

Prof. Dr. Martin Teising, Berlin

Zürich 10.3. 2017

„Wie wir im Alter leben wollen – wie wir sterben wollen“

Selbstbestimmung zwischen Wunsch und Illusion

eine psychoanalytische Sicht

Lieber Herr Mettner,

die Frage, die Sie uns heute stellen, nämlich wie wir im Alter leben wollen und wie wir sterben wollen, geht davon aus, dass es gemeinsame Vorstellungen darüber gibt, wie **wir (nicht ich)** leben und sterben wollen.

Der kleinste gemeinsame Nenner unserer Antwort lautet schlicht: „selbstbestimmt“. Über Selbstbestimmung möchte ich mit Ihnen nachdenken. Ob wir allerdings, wie im zweiten Teil der Frage enthalten, tatsächlich sterben **wollen**, wage ich zu bezweifeln. Diese Formulierung beschönigt die Tatsache, dass wir gestorben werden. Sie könnte demnach lauten: wie wir sterben wollen, wenn wir denn schon müssen.

Selbstbestimmung - zwischen Wunsch und Illusion aus psychoanalytischer Sicht ist der Titel dieses kleinen Büchleins, das ich gerade veröffentlicht habe. Es geht um die dem Menschsein innewohnende Dialektik zwischen dem Wunsch nach Selbstbestimmung des Individuums und seiner existenziellen Bezogenheit auf andere Menschen, seiner absoluten Abhängigkeit von den Gesetzen der Natur und der Gesellschaft.

Ich möchte hier auf folgende Aspekte eingehen:

1. die gesellschaftliche Entwicklung in den letzten Jahrzehnten

2. Beziehungen zwischen den Generationen in der Geschichte der Menschheit
3. Autorität und Selbstbestimmung
4. Kränkungen der Selbstbestimmung
5. Selbstbestimmung im Alter

Die gesellschaftliche Entwicklung in den letzten Jahrzehnten

Der Anstieg der durchschnittlichen Lebenserwartung in den letzten Jahrzehnten entspricht einem uralten Wunsch der Menschheit und ist die bedeutendste Errungenschaft westlicher Zivilisation. Sie ermöglicht längere Selbstbestimmung, bevor wir endgültig gestorben werden. In früheren Zeiten waren vorzeitiger Tod durch die Einwirkung von Naturgewalten, Hunger und Seuchen auch bei uns in Mitteleuropa an der Tagesordnung. Heute werden diese Gefahren durch verbesserte soziale und hygienische Bedingungen sowie durch medizinischen Fortschritt weitgehend beherrscht. Im Prozess der Individualisierung haben wir uns von vielen gesellschaftlichen Zwängen und von Normen, die das zwischenmenschliche Zusammenleben einengen, erfolgreich befreit.

Individuelle Autonomie ist zum höchsten Wert westlicher Gesellschaften geworden und hat Fetischcharakter. Von autoritär anmutender Bevormundung befreit, soll heute jeder unabhängig von seiner Herkunft seinen eigenen Weg finden. Er soll fähig sein, sein Leben aktiv zu gestalten, statt sich auf andere zu verlassen. Er soll in allen Lebensbereichen selbst entscheiden und handeln – in Bezug auf die eigene Arbeit, die eigene Ausbildung, die eigene Gesundheit, die eigene Krankheit, die eigene Altersversorgung und auch das eigene Sterben.

Seit mit technischen Möglichkeiten nämlich immer stärker auch in den Sterbeprozess eingegriffen wird, hat die Angst vor dem Sterben

zugenommen, weil es nicht mehr nur von der Natur, sondern ganz offensichtlich von anderen Menschen abhängt, ob und wie gestorben wird. Das Lebensende soll daher selbst verfügbar und planbar werden. Der aufgeklärte Zeitgenosse soll auch sein eigenes Lebensendszenarium selbst kontrollieren wollen. Er sieht sich zur Selbstinszenierung einschließlich der Gestaltung des eigenen Todes regelrecht gedrängt. „Die Mitglieder der westlichen Gesellschaft werden gezwungen, angehalten oder ermutigt, sich um ihrer Zukunftschancen willen zum Zentrum ihrer eigenen Lebensplanungen und Lebensführungen zu machen.“ (o.a. S. 70) Es hat sich ein Paradigmenwechsel vollzogen. Wir haben uns vom Paternalismus, bei dem wir uns auf wohlmeinende väterliche Leitfiguren, zum Beispiel in Gestalt eines vertrauten Hausarztes, verlassen können weitgehend verabschiedet.

Abläufe technischer, sozialer, ökonomischer und finanzpolitischer Natur, die unser Leben bestimmen, sind für den Einzelnen heute aber gleichzeitig immer weniger durchschaubar, immer weniger nachvollziehbar und immer weniger mitbestimmbar. Von der Autonomie des Individuums kann eigentlich immer weniger die Rede sein, der Umgang mit elektronisch gespeicherten Daten, dem der einzelne Nutzer völlig hilflos ausgeliefert ist, macht das besonders deutlich.

