



Gespräche über den Mythos Alter

Alter ist eine Zahl und keine Erfahrung

Sie ist im 83. Lebensjahr und hat ihr Leben lang in der Krankenpflege gearbeitet. Und das tut sie immer noch. Sie gestaltet Aktivierungsstunden für ihre MitbewohnerInnen. Warum sie das macht, hat Sr. Anita Hunthausen Stefan Knobel erklärt.

Stefan Knobel: Schwester Anita, wollen wir über das Alter sprechen?

Sr. Anita Hunthausen: Über das Alter zu sprechen, ist vielleicht gar nicht möglich. Ich bin jetzt im 83. Lebensjahr – ich fühle mich aber nicht so alt. Alter ist eine Zahl und nicht eine Erfahrung.

Knobel: Aber sie können auf ein langes, arbeitsreiches Leben zurückblicken. Als Berufsfrau waren Sie Kinderkrankenschwester, Krankenschwester und Pflegelehrerin.

Sr. Anita: Ja, das war ich einmal. Zuerst habe ich Krankenpflege und Kinderkrankenpflege gelernt. Und dann arbeitete ich im Kinderkrankenhaus Waiblingen. Mir wurde nahegelegt, dass unsere Diakonie Unterrichtsschwestern braucht. So besuchte ich die Schwesternhochschule in Berlin. Einige meiner KollegInnen liessen sich zur Oberschwester ausbilden. Und so wurde ich Lehrerin und arbeitete zuerst an der Kinderkrankenpflegeschule in Waiblingen. Dann wurde ich gefragt, ob ich mithelfen würde, eine neue Altenpflegeschule aufzubauen.

Knobel: Sie waren eine Pionierin?

Sr. Anita: Ja – zu zweit haben wir begonnen. Das war schon spannend. Die Schule war zuerst in

Winterbach beheimatet. Und dann wurden im neuen Pflegeheim Bethanien im Möhringen auch Räumlichkeiten für unsere Schule gebaut. So sind wir also umgezogen.

Knobel: Bis wann waren Sie an dieser Schule?

Sr. Anita: Bis ich in den Ruhestand ging, 1991 glaube ich. Ich habe in letzter Zeit manchmal Mühe, die Zahlen zu behalten. Ja – es war 1991. Ich bin 1931 geboren und mit 60 in den Ruhestand gegangen wegen meiner Krankheit. Ich leide an Multipler Sklerose. Aber mein Berufsleben habe ich immer mit jungen Leuten verbracht.

Knobel: Sie haben vermutlich hunderte von Pflegenden ausgebildet.

Sr. Anita: Oh – es waren sehr viele, das kann ich nicht ausrechnen. Aber eine Zeitlang begann ein Kurs im Frühjahr und einer im Herbst. Und in jeder Klasse waren mehr als 20 SchülerInnen. Da kommt einiges zusammen.

Knobel: Warum sind Sie Diakonisse geworden?

Sr. Anita: Das ist immer schwierig zu erklären. Ich sag es jetzt in meinen Worten: Ich habe den



>>

Ruf Gottes erfahren. Ausgegangen ist es von einem Zusammentreffen mit Sr. Gertrud Thomä – sie wurde später Oberin unserer Schwesternschaft. Sie hielt bei uns in Althengstett im Schwarzwald einen Vortrag über die Diakonie. Ich war als junge Frau anwesend – und wusste sofort: das ist mein Lebensweg. Ich war mir ganz sicher. Und diese Sicherheit war ganz wichtig. Denn es gibt auch im Diakonissenleben manchmal Herausforderungen, die man nur bewältigen kann, wenn man sich seiner Berufung sicher ist.

Knobel: Und dann sind sie der Schwesternschaft beigetreten?

Sr. Anita: Ja. Das war mit 20 Jahren, im Jahr 1951. So bin ich vom kleinen Dorf wieder in die grosse Stadt nach Stuttgart gegangen.

