

**« Ich bleibe derselbe,  
so alt ihr auch werdet,  
bis ihr grau werdet,  
will ich euch tragen.  
Ich habe es getan,  
und ich werde euch weiterhin tragen,  
ich werde euch schleppen und retten.“ (Jes 46,4)**

**ihr werdet euch wandeln  
sooft ihr euch traut  
bis blüht für euch der himmel auf erden**

**ich werde mich wandeln  
wie ihr euch verwandelt bis ihr seid  
die ihr werdet  
werde ich euch wandeln**

**ich habe euch getragen  
und werde euch tragen  
wenn eure arme müde werden**

**ich habe euch geschleppt  
und werde euch schleppen  
wenn eure schultern schwächer werden**

**ich habe euch gerettet  
und werde euch retten  
wenn eure herzen kraftlos werden**

**ich werde mich wandeln  
wie ihr euch verwandelt  
mit haut und haar  
mit leib und seele  
auf gedeih und verderb**

**bis ich bin  
der ich bin:**

**da für euch<sup>1</sup>**

---

<sup>1</sup> Werner Kallen (1990) Zu Gast in deinen Zelten. Biblische Variationen. Düsseldorf Patmos Verlag

**Lebenserwartung und behinderungsfreie  
Lebenserwartung von Männern und Frauen in der  
Schweiz 1981/82 und 1997/99**

**A) Ab Geburt:**

	Männer			Frauen		
	A	B	C	A	B	C
1981/82	72.6	65.9	6.7	79.3	69.7	9.6
1997/99	76.5	70.3	6.2	82.5	75.0	7.5

**B) Im Alter von 65 Jahren:**

	Männer			Frauen		
	A	B	C	A	B	C
1981/82	14.6	11.5	3.1	18.5	12.2	6.3
1997/99	16.7	13.0	3.7	20.6	16.3	4.3

**Anmerkungen:**

**A: Durchschnittliche Lebenserwartung insgesamt,**

**B: Durchschnittliche Lebenserwartung ohne  
Behinderungen (engl. disability free life expectancy).**

**C: Durchschnittliche Lebensjahre mit Behinderungen.**

Vgl. Ähnliche Tabelle in: François Höpflinger, Valérie Hugentobler (2003)  
Pflegebedürftigkeit in der Schweiz. Prognosen und Szenarien für das 21.  
Jahrhundert. Bern. Verlag Hans Huber, S. 27.

**„Mehrdimensionale Veränderungsstruktur" - verschiedene Veränderungen in die Beurteilung des Alterns einbezogen werden. Dazu gehören:**

- **„Biologische Veränderungen im Organismus, in den Organen und in den Körperzellen (Biomorphose; Primärprozesse des Alterns)**
- **Krankhafte Alternsveränderungen, die biologische Alternsprozesse beschleunigen und überlagern können (z.B. Chronische Erkrankungen; Multimorbidität, Demenzen)**
- **„Normale“ Leistungs- und Verhaltensveränderungen (z.B. des Lernens und Gedächtnisses; der Intelligenz; der Psychomotorik; des Denkens und des Lösen von Problemen)**
- **Persönlichkeitsveränderungen im engeren Sinne (z.B. von Einstellungen und Motiven; des Selbstbildes; spezifischer Persönlichkeitsmerkmale; von Reaktionsformen auf Belastungen)**
- **Soziale Veränderungen durch den Übergang in die Altersphase (z.B. Rollenverluste und Rollenumdefinitionen; Statureinbußen; Bezugsgruppenwechsel; Veränderungen der Lebenslage)**
- **Veränderungen des Zeiterlebens und der Zeitperspektive (z.B. Auseinandersetzung mit der Endlichkeit und Endgültigkeit des Daseins; Erfahrung der entrinnenden Zeit; Gerichtetheit des Zeiterlebens)**

**Veränderungen auf der Sinnebene (z.B. Fragen nach dem Sinn des eigenen Lebens; Lebensrückblick und Lebensbilanzierung; Auseinandersetzung mit Sterben und Tod; metaphysische Fragen)"**

## **„LEBENSGESCHICHTE“ / „BIOGRAPHIE“**

### **Spannungsfeld zwischen Ereignis, Deutung und Erzählung**

- **zwischen objektiver und subjektiver Bedeutung: Geschichte als Ereignisfolge und Geschichte als Erzählung**
- **zwischen der Singularbedeutung und der Pluralbedeutung: „die Geschichte“ als ein ganzheitlicher, historischer Zusammenhang und „die Geschichten“ als einzelne, in sich geschlossene Erzählungen**

### **Lebensgeschichte kann sich also beziehen auf:**

- **auf alles, was im Leben geschieht, auf die Ereignisse und Handlungen**
- **auf die reflexive Deutung dessen, was sich ereignet hat**
- **auf Erzählungen von Ereignissen im Leben**
- **auf die Gesamtkonstruktion, die ein Mensch sich von seinem Leben macht**
- **auf die Erzählung dieser Gesamtkonstruktion**

