

Aufruf zur Verlangsamung der Zeit - Zeittakt und Zeitbudget als Gefährdung behinderter alter Menschen -

Heinz Jürgen Kaiser, Universität Erlangen-Nürnberg

0. Prolog

Unser Leben hier und heute hat sich in vielerlei Hinsicht von dem unserer Vorfahren entfernt. Wenn wir U-Bahn fahren, in klimatisierten Büros sitzen, in riesigen Einkaufszentren Besorgungen machen, uns den Nachtfilm im Fernsehen anschauen oder im Winter eine Schale Erdbeeren auf unserem Eßtisch finden, signalisiert das nicht nur technischen Fortschritt und gewachsenen Wohlstand. Es zeigt uns vielmehr auch, daß wir längst nicht mehr mit den Rhythmen der Natur mitschwingen. Tag und Nacht, Sommer und Winter und die Stationen zwischen Geburt und Tod sind nicht mehr die großen, bestimmenden Zeitgeber für unser Leben. Wir haben uns mit eigenen Zeitgebern einen eigenen Rhythmus gegeben, der die Gestaltung der Zeit durch natürliche Ablaufzyklen aufgelöst hat. Die Gegenwart und vor allem die Zukunft sind daher für uns vermehrt gestaltungsbedürftig geworden. Auf die selbstgestaltete Zukunft hin zu leben bedeutet, möglichst konzentriert zu leben, denn wir wollen ja eine möglichst erfolgreiche Gegenwart und Zukunft schaffen, und dabei Fortschritt erzeugen. Deshalb gehen wir nicht mehr mit den Hühnern schlafen, sondern lassen in unseren Fabriken Tag und Nacht arbeiten. Auch sollen immer weniger Menschen immer mehr produzieren, was wir neuerdings als „Verschlankung“ („lean production“) bezeichnen.¹

Unser Leben hier und heute hat sich in vielerlei Hinsicht von dem unserer Vorfahren entfernt, auch in den Werten, die wir akzeptieren und nach denen wir unser Handeln ausrichten. Einer dieser neuen Werte heißt Beschleunigung; er ist der Bruder der Verschlankung unserer Produktionsweise. Verschlankung und Beschleunigung erscheinen gegenwärtig wie Garanten des Erhalts unserer Zivilisation. Mehr noch: Die Beschleunigung, das Immer-Schneller-Werden, ist mittlerweile ein Wert an sich geworden, um den ein regelrechter Wettbewerb entbrannt ist. Tempo wird zuweilen sogar als ein *Fetisch* unserer Kultur und Zivilisation bezeichnet (Weis 1996, S. 45).² Ihm wird gehuldigt nicht nur in der

¹ s. hierzu: Ehalt, H.-C. 1991. Arbeit ist aller Laster Anfang. Z. f. Sozialpsychologie u. Gruppendynamik in Wirtschaft u. Gesellschaft, 16,1,10-18

² Weis, K. 1996. Zeitbild und Menschenbild: Der Mensch als Schöpfer und Opfer seiner Vorstellungen von Zeit. In: Weis, K. (Hrsg.) Was ist Zeit? München: dtv

Produktion, sondern auch im Transport und in der Kommunikation.³ Selbst im Umgang mit der Natur setzen wir auf Zeitgewinn. In Ackerbau und Viehzucht werden Wachstums*beschleuniger* eingesetzt, die Ernten folgen nicht mehr den natürlichen Wachstumsperioden.

Emanzipiert von der Natur, ausgestattet mit selbstgeschaffenen Zeitgebern, werden wir paradoxerweise nicht unbedingt freier, was die Nutzung der Zeit angeht, die die Natur uns zumißt. Viele meinen mittlerweile, daß uns unser autonomer Umgang mit der Zeit mehr Unfreiheit als Freiheit bringt. Kurz: Der schnelle Zeittakt, den wir uns selbst gesetzt haben, verschlingt mehr Lebenszeit, als er uns schenkt.

Der „postmoderne“ Umgang mit der Zeit wird darum immer häufiger in den Medien diskutiert. Das Problematische unseres Zeitgebrauches wird immer offensichtlicher, und als Konsequenz hat sich sogar schon ein *Verein zur Verlangsamung der Zeit* etabliert. Aber in der Gerontologie wird das aktuelle Thema der Beschleunigung und deren Konsequenzen für das Altern noch kaum aufgegriffen, obwohl das Zeiterleben und der Zeitbezug älterer Menschen verständlicherweise seit langem die gerontologische Forschung beschäftigt. Wie also steht es mit den Menschen, die ihr Leben unter dem Diktat der neuen, der „beschleunigten“ Zeit gestalten und in dieser Welt alt werden sollen? Ich möchte mit einigen Überlegungen zu dieser Frage eine Diskussion anstoßen und Sie, die Heilpädagogen, bitten, die Diskussion weiterzuentwickeln. Ich erhoffe mir davon ein vollständigeres Bild der Realität, die die Behinderung im Alter *heute* vorfindet.

Bedenkenswerte Bilder unserer Realität werden nicht zuletzt von Literaten geschaffen. Literaten sind es, die häufig wie Seismographen auf gesellschaftliche Ersütterungen und Verwerfungen reagieren, die Befindlichkeit der Menschen ausdrücken und auch Bewußtsein verändern können. Es ist für Sie sicher keine Überraschung, wenn ich mich bei meinem Aufruf zur Verlangsamung der Zeit die Unterstützung eines bestimmten Literaten versichere und gelegentlich seine Kunstfigur namens John Franklin zu Worte kommen lasse. Mit seiner Hilfe sollten wir den Wert der Langsamkeit entdecken - auch und gerade für ein menschengerechtes Leben im Alter.

1. Die Langsamkeit und das Alter

³ Hoppe, H. 1991. Viel Zeit verbraucht - aber wenig gelebt. Überlegungen zur Zeitgestaltung. Unsere Jugend, 43,6, 251-256

John Franklin, geboren um das Jahr 1800, ist der Held des Romans „Die Entdeckung der Langsamkeit“ von Sten Nadolny⁴ und schon in seiner Kindheit ein auffälliger Mensch. Nie gelingt es ihm, schnell genug zu begreifen, was um ihn herum vor sich geht, einen Ball zu fangen oder eine Frage zu verstehen, die im mäßigen Tempo an ihn gestellt wurde. Kein Wunder, daß er Ziel des Spottes seiner Altersgenossen ist und ein Sorgenkind seiner Eltern. Mit seiner Langsamkeit kann er sich nicht wehren gegen die anderen, er kann nicht gegen sie kämpfen und schon gar nicht gewinnen, Wenn man gewinnen will im Leben, muß man schnell sein. Heute weiß das jeder. Wie stand doch auf dem Aufkleber eines Lastwagens zu lesen? „Bremsen heißt verlieren!“

John Franklin war ein Verlierer, weil er langsam war. Und so sagte sein Vater, als er ihn heimkommen sah: „*‘Da kommt ja der Schwachkopf!’ vielleicht hatte er recht: Johns Hemd war zerrissen, sein Knie aufgeschunden, der Kittel voll Blut, und er stand vor dem Marktkreuz, glotzte und befühlte sein Auge. Das mußte Vater kränken. ‘Deiner Mutter das anzutun!’ hörte John, und dann kamen schon die Prügel. ‘Tut weh!’ stellte John fest, denn der Vater mußte ja wissen, ob seine Anstrengungen Erfolg hatten. Der Vater meinte, er müsse seinen Jüngsten ordentlich verdreschen, damit er aufwache. Wer nicht kämpfen konnte und sich nicht ernähren konnte, fiel der Gemeinde zur Last...*“ (S. 16)

John lernte sich zu ernähren; er ging zur Marine, und es zeigte sich im Laufe der Zeit, daß seine Langsamkeit doch zu etwas nütze war. Aber der Weg dahin war lang und dornenreich und stets bedroht durch den Vergleich mit den anderen, den schnellen, die scheinbar die Anforderungen des Lebens besser bewältigen konnten als er. „*John ahnte, daß er sich, einfach aus Pflicht und Gleichheit, eines Tages selbst für austauschbar halten würde. Von der Kriegsmarine her wußte er aber ganz genau, wie es war, wenn Eigenes unwichtig wurde. Es blieb dann nur der Ausweg in die Schnelligkeit. ‘Besser’ war einer dann nur noch, wenn er das Gleiche schneller tat. Und diese Möglichkeit hatte er nicht*“ (S. 182).

John Franklin war noch jung, aber er hatte eine Entwicklung gleichsam vorweggenommen, die jeder Mensch erfahren muß, wenn er nur alt genug wird. Eine allgemeine Verlangsamung ist das Kennzeichen der psychischen und psychomotorischen Entwicklung im Alter; das ist eines der wenigen echten, nämlich deterministischen Gesetze in der Psychologie des Alterns. Das Alter hat seine Potentiale, seine Kräfte, wie Rosenmayr (1990)⁵ eindringlich beschrieben hat; dennoch ist das Altwerden für die meisten Menschen ein recht unfreundlicher

⁴ Nadolny, S. 1997²⁸. Die Entdeckung der Langsamkeit. Roman. München/Zürich: Piper

⁵ Rosenmayr, L. 1990. Die Kräfte des Alters. Wien: Literas

Akt der Natur und für viele ein schwer erträglicher Lebensabschnitt, wenn Behinderungen hinzutreten.

Welch eine Ironie liegt in jener Szene, in der der langsame John Franklin, von einer Seereise zurückkommend, seinen einstmals lebensstüchtigen, jetzt aber alt und krank gewordenen Vater trifft.

„Er erkannte John nur an der Stimme, denn er sah fast nichts mehr. ‘Ich bin müde’, klagte er. Die Zeit, die Kraft, alles zerfließe von selbst, vom Geld ganz zu schweigen. John fragte, ob er ihn stützen oder führen sollte. Er reichte ihm den Arm hinüber wie einer Dame. Umständlich entschuldigte sich der Vater für seine Langsamkeit. John studierte seine Hand, die jetzt so viele Buckel, Flecken und Adern hatte...“ (S. 166).

