
**Alter und Einsamkeit – Beobachtungen zur politischen Dimension –
Pfarrer Jan Schober, Evangelische Erwachsenenbildung Sachsens**

1. Theologische Beobachtungen am Beispiel von Ps 25 und Joh 5	2
1.1 Schlussfolgerungen	4
2. Psychische, soziale und psychische Gründe für Einsamkeit im Alter´	4
3. „Gegenmittel“	5
4. Kommunikation als Kampf gegen Einsamkeit im Alter	7
4.1 Konkrete Überlegungen aus dem Konvent für Seniorenarbeit der EVLKS	8
4.2 Beobachtungen zum Umgang mit Senioren am Beispiel der Stadt Chemnitz	11
4.3 Konkrete Überlegungen anhand der Beobachtungen zu Chemnitz	14
5. Schlussfolgerungen für eine Vision	16

Alter und Einsamkeit – Beobachtungen zur politischen Dimension – Pfarrer Jan Schober, Evangelische Erwachsenenbildung Sachsens

1. Theologische Beobachtungen am Beispiel von Ps 25 und Joh 5

Einsamkeit begegnet in der Bibel in verschiedenen Variationen, da Einsamkeit sich oft als Folge eines sowohl strukturell verursachten als auch personell empfundenen Alleinseins darstellt. Der biblische Begriff, den Psalm 25,16 für „einsam“ verwendet, ist „יָחִיד – einsam, verlassen, elend“ (vgl. Ps 68,18) und wird im selben Vers mit „עֲנִי – Besitzlos, arm, elend“ parallelisiert. Wer sich im Sinne von Ps 25 in Einsamkeit wiederfindet, ist im wahrsten Sinne des Wortes ‚arm dran‘ – der ist in finanzieller, oft zugleich auch in politischer, kultureller, sozialer oder auch in kultischer Weite ohne jenen Reichtum, der einem Menschen als Teil des allumfassenden Friedens (שָׁלוֹם) von Gott zugedacht wird. In diesem Sinne benennt Psalm 25 zugleich die Gefahren, die solch geartete Einsamkeit mit sich bringt – nämlich allein voran „die Schande“ (V2a) als Ausdruck einer vom Einsamen gefühlten verminderten Integrität seiner Person. Darum können Feinde aller Art eine breite Angriffsfläche auf den Einsamen haben (V2b; 19). Solch eine Selbstgeringschätzung als Folge eines gesellschaftlichen Vertrauensverlustes – ganz gleich, ob sich der Einsame da selbst hinein manövriert hat oder hineinmanövriert wurde – führt schließlich zu einem für ihn verschlossenen Zugang zu allumfassender, göttlicher Wahrheit (V5) bzw. zu einer „Angst des Herzens“ (V17) als Ausdruck einer verminderten Möglichkeit solch einer Selbstentfaltung, die schließlich auf keinen guten Weg (V9) führt, sondern vielmehr in ein „Netz“ – sozusagen in einen nimmer endenden „Teufelskreislauf“ (15). Wo jedoch eine Selbstentfaltung möglich wird, lässt sie ihn „im Guten wohnen“ (V13a) und segensreich werden deren Auswirkungen auf dessen Nachkommen sein (V13b). Der hier in diesem Vers angekündigte Landbesitz steht für das bewusste Ausleben der Ebenbildlichkeit Gottes in deren schöpfungstheologischer Dimension. Oder noch einmal allgemeiner formuliert: Derjenige, der nicht einsam ist, lebt jene Würde, die Gott ihm seit Anfang an zugedacht hat – er wird die Erde gestalten und sie sich segensreich „untertan“ machen (Gen 1,26), d.h. er darf „herrschen“ und wird nicht durch Fremdes, Bedrohliches oder gar durch neue Einsamkeit be-

herrscht – das „Netz“ hat ein Loch und der Teufelskreislauf quälender Einsamkeit ist zu Ende. Vielmehr lebt der Einzelne in Gemeinschaft, auf die er schöpfungstheologisch angelegt ist (Gen 1,27): Alte, zerstörte Beziehungen werden heil, neu gefüllt (Gen 33,1-17) oder gar neu geschaffen.

Schaut man noch einmal auf die in Ps 25 angebrachten Hintergründe für Einsamkeit als zwangsweise Folge eines Herausdrängens des Einzelnen aus der Gesellschaft, so benennt der Beter „Feinde“ (V2) und Verächter (V3). Beim näheren Hinsehen geht dies mit einem Verlassen des „Weges“ einher. Dessen viermalige Erwähnung (V4,8,10,12) bezeugt die Bedeutung als jenen Sicherheitsrahmen, der sich in einer zentralen Weise in den Geboten der Thora ausdrückt. Das Nicht-Befolgen solcher Gebote als bewusste Übertretungen „von Jugend auf“ (V7) führt in Schuld (V21), in Unredlichkeit (V21), in Unrecht (V19), in Schande (V2.20) und in Not (V22). Gemäß des alttestamentlich oft bezeugten Tun-Ergehen-Zusammenhangs stellt solches Nicht-Einhalten von Geboten die größte Ursache für Einsamkeit für den Einzelnen mit Auswirkungen auf ein ganzes Volk (V22) dar.

In dieser, wenn auch dann in bewusst unterschiedlich reflektierter Denk-Tradition steht wohl auch Joh 5, 2-7a: *„Es ist aber in Jerusalem beim Schaftor ein Teich, der heißt auf Hebräisch Betesda. Dort sind fünf Hallen; in denen lagen viele Kranke, Blinde, Lahme, Ausgezehrte. Es war aber dort ein Mensch, der war seit achtunddreißig Jahren krank. Als Jesus ihn liegen sah und vernahm, dass er schon so lange krank war, spricht er zu ihm: Willst du gesund werden? Der Kranke antwortete ihm: Herr, ich habe keinen Menschen.“*