Dennoch wird in der öffentlichen Wertediskussion der Selbstbestimmung des Individuums ein immer größerer Stellenwert zugemessen wird, Besonders deutlich wird dies in den –Diskussionen um die „end-of-life-decisions“ (Patientenverfügung, ärztlich assistierter Suizid) in der ein sich vertrauensvoll auf einen wohlmeinenden solidarischen Anderen verlassen nicht vorgesehen ist.

Zwischenmenschliche Solidarität auf der Basis der für den Menschen charakteristischen Fähigkeit, sich in den anderen einzufühlen, tritt als ethischer Wert in den Hintergrund, das Angewiesensein des Individuums auf den Anderen wird zum Skandalon.

Die Entscheidungen des Einzelnen werden dabei aber immer abhängiger von Experten. Welche Informationen uns für unsere Entscheidungen zur Verfügung gestellt werden, bestimmen die Algorithmen von Google. Wir müssen uns in immer mehr Bereichen auf solche Experten verlassen, deren wirkliche Expertise und überprüfbar ist.

Je weiter sich das Individuum entmündigt fühlt, desto lauter werden die Rufe nach Autonomie, in unserem Land z. B. in der aktuellen Diskussion um Patientenverfügungen und oder assistierten Suizid.

Gleichzeitig existieren regressive Bedürfnisse, die bei Krankheit und in Notlagen evident werden. Kranke, die sich schwach fühlen, suchen tröstenden Schutz.

Wir sehnen uns nach Befreiung von der Autorität und sehnen uns andererseits nach ihr, ein lebenslanges Thema. Julia Kristeva bezeichnet das „Bedürfnis zu glauben“ als „Narkotikum, das leben hilft, weil es als glückliches Kindheits- und Liebestrauma – unsere Fähigkeit, sprechende Wesen zu sein, begründet.“ (Kristeva, 2014 S. 7) Sennett drückt dies soziologisch aus „Die Menschen sind zu ängstlich, zu sehr auf ihre Bequemlichkeit bedacht, zu unwissend, um ohne Herren auszukommen; sie wollen Sklaven sein, um sich geborgen zu fühlen.“ (Sennett S. 197)

Durkheim, der Begründer der modernen Soziologie, hat bereits 1897 gefragt: Wie geht es an, dass das Individuum, obgleich es immer autonomer wird, immer mehr von der Gesellschaft abhängt?

Autonomie bedeutet nicht automatisch, dass individuelle Freiheit wächst, denn sie ist von der „sicherheitsspendenden Stütze anderer Subjekte“, wie Axel Honneth (2010, S.65) schrieb, abhängig. Der „souveräne Mensch“ aber ist erst „derjenige, der sich etwas widerfahren lassen kann.“ (G. Böhme, 2014, S. 55)

Beziehungen zwischen den Generationen in der Geschichte der Menschheit

Wohlwollende paternale Strukturen werden aber abgeschafft, einhergehend mit der Zerstörung generationaler Bindungen, die die Grundlage menschlicher Zivilisation darstellen. Ein bedeutendes Merkmal der Flexibilität, die im Interesse blühender Märkte zunehmend nötig zu sein scheint, ist die Lockerung inter-generationaler Bindungen. Sie geht einher mit einem Verlust an Solidarität sowie der Kommerzialisierung und Digitalisierung zwischenmenschlicher und inter-generationaler Beziehungen, Sloterdijk (1996) spricht von einem anti-genealogischen Experiment.

Der Satz: „Liebe Mutter, lieber Vater, ein Leben lang habt Ihr für uns gesorgt, jetzt, da Ihr alt und krank seid, könnt Ihr endlich für Euch selbst sorgen,“ bringt die destruktiven Folgen dieser Entwicklung auf den Punkt, die an Goethes Zauberlehrling erinnert, der die Geister nicht mehr zähmen konnte, die er rief. Individuen sehen sich heute zunehmend gezwungen, sich selbst zu formen und ihre eigene Biographie zu

inszenieren, einschließlich des eigenen Todes, und erleben dies oberflächlich noch als Befreiung.

Gleichzeitig beobachten wir eine andere Entwicklung. Wir sind alle mit jedem, jederzeit und überall verbunden, jedenfalls oberflächlich. Einerseits drückt dies Bezogenheit aus, andererseits kann dieses Phänomen als Ausdruck und Symptom von Ungetrenntheit, Entdifferenzierung und Homogenisierung verstanden werden. Die Fähigkeit allein zu sein, scheint abzunehmen. Die elektronischen Beziehungen in der virtuellen Internet-Welt scheinen nicht einfach zur inneren Welt der Objektbeziehungen, wie sie von der Psychoanalyse entdeckt und beschrieben wurde, hinzugefügt zu werden, sondern scheinen diese zu ersetzen.

