

# Aufgewachsen im Altersheim

Unser Autor hat als kleines Kind erlebt, wie schön das Leben im Altersheim sein kann. Heute recherchiert er zum Pflegenotstand. Seine Erinnerungen kommen ihm vor wie eine Utopie. Wie viel Glück im Heim ist heute möglich?

Von David Gutensohn, Die ZEIT, Christ und Welt, 18.08.2021



*Unser Autor David Gutensohn (rechts) mit etwa drei Jahren auf dem Schoß seiner Mutter im Speisesaal des Pflegeheims in der Pfalz. Seine Eltern arbeiteten in diesem Heim. Auch die Tochter einer anderen Pflegekraft sitzt mit am Tisch. © Privat*

Als ich noch ein kleiner Junge mit blonder Topffrisur war, hatte ich nicht zwei oder vier, sondern achtzehn Opas und Omas. Margarete aus Frankfurt, Bernhard, den homosexuellen Pastor, die zierliche Frau Mut. Menschen wie sie, die in meinem zweiten Zuhause lebten – dem Pflegeheim, in dem meine Eltern arbeiteten. Ich bin Ende der Neunzigerjahre aufgewachsen, mein Heimatfußballverein Kaiserslautern spielte in der Bundesliga noch um Meistertitel mit, ich ging vormittags in den Kindergarten und mittags ins Seniorenheim. Ich saß auf dem Schoß einer Bewohnerin und schälte Kartoffeln, spielte nach dem Essen Karten mit ihnen, half beim Abtrocknen der Plastikbecher mit.

Das "Haus am Bendstich" im pfälzischen Meisenheim war immer mehr als nur ein Pflegeheim, nicht nur für mich. Es war ein Pilotprojekt mit mehr Pflegestellen als üblich, ohne Profitstreben, ein familienorientierter Ansatz. Ein idyllisches Seniorenheim – so beliebt, dass sich Menschen aus dem ganzen Land auf die Warteliste setzen ließen. Dieser Ort lehrte

mich, wie Nächstenliebe aussehen kann, was der Tod bedeutet und wie wichtig Würde ist, für Menschen, die im Alter Windeln tragen müssen.

An einem dieser Tage im Pflegeheim, zwischen Gesangsgruppe und Abendessen, fragte ich meine Mutter, was ihr Beruf für sie bedeute. "Mit dem Herzen zu sehen", sagte sie. Ich war damals vielleicht sieben Jahre alt. Erst Monate später verstand ich, was sie damit meinte. Ich konnte nachts nicht schlafen, hatte Alpträume, suchte unsere Wohnung nach ihr ab und fand sie kniend auf dem Küchenboden. Um sie herum lagen unzählige Karteikarten, zerknüllte rechts, unbeschriftete links, vor ihr ein großer Stapel. "Wer andern eine Grube gräbt, fällt selbst hinein", las sie mir vor. Dann: "Es ist nicht alles Gold, was glänzt."

"Das wird ein Spiel", erklärte mir meine Mutter in dieser Nacht. Ein paar der Sprichwörter lernte ich auswendig, die meisten habe ich bis heute nicht vergessen. Und meine Mutter hatte genau das am Mittag zuvor gesehen, selbst demenzkranke Bewohner konnten die Sätze mühelos vervollständigen, lachten, hatten Spaß daran, immer wieder Sprichwörter zu lösen.

Während sie mir das Spiel erklärte, lächelte sie, bis ihr auffiel, dass ich nicht wach sein sollte. Ein Lächeln, das ich in den Wochen darauf immer häufiger beobachtete. Wenn sie die alten Menschen in ihren Rollstühlen durch den Garten schob, vor allem aber dann, wenn alle zusammen an den runden Tischen saßen und wie wild Sprichwörter durch den Speisesaal riefen. Ein Raum voller Kinder mit Vergangenheit.

Ich begriff in Momenten wie diesen, dass man auch mit 80 Jahren noch acht Jahre alt sein kann – zumindest für eine Stunde am Tag. Und dass auch diejenigen manche Dinge erinnern, die sonst viel vergessen und mich jeden Mittag fragen, wie ich mit Vornamen heiße. Für die einen ist es der bestimmte Radiosong, der sie dazu bringt, aufzustehen und sich langsam im Kreis zu drehen, für die anderen ist es der Geruch von Rosmarin, der sie in ihre Kindheit versetzt. Manche Dinge erinnern fast alle, alte Werbeslogans, die Namen großer Stars – und eben Sprichwörter. Das kollektive Gedächtnis einer jeden Generation findet sich irgendwann im Speisesaal eines Seniorenheims.