Ob es sich hier – um mit Luther zu sprechen – um einen „homo incurvatus in se ipsum“, sozusagen um einen „in sich selbst verkrümmten Menschen“ handelt, ist zu diskutieren. Offensichtlich ist, dass es sich im Kontext dieser Perikope um Heilung aus der Sünde heraus handelt. Diese Heilung geschah am Sabbat: Gerade an diesem Tag (V9ff.), als zahlreiche Menschen sich den biblischen Geboten nach und damit in Bezug zu ihrem Verhältnis zu Gott auf „dem rechten Wege“ wähnten, musste einer jene Ein-

samkeit weiter erfahren, die er bereits 38 Jahre – ein Menschenleben – erlebte. Des- sen Einsamkeit wurde nun durch jenes Wort Jesu durchbrochen, das dem Einsamen nicht nur im Angesprochen-Sein Gemeinschaft erfahren lässt und die Integrität der Person in der Öffentlichkeit demonstriert – sozusagen die ‚Ehre‘ des Einsamen wider- herstellt –, sondern das zugleich zu jenem Engagement befähigte, das Psalm 25 als Ausdruck des göttlichen Schalom darstellt: *„Steh auf, nimm dein Bett und geh hin! Und sogleich wurde der Mensch gesund und nahm sein Bett und ging hin“* (V9). In diesem Sinne wird deutlich, dass Jesus keine Sünde bei dem Einsamen ausmachen konnte, wohl aber bei jener Gesellschaft, die Menschen in die Einsamkeit treibt und auch an diese Einsamkeit kettet.

1.1 Schlussfolgerungen

Die oben angeführten Beobachtungen von Psalm 25 und Joh 5 als Ausschnitt der bibli- schen Überlieferung zeigen nicht nur Gründe für Einsamkeit, sondern auch für einen Lösungsansatz, den es in aktuellen Debatten zu überprüfen gilt. Hierbei ist zunächst einmal zu konstatieren, dass der Mensch als ein Wesen beschrieben wird, das grund- sätzlich auf Gemeinschaft hin angelegt ist: Als einsamer Mensch kann er sich nicht in jener Weise entfalten, wie es Gott für ihn vorgesehen hat und es in dieser Weise die biblisch-theologischen Texte mannigfaltig bezeugen. Das Erfahrungswissen, das hinter diesen steht, nährt sich allerdings aus unterschiedlichen Traditionen beispielsweise theologischer oder sozialer Natur und beschreibt darum besonders die „Heilung“ von Einsamkeit in unterschiedlicher Weise. In diesem Falle gilt nach Psalm 25 als Ursache allen Übels das Abweichen vom „rechten Weg“ – also das Nichteinhalten der bibli- schen Gebote – und die daraus folgende Mechanerie im Sinne des Tun-Ergehen- Zusammenhangs, in Joh 5 ist es vielmehr eben jenes strenge Bemühen des „rechten Wegs“.¹ Als positiv erscheint gleichsam, dass Einsamkeit in beiden Perikopen vielerlei Gründe hat und dass demzufolge auch unterschiedliche ‚Gegenmittel‘ in Betracht ge- zogen werden dürfen bzw. müssen.

¹ Zur Thema „Thoraverschärfung und Thoraentschärfung“ bei Jesus vgl. Theißen, Gerd: Der historische Jesus, 3. Aufl., Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen 2001, 321ff.

2. Psychische, soziale und psychische Gründe für Einsamkeit im Alter

Die Gründe für Einsamkeit im Alter sind nicht nur vielschichtiger Art, sondern tragen auch unterschiedliche Namen. Mag die oben beschriebene theologische Diskussion als eine grundsätzliche Ursachenbenennung zur Diskussion herangezogen werden, so erfährt sich der einzelne von Einsamkeit Betroffene in seiner je eigenen Weise herausgefordert: Kämpft er mit Schicksalsschlägen? Oder hat er derartige körperliche Gebrechen mit einer daraus resultierenden verminderten Mobilität, die das Aufsuchen von sozialen Kontakten nur erschwert? Vielleicht macht sich die Hochaltrigkeit in der Art bemerkbar, dass viele gleichaltrige Gesprächspartner – nicht zuletzt der Ehepartner oder gar die eigenen Kinder – für einen sozialen Austausch nicht mehr zur Verfügung stehen? Überhaupt ist es etwas anderes, die Biografie mit Vertretern der eigenen Generation zu bedenken, da solch ein Gespräch ein besonderes gemeinsames Verstehen nach sich zieht, das wiederum vor Einsamkeit zu bewahren mag. Fernerhin haben manche Ältere den Weg in ein seniorengerechtes Wohnen ‚verpasst‘ – manch einer erlebt das Rentenalter zwar noch in der eigenen Wohnung oder gar im eigenen Haus, doch nicht selten wurde der jahrzehntelang liebgewordene Lebensort zu einer Art ‚goldener Käfig‘, weil ihn kaum einer aufsucht: Die eigenen Kinder wohnen nicht in der Nähe und gleichaltrige Altersgenossen sind selbst hilfebedürftig. Schließlich liegen jeder Altersphase auch je eigene Entwicklungsaufgaben und Ziele zugrunde: Werden diese nicht ernstgenommen oder gar übergangen, können nicht nur Süchte, sondern auch Depressionen entstehen – nicht wenige Menschen schauen nur verbittert auf ihr Leben zurück. Wer es also beispielsweise nicht schafft, die eigene Vergangenheit zu bewältigen oder wer nur schwer eine neue eigene Identität als alter Mensch findet, d.h. wer nur schwer bis gar nicht die neuen Begrenztheiten annimmt und sich darum gar in eine andere Welt zurückzieht, findet sich leider langsam, aber konsequent auf dem Weg in die Einsamkeit wieder. Nicht selten wurden Menschen als ‚dement‘ be-

handelt, obwohl (zugleich) eine Altersdepression vorlag!² Weitere Ursachen wie eine Alkohol- oder Medikamentensucht führen nicht nur in die Einsamkeit, sondern oft auch in die Verwahrlosung.

3. „Gegenmittel“

Auf der Suche nach Lösungen gegen Einsamkeit wird man zunächst unterscheiden müssen: Handelt es sich um eine strukturelle oder vielmehr oder um eine personelle Form³ der Einsamkeit? In diesem Kontext ist die Spannung zwischen subjektivem Erleben und objektiver Tatsache zu erkunden – soziale Isolation ist etwas anderes als *gefühlte* Einsamkeit.