**1918 –1920** Studien zum Leben polnischer Immigranten in den USA anhand von Briefen und autobiographischen Aufzeichnungen (gegen soziologische Ansätze, in denen das Individuum als Handlungsträger nicht mehr vorkommt)

**ab 1920** Wettbewerbe zur Sammlung von Arbeiterbiographien in Polen (600 Wettbewerbe zwischen 1945 und 1970)

**seit 1970** In der deutschen Soziologie Interesse an der Biographieforschung; rasche Ausdifferenzierung zu einer interdisziplinären Forschungsrichtung

**1978**

**Martin Kohli:**

**„Biographieforschung:**

- **Umfasst das ganze Leben – und wendet sich gegen reduktionistische Tendenzen in der Forschung**
- **Thematisiert auch die Eigenperspektive der Handlungsträger – und wendet sich damit gegen die objektivierenden Tendenzen in der Theorie und Methodentradition**
- **Berücksichtigt die zeitliche und historische Dimension – und wendet sich damit gegen die Statik der systematisch-unhistorischen Ansätze“**

**1988**

**Gründung von „Bios – Zeitschrift für Biographieforschung und Oral History“ mit dem Ziel der Information, des interdisziplinären Austausches und der konzeptuellen Vernetzung der Biographieforschung**

**Die biographische Forschung nimmt das Leben in seiner Gesamtheit und Verflochtenheit verschiedener zeitlicher, räumlicher und sozialer Bereiche in den Blick. Die Lebensgeschichte ist die Schnittstelle zwischen Individuum, Gesellschaft und Zeitgeschichte.**

## Hilarion Petzold

### **Lifespan developmental psychology:** **Psychologie der Lebensspanne**

Der Schritt vom Sozialisationsprozess in die Entwicklungspsychologie ist kein grosser. Unsere frühen kinderpsychologischen, erwachsenenpsychologischen und gerontopsychologischen Arbeiten haben uns gezeigt, wie Entwicklungsprozesse sich in jedem Lebensalter vollziehen und Entwicklung keineswegs – wie in den 60er Jahren für die Sicht von Erwachsenenpsychologen üblich mit dem Jugendalter zu Ende war.

Die *entwerfende Qualität* des Menschen (Sartre) kommt hier zum Tragen, indem Menschen antizipierend, hoffend, befürchtend, planend, vorausschauend ihren eigenen Lebensentwurf mit den Menschen ihres relevanten Umfeldes im Meer der Weltkomplexität navigierend gestalten, **Entwicklung also immer auch Gestaltung der eigenen Identität** bedeutet.

Dies gilt für Kinder, Jugendliche, Erwachsene und auch für alte Menschen, so dass der ganze Lebensverlauf ein Entwicklungsgeschehen ist, bei dem in einer Gegenwart im Rückblick und in der Vorausschau Entwicklungsschritte realisiert werden.

Die Psychologie der Lebensspanne wurde in der Folge zu einem zentralen Bereich der Entwicklungspsychologie, der durch die longitudinale Entwicklungsforschung eine mächtige empirische Unterstützung und eine überzeugende Absicherung durch die Forschung erhielt.

## **Sieben grundlegende Postulate der Life-span-developmental-Psychology**

Baltes, P. B. (1990) Entwicklungspsychologie der Lebensspanne. Theoretische Leitsätze. In: Psychologische Rundschau 41. 1-24.

### **1. Lebenslange Entwicklung:**

Menschliche Entwicklung beginnt am Lebensanfang und endet nicht mitten im Lebenslauf, sondern erst mit dem Tod des Menschen.

### **2. Multidirektionalität :**

Entwicklung verläuft nicht einlinig, sondern differenziert nach Lebensbereichen mit unterschiedlicher Geschwindigkeit und in verschiedener Richtung.

### **3. Gewinn und Verlust :**

Einbußen psychischer Kapazitäten und Kompetenzerweiterung, die gleichzeitig über die gesamte Lebensspanne verteilt auftauchen.

### **4. Plastizität :**

Die verschiedenen Dimensionen menschlicher Entwicklung sind – teilweise unabhängig voneinander – beeinflussbar. Psychische und körperliche Funktionen können (in bestimmten Grenzen) trainiert und gesteigert bzw. ersetzt werden.

### **5. Geschichtliche Einbettung :**

Entwicklung kann nicht losgelöst von ihrem historischen Kontext verstanden werden.

### **6. Kontextualität :**

Lebensläufe können nur in ihren konkreten sozialen Lebensbedingungen verstanden, erklärt und beeinflusst werden.

### **5. Multidisziplinarität :**

Dazu ist das Zusammenwirken von Human-, Sozial- und Geisteswissenschaften (und vielleicht auch der Theologie?) vonnöten.

## **Das sich entfaltende Gewebe meines Lebens<sup>2</sup>**

**1. Kalenderjahr ab der Geburt**

**2. Lebensort**

Auf unterschiedliche Arten vermerken, wo Sie sich Ihrem Gefühl nach befinden. Es kann eine geographische Ortsangabe für verschiedene Zeiten Ihres Lebens sein. Oder es kann die Position sein, in der Sie sich gefühlsmäßig in der Gesellschaft, in der Familie einordnen.

