

Selbstbestimmung im Alter


Zum Spannungsfeld von eigenverantwortlicher
Planung und fremdverfügbarem Widerfahrnis

Dr. Heinz Rüegger

16. Nationale Fachtagung SRK
Projekt Alter: Den Aufbruch gemeinsam gestalten!


Bern, 14. Mai 2019





Selbstbestimmung als zentrales ethisches Prinzip

- In einer freiheitlich-demokratischen, pluralistischen Gesellschaft und in einer aufgeklärten, auf Emanzipation setzenden Kultur ist Selbstbestimmung (= Autonomie) eines der zentralsten ethischen Prinzipien.
- Selbstbestimmung als Ausdruck
 - von Würde
 - von Freiheit



Angst vor Verlust der Selbstbestimmung im Alter

- Drittes Lebensalter/junges Alter (ca 60-80): Zeit der grossen Freiheit und Selbstbestimmung
- Viertes Lebensalter/altes Alter (ca 80+): zunehmende Fragilität, Verletzlichkeit > Angst vor Abhängigkeit und Verlust der Selbstbestimmung
- Abhängigkeit gilt als Zeichen von Schwäche, Inkompetenz, Entwürdigung, als etwas Beschämendes



Begriffsklärung

- Autonomie als
 - **Selbstständigkeit/Unabhängigkeit** (empirisch)
 - **Selbstbestimmung** (normativ – Anspruch)
 - **Selbstverantwortung** (normativ – Verpflichtung)




Selbstbestimmung als zentraler Anspruch auch im Alter

- Fürsorge orientiert sich an der Selbstbestimmung des auf Unterstützung angewiesenen alten Menschen. Er bestimmt, ob er und welche Hilfe er in Anspruch nehmen will oder nicht.
- Dieser Anspruch auf Autonomie gilt radikal. Er gilt selbst in Situationen, wo jemand seine Selbstbestimmung nicht mehr selber wahrnehmen kann. Dann gilt sein 'mutmasslicher Wille' als Orientierungspunkt helfenden Handelns!



- Professionelle Altersarbeit im sozialen und medizinisch-pflegerischen Bereich soll Selbstbestimmung
 - fördern
 - ermutigen
 - ermöglichen.



Selbstbestimmung als Teil der Selbstverantwortung alter Menschen

- Alte Menschen sind verantwortlich, so weit als möglich selber für ihr Leben Verantwortung zu übernehmen und sich einen Willen zu bilden, wie sie leben möchten, was ihnen wichtig ist, welche Hilfe sie gegebenenfalls beziehen wollen.
- Beispiele:
 - altersgerechte Wohnarrangements
 - Patientenverfügung
 - Vorsorgeauftrag





- Alte Menschen sind auch verantwortlich dafür, nach Wegen zu suchen, sich existenziell mit der Situation und den Entwicklungen ihres spezifischen Alter(n)s auseinanderzusetzen und damit zurecht zu kommen.
- Das setzt voraus: selbstbewusstes, selbstverantwortliches Altern und Altsein.



Missverständnisse von Selbstbestimmung

- 1. Missverständnis: Selbstbestimmung als Autarkie, als absolute Selbstständigkeit/Unabhängigkeit von anderen.
- Menschen als soziale und leiblich begrenzte Wesen sind konstitutiv abhängig von anderen, von der Natur, von geschichtlichen/kulturellen/politischen/ökonomischen Verhältnissen.
 - > Interdependenz (gegenseitiges Aufeinander-Angewiesensein/Abhängigkeit) ist ein Grundzug menschlicher Existenz.

- 
- Selbstbestimmung gibt es nur zusammen mit Abhängigkeiten vielfacher Art.
 - Abhängigkeit macht Selbstbestimmung nicht unmöglich! Selbstbestimmung zeigt sich gerade darin, wie wir eigenverantwortlich mit Abhängigkeiten umgehen.
 - Andreas Kruse spricht im Blick auf das bewusste Annehmen der eigenen Abhängigkeit im Alter von einer **motivationalen** oder **emotionalen Produktivität**, die es im Verlauf eines Reifungsprozesses zu erlernen und einzuüben gilt.

- 
- 2. Missverständnis: Selbstbestimmung als umfassende Kontrolle über das eigene Leben: alles im Griff haben, nichts dem Zufall überlassen, alles planen/managen/absichern/beherrschen wollen.
 - Damit versperrt man sich zentrale Erfahrungen des Lebens. Giovanni Maio: «Das Lebendige ist dadurch definiert, dass es sich der Vorhersehbarkeit (HR: und der vorausplanenden Verfügbarkeit) entzieht.»
Dem Lebendigen im Leben kann man nur in Offenheit für das Unverhoffte, Unerwartete begegnen = Grenze unseres Vorausplanens und Verfügen-Könnens!



- Giovanni Maio: «Die grösste Freiheit des Menschen besteht in der Wahl seiner inneren Einstellung zu dem äusserlich Vorgegebenen.»

Das ist Selbstbestimmung im Umgang mit Abhängigkeit.



Selbstbestimmung aktiv und passiv

- Wir stehen gerade im Blick auf das Alter(n) vor einer doppelten Herausforderung:
 - eigenverantwortlich unser Leben in der Altersphase zu planen und rechtzeitig entsprechende Entscheidungen zu fällen,
 - aber zugleich eine innere Haltung zu entwickeln, die offen bleibt für das, was unvorhergesehen/unverfügbar auf uns zukommt.



- Wilhelm Schmid: «Selbstbestimmung kann nicht im Ernst bedeuten, über das Selbst und sein Leben vollständig verfügen zu wollen. Ein souveränes Selbst zeigt sich darin, sich auch bestimmen zu lassen, statt immer nur selbst bestimmen zu wollen. Denn Selbstbestimmung ist ein aktiver ebenso wie ein passiver Prozess, ein Tun ebenso wie ein Hinnehmen und Lassen, ein eigenes Gestalten wie auch ein Sich-Gestaltenlassen von anderen, von Umständen und Situationen.»



Lebenskunst des Alter(n)s

- In einer Lebenskunst des Alterns geht es darum,
 - den Spannungsbogen zwischen der aktiven und der passiven Seite der Selbstbestimmung durchzuhalten;
 - eigenverantwortliche Planung ganz ernst zu nehmen,
 - aber immer im Wissen darum, dass es in der Zukunft auch ganz anders herauskommen kann;
 - innerlich offen zu bleiben, sich auf das Überraschende/Unvorhersehbare/Unverfügbare, auf das fremdverfügte Widerfahrnis einzulassen und damit verantwortlich umzugehen.

Danke für Ihre Aufmerksamkeit

Dr. Heinz Rüegger
Im Ahorn 24 | CH-8125 Zollikerberg

h.rueegger@outlook.com
www.heinz-rueegger.ch