Zunächst gilt es bei der personellen Einsamkeit konkret beim Betroffenen ansetzen – wonach verlangt ihn, wenn es darum geht, ihm aus seiner Einsamkeit herauszuhelfen? Oft können stark vereinsamte Menschen immer noch sich selbst zu dem äußern, was sie am nötigsten bräuchten, auch wenn bei deren Äußerungen bisweilen ‚zwischen den Zeilen‘ zu lesen oder auch zu hören ist – das Thema ‚Scham‘ ist nicht zu unterschätzen! Solch ein Gespräch mit dem Betroffenen lindert erste Not und kann bisweilen Lösungen aufzeigen bzw. im besten Fall sogar gemeinsam erarbeiten. In seelsorgerlicher Perspektive ist hierbei die theologische Dimension nicht außer Acht zu lassen, wenn es oft bei Senioren heißt, dass für sie „Zufriedenheit das Wesentlichste“ sei. Bereits in der deutschen Sprachgeschichte ist belegt, dass mit diesem Begriff nicht nur eine äußere friedliche Ruhe einhergeht – die unter Umständen sogar ‚einsam‘ macht –, sondern eine innere Ruhe, die unter Umständen die „Gewissensfreiheit“⁴ berührt oder gar als Folge des christlichen Glaubens⁵ zu beschreiben ist. So bedenkt der Hl. Augustinus Zu-

² Vgl. u.a. <https://www.wegweiser-demenz.de/informationen/im-krankenhaus/aufenthalt-moegliche-probleme/demenz-und-depression.html>, Zugriff. 10.11.2019

³ Mit der personellen Form der Einsamkeit gehen oft neurologische Gründen einher, die das Gefühl der Einsamkeit nach sich ziehen, u.a. Demenz, Alzheimer bzw. seelische Störungen aufgrund sexuellen Missbrauchs, Alkoholmissbrauch, Internetsucht usw.

⁴ Vgl. Arnold, zitiert im Grimmschen Wörterbuch, Artikel „Zufriedenheit“, Abs.1, http://woerterbuchnetz.de/cgi-bin/WBNetz/wbgui_py?sigle=DWB&mode=Vernetzung&hitlist=&patternlist=&lemid=GZ09432#XGZ09432 Zugriff 20.11.2019.

⁵ Stümke, Volker: Krieg und Frieden in der Reformation: Martin Luther, Springer Fachmedien Wiesbaden 2017, 265: „Luther hat Frieden ... als persönliche Zufriedenheit (bzw. inneren Frieden) verstanden. Diese wird allein im Glauben an Jesus Chris-

friedenheit, wenn sagt: „*Du aber warst noch innerer als mein Innerstes und höher als mein Höchstes*“ (Conf. III,6,11) bzw. „*Du hast uns auf dich hin geschaffen, und unruhig ist unser Herz, bis es Ruhe findet in dir*“ (Con I,1).

Ob ein Mensch dem christlichen Glauben nahesteht oder nicht: Gerade im Alter werden Bedürfnisse wach, die gestillt werden wollen und auch müssen, damit sich keine innerlich verspürte Unruhe ausbreiten kann, die nicht zuletzt das Gefühl von quälender Einsamkeit und Alleinsein verstärkt. Allerdings bedarf es oft einer professionellen Begleitung, wenn der ältere Mensch beginnt, das eigene Leben samt allen einstmalig getroffenen Entscheidungen und Handlungen zu reflektieren, sich mit der Vergangenheit auszusöhnen oder auch z.T. neu erwachte spirituelle Bedürfnisse zu befriedigen. In diesem Sinne sind Senioren auf das diakonische⁶ Handeln sowohl Einzelner als auch auf das der kirchlichen bzw. weiteren öffentlichen Träger angewiesen. Deren professionell geschulter ‚Blick von Außen‘ kann bisweilen zusätzlich strukturelle bzw. personelle Ursachen für objektiv verschuldete und gleichermaßen subjektiv gefühlte Einsamkeit – wie unter Punkt 2 benannt – ausfindig machen. Werden diese bestenfalls im Gespräch mit dem älteren, vereinsamten Menschen erarbeitet und klar benannt, ist sodann ein beherztes Eingreifen möglich, das wiederum innere wie äußere Wege für den Vereinsamten zurück in die Gesellschaft aufzeigt.

4. Kommunikation als Kampf gegen Einsamkeit im Alter

Falls sich nach Joh 5 resp. Ps 25 objektiv erfahrene wie auch subjektiv gefühlte Einsamkeit als eine Folge von mangelnder Kommunikation darstellt, sind Gründe für eine misslungene Kommunikation ausfindig zu machen und zu beheben bzw. sind prophylaktische Maßnahmen nötig um Menschen davor zu bewahren, im Alter in den Kreislauf ewiger Einsamkeit zu fallen. Diese Maßnahmen beginnen bereits in der Kindheit und Jugend, wenn es darum geht, möglichst viele Kompetenzen im Menschen zu för-

tus realisiert, weil er den Menschen von dem religiösen Druck befreit, sich durch eigene Werke vor Gott profilieren zu müssen.“ vgl. https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-658-14686-3_22 Zugriff 20.11.2019.

⁶ Der altgriechische Begriff „*διακονία* – Diakonie“ wird gemeinhin mit „Dienst“ übersetzt, wortwörtlich zu übersetzen ist er mit ‚dazwischen-gehen‘.

dern, damit später Einschränkungen, die das Alter mit sich bringt, ausgeglichen werden können: Je mehr Gaben ein Mensch in sich bzw. für sich entdeckt und sodann Zeit seines Lebens gepflegt hat, desto geringer ist die Wahrscheinlichkeit eines Absturzes in ein lähmendes Alleinsein⁷. In diesem Zusammenhang bieten nicht nur Familie, Freundeskreise, Schule und weitere kommunale Einrichtungen, fernerhin eine Kirchgemeinde mit ihren Chören und Kreisen ein geeignetes Lern- und Erprobungsfeld für die Entwicklung eigener Kompetenzen, sondern zugleich ein soziales Netzwerk, in dem vielfältige Kommunikationsprozesse laufen, das z.T. auf Dauer hin angelegt ist und im Bedarfsfall abgerufen werden kann. Hierbei spielt ohne Ansehen der Person, wohl aber im Blick auf die Bedürfnisse auf dieselbige zunächst die Vernetzung aller institutionellen Einrichtungen auch in Zukunft eine wesentliche Rolle, dann aber auch in konkreten praktischen Kontexten, da sich im empathischen und auch aktiven Miteinander wiederum Wege vielfältiger Kommunikation eröffnen. Aus all diesen Gründen ist es wünschenswert, diese von institutioneller Seite (Politik, Kirche usw.) zu fördern – sowohl die stete Sensibilisierung für das Thema „Einsamkeit im Alter“ als auch in eine konkret bereitgestellte finanzielle Förderung führt zu einem aktiven und verstärktem Einsatz von Haupt-, Neben- und Ehrenamtlichen.

