

Bayerischer Tag der pflegenden Angehörigen

München, Landtag

Donnerstag, 8. September 2016, 11.15 Uhr

Regionalbischöfin Susanne Breit-Keßler

Respekt! Die wahren Helden des Alltags

Sehr geehrte Damen und Herren,

es ist mir eine Ehre, zu Ihnen sprechen zu dürfen, weil Sie zu den Menschen gehören, die eine der wichtigsten Aufgaben unserer Zeit erfüllen: Sie pflegen kranke Menschen, die auf Hilfe angewiesen sind, kümmern sich um Menschen mit Behinderungen, achten liebevoll auf die, die allmählich ihre Erinnerungen verlieren oder schon ganz in einer anderen Welt leben. Sie begleiten Schwerstkranke und Sterbende. Das verdient höchsten Respekt.

Sie übernehmen große Verantwortung. Und zeigen damit: Kein Mensch soll ohne Beistand sein Leben leben müssen und keiner soll ohne zärtliche Fürsorge sein Leben beenden. Das müsste eine Selbstverständlichkeit sein, ein hohes Gut, das wir in unserer christlichen Kultur pflegen und hegen sollten, ein hohes Gut der menschlichen Gemeinschaft, auf das sich jeder und jede im Leben und Sterben verlassen dürfen muss. Wir brauchen Humanität und wahre Menschlichkeit.

Wir brauchen Ihren Mut, Angehörige auch am Ende nicht allein zu lassen. Ich selbst habe meinen Vater und meine Mutter durch lange schwere Krankheit hindurch und bei ihrem Sterben begleitet. Es war eine schwere Zeit, die mich viel Kraft und Tränen gekostet hat – zumal ich bei meiner Mutter selbst krank und dem Tode nahe war. Trotzdem hätte ich diese Aufgabe nicht an andere abgeben wollen – die Nähe zu meinen sterbenden Eltern hatte eine unvergleichliche Qualität.

Ihre Pflege hat eine tiefe emotionale und geistliche Dimension. Wer einem anderen zur Seite steht, gewinnt die kostbaren Momente einer Nähe, der auch das Ende nichts anhaben kann. Kranksein, Sterben gehört wie das Geborenwerden zum Leben. Beides ist schmerzhaft. Bei beidem sind wir mit unserer ganzen Menschlichkeit gefordert. Diese Gesellschaft profitiert in der Humanität, wir gewinnen alle an Lebenstiefe, wenn wir eine humane Pflegekultur ja, pflegen.

Und trotzdem: "I bin reif für die Insel" sang der Österreicher Peter Cornelius vor Jahrzehnten - ein Lied, das aus guten Gründen immer noch gespielt wird. Es gibt Augenblicke, da hat man alles richtig satt. Man möchte vor sich und der Welt davonlaufen – oder steht fassungslos da: Scheinbar gescheitert, kraftlos, niedergedrückt, erschöpft – mitten in einer Krise, getroffen von Schicksalsschlägen, vor Entscheidungen, die einem alles abverlangen.

Man braucht, Herrgott nochmal, selber Hilfe! Zu verdammen gibt es da nichts. Es kann elend schwer sein, sich selber zu begegnen, bei sich zu sein, sich überhaupt erst einmal wieder zu finden. Das braucht eine Menge Kraft, die man oft alleine nicht hat. Holen Sie sich Rat und Unterstützung bei Menschen, denen Sie vertrauen und die Ihnen nicht mit neuen Anforderungen oder moralischen Vorhaltungen auf den Leib rücken.

Im Dienst am Nächsten ist die Gefahr ja besonders groß, sich selber völlig zu verausgaben. Es wird oft von uns gefordert, alle Kräfte aufzubringen, um andere zu pflegen. Wer Hilfe und Pflege leistet, kennt die Energiefresser, die die Aufgabe des Helfens uferlos werden und einen sich bis zur Erschöpfung aufzehren lassen. Viele von Ihnen wissen: Es ist wichtig, bei dem Engagement für andere auch auf sich selber zu achten, eigene Ressourcen zu pflegen und eigene Grenzen zu kennen.

