Bewertung beinhaltet. Und man schaut dann vielleicht auch auf Kollegen herunter, die nicht mehr so leistungsfähig sind wie früher oder auf betreute Menschen, welche nicht mehr aktiv sind. Man tendiert dazu, dies als einen Rückschritt zu deuten, zumal in unserer Gesellschaft die Jugendlichkeit auch von älteren Menschen betont wird. Dabei geht es doch darum, diese Entwicklung nicht als einen Niedergang, sondern als eine persönliche Entwicklung zu sehen, die ihren Wert in der Situation, so wie sie ist, hat und nicht in Frage gestellt werden muss. Dies erfordert eine starke und persönliche Auseinandersetzung mit den Fragen nach der Menschenwürde, dem Wert und dem Sinn des Lebens.

**Du betonst die Haltung und die innere Auseinandersetzung
viel stärker als Inhalte und Wissensbestände. Dies führt
natürlich zu der Frage, wie man die entsprechenden
Haltungen ausbilden kann.**

K. Lampart: Es ist natürlich einfacher, Fortbildungen über Wissensinhalte zu machen, als an der Schulung der Wahrnehmung zu arbeiten. Doch gerade darauf kommt es an: erst einmal wahrnehmen, dass sich überhaupt etwas verändert. Dies dauert ja oft lange, weil die Personen in ihren Routinen stehen und von deren Abläufen getragen sind. Eine weitere Methode wäre die Arbeit an inneren Bildern zum Alter, welches ein anderes Sehen, ein anderes Denken erfordert. Hier wird der scheinbare Rückzug zu einer Art von Lösung. Wir waren damals in der Situation, dass in der Gemeinschaft überhaupt zum ersten Mal Menschen alt wurden. Und es gab keine anderen Mitarbeiter neben uns, die damit schon Erfahrung hatten, so mussten wir in der Situation lernen. Es ging darum, eine Aufmerksamkeit zu entwickeln; diese ist im Laufe der Jahre gewachsen, in einem mühsamen Prozess. Aber ich kann mir vorstellen, wenn man die entsprechenden Erfahrungen aus verschiedenen Situationen zusammenbringt, dann kann man diesen Prozess auch abkürzen. Eine solche Erfahrung etwa war das Beispiel einer Frau mit Down-Syndrom, die sich eines Mittags hinstellte, die Arme zum Himmel hob und sagte: «ich komm', ich komm'». Dann ging sie in ihre Mittagspause und verstarb. Es ist ja so, dass man Menschen mit Behinderungen – besonders auch mit schweren Behinderungen – nicht die Kompetenz zutraut, ihr Leben zu gestalten.

Aber es zeigt sich manchmal eine andere Art des Umgangs mit dem Tod, in der sie uns vielleicht sogar einen Schritt voraus sind. Vielleicht sind sie mit einer Ebene verbunden, die manchem von uns fehlt. Da kommt es für mich als Begleiter nicht darauf an, ihnen zu sagen, was sie zu tun haben, sondern hin zu lauschen und herauszufinden, wo sie stehen und wo sie vielleicht um meine Hilfe fragen. Nachdem wir die gerade beschriebene Situation erlebt haben – die uns durch Mark und Bein ging – haben wir auch in anderen Situationen Ähnliches entdeckt. So dass wir merken: Wir können auf diese Selbstkompetenz der Menschen mit Behinderung vertrauen. Wir müssen uns nur bemühen hinzuhören, hinzuschauen. Das betrifft ja auch den ganzen Umgang mit Biografie, nicht nur mit dem Altern.

**Die Frage nach dem Verhältnis zu seiner Biografie
ist keine Frage der Behinderung.**

K. Lampart: Es spielt eine grosse Rolle, in welchem Bewusstsein wir als Fachleute überhaupt ausgebildet werden. In manchen Ausbildungen, etwa zum Erzieher oder Lehrer, herrscht noch dieses Bewusstsein vor, etwas besser zu können oder zu wissen. Damit aber ergibt sich ein echtes Hindernis auf dem Weg, sich neben den Anderen zu stellen und sich dessen Biografie und Bedürfnisse aussprechen zu lassen – die ganz anders sein können als meine oder die von anderen. Dies hat auch damit zu tun, Ohnmacht zuzulassen, anstatt bestimmen zu wollen. Wir gehen hier durch einen Umkehrpunkt und treten in eine dienende Funktion ein, obwohl wir in gewissem Sinne «Wissende» sind und Verantwortung tragen. Wir müssen uns fragen, wie sich die Identität (i.S. des beruflichen Selbstverständnisses) eines Arbeitsbegleiters, eines Betreuers, eines Therapeuten in der Begleitung von alten Menschen verändert.

