

A portrait of a young man with dark hair, looking directly at the camera with a slight smile. He is wearing a light blue V-neck shirt. The background is a soft, out-of-focus grey.

Jim Ayag

echt **EMF**

DAS **Herz** KENNT KEINE **Demenz**

Mit Humor und Respekt zu
einem würdevollen Umgang
mit dem Alter

Jim Ayag
mit Anita Vetter

DAS Herz KENNT KEINE Demenz

**Mit Humor und Respekt zu
einem würdevollen Umgang
mit dem Alter**

echt **EMF**

Alle in diesem Buch veröffentlichten Aussagen und Ratschläge wurden von Autor und Verlag sorgfältig erwogen und geprüft. Eine Garantie kann jedoch nicht übernommen werden, ebenso ist die Haftung des Autors bzw. des Verlags und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ausgeschlossen.

Für die Inhalte der in dieser Publikation enthaltenen Links auf die Webseiten Dritter übernehmen wir keine Haftung, da wir uns diese nicht zu eigen machen, sondern lediglich auf deren Stand zum Zeitpunkt der Erstveröffentlichung verweisen.

Wir haben uns bemüht, alle Rechteinhaber ausfindig zu machen, verlagsüblich zu nennen und zu honorieren. Sollte uns dies im Einzelfall aufgrund der schlechten Quellenlage leider nicht möglich gewesen sein, werden wir begründete Ansprüche selbstverständlich erfüllen.

Die Ereignisse in diesem Buch sind größtenteils so geschehen wie hier wiedergegeben. Für den dramatischen Effekt und aus Gründen des Personenschutzes sind jedoch einige Namen und Ereignisse so verfremdet worden, dass die darin handelnden Personen nicht erkennbar sind.

Bei Fragen zur Produktsicherheit wenden Sie sich an

Edition Michael Fischer GmbH
Kistlerhofstr. 70
81379 München
kontakt@emf-verlag.de

Bei der Verwendung im Unterricht ist auf dieses Buch hinzuweisen.

Die automatisierte Analyse des Werkes, um daraus Informationen insbesondere über Muster, Trends und Korrelationen gemäß § 44b UrhG (»Text und Data Mining«) zu gewinnen, ist untersagt.



echtEMF ist eine Marke der Edition Michael Fischer

1. Auflage
Originalausgabe
© 2025 Edition Michael Fischer GmbH
Covergestaltung: Carolin Mayer, unter Verwendung eines Motivs von Dominik Asbach und
© ESB Professional
Redaktion: Doreen Fröhlich
Layout und Satz: Carolin Mayer
Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Karl-Marx-Straße 24, 07381 Pößneck

Printed in Germany

ISBN 978-3-7459-2325-4

www.emf-verlag.de

Inhalt

Prolog	7
Ich wachte auf ...	8
Frau Tippelkamp oder: Pflege ist Leben! – Wahre Geschichten	15
1. ALLES – nur nicht Altenpflege! – Als ich noch nichts darüber wusste, außer dass es schrecklich ist	19
2. » Kommse mit, zu Frau Schmidt ... « – Erste Schritte	27
Die philippinische Kultur und das Sprungbrett	28
Der Schal	34
»Junger Mann! Hast du Feuer?«	37
»Die Eu-heu-le, die Eu-heu-le ...«	42
Schwester Angelika ist »not amused«	43
»Ich kümmere mich drum!«	48
»Der Schrank ist über 100 Jahre alt!«	51
Ellie hat Durst	56
»Achtung, die Flintenweiber! Die wollen dich umbringen!«	60
Ihre Welt sind die Berge	63
Alle Wege führen nach Rom in die Pflege	67
Herr Tippelkamp und die Uhr	71
3. Lost in Station – Mein Weg in die Pflege	77
Anatomie ist der Feind	81
Der magische Kasack und ein Imageproblem	84
Kaltes Wasser	89

Inkowechsel mit Folgen	92
Weniger meckern, mehr lachen!	96
»Ich habe Wolle im Kopf!«	103
Team Langzeitpflege	109
Die Generalist:innen	113
Altenpflege, der Underdog	116
 4. Kaltes Wasser 2.0 – Verantwortung übernehmen	 121
Frau Tippelkamp und der Tod	122
»Es brennt! Meine Pferde!«	129
 5. Auf zu den nächsten Stationen! – Was geht, Altenpflege?	 137
Einmal alles, bitte!	139
Morgens im Altenheim	141
Lebensqualität schenken	149
Nachts im Altenheim	152
Von wegen »abgeschoben«: Warum stationäre Langzeitpflege wichtig und sinnvoll ist	157
»Entlassungspapiere mit Pommes, bitte!«	160
Warum wir alle wissen müssen, was Demenz bedeutet	166
 6. Ich will Dinge verändern – Mitgestalten statt meckern	 171
Wenn die Rahmenbedingungen nicht zu dir kommen ...	173
Meine persönliche Sorge um Menschen mit Demenz	175
Die Vergessenen in der Coronapandemie	178
Pflege in Würde: Wir sind viele	182
 Epilog	 185
 Unvergesslich	 191

Prolog

Machen Sie mit mir ein Gedankenspiel. Lassen Sie sich einfach darauf ein. Gleich werden Sie einen Text in der Ich-Perspektive lesen. Stellen Sie sich dabei vor, dass Sie dieses »Ich« sind. Vielleicht schließen Sie vor dem Lesen einmal kurz die Augen, atmen tief ein und aus – und dann beginnen Sie auf der nächsten Seite bei »Ich wachte auf«.

Ich sage noch eines vorweg: Es kann sein, dass es ein bisschen gruselig wird. Aber dann denken Sie einfach daran: Das hier sind nur Worte. Die Geschichte, die Sie gleich erleben werden, passiert nicht wirklich. Sie können das Buch jederzeit weglegen. Aber ich hoffe, dass Sie es nicht tun.

Ich wünsche Ihnen viel – jetzt hätte ich beinahe »Spaß beim Lesen« gesagt. Was wünsche ich stattdessen? Vielleicht das hier: Ich wünsche Ihnen Mut zur Veränderung. Kraft für alles, was da ist und was kommt. Und ich wünsche Ihnen ein soziales Netz, das Sie immer auffängt, egal, was auch geschieht.

Ich wachte auf ...

... und über mir sah ich den weiß gekalkten Himmel. Ganz schön viel Weiß. Sind Himmel nicht blau? Eine Spinne in den Wolken in der Ecke. Ich atme tief ein und reibe mir über die Augen. Ich muss wohl eingenickt sein. Langsam setze ich mich auf und streiche mit der Hand über die samtene Couch. Ich mag das Geräusch, das dabei entsteht. Also streiche ich noch ein paar Mal. Es erinnert mich an etwas. Ich kann es nicht greifen, aber die viel zu verschwommene Erinnerung fühlt sich irgendwie gut an. Also streiche ich weiter. Hin, her, wusch, wusch, wusch. Plötzlich halte ich inne. Wie spät ist es eigentlich? Ich muss los! Oh nein, ich muss dringend los!

Hastig stehe ich auf und steige in meine Hausschuhe. Ich eile zur Tür. Zumindest habe ich vor mich zu beeilen, aber ich kann mich nur langsam bewegen. Mein Körper ist merkwürdig steif. Und was ist das überhaupt für ein Rock? Das ist doch gar nicht mein Rock! Sieht aus wie von einer alten Frau! Was ist denn hier los? Allmählich wird mir mulmig, und ich blicke mich unruhig um. Da stehen meine Sachen, ja, doch, das sind meine Sachen. Dann halte ich inne. Die Tür. Die Tür! Ich kenne diese Tür nicht. Was ist das für eine Tür?

Vorsichtig nähere ich mich der Tür. Eine Weile stehe ich unschlüssig davor. Dann lege ich meine Hand auf die Klinke und drücke sie sacht herunter. Ich lausche und blicke gleichzeitig durch den Spalt. Nichts. Ein sehr heller Gang. Niemand zu sehen. Leise trete ich hinaus. Ich weiß nicht, in welche Richtung ich laufen soll, also laufe ich einfach irgendwohin. Ich muss vor allem los. Jetzt! Meine rechte Hand streift an der Wand entlang. Die kleinen Erhebungen in der Tapete beruhigen mich. »Ich bin

noch da«, scheinen sie mir zuzuflüstern. »Ich auch!«, flüstere ich zurück. Tapeten sind sehr nette Menschen. Ich muss kichern.

