

Erfahrungsbericht Dr. Julia Kaspar

Je länger ich als Psychologin bzw. Psychotherapeutin im Wohn- und Pflegeheim St. Vinzenz arbeite, umso mehr vergesse ich das (**fehlende?**) **Image** gerontopsychotherapeutischer Tätigkeit.

Ich erlebe den gerontopsychotherapeutischen Dienst als unglaublich bereichernd. Für mich ist es immer wieder erstaunlich zu sehen, was aktives Zuhören und empathische Zuwendung bei alten, oft dementen Menschen bewirken kann - mit wieviel **Klarheit und Sensibilität** sie zu agieren und reagieren imstande sind.

Obwohl mir die Herausforderungen und Schwierigkeiten bei der Arbeit im geriatrischen Bereich sehr wohl bewusst sind und ich sie keinesfalls schmälern möchte oder kann, beschränke ich mich momentan auf die **bereichernden Aspekte**:

- ⑩ Oft ergibt sich ein sehr direkter Kontakt mit alten Menschen - ohne die alltäglich üblichen „gesellschaftlichen Spiele“. Die Rückmeldung an mich als Pflegenden, Psychologen, Psychotherapeuten ist häufig somit dementsprechend direkt und bereichernd.
- ⑩ Sehr berührend ist auch die Offenheit und Natürlichkeit, mit der geriatrische „Patienten“ berichten - z.B. über peinliche Situationen. Es scheint wenig Notwendigkeit zu bestehen, etwas oder sich selbst „schönzureden“.
- ⑩ Durch diesen direkten Zugang zueinander, die Offenheit und Natürlichkeit entsteht oft ein tiefes Vertrauen, das sehr viel möglich macht.
- ⑩ Erstaunlich ist auch das Gespür alter Menschen für die Befindlichkeit anderer und Stimmungen in der nahen Umgebung. Nachdem „normale“ geistige Aktivitäten (zusammenhängendes Denken und Sprechen z.B.) oft eingeschränkt oder gar unmöglich sind, scheinen sich andere „Sensoren“ aufzutun, die das eben erwähnte Gespür ermöglichen. Oder aber dieses Gespür ist uns allen ständig zugänglich, wird aber durch den Fokus auf logisches Denken, Sprache, Argumentation etc. viel zu oft „überhört“. Nicht so bei alten, oft dementen Menschen.
- ⑩ Vielleicht können sich alte Menschen aber auch durch die vermehrt zur Verfügung stehende Zeit mehr Sensibilität „erlauben“ - sie müssen ja nicht von einem Termin zum nächsten hasten. Dadurch bleibt auch Zeit für Details (wie etwa eine Blume oder den Ruf eines Vogels), Zeit für Wesentliches (eine Hand wird gereicht, ein aufmunterndes Wort gesprochen) und für Schönes im allgemeinen (die Wunder der Natur). Die Begeisterung und Zuneigung zu Raben, die am Fenster vorbei fliegen (mit oder ohne Nuss im Schnabel) kann dann tief berührend sein und Zugang zu positiven Gefühlen ermöglichen - und eine positive Grundstimmung hinterlassen, selbst wenn - altersbedingt - der Rabe nach kürzester Zeit bereits in Vergessenheit geraten ist.
- ⑩ Beeindruckend ist mitunter auch die Bereitschaft alter Menschen, nicht aufzugeben - wengleich diese Bereitschaft natürlich auch ihre Tücken hat, aber eben auch ihre Schönheit: Mit Beharrlichkeit und letzter Kraft werden weiterhin die geliebten Woll-Socken selbst im Waschbecken gewaschen und an verschiedensten, einfallreichen Orten zum Trocknen aufgehängt.

Meines Erachtens nach gibt es eine Perspektive für Menschen in höherem Alter - ebenso wie für deren Angehörige und uns als Gesellschaft:

Im Alter ist endlich Zeit für „Selbstverwirklichung“, für **inneres Wachstum**, für Bewusstseinsentfaltung. Außerdem rücken gewichtige Themen (die gewichtigsten wohl überhaupt, wie Verlust und Tod) die Ausrichtung auf eine Kraft über uns in den Vordergrund. Eine neue oder

Erfahrungsbericht Dr. Julia Kaspar

lebenslang - so weit möglich - eher in den Hintergrund gedrückte Dimension tut sich auf, wirft Fragen auf, ermöglicht Einblicke. Dies möchte mit jemandem geteilt sein. Zusätzlich zeigen sich oft (jahrzehntelang) unterdrückte Inhalte des menschlichen Geistes. Hier kann der Psychotherapeut hilfreich sein.

Und zufriedene Eltern, Großeltern, Ur-Großeltern und zufriedene zu Pflegende haben eine **Auswirkung auf uns alle**. Wir alle können von reifen zufriedenen „Alten“ und dem Tod nahe Stehenden viel lernen!