4.1 Konkrete Überlegungen aus dem Konvent für Seniorenarbeit der EVLKS

Auch wenn bei der Stärkung von Kommunikation aller Art das jeweils konkrete Umfeld vor Augen zu halten ist, zeigen folgende Überlegungen aus dem Konvent für Altenarbeit bei der Ev.-Luth. Landeskirchen Sachsens⁸ auf, wie dieser wesentliche Dienst an der Gesellschaft gelingen kann bzw. was noch getan werden müsste, damit aktiv der Einsamkeit unter Senioren begegnet werde:

⁷ Wer in der Zeit der Jugend mehreren Hobbys nachgegangen ist, ist nicht nur im Alter flexibler neue Hobbys zu erwerben, sondern kann im Bedarfsfall wählen.

⁸ Sitzung vom 30.10.2019 im Landeskirchenamt Dresden.

Als gelingend gewertet wurde zunächst einmal das, was es bereits „in der Seniorenarbeit bei allen Trägern gibt“⁹. So erfüllen Diakonie, Caritas, Volkssolidarität, allgemeine Seniorenberatungsstellen usw. wesentliche Dienste um Senioren zu unterstützen. Darum sind diese Dienste von institutioneller Seite her (Staat, Kirchen, Verbände) nicht nur wohlwollend anzuerkennen bzw. finanziell zu stärken, sondern zentrale Aufgabe ist es, sowohl im Sinne der Zielgruppe als auch im Hinblick auf die Kräfte der haupt- und nebenamtlich Beschäftigten, dass alle Träger um ihre Dienste untereinander wissen und bei Bedarf aufeinander verweisen. Ziel muss es sein, das bestehende Angebot aufrechtzuhalten und eventuelle Lücken in der Versorgung zu überbrücken. Bei alledem sind jedoch vier wesentliche Herausforderungen insbesondere für die Politik, aber auch für andere Institutionen und Träger erkennbar:

Als *erste Herausforderung* erwies sich, dass das immer wieder neue Stellen von Anträgen zur finanziellen Förderung einzelner Projekte „Zeit und Energie in überdurchschnittlicher Weise“ verlangt. Fernerhin seien die Projekte oft zu sehr begrenzt, dass ein umfassender Handlungsspielraum, den manche Tätigkeit aufgrund der dieser genuin zugehörigen Eigenschaften erfordert, nicht und nur in sehr geringem Umfang gegeben ist. Vorgeschlagen wurde darum die Förderung eines „Ankerprojektes“ über einen längeren Zeitraum und in einem größeren finanziellen Umfang, von dem dann aus kleinere Einzelprojekte von den Trägern/Organisatoren vor Ort selbständig und gemäß den Begabungen der ehrenamtlich tätigen Senioren geregelt werden.¹⁰

Als *zweite Herausforderung* erschien, wenn „plötzlich auf bewährte bestehende Projekte neue Richtlinien gelegt“ wurden. So wurde einem Verein, der seit 1990 besteht und Zulauf hat, praktisch über Nacht die finanzielle Förderung gestrichen, weil auf dem ursprünglichen Antrag ein anderer Stadtteil als Sitz des Vereins angegeben war als

⁹ Besonders beeindruckend war ein Angebot der Stadtmission Chemnitz e.V., das unter dem Titel „Besondere Reisen für besondere Menschen“ ältere Menschen einlädt, Ausflüge nicht nur in die nähere Umgebung, sondern auch Reisen in andere Länder zu unternehmen, vgl. <https://www.stadtmission-chemnitz.de/rat-angebote/angebote-fuer-menschen-mit-behinderung/freizeitangebote/> Zugriff am 20.11.2019.

¹⁰ Angeführt wurde als Beispiel die von Senioren sehr gern ausgeführte ‚Archivarbeit‘ im Kontext eines Stadtjubiläums: Wenn Senioren hierzu eine Festschrift herausbringen wollen, erschien es weniger sinnvoll, wenn viele ‚Mitspieler‘ aus der Kommune, den Kirche(n) oder etwa dem Vereinsleben je für sich selbst zur Forschung in Archiven gefördert werden, sondern wenn vor Ort nur ein Partner die staatliche Förderung verwaltet und entsprechend den Bedürfnissen vor Ort zuteilt. Entsprechende formelle Vorlagen durch die fördernden Institutionen wären wünschenswert.

eben derjenige Stadtteil, in dem sich der Verein gut dreißig Jahre später trifft. Auch hier wurde vorgeschlagen, entsprechende Fördergelder „nicht direkt von oben her“ auszuschütten, sondern diese vielmehr über die örtlichen Institutionen zukommen zu lassen, da solche eher über „den kurzen Draht“ mit den Vereinen bzw. mit den in ihnen beschäftigten Senioren kommunizieren und Probleme, die im Grunde genommen „nur auf dem Papier bestünden auf kurzem Wege“ klären könnten.

Darüber hinaus wurde darauf aufmerksam gemacht, dass Senioren „immer noch selbst entscheiden, wohin sie gehen bzw. wohin sie nicht gehen“. Mögen Institutionen wie Staat oder Kirche Vorstellungen haben, zu welchen Orten Gelder fließen damit schließlich sich Menschen auf den Weg dahin aufmachen, so haben ältere Menschen oft gesundheitliche, soziale o.ä. Gründe, diese Wege nicht auf sich zu nehmen – gerade die gefühlte Einsamkeit hindert oft Menschen daran, sich nach Außen zu getrauen und Wege in die Gemeinschaft zu gehen. In diesem Sinne wurde die Bitte formuliert, wachsam zu sein, welche Orte/Tätigkeiten usw. den Bedürfnissen der Senioren gefördert werden müssten und welche weniger – mitunter ändere sich das Verhalten der Zielgruppe schneller als das der Institution. Dem müsse Rechnung getragen werden, was wiederum auch nur im direkten Kontakt möglich ist.