Knobel: Hatten Sie schon vorher in einer Stadt gewohnt?

Sr. Anita: Ja, ich bin in Düsseldorf aufgewachsen. Als ich acht Jahre alt war, brach der Krieg aus. Mein Vater starb 1939 und meine Mutter war mit drei Mädchen und einem Sohn alleine. 1943 wurde meine Schule (ich war im Mädchen-Lyzeum) von einer Bombe getroffen und ich konnte nicht mehr zur Schule. Da gab es ein Programm mit dem Namen "Kinderland-Verschickungs-Lager". Ich musste ins Lager nach Kitzingen in Franken. Und als ich in Franken war, zerstörte eine Bombe in Düsseldorf unser Haus, in dem wir wohnten. Meine Mutter hatte mit meinen beiden Schwestern keine Bleibe mehr. Mein Bruder war zu dieser Zeit schon Soldat und hielt sich im Schwarzwald auf. Dort ging er oft ins Dorf, wo die Verwandten meiner Mutter lebten. Und er berichtete ihr, dass sie und meine beiden Schwestern bei unseren entfernten Verwandten, die in Althengstett lebten, herzlich willkommen seien. Also zog meine Mutter in den Schwarzwald.

Knobel: Und Sie waren in Franken.

Sr. Anita: Als ich davon hörte, sagte ich den Leuten im Lager, meine Mutter sei in Sicherheit und ich müsse nicht mehr vor den Bomben in Düsseldorf geschützt werden. Ich ginge jetzt in den Schwarzwald zu meiner Familie. Und so blieb ihnen nichts anderes übrig, als mich ziehen zu lassen.

Knobel: Und dort haben Sie das Ende des Krieges erlebt?

Sr. Anita: Ja. Auch dort gab es manchmal noch Bombenalarm. Aber wir mussten immer ein

bisschen schmunzeln, wie die Leute vom Land Angst hatten, wenn ein Fliegeralarm war. Wir rannten immer ganz schnell in den Luftschutzkeller. Weil wir in Düsseldorf den Bombenkrieg miterlebt hatten, war es für uns hier nicht so schlimm. Als ich im Frühjahr 1945 konfirmiert wurde, sagte unser Pfarrer: „Wenn ein Vor-Alarm ertönt, machen wir die angefangene Sequenz noch fertig und gehen dann in den Luftschutzkeller.“ Aber dann gab es Vor-Alarm und wir haben die ganze Konfirmation trotzdem durchgeführt. Althengstett wurde nie bombardiert. Wir hatten Glück. Nur einige Male hatten wir einen Notabwurf erlebt, wenn ein Flugzeug beschädigt war.

Knobel: Wir können nur froh sein, dass wir hier in friedlichen Zeiten leben.

Sr. Anita: Wenn man sich damit beschäftigt, was auf der Welt in Syrien oder in der Ukraine passiert, sind die Kriege sehr nah. Man muss dem Frieden Sorge tragen.

Knobel: Eingangs haben Sie Ihre Krankheit angetötet.

Sr. Anita: Ja, ich leide seit 1985 an chronisch progredienter Multipler Sklerose. Zum guten Glück habe ich keine Krankheitsschübe. Aber meine Beine sind betroffen; ich kann nicht mehr gut gehen. Zurzeit schaffe ich es mit meinem Rollator nicht einmal mehr bis in den Speisesaal. Aber sonst bin ich noch ziemlich selbstständig.

Knobel: Was machen Sie, dass Sie selbstständig bleiben?

Sr. Anita: Ich besuche einmal pro Woche die Physiotherapie. Und ich habe einen Home-Trainer – das ist mein Fahrrad, das nirgendwohin fährt. Und sonst bin ich immer aktiv. Das ist wichtig. Schon als ich im betreuten Wohnen wohnte, habe ich begonnen, den Schwestern, die hier auf der Pflegeabteilung leben, sogenannte Aktivierung anzubieten. Mein geistiges Training liegt in der Vorbereitung dieser Stunden.

