

Förderkreis Bad Nauheimer Gespräche e. V.

## Potenziale des hohen Alters erkennen und nutzen

*Mit einer Hybridveranstaltung beging der Förderkreis Bad Nauheimer Gespräche e. V. am 16. September 2021 sein 50-jähriges Jubiläum in den Räumen der Landesärztekammer Hessen und online. „Das Alter als Aufgabe und Erfüllung“ lautete der Titel.*

Prof. Dr. Dr. Andreas Kruse, Direktor des Instituts für Gerontologie an der Ruprecht-Karls-Universität Heidelberg, brachte seiner Zuhörerschaft mit einem ergreifenden und erkenntnisreichen Vortrag, den er selbst musikalisch und lyrisch begleitete, wissenschaftliche Erkenntnisse zum Alter(n) näher und appellierte an die Gesellschaft, die Potenziale des Alters zu beachten. Mit Potenziale meinte er seelisch-geistige Entwicklungsprozesse.

„Haben wir das Alter und vor allem das hohe Lebensalter mit seinen ganz unterschiedlichen Qualitäten schon ausreichend erfasst und thematisiert?“, stellte Kruse die aus seiner Sicht nicht nur für Gesellschaft, Kultur und Politik, sondern auch für Medizin, Psychologie und andere Disziplinen zentrale Frage in den Raum. Die Lebensphase des (hohen) Alters könne als Grenzerfahrung beschrieben werden, denn insbesondere Hochaltrigkeit ist von Vulnerabilität und damit von Einbußen geprägt.

Ein Bestandteil seiner Forschungstätigkeit sei daher, wie Hochaltrige mit dem Alter umgehen und wie es gelingen kann, an dieser Grenzerfahrung zu reifen und für andere zum Vorbild zu werden. „In unseren Untersuchungen – sei es zur Rehabilitation von Schlaganfallpatienten, zur Palliativversorgung oder zur Lebensqualität bei Demenzerkrankungen – steht die Frage im Mittelpunkt, inwiefern bei alten Menschen in einer solchen Grenzsituation seelisch-geistige Entwicklungsprozesse beobachtet werden können und inwiefern diese auch unserer Gesellschaft bzw. nachfolgenden Generationen als Vorbild dienen können“, konkretisierte Kruse.

Die intergenerationelle Bedeutung dieser Fragestellung erläuterte Prof. Andreas Kruse anhand einiger zentraler Erkenntnisse aus seinen Forschungsprojekten in der Gerontopsychologie. Im Jahr 2015 veranstaltete sein Forschungsteam mit alten Menschen und jungen Geflüchteten einen Kongress zur Frage, ob alte Menschen in



Prof. Andreas Kruse warnte eindringlich davor, hochbetagte Menschen auf sich selbst zurückzuwerfen und forderte eine andere Anthropologie des Alters

Heidelberg und Umgebung jungen Menschen, die nach Deutschland gekommen sind, etwas über das Land, kulturelle Vielfalt und Werte vermitteln und sie so beim Einleben in ein für sie fremdes Land unterstützen können. Seitens der alten Menschen habe sein Team beobachtet, dass das eigene, im Zweiten Weltkrieg erlittene Flüchtlingsschicksal dazu führte, dass die alten Menschen für sich einen Sinn darin erkannten, ihre in dieser Zeit gesammelten Erfahrungen und ihr reflektiertes Lebenswissen an die nachfolgenden Generationen weiterzugeben.

Eine Langzeitbeobachtung dieser intergenerationellen Beziehungen zeigte nicht nur Effekte auf das Leben der jungen Menschen und deren Familienangehörige, sondern auch auf das der alten Menschen. Diese hätten ein ganz hohes schöpferisches Potenzial erlebt. „Wir sprechen hier von Generativität: Alte Menschen haben, wenn sie in entsprechenden sozialen und kulturellen Strukturen leben, ein großes Interesse daran, etwas für junge Menschen zu tun, um damit auch deren Entwicklung zu befördern bzw. zu bereichern“, fasste Prof. Kruse zusammen.

### Generativität

Der Begriff Generativität bezeichnet eine Stufe im Stufenmodell der psychosozialen Entwicklung des Psychoanalytikers Erik H. Erikson. In diesem Zusammenhang bedeutet Generativität „Liebe in die Zukunft zu tragen, sich um zukünftige Generationen zu kümmern, eigene Kinder großzuziehen. Generativität ist generell das Erziehen der nächsten Generation, sei dies als Eltern oder sonst in einer Form, die ein Ziel vor Augen hat. Erikson zählt dazu nicht nur, eigene Kinder zu zeugen und für sie zu sorgen, er zählt dazu auch das Unterrichten, die Künste und Wissenschaften und soziales Engagement. Also alles, was für zukünftige Generationen ‚brauchbar‘ sein könnte.“

Quelle: Stangl, W. (2021). Stichwort: „Generativität“, in: Online Lexikon für Psychologie und Pädagogik. <https://lexikon.stangl.eu/6181/generativitat>

### Bedeutung des geistig-schöpferischen Potenzials

Diese und andere Forschungsergebnisse ermöglichen eine völlig neue Perspektive auf die Phase des hohen Lebensalters. Daraus ließe sich die Erkenntnis ableiten, dass Sorge für und um Andere – wobei Sorge im produktiven und kreativen Sinne gemeint ist – für alte und hochaltrige Menschen ein zentrales Motiv und damit eine Motivation ist. „Sinn ist in diesem Zusammenhang eine zentrale Grundlage dafür, dass Menschen das Leben bejahen und es ihnen gelingt, mit Grenzsituationen umzugehen.“ Diese Aufgabenstellung legte Prof. Kruse Menschen jeglichen Alters ans Herz: „Die Auseinandersetzung mit der grundsätzlichen Frage, welchen möglichen kreativen, produktiven Ort wir für uns haben und was wir für diese Welt tun können, ist wichtig, um mit der eigenen Endlichkeit besser umgehen zu können.“