Mit zunehmender Entbindung von menschlicher Bezogenheit lässt sich beobachten, wie neue Bindungstechniken, ja Fesselungstechniken, entwickelt werden. Die meisten von uns sind mittlerweile dauernd und weltweit online verbunden, erreichbar und verfügbar. Auf diese Weise wird die durch Entbindung gewonnene Freiheit wieder gezügelt.

So können wir die dauernde Verbundenheit mit Hilfe digitaler Netzwerke auch als Ausdruck eines menschlichen Bindungsbedürfnisses verstehen, das den Individualisierungsprozessen mit ihren genealogischen Entbindungsprozessen entgegenwirkt. Kürzlich beobachtete ich in einer U-Bahn eine vielleicht 25jährige Frau, die während der 20 minütigen Fahrt per Videotelefonie offenbar mit ihrer Mutter dauerverbunden war.

Die äußere Realität prägt sich als neue Autorität in Gestalt der Forderung nach ständiger Verfügbarkeit und gleichzeitiger scheinbarer Selbstbestimmung in die Psyche und in körperliches Empfinden hinein. Für viele ist diese neue Autorität mittlerweile von tyrannischer Qualität.

Der Widerspruch zwischen Selbst- und Fremdbestimmung ist keineswegs neu, er erscheint stets nur in neuem Gewand. Dieser Konflikt wird schon in der Schöpfungsgeschichte geschildert. Gott, als Autor der Welt die absolute Autorität, hatte den Paradiesbewohnern verboten, vom Baum der Erkenntnis zu essen. Mit dem Verstoß gegen das Gebot der Autorität entstand die Freiheit des Menschen und mit ihr Schuld und Scham sowie Erkenntnis, zuallererst die des Geschlechtsunterschiedes, für den wir uns auch heute noch sofort interessieren, wenn wir von einem Neugeborenen hören.

Mit der Erkenntnis des Unterschiedes entstand die Begierde auf Kosten der Vertreibung aus dem Paradies, „aus dem harmlosen und sicheren Zustand der Kindespflege, gleichsam aus dem Garten, der ihn ohne seine Mühe versorgte... in die Welt, wo so viel Sorgen, Mühe und unbekannte Übel auf ihn warten, wie Emanuel Kant formulierte.“ (zitiert nach Flasch, 2004, S.86)

Der Sündenfall eröffnet Menschen den Weg aus dem „Paradies der Unwissenheit und Knechtschaft“ so Schiller, „zu einem Paradies der Erkenntnis und der Freiheit“. Die Differenz zwischen wissender göttlicher Autorität und nichtwissenden unschuldigen Vormenschen ist damit aufgehoben und die Unendlichkeit des Paradieses durch „irdische“ Vergänglichkeit ersetzt.

Der Abraham-Mythos, in dem absoluter Gehorsam gegenüber göttlicher Autorität gefordert wird, wird von den monotheistischen Religionen geteilt.

Letztlich wird die Tötung des Sohnes in der Abrahamgeschichte nicht vollzogen. Der Zuhörer stellt sich die Tötung des Kindes lebhaft vor, dann wird der Ablauf unterbrochen. Die Tötung des Sohnes wird auf diese Weise psychische Realität des Zuhörers. Das Überleben Isaaks

wird durch Gott gesichert, es entstehen Hoffnung und Zuversicht, wenn die väterliche Autorität anerkennt, dass sie sich ihrerseits höherer Autorität zu beugen hat.

Das 4. Gebot fordert Vater und Mutter zu ehren. Diese Grundlage des Generationenvertrages ist übrigens das einzige Gebot, auf dessen Einhaltung eine Belohnung ausgesetzt ist, nämlich langes Leben auf Erden.

Der Ödipusmythos schließlich berichtet von wiederholtem Autoritätsmissbrauch. Laios verstößt gegen die genuine Aufgabe von Eltern und Lehrern, die nachfolgende Generation zu schützen. Er missbraucht seinen Schüler, der zugleich sein Halbbruder ist und wird mit Kinderlosigkeit bestraft. Sollte er doch einen Sohn bekommen, würde dieser ihn erschlagen. Mit dieser Weissagung wird die natürliche Abfolge der Generationen benannt, nämlich, dass eines Tages die Kinder die Eltern ablösen und damit symbolisch „erschlagen“ müssen.

Diese Realität will Laios nicht anerkennen und misshandelt seinen Sohn. Er durchbohrt seine Füße, bindet sie zusammen, macht ihn zum Schwellfuß und setzt den Schutzbefohlenen aus. Damit beginnt das Drama.