Knobel: Was machen Sie in dieser Aktivierung?

Sr. Anita: Ich wähle ein Thema, das wir in der grossen Runde bearbeiten, z. B. das Thema Frühling. Dann suche ich passende Lieder bzw. Bibeltexte, die wir singen bzw. besprechen. Und der Effekt ist jedes Mal verblüffend. Mit-schwestern, die sonst den ganzen Tag nicht viel

sagen, frage ich, ob sie ein Lied zum Thema Frühling kennen. Oft passiert es, dass sie ganze Liedstrophen von alten Liedern auswendig können oder ganze Bibelsprüche zitieren.

Knobel: Und jetzt wohnen Sie selbst auf der Pflegeabteilung und machen gleichzeitig Aktivierung für Ihre Mitbewohnerinnen?

Sr. Anita: Ja. Letzteres hilft mir geistig fit zu bleiben. Ich habe letzthin mit dem Direktor des Mutterhauses, Pfarrer Horndasch, gesprochen. Er fragte mich, wie es mir gehe. Und ich sagte zu ihm, dass ich manchmal darunter leide, dass die Mitschwestern immer schwächer werden. Er empfahl mir, auch andere Schwestern zu besuchen und mich mit ihnen auszutauschen. Und da erzählte ich ihm von meinen Aktivierungsstunden. Er war ganz begeistert. Ja, diese Arbeit begeistert auch mich. Das hält mich jung.

Knobel: Sie können auf über 80 Jahre zurückblicken. Was sind die wichtigsten Veränderungen, die Sie miterlebt haben?

Sr. Anita: Ich habe alle Veränderungen mitgemacht. Aber 1991 hätte ich lernen müssen, mit dem Computer zu arbeiten. Da habe ich gesagt: „Das sollen die Jüngeren machen, ich werde mich nicht mehr damit befassen.“ Aber sonst habe ich immer versucht, Neues zu lernen, insbesondere in der Musik.

Knobel: Spielen Sie ein Instrument?

Sr. Anita: Früher begleitete ich die Aktivierungen mit Musik, mit der Gitarre. Aber das mache ich jetzt nicht mehr; ich habe meine Gitarre abgegeben. Zusätzlich spielte ich früher Flöte und Klavier.

Knobel: Warum haben Sie aufgehört?

Sr. Anita: Als ich berufstätig war, wohnte ich in einer Wohnung. Später im Betreuten Wohnen wurde der Raum kleiner. So musste ich mich von einigen Dingen verabschieden. Jetzt habe ich noch weniger Platz. Und da habe ich mich halt von meiner Gitarre verabschiedet. Meine Finger sind auch nicht mehr so gelenkig. Aber meine Stimme, die funktioniert noch. Und die braucht nicht so viel Platz.

Knobel: Ist das für Sie einschränkend, wenn die räumlichen Möglichkeiten kleiner werden?

Sr. Anita: Zuerst schon. Aber jetzt bin ich froh,



Sr. Anita hat doch einen Computer. (oben)

Bei der Ostervorbereitung (rechts)



>>

dass ich nicht mehr so viele Dinge habe. Ich bin einfach glücklich, dass ich etwas tun kann. Und dass meine Arbeit, mein Beitrag geschätzt wird.

Knobel: Haben Sie einen Traum?

Sr. Anita: Ja, dass ich möglichst lange meine Fähigkeiten erhalten kann. Ich bin sehr froh, dass ich meinen elektrischen Rollstuhl habe. Dadurch habe ich eine gewisse Unabhängigkeit, Zumindest im Umkreis unseres Quartiers. Ich fahre jeweils einmal pro Woche zum Physiotherapeuten. Sehen Sie hier: damit kann ich diese Maschine steuern. Mein Traum ist, dass ich noch lange mit meiner Maschine fahren kann.



Knobel: Dieses Steuergerät ist ja ein kleiner Computer!