Als *dritte Herausforderung* wurde das Alter derjenigen benannt, die zum Teil seit 1990 in der Seniorenarbeit tätig sind. Das, was sich deutschlandweit beim Personal der Pflege abzeichnet, geschehe auch generell in der Seniorenarbeit. Nicht nur in den Heimen, sondern generell gehen diejenigen, die sich einst um die Senioren kümmerten, selbst in den Ruhestand – Nachwuchs jedoch fehlt. Dies zeigt sich beispielsweise konkret darin, wenn in Altersheimen Gottesdienste als Sinn-Angebot veranstaltet werden: In der Regel können viele Gottesdienstteilnehmer, die auf Rollstühle angewiesen sind, nur durch Hilfskräfte in den Gottesdienst gebracht werden. Die Anzahl der Helfer, die hierbei sowohl aus dem Heim als auch z.T. ehrenamtlich mitwirken, verringert sich zusehends. Darum können viele den Gottesdienst als Ort, an dem nicht nur Gemeinschaft gelebt, sondern auch existenzielle Fragen bedacht werden, nicht besuchen – ein wesentlicher Dienst zur Selbstreflexion, zur Identitätsfindung und schließlich auch zur Vergangenheitsbewältigung bleibt so für viele nicht nur verschlossen, sondern auch unerreichbar. Darum folgen oft Einsamkeit, mitunter auch Depressionen, da eine we-

sentliche Chance nicht ergriffen wurde, Menschen auf ihre Nöte hin anzusprechen und ihnen zumindest ein ‚gutes Wort‘ bzw. gar einen Impuls auf den Weg mitzugeben. Gefordert werden daher Maßnahmen, die derartige Tätigkeiten, die der Gemeinschaft zugutekommen und so prophylaktisch der Einsamkeit entgegenstehen, nicht nur von Haupt- und Ehrenamtlichen finanziell fördern, sondern sie als gesellschaftsrelevante Berufe wertschätzen und ausbilden.¹¹

Als *vierte Herausforderung* verwies man auf den „Datenschutz“, der regelrecht als Problem im Kampf gegen die Einsamkeit betrachtet wurde. Regelungen, welche die Persönlichkeit des Einzelnen schützen soll, kapseln ihn in der Realität oft ab – vor allem denjenigen, der aus Altersgründen von sich aus den Schritt in das soziale Leben nicht mehr wie früher zu gehen vermag. Dies zeige sich vor allem nach Umzügen entsprechend gestellter Senioren. Nach solch einem Kontaktabbruch, den die bis dato besuchten Senioren von sich aus gar nicht wollten, sind Besuche zum Geburtstag oder bei Krankheit kaum noch möglich. Immer mehr Mitarbeiter berichten von „nahezu unglaublichen Stories bei der Auffindung der Geburtstagskinder bzw. der Kranken“, zudem bemängeln sie bei kirchlichen Besuchsdiensten, dass oftmals die Kinder der Senioren „nicht mehr bei der Kirche sind“ und man darum auch über diese keinen Erfolg mehr bei dem Auffinden verzogener Senioren erziele. Um die Ratlosigkeit entsprechender Besuchsdienste aufzunehmen, die dort zum großen Teil ehrenamtlich verantworteten Mitarbeiter in ihrer Motivation zu stärken und zu solchen Diensten neue Mitarbeiter zu gewinnen, erscheint es zwingend notwendig, entsprechende rechtliche Fragen neu zu bedenken und um der Senioren willen hin zu überprüfen: Was ist gewichtiger – der Datenschutz oder die Gesundheit des Einzelnen als verantwortliche Aufgabe

¹¹ Wenig hilfreich erschienen hierbei Arbeitsverträge mit nur einer kurzen Anstellungsdauer. Auch wenn diese teilweise ihre Berechtigung haben, nutzen sie von psychisch labilen oder gar von Einsamkeit bedrohten Senioren wenig. Im Übrigen kommt Berufen, die auf den ersten Blick nichts mit der Seniorenarbeit zu tun haben, doch eine besondere Rolle zu. Hierzu zählen Postboten, da diese doch oft nur die Einzigen sind, die manch alter Mensch am Tage zu Gesicht bekommt. Während man darum in Frankreich ein Projekt erarbeitet hat, dass Vertreter dieser Berufsgruppe ein wenig Zeit mit vereinsamten Menschen zu verbringen und das auch bezahlt bekommen, erzählt ein angestellter Postbote in Deutschland: „Anfangs sind die Verträge immer befristet, dann werden die drei Mal verlängert, dann kommt ggf. eine Zweckbefristung drauf und wenn man gut ist und Glück hat, bekommt man einen Festvertrag... Ich hab‘ jetzt auch einen Festvertrag auf 30h und einen Zusatzvertrag als Vertreter auf 38,5h und der ist auch immer befristet und wird verlängert“.

der Gesellschaft, wie es die WHO notiert hat¹²? Entsprechende Modalitäten seinen zu erarbeiten.

4.2 Beobachtungen zum Umgang mit Senioren am Beispiel der Stadt Chemnitz

Wie nur wenig andere Kommunen hat die Stadt Chemnitz sich dem Thema „Einsamkeit und Senioren“ gewidmet und ein Netzwerk errichtet, das Kommunikationsprozesse unterschiedlichsten Formats im Kontext der Seniorenarbeit abbildet. Alle Maßnahmen wurden in der Stadt durch ein anerkennungswertes Engagement und durch qualitativ beachtliche Innovationen eigenfinanziert entwickelt und umgesetzt. Vielfältige Angebote hierzu sind aus dem jährlich erscheinenden und knapp zweihundert Seiten umfassenden „Seniorenleitfaden“¹³ der Stadt zu entnehmen. Dieser will von kommunalpolitischer Seite her *„Hilfe für ein aktives und selbstbestimmtes Leben im Alter sowie eine Handreichung für erste Kontakte zu fachlich kompetenten Diensten im Fall von Krankheit und Pflegebedürftigkeit sein“*¹⁴. Aufgeteilt ist der Seniorenleitfaden in neun Kapitel:

I) Information und Beratung, II) Finanzielle und rechtliche Hilfen, III) Bildung/Kultur/Freizeit, IV) Ehrenamt, V) Wohnen, VI) Ambulante Hilfsangebote, VII) Pflege, VIII) Vorsorge und IX) Palliativ- und Hospizversorgung und Todesfall.