Plötzlich biegt etwas quietschend um die Ecke. Oh Gott! Was ist das? WAS IST DAS? Es kommt auf mich zu. Es hat keinen Mund und keine Augen. Es hat gar kein Gesicht! Ich fange an zu schreien. Ich schreie, so laut ich kann. Was ist dieses Ding? Jemand muss mir helfen! Ich bekomme keine Luft. Warum hilft mir niemand? Warum hilft mir denn niemand?

»Jim, komm mal kurz, es ist wieder Frau Tippelkamp!«, höre ich das Monster sagen. Dann kommt ein weiteres Monster um die Ecke.

»Frau Tippelkamp«, höre ich das zweite Monster. »Frau Tippelkamp, setzen Sie sich mal hier hin. Ganz ruhig, meine Liebe. Mein Name ist Jim. Haben Sie keine Angst, schauen Sie mal, das hier«, sagt das Monster und zieht die weiße Haut von seinem Gesicht ab, »ist nur eine Schutzmaske.«

Ach, guck. Das Monster hat doch einen Mund! Und eine Nase.

»Und das hier«, spricht es weiter und zieht einen – ist es ein Helm? – vom Kopf, »ist ein Plastikschild. Das hat sie bestimmt geblendet, nicht wahr? Das sieht ja auch wirklich gruselig aus.«

Wovon spricht dieser Mann? Wer sieht gruselig aus? Überhaupt, wer sind diese Menschen und warum sprechen sie mit mir, als wäre ich bescheuert.

»Danke, es war sehr nett. Aber jetzt muss ich weg«, sage ich und will gehen. Doch dieser Jim lässt sich nicht so einfach abschütteln.

»Das ist gut. Es ist immer gut, wenn man etwas zu tun hat. Darf ich Sie ein Stück begleiten?«

Dann nimmt der Kerl einfach meinen Arm und führt mich den Gang hinunter.

»Frau Tippelkamp, ich habe eine waghalsige Idee. Ich weiß ja nicht, ob Sie dabei sind, aber vielleicht ja doch.« Dieser – wie hieß er noch? – schaut mich verschwörerisch lächelnd an.

»Nun sagen Sie schon, Sie komischer Kauz«, sage ich. Er soll bloß nicht glauben, dass ich ihm vertraue. Er spricht weiter:

»Was halten Sie davon, wenn wir beide zusammen einen Tee trinken und ich schleiche mich in die Küche und stiebitze uns dazu zwei Stückchen Kuchen?«

Mmh. Gar keine so schlechte Idee. Kuchen könnte ich schon vertragen.

»Na gut«, brumme ich. Ich kann ja danach noch weg.

»Wunderbar«, sagt der Mann. »Dann setzen Sie sich doch schon einmal in Ihr Zimmer und ich bin gleich bei Ihnen.«

Als er die Tür hinter mir schließt, gehe ich lauschen.

»Traue niemandem, es kann sein, dass sie dir etwas vorspielen!«, hat meine Mutter immer schon gesagt. Ich höre eine gedämpfte Stimme:

»Ja, Frau Tippelkamp ist wieder in ihrem Zimmer. Ich weiß, es wird nicht lange dauern, bis sie wieder loslaufen will.« Ich höre eine weitere Stimme, aber ich kann sie nicht verstehen.

»Nein, ich weiß auch nicht, was wir machen sollen. Wir müssen sie im Auge behalten. Die ganze Zeit. Aber ich weiß auch nicht, wie.«

Diese Frau Tippelkamp hat wohl nicht alle Murmeln beisammen, denke ich und setze mich auf die Couch. Dabei streicht meine Hand über den Stoff – wusch. Das fühlt sich gut an. Wusch. Woran erinnert mich das? Wusch. Wusch. Wusch. Oh Gott, wie spät ist es eigentlich? Ich muss los!

Herzlich willkommen zurück. Wären wir jetzt in einer Yoga-Klasse, würde ich sagen: »Öffnen Sie die Augen und kommen Sie langsam wieder im Raum an.« Für ein Buch nicht ganz der richtige Satz. Aber ich frage dennoch: Wie ging es Ihnen bei diesem kurzen Ausflug in die Welt einer Demenzkranken? Als 75-jährige Bewohnerin in der stationären Langzeitpflege litten Sie an fortgeschrittener Demenz, aber bis zum Endstadium wären es noch einige Schritte. Sie wussten, wer sie sind, auch wenn Ihnen nicht klar war, wie alt Sie sind. Sie hatten Erinnerungen, die Sie nicht greifen konnten. Sie wussten nicht, wo Sie sind. Als Sie auf den Gang heraustraten, waren Sie verunsichert und suchten deshalb Halt in dem Gefühl, das die Raufasertapete in Ihnen auslöste. Aber dann kamen die Monster. Das waren natürlich nur meine Kollegin und ich – eingehüllt in Schutzkittel, Handschuhe, Mundschutz und Gesichtsvision. Aufgrund Ihrer bereits sehr eingeschränkten kognitiven Fähigkeiten konnten Sie das aber nicht erkennen. Für Sie kamen da Monster um die Ecke, die sich im schlimmsten Fall noch mit irgendwelchen starken Gefühlen aus Ihrer Vergangenheit verknüpft haben – und deshalb schrien Sie um ihr Leben.

Sie konnten nicht verstehen, warum niemand auf den Gängen war und wussten nicht, dass Sie selbst nicht rausgehen sollten. Was »Lockdown« bedeutet, konnten Sie nicht verstehen. Die Gefühle, die Sie in dieser Stunde erlebt haben, reichten von Verwirrung über Panik bis hin zu Todesangst. Und das war nur eine Stunde. Der Lockdown ging Monate.

Schon klar, niemand will mehr von der Pandemie hören. Doch wenn die Pandemie eines gezeigt hat, ist es das: Die schwächsten Mitglieder unserer Gesellschaft wurden komplett vergessen. Die, die niemanden mehr haben, manchmal sogar

nicht einmal mehr sich selbst. Aber wir haben sie nicht erst seit der Pandemie vergessen, sondern schon lange davor. Sie sind so dermaßen in Vergessenheit geraten, dass mit Recht behauptet werden kann: Was unsere Ältesten angeht, sind wir selbst diejenigen, die an Demenz leiden. Und zwar im Endstadium.

Ausbaden mussten es die Betroffenen, die jeden Tag die oben genannten Gefühle durchleben mussten. Verwirrung. Angst. Todesangst. Panik. Jeden Tag. Denn es ist nicht möglich, Menschen mit Demenz Isolationsmaßnahmen zu erklären. Selbst nach sehr sensibler, einfacher Erklärung konnten sie es weder verstehen noch umsetzen.

Viele Menschen mit Demenz entwickeln eine Hinlaufftenz wie in unserem kleinen Gedankenexperiment. Sie verspüren den großen Drang zu laufen. Immer weiter. Was macht man mit solchen Menschen, die nicht verstehen können, warum sie besser im Zimmer bleiben sollten? Einsperren? Das ist zum Glück eine freiheitsentziehende Maßnahme und damit rechtlich nicht erlaubt. Aber was dann?

Ich sage es Ihnen: Wir haben einfach unser Bestes gegeben. In vollem Wissen, dass es nicht genug ist. Denn ohne entsprechende Notfall- oder überhaupt irgendwelche Pläne waren wir absolut machtlos. Wir waren hilflos. Und weil wir sie nicht aufhalten konnten, wurden manche Menschen mit Demenz und Hinlaufftenz auf diese Weise tatsächlich zu Superspreadern.

Die Pandemie ist vorbei. Zumindest diese eine. Doch geändert hat sich – Sie erraten es schon: nichts. Es ist, als hätten wir in eine riesige Lagerhalle hinein um Hilfe gerufen. Aber zurück kam nichts als ein Echo. Und ganz leise hörte man von irgendwoher ein Klatschen.

Aber das wird sich rächen. Und das sage ich nicht, weil ich schadenfroh wäre. Ich bin einfach nur realistisch. Wir steuern auf eine riesige Katastrophe zu, die in unserer Geschichte – so weit ich weiß – einzigartig ist: Der demografische Wandel wird unserem Gesundheitssystem, das eh auf dem Boden liegt und bereits angezählt ist, den K. O.-Schlag verpassen.