Dieser Mann hat nicht mehr die Möglichkeit, das Gleiche schneller zu tun als andere, um besser zu sein, denn er ist alt geworden. Er ist deshalb auch *langsam* geworden, das verändert seine Stellung in der Welt und seine Wahrnehmung von ihr. Er ist fast blind, und er glaubt, daß die Zeit zerfließt. Das ist eine wichtige Entdeckung: die Zeit scheint zu zerfließen, will meinen: sie vergeht diesem alten Menschen schnell und gestaltlos- amorph - oder zuweilen auch langsam und ohne Konturen.

Der alte Mensch und die Zeit: ein möglicherweise problematisches Verhältnis, über das wir uns zu unterhalten haben.

2. Das moderne Zeitszenario

John Franklin hätte gute Chancen, sich in einer Gesellschaft, die sich selbst als modern und dynamisch empfindet, zum Außenseiter zu entwickeln. Ist er nicht ein Fossil mit seiner ihm angeborenen Langsamkeit, ein Mensch, der nun wirklich nicht gut in unsere Zeit paßt?

Sich sein Zeitkorsett immer enger zu schnüren, ist längst ein Wert an sich geworden, hatte ich eingangs angedeutet. Wenn wir John Franklin an Bord eines Segelschiffes hätten, wären wir bereit, uns von seiner Langsamkeit anstecken zu lassen? Wohl kaum. Wir halten auch nicht mehr viel von Segelschiffen - sie sind unter anderem zu langsam. Unser Transportmittel ist da eher der Jet.

Wie unerträglich wäre der Gedanke, daß New York zwei Wochen weit entfernt läge oder gar zwei Monate. Zwei Wochen oder gar zwei Monate, in denen man kaum etwas anderes betreiben könnte, als hinzukommen. Nur hinzukommen, das verfehlt das Ziel, das wir uns gesetzt haben, und das heißt: *Zeit auszunutzen*, den Zeitbedarf zwischen Weg und Ziel zu verkürzen. Der Weg selbst ist

wenig von Interesse, Ziele gilt es zu erreichen, und zwar immer mehr in immer kürzerer Zeit. Wir wollen auf Mallorca *sein*, nicht dahin reisen. Wir schauen auf die Wolken und dann auf die Uhr: Leider immer noch 60 Minuten bis zur Landung. Aber so wenig wie die Erfindung des Düsenjets haben die Maßnahmen, Zeit zu sparen, den Menschen tatsächlich Zeit zur Verfügung gestellt. Je mehr sie vielmehr durch Beschleunigung an Zeit sparen wollten, desto weniger Zeit hatten sie. „*Negation von Zeit haben aber heißt Sklaverei*“, schreibt Saltzer (1993, S. 41).⁶

Unsere spezifische Lebensform scheint die des Hetzens und Jagens zu sein; den Sportlern mögen wir das verzeihen. Mit ihrer Jagd nach Bruchteilen von Sekunden unterhalten sie uns. Aber der Tod holt sie doch ein, meist sogar eher als die anderen, die langsameren. Unterscheidet sich eigentlich unsere Alltagswelt von ihrer Welt der Rekordjagd? Früher benötigte mein Manuskript zum Kollegen Tage, ebenso seine Antwort darauf. Heute jagt es durch's Internet, kommt in zwei Sekunden an und provoziert eine Antwortsendung, noch ehe der Arbeitstag herum ist. Das ist toll. Aber zum Nachdenken über das, was ich geschrieben habe, bin ich dann noch gar nicht gekommen.



Behalten wir im Ohr, daß unser Verhältnis zur Zeit geprägt ist vom Versuch, den Takt zu beschleunigen, nach dem wir unser Tun, unsere tägliche Produktion, organisieren. Wir sind, um den Titel eines populären Buches aufzugreifen (Ruth Martin 1996)⁷, zu „Zeitraffern“ geworden. Die Taktbeschleunigung mit

⁶ Saltzer, W. 1993. Physische Zeit und Kalender - Ordnung und Lebensrhythmus. In: Böhme, G. (Hrsg.) Zeit haben und Zeit finden. Idstein: Schulz-Kirchner Verlag

⁷ Martin, R. 1996. Die Zeitraffer. Frankfurt/M: Fischer

ihren Folgen der Hetze und der inneren Unrast hat im übrigen schon vor langer Zeit eingesetzt, sie dürfte eine Auswirkung zunehmender Arbeitsteilung, Industrialisierung und Technisierung gewesen sein und nicht zuletzt ein Ergebnis der Einführung beschleunigter Bewegung, also der Eisenbahn.

Als John Franklin 1823 nach etlichen Jahren von einer Nordmeerfahrt nach London zurückkehrte, stellte er eine charakteristische Veränderung fest: *„Jetzt waren die Londoner Zifferblätter weiß. Viele Uhren hatten Sekundenzeiger wie vorher nur die Schiffschronometer. Uhren und Menschen waren genauer geworden. John hätte das gutgeheißen, wenn daraus mehr Ruhe und Gemessenheit entstanden wäre. Statt dessen beobachtete er überall nur Zeitknappheit und Eile“* (S. 266).

Wenn ich als erstes Ergebnis festgehalten habe, daß unser Umgang mit der Zeit häufig bedeutet, den Zeittakt zu beschleunigen, dann heißt das: *Möglichst viele Handlungen in einer gegebenen Zeitspanne zu verwirklichen, ist Ziel unseres Lebensstils geworden. Genau das ist gemeint mit „Beschleunigung“*. Wenn man die Zeit beschleunigen kann, dann kann man sie auch verlangsamen. Das ist eine seltsame Ausdrucksweise, die wir nur verstehen, wenn wir einen kleinen Exkurs zum Begriff der Zeit machen.

3. Wie kommt die Zeit in das Leben des Menschen?

Das ist eine Grundfrage einer Anthropologie der Zeit und nicht so naiv, wie sie sich anhören mag. Bereits eine Definition der physikalischen Zeit macht erhebliches Kopfzerbrechen, und sie läßt sich nicht einfach lösen durch einen Hinweis auf die technischen Zeitmesser, deren wir uns bedienen, die Chronometer, Quarz- und Atomuhren. Sie geben uns zwar ein Zeitmaß mit ihren Stunden, Minuten und Sekunden, ein künstliches, konstruiertes Zeitmaß, aber sie definieren nicht das, was Zeit ist. Zeit ist sicherlich an Bewegung gebunden. Darum nennen wir Uhren mit beweglichen Zeigern auch „analog“. Die Drehung der Erde um sich selbst und um die Sonne sind Bewegungen im Raum, ohne die Zeit wohl nicht möglich ist. Stünde die Welt im Raum still, würde dann die physikalische Zeit aus ihr verschwinden? Wir müssen dieser Frage nicht nachgehen, weil es nicht die physikalische Zeit ist, die unser *Erleben* von Zeit bestimmt und uns die Zeitprobleme beschert, von denen wir reden wollen.

Wir erleben Zeit als Rhythmus in unseren Lebensvollzügen, aber eben nicht so gleichmäßig wie das Ticken einer Uhr. Die psychologische Zeit ist ebenso re-

lativ wie die physikalische. Die psychologische Zeit ist erlebte Zeit; sie ist es, die uns unmittelbar zugänglich ist. Deswegen nennt Mittelstraß (1994, S. 394)⁸ diese Zeit „primär“, die physikalische Zeit als Konstruktion mittels technischer Zeitmesser „sekundär“. Die primäre Zeit ist abhängig von der Art der Lebensvollzüge, mit denen wir Zeit im physikalischen Sinn verbrauchen. Wir konstituieren unsere primäre Zeit und damit unser Zeiterleben im Vollzug unserer Handlungen. Handlungen ergeben sich als geordnete, sinnvoll und unumkehrbar aufeinanderfolgende Tätigkeiten. Zeit ist nun das Maß, das sich aus der Erstreckung einer Handlung von ihrem Beginn bis zu ihrem Abschluß ergibt (vgl. Mittelstraß 1994). Unterschiedliche Handlungen erzeugen ein unterschiedliches Zeiterleben; Sinnerleben und Sinnerfüllung in unseren Handlungen bestimmen die erlebte Zeit. Denken wir nur an das unterschiedliche Zeiterleben bei gleicher physikalischer Zeit im Vorgang des Wartens oder beim Lesen eines spannenden Buches.

Unser Zeiterleben wird in der Hauptsache also durch das festgelegt, was wir in einem vorgegebenen Zeitmaß *tun*. Packen wir in ein vorgegebenes Zeitmaß viel an Handlungen, vergeht uns die Zeit schnell, tun wir wenig, dehnt sie sich. Jede Lebenssituation hat demnach gewissermaßen zwei Zeiten, eine eigene Zeit, die wir handelnd erleben, und eine ihr fremde Zeit, die nach dem Maß unserer Uhren vergeht. Die primäre Zeit ist eine sehr individuelle, persönliche Zeit. Die individuelle Zeit kann beeinflusst werden durch von außen kommende Handlungsanforderungen. Beschleunigen wir sie durch äußeren Handlungsdruck, werden wir quasi „zeitenteignet“. Unsere „Eigenzeit“⁹ verschwindet durch die Synchronisation mit sozialen Handlungs- und Zeitvorgaben. Meister Hora in Michael Endes Roman „Momo“ schildert die letztmögliche Konsequenz: „(Die Lebenszeit) der Menschen stirbt buchstäblich, wenn sie von ihrem wahren Eigentümer losgerissen wird. Denn jeder Mensch hat seine Zeit. Und nur so lang sie wirklich die seine ist, bleibt sie lebendig“ (S. 147, Herv. i. Orig.).

Das wollen wir als zweite wichtige Einsicht formulieren: *Jeder Mensch hat seine eigene Zeit, die durch die individuelle Art und Weise bestimmt wird, in dieser Welt handelnd tätig zu werden.*

Im professionell-pädagogischen Umgang mit alten und behinderten alten Menschen müßten wir auf diese Eigenzeit unserer Klienten achten, was dann kein Problem wäre, wenn wir nicht selbst auch Rädchen im Getriebe einer komplizierten Maschinerie namens Gesellschaft wären.