**3. Schlüsselbeziehungen**

Alle Arten von Beziehungen, von denen Sie das Gefühl haben, dass sie zu jener Zeit einen entscheidenden Einfluss auf Ihr Leben hatten. Die Menschen, die Sie erwähnen, müssen Sie nicht persönlich gekannt haben, es können Personen sein, deren Einfluss auf Sie darin bestand, das Sie etwas über sie gelesen oder gehört haben usw.

**4. Eigenes Hauptengagement**

**5. Schlüsselereignisse**

Ereignisse, bei denen Sie sich erinnern, dass sie Wendepunkte in ihrem Leben markieren.

**6. Ereignisse in der Gesellschaft**

**7. Religiöse Vorstellungen / Gottesbilder / „Theologische Welten“**

**8. Zentrale persönliche Werte**

Welche Personen, Gegenstände, Institutionen oder Ziele waren zentral für Sie? Was zog Sie an, was stiess Sie ab, welchen Dingen widmeten Sie Ihre Zeit und Energie, und welchen wollten Sie aus dem Weg gehen?

**9. Autoritäten**

An wem oder woran haben Sie sich orientiert und von wem oder was haben Sie Ihre Entscheidungen an verschiedenen Punkten Ihres Lebens bestätigen lassen?

Verwenden Sie Zeit darauf, über Ihr Leben als ein Ganzes nachzudenken. Versuchen Sie, seine Bewegung und seinen Fluss, seine Kontinuitäten und Diskontinuitäten zu fühlen. Wo wären natürliche Trennstriche zu setzen? Wenn Sie es in Kapitel oder Episoden unterteilen müssten, wie wären diese dann überschrieben? Wenn Sie einen Eindruck haben, wie Ihr Leben unterteilt werden könnte, ziehen Sie Linien durch die betreffenden Bereiche.

---

<sup>2</sup> Entnommen (leicht modifiziert) aus : James W. Fowler (1989) Glaubensentwicklung. Perspektiven für Seelsorge und kirchliche Bildungsarbeit. Kaiser Verlag München.



Vielleicht stellen Sie auch fest, wenn Sie nach einiger Zeit auf diese Übung zurückkommen, dass die Kapitel und Überschriften in Ihrem Leben im Lichte neuer Erfahrungen anders geworden sind.

« Es ist doch das Phänomen des Christseins ... ein Zusammenfließen von stories : der zahlreichen Detailstories meines Lebens mit der story Israels, der Alten Kirche und einer konkreten Gruppe jetzt lebender Christen, ja letztlich ein Zusammenfließen meiner story mit der von Jesus (Gal 2,20) ...“

(D. Ritschl (1976) „Story“ als Rohmaterial der Theologie)

„Hier berühren sich Lebens- und Glaubensgeschichte, denn im Bezug auf die Gesamtstory stellt sich die Konstituierung von Lebensgeschichte.

In der Taufe, dem Urdatum religiöser Biographie, wird das Eingehen einer individuellen Lebensgeschichte in die ‚Story von Jesus Christus‘ und in die Gesamtstory der Kirche symbolisch ausgedrückt und gefeiert.“

(Karl Heinz Bierlein (1994) Lebensbilanz Krisen des Älterwerdens meistern; kreativ auf das Leben zurückblicken, Zukunftspotentiale ausschöpfen. München Claudius Verlag.)

Trotz aller Bemühungen in den Heimen, die Biographiearbeit zu einem konstitutiven Element für Betreuung und Pflege zu etablieren, gibt folgendes Zitat zu denken:

Aus der ethnologischen Studie «Fremde Welt Pflegeheim »

„Die MitarbeiterInnen reagieren auf die vielfältigen Anforderungen des Alltags mit Organisations- und Handlungskonzepten, die die immer wiederkehrenden und aussergewöhnlichen Belastungen minimisieren sollen: Sie konzentrieren sich auf die Körperpflege, auf bewältigbare und erfolgversprechende Aufgabenstellungen im ‚Hier und Jetzt‘. Sie versuchen das Verhalten der BewohnerInnen in Richtung einer Anpassung an die Erfordernisse der Heimorganisation und der eigenen Belastbarkeiten und Fähigkeiten zu modifizieren. Sie ordnen sich und die BewohnerInnen weitgehend festgelegten und routinierten Tagesabläufen unter. Das sind aktive Formen der Auseinandersetzung mit der Arbeitsbelastung.