Wir haben längst keine Alterspyramide mehr. Vielleicht eher ein Trapez. Es werden immer weniger Kinder geboren. Dafür steigt die Zahl der Älteren deutlich. Eine laut statistischem Bundesamt »besonders stark wachsende Gruppe sind die Hochbetagten«¹. Die Pflegekasse kann das nicht abfangen. Und weil »Wirtschaftlichkeit« in einem kapitalistischen System nun einmal das höchste Gut ist, schließen immer mehr Alten- und Pflegeheime, was die Situation noch weiter verschärft. Es ist, als radelten wir ohne Helm und mit voller Absicht auf einen Abgrund zu. Und sind dann schockiert, wenn wir tatsächlich abstürzen. Aber – und das ist die gute Nachricht – es ist noch nicht zu spät. Noch können wir abbremsen, den schlimmsten Sturz abfangen, indem wir lernen uns abzurollen. Aber mal ganz ohne Metaphern: Es gibt Möglichkeiten. Die verhindern, dass Menschen leiden werden. Es gibt bereits Projekte, Ideen, Visionen – aber wir müssen uns alle darum kümmern. Es reicht nicht mehr, darauf zu hoffen, dass sich jemand verantwortlich fühlen wird. Es geht uns alle an, denn schon bald werden wir alle mindestens einen Pflegefall in der Familie haben – mit hoher Wahrscheinlichkeit mit einer Demenzerkrankung – und wir werden uns selbst um diese Person kümmern müssen.

.....
1 Quelle: [https://www.destatis.de/DE/Themen/Querschnitt/Demografischer-Wandel/Aeltere-Menschen/bevoelkerung-ab-65-j.html#:~:text=Die%20Bev%C3%B6lkerungs-entwicklung%20zeigt%20diese%20Alterung,Jahr%202022%20deutlich%20schneller%20gestiegen.\[zuletzt%20abgerufen%2018.12.2024\]](https://www.destatis.de/DE/Themen/Querschnitt/Demografischer-Wandel/Aeltere-Menschen/bevoelkerung-ab-65-j.html#:~:text=Die%20Bev%C3%B6lkerungs-entwicklung%20zeigt%20diese%20Alterung,Jahr%202022%20deutlich%20schneller%20gestiegen.[zuletzt%20abgerufen%2018.12.2024])

Weil das Gesundheitssystem es nicht mehr kann. Jeder von uns wird sich mit Dingen wie »Hinlaftendenzen« auseinandersetzen müssen – und wir müssen unsere Gesellschaft und unser System auf die stetig wachsende Zahl von Betroffenen auslegen. Oder wir radeln mit Vollgas in besagten Abgrund.

Steigen Sie mit mir vom Rad?

Frau Toppelkamp oder: Pflege ist Leben!

Wahre Geschichten

Als angehender Altenpfleger oder angehende Altenpflegerin bekommt man in der Examensprüfung ein oder mehrere Fallbeispiele vorgesetzt. Dabei handelt es sich jeweils um eine fiktive Person, bei der es bestimmte Symptomatiken gibt, die man erkennen und auf Grundlage derer man zum Beispiel eine Pflegeplanung schreiben muss. Die Personen aus den Fallbeispielen gibt es in der Realität nicht – und doch beruhen ihre Geschichten auf wahren Begebenheiten, von denen die Pflegeschüler:innen lernen.

In meinem Buch werde ich Ihnen auch viele solcher Geschichten erzählen. Sie drehen sich allesamt um eine Person, die es nicht gibt, die aber trotzdem in ihrer fiktiven Form existiert:

Frau Tippelkamp. Frau Tippelkamp ist im Prinzip ein Fallbeispiel für die stationäre Langzeitpflege – von mir für Sie. Es gibt sie auch schon länger: Wenn ich in den sozialen Medien über meine Arbeit erzähle, drehe ich häufig kleine Videos, in denen man mich sieht, wie ich mit Frau Tippelkamp spreche. Mittlerweile hat die Gute schon eine ordentliche Fangemeinde. Das ist auch kein Wunder, denn Frau Tippelkamp muss man einfach lieben.

Mit Frau Tippelkamp hält das Lachen Einzug in ein Thema, über das wir wenig lachen. Pflege ist schließlich kein Spaß, oder? Ich sage Ihnen was: Pflege ist Leben! Mit allem Drum und Dran – und zwar für die Bewohner:innen selbst, aber auch für professionell Pflegende sowie An- und Zugehörige. Und »Leben« schließt alles ein, von Trauer über Langeweile bis Lachen. Deshalb darf hier natürlich auch gelacht werden. Es passieren in der Pflege so viele Emotionen gleichzeitig, manchmal ändern sie sich von Tür zu Tür: Hinter einer werden Fotos vom neugeborenen Enkel herumgezeigt, und direkt nebenan macht jemand gerade seine letzten Atemzüge. Als professionell Pflegende müssen wir blitzartig mit diesen Extremen umgehen. Das beste Ventil, um das alles zu verarbeiten, ist, über alltägliche Slapstick-Situationen so herzlich zu lachen, wie wir nur können – und zwar mit den Bewohner:innen, niemals über sie.

Wenn sie unbewusst witzige Dinge tun und sagen, lachen wir natürlich nicht sofort, damit sie sich nicht ausgelacht fühlen. Wir erzählen uns aber hinterher gerne von den rührenden und niedlich-witzigen Eigenarten und Situationen. Das beginnt dann gerne mit den Worten: »Du glaubst nicht, was Frau XY heute gesagt hat ...« Das ist niemals ein Lustigmachen, sondern ein Lachen aus Zuneigung zu ihnen. Frau Tippelkamp und ich laden Sie deshalb herzlich dazu ein, mitzulachen. Lachen hilft,

sich immer daran zu erinnern, dass wir leben und Spaß haben können. Sogar – oder besonders dann –, wenn die Umstände auch mal weniger gut sind.

Dass ich Frau Tippelkamp erfunden habe, hat natürlich datenschutzrechtliche Gründe. Aus denselben Gründen habe ich die Geschichten, von denen Sie lesen werden, an wesentlichen Stellen so verändert, dass keine Rückschlüsse auf reale Personen gezogen werden können. Wer hinter den Geschichten steckt, spielt auch gar keine Rolle. Es geht mir um einen ganz anderen Blickwinkel: Diese Geschichten sind wir alle! Sie können schließlich bei manchen früher, bei anderen später unsere eigenen werden, die der Menschen, die wir lieben, und auch von uns selbst.

Stellen Sie sich also Frau Tippelkamp vor, wie Sie möchten: als Frau, als Mann, als Ihre Mutter, Ihren Vater, eine:n Freund:in, Schwester, Bruder – oder wechseln Sie einfach immer mal durch. Das überlasse ich ganz Ihnen. Vielleicht entdecken Sie hin und wieder sogar etwas von Ihnen selbst in der Person, die schon so viele Herzen erreicht hat. Ich hoffe jedenfalls sehr, dass Frau Tippelkamp und ihre vielen Leben Sie genauso berühren werden, wie sie das bei mir bis heute jeden Tag tun – und weshalb sie für mich immer unvergesslich bleiben werden.

①

ALLES – nur nicht Altenpflege!

Als ich noch nichts darüber wusste,
außer dass es schrecklich ist

Kennen Sie den Film *Der seltsame Fall des Benjamin Button* von 2008 mit Brad Pitt? Die Handlung ist tatsächlich seltsam, denn Benjamin Button hat bei der Geburt zwar die Größe eines Babys, sieht aber aus wie ein Greis. Er hat auch alle möglichen altersbedingten Gebrechen. Es passiert unglaublich viel mehr, aber worauf ich hinauswill, ist: Benjamin Button verbringt in der Geschichte seine ersten 17 Jahre in einem Altenheim. Ungefähr so können Sie sich meine Kindheit vorstellen. Aber starten wir von vorne.

Mein Vater kam 1975 von den Philippinen nach Deutschland. Er arbeitete als Altenpflegehelfer und lernte meine Mutter – Überraschung! – während der Arbeit im Altenheim kennen. Sie dürfen raten, was meine Mutter beruflich macht. Altenpflegehelferin. Eines kam zum anderen: Die beiden verliebten sich ineinander, und 1985 kam dann ich zur Welt. Funfact: Nein, ich wurde nicht im Altenheim gezeugt. (Zumindest hoffe ich das.)

Ich wohnte zwar nicht wie Benjamin Button in einem Altenheim. Aber mein Leben drehte sich viel um die Pflege. Nahezu sämtliche Mitglieder meiner Familie, die Freunde meiner Eltern, kurz: Alle erwachsenen Menschen um mich herum arbeiteten im Pflegebereich. Wenn ich an meine Kindheit in diesem Umfeld denke, erinnere ich mich überwiegend an gute Dinge. So waren wir im Sommer regelmäßig im Schrebergarten meines Patenonkels und feierten Grillpartys. Eingeladen waren immer alle Arbeitskolleg:innen samt Kinder. Für mich war das jedes Mal großartig, denn was gibt es Schöneres, als im Sommer mit ungefähr Gleichaltrigen durch die Kleingartenanlage zu ziehen und danach Gegrilltes mit Ketchup zu essen? Auch liebte ich meinen Patenonkel und meine Cousinen, die ebenfalls alle philippinisch waren. Wenn wir am Tisch saßen, alle laut durcheinanderredeten, Gitarre spielten und sangen oder den Geschichten der Erwachsenen lauschten, war einfach alles gut. Ich weiß noch, dass ich öfter dachte: *Wo meine Eltern und mein Onkel arbeiten, muss es echt toll sein.* Die lustigen Grillabende mit all den Kolleg:innen ließen darauf schließen. Da musste man kein Sherlock Holmes sein.