Es ist wichtig, damit das Feuer der Nächstenliebe nicht durch einen Schwall an Überforderungen ausgelöscht wird. Wer sich aufarbeitet, gerät in Bedrängnis, kann anderen irgendwann nicht mehr wirklich helfen. Es braucht Beistand auch für die Helfenden. Es braucht Pflege für die Pflegenden. Wer pflegt hat Pausen nötig, Auszeiten, Rekreationsphasen für Körper und Seele, um Abstand gewinnen zu können zu all dem, was einem zugemutet ist, womit man konfrontiert wird.

Zur Achtsamkeit auf die eigenen Kräfte gehört die Sorge für die Seele, damit man verarbeiten kann, woran man intensiv Anteil nimmt. Ich denke und hoffe, dass viele von Ihnen für sich Sorge tragen und nach dem suchen, was Ihnen an Leib und Seele gut tut. Als ich meine Eltern gepflegt habe, habe ich mich darum bemüht. Aber genauso ist klar, dass Pflege und Zuwendung zu anderen Menschen heute unter dem Verdikt der Effizienz, der Wirtschaftlichkeit steht.

In Kliniken und Heimen ist das vor allem so. Aber auch zuhause müssen Aufgaben oft im Minutentakt erledigt werden, weil so Vieles geschafft werden muss. Man kommt sich manchmal vor wie Roboter, die einfach bloß funktionieren. Das darf und soll so nicht sein. Wie wir mit den

Schwächsten und natürlich auch mit denen, die sich um sie kümmern, umgehen, das muss Zeichen einer Kultur der Barmherzigkeit sein.

Es ist deshalb gut, wenn Sie den Raum für sich suchen, um auch einmal zu trauern, sich den eigenen Gefühlen zu überlassen, auch denen des Schmerzes. Wer zu weinen lernt, über eigenes und fremdes Leid, der entwickelt Sensibilität für das, was Menschen bedroht und zerstört. Glücklich sind die, die wie Sie solches Gespür haben. Wer wirklich bei Trost sein will, braucht Sympathie und Empathie, um bewegt vom Schicksal anderer trösten zu können.

Wir wissen, dass Sie, die Pflegenden, kostbar sind. Holen Sie sich Futter für die Seele bei anderen, die Worte für Sie finden, die Anerkennendes sagen – die Sie schätzen. Lassen Sie sich Gutes tun! Vielleicht kann Sie jemand ablösen und Sie gönnen sich einen Einkaufsbummel, einen Wellness-Nachmittag, lassen die Seele schwingen. Sie verdienen das - denn Sie lassen den Grundton der Achtsamkeit hörbar werden. Sie setzen Kontrapunkte in einer oft gnadenlosen Zeit.

Solche hingebungsvolle Pflege bedeutet eine Menge Opfer und auch Verzicht. Ich erinnere mich daran, wie sich meine Mutter tagtäglich und in der Nacht um meinen schwer kranken und sterbenden Vater bemüht hat. Sie selbst ist dabei oft zu kurz gekommen und manchmal hat sie mehr wegstecken müssen, als ihrer Seele und ihrem Körper gut getan hat. Noch einmal: Wer hilft, kennt Seelenräuber, Energiefresser. Und braucht selbst Erholung, Unterstützung, Entlastung.

Dazu gehört, dass niemand sich erheben möge über Angehörige, die nicht mehr pflegen wollen oder können – die stattdessen professionelle Unterstützung eines Pflegeheimes in Anspruch nehmen oder die

Hilfe durch einen ambulanten Pflegedienst. Wir brauchen eine gesellschaftliche Atmosphäre, in der in einem solchen Fall nicht vom Abschieben die Rede ist - sondern respektvoll gesehen wird, dass jemand seine Grenzen glücklicherweise erkennt und dem Pflegebedürftigen das zuteilwerden lässt, was er oder sie braucht.

Denken wir daran: Wenn jemand selbst noch im Beruf ist, stellt die Pflegebedürftigkeit der Eltern eine neue Herausforderung dar. Und sie konfrontiert mit dem eigenen Älterwerden. Es ist eine widersprüchliche Situation, nicht nur, was die unterschiedlichen Gefühle gegenüber den eigenen Eltern in dieser Lage angeht. Auch die Frage nach dem eigenen Altwerden drängt sich auf. Die Spannung ist da zwischen Zukunftshoffnungen, noch unerfüllten Lebensträumen und Grenzen, die sich melden.