Eher passive Formen der Minimierung von Belastungen finden sich im weitgehenden Ausblenden der Biographie und der Zukunftserwartungen der älteren Menschen, deren Berücksichtigung zu einer Erhöhung der Komplexität des Pflegealltages und der Beziehung zu den alten Menschen führen würde. Die aktiven Anpassungsformen einerseits und das Ausblenden andererseits reichen nicht aus, um die alltäglichen Anforderungen auf ein tragbares Niveau zu bringen. Die alten Menschen sind trotz aller Verhaltenssteuerung widerständig, den Erfolgen der medizinisch-körperlichen Pflege, der Gesunderhaltung sind Grenzen gesetzt und Lebensereignisse und –erfahrungen, Ängste, Hoffnungen, Verzweiflungen und Zweifel der alten Menschen schieben sich immer wieder in den Vordergrund.“ (263)

„Geben die MitarbeiterInnen die Konzentration auf das Hier und Jetzt auf und betrachten die BewohnerInnen in ihrem jeweiligen Lebenskontext, werden sie mit der Frage nach dem Sinn des Lebens konfrontiert, nicht nur auf die Gegenwart bezogen, sondern auch im Hinblick auf die Vergangenheit und auf das noch Erreichbare und den Tod.“ (187)

**Ansatzpunkt für die Forschungsarbeit „Religiöse Entwicklung im Erwachsenenalter“, deren Ergebnisse im Band „Selbst die Senioren sind nicht mehr die alten ...“ (siehe Bibliographie) zusammengefasst sind, ist folgende Beobachtung:**

**Entgegen weit verbreiteten Meinungen kann weder davon ausgegangen werden, dass ältere Menschen lediglich ihre einmal gefestigte Form, ihren Glauben zu leben, fortsetzen, noch lassen sich die Fragen und Wünsche, Nöte, aber auch die Charismen dieser Menschen einfach *prognostizieren* und aus allgemeinen Erfahrungen und Mutmassungen über den ‚Glauben im Alter‘ bzw. ‚den Glauben alter Leute‘ ableiten. Die Suche nach der *je eigentümlichen Form*, den Glauben zu leben, setzt sich bis ans Lebensende fort.**

## „GLAUBENSGESTALT“

### Traditionelle Unterscheidung (in Religionspsychologie und Theologie):

- ⊖ **Glauben als eher kognitives System von Werthaltungen und Glaubensinhalten (fides quae, belief, religiöses Urteil)**
- ⊖ **Glauben als existentielle menschliche Ausrichtung (fides qua, faith)**

### Statt dessen: „GLAUBENSGESTALT“

⇒ **Überwindet Schwäche der Eindimensionalität – konzipiert aus 5 verschiedenen Elementen**

1. **Gottesbild:**
  - patriarchalisch
  - forensisch
  - partnerschaftlich
  - deistisch
  - omnipotent
  - verborgen
  
2. **Subjektives Religionsverständnis:**
  - spirituel
  - wertorientiert
  - diffus transzendenzorientiert
  
3. **Religiöse Kenntnis**
  
4. **Religiöse Praxis**
  - persönliche Frömmigkeit
  - gemeinschaftliches Handeln
  
5. **Beziehung zur Kirche**
  - Form
  - Motivation
  - Intensität

## „RELIGION“

**Um eine angemessener Einschätzung des Phänomens „Religion“ gewinnen zu gewinnen, bietet es sich an, drei Dimensionen zu unterscheiden:**

**Intellektuell-kognitive Dimension**

Religiöse Kenntnisse:

- Katechismuswissen
- Vertrautheit mit der biblischen Geschichte
- Wissen um kirchliche Glaubenslehre und Gebote
- Kenntnisse volksreligiöser Formen und Bräuche

Religiöse Einstellungen:

- Wissen und Befolgen religiös-moralischer Ordnungen („für richtig halten“)

**Ritualistisch-praktische Dimension**

Religiöses Verhalten:

- Dimension des persönlichen Engagements wie Gebet, Gottesdienstbesuch, Bibelstudium, Lektüre religiöser Schriften
- Spenden und Bezahlen der Kirchensteuern

**Kirchlichkeit:**

- **Eingebundensein in eine konkrete Gemeinde**
- **Zugehörigkeit, die sich auch in Besuchen von Pfarrer und Gemeindemitgliedern (Besuchsdiensten) ausdrückt**

**Dimension religiöser Erfahrung**

Bedeutung der Religion im persönlichen Leben:

- **Persönliche Erfahrungen**
- **deren Interpretation aufgrund von Weltanschauung bzw. Glaubensüberzeugungen**
- **deren Auswirkungen auf das alltägliche Leben.**

**Diese drei Dimensionen entsprechen ebenfalls den Grundfunktionen von Religion:**

**Strukturierung der Wirklichkeit durch ein klar formuliertes System von Überzeugungen**

- **Strukturierung des Lebens durch Zugehörigkeit zu einer Gemeinschaft und Teilhabe an ihrem gemeinschaftlichen Geschehen. Kommunität als „gemeinsame Entzifferung der Welt“ (Fulbert Steffensky)**

- **Notwendigkeit von Sinnerfahrung und Sinngebung**

## Enzyklopädie der Gerontologie (siehe Bibliographie)

### Wirkungsweise von Religiosität und Spiritualität?

6 Aspekte werden genannt:

**1. Hilfe bei Sinnsuche**

➤ „kognitive Landkarte“ = Rahmen zur Abwehr schädlicher Stressbelastungen und zur Erleichterung der Auseinandersetzung mit Belastungssituationen