Woran ich mich auch sehr gerne zurückerinnere, sind die Sommerfeste, die vom Altenheim organisiert wurden. Meine Cousine Catherine und ich spielten dabei nämlich eine (aus

unserer Sicht) tragende Rolle, denn: Wir waren der Showact schlechthin. Zu den Klängen von Christina Aguileras *Come on over* tanzten wir eine zuvor lange einstudierte Choreografie. Dafür wurden wir von den Bewohner:innen so sehr gefeiert, dass wir uns dort, mitten auf der Sommerterrasse, vorkamen wie Superstars. Für die Zuschauer:innen waren wir das wohl auch.

Während unserer Sommerferien nahmen meine Geschwister und ich an den Ausflügen teil, die vom Altenheim für die Bewohner:innen organisiert wurden. Es gibt Fotos von mir, wie ich alte Leute im Rollstuhl durch den Dortmunder Zoo schiebe. Auch während der Schulzeit spielte sich unser Leben rund um das Heim ab. Nach der Schule gingen wir dorthin, warteten, bis ein Elternteil Schichtende hatte, und fuhren dann gemeinsam nach Hause. In der Zwischenzeit machten wir in den Aufenthaltsräumen Hausaufgaben oder spielten draußen im Heimgarten. Eigentlich war mein Weg in den Pflegeberuf nicht nur geebnet, sondern schick asphaltiert, fast schon eine Allee. Aber jetzt kommts: Absolut niemand – weder meine Eltern, meine Geschwister, Onkel, Tanten, Cousinen, Familienfreund:innen oder Bekannte – traute mir zu, in die Pflege zu gehen. Warum? Das lässt sich einfach erklären: Weil ich sehr pingelig war. Oder um es anders auszudrücken: mi-mi-mi. Ich habe mich vor wirklich vielen Dingen geekelt und war als Kind sehr weich und sensibel, körperliche Arbeit war nicht so mein Ding. Von Anfang an war allen klar: Bevor der Junge Pfleger wird, friert die Hölle zu. Aber auf der anderen Seite hat es auch nie jemand von mir verlangt. Nicht ein einziges Mal in meinem Leben hörte ich vonseiten meiner Familie den Rat, wie sie auch in die Pflege zu gehen. Ganz im Gegenteil, es hieß eher: »Mach das nicht, das ist nichts für dich.« Nachdem ich

bei den Festen meiner Kindheit noch dachte, die Jobs der Erwachsenen in meinem Umfeld sind so toll, musste ich mein Urteil spätestens als Teenager revidieren. Und stimmte ihnen zu. Allein die Vorstellung, anderen Menschen Essen anzureichen oder sie zu waschen, nein, das war einfach nichts für mich! Es gab auch andere Aspekte des Pflegeberufs, die ich nicht besonders erstrebenswert fand. Denn neben den ganzen schönen Erinnerungen waren da auch die Schattenseiten als Kind professionell Pflegender. So war ich schon früh ein Schlüsselkind. Meine Eltern arbeiteten schließlich beide in drei Schichten, was bedeutete, dass sie zu allen möglichen Tages- und Nachtzeiten nicht da waren oder Schlaf nachholten. Aus diesem Grund war es meine ältere Schwester, die überwiegend auf uns Kinder aufgepasst hat.

Während eines typischen Mittag- oder Abendessens in unserer Familie drehten sich die Gespräche immer um die Altenpflege: Was war in der letzten Schicht passiert, wie ging es den Bewohner:innen, dazu die medizinischen Notfälle – man musste schon einen Magen aus Beton haben, wenn man bei uns zu Hause noch mit Appetit essen konnte. Pflegerische Themen sind meist einfach nicht sonderlich angenehm. Am Tisch hatte ich oft das Gefühl, ich säße in der Schichtübergabe des Pflegeheims. Bei uns war das komplett normal.

Warum ich also immer gesagt habe »Never ever gehe ich in die Altenpflege«? Aus so ziemlich den gleichen Gründen, aus denen meine Familie dachte, es wäre einfach nichts für mich: die körperliche Arbeit, Intimpflege bei fremden Menschen, die Schichtarbeit. Selten ist man zu Hause, und das Stresslevel ist hoch, nicht nur, was die Arbeit an sich angeht, auch der Organisationsaufwand drumherum ist nicht ohne. Ich trug

alle Vorurteile gegenüber der Altenpflege in mir, die ich heute so oft an Menschen wahrnehme, die nicht in dieser Branche arbeiten. Es war mir nicht modern genug, nicht fancy, schon das Wort »Altenpflege« triggerte mich enorm. Und trotz all der schönen Berührungspunkte, die ich in meiner Kindheit und Jugend mit diesem Berufszweig hatte, konnte ich mir eines nicht einmal im Ansatz vorstellen: Dass diese Arbeit Freude machen oder sogar witzig sein konnte.

Als Teenager hatte ich wie so viele ziemliche Orientierungsprobleme. Ich wusste beruflich so gar nicht, wohin. Dabei habe ich vieles ausprobiert. Zweimal versuchte ich mich in der Friseurbranche, zog es aber beide Male nicht durch. Ich arbeitete im Einzelhandel, aber das erfüllte mich nicht. Ich träumte eine Weile davon, Fremdsprachenkorrespondent zu werden, und besuchte dafür eine Schule in Wattenscheid. Aber auch das schmiss ich wieder hin, weil ich gegen die bilingual unterrichtete Betriebswirtschaftslehre mit vollem Anlauf wie gegen eine Wand rannte. Zahlen waren einfach nicht meins. Eine andere Idee war, Steward werden und am Flughafen arbeiten. Long story short: Auch das war es nicht. Meinen eigentlichen Kindheitswunsch, Musicaldarsteller zu sein, nahm ich nie in Angriff, obwohl ich das Tanzen liebte, auf den großen Bühnen stehen und um die Welt reisen wollte. Heute bin ich froh, dass ich in diese Richtung nie einen Versuch unternahm. Das unsichere Künstlerleben in der heutigen Zeit wäre wohl für mich auch nichts gewesen.

Als wäre das berufliche Hin und Her nicht schon genug, kam noch meine sexuelle Orientierung hinzu. Auf die Frage, wer in seinem Leben als junger Erwachsener so viel Verwirrung wie möglich haben wollte, musste ich an irgendeiner Stelle mal so

richtig laut »Hier, ich!« gerufen haben. Lange Zeit wusste ich nicht, wohin mit mir.

Während ich als Teenager und Anfang Zwanzigjähriger noch allein in meiner Verwirrungssuppe rührte, kam mit den Jahren der gesellschaftliche Druck meist in Form einer ganz bestimmten Frage hinzu: »Was machst du beruflich?« Dicht gefolgt von der kleinen Schwester aller blöden Small-Talk-Fragen: »Und, was hast du so gelernt?« Ich empfand es immer als ungeheuer schlimm, darauf angesprochen zu werden. Was sollte ich schon sagen außer »Nichts«? Es war mir unfassbar peinlich. Jedes Mal wünschte ich mir, der Boden möge sich unter mir auf-tun. Ich wollte dann einfach nur verschwinden. Ich hatte keine abgeschlossene Berufsausbildung, nur lauter lose Enden. Ein Abi hatte ich auch nicht, studieren fiel also flach. Mit Mitte 20 zurück in die Schule, um das Abi nachzuholen, kam für mich nicht infrage. Es dauerte eine ganze Weile, bis mir klar wurde, dass manche Menschen eben etwas länger brauchen, um ihren Weg zu finden. Lange habe ich mich selbst lieber dafür fertig-gemacht, dass es bei mir nicht so lief wie bei gefühlt allen an-deren, die direkt nach der Schule wussten, was sie mit ihrem Leben anfangen wollten.