⁸ Mittelstraß, J. 1994. Zeitformen des Lebens: Philosophische Unterscheidungen. In: Baltés, P.B.; Mittelstraß, J. & Staudinger, U.M. (Hrsg.) Alter und Altern: Ein interdisziplinärer Studententext zur Gerontologie. Berlin: de Gruyter

⁹ ein Begriff bei Nowotny, H. 1993. Eigenzeit. Frankfurt/M.:

Deshalb müssen wir unsere erste Erkenntnis umformulieren und weiterführen: *Unser modernes Leben ist gekennzeichnet vom Versuch, vorgegebene Zeitmaße mit immer mehr Handlungen auszufüllen. Das heißt aber nichts anderes, als dem Menschen seine eigene Zeit, d.h. die Eigenzeit seiner Handlungsausführung auszutreiben.*

Musikfreunde können diese gesellschaftliche Entwicklung gut nachvollziehen: Vor der Erfindung des Metronoms wurde das Zeitmaß der Musik von der individuellen Befindlichkeit des jeweiligen Interpreten gesteuert. Was „lebhaft“ oder „getragen“ bedeuten sollte, bestimmte er im Augenblick des Musizierens. Der Metronom hat den individuellen *Rhythmus* durch einen von außen fest vorgegebenen, reproduzierbaren *Takt* ersetzt. Es hat eine Entrhythmisierung zugunsten starrer Taktgefüge stattgefunden, und damit bezeichnenderweise auch eine immer stärkere Beschleunigung¹⁰.

Dieser Vorgang, sofern nicht nur in der Musik, sondern auch im gesellschaftlichen Leben realisiert, war lange Zeit Motor des Fortschritts, des Fortschreitens in die Moderne.

Unser technischer Fortschritt ist zum Teil darin begründet, daß wir uns dem Zeitmaß von Maschinen unterworfen haben. Die aktuelle Diskussion um die „Flexibilisierung der Arbeitszeit“ dreht sich um den Versuch, diese Unterwerfung noch weiterzutreiben. Die Komprimierung von Handlungen in vorgegebene Zeitmaße macht Zeit immer kostbarer, weil sie subjektiv immer schneller vergeht. In diesem Sinne wurde die Zeit beschleunigt, was zugleich subjektiv als Verlust von Zeit empfunden wurde. Die beschleunigte und immer kostbarer werdenden Zeit ist keine physikalische, sondern eine *gesellschaftliche* Angelegenheit.

Daß wir Zeit desto *mehr* verlieren, je *weniger* wir Zeit verlieren dürfen, diese paradoxe Erfahrung hat auch John Franklin machen müssen. John Franklin war nicht nur Kapitän und Entdecker, sondern auch für einige Jahre Gouverneur einer Strafkolonie, und in dieser Position lernte er Neues über die Zeit: *„Wenn er alles selbst überwachen mußte, dann gebot das Pflichtgefühl, keine Zeit zu verlieren und jede Minute für den Nutzen der Kolonie anzuwenden. Je mehr er das aber tat, desto mehr hinkte er hinterdrein, bis ihm die Gegenwart ganz abhanden kam. Das Vielerlei machte ihn nervös. Er ertappte sich bei kurzatmigen Entscheidungen, die er nur traf, um sich eine Last vorläufig vom Hals zu schaffen“* (S. 313).

¹⁰ Matthias Keller in einem Feature des Bayerischen Rundfunks mit dem Titel „Der Zeitinfarkt“

„Das Vielerlei machte ihn nervös“. Es macht auch uns nervös. Heinz Erhardt hat das in seiner schelmenhaften Art so ausgedrückt:

*Die Rathausuhr geht unentwegt
und immer scheint sie aufgereggt,
weil - ist sie auch schon hochbetagt -
sie innerlich die Unruh plagt ---,
was sich auf uns dann überträgt.*

Zeitdruck und Ungeduld - Symptome des Zeitmangels - sind die Folgen der Beschleunigung, welche die Befürworter der Ent-Schleunigung rückgängig machen wollen, denn „*Mangel an Zeit wird zu Mangel an Phantasie. Und Mangel an Phantasie führt zu Realitätsverlust. Realitätsverlust aber führt zu Gewalt*“ (Roggenkamp 1993)¹¹. Auch in Alten- und Pflegeheimen, möchte man hinzusetzen.

Das ist eine böse Konsequenz, auch für die alten Menschen. „*Auch die Alten sind Kinder der Zeit, und sind natürlich auch Kinder ihrer Zeit. Sie ist ihnen geschenkt, um Gebrauch davon zu machen. Bis zuletzt*“ (Böhme 1993, S. 57)¹².

4. Das Zeitszenario älterer Menschen

Ich hatte gesagt, daß die primäre, die individuell-subjektive Zeit, die unser Zeiterleben bestimmt, abhängig ist von den Handlungen, die wir im Rahmen eines bestimmten physikalischen Zeitmaßes vollziehen. Ändern sich die Handlungen oder ändert sich die Anzahl der Handlungsvollzüge, ändert sich die primäre Zeit. Da Altern im Gefolge biologischer, psychischer und sozialer Veränderungen vor allem auch Verhaltensänderung bedeutet, verändert sich mit dem Altern auch die (primäre) Zeit. Unterschiedlich wie unsere jeweilige Lebenssituation ist die Zeit, die wir in ihr erleben und der Zeitbedarf, den wir jeweils benötigen. Daraus folgt ein gerontologisch gut begründbares Urteil: Je unterschiedlicher Menschen sind, desto weniger gerecht werden ihnen feste Zeitkorsetts. Einheitliche Zeitkorsetts sind für das Leben der Älteren eine erhebliche Erschwernis, von der „geschenkten Zeit“ angemessenen Gebrauch zu machen „bis zuletzt“.

¹¹ Roggenkamp, V. 1993. Gegen die Uhr. DIE ZEIT, Nr. 1 v. 31. Dezember 1993, S. 56

¹² Böhme, G. 1993. „... Lieb, Leid und Zeit und Ewigkeit“ - Dimensionen des Menschenlebens. In: Böhme, G. (Hrsg.) Zeit haben und Zeit finden. Idstein: Schulz-Kirchner Verlag

Denn je älter Menschen werden, desto *unterschiedlicher* werden sie, das bestätigt fast jede (psycho-)gerontologische Studie.

Dr. Orme, der Lehrer von John Franklin, hat seinem Schüler ein theoretisches Werk, sozusagen den Entwurf einer neuen Welt und Weltordnung hinterlassen. Er nannte sein Werk: „Die Entstehung des Individuums durch Geschwindigkeit“. Dr. Orme hatte neben seinem Amt als Schullehrer auch psychologische Untersuchungen durchgeführt, die zeigten, daß Menschen eine individuell sehr unterschiedliche kognitive Geschwindigkeit haben. Wir könnten heute vielleicht sagen: eine unterschiedliche Informationsverarbeitungsgeschwindigkeit. John Franklin las das ihm hinterlassene Werk während einer Schiffsreise mit Interesse und Beklemmung. *„Danach schrieb Dr. Orme über die ‘fatale Beschleunigung des Zeitalters’: er schlug vor, die Geschwindigkeit aller Individuen mit Geräten zu messen und dann zu entscheiden, wofür jedes sich besonders eigne. Es gebe ‘Überblicksberufe’ und ‘Einzelheitsberufe’. Viele sinnlose Anstrengungen und Leiden erübrigten sich bei rechtzeitigem Messen der Geschwindigkeit. Schon in der Schule können man Abteilungen für schnelle und für langsame Kinder einrichten.*

‘Man lasse die Schnellen schnell und die Langsamen langsam sein, jedem nach seinem aparten Zeitmaß’“ (S. 208).

Das ist fürwahr eine Utopie gewesen. In dieser Utopie hätte das bedächtige Alter seinen Wert, seinen ihm eigenen „Beruf“: Anreger zur Reflexion, zum Innehalten, zum Überdenken der Gegenwart, Vermittler von Erfahrung. Aber in einer beschleunigten Welt ist diese bedächtige Existenz nicht gefragt, ein erstes, gewichtiges „Zeit-Problem“ des Alters. Diese unsere Welt ist wegen des hohen Tempos von Veränderung und Erneuerung eine Welt der „Gegenwartsschrumpfung“ geworden, wie der Philosoph Herrmann Lübke meint (1996, S. 53 ff.)¹³. Mit diesem Begriff bezeichnet er die Tatsache, daß die Zeiträume, in denen wir - rückblickend und vorwärtsblickend - mit einer gewissen Konstanz der gewohnten Verhältnisse rechnen können, immer kürzer werden. Die Gegenwartsschrumpfung entwertet das Alter enorm. Innovationen folgen immer rascher aufeinander; das was die Alten wissen, nützt den Jungen anscheinend nichts mehr. Die Geringschätzung des letzte Lebensabschnittes ist die unvermeidliche Folge davon, daß alte Menschen als Vermittler von Erfahrung kaum noch gefragt sind. Und dies wiederum liegt nicht zuletzt an der Beschleunigung unseres Lebens.

Aber es gibt noch andere Probleme im Zeitszenario des Alters.

¹³ Lübke, H. 1996. In: Weis, K. (Hrsg.) Was ist Zeit? München: dtv

Die Geringschätzung der Lebenszeit Alter in einer spätbürgerlichen Gesellschaft, die sich - so Bloch (1959)¹⁴ „verzweifelt auf Jugend schminkt“, stützt sich ohne Zweifel auch mit dem Hinweis auf die psychomotorische Langsamkeit des Alters ab. Im Getriebe der Welt sind langsame Menschen Hindernisse. Die psychomotorische Verlangsamung des Handelns im Alter ist aber unvermeidlich, weil physiologisch vorgegeben.

Ein drittes Problem ist das veränderte subjektive Erleben von Gegenwart. Die *erlebte* Zeitspanne, die wir Gegenwart nennen, wird besonders von der Funktion des Kurzzeitgedächtnisses bestimmt. Die Gedächtnisforschung hat zeigen können, daß die Leistung des Kurzzeitgedächtnisses bei älteren Menschen durch eine Verlangsamung sowohl der Einspeicherung, als auch der Suchprozesse, als auch der Abrufvorgänge, d.h. auf dreifachem Wege beeinträchtigt ist (vgl. Fleischmann 1983, S. 80)¹⁵. Es verwundert also nicht, wenn alten Menschen beim Handeln in der Gegenwart „alles zu schnell“ geht, und in dieser zweiten Bedeutung eine „Gegenwartsschrumpfung“ stattfindet. Eine beschleunigte Zeit, die die Gegenwart schrumpfen läßt, wird nämlich nicht nur dann erlebt, wenn in einer Situation viel und Unterschiedliches passiert, sondern auch dann, wenn sie als *schwierig zu bewältigen* eingeschätzt wird.¹⁶ Wir können uns also leicht vorstellen, wie oft gerade von behinderten alten Menschen zeitbeschleunigende Bewältigungsschwierigkeiten erlebt werden.