Viele Menschen um mich herum verdrängen den Gedanken, irgendwann selbst in einem Heim zu sitzen. Mir begegnen immer wieder Kollegen oder Freundinnen, die am liebsten nichts vom Altern wissen wollen. Nicht, was im Körper geschieht, nicht, wie sich Demenz entwickelt – durch dieses Wegschauen entsteht ein Bild des Altseins, das von Defiziten geprägt ist. Ein abschreckendes Bild des Verfalls, in dem es keine schönen Seiten gibt. Keiner will über Patientenverfügungen, Organspendeausweise oder Lebensversicherungen sprechen, weil das einem die eigene Vergänglichkeit ins Bewusstsein ruft. Und deshalb spricht auch keiner über das Glück der Gelassenheit und über Freundschaften, die dann entstehen, wenn keiner mehr damit rechnet.

Manche fürchten sich gar vor dem Alter, halten absurde Diäten ein, schlucken täglich Pillen oder unterziehen sich Gentherapien und lassen sich das Blutplasma von Jugendlichen geben, um ewig jung zu bleiben. Oder zumindest, um die Illusion aufrechtzuerhalten, dass man sich bis zum Ende fit halten könnte. Bis heute bin ich derjenige, der auf die Frage, wie alt ich einmal werden möchte, zum Befremden anderer mit "Am liebsten 100 Jahre" antwortet. Nicht, weil das Alter für mich seinen Schrecken verloren hat, sondern weil es nie einen Schrecken für mich hatte. Alt, das waren die meisten Menschen um mich herum, als ich ein Kind war. Und die besonders alten Menschen waren es, die meist die größte Gelassenheit ausgestrahlt haben. Zumindest von außen wirkte es, als sei es befreiend, keine Zukunft mehr vor sich zu haben, keine großen Aufgaben mehr zu bewältigen. Da gab es diesen einen Mann,

der jeden Tag im Sommer jede mögliche Minute in der Sonne verbrachte, immer auf seinem Stammplatz in der Hollywoodschaukel im Garten. Er wirkte auf mich so zufrieden wie niemand anders auf diesem Planeten.



*Heute würden wohl viele nur die fehlende Trennung zwischen Arbeit und Privatem darin sehen: Die Eltern von David Gutensohn feierten 1992 ganz selbstverständlich ihre Hochzeit mit den Heimbewohnern. © Privat*

Hin und wieder denke ich auch an Frau Mut, die so zierlich wirkte, als könnte sie sich hinter einem Komma verstecken. Graue Locken, buschige Augenbrauen und bis ins hohe Alter lackierte Fingernägel. Sie starrte oft an die Decke, so als suchte sie nach einem Faden, den sie verloren hatte. Doch sobald ich aus dem Kindergarten zu Besuch kam, war sie wie ausgewechselt. Sie strahlte, rief mich zu sich, wusste, wer ich bin. In einem Sessel sitzend erzählte sie mir die Geschichten ihrer Eltern und Geschwister – oft dieselben Worte, immer wieder, irgendwann konnte ich sie auswendig, doch das störte mich nicht. Im Gegenteil, das Geheimnis war ihre Stimme, die sich wie ein unsichtbares Lasso um mich als Zuhörer legte. Frau Mut hatte viel erlebt. Das reichte ihr, das Leben bewegte sich fort und ermahnte sie nicht mehr zum Einsteigen, genau das schien entspannend zu wirken, ja befreiend auf sie und viele Senioren. Ihr Leben im Heim war wie das tägliche Zelebrieren der puren Gegenwart. Menschen, die vergessen, dass jeder vergangene Tag sie näher an den letzten bringt.

Ich ahnte natürlich, dass das Alter anstrengend und schmerzhaft sein kann. Und dass es erst so richtig anfängt, wenn man nicht mehr mit seinen Zähnen schläft. Dass Menschen gebrechlich werden, viele einsam, weil Freunde und Verwandte nicht mehr leben, manche schaffen es nicht mehr, zu duschen oder zu essen. All das konnte ich bei Frau Mut beobachten, die erst noch langsam in Trippelschritten durch die Flure ging und leicht zitternd den Löffel Suppe in

der Hand halten konnte, mit der Zeit aber beides zu verlernen schien, das Laufen und das Essen. In ihrer Gegenwart verstand ich, was Vergänglichkeit bedeutet, ohne diesen Begriff zu kennen. Mein Vater war es, der mir erklärte, dass es Menschen gibt, die sich im Rückwärtsgang von der Welt entfernen. Manche schneller, manche langsamer, einige werden dabei vergesslich. Doch egal in welchem Gang, das Hier und Jetzt sei für sie alle entscheidend. Ein Lächeln mit Zahnprothese könne ehrlicher und echter sein als eines ohne, sagte mein Vater. Und ich bemerkte, dass dieses Lächeln nur dann zu sehen ist, wenn die Menschen um einen herum Vertrautheit bieten.