Autorität und Selbstbestimmung

Hannah Arendt (1955) hat Autorität und die Anerkennung der Autorität als Voraussetzungen zum Erwerb der Selbstbestimmungsfähigkeiten beschrieben. Aufgabe der heute eher verpönten Autorität ist es, die Freiheit zu begrenzen um sie zu sichern und Selbstbestimmung zu ermöglichen, was offensichtlich wird, wenn z.B. der Erwachsene das Kind daran hindert, über eine befahrene Straße zu laufen. Autorität und

Freiheit sind keine Gegensätze, „Autorität überhaupt“ sichert Leben in Freiheit.

Autoritarismus und autoritäre Herrschaft hingegen schränken Freiheit ein, indem sie Macht missbrauchen. Sie berufen sich auf eine höhere oft angeblich gottgegebene Macht, proklamieren ewige Dauer („1000-jähriges Reich“), fordern blinde Unterwerfung und fördern ebenso blinden Hass auf Opponenten.

Arendts Definition der „Autorität überhaupt“ folgt der Anerkennung von Lebensstatsachen, so der, dass die Eltern, die für das allein nicht überlebensfähige Kind verantwortlich sind, woraus sich ihre „Autorität“ ableitet, auf die das Kleinkind unbedingt vertraut und vertrauen können muss.

Die Notwendigkeit elterlicher Autorität ergibt sich aus der existenziellen Abhängigkeit des Kindes sowie seiner daraus entstehenden Angst vor dem Verlassenwerden. Das Bedürfnis des Kindes beruht auf seinem Wunsch nach Sicherheit und Stärke, die der Autorität zugeschrieben und in der ausgeprägten Autoritätswilligkeit im Latenzalter besonders offenkundig wird.

Bereits vor 6 Jahrzehnten, also lange vor der antiautoritären Bewegung, diagnostizierte Arendt eine „Art Abdankung der Zeitgenossen...“, die sich als Eltern und Erzieher gewissermaßen weigern, eine der elementarsten Funktionen in jedem Gemeinwesen, das Hinleiten derer, die durch Geburt neu in die Welt gekommen und daher in ihr notwendigerweise Fremdlinge sind, zu übernehmen und so die Kontinuität dieser gemeinsamen Welt zu sichern.

Es ist, als wollten die Eltern ihren Kindern gegenüber die Verantwortung für die Welt, in die sie sie hineingezeugt und hineingeboren haben, nicht

mehr übernehmen“ (o.a. S.164) Die Notwendigkeit elterlicher Autorität ergibt sich aus der existenziellen Abhängigkeit des Kindes sowie seiner daraus entstehenden Angst vor dem Verlassenwerden. Das Autoritätsbedürfnis des Kindes beruht auf seinem Wunsch nach Sicherheit und Stärke, die der Autorität zugeschrieben und in der ausgeprägten Autoritätswilligkeit im Latenzalter besonders offenkundig wird.

Verantwortungsvoll ausgeübte Autorität des Erwachsenen äußert sich in alters- und umweltangepasster unterstützender, fördernder und fordernder Weise. Das Kind wirbt dann regelrecht um die Autorität, deren Forderungen es erfüllen möchte. Oder wie Freud sagt: „Die Gläubigkeit der Liebe wird zu einer wichtigen, wenn nicht zur uranfänglichen Quelle der Autorität.“ (Freud 1905, S. 50) Souverän gestaltete Autorität beantwortet diese Liebe mit einem verlässlichen aber durchaus flexiblen Umgang mit Regeln und Normen.

Ein stabiles Selbstwertgefühl entsteht in prägenden Beziehungen, die ausreichende Sicherheit vermitteln und es dem Individuum erlauben, sich zu entfernen, die Welt zu entdecken und zu erobern. Das Selbstwertgefühl ist wesentlich von subjektiver Selbstbestimmung abhängig, aber auch von der Anerkennung, Bestätigung und Bewunderung durch Andere. Die Fähigkeit, sich auf Beziehungen einlassen zu können, ist auch vom Selbstwertgefühl abhängig.

Der Glanz im Auge der Mutter, den der Säugling selbst erzeugen kann und dadurch seine Wirkmächtigkeit erlebt, ist Grundlage eines stabilen verinnerlichten Selbstwertgefühls. Mit ihm ist es möglich, auch Misserfolge, Enttäuschungen, Verluste, Unsicherheiten und das Alleinsein zu ertragen. Ist das Selbstwertgefühl aber vulnerabel, bleiben die Betroffenen mit einem tiefen Minderwertigkeitsgefühl auf ständig

erneuerte Bestätigung von außen angewiesen, die tragischerweise niemals ausreichend sein kann. Wird die Anerkennung im Sinne narzisstischer Gratifikation entzogen, entstehen Kränkungen.