Eine beschleunigte Zeit wird allerdings auch dann erlebt, wenn eine Situation als angenehm empfunden wird. Daraus ergibt sich ein viertes Problem, in Verbindung mit der verkürzten Lebenszeit-Perspektive älterer Menschen: Je weniger Jahre verbleiben, desto kostbarer wird die Gegenwart.¹⁷ Das schafft einen emotional schwer zu bewältigenden Konflikt: Wegen der sich ständig verkürzenden Zeitperspektive, der schrumpfenden Zukunft, möchten manche alte Menschen die Zeit gerne „festhalten“, indem sie sie intensiv mit angenehmen Tätigkeiten nutzen. Das allerdings würde - wie wir nun wissen - die primäre Zeit weiter beschleunigen und genau das Gegenteil von Festhalten bewirken. Eine verlangsamende Ereignislosigkeit aber, die dem Festhalten entgegenkommen könnte, würde die kostbaren letzten Jahren langweilig machen.

Ein fünftes Problem im Zeitszenario älterer Menschen bringt der Übergang in den Ruhestand hervor. Unsere Lebensführung wird strukturiert und auch erleichtert durch die vielen Zeitgeber in einem durch Erwerbsarbeit gekennzeich-

¹⁴ Bloch, E. 1959.

¹⁵ Fleischmann, U.M. Gedächtnis. In: Oswald, W.D. & Fleischmann, U.M. Gerontopsychologie. Psychologie des alten Menschen. Stuttgart: Kohlhammer,

¹⁶ Galinat, W.H. & Borg, I. 1987. On symbolic temporal information: Beliefs about the experience of duration. *Memory & Cognition*, 15,4, 308-317

¹⁷ Thomae, H. 1989. Veränderungen der Zeitperspektive im höheren Alter. *Z.f. Gerontologie*, 22,2, 58-66

neten Alltag. Relativ zu diesem wirkt der Ruhestand zunächst wie ein Urlaub, wie eine immerwährende Freizeit. Die verlangt aber bald nach Zeitmarkern, weil nicht nur die inhaltliche Auswahl unserer Tätigkeiten, sondern auch die Strukturierung der für sie benötigten Zeit zu einer Sinngebung im Leben unerlässlich ist. Es gilt, mit der neu gewonnenen „Zeitfreiheit“ umzugehen, was keine einfache Aufgabe darstellt. Viele alternden Menschen neigen dazu, die Zeitgestaltung der Vor-Ruhestandszeit in ihr Alltagsleben zu übertragen, so wie sie es früher auch in Urlaubs- und Ferienzeiten getan haben.¹⁸ Wenn aber im Alter an ein hektisches, stark beschleunigtes Leben angeknüpft wird, bleibt irgendwann die Enttäuschung nicht aus, den selbstgesetzten Ansprüchen kompetenten Handelns nicht mehr gerecht werden zu können. Diese Enttäuschung wird umso sicherer eintreten, je mehr die Handlungsfähigkeit durch körperliche und geistige Behinderungen eingeschränkt wird.

Ein sechstes Problem entsteht durch besondere Lebensaufgaben, die im Alter zu bewältigen sind. Altern bedeutet immer auch Abschied nehmen, von Personen beispielsweise oder auch von geliebten Seiten der eigenen Person. Das Abschiednehmen kann nur gelingen, wenn Zeit für Trauerarbeit vorhanden ist. Unsere Gesellschaft gewährt diese Zeit aber kaum noch, weder den Jungen, noch den Alten. Stirbt die Ehefrau eines Mannes in den besten Jahren, hat der Ehemann nach zwei Tagen wieder am Arbeitsplatz zu erscheinen und wie gewohnt seinen Dienst zu verrichten. Mehr Trauerurlaub wird nicht gewährt, denn in den letzten Jahren ist diese Zeit gekürzt worden. Eine längere Trauerzeit wird vor allem von der Umwelt des Trauernden nicht mehr ertragen, er soll möglichst bald wieder am „normalen“ Leben teilhaben. Bei längerer Trauerarbeit wird alsbald eine „reaktive Depression“ attestiert, für deren Überwindung die Psychopathologie zuständig ist. Behinderung ist immer mit Trauer und damit der nötigen Trauerarbeit verknüpft. Ein Zurechtkommen mit der Behinderung im Alltag ist abhängig vom Gelingen der Trauerarbeit. Wird für diese nicht ausreichend Zeit gewährt, hat der Behinderte unter einer doppelten Behinderung zu leiden.

Wir können festhalten: Die Beschleunigung vieler Vorgänge in unserer Gesellschaft erzeugt Zeitdruck und Hast bei uns und hindert oft auch die jüngeren Menschen daran, für ihre Entwicklung Wichtiges, für ihre Persönlichkeit Förderliches zu tun, Entwicklungsaufgaben ihres Lebens zu erfüllen. In der damit „infizierten“ Lebenswelt sollen alternde Menschen zurechtkommen, die ihrerseits ganz spezifische Probleme mit der Zeit haben. Das schafft eine unerhört komplizierte Lage, die sich in vielfältigen Lebenssituationen des Alterns aus-

¹⁸ Oberste-Lehn, H. 1992. Lebenstraining. Eine Möglichkeit zur Vorbereitung auf das Alter. In: Karl, F. & Tokarski, W. (Hrsg.) Bildung und Freizeit im Alter. Bern: Huber, 39-53

wirken kann. Behinderte alte Menschen stehen unter einem vielfachen Zeitdruck, hervorgerufen durch die allgemeine Verlangsamung im Alter, die behinderungsbedingten Erschwernisse, die verkürzte Zukunftsperspektive und die nicht verzeihende Ungeduld einer schnellebigen Welt.

5. Altern als Zeitproblem: Eine Auswahl von Problemsituationen

5.1 Beispiel Pflege und Rehabilitation

Er stellt ein besonders aktuelles Thema der öffentlichen Diskussion dar, jener Verlust an Autonomie, den Alternprozesse und vor allem Erkrankungen und Behinderungen im Alter für die Betroffenen herbeiführen. Diese werden von der Unterstützung durch andere zumindest teilweise abhängig. Und in dieser Abhängigkeitssituation wird die Fehlanpassung der unterschiedlichen Handlungszeiten für Jung und Alt besonders kraß erfahrbar.

Mit einem Segler namens „Investigator“ fuhr der junge John Franklin nach Osten, in Richtung Australien. Auf diesem Schiff gab es einen Matrosen namens Denis Lacy, dem die Langsamkeit des Handelns von John Franklin äußerst mißfiel, sie machte ihn unruhig. *„Wenn Denis Lacy John Franklin zusah, wurde er ungeduldig. ‘Ich kann das nicht sehen!’ sagte er dann und lächelte entschuldigend. Er war der Schnellste, und er zeigte es allen, nicht nur John. Aus höherer Geschwindigkeit leitete er das Recht ab, anderen wegzunehmen, was sie gerade in den Fingern hatten. ‘Laß es mich machen!’ Jeden längeren Vorgang mußte er durch irgend etwas interpunktieren und in kürzere Stücke aufteilen. Je länger einer sprach, desto öfter unterbrach ihn Denis, um zu versichern, daß er verstanden habe“* (S. 88/89).

Diese Ungeduld, entstanden aus unterschiedlichem Zeitbedarf und Zeiterleben, ist ein bedeutendes Hemmnis im Umgang zwischen Hilfebedürftigen und ihren Helfern, zwischen Behinderten und Nicht-Behinderten. In den Pflegewissenschaften gibt es das Konzept der „aktivierenden Pflege“. Aber was alles an aktivierender Pflege unterbleibt, wieviel an verlorengangener Autonomie alter Menschen wird zementiert durch die für den Schnellen unerträgliche Langsamkeit des Pflegebedürftigen, für den umgekehrt selbst langsame Prozesse so harte Arbeit sind, daß sie ihm immer noch zu schnell sind? In dieser Situation ist es auch verständlich, wenn die Pflegebedürftigen oder die alten Menschen in der Rehabilitation den Wunsch nach Abhängigkeit entwickeln. Wieviel einfa-

cher ist eine alltägliche Handlung getan, wenn sie von einem anderen, einem Jüngeren und Schnelleren getan wird! Pflegepersonal und Hilfebedürftige kommen sich so entgegen, ergänzen sich, und möglichen Konflikten, auch mit der Uhr, wird auf diese Weise die Spitze genommen. Dabei wird das Potential zum Lernen, Neu-Lernen oder Wieder-Lernen allerdings vertan, denn auch alte Menschen können noch lernen, wenn sie nicht unter Zeitdruck gestellt werden und einen Sinn im Lernen sehen. Das ist immerhin die Basis jeglicher Altersrehabilitation!

Einer besonderen Wertschätzung der Schnelligkeit läßt sich kaum entgehen, wenn die Situation der Pflege heute gekennzeichnet ist durch einen hohen Anteil Schwerpflegebedürftiger auf der einen und eine gleichzeitige Personal- und Mittelknappheit auf der anderen Seite. Das Personal entwickelt ganz eigene Routinen, um eine Zeit- und Handlungsökonomie zu erreichen. Diese Spar-Routinen sind sogar an der Sprache zu erkennen, die im Berufsalltag verwendet wird. Ursula Koch-Straube (1997)¹⁹, die wie eine Ethnologin Feldforschung im Alten- und Pflegeheim durchgeführt hat, zeigt an Beispielen auf, wie die berufsbezogene Sprache zu zeitsparenden Kürzeln verkümmert, etwa:

„‘Die Leute werden jetzt abgelegt’“ .. Das heißt: Die BewohnerInnen werden in ihre Zimmer begleitet, damit sie dort ihren Mittagsschlaf halten können. Sie werden dort bekleidet auf das Bett gelegt.

„‘Wir machen die Doppelten’“ ... Das heißt: Wir helfen denjenigen BewohnerInnen beim Aufstehen (nach dem Mittagsschlaf), die die Hilfe von zwei Pflegekräften brauchen.

„‘Haltet die Bewohnerin draußen’“ .. Das heißt: Die Bewohnerin soll heute nicht schlafen, sondern im Aufenthaltsraum bleiben, weil sie sonst abends und nachts zu unruhig ist“ (S. 261).