**2. Vermittlung eines Gottesbildes**

➤ positive Effekte eines Glaubens an liebenden und gerechten Gott, der als unterstützender Partner wahrgenommen wird

**3. Beeinflussung des Verhaltens**

➤ Verhaltenshypothese: Religiosität beeinflusst schädliches Verhalten positiv

**4. Psychologische Ressourcen**

➤ Selbstachtung und Selbstwertgefühl können unterstützt werden; Anregungen und Hilfen für Ich-Integrität

**5. Soziale Unterstützung**

➤ Religiosität vielfach verbunden mit positiven sozialen und zwischenmenschlichen Funktionen

**6. Riten**

➤ emotionale Dimension; Sinnfindung, soziale Integration, Wahrnehmung persönlicher Identität. „Riten an den Lebenswenden lassen Religion und Spiritualität zu einem Teil des Copingprozesses werden.“

Aus den Schlussüberlegungen der Arbeit  
**« Religiosität und Spiritualität im Alter »**

Z Gerontol Geriat 37:43-50 (2004)

**Gesundheitsfördernde Aspekte von Religiosität:**

- Erleben unbedingter Akzeptanz als Person (trotz abnehmender Leistungsfähigkeit und Anerkennung durch die Umwelt)
- spirituelle Grundhaltung des Hoffnung gebenden Vertrauens auf eine helfende und gegenüber erlebter Schuld verzeihende Macht
- Erfahrung von Sinn auch im Leiden
- Emotional unterstützendes Gefühl des Getragenseins in einer Gemeinschaft
- Entlastende Haltung, sich dem „Willen Gottes“ vertrauensvoll überlassen zu können
- mit Ritualen (z.B. Gebet, Meditation) verbundene Stressreduktion

In diesem Fall können religiöse und spirituelle Einstellungen eine Ressource darstellen, um die Verarbeitung von Krisen, Verlusten und Grenzsituationen im Alter zu fördern.



## Beispiele spiritueller Bedürfnisse

- Bedürfnis, Hoffnung zu haben
- Bedürfnis, seinem Leben Sinn zu geben
- Bedürfnis, etwas zu schaffen; eine Spur des eigenen Lebens auf der Erde zu hinterlassen
- Bedürfnis, als Person wahrgenommen und anerkannt zu werden (Würde, Respekt)
- Bedürfnis nach einer Einheit seiner Person
- Bedürfnis zu lieben und geliebt zu werden
- Bedürfnis zu verzeihen und Verzeihung zu erfahren (pardon)
- Bedürfnis nach Versöhnung mit sich selbst und anderen (réconciliation)
- Bedürfnis nach Solidarität
- Bedürfnis, in Frieden zu leben
- Bedürfnis nach Einsamkeit und Leben in Beziehung (Gleichgewicht)
- Bedürfnis nach „dem Schönen“ (Kunst, Landschaft, Ästhetik)
- Bedürfnis, sich mit dem Geheimnis von Leid und Tod auseinanderzusetzen
- Bedürfnis nach Transzendenz (Bedürfnis nach einer höheren Macht)
- Bedürfnis nach Gerechtigkeit

Wichtige Vertreter im französischsprachigen Raum:

Rosette Poletti

Claude Rougeron

## « HOPE » - Konzept

- H: Quellen der Hoffnung, der Stärke, des Trostes, des Sinnes, des Friedens, der Liebe und der Verbundenheit
- O: Rolle der institutionalisierten und organisierten Religionsgemeinschaften
- P: Persönliche Spiritualität und praktizierte Religiosität
- E: Auswirkungen auf Entscheidungen, die die medizinische Behandlung in der allerletzten Lebensphase betreffen

Siehe dazu Beitrag von Gasser und Haske „Spiritualität und Religiosität als therapeutische Ressource in der Alterspsychiatrie“ in: Peter Bärle et al. (2005) Spiritualität und Kreativität in der Psychotherapie mit älteren Menschen. Bern. Verlag Hans Huber, S. 285-304. Dort auch der entsprechende Fragebogen.

## „Spirituelle Evaluation“

**Konzeptualisierung in 6 Dimensionen** (Erarbeitet in der Geriatrie Lausanne, bes. Mme Anne-Marie Fatzer)

### Sinn, Transzendenz, Werte, Identität, Zugehörigkeit, Rituelier Ausdruck

1. **Sinn:** „Wie verstehe ich mein vergangenes, gegenwärtiges und zukünftiges Leben?“