Mit Blick auf die Phase des hohen Lebensalters ging Kruse noch einen Schritt weiter: „Chronisch-konsumtive Erkrankungen, Gebrechlichkeit und Pflegbedürftigkeit können wir nur dann vermeiden oder aufhalten, wenn wir in einem Umfeld leben können, das uns signalisiert, dass es unsere seelisch-geistigen Potenziale erkennt und das uns die Möglichkeit gibt, für andere Menschen zu sorgen.“

Wie seine Forschung auch durch literarische Werke inspiriert wird, demonstrierte Prof. Kruse anhand einer Rezitation des Gedichts „Stufen“ von Herrmann Hesse. Das Stufenmodell nach Erik H. Erikson entspreche der lyri-



Kruse, der Psychologie, Philosophie und Musik studiert hat, unterstrich seine Ausführungen musikalisch und lyrisch mit thematisch passenden Werken von J. S. Bach, Herrmann Hesse und Joseph von Eichendorff

schen Form dieses Werks. Somit könne Hermann Hesses Gedicht als Impuls für ein besseres Verständnis der Entwicklung auch im Lebensabschnitt Alter dienen und sei eine wunderbare Metapher dafür, sich das Leben bzw. die unterschiedlichen Lebensalter als Lebensstufen vorzustellen, innerhalb derer wir als Menschen unterschiedliche Aufgaben und auch Grenzerfahrungen zu bewältigen haben. Auch die Musik von J. S. Bach verdeutliche diese Entwicklungsmöglichkeiten, denn der Komponist sei im Alter immer experimentierfreudiger geworden und seine Werke zeigten eine zunehmend tiefere Auseinandersetzung mit der Musik.

Kruses Ausführungen verdeutlichten zudem, dass es ein „zu spät“ nicht zu geben braucht. Auch bei einer stark ausgeprägten Demenz können sogenannte „Inseln des Selbst auftreten“, in denen sich das seelisch-geistige Potenzial ausdrückt.

### Bedeutung für Gesellschaft und Praxis

„Die Gesellschaft muss den Hochaltrigen die Möglichkeit geben, ihre Potenziale zu entfalten. Wir sollten das Alter nicht auf das Verletzliche reduzieren“, lautete die eindringliche Botschaft von Prof. Andreas Kruse. „Wenn wir Menschen sozusagen auf sich selbst zurückwerfen, werden sie in der Vulnerabilität verharren“, mahnte er. Chronische Erkrankungen könnten dann schneller in eine Pflegebedürftigkeit ausarten. Auch als Mitglied in der Alterskommission der Bundesregierung habe er deshalb für ein verändertes Verständnis, eine neue Anthropologie des Alters, plädiert. Die rein ökonomische Perspektive auf diese Lebensphase bezeichnete Kruse als völlig unzureichend.



„Vor 51 Jahren wurden sie von Prof. Dr. med. Horst Joachim Rheindorf, damaliger Geschäftsführender Arzt der Landesärztekammer Hessen, erdacht, vor 47 Jahren fand dann das erste Bad Nauheimer Gespräch statt – heute ist es die 151. Veranstaltung.“  
Dr. Gottfried von Knoblauch zu Hatzbach, Vorsitzender des Fördervereins Bad Nauheimer Gespräche e. V., blickte in seiner Begrüßung auf die Historie der Veranstaltungsreihe

Auch für Ärztinnen und Ärzte, Pflegerinnen und Pfleger ließe sich aus den dargestellten Erkenntnissen die anspruchsvolle Aufgabe ableiten, bis in das hohe Lebensalter ihrer Patienten und Patientinnen stets auch deren seelische Anliegen im Blick zu behalten. Konkret bedeutet das, dass insbesondere am Lebensende Biografien thematisiert werden sollten. In der Palliativmedizin habe man zwar mit pharmakologischen und nicht-pharmakologischen Elementen ein Begleitungsregime entwickelt. Aber auch in dieser Phase sei es von hoher Bedeutung, mit Menschen über seelische bzw. geistige Entwicklung zu reflektieren. „Entwicklungsschritte – und damit ein besserer Umgang mit der eigenen Endlichkeit auch in der Phase des Sterbens – sind vor allem dann möglich, wenn die Sterbenden das Gefühl haben, etwas von dieser Grenzerfahrung weitergeben und anderen damit auch eine gewisse Hoffnung vermitteln zu können“, schloss Prof. Andreas Kruse.



Anlässlich des 50-jährigen Jubiläums würdigte Monika Buchalik (r.), Vizepräsidentin der Landesärztekammer Hessen, das Engagement von Dr. med. Ingrid Hasselblatt-Diedrich, die Organisation und Gestaltung der Bad Nauheimer Gespräche im August 2020 nach 20 Jahren an Prof. Dr. med. Ursel Heudorf abgegeben hat

#### **Kernbotschaften**

- *Entwicklung ist bis ins hohe Lebensalter möglich. Das gilt auch für kognitiv-degenerative Prozesse und Sterbephasen.*
- *Pflegebedürftigkeit im Alter lässt sich nicht allein auf körperliche Prozesse zurückführen. Auch ungenutzte seelisch-geistige Potenziale spielen eine Rolle.*
- *Engagement für das Gemeinwohl ist besonders im Lebensabschnitt Alter ein ganz zentrales Motiv. Deshalb ist die Erfahrung, sich um andere Menschen zu sorgen bzw. für sie zu sorgen, auch für hochbetagte und gebrechliche Menschen essentiell.*

– ACG –