**Ich würde gerne nach einem Thema fragen,
welches du intensiv bearbeitet hast:
die Arbeit mit Angehörigen.**

K. Lampart: Die Eltern spielen oft die grösste Rolle, zu ihnen besteht die grösste emotionale Bindung, mit allen Vor- und Nachteilen. Das Zitat einer Mutter eines betreuten Erwachsenen mit Down-Syndrom hat mich in diesem Zusammenhang lange begleitet: «Jetzt war er sein Leben lang behindert, jetzt wird er auch noch alt.» Dieses Zitat zeigt für mich auch exemplarisch, dass sich manche Eltern auch nach fünfzig, sechzig Jahren noch nicht mit der Behinderung ihres Kindes positiv auseinandersetzen können, vielleicht immer noch Schuldgefühle haben. Und dann haben die älteren

Angehörigen lange mit dem Bild gelebt, dass ihr Kind vor ihnen sterben wird. Dies habe ich in den letzten zwanzig Jahren oft erlebt. Dann werden die Eltern 80 Jahre und älter, und müssen begreifen, dass ihr Kind sie überleben wird und das heisst vor allem, dass sie es nicht bis zum Schluss begleiten können. Sie erleben dann eine ganz starke Sorge um die gute Versorgung ihres Kindes, und drängen z.B. darauf, dass der betreute Erwachsene in ein Pflegeheim gehen soll. Damit äussert sich manchmal auch eine Haltung, welche dem Erwachsenen keine individuelle Lösung zugesteht, sondern vor allem das Augenmerk auf seine Hilfsbedürftigkeit legt. Dies erschwert es ja auch, neue Lösungen, etwa das ambulant betreute Wohnen, aufzugreifen.

Andererseits konnten wir auch erleben, dass Angehörige diese Haltung aufgeben können, wenn sie die Gelegenheit haben, über ihre Sorgen und Wünsche zu sprechen. Dies haben wir immer wieder im Zusammenhang mit Angehörigentagen erleben können, bei denen entsprechende Gesprächsgruppen angeboten wurden. Dann konnte auch eine Aggressivität nachlassen, welche sich aus der Angst speist. Dies setzt aber voraus, dass die Eltern erleben, dass ihre Sorgen von den Mitarbeitern ernst genommen werden.

Treten die Geschwister nicht auch oft an die Stelle der Eltern?

K. Lampart: Teilweise. Die allgemeine Erfahrung ist jedoch die: Wenn sich die Eltern nicht darum gekümmert haben, treten die Geschwister nicht mehr ein. Sie sind selbst voll im Berufsleben und haben selbst Kinder zu versorgen. Sie halten zwar Kontakt, aber können nicht jedes Wochenende oder sich die ganzen Ferien um ihre Geschwister kümmern – dies ist auch meiner Meinung nach so angemessen.

Oft kam mit dem Älterwerden der Mitbewohner der Wunsch, noch einmal die eigenen Wurzeln abzutasten. Noch einmal das Dorf zu besuchen, in dem man aufgewachsen ist. Vielleicht auf den Friedhof zu gehen, wo der Vater begraben ist, zu zeigen, auf welche Schule man gegangen ist, wo man gearbeitet hat. Bei einer älteren Frau lag so viel in dem Wort Warum. Es war irgendwo jemand gestorben und sie wiederholte immer wieder dieses Wort. Beim Nachspüren wurde uns deutlich, dass sie über die Lebensfragen kommunizieren möchte, und sie war unglaublich dankbar darüber, dass wir darauf eingegangen sind. Für mich hat in diesem Zusammenhang das Wort Lebensbuch eine grosse Bedeutung. Dieses beinhaltet gleichsam Wesentliches aus der Biografie zusammenzutragen, z.B. über die Dinge, die wichtig waren. Besonders

habe ich dies bei behinderten Menschen erlebt, welche pflegebedürftig wurden und dann über Jahre nicht mehr kommunizieren konnten. Die Mitarbeiter wechseln, die Eltern sind gestorben, es kommen junge Mitarbeiter – und sie begegnen jemandem, der keine Geschichte mehr hat. Bei uns war zum Glück ein Mitarbeiter so aufmerksam, dass er einen Bilderrahmen mit Fotos aufgehängt hat: von den Eltern, dem Bruder, von einem Urlaub am Mittelmeer. Nicht viel, aber so war es etwas ganz anderes, an das Bett zu treten und Kontakt aufzunehmen. So konnte man anhand von ein paar Auslösern mit der Frau ins Gespräch kommen – auch wenn sie nicht mehr antworten konnte, hat man an ihren Augenbewegungen und ihrem Ausdruck merken können, dass sie etwas wahrnimmt, dass sie anwesend ist. Die Umgebung kann hier viel tun, in dem sie eine Mappe oder ein Buch gestaltet, welches noch überschaubar ist. Dies geht also bis in die Gestaltung der Umgebung des konkreten Lebensfeldes.

