Zeitschrift: Pro Senectute : schweizerische Zeitschrift für Altersfürsorge, Alterspflege und Altersversicherung

Herausgeber: Schweizerische Stiftung Für das Alter

Band: 48 (1970)

Heft: 3

Artikel: Vorbereitung auf das Alter [Fortsetzung]

Autor: Vischer, A.L.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-721666

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 01.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Vorbereitung auf das Alter

Wir halten hier inne, sowohl im Rückblick auf das bisherig Gesagte als auf das, was noch zu sagen sein wird. Das Alter ist eine Entwicklungsphase, die in einer Mannigfaltigkeit von Ausprägungen durchlaufen werden kann.

Man spricht sehr oft vom «alten Menschen». Genau gesehen gibt es diesen gar nicht. Es gibt ihn noch weniger, als es «das Schulkind», den «Jugendlichen» gibt. Die Eigenart der letzten Lebensstufe beruht gerade darin, dass sie in einer bunten Mannigfaltigkeit erlebt wird. Der Erlebenshalt jedes einzelnen muss individuell biographisch erarbeitet werden.

Es ist förderlich für die nähere Kenntnis der Betagten, dass wir zahlreiche Einzelschicksale kennenlernen. Mit jedem Einzelfall erfahren wir immer wieder, wie neue und unerwartete Lösungen der Daseinsbemeisterung in den letzten Jahren aus ihrer bisherigen Verborgenheit gehoben werden.

Jeder alte Mensch stellt ein individuelles Problem dar. Während die körperliche und geistige Entwicklung des Kindes unter dem gesetzmässigen biologischen des Wachstums vor sich geht, vollzieht sich das Altwerden einerseits unter dem Einfluss von Vererbung und Konstitution; anderseits sind daran beteiligt: Umweltseinflüsse sowie die biologische und Lebensgeschichte. Jeder menschliche Lebenslauf ist etwas Einmaliges und Einzigartiges. Der Betagte ist ein Produkt seines Lebenslaufes, der hinter ihm liegt; er kann nur auf Grund seiner Vergangenheit verstanden werden. Wer irgendwie mit einem Betagten zu tun hat — ich denke in erster Linie an den Arzt —, muss über seine Vergangenheit orientiert sein. Als praktisches Beispiel sei genannt: War er militärfrei? Aus welchem Grund? Hat er Operationen durchgemacht? Oder: Hat er Behinderungen und Einbussen erlitten, die ihn zeitweilig für gewisse Berufsarten arbeitsunfähig machten? Ich möchte nun anhand von Selbstzeugnissen, die mir persönlich in Gesprächen, brieflichen Mitteilungen, auch Zitaten, zugegangen sind, versuchen, einen Blick in die Erlebniswelt der Betagten zu tun.

Die Reaktion der Leser auf das Gebotene wird sehr verschieden sein. Da schreibt mir eine 81jährige Krankenschwester:

«Ich möchte es wirklich allen Menschen gönnen, dass sie mit 80 Jahren noch so beweglich wären wie ich, denn dann wäre das Alter eigentlich eine schöne Epoche des Lebens.»

Ein 60jähriger Anwalt aus Wien, Dr. iur., schrieb mir:

«An der Spitze Ihrer Ausführungen würde man gerne das Zugeständnis sehen, dass der mit Verstand, Vernunft und Einsicht begabte Mensch jeweils weiss, wie sich sein Körper und sein Geist je nach dem Alter gestaltet und wie er beide behandeln soll. Dies würde also heissen, dass Sie sich — auch mit Ihren vielen zutreffenden Beobachtungen — an die geistig und charakterlich weniger bemittelten Zeitgenossen wenden. Für diese ist es eine positive Gefahr, wenn gute, oft ganz selbstverständliche Verhaltensmassregeln für alte Menschen gegeben werden, wenn dergleichen für jedes Alter Gültigkeit hat. Es wird damit der Eindruck erweckt, als wäre das gesundheitsgemässe Verhalten erst im Alter geboten. Zu Sorgenkindern der Aerzte und Soziologen werden nur jene Alten, die in der Jugend und im reifen Alter gegen ihre Gesundheit gesündigt haben. Das physiologische Altern ist ein natürlicher Ablauf und kein Problem. Wer physiologisch alt wird, braucht nicht umsorgt und nicht wie ein rohes Ei behandelt zu werden. Es ist bis zu seinem — emotionell friedlichen — Ende ein Aktivum und nicht eine Bürde für die Familie und die Gesellschaft. Die medizinischen, soziologischen und finanziellen Folgerungen ergeben sich von selbst.»

Im Zusammenhang mit den Erscheinungen der Pensionierung lesen wir bei C. G. Jung: «Je länger ein der Umgebung entsprechendes Verhalten eine entsprechende Einstellung verlangt, desto mehr wird jenes gewohnheitsmässig und im ganzen Wesen der Persönlichkeit verankert. Man muss z. B. nur jemanden unter verschiedenen Umständen beobachten, dann wird man entdekken, wie auffallend seine Persönlichkeit beim Uebergang von einem Milieu ins andere sich verändert und jedesmal ein scharfumrissener und von dem vorherigen deutlich verschiedener Charakter herauskommt. Die sprichwörtliche Bezeichnung ‚Gassenengel—Hausteufel' ist eine der alltäglichen Erfahrung entsprungene treffliche Formulierung dieses Phänomens . . . Die Identifikation mit Amt und Titel hat etwas Verführerisches, weshalb viele Männer nichts anderes sind als ihre ihnen von der Gesellschaft zugebilligte Würde. Es wäre vergeblich, hinter dieser Schale eine Persönlichkeit zu suchen, man fände bloss ein

erbärmliches Menschlein. Darum eben ist das Amt — oder was diese äussere Schale auch sei — so verführerisch.»