Beobachtung	Gesprächsoptionen	Ziele
<p>Verbal:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Person drückt Auflehnung, Frustration, Bedauern, Zweifel / Dankbarkeit, Zufriedenheit bezüglich der Vergangenheit aus</li> <li>• Person spricht nicht von ihrer Zukunft, drückt keine Bedürfnisse und Wünsche aus / hat Ziele, Wünsche und Bedürfnisse</li> </ul> <p>Non-verbal:</p> <p>* Person ist entmutigt, apathisch, ohne Energie, passiv / hat eine lebendige Stimme, strahlt Vitalität aus, spricht spontan oder auf Nachfragen über ihr Leben, hat Erinnerungsgegenstände um sich herum</p>	<p>Vergangenheit:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einladen, die Geschichte zu erzählen, die zum Heimeintritt geführt hat</li> <li>• Einladen, von wichtigen Lebensereignissen zu erzählen</li> <li>• Wer oder was hatte bislang Einfluss auf Ihr Leben? (Gott / eine höhere Macht?)</li> </ul> <p>Gegenwart / Zukunft:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Macht Ihnen derzeit etwas Angst?</li> <li>• Woran haben Sie Freude?</li> <li>• Was lässt Sie sagen: „Es lohnt sich zu leben“?</li> <li>• Was möchten Sie in Zukunft tun?</li> <li>• Erwarten Sie etwas von Gott / einer Höheren Macht?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verringerung des Gefühls von „innerem Chaos“ durch Strukturierung der Lebens- ereignisse</li> <li>• Erneute „Aneignung“ (réappropriation) des eigenen Lebens dank empathischen Zuhörens</li> <li>• Prozess der Versöhnung mit sich selbst, den anderen, mit Gott</li> <li>• Frieden finden durch Annahme des gewordenen Lebens</li> <li>• Bewusstwerden von „Knoten im Leben“, die vielleicht zu bedenken sind</li> <li>• Bewusstwerden von Zielen, die angestrebt werden können</li> <li>• Wieder Kontakt zu den eigenen Lebenskräften finden</li> </ul>

**2. Transzendenz:** „Wie verstehe ich das, was unser eigenes Leben und die Welt übersteigt? Fühle ich mich damit in Kontakt? Was / wie lebe ich in Beziehung zu Gott / einer höheren Macht?

Beobachtung	Gesprächsoptionen	Ziele
<p>Verbal:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Person spricht von Gott / einer höheren Macht</li> <li>• Person spricht von dessen Einfluss auf ihr Leben (distanziert, „magisch“, schuldbewusst / heilsam, befreiend, erhellend)</li> <li>• Person erwähnt Erfahrungen – religiöser oder nichtreligiöser Natur (Gebet, Heilung, Erfahrung enger Verbundenheit mit Natur oder anderen Menschen, Meditation, Feiern, Zeremonien)</li> <li>• Person spricht vom Jenseits</li> </ul> <p>Non-verbal:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Person spricht niemals diese Themen an</li> <li>• Wenn sie davon spricht, ist sie irritiert, aggressiv, bitter, traurig, kategorisch, enttäuscht, gedankenverloren / lebendig, glücklich, fröhlich, offen, friedvoll</li> </ul>	<p>Vergangenheit:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Waren in Ihrem Leben bestimmte Glaubensüberzeugungen oder der Glaube an Gott von Bedeutung?</li> <li>• In welchen Zusammenhängen?</li> <li>• Haben diese Ihnen geholfen oder nicht? (ermutigt / entmutigt, befreit / eingeschüchtert, einsam gemacht / in Beziehung gebracht ...)</li> <li>• Waren Sie bisher praktizierend gewesen oder nicht? Wenn ja, in welchem Rahmen?</li> </ul> <p>Gegenwart / Zukunft:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Was benötigen Sie heute, um Ihren Glauben leben zu können?</li> <li>• Gibt es in Ihrer Glaubensüberzeugung etwas, was von besonderer Bedeutung für Ihre jetzige Situation ist?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Person wird sich ihrer eigenen noch präsenten / nicht mehr Ressourcen bewusst</b></li> <li>• Person wird sich ihrer derzeitigen Bedürfnisse bewusst</li> <li>• Person kann Mittel in Anspruch nehmen, die es ihr erlauben, ihre persönlichen Glaubensüberzeugungen zu leben</li> <li>• Patient und die Bezugsperson können eventuelle negative Einflussfaktoren der Glaubensüberzeugungen ausfindig machen und sich darüber austauschen</li> </ul>

**3. Werte:** „Was ist wichtig für mich? Was gibt mir meine Orientierung? Was erlaubt es mir, Entscheidungen zu treffen?“