**Es gibt hier ein deutliches
Bedürfnis nach Rückschau –**

K. Lampart: – Wie immer es sich zeigt: ob im Gespräch oder durch eine Reise – den Weg noch einmal überschauen, den man gegangen ist. Im Sinne von: Dies habe ich gemacht, diese Menschen habe ich getroffen – und es war in Ordnung, auch wenn dies nicht in dieser Weise formuliert wird. Dies bedeutet eine wirkliche Befriedigung, wenn die Stationen, die Leistungen, die Erfahrungen angesprochen werden.

**Es gibt diese Wendung:
seinen Frieden machen ...**

K. Lampart: ... seinen Frieden – das bedeutet ja eine individuelle Haltung, einen individuellen Prozess.

**Dies führt zum religiösen oder
spirituellen Aspekt in der Begleitung ...**

K. Lampart: In diesem Zusammenhang fand ich die Erfahrungen in der Wohngruppe interessant, in der ich über zehn Jahre eine Arbeit gemacht habe, im Sinne eines Bibelabends. Es ging darum, die Bibelstellen des Sonntags noch einmal in einer bildhaften Art aufzugreifen und sie auf die gegenwärtige Zeitsituation zu beziehen. Es war spannend zu erleben, in welcher Weise diese Stellen verstanden wurden. Es wurde da möglich, dies nicht in einer engen Weise zu behandeln, sondern auf eine allge-

mein menschliche Weise. Hier konnten auch Menschen anknüpfen, die mit Religion oder mit dem Christentum im Besonderen nicht viel zu tun hatten. Besonders junge Zivildienstleistende und Praktikanten waren unglaublich beeindruckt über diese Konzentration der Gespräche.

Ich denke, für alle Menschen im Alter werden Fragen nach Spiritualität in einem weiten Sinne, nach dem Sinn des eigenen Lebens, bedeutend. Diese Fragen werden bewusster und existentieller. Es geht hier aber nicht in erster Linie um eine bestimmte Religion, sondern darum, in ein individuelles, aber auch ein gemeinsames Suchen zu kommen. Es hilft, wenn man hier keine Antworten hat, sondern die Fragen miteinander teilt und vielleicht gemeinsam Antworten findet, die wieder mit einem Fragezeichen versehen sind. Dies nimmt der Auseinandersetzung die Angst, die Angst vor dem Nichts, vor dem Tod. Ob wir dies verdrängen oder nicht, dies bewegt die meisten Menschen in ihrem Innern. Was kommt, wenn ich gestorben bin, und macht dies überhaupt einen Sinn, was ich jetzt durchmache: Krankheiten, Schmerzen, Beeinträchtigungen, der Verlust von wichtigen Menschen? Selbst wenn man noch gesund ist, man befindet sich in einem Wandel, die Dinge verändern sich. Dies ist bei Menschen mit einer Behinderung nicht anders, auch wenn sie dies vielleicht weniger intellektuell formulieren. Und ich bin fest davon überzeugt, wenn ein Begleiter auf dieser Ebene für sich selbst ein Suchender ist, und zugleich die Qualität der Zurückhaltung und der Empathie einbringt, dann kann er jemanden begleiten, der selbst vielleicht durch Alter oder Krankheit oder anderes in eine Krise gekommen ist, der auf der Suche ist.

(1) Durchgeführt von S. Roters Möller und B. Schmalenbach am Institut für Heilpädagogik und Sozialtherapie, Alanus Hochschule für Kunst und Gesellschaft, Alfter

Konrad Lampart, Heilerziehungspfleger und Fachwirt, lebte und arbeitete viele Jahre in den Sozialtherapeutischen Gemeinschaften Weckelweiler, Kirchberg/Jagst; seit 2005 als Projektleiter bei der Software-AG Stiftung tätig.

Bernhard Schmalenbach ist Leiter des Institutes für Heilpädagogik und Sozialtherapie der Alanus Hochschule für Kunst und Gesellschaft, Alfter und verantwortlich für den Studiengang: Leitung, Bildung und Forschung in heilpädagogischen und sozialtherapeutischen Arbeitsfeldern; Redakteur der Zeitschrift Seelenpflege.