Kränkungen der Selbstbestimmung

Kränkungen sind also zwischenmenschliche Ereignisse, die das Selbstwertgefühl und damit den Kern der Identität, verletzen oder gar zerstören, die „krank machen“ oder wie im englischen Begriff „Mortification“ zum Ausdruck kommt, auch tödlich verletzen können. Besonders gravierend wirken Kränkungen durch Objekte, die nach dem narzisstischen Typ besetzt worden sind. (Erklären)

Selbstbestimmt wirkende Menschen sind oft sehr von solchen Selbstobjekten abhängig. Ausdrucksformen des Selbstwertgefühls sind z.B. Stolz und Ehre, ihre Verletzung geht mit Schamgefühlen einher, wenn der Betroffene davon ausgeht, dass seine Verwundung oder seine Mängel, die er sich selbst nicht zugesteht, für andere sichtbar sind.

Kränkungen können psychosexuellen Qualitäten zugeordnet werden. Sie können z.B. aus subjektiv empfundenen Angriffen auf die Identität als Frau oder Mann beruhen, wie auf den Einschränkungen von Macht und Einfluss und ganz besonders auf dem Erleben von Abhängigkeit bei der Versorgung alltäglicher Bedürfnisse. Jenseits des 85. Lebensjahres sind Menschen immer häufiger auf die Hilfe anderer bei zuvor fast lebenslang selbst beherrschten „Aktivitäten des täglichen Lebens“ angewiesen und müssen diese Hilfsbedürftigkeit in ihr Selbstbild integrieren.

Die von Money-Kyrle (1971) beschriebenen Facts of Life konzeptualisieren die notwendigen Anerkennungsschritte der Abhängigkeit menschlicher Existenz sehr treffend. Er benutzt

psychoanalytische Metaphern, wenn er als erste Lebensstatsache von der Anerkennung der Brust als gutes und unverzichtbares Objekt spricht. Gemeint ist damit die Anerkennung von Abhängigkeit schlechthin als existenzieller Grundbedingung. Die zweite Lebensstatsache, die es anzuerkennen gilt, ist der Geschlechtsverkehr als kreativer Akt. Gemeint ist mit dieser Metapher das Erleben des Ausgeschlossenenseins. Als dritte Lebensstatsache ist die Unvermeidbarkeit von Zeit und letztlich des Todes, ja des eigenen Todes, anzuerkennen.

Die Anerkennung der guten Brust erfordert, demütig zur Kenntnis nehmen zu müssen, dass es nur möglich ist, in Abhängigkeit von Andern zu existieren. Es muss die Tatsache anerkannt werden, dass die Mutter, im erweiterten Sinne die Umwelt, nicht immer und sofort alle Wünsche befriedigen kann, und noch bitterer, nicht immer alle Wünsche erfüllen will, dass sie eine eigene über sich selbst verfügende getrennte Andere mit eigenständigen Interessen ist.

Um die Anerkennung seines Angewiesenseins auf andere ringt ein 70-jähriger Patient, der zeitlebens aus Angst vor Trennung keine bindende Partnerschaft eingegangen ist. „Sie kennen doch die Western Filme“, sagt er, „in denen ein Cowboy sich in eine Frau verliebt. Meist endet die Affäre damit, dass er sie am nächsten Morgen verlässt und in die Weite der Prärie reitet. In manchen Filmen aber kehrt er wieder um und bleibt bei ihr. Das kann ich kaum glauben“.

Hinter der Vorstellung der Versorgungsunabhängigkeit verbergen sich illusionäre Größenvorstellungen, die bei einem anderen 75 jährigen Patienten, offen zu Tage traten, als er sagte: „Wozu brauche ich Medikamente, ich bin Gott“. Diese Größenphantasie dient gerade Männern nicht selten der Abwehr einer als tief kränkend und als Gefahr erlebten Abhängigkeit von einer Frau, letztlich von der Mutter.

Selbstbestimmung im Alter

Margarethe Mitscherlich sagte anlässlich ihres 90. Geburtstages: „Dieses Ende des Lebens beginnt immer lauter an Herz und Kopf zu pochen... mit dem Verstand weiß ich, dass es keinen lieben Gott gibt, aber ich spreche oft mit ihm, das habe ich seit der Kindheit getan. Das tut mir gut, und das erlaube ich mir.“ (Deutsches Ärzteblatt 2007, S. 2106). Ihre Aussage enthält die Anerkennung ihrer Ohnmacht gegenüber der Sterblichkeit, ebenso wie den Wunsch, Zugang zu einem unsterblichen Objekt zu haben. „Illusionen empfehlen sich uns dadurch, dass sie Unlustgefühle ersparen und uns an ihrer Statt Befriedigungen genießen lassen. Wir müssen es dann ohne Klage hinnehmen, dass sie irgend einmal mit einem Stücke der Wirklichkeit zusammenstoßen, an dem sie zerschellen“ (Freud 1915, S.330).