Diese breite Palette zeichnet sich durch ein weitgefächertes Angebot aus, das nahezu alle Bereiche des Lebens betrifft und somit sowohl prophylaktisch als auch akut der Vereinsamung entgegentritt: „Zu den Zielgruppen von Begegnungsstätten zählen besonders auch diejenigen, die sich z.B. durch den Verlust ihres Partners allein fühlen, sich aber Kontakt wünschen“¹⁵. So laden dreizehn Seiten der Broschüre u.a. ein zu

¹² Vgl. die Definition von „Gesundheit“ der Weltgesundheitsorganisation WHO nach dem Stand vom 8. Mai 2014: „Die Gesundheit ist ein Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlergehens und nicht nur das Fehlen von Krankheit oder Gebrechen. ... Eine aufgeklärte öffentliche Meinung und eine tätige Mitarbeit der Bevölkerung sind für die Verbesserung der Gesundheit der Völker von höchster Wichtigkeit“, <https://www.admin.ch/opc/de/classified-compilation/19460131/201405080000/0.810.1.pdf>, Zugriff am 20.11.2019.

¹³ Vgl. Stadt Chemnitz, Abteilung Senioren-, Behindertenhilfe, Örtliche Betreuungsbehörde: „Leben in Chemnitz – Seniorenleitfaden 2019“. Der Leitfaden erschien bereits in 17. Auflage.

¹⁴ Vgl. a.a.O., 2.

¹⁵ Vgl. a.a.O., 55.

„Kontakten mit Gleichgesinnten; Bildungsangeboten wie Computerkurse; Vorträgen z.B. Reiseberichte; Sportangeboten, z.B. Gymnastik für Junggebliebene; Tanznachmittagen; Beratungsangeboten; Kaffeenachmittagen; Kreativzirkeln“¹⁶. In diesem Kontext und damit auch im Blick auf das Thema der Einsamkeit spielt auch das Thema der „Bildung im Alter“ eine bedeutsame Rolle. Nicht nur, weil mit dem Wegfall des Arbeitsplatzes zentrale Kontakte abbrechen und der Besuch einer Bildungseinrichtung neue soziale Begegnungen ermöglicht, sondern auch weil „die schnelllebige Zeit ständig fordert, dass man sich auf dem Laufenden hält“¹⁷. Insofern kommt der Seniorenakademie Chemnitz, dem Seniorenkollege an der TU Chemnitz, der Volkshochschule oder der Stadtbibliothek ein hoher Stellenwert zu, damit verbunden auch den öffentlichen Verkehrsbetrieben, die eine Verbindung zu und zwischen den jeweiligen Kommunikationssorten ermöglicht.¹⁸ Dass die kirchlich-religiösen Angebote nicht extra benannt werden, sondern im Punkt III) *Bildung/Kultur/Freizeit* nur eine Teilrolle einnehmen, ist aufgrund anderer Angebote zur Kommunikation auf den ersten Blick verständlich. Allerdings kommt diese ‚Beiordnung‘ des kirchlich-religiösen Lebens resp. adäquate non-religiöse Angebote zu rein ‚weltlichen‘ Angeboten der immensen Bedeutung des Erwerbes und der Umsetzung von religiöser Kompetenz bei der Reflexion der eigenen Lebensgeschichte (Biographiearbeit), der Suche nach Identität im Alter oder schließlich bei der Alltagsbewältigung (Verlust, Tod, Einsamkeit) nur ungenügend entgegen. Dabei ist der Erwerb von Resilienz gerade in Zeiten des Individualismus eine immerwährende Notwendigkeit, die sich nicht zuletzt angesichts von Einsamkeit oder anderen Krisen im Alter vielfach bewährt hat. Demgegenüber erscheinen andere Punkte wie die praktischen Angebote zu finanziellen, rechtlichen oder auch das Wohnen betreffende Fragen besonders umfangreich. Ebenso ermutigen entgegen jeglicher Form einer Vereinsamung zahlreiche Informationen unter Punkt „IV Ehrenamt“, „auch im Seniorenalter aktiv zu bleiben, Neues kennenzulernen sowie Ihre Erfahrungen weiterzugeben“¹⁹. Selbst der Hinweis auf eine persönliche Beratung (telefonisch, per E-Mail, Terminsprechstunde) und das „*Natürlich kostenfrei!*“ kommt den Interessierten sehr einla-

¹⁶ Vgl. ebd.

¹⁷ a.a.O., 59.

¹⁸ a.a.O., 59ff.

¹⁹ a.a.O., 71.

dend entgegen, dazu auch auf zwei Seiten konkrete „mögliche Einsatzfelder“ wie beispielsweise der Einsatz unter Flüchtlingen, im Sportverein oder auch im Umwelt- und Tierschutz.²⁰ Nicht zuletzt sind die unter Punkt VI aufgeführten Hinweise zu den „Ambulanten Hilfsangeboten“ wie Essen auf Rädern oder Sozialstationen/Pflegedienste von unschätzbarem Wert, fernerhin der Hinweis auf den „Seniorenbesuchsdienst“ bzw. die „Nachbarschaftshel-

fer/Alltagsbegleiter/Generationengemeinschaften/niedrigschwelligen Unterstützungsangebote“.²¹ Gerade den zuletzt genannten kommt eine bedeutende Rolle zu, wenn gleich beim Lesen nicht nur der Ansprechpartner für Hilfesuchende notiert ist, sondern ebenso zu einem ehrenamtlichen Engagement eingeladen wird.