Eine schweizerische Lebensregel, wie dem schweizerischen Idiotikon zu entnehmen ist, lautet: «Wem nüt wird und nüt stirbt, weiss nit, was Läben isch.»

Als Antwort auf meine Glückwünsche zum 80. Geburtstag schrieb mir ein hochgebildeter Arzt und Dozent: «All die anerkennenden Dinge, die mir dieser Tage zugeschrieben worden sind, haben mir klargemacht, dass jeder von uns seine Legende hat, die ihn verpflichtet, die Persönlichkeit zu sein, so wie man ihn sich vorzustellen angewöhnt hat. Das erfordert eine Disziplin, deren Erhaltung in meinem Alter mehr vom Schicksal als von mir selbst abhängig ist. Weltanschauung und Glaube sind da unschätzbare Hilfen sowie auch gute Freunde, die einem sagen: Holla!, wenn die Versager kommen.»

Ein mir persönlich völlig unbekannter Naturforscher, der sich auch als Schriftsteller einen Namen gemacht hat, im siebenten Jahrzehnt und in voller Aktivität stehend, schrieb mir spontan: «Wäre nicht als Hauptverstimmung im Alter darauf hinzuweisen, dass die meisten erst am Ende ihres Lebens rückblickend ihre Fehler und Unterlassungen erkennen. Möglichkeiten aus Mangel an Einsicht verpasst zu haben? Die Trauer, dass man diese Erkenntnis nicht mehr in einem zweiten Leben verwerten kann? Wie mancher mag auch deprimiert sein, nicht den richtigen Lebensgefährten gefunden zu haben. Solche Gedanken trüben das Alter wohl mehr als unvermeidliche Schicksalsschläge.»

Ein 65jähriger langjähriger guter Bekannter schrieb mir nach dem Tode seines ihm sehr nahestehenden etwas jüngeren Bruders: «Bei mir war es immer so, dass ein grosser Teil meines Erlebens stets im Wunsche nach Mitteilung bewusst und geschätzt wurde: Das muss ich meinem Bruder erzählen. Meist vergass ich es dann wohl. Aber als Erlebnis hatte es Wert eben *nur* in diesem Gedanken an Mitteilung. Ein Mensch, an den ich in diesem Sinn denke, dass ist ein Freund. Für mich ist das eigentlich eine erschöpfende Definition des Begriffs Freundschaft.»

Der französische Philosoph des 16. Jahrhunderts de Montaigne
 bemerkt: «Für mich gibt es keine Freude ohne Mitteilung: Er-

lebnisse, Empfindungen, Gedanken von Wert durch Mitteilung an andere entsprechend rezeptive Mitmenschen. Es gehört zu den traurigen Erfahrungen des Abschieds von einem geliebten Menschen, dass der Zurückbleibende sich der Unmöglichkeit der Mitteilung bewusst wird.»

Bei ähnlichen Alterserlebnissen geraten ältere Menschen in eine ängstliche Verstimmung. Der französische Schriftsteller Guy de Maupassant nennt in seinem Roman «Fort comme la mort» diese Verstimmung einen «frisson pénible», wenn ein Mensch plötzlich durch einen äusseren Umstand auf sein Alter aufmerksam gemacht wird.

Meine Mutter pflegte zu sagen, mit dem Altwerden werde man demütig, wenn man die eigenen Fehler bei seinen Kindern feststelle.

«Verwirf mich nicht in meinem Alter; verlass mich nicht, wenn ich schwach werde», so flehte ein geplagter Betagter von dreitausend Jahren zu Gott (Psalm 71.9).

Der Blick in die Erlebniswelt der Alten, den wir dem Leser dargeboten haben, ist nur ein winziger Ausschnitt von der unerhörten Mannigfaltigkeit, wie das Alter von den verschiedenen Menschen und in verschiedenen Zeitaltern erlebt wird. Allen diesen Genannten ist gemeinsam, dass sie die erste Lebenshälfte hinter sich haben. Nur wenige von ihnen sind mir persönlich nach ihren äusseren Lebensumständen und nach ihrer geistigen Verfassung bekannt.

Wie werden die Leser auf diese Ueberschau reagieren? Das wird von ihren angeborenen Charaktereigenschaften abhängen; sind sie Pessimisten oder Optimisten? Wie steht es mit ihrer Widerstandskraft gegenüber Widerwärtigem und Kränkungen?

Alles Gesagte macht uns klar, wie ungeheuer komplex die Fragen des Alters sind und wie schwer es für die Jüngeren ist, sich in die Welt der Betagten hineinzuversetzen. Dr. A. L. Vischer