Also blieb ich orientierungslos und probierte 1000 Dinge aus. Eines war aber so felsenfest sicher wie das Amen in der Kirche: dass ich nicht in die Pflege gehen würde. Als ich mei-nen heutigen Ehemann kennenlernte und wir über eine solche Option sprachen, sagte auch er: »Nein, ich glaube nicht, dass Pflege was für dich ist.« (Sie werden lachen, wenn ich Ihnen sage, was er beruflich macht: Er arbeitet in der Altenpflege! Natürlich.) Ich kann weder ihm noch meiner Familie für diese Einschätzung einen Vorwurf machen, ich war schließlich selbst

überzeugt davon. Niemand – auch ich selbst nicht – wusste, was in mir steckt. Ich hatte es auch nie gezeigt. Allein der Ge-danke an die drei Jahre Pflegeausbildung ließ mich schaudern. Nein, das war nie und nimmer etwas für mich. Wie Benjamin Button hatte ich im handlungsfähigen Alter mein Elternhaus verlassen und verschwendete keinen weiteren Gedanken mehr an Altenheime.

Bis ich dann doch in diesem Beruf landete, die Altenpflege zu einem wichtigen Teil meines Lebens wurde und ich darin meine komplette und mehr als nur berufliche Erfüllung fand.

②

» **Kommse mit, zu Frau Schmidt ...** <<

Erste Schritte

» ... übern Zaun, Äppel klaun!«, vollendete Frau Tippelkamp den Satz fröhlich und folgte mir mit ihrem Rollator. Mit diesem Spruch bekam ich sie so gut wie immer. Selbst wenn sie zuvor noch unbedingt in die falsche Richtung hatte gehen wollen.

»Und, hamse früher auch mal Äpfel geklaut, Frau Tippelkamp?«, fragte ich.

»Na klar, was denkst du denn? Das haben wir alle gemacht!« Frau Tippelkamp grinste verschmitzt.

Diese Frau Tippelkamp wohnte auf der gerontopsychiatrischen Abteilung eines Seniorenheims im Rheinland. Als ich dort

insgesamt fünf Jahre als Alltagsbegleiter arbeitete, war das Seniorenheim ein großer Bau aus den 70er-Jahren mit Krankenhausflair, alten Fliesen, langen Balkonen außenrum und dem Zischen des Windes innendrin. Aufgeteilt war das Wohnheim in zwei Wohnkomplexe mit jeweils mehreren Wohnbereichen und insgesamt über 200 Wohnplätzen. Seit der Sanierung ist das Altenheim modern, offen und hell gestaltet. Es ist ein Ort, an dem die Bewohner:innen sich ein neues Zuhause einrichten und genießen können. Doch trotz des früheren Krankenhausflairs liebte ich diesen Ort schon von Tag eins an. Und so war es dazu gekommen:

Die philippinische Kultur und das Sprungbrett

»Niemals. Ich geh nicht in die Pflege!«, wiederholte ich zum ... ach, wer zählt schon mit.

»Aber mit Pflege hat das gar nichts zu tun. Du machst die ganzen pflegerischen Dinge nicht. Man kümmert sich um die alten Leute und leistet ihnen Gesellschaft. Für alles andere gibt es die Pfleger:innen. Besser als jetzt ist es allemal.«

Eines musste man meinem Mann Markus lassen: Wo er recht hatte, hatte er recht. Zum Zeitpunkt dieses Gesprächs, es war das Jahr 2011, war ich schon länger auf der Suche nach einer Ausbildung, und mir war klar geworden: Ich muss mein Leben endlich in die Hand nehmen! Nur wusste ich immer noch nicht, wie ich das anstellen sollte. Aber wenn Markus meinte, dass Alltagsbegleitung nichts mit Pflege an sich zu tun hatte,

war es ja eine Überlegung wert, oder? Ich entschied: Na gut. Ich wollte einen Job, ich brauchte Geld, eine Krankenversicherung und vor allem: etwas zu tun. Ein Pluspunkt war, dass ich für die Alltagsbegleitung keine Ausbildung brauchte, einzig eine dreimonatige Qualifikation mit einer Prüfung am Ende. Das sollte zu schaffen sein. Und auch wenn ich mich immer gegen Altenpflege gestäubt habe, hatte das hauptsächlich mit dem zweiten Teil des Wortes zu tun – »Pflege«. In erster Linie dachte ich hier an die physische Belastung und halt die Körperpflege an sich. Gegen ältere Menschen habe ich nichts, ganz im Gegenteil: Ich umgebe mich sogar gerne mit ihnen. Das war schon immer so und hat auch einiges mit meiner Herkunft zu tun.

Auf den Philippinen, von wo ja mein Vater kommt, ist es total normal, in der Pflege zu arbeiten. »Nurse« ist sogar DER Beruf schlechthin. Das macht irgendwie jeder dort, was sich ja auch auf der ganzen Welt herumgesprochen hat. Sieht man einen Filipino oder eine Philippina, denken viele Menschen: »Ja, also dieser Krankenhausstyle passt irgendwie.« Es passt, weil es wirklich ein gängiges Bild ist. Auf den Philippinen studieren viele Einheimische Pflege, um dann im Ausland zu arbeiten und das verdiente Geld nach Hause zu schicken. Das ist bekannt, das macht man auf den Philippinen eben so.

Nun ist es aber nicht so, dass die Pflege dort so ein angesehener Beruf ist, weil man damit irgendwo anders gutes Geld verdienen kann. Es ist so, weil die Alten in der philippinischen Gesellschaft einen komplett anderen Stellenwert haben als bei uns in Deutschland. Je älter du auf den Philippinen wirst, desto größer wird der Respekt, der dir von der Familie oder auch von allen anderen in deinem Umfeld entgegengebracht wird. So

habe ich das auch von Kindesbeinen an gelernt. Ältere Menschen haben sehr viel Lebensweisheit, sie haben jahrelang für ihre Familien oder die Gesellschaft gearbeitet, sie werden respektiert und genauso gepflegt und geschützt wie die Jüngsten unter uns.

Das Witzige an der Sache ist, dass Pflegekräfte auf den Philippinen ganz anders arbeiten, als sie es beispielsweise hier in Deutschland tun. Als mein Vater herkam, war er total entsetzt, dass er die Bewohner:innen waschen sollte. Er fragte sich: »Was?! In einem so privilegierten Land? Wo sind denn die Familien? Warum machen die Angehörigen das denn nicht?«

Pflegekräfte auf den Philippinen sind nur für die Umsetzung der ärztlichen Anweisungen zuständig. Alles andere erledigen die Familien selbst. Sie kommen ins Krankenhaus, waschen ihre Angehörigen und bringen ihnen Essen. Das ist auch keine Bürde, denn die Familie ist das wichtigste Gut, und die Alten stehen in ihrem Zentrum. Mein Vater hatte einen richtigen Kulturschock. Er kam aus einem Land, in dem der Pflegeberuf hoch angesehen ist, und war nun irritiert darüber, dass er auf einmal Körperpflege betreiben muss. Nicht, dass er sich zu schade dafür gewesen wäre. Aber so, wie er es kannte, ist Körperpflege eben Familiensache. Deshalb bleibt auch immer ein Kind – meistens das jüngste – in der Heimat, wenn es erwachsen ist. Seine Aufgabe ist es, sich um die Eltern zu kümmern, wenn sie alt werden. Dieses Kümmern um die vorige Generation ist in der Kultur tief verankert. Sie werden einfach mitbedacht.

Dass alte Menschen mir wichtig sind, steckt also schon in meiner halben Genetik. Ich finde es schockierend, wie Alte in großen Teilen der Welt ausgegrenzt werden. Viele sind einsam,

werden aufs Abstellgleis geschoben, vernachlässigt und als gesellschaftlich unwichtig angesehen. Sie haben keine Funktion, keine Aufgabe mehr. Die Rente reicht oft nicht zum Leben. Deshalb leuchten viele alte Menschen mit Taschenlampen in Mülleimer und sammeln Flaschen. Wie erbärmlich ist dieses Bild in einem Sozialstaat, in dem wir doch leben.

Anstatt die Alten gesellschaftlich zu schützen, vergessen und diskriminieren wir sie. Wir grenzen sie aus, gerade wenn Pflegebedürftigkeit eintritt. Vielleicht haben sie Glück, und es gibt eine Familie, die sich weiterhin um sie kümmert. Pauschal können wir jedoch festhalten: Alt und pflegebedürftig zu sein ist in unserer Gesellschaft nicht gut. An diesen Punkt will wirklich keiner kommen. Und doch werden viele von uns irgendwann dort landen, denn dass wir immer älter werden, dass auch unsere Gesellschaft immer älter wird und mehr Pflege in Anspruch wird nehmen müssen (wofür es nicht ausreichend Personal gegeben wird), ist eine Entwicklung, mit der wir alle uns auseinandersetzen werden müssen.

Ich bin dankbar, dass ich die philippinische Denkweise, dass Altsein ein Privileg ist, von Kindheit an mitbekommen habe. Eigentlich könnten wir doch alle froh sein, dass es alte Menschen gibt, die uns aus ihrem Leben erzählen und von deren Erfahrungen wir lernen könnten. Aber: Konjunktiv, wie gesagt.