In einer Gesellschaft, die an Erfolg, Karriere, Vitalität und Schönheit orientiert ist, will man häufig nichts mit Elend, Not, Alter, Tod zu tun haben. „Jeder ist seines Glückes Schmid“ ist die dumme Parole der Zeit. Selbstschuld, wer sich nicht alleine helfen kann, auf Hilfe angewiesen ist. Setzt man sich wie Sie für ein Menschenbild ein, das dem ganzen Leben mit seiner Vergänglichkeit Raum gibt, wird man schnell als „Gutmensch“ geschmäht.

Aber ohne unser christliches Menschenbild und seine humanen Handlungsfolgen wird die Gesellschaft auf Dauer gesehen in die Knie gehen. Was inzwischen im Umfeld der Betreuung von Menschen und ihrer Angehörigen nötig ist, hat an medizinischer, pflegerischer, sozialpsychologischer und auch spiritueller Dichte, Intensität und Bedürfnislage zugenommen. Die zentrale ethische Frage ist eher selten, wie wird entschieden, sondern, wie wird kommuniziert?

Welche Mechanismen gibt es, die den offenen Austausch über unterschiedlich Wahrgenommenes ermöglichen? Was sagt der Ehemann, was die Kinder, wie reagiert die Frau – was meinen Bruder und Schwester, die Großeltern? Jedes Thema ist eine ethisch relevante Situation. Bedürfnisse von Menschen können widersinnig und unsinnig sein. Dennoch sind es Bedürfnisse. Das Verhältnis von Autonomie und Fürsorge muss austariert werden.

Wir brauchen ganz viel Kommunikation in der Pflege: Zwischen denen, die diese Aufgabe übernommen haben, mit denen, die gepflegt werden und durchaus auch mit Außenstehenden, die vielleicht Verhaltensmuster und Reaktionsweisen anders wahrnehmen als die, die mitten in der Pflege stecken. Es kann gut tun und hilfreich sein, sich freundliche Beobachtungen mitteilen zu lassen, die es möglich machen, die Pflegesituation konstruktiv zu verändern.

Und wir in Kirche und Politik sollten dafür sorgen, dass Angehörige, die erwerbstätig sind und obendrein noch pflegen, dass sie Erleichterungen und Entlastungen in ihrem Berufsleben erfahren: Flexible Arbeitszeiten, die Möglichkeit, auch einmal schnell zwischendurch nach Hause zu können, den leichten Wechsel zwischen Teil-, Dreiviertel- und Vollzeit. Sie brauchen die Möglichkeit, Kinder zu allen möglichen Zeiten gut und wohlbehalten unterbringen zu können.

Und natürlich ist es auch an der Gesellschaft, dafür zu sorgen, dass Pflegende bei der Beantragung von Pflegestufen und den Kosten für notwendige Heil- und Hilfsmittel jedes Mal auf einen wiehernden Amtsschimmel treffen. Ich weiß die bürokratische Präzision unseres Landes sehr wohl zu schätzen – aber in Fragen der Pflege könnte es auch gelegentlich flotter und weniger belastend für die Angehörigen und die ihnen Anvertrauten gehen. Da darf sich schon noch was zum Besseren ändern.

Wenn wir Altern, Pflege und Sterben zu Hause ermöglichen wollen, dort, wo es wirklich leistbar ist, dann muss zumindest der Hausarzt, möglichst auch der Facharzt wohnortnah erreichbar sein. Sonst werden alle Überlegungen und Debatten darüber, wie wir im Alter leben und versorgt sein wollen, obsolet. Es wird weiterer Anstrengungen bedürfen, um junge Medizinerinnen und Mediziner in die ländlichen Regionen zu locken, damit sie auch Ihnen zur Seite stehen.

Sehr geehrte Damen und Herren, ein Gedicht Fontanes endet: „Und sieh, es schleicht in unsern Sinn/ Ein banger, nie gekannter Geiz; // Ein süßer Geiz, der Stunden zählt / Und jede prüft auf ihren Glanz, / O Sorge, dass uns keine fehlt / Und gönn' uns jede Stunde *ganz*.“ Achten wir auf jede einzelne Minute und Stunde, denn sie sind noch kostbarer geworden als in den Lebensjahren, in denen man glaubte, man würde ewig leben. Genießen Sie die Stunden mit Freunden, mit der Familie, mit den Eltern, wenn einem ihre Gegenwart noch geschenkt ist. Ja, sorgen wir dafür, dass uns keine dieser Stunden fehlt und wir ihren Glanz genießen.