Sr. Anita: Daran habe ich noch gar nie gedacht. Aber dieser Computer hilft mir sehr. Ich kann hier sogar das Licht einschalten und blinken wie bei einem Auto, wenn ich abbiegen muss. Wenn es neblig ist, mache ich das Licht an und fahre auf der Strasse. Ich fahre aber nur noch Wege, die ich kenne. Einmal war ich auf dem Weg in die Klinik und die hatten etwas umgebaut. Da blieb ich mit meinem neuen Rollstuhl hängen. Aber es hat immer nette Menschen – die sind für mich wie Engel. Damals kamen zwei Männer und befreiten mich aus meiner misslichen Lage. Mir wird immer wieder geholfen, junge Menschen, Ausländer, Kinder kommen und möchten mir helfen, wenn sie sehen, dass ich nicht weiterkomme. Das ist schön. Und wenn niemand kommt, habe ich ja noch immer mein Handy dabei.

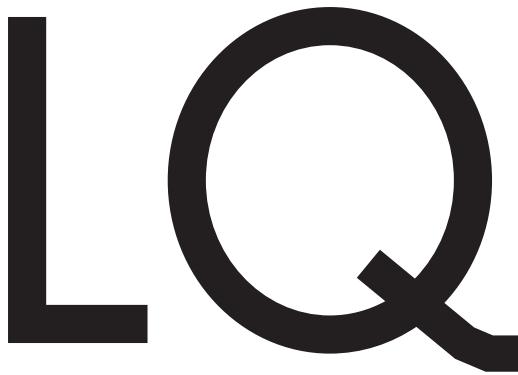
Knobel: Sie haben ein Handy?

Sr. Anita: Ja – jetzt sogar ein neues. Es ist zwar nicht mehr so einfach, weil ich nicht mehr gut sehe, aber irgendwie geht es schon.

Knobel: Was ist für Sie Lebensqualität?

Sr. Anita: Das ist für mich, in Verbindung mit Gott und anderen Menschen zu sein. In der Gemeinschaft zu sein, das ist sehr wichtig. Und deshalb setze ich mich auch für die Gesellschaft ein. Gerade jetzt arbeite ich für die Osterzeit. Ich schneide Papier aus und klebe es zu schönen Tischkarten zusammen. Insgesamt mache ich 50 davon. Auch das hilft mir, aktiv zu bleiben.

Knobel: Sr. Anita, ich danke Ihnen für das Gespräch.



kinaesthetics – zirkuläres denken – lebensqualität



In der Zeitschrift LQ können die LeserInnen am Knowhow teilhaben, das Kinaesthetics-AnwenderInnen und Kinaesthetics-TrainerInnen in zahllosen Projekten und im Praxisalltag gesammelt haben. Ergebnisse aus der Forschung und Entwicklung werden hier in verständlicher Art und Weise zugänglich gemacht. Es wird zusammengeführt. Es wird auseinander dividiert. Unterschiede werden deutlich gemacht. Neu entdeckte Sachverhalte werden dargestellt und beleuchtet. Fragen werden gestellt. Geschichten werden erzählt.

Die LQ leistet einen Beitrag zum gemeinsamen analogen und digitalen Lernen.

Bestellen Sie die Zeitschrift LQ unter www.verlag-lq.net
oder per Post

verlag lebensqualität
nordring 20
ch-8854 siebnen

verlag@pro-lq.net
www.verlag-lq.net
+41 55 450 25 10



Print-Ausgaben plus Zugang zur Online-Plattform



Bestellung Abonnement

LQ – kinaesthetics – zirkuläres denken – lebensqualität

Ich schenke lebensqualität

- mir selbst
 einer anderen Person

Meine Adresse:

Vorname _____

Name _____

Firma _____

Adresse _____

PLZ _____ Ort _____

Land _____

eMail _____

Geschenkabonnement für:

Vorname _____

Name _____

Firma _____

Adresse _____

PLZ _____ Ort _____

Land _____

eMail _____