Die zeitsparende Sprache versachlicht die Pflegehandlungen, zieht den Aspekt der zwischenmenschlichen Interaktion heraus und ermöglicht eine Distanzierung. Das Zeitsparen entzieht der Pflege Menschlichkeit und den Pflegebedürftigen die lebensnotwendige menschliche Nähe. Und da das Zeitsparen-Müssen als eine von *außen* kommende Pflicht wahrgenommen wird, geht auch das Gefühl, für den Umgangsstil mit alten und behinderten Menschen selbst verantwortlich zu sein, schließlich verloren.

(Über das Problem der Sprache in einer schnellebigen Zeit wird noch eingehender zu sprechen sein.)

¹⁹ Koch-Straube, U. 1997. Fremde Welt Pflegeheim. Eine ethnologische Studie. Bern: Huber

Schützendorf (1997)²⁰ beschreibt sehr anschaulich, wie im Umgang mit demen-ten alten Menschen deren Eigenzeit abgeschafft, ihr Rhythmus und ihre Bedürf-nisse dem Diktat der Uhr unterworfen werden:

„Auf dem Flur bittet Alexa ihre Kollegin Ines, Frau Küster das Essen zu bringen:

Geh du mal zu Frau Küster.

Die tickt mal wieder nicht richtig.

Mit dieser umgangssprachlichen Formulierung beschreibt Alexa exakt ihr Problem mit Frau Küster. Frau Küster tickt nicht richtig. Die alte Dame weicht von der chronologisch meßbaren Uhrzeit ab, die für Alexa die einzig richtige Zeit darstellt. Alexa richtet sich selbstverständlich nach der ablesbaren Uhrzeit. Diese Zeit sagt ihr, wann es Zeit für Frau Küster ist, die Mahlzeiten einzunehmen. Frau Küsters Zeit aber verläuft anders. Die alte Dame orientiert sich nicht an der Uhrzeit, sondern an ihrer Eigenzeit. Sie will sich Zeit für Angst, Niedergeschlagenheit und Trauer nehmen, und für eine Essenszeit bleibt da kein Platz. ... Die meßbare Uhrzeit ist für die Großen Er-wachsenen in einem Maße dominant, daß sie selbst jederzeit bereit sind, ihre Eigenzeiten und ihre Bedürfnisse dem Chronometer zu unterwerfen“ (S. 146).

Das Pflegepersonal scheint Täter zu sein beim Diebstahl der Eigenzeit der Pflegebedürftigen, aber genauer besehen erkennen wir sie selbst auch als Op-fer.

Eine besondere Wertschätzung der Schnelligkeit ist aber nicht allein Resultat der beschleunigten und sprachlich reduzierten Arbeitswelt. Sie kann sich im Laufe der Biographie einer Person als persönlicher Wesenszug entwickeln und den Lebensstil eines Menschen beeinflussen, so wie die besondere Langsamkeit ein herausragender Wesenszug des John Franklin gewesen ist. Schaffer spricht hier von den individuellen Zeitstilen, die sie bei älteren Frauen untersucht hat.²¹ Wird ein Mensch mit einem geschwindigkeitsbetonten, „zeitvernichtenden“ Le-bensstil alt, können sich biologische Veränderungen - Verluste und Behinderun-gen - zu einer Bedrohung seiner Identität auswachsen und eine Anpassung an die neue Situation erschweren.

Ich kann mich an den Fall einer 59-jährigen Frau erinnern, die nach einem Schlaganfall und einer längerdauernden Behandlung schließlich auf eine Re-ha-Station verlegt wurde. Sie fiel uns in der Therapiegruppe als Patientin auf, die besonders wenig Fortschritte machte, obwohl sie die Jüngste in der Gruppe und weniger schwer behindert war als andere. Wir haben uns, um

²⁰ Schützendorf, E. 1997. Das Recht der Alten auf Eigensinn. München/Basel: Reinhardt

²¹ Schaffer, H.-I. 1993. Zeitwende im Alter. Individuelle Zeitstile älterer Frauen. Frankfurt/M.: Lang

diesen Widerspruch aufklären zu können, intensiv um ihre Lebensgeschichte gekümmert und interessante Informationen über die wichtigsten Leitlinien gewonnen, nach denen sie in ihrem Leben vor dem Schlaganfall gehandelt hat. Sie hatte einen Sohn, an dem sie sehr hing, und über den sie viel erzählte. Besonders gern erzählte sie über die Zeit der Schwangerschaft und der ersten Monate nach der Geburt, als sie mit dem Kinderwagen losschob, um ihre täglichen Besorgungen zu machen. Wir wurden sehr hellhörig, als in diesen Schilderungen immer wieder das gleiche Grundmotiv anklang: Selbst in der Schwangerschaft und mit dem Kinderwagen vor sich war sie - wie sie stolz betonte - immer eine Schnelle gewesen. Sie erledigte vieles im Laufschrift, eben trotz Schwangerschaft und Kinderwagen. Natürlich bohrten wir nach und versuchten, diese Leitidee, alles möglichst schnell tun zu müssen, auch in anderen Lebensbereichen zu entdecken. Das war nicht schwierig, und wir kamen zu dem Schluß, daß „Flinkheit“ eine zentrale Orientierung in ihrem Leben gewesen war. Genau diese zentrale Lebensorientierung war nun durch den Schlaganfall bedroht, im Reha-Ziel der Wiederherstellung der Handlungsmöglichkeiten unter dem Opfer einer Verlangsamung sah sie keinen Sinn für sich. Das war der Grund für ihre geringen Fortschritte und ihre äußerst depressive Verfassung!

Wie man sieht, kann die Ungeduld, diese schnell laufende Uhr, auch das Problem des behinderten älteren Menschen selbst sein und nicht nur eines des Pflegepersonals. Und so könnte man den Spieß auch umdrehen: Wird die Pflege- oder Therapiebeziehung im gerontologischen Bereich zukünftig nicht durch die Klientel zunehmend selbst belastet, wenn immer mehr Menschen alt und hilfebedürftig werden, deren innere Uhr zu schnell läuft? Sind wir flinken, zeitsparenden und zeitraffenden Menschen von heute fähig, mit den häufig unvermeidlichen Einschränkungen des Alters gelassen und geduldig umzugehen? Die Generationen vor uns haben uns gute Beispiele gegeben (wie die Untersuchungen Kruses²² mit alten Menschen in existentiellen Grenzsituationen gezeigt haben), aber es ist fraglich, ob wir „Schnellgetakteten“ deren Beispiel noch folgen können. Für Altenpflege und Altenpädagogik könnte es sich als eine zukünftige Aufgabe erweisen, für eine Verlangsamung der schnell laufenden inneren Uhr ungeduldiger Pflegebedürftiger zu sorgen.

5.2 Beispiel Mobilität

²² Kruse, A. 1992. Kompetenz im Alter in ihren Bezügen zur objektiven und subjektiven Lebenssituation. Darmstadt: Steinkopff

Wenn man weiß, wie es zur Ausbildung einer „primären“ Zeit kommt, kann man die Probleme des John Franklin in seiner Lebenswelt verstehen.

Als Kind war John Franklin in der Geschwindigkeit der Informationsaufnahme so langsam, daß die Bewegungs- und Ereignisabläufe um ihn herum für ihn zu geschwind waren. Während seine subjektive Zeit für ihn angemessen schnell ablief, wickelte sich das Geschehen in seiner Umwelt in seinem subjektiven Empfinden mit rasender Geschwindigkeit ab. *„Dem Spiel konnte John nicht folgen, also nicht Schiedsrichter sein. Er sah nicht genau, wann der Ball die Erde berührte. Er wußte nicht, ob es wirklich der Ball war, was gerade einer fing, oder ob der, bei dem er landete, ihn fing oder nur die Hände hinhielt. Er beobachtete Tom Barker. Wie ging denn das Fangen? Wenn Tom den Ball längst nicht mehr hatte, wußte John: das Entscheidende hatte er wieder nicht gesehen (S. 9)“.*

Dieses Kind war in das Spiel der anderen Kindern nur in einer bestimmten Rolle zu integrieren: als lebende Torstange sozusagen, als etwas unerschütterlich Unbewegtes.

Die Schwierigkeiten der Integration von älteren Menschen und Behinderten in eine sich beschleunigende Umwelt ist mit großer Prägnanz am Beispiel der Verkehrsteilnahme älterer Menschen zu studieren. Ältere fühlen sich gehetzt und haben den Eindruck, an einer ständig wilder werdenden Jagd teilzunehmen. Eine ältere Dame hat das in einer Diskussionsrunde so ausgedrückt: *"Man wird wie ein Hase gejagt"*. Und, da sich die Hasenjagd nicht auf die Fahrbahn und die dort verkehrende Motorfahrzeuge beschränkt, sondern längst auch auf den Gehwegen stattfindet: *"Ich fürchte jedes einspurige Fahrzeug mehr als jedes Auto"* (Risser et al. 1988, S. 99, 100, 101)²³. Bedenken wir, daß in uns allen ein Stückchen John Franklin steckt, wenn wir älter werden!

²³ Risser, R., Steinbauer, J., Amann, A., Roest, F., Anderle, F.G., Schmidt, G.A., Lipovitz, G. & Teske, W. (1988). *Probleme älterer Menschen bei der Teilnahme am Straßenverkehr*. Wien: Literas Universitätsverlag.



Gerade die Fortbewegungsarten sind vom Beschleunigungswahn infiziert. Während wir früher als Kinder eher gemächlich mit Rollschuhen dahengerollt sind, lassen sich mit heute mit modernen Inline-Skatern in der Stadt oft höhere Durchschnittsgeschwindigkeiten fahren als mit dem Auto. Und ein ordentliches Rad, häufig gefahren auf dem Gehsteig, hat heute einundzwanzig Gänge. Diese stark beschleunigten Bewegungen im Gehbereich der älteren Fußgänger machen denen erhebliche Angst.