Trotz dieser Fülle ergaben sich aus einem Gespräch mit der Abteilungsleiterin für Seniorenarbeit beim Chemnitzer Sozialamt, Frau Ina Platzer, am 25. November 2019 noch weitere konkrete Perspektiven auf die Arbeit mit Senioren, die seit sechs Jahren einen beachtlichen zentralen Stellenwert innerhalb der Kommune erfährt und die durch politische Maßnahmen künftig weiterhin oder gar vermehrt unterstützt werden müssten. Als besonderes erfolgreich zeigt sich hierbei das vom Amt entwickelte „Frühwarnsystem“ als wesentlichen Beitrag eines prophylaktischen Umgangs mit Einsamkeit/Verwahrlosung im Alter. Die Polizei, das Einwohnermeldeamt, Wohnungsbaugenossenschaften, Wohnungsvermieter u.a. wurden zu „Netzwerkpartnern“, die vom Amt angebotene Schulungen im Umgang mit Problemfällen besuchten – über 1.500 Personen konnten bisher auf diese Weise zum Thema „Alter, Einsamkeit, Verwahrlosung inklusive Informationen über Datenschutz oder entsprechende Einsatz- und Gegenmaßnahmen“ geschult werden. Seitdem habe die Zahl der Problemfälle merklich abgenommen. Darüber hinaus adaptierte das Chemnitzer Amt die Idee des Projektes „Präventive Hausbesuche“ der Stadt München als Informationsbrief 80+. 2019 erhielten, aufgrund personeller Verstärkung, alle 77jährigen einen Informationsbrief (Infobrief 77+). Ab 2020 ist geplant bereits alle 75jährige anzuschreiben. Mittelfristig soll eine weitere Absenkung des Alters bis 70 Jahre erfolgen, jedoch erscheint aufgrund der erhöhten Mobilität bei den noch jüngeren eine weitere Absenkung als nicht sinn-

²⁰ a.a.O., 71ff.

²¹ a.a.O., 99f.

tragend. Insgesamt erfahren jährlich im April alle Bürger im o. g. Alter die in der Häuslichkeit leben erfahren auf diese Weise von der „kostenfreien und trägerneutralen“ Arbeit des Seniorensozialdienstes, der „telefonisch, per E-Mail oder persönlich“ zu erreichen ist und auch Besuche „in der Häuslichkeit“ macht.²² Auf diesen Info-Brief antworten mehr oder weniger ausführlich jährlich bis 1.000 Angeschriebene, denen sich wiederum sieben bis acht Angestellte widmen. Dieser Dienst mit hohem prophylaktischem Anteil könnte noch ausgebaut werden, da Abstürze von Senioren in die Einsamkeit bzw. gar in die Verwahrlosung sich letztendlich als kostenintensiver herausstellen. Fernhin gelten als Herausforderung die Besuche bei psychisch Kranken – perspektivisch müssten in diesem Bereich die Mitarbeiter geschult und verstärkt Angebote für die Betroffenen ermöglicht werden.²³

4.3 Konkrete Überlegungen anhand der Beobachtungen zu Chemnitz

Im §71 SGB XII: *„Die Altenhilfe soll dazu beitragen, Schwierigkeiten, die durch das Alter entstehen, zu verhüten, zu überwinden oder zu mildern und alten Menschen die Möglichkeit zu erhalten, selbstbestimmt am Leben in der Gemeinschaft teilzunehmen und ihre Fähigkeit zur Selbsthilfe zu stärken“* (26.11.2019) begründen sich all diese praktischen Komponenten des kommunalen Dienstes. So positiv und motivierend dieses Wort ist, so wenig Grundlage ist es auch für eine flächendeckend verpflichtende Seniorenarbeit in allen Landkreisen, kreisfreien Städten und Kommunen der Bundesrepublik Deutschland, wie sie in Chemnitz beispielhaft gelebt wird. Zum einen fehlen Ressourcen finanzieller oder personeller Art, zum anderen gelangte die Zielgruppe noch nicht in den ständigen Blick eines professionell betriebenen Dienstes bzw. fehlt schlichtweg

²² Alle Angaben entstammen des Briefes.

²³ Als vielversprechend gilt eine in Stollberg, Dresden und Leipzig erprobte alternative Wohnform für „nasse Alkoholiker“ bzw. für „Medikamentenabhängige“, die in gewöhnlichen Pflegeheimen nicht führbar sind, auch wenn bei dieser Zielgruppe ein gewisser Pflegegrad hinzukommt. Ziel ist es, für diese Senioren – bedacht werden Menschen aufgrund der körperlichen und seelischen Verfasstheit ab einem Alter bereits ab 50 Jahren – ein „kontrolliertes Trinken“ – außerhalb des Hauses – anzubieten, bei dem die Reduzierung des Suchtmittelgenusses zwar Ziel ist, diesem jedoch mit Blick auf die Möglichkeiten des Bewohners nachgegangen wird. NB: In Chemnitz wurden circa sechzig Personen erfasst – die Dunkelziffer liegt höher. Vgl. <https://www.suchtzentrum.de/ambulant-betreutes-wohnen-stollberg> bzw. als zweites Beispiel <https://www.projekt-3.de/standorte/villa-terra/> Zugriff auf beide Quellen am 26.11.2019.