Je sicherer Erfahrungen mit einem guten mütterlichen Objekt verinnerlicht wurden, je stärker das Urvertrauen, desto eher kann die Abhängigkeit von einem anderen anerkannt werden und desto leichter wird es möglich, auch die zweite Lebensstatsache anzuerkennen, dass zwei Menschen etwas miteinander machen, und man selbst ausgeschlossen ist, mit begrenzter, oder gar ohne eigene Einflussmöglichkeit. Diese zweite Lebensstatsache begegnet uns im Lebenslauf in unterschiedlicher Gestalt und alten Menschen mit ganz besonderer Härte. Es beginnt damit, dass die Eltern uns nicht gefragt haben, ob wir in diese Welt gesetzt werden wollen. Das Kleinkind erfährt diese Tatsache zum Beispiel, wenn ein jüngeres Geschwisterkind geboren wird und es sich von der innigen Beziehung des neuen Säuglings zur Mutter ausgeschlossen fühlt. Der Jugendliche muss mit seiner rasenden Eifersucht umgehen, der Rentner ist von Entscheidungen Jüngerer am Arbeitsplatz ausgeschlossen, der

Pflegebedürftige hat bei seiner Heimunterbringung, und den damit verbundenen finanziellen Fragen häufig wenig mitzureden.

Alte Menschen können sich mit den Jüngeren, die ihre Zeit noch vor sich haben, mit ihrer größeren Leistungsfähigkeit und ihren Entwicklungen identifizieren. Bleiben Alternde aber ausschließlich auf ständig neue äußere Anerkennung angewiesen, können starke Neid- und Eifersuchtsgefühle auf die jüngere Generation mobilisiert werden, wie sie z.B. die Stiefmutter entwickelt, die Schneewittchens jugendliche Schönheit beneidet und mit tödlichem Hass verfolgt.

Kulturstiftend ist, dass Kinder sich mit ihren Eltern und Lehrern identifizieren. Sie fühlen sich ihren Autoritätspersonen verbunden und verpflichtet, um sich in der Adoleszenz von ihnen zu verabschieden und doch mit ihnen verbunden bleiben. Diese Bindung kristallisiert sich intrapsychisch im Über-Ich und im gesellschaftlichen Kontext im Generationenvertrag, der im Sozialrecht abgebildet wird und bis ins 5. Jahrhundert vor Christus in Athen nachweisbar ist. Wer seine Eltern nicht unterstützte, dem wurden die Bürgerrechte entzogen.

Die wechselseitige Bindung der Generationen von Eltern und Kindern manifestiert sich als Verantwortungsgefühl zunächst der Eltern gegenüber ihren Kindern, und später der erwachsenen Kinder und Enkelkinder gegenüber ihren Eltern und Großeltern und zeigt sich auch in der transgenerational verbindenden Wirkung traumatischer Erfahrungen.

Die enormen Entwicklungsmöglichkeiten, die das hohe Alter mit seinen Entbindungen von Verpflichtungen und seinen vielen Erfahrungen ermöglicht, sollen nicht verschwiegen werden. Für viele beinhalten diese Möglichkeiten auch die weiter bestehende und zuweilen auch neu erworbene Anerkennung als Autorität. Hier spreche ich aber von der

anderen Seite des 4. Lebensalters, das wesentlich von der Befindlichkeit des Körpers, von seiner „Autorität“, und von vielfältigen Verlusten, diktiert wird.

Das hohe Alter mit seinen körperlich bedingten Einschränkungen konfrontiert in der letzten Lebensphase in besonderer Weise mit der Abhängigkeit als Grundbedingung menschlicher Existenz.

Der Körper übt als „Organisator der Psyche“ (Heuft, 1994) unerbittlich anmutende Macht aus, der nicht ausgewichen werden kann. Er kann eine Abhängigkeit von pflegenden Beziehungen erzwingen, wie sie sonst nur in der ersten Lebensphase vorkommt.

Der Körper erzwingt Abschiede, z.B. von Aktivitäten, die Beweglichkeit erfordern, von Funktionen, deren unabhängige Beherrschung nicht selten mühsam errungen und verteidigt wurde. Er erzwingt damit auch eine Neugestaltung zwischenmenschlicher Beziehungen, wenn alte Menschen bei der Nahrungsaufnahme, der Fortbewegung, bei den Körperausscheidungen und der Hygiene, sowie beim Denken, der Orientierung oder Kommunikation auf die Hilfe anderer angewiesen und von ihnen existentiell abhängig sind.