Gefährlich ist es, wenn alte Menschen sich drängen und sich von den kurzen Zeitvorgaben mitreißen lassen. Das zeigt die Statistik der Fußgängerunfälle deutlich.²⁴

Aber weniger die Opfer, die alten Menschen die Verkehrsteilnahme über Gebühr kostet, als vielmehr eine „Täterrolle“ wird in der öffentlichen Diskussion hochgespielt. Sie wird festgemacht an den autofahrenden älteren Menschen, die angeblich - so in einem Leserbrief an eine Autozeitung - eine „Spur der Verwüstung“ hinter sich herziehen. Tatsächlich aber fallen ältere Autofahrer trotz möglicher Leistungseinschränkungen und Verlangsamung in der Unfallstatistik nicht unangenehm auf. Das liegt daran, daß sie sich in den meisten Fällen auf ihre Einschränkungen einstellen und ein dementsprechendes „Fahrtenmanagement“ betreiben. Dennoch werden sie von den anderen, den jüngeren Verkehrsteilnehmern als Problemgruppe wahrgenommen.

Das eigentliche Problem steckt offenbar darin, daß ältere Menschen entsprechend ihren Leistungseinbußen *anders* fahren als jüngere, und das heißt vor allem *langsamer*. Sie halten sich - vielleicht notgedrungen - sehr viel eher als jüngere an die Geschwindigkeitsregelungen, sie lassen sich sinnvollerweise mehr *Zeit*. Damit aber werden sie von den jüngeren Kraftfahrern als *Hindernis*

²⁴ Hautzinger; Tassaut-Becker, B. & Hamacher, R. (1996) Verkehrsunfallrisiko in Deutschland zu Beginn der 90er Jahre. Band 5. Mensch und Sicherheit, Heft M 58. Bergisch Gladbach: Bundesanstalt f. Straßenwesen

wahrgenommen. Die haben, tatsächlich oder scheinbar, keine Zeit. Alte Menschen im Straßenverkehr, aber auch Kinder und Behinderte sind „Abweichler“ von der Normalität der Schnelligkeit und werden entsprechend mit Ungeduld behandelt.

Die Ungeduld schlägt nur zu leicht in Unduldsamkeit um. Das zeigt in bestürzender Weise die folgende - vom Presserat übrigens gerügte - Anzeigenkampagne der Firma Rover aus dem Jahr 1994:

"Wir schreiben das Jahr 1994, und immer noch regiert die Wut auf bundesdeutschen Autostraßen. Die Auslöser dieses Phänomens kann man am besten an Sonn- und Feiertagen beobachten. Es sind zumeist ältere Herren zwischen 85 und 105 Jahren, die in ihren Limousinen mit 28 km/h durch den Verkehr schnellen und von einem permanenten Hupkonzert begleitet werden.

Diese Personen fahren seit 1952 die gleiche Automarke, setzen auch in Extremsituationen keinen Blinker, wundern sich immer wieder aufs neue über die roten Köpfe und merkwürdigen Handzeichen anderer Autofahrer und tragen zu jeder Tages- und Nachtzeit - jawohl, einen Hut. Wir können dieses Problem zwar nicht lösen, bieten aber mit dem Rover 827i ein Fahrzeug an, das diese und auch andere Situationen meistert."

Man könnte sagen, daß im Straßenverkehr derzeit ein Verdrängungswettbewerb stattfindet. Dabei ist gerade für ältere Menschen die Mobilität außer Haus wichtig und unverzichtbar. Gerade der alte Mensch steht vor der Notwendigkeit, (auto)mobil zu sein und zu bleiben; mit Muskelkraft allein kann der Alltag nicht immer bewältigt werden. Gerade für den behinderten alten Menschen stellen die modernen Formen der Mobilität die Garanten eines halbwegs selbständigen Lebens dar. Eine Erleichterung der Integration Älterer (und Behinderteter) wäre in Anbetracht ihrer generellen psychomotorischen Verlangsamung vor allem durch organisatorische Maßnahmen zu einer generellen Verlangsamung der Verkehrsabläufe zu erreichen (Risser et al. 1988)²⁵. Es sieht nicht danach aus, daß das in unserer Gesellschaft gewollt ist.

John Franklin hatte es besser: Um das Jahr 1819 herum war er Kommandant einer Brigg namens Trent, die zusammen mit dem Schwesterschiff Dorothea auf Nordpolarfahrt ging. Er hatte sich selbst Regeln zurechtgelegt, wie die Aufgaben der Schiffsführung am besten zu lösen seien. Seine Regelsammlung hatte er das „Franklinsche System“ genannt, das unter anderem folgende Maxime festhielt: *„Ich bin der Kommandant und lasse nie daran einen Zweifel, vor allem nicht bei mir selbst. Meiner Geschwindigkeit müssen sich, weil sie die lang-*

²⁵ a.a.O.

samste ist, alle anderen anpassen. Erst wenn in diesem Punkt Respekt geschaffen ist, können Sicherheit und Aufmerksamkeit einkehren.“ (S. 209).

Wir können festhalten:

Ein „Franklinsches System“ für den Straßenverkehr, das würde die Mobilität Älterer fördern, ihr Risiko senken und die volle Integration jener alten Menschen mit eingeschränkter Leistungsfähigkeit in unser modernes Leben erleichtern. Im übrigen würde das die Transportleistung auf unseren Straßen nicht senken, sondern erhöhen. Aber wie macht man das Menschen klar, die in der Beschleunigung einen absoluten Wert sehen?

5.3 Beispiel Sprech-Zeit und Sprachverlust

Wir leben in einem Zeitalter, das sich selbst gern als „Informationszeitalter“ apostrophiert. In diesem Zeitalter gilt auch für die Information die Maxime der Beschleuniger: Noch mehr in noch kürzerer Zeit.

Information bedeutet zuallererst sprachliche Mitteilung. Aber der Umgang mit sprachlicher Information hat sich in den letzten Jahrzehnten erheblich gewandelt. Das Auftauchen der elektronischen Medien hat die langsame Schriftsprache zugunsten der schnellen gesprochenen Sprache und vor allem zugunsten der Bilder zurückgedrängt. Früher hat man sich Briefe geschrieben, heute ruft man sich an, und das ist ein gewaltiger Unterschied. Die Sprache des Briefes formt sich langsam, im gemächlichen Prozeß des Niederschreibens. Die Gedanken können sich *allmählich* entfalten oder „verfertigen“, wie Kleist sagen würde. Die schriftlichen Formulierungen sind üblicherweise sorgfältiger, das Formulierte geht nicht alsbald verloren, sondern bleibt vor unserem Auge und fordert die Überprüfung durch uns. So sind wir gezwungen, uns zu konzentrieren auf das, was wir ausdrücken wollen, und Ungereimtheiten fallen uns eher auf. Es ist keine übertriebene Weinerlichkeit, sondern überprüfbare Realität, wenn ich sage: Diese Art der Sprachkultur geht immer mehr verloren.

Die Folgen der Wandlungen sind erheblich: Viele moderne Menschen können gesprochene Sprache nur noch in handlicher Vereinfachung verstehen, die Aufmerksamkeitsspanne für sprachliche Gehalte ist bei ihnen herabgesetzt und beträgt nur etwa 7 Worte pro auffaßbarem Sinngehalt. Der moderne Zeitgenosse kommt mit komplexer Sprache trotz relativ hohen Bildungsniveaus erstaunlich schlecht zurecht.

Die sprachliche Simplifizierung steht in krassem Gegensatz zur wachsenden Komplexität unserer Welt; die Zusammenhänge werden verwickelter, die Einflußfaktoren reichhaltiger. Es wäre nicht verwunderlich, wenn ein zuneh-

mend sprachreduzierter, stärker auf bildliche Information fixierter Mensch zunehmend Schwierigkeiten bekäme, sich selbst und andere zu verstehen. Wer sich weniger Zeit für Mitteilungen nimmt und zudem sprachlich vereinfacht, hat es schwerer, Verständnis für die Komplexität menschlichen Lebens zu entwickeln.

Als John Franklin in der Ausbildung zum Midshipsman in der Marine war, hat er sich - vor allem nachts - unendlich viel Zeit genommen, die kleine Welt seines Schiffes durch Einprägen aller zu ihr gehörenden Begriffe kennen- und verstehen zu lernen. „*Segel: Großroyal, Kreuzroyal, Vorroyal... Welches Tau gehört wohin? Wo sitzt der Klüverbaum am Stampfsteg oder umgekehrt? Wanten und Parduhnen, Falle und Schoten, dieser ganze unendliche Hanf, rätselhaft wie ein Spinnewebe... Er war Midshipsman, also Offizier. Also noch mal: Großsegel, Großmarssegel, Großbramsegel...*“ (S. 56)

Eine im Zeitmangel reduzierte Sprache ist eine schwere Hypothek im Zusammenleben, auch im Zusammenleben mit alten Menschen und erst recht mit behinderten alten Menschen. Alte Menschen haben uns viel mitzuteilen und wollen dies auch. Dabei steht ihre sprachliche Mitteilung für vieles, was sie erlebt haben und noch erleben. Entsprechend „blumig“, nicht immer wohlgeordnet und vielleicht auch umschweifig fallen ihre Mitteilungen aus. Da fällt es schwer, gut zuzuhören, besonders, wenn man ohnehin immer in Eile ist. Es gelingt aus Mangel an Zeit, aber auch aus Mangel an Sprachverständnis als Folge der Informationsbeschleunigung dann nicht immer, hinter die Fassade der Wörter zu blicken und eine tiefere Einsicht für unser Gegenüber zu gewinnen, der aber in seiner Situation gerade dies braucht. Das gute Zuhören als die andere Seite des Sprechens fällt am ehesten dem Zeitdruck zum Opfer.

In einem tatsächlich realisierten Gespräch zwischen einer Gemeindegemeindeförderin und einer 78-jährigen ratsuchenden Dame, geführt über einen Gartenzaun hinweg, kam es unter anderem zu folgendem Dialog:

Frau Z: Am schönsten wäre es ja, wenn man einfach mal nicht mehr aufwacht, als nachher so auf andere Leute angewiesen zu sein. - Wissen Sie, ich - ich mag gar nicht mehr da sein. Es wäre schön, wenn man einfach so gehen könnte. Ich habe mein Leben gehabt, es war auch sehr schön. Aber jetzt ist es langweilig, und es geht mir auch nicht mehr gut.

Gemeindegemeindeförderin: Das ist doch eigentlich etwas sehr Schönes, wenn man von seinem Leben sagen kann: es war sehr schön - ich habe alles gehabt.