Oft wird fälschlicherweise angenommen, dass sich Einsamkeit durch das Zusammensein mit irgendwem bekämpfen ließe, doch das Heilmittel gegen Einsamkeit ist Geborgenheit, nur sie macht Nächstenliebe möglich. Durch Menschen wie meine Eltern, durch Pflegende, die sich in ihrem Leben, in ihrer Arbeit dem Leben anderer verschreiben. Ich lernte das zu schätzen, lange bevor es für diese Arbeit den Begriff "systemrelevant" gab.

Meine Eltern verstanden ihre Arbeit so, dass es ihre persönliche Aufgabe war, möglichst jedem der Bewohner ein schönes Jetzt zu schaffen. Ich beobachtete, wie sie genau wussten, welcher Bewohner und welche Bewohnerin was brauchte, um zufrieden zu sein. Die eine, die gestreichelt werden wollte, der andere, den man besser mit "Herr Pastor" ansprach. Es gab einen dementen Mann, der es liebte, den ganzen Tag den Garten im Innenhof umzugraben, und einen früheren Buchbinder, der nichts brauchte als ein Regal mit Büchern, die er immer wieder prüfen konnte. Eine Seniorin entschied sich irgendwann, nur noch Dosenmilch zu trinken, mit einem kleinen Löffel. Schluck für Schluck.

Meine Eltern wussten nicht nur, was andere brauchten, es war ihnen wichtig. Sie liebten, soweit es ging, jeden das tun, was ihm Freude bereitete, ohne Vorschriften, Ernährungspläne oder irgendwelche festen Termine. Wenn jemand nur Dosenmilch trinken und einmal am Tag draußen eine Zigarette rauchen wollte, dann war das nicht nur einfach so, es war das Recht dieses Menschen.





*Das ist das "Haus am Bendstich" im pfälzischen Meisenheim in den Neunzigern, ein Seniorenheim und ein Ort der Nächstenliebe. © Privat*

Denn genau das war ein Ansatz der Pflege im Haus am Bendstich: Die Biografie jeder Bewohnerin und jedes Bewohners zu verstehen und weiterzutragen. Stundenlang führten die Mitarbeiter Interviews mit Angehörigen und neuen Bewohnerinnen, richteten ihre Zimmer im Stil ihrer früheren Wohnungen ein. In manchen Räumen standen Nähmaschinen, Plattenspieler oder alte Spiegel, in anderen hingen Lampen aus den Fünfzigerjahren oder Bilder, die eine Bedeutung für die Bewohnerinnen und Bewohner hatten. Jeder sollte sich zu Hause fühlen, möglichst viel aus seinem Leben mitnehmen und dadurch Teil einer ganz besonderen Wohngemeinschaft werden – im engen Austausch mit den Angehörigen, die immer eingebunden waren. Ich erinnere mich noch, wie ein großer Lastwagen vor dem Pflegeheim stand, weil einer der Angehörigen uns neue Gartenmöbel besorgt hat. Oder wie an Weihnachten eine Frau selbst geschnitzte Krippenfiguren vorbeigebracht und gemeinsam mit uns für alle gebacken hat. Oder wie ein Mann sich eine Woche lang im Heim einquartierte, um seine Frau beim Sterben zu begleiten. Erst das machte aus dem Pflegeheim einen Ort für alle, die Teil der Familie sein wollten. Damals dachte ich, dass ich eines Tages auch gerne hier alt werden würde, mit meinem Gameboy und einem Poster des Kaiserslautern-Stürmers Olaf Marschall im Zimmer. Ich malte mir aus, wie ich mit meinen Freunden zusammen in der Hollywoodschaukel sitzen und wir über unsere vorbeigezogenen Leben philosophieren würden.