Ein anderer Aspekt der philippinischen Kultur ist das Thema Dankbarkeit. Auch das wurde mir mit auf den Weg gegeben (wenngleich ich meinen deutschen Teil manchmal daran erinnern muss). Wir verlieren uns gerne in einer negativen Sicht auf die Dinge. Wir schauen auf den Kratzer im Lack, anstatt uns zu freuen, dass das Auto noch fährt. Wir meckern und meckern.

Und ehrlich gesagt: Wir meckern gerne! Auf Arbeit, zu Hause – und besonders gerne auf Social Media. Früher war alles besser, früher war mehr Lametta, heute wird nur noch dies und das gemacht ... und überhaupt. Ich sehe so viel Undankbarkeit, auch in der Pflegebranche. Und klar: Da ist einiges im Argen. Wie übrigens in jeder anderen Branche auch. Doch: Wir schätzen so selten, was wir haben, und schauen lieber auf das, was uns zu fehlen scheint. Es gibt ganz andere Arbeitssituationen für die Pflege, da muss ich nicht in die philippinischen Slums fahren, um das zu wissen. Wir hier in Deutschland (und auch in Österreich und der Schweiz) haben so vieles, was die meisten Menschen auf der Welt nicht haben. Was nicht bedeutet, dass wir nichts verbessern oder einfordern dürfen. Aber vielleicht mit ein bisschen weniger Gemecker? Zum Beispiel mit mehr Lachen, mehr Wertschätzung und mehr Systematik? Doch dazu später mehr. Wir stehen ja noch ganz am Anfang meiner Geschichte. Halten wir fest: Ich bin sehr dankbar, dass ich in zwei unterschiedlichen Kulturen aufwachsen durfte.

Meine philippinische Seite jedenfalls fand an der Idee, mit alten Menschen zu arbeiten, großen Gefallen. Weil ich mich gegen Pflege an sich noch entschieden sträubte, kam mir der Job als Alltagsbegleiter mit jeder Minute großartiger vor. Bingo spielen, in den Zoo gehen, ein bisschen vorlesen, wie schwer konnte das sein? Dazu noch in Gesellschaft von Menschen, die von einem langen Leben berichten konnten ... perfekt! Ich sah mich schon Markus morgens zurufen: »Honey, ich geh arbeiten spielen!«

Ganz so, sollte sich später herausstellen, war es natürlich nicht.

Wenn Sie bisher nicht viel mit dem Thema Altenpflege in Kontakt gekommen sind, wissen Sie möglicherweise nicht genau, was Alltagsbegleitung ist. Das wissen tatsächlich die wenigsten. Auch ich hatte es nicht gewusst, obwohl ich ja quasi im Altersheim aufgewachsen bin.

Die Gesetzgebung hat sich irgendwann gedacht: Menschen in der teil- und stationären Langzeitpflege haben einen erhöhten Betreuungsbedarf. Also müssen Stellen zur Verfügung gestellt werden, damit die Betreuung individueller gestaltet werden kann. Und diese Stellen sind refinanziert, das bedeutet: Sie kosten den Pflegesektor nichts. Das regelt der Paragraph 43b im Sozialgesetzbuch (vorher 87b).² Auf der Website des Bundesgesundheitsministeriums wird das so begründet: »Menschen in der stationären Pflege werden durch zusätzliche Betreuung und Aktivierung mehr Zuwendung, mehr Austausch mit anderen Menschen sowie ein besseres Teilnehmen am Leben in der Gemeinschaft ermöglicht. Die Kosten für diese Leistungen werden im vollen Umfang von der Pflegeversicherung getragen, indem sogenannte zusätzliche Betreuungskräfte finanziert werden.«³

Gesteuert werden die Alltagsbegleiter:innen über den Sozialen Dienst, der ein sehr wichtiger Teil für die stationäre Langzeitpflege ist, um ganzheitliche Pflege überhaupt zu ermöglichen. Oft denken Menschen, dass Pflege immer nur etwas ist, was mit Waschen zu tun hat. Aber alte Menschen haben ja nun mal auch Bedürfnisse, die außerhalb der Körperpflege stattfinden. Gerade die psychosoziale Betreuung hat die Gesellschaft

² https://www.gesetze-im-internet.de/sgb_11/_43b.html

³ <https://www.bundesgesundheitsministerium.de/themen/pflege/online-ratgeber-pflege/leistungen-der-pflegeversicherung/vollstationaere-pflege-im-heim.html>

nicht immer so auf dem Schirm, zum Beispiel Gruppenangebote wie Bingo und Kegeln, Gesellschaftsspiele, Spaziergänge, Ausflüge, Urlaubsbegleitung oder Friedhofsfahrten. Für genau diese Betreuung sind die Alltagsbegleiter:innen da.

Wenige Tage und viele Gedanken später klopfte ich an die Tür meines Sachbearbeiters beim Arbeitsamt und erzählte ihm von der Idee. Nachdem ich geendet hatte, schaute er mich kurz an, dann tippte er auf seiner Tastatur herum und leitete alles in die Wege. Bis heute weiß ich noch, was er damals zu mir sagte, bevor ich am Ende aus der Tür rausging: »Diese Alltagsbegleitung, das wird ein Sprungbrett für Sie sein.«

Das wurde es dann auch wirklich. Damals aber konnte ich mir das noch nicht so recht vorstellen. Ich lächelte und nickte, dachte aber nur: *Ja, fragt sich nur, wohin?*

Der Schal

Um Alltagsbegleiter zu werden, musste ich eine dreimonatige Qualifikation absolvieren. Die meiste Zeit verbrachte ich hierfür in der Schule und lernte alles über den Umgang mit älteren Menschen und altersbedingten Krankheitsbildern. Ein paar Wochen dieser drei Monate war ich aber auch mitten im Spiel – im Rahmen eines Praktikums direkt in einem Altersheim. Das Praktikum ist ein Pflichtteil, um den man sich selbst kümmern muss. Als mich der Soziale Dienst des Seniorenheims zum Vorstellungsgespräch einlud, war ich ultranervös. Für mich hing von diesem Praktikumsplatz mehr als eine ganze Menge ab. Dementsprechend noch viel nervöser war ich, als der Tag dann gekommen war und ich mit meiner Bewerbungsmappe in den

Raum trat, in dem der Chef des Sozialen Dienstes und seine Stellvertreterin saßen. Meine Erfahrung in Sachen Vorstellungsgespräche war nicht besonders groß, dementsprechend schwitzig waren meine Hände.

»Guten Tag, Herr Ayag!«, sagte der Chef des Sozialen Dienstes und streckte mir seine Hand entgegen. Ich hatte keine Wahl, ich musste schweißnass einschlagen. Schon als ich mich anschließend an den runden Tisch setzte, spürte ich, wie sich nun auch auf meiner Stirn Schweißtropfen formierten. Ich fürchtete, sie hatten noch große Pläne.

Die supersympathische Stimme des Chefs kannte ich bereits vom Telefon. Als ich ihm nun gegenüber saß, kam er mir jedoch eher streng vor. Grund genug für meine Nervosität, eine neue Runde einzuläuten. Dazu kam: Aus irgendeinem heute nicht mehr nachvollziehbaren Grund trug ich am Tag des Vorstellungsgesprächs einen riesigen Schal. Ich hatte zwar meine Jacke ausgezogen und über die Stuhllehne gehängt, den Schal aber legte ich nicht ab. Während des gesamten Vorstellungsgesprächs, das immerhin eine halbe Stunde dauerte, saß ich da also mit einem riesigen Schal um den Hals. Und schwitzte. Es war so peinlich.

»Herr Ayag, ich habe eine Frage«, sagte der Chef des Sozialen Dienstes und blickte von meinen Unterlagen auf. »Wie würden Sie damit umgehen, wenn ein Bewohner oder eine Bewohnerin ein Betreuungsangebot ablehnt?«

Schon bei der Halbzeit des Vorstellungsgesprächs war ich mit den Nerven am Ende. Jetzt wurden mir auch noch fachliche Fragen gestellt. Ich hatte doch keine Ahnung von der stationären Langzeitpflege! Deshalb wollte ich doch ein Praktikum

machen! Weil ich neben der Nervosität und dem ganzen Geschwitze einfach keine Kapazitäten mehr für rational-logische Überlegungen hatte, antwortete ich einfach instinktiv: »Ja, also akzeptieren, dass die Betreuung gerade nicht gewünscht wird.« Und wer hätte das gedacht: Es war die richtige Antwort. Der Chef des Sozialen Dienstes und seine Stellvertreterin lächelten mir zu und bestätigten, dass die Selbstbestimmung über jeder noch so gut gemeinten Betreuungsplanung stehe. Ich lächelte zurück. Innerlich fiel ich in Ohnmacht.