die Wertschätzung derselben²⁴. Darum erscheint es gewinnbringend, *die Sollbestimmung des §71 in eine Muss-Bestimmung* zu transformieren, damit die Altenhilfe für alle kommunalen Einrichtungen bzw. für die Landkreise verpflichtend wird, auch wenn die regionale Ausgestaltung unbedingt den Anforderungen der jeweiligen Örtlichkeit abgestimmt sein darf – oft bedarf es schlichtweg eines Ausbaus dessen, was vorhanden ist: Beispielsweise könnten die bereits in Sachsen von jedem Landkreis bzw. von jeder kreisfreien Stadt geförderten „Pflegekoordinatoren“ vom Land flächendeckend eingesetzt werden. Das bedeutet, dass sozialarbeiterische Strukturen geschaffen werden müssten, die in den Sozialräumen, Gemeinden, Dörfern eine Gehstruktur anbieten und ihre Dienste sowohl in der Organisation und Koordination der Pflgethematik als auch für in der Netzwerkarbeit bereitstellen. Hilfreich wäre darüber hinaus, die Ärzteschaft als Vertrauensträger in ihrer Rolle als Bindeglied zwischen Senioren und deren Angehörigen zu bestärken bzw. gar eigene Ärzte für solch eine Funktion auszubilden und anzustellen – möglicherweise im Sinne von ‚Amtsärzten‘ oder als Angehörige eines Seniorennetzwerkes bzw. konkret eines Pflege- sowie eines Demenzpflegenetzes, wie beide in Chemnitz unter den Namen „PflegeNetz C“ / „DemenzNetz C“ existierten. Schließlich sei auf die Anforderungen hingewiesen, die *homosexuell empfindende Senioren* mit sich bringen. Menschen, die aufgrund gesellschaftlicher Normen im Kontext ihrer sexuellen Anlage keine Partnerschaft eingegangen sind bzw. keine eigenen Kinder haben, tauchen zwar im Bewusstsein der Gesellschaft vermehrt auf und werden anerkannt, sind aber trotz dessen im Alter noch einmal mehr von Einsamkeit bedroht. Überdies bedenken sie Lebensthemen, die denjenigen derer, die heterosexuell empfinden, nur bedingt ähneln bzw. in gewissen Teilen überhaupt nicht entsprechen (z.B. Familie), sodass entsprechende Dienstleister (soziale Dienste, Träger, Kirchen usw.) selbst bei gutem Willen oft überfordert sind. Auf der anderen Seite bringt gerade diese Gruppe von Menschen bemerkenswerte Lebenserfahrungen im Umgang mit dem Alleinleben mit, von denen andere, die nur die Zweisamkeit durch eine jahrelange Ehe gewohnt waren, durchaus profitieren könnten.²⁵ Nicht nur den Respekt, sondern ebenso diesen Austausch unter den Senioren zu fördern bzw. in der Ausbildung der

²⁵ Als weiterführende Überlegung zum Thema vgl. Krell, Claudia: Alter und Altern bei Homosexuellen; Beltz Juventa, Weinheim und Basel, 2014.

Dienste den Blick auf diese Zielgruppe zu lenken ist und bleibt darum ein wesentlicher Ausdruck präventiver Arbeit entgegen Einsamkeit oder gar die Verwahrlosung.

Eine weitere Gruppe, die künftig in den Blick im Kontext von „Einsamkeit und Alter“ geraten muss, sind *Migranten*, die in Deutschland fern von ihrer Heimat ein neues Zuhause gefunden haben.²⁶ Weite Teile des östlichen Deutschland haben auf diesem Gebiet nur wenige bis keine Erfahrung – ein Zustand, der sich vermutlich in den nächsten Jahrzehnten oder gar schon Jahren ändern wird. Vielversprechend erscheint von daher, wenn der Bund Maßnahmen fördert, die einen Erfahrungsaustausch der Verantwortlichen in den Landkreisen, Kommunen, bei den Trägern, Kirchen usw. zwischen Ost und West nach sich ziehen. Hierbei könnten unter Umständen Überlegungen zur sprachlichen Verständigung bedacht werden, aber auch sind Fragen zu rechtlichen Texten bzw. zu seelsorgerlichen Themen zu klären wie etwa die Reflexion der eigenen Lebensgeschichte, die Suche nach einer Identität im Alter oder auch Wünsche hinsichtlich des Begräbnisses in Deutschland oder andernorts.

5. Schlussfolgerungen für eine Vision

Was Ps 25 und Joh 5 bereits auszudrücken und umzusetzen versuchten, ist und bleibt Aufgabe auch bis in unsere Tage: die wertschätzende Beachtung der Betroffenen – in diesen Tagen wahrgenommen und verwirklicht durch verschiedene Institutionen, Kirchen und Träger bzw. durch jeden einzelnen Bürger als Teil der Gesellschaft. Solches verantwortliche Handeln steht nicht zuletzt in einem Zusammenhang zahlreicher Kommunikationsprozesse unterschiedlicher Natur, Größe und Formats. Hierzu braucht es allerdings wiederum Institutionen wie den Staat, die Kirchen oder die Kommunen, es braucht Träger wie die Caritas, die Diakonie, die AWO oder die Volkssolidarität und es braucht Einzelne, die sich dieser Verantwortung in der Kommunikation stellen. Sei es der Chemnitzer „Infobrief 77+“, die in Deutschland immer öfters anzutreffende „Rettung aus der Dose“ als Sammlung wesentlicher Telefonnummern bei Bedarfsfall

²⁶ Zu einer ersten Einführung vgl.: <http://www.bpb.de/nachschlagen/zahlen-und-fakten/soziale-situation-in-deutschland/150599/migrationshintergrund-iii> Zugriff am 26.11.2019.

oder auch die „Reisen für Senioren – Angebote der Diakonie“ – all diese Möglichkeiten weisen darauf hin, dass in den seltensten Fällen neue Angebote für einsame Menschen im Alter zu ‚erfinden‘ sind, wenngleich das Themenspektrum „Seniorenarbeit-Alter-Einsamkeit“ immer wieder auf alten und neuen Wegen in die Gesellschaft hinein kommuniziert werden muss. Ziel hierbei ist die Sensibilisierung von Entscheidungsträgern und Bürgern, damit diese gesellschaftsrelevante Thematik im öffentlichen Rahmen gegenwärtig und voller Wertschätzung bleibt, sodass auch künftig Menschen sich begeistern, sich für den Dienst am alten Menschen einzusetzen. Diese willigen Engagierten – Träger, Kirchen, Landkreise, Kommunen, Einzelne – gilt es dann aber konkret bei deren Tun sowohl moralisch und (!) finanziell zu unterstützen, damit der bundesweite flächendeckende Ausbau der entsprechend unterschiedlichen, jedoch von der Kompetenz her z.T. oft sehr ausdifferenzierten Dienste bzw. die Vernetzung aller gelingt. Dies tritt ein, wenn nicht nur der alte Mensch immer wieder in den Kommunikationsprozess eingebunden wird, sondern alle gesellschaftlichen Schichten erreicht werden und generationsübergreifend eine Erfahrungs- und Erlebniswelt für viele geschaffen wird, in der Einsamkeit verringert werden konnte.