<b>Beobachtung</b>	<b>Gesprächsoptionen</b>	<b>Ziele</b>
<p>Verbal:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Person spricht von ihren Meinungen, Ideen und Überzeugungen</li> <li>• Sie spricht von Konflikten in Beruf und Familie</li> <li>• Sie spricht von ihren Aktivitäten / Berufsentscheidungen / ehrenamtlichen Tätigkeiten</li> </ul> <p>Non-verbal:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Beobachten, auf welche Themen die Person oft zurückkommt</li> <li>• Wenn sie davon spricht: ist sie irritiert, rigide, traurig, aggressiv, wütend / offen überzeugend, enthusiastisch</li> <li>• Welche Photos, Objekte, Bücher hat die Person in ihrem Zimmer?</li> <li>• Wie strukturiert sie ihren Tag?</li> </ul>	<p>Vergangenheit:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Welche wichtigen Entscheidungen haben Sie in Ihrem Leben treffen müssen?</li> <li>• Was waren Ihre Entscheidungskriterien?</li> <li>• Was ist das Wichtigste, das Sie realisieren konnten?</li> </ul> <p>Gegenwart / Zukunft:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gibt es ein Sprichwort, eine Lebensweisheit, ein Bibelwort, die für Sie von besonderer Bedeutung sind?</li> <li>• Was machen Sie besonders gern?</li> <li>• Was akzeptieren Sie nur schwer heute in der Erziehung, Ihren Beziehungen, in der Gesellschaft?</li> <li>• Was würden Sie gerne noch erleben?</li> <li>• Was würden Sie bedauern, wenn ...</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Person kann sich in ihre, Wertesystem positionieren</li> <li>• Person kann Prioritäten für ihr aktuelles Leben setzen</li> <li>• Diese Prioritäten können ihr helfen, anderes loszulassen</li> <li>• Sie kann bestimmte schwierige Situationen relativieren</li> </ul>

**4. Identität:** „Wie verstehe ich den mir eigenen Platz auf der Welt, meinen Wert, die Rolle die ich spiele?“

<b>Beobachtung</b>	<b>Gesprächsoptionen</b>	<b>Ziele</b>
<p>Verbal:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Person erzählt gerne ihre Erinnerungen an Familie, Freunde, Herkunftsort, Arbeit etc.</li> <li>• Person spricht von Verlusten und Trauer, die sie im Leben durchgemacht hat und davon, wie sie diese bewältigen konnte</li> <li>• Person spricht von Menschen, Tieren, von Orten und Aktivitäten, die besonders wichtig für sie waren</li> <li>• Person spricht von ihren Wünschen diesen oder jenen Menschen wiedersehen zu wollen, diesen oder jenen Ort noch einmal besuchen zu wollen</li> </ul> <p>Non-verbal:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Person ist in sich zurückgezogen, interessiert sich nicht für andere, erhält wenig Besuch / nimmt Anteil an anderen, hat viel Besuch</li> </ul>	<p>Vergangenheit.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wer war besonders wichtig für Sie / für wen waren Sie wichtig?</li> <li>• Wer oder was gehörte für Sie dazu, damit sie Ihr Leben als lebenswert empfanden?</li> <li>• Wenn Sie Konflikte gehabt haben, wie und mit wem haben Sie diese bewältigt?</li> </ul> <p>Gegenwart und Zukunft:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Welche Menschen, Aktivitäten, welche Orte sind für Sie eine Kraftquelle?</li> <li>• An wen oder was wenden Sie sich, wenn Sie Unterstützung brauchen?</li> <li>• Beten Sie, wenn Sie sich traurig, allein oder beunruhigt fühlen?</li> <li>• Wer oder was sind Gründe für Sie, das Leben lebenswert zu finden?</li> <li>• Wem werden Sie nach Ihrem Tod fehlen?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Person gewinnt an Bewusstsein, dass sie auch mit Einschränkungen existiert</li> <li>• Person wird sich der erfahrenen Wertschätzung und Zuneigung bewusst</li> <li>• Person wird sich bewusst, wo sie Verzeihung geben und empfangen möchte</li> </ul>

**5. Rituelle Ausdruck.** „Was hilft mir, meine Zeit zu strukturieren, wichtige Lebensereignisse zu begehen und mir wichtige Werte auszudrücken?“

Beobachtung	Gesprächsoptionen	Ziele
<p><b>Verbal:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Person erzählt von</li> <li>• Schlüsselereignissen ihres Lebens</li> <li>• Person spricht von Festen und Zeremonien zu wichtigen Lebensereignissen</li> <li>• Sie wünscht, an (religiösen) Feiern teilzunehmen</li> </ul> <p><b>Non-verbal:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Person hat Gewohnheiten, die den Tag / Woche / Monat / Jahr strukturieren</li> <li>• Person hat Gewohnheit, besondere Gelegenheiten zu begehen: Geschenk, eine Flasche Wein aufmachen etc.</li> <li>• Person umgibt sich mit Gegenstände, die einen symbolischen Wert haben</li> </ul>	<p><b>Vergangenheit:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Welche wichtigen Ereignisse hat es gegeben? Erinnern Sie sich beispielsweise zu den Jahrestagen daran? Wie?</li> <li>• Hatten Sie schon einmal das Bedürfnis, ein Ereignis in ganz besonderer Weise zu begehen?</li> </ul> <p><b>Gegenwart / Zukunft:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Haben Sie feste Gewohnheiten im Laufe des Tages, der Woche etc. (Kaffeetrinken, Coiffeur, Spaziergang, religiöse Gewohnheiten etc.)</li> <li>• Haben Sie Gegenstände, die Ihnen besonders wichtig sind, weil sie Sie an wichtige Personen oder Ereignisse erinnern?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Person hat Bezugspunkte, die strukturierend und damit entlastend für sie sind und Sicherheit vermitteln</b></li> <li>• Person kann einschneidenden Lebensereignissen Sinn verleihen durch einen zeichenhaften Umgang</li> <li>• Person ist in der Lage, sich auszudrücken, Dinge zu benennen, zu differenzieren und Symbolhandlungen durchzuführen</li> <li>• Person nimmt ihre spirituelle Dimension über das Sichtbare und Materielle hinaus wahr</li> </ul>