Wie grotesk wirkt dieser Gesprächsausschnitt, wenn man Muße hat, sich mit ihm zu beschäftigen. Es liegt auf der Hand: Die Gemeindegängerin bleibt an der Oberfläche der Wörter. Sie „überhört“ die wesentlichen Signale in diesem Gespräch, das deshalb auch mit Enttäuschung für die ratsuchende alte Dame endet. Wie die Gemeindegängerin später selbst gesagt hat, war dieses Überhören nicht nur durch das angedeutete Thema - Sterben und Vereinsamung - bestimmt, sondern auch durch den Zeitplan, der ein Innehalten nicht zuließ. Sich auf den anderen einzulassen, bedeutet ja immer auch, sich für ihn Zeit zu nehmen. Nur das geduldige Zuhören macht auf die versteckten Signale aufmerksam, die aufzugreifen erst echte Hilfe bedeuten würde.

Halten wir fest: Sprachliche Differenziertheit und eine gewisse „Sprech- und Hörgeduld“ sind im Umgang mit alten Menschen und erst recht mit behinderten alten Menschen unverzichtbar. Die Geduld des Zuhörens ist nötig, damit alte Menschen allmählich entwickeln können, was sie wirklich bewegt. Sprachliche Differenziertheit ist unerlässlich, damit wir insbesondere behinderten alten Menschen zu einem kompetenten Ausdruck ihrer selbst verhelfen können. Wir müssen manchmal eben Dolmetscher sein. Und beides ist vom Zeitdruck bedroht.

5.4 Beispiel Bilanzierung und Reflexion

Das Alter ist eine Art terra incognita, auch für den alt gewordenen Menschen. Er muß diese neue Welt, in der er sich befindet, erkunden, und er muß mit der alten, aus der er kommt, abschließen können. Das aber braucht Zeit. Eine oberflächliche Hast erschwert das Zurechtkommen mit neuen Lebenssituationen und die Erfüllung jener Lebens- und Entwicklungsaufgaben, die etwa Havighurst (1963)²⁶ oder Erikson (1989)²⁷ beschrieben haben.

Als John Franklin seinen Fuß auf australischen Boden gesetzt hatte, begegneten ihm und den anderen der „Investigator“ zum ersten Male Eingeborene. Diese Begegnung war verwirrend für beide Seiten, und beide Seiten machten unterschiedliche Versuche, die neuen Eindrücke und Erfahrungen zu verarbeiten. Da gab es einige, die sich in hektischen Aktivismus flüchteten und eine Aktion an die andere reihten. Andere aber wurden ruhig, verringerten den Takt ihrer Handlungen in der Zeit und wurden zu stillen Beobachtern. Keine Frage, wer mehr Erfolg hatte beim Begreifen des jeweils anderen. *„Es fiel John auf, daß Matthew (der Kapitän) sich ruhiger bewegte als sonst, schleppender als ir-*

²⁶ Havighurst, R.J. 1963. Successful aging. In: Tibbits, C. & Donahue, W. (eds.) Processes of aging. New York: Williams, 299-320

²⁷ Erikson, E.H. 1989. Identität und Lebenszyklus. Frankfurt/M: Suhrkamp

gendein anderer auf dem Landeplatz. Auch bei den Australischen gab es einen, der sich so verhielt. Er saß ruhig da, lachte wenig und nahm alles wahr - seine Augäpfel waren in ständiger Bewegung“ (S. 93/94).

Wenn wir gut beobachten wollen, müssen wir langsam werden, zur Ruhe kommen. Wir müssen uns Zeit lassen. Das gilt dann, wenn wir in die terra incognita des Alters eindringen wollen. Und das gilt auch dann, wenn wir dieses Land erobert haben und uns vergegenwärtigen wollen, was uns bis dahin widerfahren ist, wie unser Leben verlaufen ist, und was das für unser Leben in seinem letzten Abschnitt bedeutet. Wir nennen diesen Vorgang üblicherweise „Bilanzieren“ und beschreiben damit eine der wichtigsten Aufgaben, die uns in diesem letzten Abschnitt aufgegeben sind. Manch selbstvergessene Verrückung oder manche „Verrücktheit“ Demenzkranker kann ihnen eine Möglichkeit bieten, sich der eigenen früheren Existenz zu vergewissern. Sie in unsere Zeit holen zu wollen, wäre sinnlos, aber wir könnten versuchen, mit ihnen in ihre Zeit zu gehen, auch wenn das zeitaufwendig ist. Die Therapierichtung der „Validierung“ (Validation, vgl. N. Feil) macht vor, wie das gehen könnte.

Eine Frau im Alter zwischen 45 und 50 Jahren kommt in die Angehörigenberatung, weil sie sich, wie sie sagt, Sorgen um ihre Mutter mache. Die ginge nicht mehr aus dem Haus, sitze nur noch herum und habe sich aufgegeben. Sie möchte einen Rat haben, wie die alte Dame „aktiviert“ werden könne. Als allerdings diese alte Dame, Mrs. Bass, in die Beratung eingeladen wurde und Gelegenheit hatte, ihre Sicht der Dinge darzulegen, entwickelte sich ein bemerkenswert anderes Bild von der Problemlage. Sie sagte:

„Meine Tochter macht sich Sorgen, weil ich nicht genug ausgehe. Sie schleppt mich ständig in der Gegend herum in der Hoffnung, daß ich plötzlich Lust auf ein reges Gesellschaftsleben bekäme. Nun, ich sage Ihnen gleich, daß ich nicht das geringste Interesse daran habe. Ich bin 84 Jahre alt. Ich habe Arthritis in allen Gelenken von den Augenbrauen abwärts. Das Sitzen tut mir weh, herumzugehen ist eine Qual, und nur ein Sadist würde mich zwingen, in ein Auto einzusteigen. [...] Junger Mann, ich habe meine zwei Ehemänner und, bis auf einen, alle meine Freunde überlebt. Folglich gibt es wenig Orte, die aufzusuchen es mich reizt. Ich kann überhaupt nur am Stock gehen und habe dabei das Gefühl, daß ich den anderen ein Schauspiel biete. Und das tut weh. Bin ich so alt und schrecklich, daß ich meine letzten Jahre nicht damit verbringen darf, friedlich am Fenster zu sitzen, in meinen Büchern zu lesen, alte Fotografien zu betrachten und fernzusehen? Habe ich nicht das Recht auf Frieden?“ (Weakland & Herr 1984, S. 285)²⁸.

²⁸ Weakland, J.H. & Herr, J.J. 1984. Beratung älterer Menschen und ihrer Familien. Bern: Huber

Vielleicht bedenkt Frau Bass ein Wort von Ernst Bloch, der geschrieben hat: *„Wunsch und Vermögen, ohne gemeine Hast zu sein, das Wichtige zu sehen, das Unwichtige zu vergessen: dergleichen ist eigentliches Leben im Alter.“* Ich glaube nicht, daß wir uns anmaßen können, den alten Menschen durch unseren Lebensstil dieses Eigentliche austreiben zu wollen.

Aber die Tochter unserer alten Dame hat die Botschaft der aktuellen Gerontologie gut verstanden; sie hat die Sichtweise der modernen Gerontopsychologie wie selbstverständlich übernommen: wer rastet, der rostet. Lebenszufriedenheit im Alter wird weniger durch Rückzug von der sozialen Welt erreicht, als eher durch Teilnahme an ihr, wie seit Havighurst (1963)²⁹ und Tartler (1961)³⁰ immer wieder empirisch nachgewiesen wurde. Und schließlich weiß man, daß Leben im Alter Entpflichtung bedeutet, auch zeitliche, daß im Ruhestand hilfreiche Zeitstrukturierungen fortfallen und alte Menschen dann häufig in ein Zeitloch fallen. Also muß man nach sozialer „Aktivierung“ der alten Dame streben und ihre Zeit zu füllen und zu strukturieren versuchen. Unsere soziale Welt ist eben eine zeit-nutzende Welt. Und da ist es unheimlich, wenn ein alter Mensch die letzten Monate oder Jahre, die ihm noch bleiben, nicht im gewohnten Sinne nutzen mag. Dabei wissen wir gar nicht, ob er die Zeit für sich besser nutzt, als wir das tun.

Das Beispiel soll zeigen:

Da sich die Zeitperspektive - die Spanne verbleibender Zukunft - im Alter verkürzt, sind alte Menschen geneigt, sorgsam mit ihrer Zeit umzugehen; sie werden sensibel gegenüber einer Vergeudung von Zeit. Was aber ein „sorgsamer“ Umgang und was „Vergeudung“ ist, das ist von Mensch zu Mensch sehr verschieden, wie man überhaupt sehr unterschiedliche Zeitverwendungsstile bei alten Menschen entdecken kann (Schaffer 1993)³¹. Die Fortführung jener Aktivitäten, die uns in jüngeren Jahren die Zeit sinnvoll zu gestalten scheinen, muß im Alter nicht mehr die Qualität einer sinnvollen Gestaltung haben. Wir sollten das einfach akzeptieren. Wir müssen daran erinnern, daß der alte Mensch in einer gewissen „Zeitfalle“ sitzt: Füllt er die verbleibende Zeit mit möglichst vielen und interessanten Tätigkeiten, vergeht sie (subjektiv) schneller, wo er sie doch am liebsten festhalten möchte. Dehnt er sie aber durch Reduktion von Aktivität, handelt er sich Langeweile ein. Unglücklicherweise sitzen gerade diejenigen alten Menschen in der Zeitfalle, die in ihrem Leben „Zeitkompetenz“

²⁹ a.a.O.