*Im "Haus am Bendstich" schälten die Bewohner gemeinsam die Kartoffeln für das Mittagessen. © Privat*

Heute bin ich Journalist und hoffe, dass ich später einmal nicht in einem Pflegeheim leben werde. Nicht, obwohl ich erlebt habe, dass es funktioniert, sondern weil ich weiß, dass so etwas heute kaum noch möglich ist. Weil ich heute mehr darüber weiß, wie unser Pflegesystem funktioniert. Wie Gesundheit zum Geschäft wurde in den Jahren, in denen ich aus dem Seniorenheim herausgewachsen bin und die Pfalz zum Studieren verließ. Das, was ich erleben durfte, war eine Ausnahme, die heute noch seltener geworden ist. Ich verstehe mittlerweile, weshalb auch meine Eltern unser Pflegeheim und damit das deutsche System irgendwann verließen, um in einem besseren Gesundheitswesen in Luxemburg zu arbeiten. Für Nächstenliebe, für die bedingungslose Wärme und das Eingehen auf die Bedürfnisse jedes einzelnen zu pflegenden Menschen bleibt den wenigsten Angestellten heute die Zeit. Stattdessen arbeiten sie im Akkord, pflegen nach der Stoppuhr, dokumentieren jeden einzelnen Schritt, alles ist berechnet, jeder Handgriff muss abgerechnet werden. Sie verdienen wenig, machen ständig Überstunden, sind oft selbst psychisch belastet und körperlich angeschlagen. Für Pflegekräfte wird in Deutschland zwar geklatscht, aber kaufen können sie sich davon nichts. Pflegedienstleitungen finden kein Personal, Heime werden von Investoren aufgekauft, die Angestellten, Bewohner und Bewohnerinnen tragen die Last.

Für meine Familie war das Pflegeheim am Bendstich unser Haus, obwohl es uns nie gehörte. Der Ort, an dem meine Eltern sich kennenlernten, sich beim ersten gemeinsamen Ausflug der Angestellten auf Schlittschuhen verliebten und später heirateten. Eine Zeit, die ich nur von Bildern kenne, auf denen meine Mutter im weißen Kleid durch das Wohnzimmer des Pflegeheims lief und mit Bewohnerinnen und Bewohnern ihre Hochzeit feierte. Heute wäre das Gesundheitsamt alarmiert, 37 Hygienevorschriften wären gebrochen, wahrscheinlich wäre auch der Datenschutz in irgendeiner Weise verletzt. Und natürlich würde uns jeder für

verrückt erklären, wenn wir wie früher einmal unseren Heiligabend gemeinsam mit Senioren im Pflegeheim verbringen würden. Die totale Entgrenzung der Arbeit, das muss man doch trennen können, da braucht es eine neue Vorschrift! Ob es noch Teams gibt, die wie damals eine echte Gemeinschaft und nicht nur Kolleginnen und Kollegen sind? Ich bezweifle es, in einem Gesundheitswesen, das Gewinne machen muss und den Stress an die Angestellten weiterreicht. Zumindest haben mir meine Recherchen zu Pflege eine andere Seite gezeigt. Spreche ich heute mit Menschen, die denselben Beruf wie meine Eltern ausüben, erlebe ich Tränen, Frust, Wut und verloren gegangene Ideale. Pflegekräfte, die zu mir sagen, dass sie an dem Druck zerbrechen und täglich das Patientenwohl gefährden müssen. Und ich lese Studien, die zeigen, dass keine andere Berufsgruppe so viele Schmerzmedikamente oder Antidepressiva einnimmt und jede dritte Intensivpflegekraft ihren Job kündigen will.

Pflege, wie ich sie damals erleben durfte, ist heute eine Utopie. Als Junge war ich stolz, wenn ich meine Kindergartengruppe zu uns ins Heim einladen durfte und wir mit den Seniorinnen und Senioren sangen und bastelten. Ich erinnere mich an die schönen Karnevalstage, an denen ich als Cowboy oder Indianer das Pflegeheim betrat und die dementen Bewohner zum Lachen brachte. Ich denke an Frau Mut, die ich auf ihrem letzten Rückwärtsgang begleiten konnte. Durch sie lernte ich, wie ein Leben langsam endet; durch andere, dass es ganz schnell vorbei sein kann. Und dass Menschen auch dann vermisst werden können, wenn sie keine Verwandten und Freunde mehr haben.

Am meisten hat mir das Aufwachsen in einem Pflegeheim aber gezeigt, dass das Altern und Sterben eine Gleichheit mit sich bringt, die nirgendwo sonst zu erfahren ist. Die Ärztin wie der Bauarbeiter, sie saßen alle im Speisesaal und riefen Sprichwörter durcheinander. Der eine lächelnd mit seiner Zahnprothese, die andere mit sanfter Stimme. Irgendwann ist es egal, wie ungleich unsere Leben verlaufen, sie enden gemeinsam. Vielleicht besteht genau darin die größte Aufgabe von Pflegekräften und letztendlich unserer Gesellschaft: dafür zu sorgen, dass wir zusammenfinden und irgendwann jeder in Würde gehen kann. Wenn es sein muss, dann eben mit einigen Tassen Dosenmilch am Tag.