Der Körper wird vom beherrschten zum beherrschenden Objekt und bestimmt das Wohlbefinden. Abhängigkeit von anderen Menschen, oft von eigenen Kindern, Partnern, Freunden, Pflegekräften oder Wohlfahrtseinrichtungen, wird häufig als Ausgeliefertsein empfunden und zwar umso mehr, als der Betroffene mit der „Illusion der Selbstbestimmung und der Unabhängigkeit“ (Mieth, 2008) gelebt hat.

Das Selbst weigert sich lange und hartnäckig, körperliche Veränderungen in das Körperselbst zu integrieren. Ein 75-jähriger Patient träumt immer noch plastisch davon, in die

Fußballnationalmannschaft berufen zu werden, obwohl er natürlich weiß, dass dies aufgrund seiner körperlichen Leistungsfähigkeit sehr unwahrscheinlich ist. Ein anderer häufig angewandter Versuch, mit dem alternden Körper umzugehen, besteht in der Abspaltung des Körpers. „Warum kann ich nicht meine Augen, meine Knie und mein Herz zum Doktor schicken und ruhig zu Hause bleiben, ohne Schmerzen zu haben und die verbleibende Lebenszeit genießen“, überlegt ein älterer Patient.

Abhängige Pflegebedürftigkeit ist die am meisten gefürchtete potentielle Eigenschaft des hohen Lebensalters. Man möchte nicht von der Körperpflege durch eine andere Person abhängig sein, eine Abhängigkeit, aus der wir uns alle mit viel Mühe befreit haben. Pflegeabhängig zu sein bedeutet auf die konkrete Anwesenheit eines Anderen, der über seine An- und Abwesenheit selbst bestimmen kann, existentiell angewiesen zu sein und seine Bedeutung anerkennen zu müssen. Ein 85-jähriger Patient formulierte: „Es ist notwendig, einen zweitens Gehorsam zu entwickeln“, er meinte einen Gehorsam gegenüber der letzten Autorität, eben der des Körpers.

Der Gehorsam geht einher mit der Anerkennung von Generationsunterschieden, von Verlust und Tod und nicht selten mit der Anerkennung der Abhängigkeit von der folgenden Generation. Immer häufiger werden Menschen im hohen Alter nicht nur mit unwiederbringlichen Verlusten körperlicher Funktionen sondern auch mit dem Verlust naher Angehöriger und schließlich auch mit der eigenen Endlichkeit konfrontiert.

Sie erleben das Ausgeschlossenensein von Entscheidungen Jüngerer, die das eigene Leben betreffen. In dieser letzten Lebensphase werden Autoritätsbeziehungen zwischen den Generationen grundlegend umgestaltet, wenn Hilfebedarf bei Aktivitäten des täglichen Lebens, wie

der Nahrungsaufnahme, der Ausscheidung, der Wahrnehmung, der Orientierung und der Körperpflege entsteht, wenn der erwähnte Generationenvertrag als Ausdruck menschlicher Zivilisation und Solidarität in Form von Pflege- und Versorgungsleistungen zum Tragen kommt. Bei der notwendigen Versorgung der Alten übernehmen die Kinder, nun selbst im 5. und 6. Lebensjahrzehnt, Autorität und müssen nicht selten Entscheidungen für ihre Eltern treffen, die deren Wohl dienen sollten. Sie überleben diejenigen, denen sie ihr Leben, mit allen Sonnen- und Schattenseiten, verdanken.

Sie müssen sich von immer noch erwarteten Wunscherfüllungen durch die Eltern verabschieden, ihre Nichterfüllung betrauern und selbst eine fürsorgliche verantwortliche Position einnehmen. Nicht selten werden alte Rechnungen beglichen, sei es im Sinne der Dankbarkeit als Wiedergutmachung, oder auch als Rache. Gelingt es den Kindern, die Autorität als „Autorität überhaupt“ im Arendt'schen Sinne zum Wohle der Eltern auszuüben, sprechen Gerontologen von „filialer Reife“.

„Das Älterwerden zwingt uns“, so Gabriele Junkers (2013), „zu begreifen, dass die Mittel zur Umsetzung von Wiedergutmachungsvorstellungen zunehmend an Grenzen stoßen. Mit dem bewußten Blick auf den Tod müssen wir der Aussicht auf die Erreichung von mehr Lust als unverzichtbarem Ziel für die Konsolidierung des Ichs immer mehr entsagen“ (S.13).

Manische, phallisch-narzisstische Abwehrmechanismen, mit denen Abhängigkeit und Bedürftigkeit so kontrolliert und so abgewehrt werden, dass menschliche Objekte keine Bedeutung gewinnen, verlieren an Wirksamkeit.

Eine endgültige Verabschiedung aus der generationalen Gebundenheit irritiert uns sehr, weil mit einer solchen Einstellung an den Grundfesten

unserer Zivilisation mit ihren generationalen Banden gerüttelt wird. Aufgrund generationaler Verbundenheit, werden immer noch über 80% der pflegebedürftigen Menschen in Familien, vornehmlich von Töchtern und Schwiegertöchtern, gepflegt. In ihren Leistungen kommt die dankbar-schuldhafte Bindung der Subjekte an den Anderen, der nicht endgültige, nicht tödliche Abschied der Kinder von den Eltern zum Ausdruck.