Im weiteren Verlauf des Gesprächs konnte ich immer wieder punkten, auch wenn mir bei jeder neuen Frage die Gesichtszüge zu entgleisen drohten. Mittlerweile hatte ich das Gefühl, auch irgendwie die Kontrolle über meine Augenbrauen verloren zu haben. Ganz ehrlich: Keine Ahnung, wie ich rein äußerlich einen kompetenten Eindruck erweckt haben konnte. Wohl auch nur so halb, denn irgendwann sagte der Chef des Sozialen Dienstes: »Das wäre es von unserer Seite. Jetzt trinken Sie mal einen Schluck und nehmen diesen Schal ab.« Er lächelte mich an.

»Ich bin so nervös«, hauchte ich in Richtung Tischplatte.

»Ja, das sieht man«, antwortete er lachend.

Seit diesem Vorstellungsgespräch schätze ich den Chef des Sozialen Dienstes, der bis heute mein wichtigster Mentor ist, unglaublich hoch. Das lag nicht nur daran, dass er neben einer gewissen Strenge offen und freundlich war. Sondern vor allem daran, dass er meine Lebenssituation in keinsten Weise infrage gestellt hatte. Natürlich ist er auf meine Lücken im Lebenslauf eingegangen. Aber ich habe mich deswegen nicht eine einzige Sekunde im Gespräch schlecht gefühlt, was vorher oft genug der Fall gewesen war. Da brauchte ja nur jemand, der zufällig neben mir stand, gefragt zu werden, was er oder sie beruflich macht,

und bei mir brach schon der blanke Horror aus. Doch der Chef des Sozialen Dienstes konnte mit mir über meinen Lebenslauf sprechen, ohne dass ich mich abgestempelt gefühlt hätte.

Am Ende hatte ich den Praktikumsplatz in der Tasche.

»Junger Mann! Hast du Feuer?«

Als ich auf dem Weg zu meinem ersten Praktikumstag war, schaute ich an mir herunter und musste lachen: Ich hatte echt wieder diesen riesigen Schal umgebunden! Dieses Mal würde ich ihn ganz sicher ablegen.

Als ich mich dem Seniorenheim näherte, sah ich eine Frau, die im Rollstuhl vorne am Eingang saß. Mit jedem Schritt erkannte ich mehr von dem, was sie da tat. Und wunderte mich. Wühlte sie mit den Fingern im Aschenbecher herum? Was war denn da los? Tatsächlich: Sie durchsuchte den großen Ascher draußen nach Zigarettenstummeln, die noch etwas hergaben. Kurz bevor ich bei ihr ankam, bemerkte sie mich. Sie zeigte mit einem krummen Finger in meine Richtung: »Junger Mann! Hast du Feuer?«, fragte sie.

»Äh ... ja«, antwortete ich etwas überrumpelt.

Erst beim Anzünden ihrer Zigarette kam mir ein Gedanke: Durfte ich das überhaupt? Da hatte ich an meinem ersten Tag noch nicht mal einen Fuß in das Altenheim gesetzt, und schon beschlich mich ein schlechtes Gefühl. Na, das ging ja gut los.

Viel Zeit zum Nachdenken hatte ich allerdings nicht, denn kaum war ich beim Sozialen Dienst angekommen, ging auch schon eine Roomtour los. Obwohl das Seniorenheim damals noch nicht so schön war wie heute, fand ich von Anfang an alles

ganz toll. Bis ich direkt ins kalte Wasser geschubst wurde – und zwar von meiner Anleiterin. Vor einer Zimmertür blieb sie stehen, verschränkte die Arme vor der Brust und sagte: »Zur Alltagsbegleitung gehört Zeitmanagement. Schauen wir mal, wie lange du in dem Zimmer hier brauchst. Geh einfach mal rein, und sprich mit Frau Tippelkamp. Dein Zeitlimit sind 15 Minuten.« Irgendetwas an ihrem schiefen Lächeln sagte mir, dass ich vor einer gewissen Herausforderung stand.

Ich klopfte und öffnete die Tür. »Hallo, Frau Tippelkamp. Darf ich Sie stören? Mein Name ist Jim, und ich mache ab heute hier ein Praktikum.« Weiter kam ich nicht. Gefühlt hatte schon das Klopfen gereicht, um bei Frau Tippelkamp einen Redeflash auszulösen, der nicht mehr aufhören wollte. Sie redete und redete. In null Komma nix hatte sie herausgefunden, dass ich Halb-Filippino war, was sie in totale Entzückung versetzte. Schneller als ich gucken konnte, saß ich auf einem Sofa mit einem Fotoalbum auf den Knien. Frau Tippelkamp war nämlich auch schon einmal auf den Philippinen gewesen. Ich lächelte interessiert, innerlich lief ich schreiend umher: Die Anleiterin hatte von 15 Minuten gesprochen, wie kam ich hier nun wieder raus? Es waren schon gefühlt zehn Minuten ins Land gegangen, und Frau Tippelkamp war in ihrer Erzählung gerade erst beim Flughafen angekommen! Genau konnte ich gar nicht sagen, wie viel Zeit vergangen war, denn ich wollte nicht auf die Uhr gucken. Das hätte Frau Tippelkamp womöglich ein schlechtes Gefühl gegeben. In der Schule hatte ich gelernt: Die Körpersprache soll im Gespräch wichtige Zeichen der Wertschätzung senden. Auf die Uhr gucken war genau das Gegenteil. Auch wusste ich, wie wichtig solche Gespräche waren. Frau Tippelkamps Erzählung von ihrer Reise zum größten

Hotel in Manila war fachlich gesehen eine wichtige Erinnerungsarbeit. Aus meiner Warte betrachtet war es jedoch der reinste Horror, weil ich die ganze Zeit das Zeitmanagement im Kopf hatte. Ich wollte auf keinen Fall gleich bei meiner ersten Aufgabe scheitern! Doch mir gegenüber saß eine ältere Dame, die total glücklich war, von ihren Abenteuern berichten zu können. Schließlich war ich genau dafür doch auch da, oder? Eine totale Bredouille. Wie kam ich rechtzeitig aus dem Gespräch heraus, ohne dass Frau Tippelkamp ein schlechtes Gefühl bekam? Mission impossible! Wo ist Tom Cruise, wenn man ihn mal braucht?

Schließlich hielt ich es nicht mehr aus und warf doch einen Blick auf die Uhr: O Himmel – es waren schon 25 Minuten um! Frau Tippelkamp jedenfalls reagierte großartig:

»Ach du jemine, ich quatsche und quatsche – und Sie müssen sicherlich weiter! Sie haben bestimmt noch so viel zu tun!«

»Ja, Sie haben recht. Ich bin ja neuer Praktikant und muss heute noch so viel kennenlernen!«, antwortete ich ihr und ließ mir meine Erleichterung nicht anmerken. Ich versprach ihr aber, noch einmal wiederzukommen, damit sie mir die Geschichte von den Philippinen zu Ende erzählen konnte.

Als ich seufzend die Tür hinter mir schloss, blickte ich direkt in die Augen meiner Anleiterin, die wieder mit verschränkten Armen vor der Tür stand. Sie warf einen überdeutlichen Blick auf die Uhr, dann wieder einen auf mich, dann wieder auf die Uhr. Ich wusste ja bereits, dass ich überzogen hatte, und ärgerte mich innerlich. Dann allerdings erklärte sie mir, was sie mir mit der Übung hatte deutlich machen wollen.

»Zeitmanagement ist eine schwierige Sache, wenn man gerade erst ins Gespräch kommt, richtig?«

»Ja«, antwortete ich. »Total schwierig! Ich hatte die ganze Zeit Panik, dass ich überziehe, und wollte doch gleichzeitig mit meiner vollen Aufmerksamkeit bei Frau Tippelkamp sein. Ihr auf keinen Fall das Gefühl geben, ich hätte es eilig! Wie soll das denn gehen?«

Ich schaute meine Anleiterin ratlos an. Sie löste die Arme aus ihrer Verschränkung, stemmte sie dafür in die Hüften und lächelte mich an.