³⁰ Tartler, R. 1961. Das Alter in der modernen Gesellschaft. Stuttgart: Enke

³¹ Schaffer, H.I. 1993. Zwischen Zeitmoralismus und Zeitvernichtung - Zur Bedeutung von Zeitstrukturen im Lebensalltag alter Frauen. Vortrag

aufgebaut haben, also weniger abhängig waren von äußeren Zeitgebern (vgl. Schaffer 1993)³². Sie, die gelernt haben, mit ihrer Zeit selbstständig etwas anzufangen, erleben weniger eine gestaltlos-träge dahinfließende Zeit, sondern eher Zeitdruck. Auch Mrs. Bass könnte zu jenen kompetenten alten Menschen gehören, die die stillen Stunden brauchen, um - wie es Bollnow (1990)³³ ausgedrückt hat - aus der „Veräußerlichung des Lebens zurückzukehren“. Wir müssen also nicht alle alten Menschen zum Volksliedersingen, zu Bastelstunden und zum Gehirnjogging nötigen. Wir sollten mit unseren Aktivierungsangeboten sorgfältig umgehen und differenziert fragen: Welchem alten Menschen nutzt welche Art von Aktivierung? Ist etwa die Beschäftigung mit den Zeugnissen des eigenen Lebens keine Aktivierung? Die Bonner Längsschnittstudie hat gezeigt, daß die Lebensthematik „Genüge finden im Wechsel von Arbeit *und Ruhe*“ mit steigendem Alter immer wichtiger wird und schließlich Platz 1 der Werteskala einnimmt.³⁴

Befragen wir alte Menschen, machen wir folgende Entdeckung: Für 58 % der 70- bis 75-jährigen bedeutet Altsein, endlich über die Zeit *frei* verfügen zu können, und für 53 %, die verdiente *Ruhe* zu finden.³⁵ Warum sollten wir die unter Zeitdruck setzen, die ihn für sich endlich abgeschüttelt haben? Zeitdruck verhindert die Ausbildung einer differenzierten Identität, als Antwort auf die Frage: Wer bin ich, woher komme ich und wohin gehe ich? - Fragen, die gerade im Alter gestellt werden (vgl. Böhme 1993, S. 43).³⁶

Für Menschen im Konflikt zwischen verkürzter Lebenszeit-Perspektive, dem Wunsch nach einem interessanten Leben, der Bedrohung durch Langeweile und der Notwendigkeit einer Lebensbilanzierung einen *individuell* angemessenen Weg sinnvoller Zeitznutzung zu finden, könnte eine bedeutsame Aufgabe der Beratung älterer Menschen und ihrer Angehörigen sein.

6. Abschließende Gedanken

„Einszweidrei im Sauseschritt enteilt die Zeit, wir eilen mit“, reimte einst Wilhelm Busch. In Beruf und Freizeit sehen wir oft keine Chance, uns von einem Zug abzukoppeln, der sich ständig zu beschleunigen scheint. So bleiben

³² a.a.O.

³³ Bollnow, O.F. 1990. Mensch und Raum. Stuttgart/Berlin/Köln: Klostermann

³⁴ Thomae, H. 1992. Alltagserleben und Umgangsformen mit dem Alltag im Alter. In: Niederfranke, A. et al. (Hrsg.) Altern in unserer Zeit. Heidelberg: Quelle & Meyer, 27-38

³⁵ nach einer Umfrage der GfK Marktforschung „Nürnberg“, aus dem Jahr 1992

³⁶ Böhme, G. 1993. „... Lieb, Leid und Zeit und Ewigkeit“ - Dimensionen des Menschenlebens. In: Böhme, G. (Hrsg.) Zeit haben und Zeit finden. Idstein: Schulz-Kirchner Verlag

wir Kinder einer äußerst schnellebigen Zeit und entwickeln die Zeitprobleme, die ausführlicher beschrieben wurden: Zeitknappheit und Hetze, Aktivismus, Zeitverlust und Abhandenkommen der Eigenzeit. Hätten wir tagtäglich Verantwortung lediglich für die Bearbeitung von Dingen, von Kleidern, Straßenpflastern und Trittleitern, so bliebe dies vor allem unser Problem. Tatsächlich haben wir aber immer auch mit Menschen zu tun, für die wir auch Verantwortung tragen, für Kinder, Ehepartner, Kollegen und Nachbarn. Die Verantwortung ist kodifiziert, wenn wir es *beruflich* mit Menschen zu tun haben, etwa als Psychologen oder Heilpädagogen. Gerontopsychologen und Heilpädagogen dürften in besonderer Weise von den Beschleunigungstendenzen unserer Zeit betroffen sein - weil ihre Klientel davon in besonderer Weise betroffen ist. Alte Menschen und vor allem behinderte alte Menschen können auf die Herausforderungen einer beschleunigten Zeit noch weniger gut antworten als andere, weil sie eben ihre ganz eigenen Probleme mit der Zeit haben. Sie erleben das Problem

- der Verlangsamung,
- der Gegenwartsschrumpfung,
- der Einengung der Lebenszeitperspektive,
- der Zeitfalle,
- der Selbstüberforderung
- der Enteignung von Zeit für wichtige Lebens- oder Entwicklungsaufgaben.

Eine Lebensumwelt mit einem beschleunigten Taktmaß für alle Handlungsabläufe konserviert und verschärft darum Lebensprobleme, die sich im Alter und besonders durch Behinderungen einstellen können. Eine Überwindung der Probleme durch fachliche Hilfe wird umso mühsamer, je mehr sich die Helfer als Kinder ihrer beschleunigten Zeit aufführen. Der Lebensstil einer Epoche ist ein strenger Regent; aber wenn wir die Lage unserer Klientel verbessern wollen, müssen wir ihm gegenüber wohl zivilen Ungehorsam leisten, zumindest dort, wo er Sinn macht.

Und es geht auch. Zitieren wir noch einmal Schützendorf (1997)³⁷ für die Welt der Altenpflege:

„Solange sich der Große Erwachsene in der Welt der Uhrzeit befindet, fällt es ihm ausgesprochen schwer, sich auf individuelle Eigenzeiten einzustellen. Er benötigt dazu die Hilfe einer Schleuse. Eine interessante Übung besteht darin, einen ganzen Tag ohne Uhr in der Pflege tätig zu sein. Praktikabler ist es, eine Eieruhr, die man auf 1, 3 oder 5 Minuten einstellen kann, zu betrachten und zu warten, bis der Sand durchgelaufen ist. Man kann diese Übung mehrmals während des Dienstes einbauen, um sich auf die Eigenzeiten zu besinnen, um ruhiger zu werden oder um sich auf einen alten Menschen einzustellen. ... Warten ist keine vertane Zeit. Sorgfalt, Zärtlichkeit, Nachden-

³⁷ a.a.O.

ken, Überlegen, Pflegen, alles das braucht Zeit, zögernde Weile. Wer (ab-)wartet, bevor er handelt, kann manchen Normalitätsreflex vermeiden und sich dadurch viel Zeit, Mühe, Erregung, Ärger, Verdruß und Verzweiflung für sich und den alten Menschen sparen“ (S. 151).

Nicht jeder Beschleunigungsversuch ist natürlich von Übel und nicht jede Entschleunigung sinnvoll. Wenn mit bewegungsbehinderten alten Menschen Übungen zur Psychomotorik durchgeführt werden, dann häufig in der Hoffnung, daß über die verbesserte Motorik auch eine Verlangsamung von Wahrnehmungs- und Entscheidungsprozessen rückgängig oder doch gemildert wird. Eine Beschleunigung ist dann sinnvoll, wenn eine Verlangsamung gefährlich ist. Aber immer ist auch zu überlegen, ob die Gefahr durch Verlangsamung nicht erst durch eine unnötig beschleunigte Umwelt zustande kommt.

Immer ist auch zu überlegen, ob nicht eine Verlangsamung schließlich eine Verbesserung bedeutet. Vielleicht arbeitet das ruhige Gespräch mit den Hilfebedürftigen, das geduldige Mitschwingen, die Anpassung an ihren Bewegungsrhythmus am Ende viel weniger gegen eine optimale Nutzung von Zeit in der Arbeit mit ihnen, als man ahnt.

Schließlich ist auch zu bedenken, daß wir uns durch Verweis auf (zeit-) ökonomische Zwänge nicht ständig aus der Verantwortung für den Mitmenschen stehlen können, weil auch ökonomische Zwänge nicht von „Sachen“, sondern von Menschen ausgehen, die es häufig unterlassen, nach Alternativen zu suchen.

Wie aber soll eine sinnvolle Verlangsamung in unser Leben insgesamt kommen - zum Wohle des Alters?

Holen wir uns Rat bei John Franklin.

Als John Franklin als Kapitän und Entdecker Karriere gemacht hatte, dafür geadelt wurde und in seinem Land eine Berühmtheit geworden war, wurde er - in Ermangelung weiterer Forschungsfahrten - zum Gouverneur einer Sträflingskolonie in Australien ernannt. Nun mußte er ein ganzes Gemeinwesen nach seinem System leiten und doch auch den Bedürfnissen des schnellen Lebens entsprechen. Er notiert sich, wie das gehen soll:

„An der Spitze müssen zwei Menschen stehen, nicht einer und nicht drei. Zwei. Einer von ihnen muß die Geschäfte führen und mit der Ungeduld der Fragen, Bitten und Drohungen der Regierten Schritt halten. Er muß den Eindruck von Tatkraft machen und doch nur das Billige, Unwichtige und Eilige erledigen. Der andere hat Ruhe und Abstand, er kann an den entscheidenden Stellen nein sagen. Denn er kümmert sich nicht um das Eilige, sondern schaut einzelnes lange an, er erkennt Dauer und Geschwindigkeit allen Geschehens

und setzt sich keine Fristen, sondern macht es sich schwer. Er hört auf die innere Stimme und kann auch den besten Freunden nein sagen, vor allem seinem Ersten Offizier. Sein eigener Rhythmus, sein gut behüteter langer Atem sind die Zuflucht vor allen scheinbaren Dringlichkeiten, vor angeblichen Notwendigkeiten ohne Ausweg, vor kurzlebigen Lösungen. Wenn er nein gesagt hat, ist er zur Begründung verpflichtet. Aber auch damit darf es keine zu große Eile haben’“ (S. 308).

Keine Zeit zu haben hilft mit dabei, eine alltägliche Lebenswelt mit inhumanen Zügen zu schaffen, und ein nicht-menschengerechtes Leben ist zwangsläufig auch ein nicht-altengerechtes. Aber wir können, bei allem unvermeidlichen Zeitdruck, unser soziales Leben dadurch humaner gestalten, daß wir ganz bewußt den Entschleunigern in Politik, Wirtschaft, Kulturbetrieb, im Berufs- und Privatleben eine Chance geben und ihnen nicht das fragwürdige Etikett der Utopisten umhängen. Vieles von dem, was angeblich nur durch Beschleunigung besser wird, bedarf im Gegenteil der Verlangsamung, um besser zu werden. Wann werden zum Beispiel unsere Verkehrsplaner endlich davon überzeugt sein, daß der insgesamt verlangsamte Verkehr am Ende der schnellere ist?

Es muß sich also mehr verändern als das Individuum.