Das verdrängte Bewusstsein eigener Endlichkeit drängt sich im Alter zunehmend ins Bewusstsein. Ein Ausdruck dafür ist das Gefühl, die Zeit würde schneller vergehen. Das Alter konfrontiert damit, dass die Verschiebung der Wunscherfüllung in die Zukunft in immer begrenzterem Ausmaß realistisch ist. Die Realität, insbesondere des eigenen Körpers, erfordert die Anerkennung von Abhängigkeit, von Ausgeschlossenheit, von Generationsgrenzen, von Verlust und Tod in besonders ausgeprägter Weise. Die Realität des Alters zwingt dazu, so Roy Schafer (1968), sich von den Phantasien von unsterblichen Objekten zu verabschieden und die Jagd nach einem idealen, immer wieder zur Verfügung stehenden Objekt, einzustellen. Manische und narzisstische Abwehrmechanismen, mit denen Abhängigkeit und Bedürftigkeit so kontrolliert und abgewehrt werden kann, dass menschliche Objekte keine Bedeutung gewinnen, verlieren im reiferen Erwachsenenalter an Kraft verlieren und werden bei gelingendem Altern durch zunehmende Anerkennung der Realität des Abschieds ersetzt. Anerkennung der Realität bedeutet Ent-täuschung und Desillusionierung und ist eine bedeutende Entwicklungsaufgabe, die im höheren Lebensalter besonders geprüft wird. Wie angedeutet geht es nicht nur um Abschiede von realen Personen, sondern auch um den Verlust von

Fähigkeiten und Funktionen. In einer sich ständig beschleunigenden Gesellschaft werden Kompetenzen älter werdender Menschen immer rascher entwertet.

Freud wies schon darauf hin, dass es aber überhaupt erst die Vergänglichkeit ist, die dem Bestehenden Wert verleiht. Ohne Vergänglichkeit wäre das Kostbare nichts wert. „Wenn es eine Blume gibt, welche eine einzige Nacht blüht, so erscheint mir ihre Blüte darum nicht minder prächtig.“ Und er fügt hinzu: „Wie die Schönheit und Vollkommenheit des Kunstwerks und der intellektuellen Leistung durch deren zeitliche Beschränkung entwertet werden sollte, vermochte ich ebensowenig einzusehen.“ (1916, S.359) Und Elias Canetti fragt „wie vielen wird es noch der Mühe wert sein zu leben, sobald man nicht mehr stirbt?“ (S. 27) Die rationalen Folgen einer Welt ohne Tod, meint er, seien nie zu Ende gedacht worden. (29)

Ein auf der Basis von verlässlichen Beziehungserfahrungen ausreichend gut entwickeltes Selbstwertgefühl mit ausreichend guten internalisierten Objektrepräsentanzen ermöglicht den Verzicht ständig neuer narzisstischer Bestätigung von außen und erlaubt in der Regel, die Abschiede des Alters ohne allzu starke Verleugnung und ohne das Gefühl vernichtender Angst erleben und adäquat betrauern zu können. Grotjahn (1994) drückt den mit dem Abschiedsschmerz verbundenen Neid offen aus: „Ich kann den Gedanken nicht ertragen, dass meine Freunde morgen die Sonne genießen und mit Freude frühstücken werden und ich nicht dasselbe tun kann“ (S. 122f.).

Zusammenfassend:

Die Selbstbestimmung des Individuums und seine eigene Wirkmächtigkeit hängen von der Anerkennung des Eingebundenseins in Beziehungen und Gesetzmäßigkeiten ab. Wir streben lebenslang nach selbstbestimmter Wirksamkeit und stoßen an Grenzen, die wir zu erweitern suchen. Letztlich muss die Begrenzung der Selbstbestimmung respektiert werden. Dies gilt für das Individuum, um dessen Selbstbestimmung und ihre Grenzen es hier geht. Es gilt aber ebenso für die Begrenzung des vom Menschen entwickelten technisch Machbaren in einem bedrohten Ökosystem. Bewusste Verantwortung für dieses System als Grundlage menschlichen Lebens erfordert Demut, Beschränkung und seine Pflege als kulturelle Leistungen. (vgl. H. Böhme, 2016)

Mit solchen Tugenden zu leben und damit existenzielle Bedingungen des Menschen anzuerkennen und zu respektieren, sind entscheidende Herausforderungen an das hohe Lebensalter. Die Erfüllung dieser Entwicklungsaufgaben erlaubt uns im Alter gut zu leben und schließlich sterben zu können.