## Drei Hauptzüge des Alters :

- Das Lebenssatt-Werden
- Das Sich-Einfinden in die Endlichkeit des Lebens
- Das Sich-Bergen in Gottes Liebe, im „ewigen Leben“



**Vertiefende Literatur :**

**Peter Bäurle, Hans Förstl et al. (2005) Spiritualität und Kreativität in der Psychotherapie mit älteren Menschen. Bern. Verlag Hans Huber.**

**Karl Heinz Bierlein (1994) Lebensbilanz: Krisen des Älterwerdens meistern; kreativ auf das Leben zurück- blicken, Zukunftspotentiale ausschöpfen. München. Claudius Verlag.**

**Piet van Breemen (2004) Alt werden als geistlicher Weg. Ignatianische Impulse. Würzburg. Echter Verlag.**

**Roland Campiche (2004) Die zwei Gesichter der Religion. Faszination und Entzauberung. Zürich. Theologischer Verlag**

**Wolfgang Drechsel (2002) Lebensgeschichte und Lebens-Geschichten. Zugänge zur Seelsorge aus biographischer Perspektive. Gütersloh. Chr. Kaiser, Gütersloher Verlagshaus. Reihe Praktische Theologie und Kultur.**

**Walter Fürst, Andreas Wittrahm et al. (2003) „Selbst die Senioren sind nicht mehr die alten...“ Praktisch-theolo- gische Beiträge zu einer Kultur des Alterns. Münster, LIT Verlag. Reihe Theologie und Praxis 17.**

**Simona Anna Heitlinger (2005) Grenzerfahrung Spiritualität. Was Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter einer Langzeitpflege- institution mit Spiritualität verbinden und welche Wirkung dies auf ihren Berufsalltag zeigt. (Derzeit noch unveröffent- lichte) Diplomarbeit Hochschule für Sozialarbeit HSA Bern.**

**Silvia Käppeli ( 2004) Vom Glaubenswerk zur Pflegewissen- schaft. Geschichte des Mit-Leidens in der christlichen, jüdischen und freiberuflichen Krankenpflege. Bern. Verlag Hans Huber.**

**Stephanie Klein (1994) Theologie und empirische Biographieforschung. Methodische Zugänge zur Lebens. Und Glaubensgeschichte und ihre Bedeutung für eine erfahrungsbezogene Theologie. Stuttgart. Kohlhammer Verlag. Reihe Praktische Theologie heute 19.**

**Ursula Koch-Straube (1997) Fremde Welt Pflegeheim. Eine ethnologische Studie. Bern. Verlag Hans Huber.**

**Andreas Kruse, Mike Martin (hrsg.) (2004) Enzyklopädie der Gerontologie. Alternsprozesse in multidisziplinärer Sicht. Bern. Verlag Hans Huber.**

**Ulrich Moser (2000) Identität, Spiritualität und Lebensinn. Grundlagen seelsorglicher Begleitung im Altenheim. Würzburg. Echter Verlag. Reihe Studien zur Theologie und Praxis der Seelsorge 42.**

**Josef Müller, Ulrich Moser (1994) Neue Lebensdimensionen entdecken. Religiosität und Glaube. München. Don Bosco Verlag. Reihe Pastorale Begleitung im Alter 2.**

**Karl Guido Rey, Edith Hess (2003) Die Reise ist noch nicht zu Ende... Seelische Entwicklung und neue Spiritualität in späteren Jahren. München. Kösel Verlag.**

**Birgit Stappen, Ulrich Moser (1994) Alter als Chance. Grundlegung einer Pastoralgerontologie. München. Don Bosco Verlag. Reihe Pastorale Begleitung im Alter 1.**

**Älter werden<sup>3</sup>**

**Das Anfangen  
nicht verlernen  
trotz allem Aufhören**

**Die Zukunftsträume  
bei allem Rückblick  
nicht übersehen**

**Den Verlusten  
Gewinne  
entgegensetzen**

**Sich verbünden  
statt allein  
unterwegs zu sein**

**Sich besinnen  
und sich äussern**

**Dem eigenen Leben  
auf der Spur bleiben**

**Mitwirken  
statt zuschauen**

**Älterwerden:  
Herbst und Winter  
auch Sommer und Frühling**

**Vor allem aber  
die Einladung:  
JETZT zu leben**

---

<sup>3</sup> Aus : Elfi Eichhorn-Kösler, Bernhard Kraus (1999) Nicht verlernen, was anfangen heisst. Freiburg Verlag Herder. 172.