»Alltagsbegleitung ist auf ihre Art ein richtig intensiver Job, bei dem großer Zeitdruck herrscht und man viel schaffen muss. Dabei stehen Frau Tippelkamp und die anderen im Mittelpunkt, doch gleichzeitig gibt es das ganze organisatorische Drumherum. Als Nächstes zeige ich dir, wie du die Dokumentation für deinen Besuch schreibst. Mach dir keinen Kopf, du wirst das schon reinwachsen.«

Am Abend saß ich im Aufenthaltsraum, und mir brannten die Füße. Wir hatten endlos viele Bewohner:innen besucht. Für alles, was wir getan hatten, hatte es ein eng getaktetes Zeitfenster gegeben. Ich wollte mir gar nicht ausmalen, was passierte, wenn diese Pläne durcheinandergerieten. Nach jedem Besuch schrieb ich eine Dokumentation. Es ging Schlag auf Schlag. Innerhalb von Sekunden musste ich mich dabei immer wieder auf eine neue Person, ihre Bedürfnisse und ihre Stimmung einstellen – während ich ihr größtmögliche Aufmerksamkeit zu schenken versuchte. Jetzt war ich komplett erledigt, aber glücklich. Ich wusste nun einerseits, dass Alltagsbegleitung wirklich absolut kein »arbeiten spielen« war. Aber ich wusste auch: Es ist eine Profession, die mir liegt. Ich wollte das machen. Und ich wollte gut darin sein.

Eine Sache jedoch musste ich noch in Erfahrung bringen. Deshalb sprach ich eine Kollegin an, die in den Aufenthaltsraum gekommen war.

»Ich habe mal eine Frage. Heute früh habe ich einer Bewohnerin vor der Tür Feuer gegeben. Sie hatte mich danach gefragt. War das falsch?«

Die Kollegin lachte. »Ach, du meinst Frau Tippelkamp! Die ist wirklich eine Nummer – und unglaublich witzig. Aber um deine Frage zu beantworten: Nein, das war nicht falsch. Frau Tippelkamp ist starke Raucherin. Sie verbringt den lieben langen Tag draußen am Eingang, schnorrt Kippen und Feuer. Das ist ihr Tagesgeschäft.«

Ich war erleichtert. Und na klar: Ein Altenheim ist schließlich kein Gefängnis, keine »Einrichtung« für die Bewohner:innen, es ist ein Zuhause. Wer rauchen will, der raucht halt.

Diese Frau Tippelkamp lernte ich im Laufe der Zeit noch besser kennen. Meine Kollegin hatte recht: Sie war echt eine Marke, die mich nahezu jeden Tag zum Lachen brachte.

Während der dreimonatigen Qualifikation entdeckte ich übrigens jemanden, den ich total vergessen hatte: meinen Ehrgeiz. Ich hatte plötzlich das starke Bedürfnis, etwas zu beweisen. Nicht nur meinem Chef oder meinen Kolleg:innen. Sondern vor allem mir selbst. Heute weiß ich, dass Ehrgeiz ein Teil meiner Persönlichkeit ist, der mich, endlich aus seinem Dornröschenschlaf geweckt, bis jetzt ziemlich weit gebracht hat. Doch nach den vielen Jahren der Orientierungslosigkeit fühlte sich dieser Ehrgeiz erst einmal ungewohnt an. Weshalb die drei Monate auch einiges von mir abverlangten und mir vorkamen wie ein knallhartes Staatsexamen. Ich strengte mich an und büffelte

die Nächte für den Test durch. Schließlich hatte ich wirklich null Plan.

Und dann ... bestand ich! Es kam sogar noch besser: Mein Chef bot mir einen Jahresvertrag im Seniorenheim an. Ich überlegte nicht lange – und ZACK, stand ich mitten im Arbeitsleben. Ja, so schnell kanns gehen. Ich hatte nicht nur einen Job, sondern auch noch etwas gefunden, das mir Spaß machte. Orientierungslosigkeit adé!

»Die Eu-heu-le, die Eu-heu-le ...«

Zu meinem ersten richtigen Arbeitstag ging ich nicht, ich schwebte. Ich war so glücklich und motiviert, endlich anzufangen. Ich war voll da. Mit allem ausgestattet, was ich brauchte. Mehr noch: Ich platzte fast vor Ideen, was ich den Bewohner:innen alles anbieten könnte. Ich wollte mich beweisen – und gut, vielleicht vor den Kolleg:innen auch ein bisschen damit flexen, was ich in den letzten drei Monaten gelernt hatte.

Kaum war ich angekommen, stand auch schon meine Anleiterin vor mir: »Jim, ich stelle dich mir sehr gut im Umgang mit Menschen mit Demenz vor. Deshalb wurdest du auf den gerontopsychiatrischen Bereich eingeteilt.«

Ja gut, dachte ich. Hatte aber nur eine grobe Idee, was auf mich zukommen würde. Den gerontopsychiatrischen Bereich hatte ich nur einmal kurz besucht, als mir das Seniorenheim gezeigt wurde. Mein Praktikum hatte ich in einem anderen Wohnbereich absolviert. Dennoch war das Altenheim trotz unterschiedlicher Wohnbereiche ein und dasselbe Haus. Ich wusste also, was ich zu tun hatte.

Als Nächstes bekam ich eine Frau Tippelkamp an die Hand, die ich noch nicht kannte. Sie lächelte mich an, sagte aber nichts. Also hakte ich sie bei mir unter und schlug ihr vor: »Wie siehts aus, Frau Tippelkamp, kann ich Sie zu einem kleinen Spaziergang überreden?«

Frau Tippelkamp lächelte und schaute vor sich hin. Ich nahm das als fröhliche Zustimmung und führte sie zum Ausgang. Kaum waren wir draußen angekommen, fing Frau Tippelkamp an zu summen. Und dann ging es plötzlich los, denn sie sang laut und deutlich: »Die Eu-heu-le, die Eu-heu-le, die hat am Arsch 'ne Beu-heu-le ... fiderallala, fiderallala, fiderallala-lala-laaaa.«

Ich blickte sie erstaunt von der Seite an. Frau Tippelkamp indes sang unbeirrt weiter. Nun ja, was soll ich sagen: Ich schätzte, da war mein Typ gefragt! Also stimmte ich kurzerhand mit ein. Frau Tippelkamp sah mich an und strahlte übers ganze Gesicht. Singend gingen wir weiter. Hätte sie noch jüngere Beine gehabt, wären wir in den Hopserlauf gewechselt! Doch egal, wie schnell oder langsam uns unsere Beine trugen: Den ganzen Spaziergang über das große Außengelände sangen wir gemeinsam immer wieder diese Zeilen: »Die Eu-heu-le, die Eu-heu-le, die hat am Arsch 'ne Beu-heu-le ... fiderallala, fiderallala, fiderallala-lala-laaaa.«

Das war's. Ich war schlagartig verliebt und wusste: Der gerontopsychiatrische Bereich ist genau mein Ding.

Schwester Angelika ist »not amused«

Wie ich aus meinem Praktikum schon mitbekommen hatte, hat Alltagsbegleitung unglaublich viel mit Planung, Zeitmanagement

und Dokumentation zu tun. Wie sehr hier aber auch die Welten von Sozialem Dienst und Pflegepersonal aufeinanderkrachen konnten, war mir in den Praktikumswochen nicht klar geworden. Das kam dann jetzt. Dafür auch mit einem ordentlichen Knall.

Es ist für Menschen, die nicht drinstecken, kaum nachvollziehbar, mit was für einem aufwendigen Bürokratieakt sich der Soziale Dienst jeden Tag auseinandersetzen muss. Alle Aktivitäten und Angebote müssen akribisch geplant und abgesegnet werden. Das Ganze wird dann behördlich überprüft. Vonseiten der Pflege mag es so aussehen, als hätten Alltagsbegleiter:innen den einfachen, spaßigen Teil des Jobs. Da steckt auch ein wahrer Kern drin: Wenn die Bewohner:innen gut drauf sind, dann hopst man schon mal von Beulen an Eulen singend durch den Garten. Wie anstrengend dieser Job ist, wird dabei aber schnell übersehen – und ich kann es beurteilen, denn heute kenne ich beide Seiten. Damals aber war dem natürlich noch nicht so. Und so geriet ich in die leider oft üblichen Kämpfe zwischen Pflegepersonal und Sozialem Dienst. Diese Kämpfe finden statt, obwohl beide Seiten wissen: Ohne den anderen Part würde die stationäre Langzeitpflege nicht funktionieren. Die Menschen müssen gepflegt werden, aber auch die psychosoziale Betreuung ist essenziell. Sonst würden viele Bewohner:innen einfach nur in ihren Betten liegen und an die Decke starren. Es braucht die Pflege für beides: den Körper und die Seele.

Damit Sie es besser verstehen, hier ein üblicher Kampfschauplatz zwischen Alltagsbegleitung und Pflege: Alltagsbegleiter Jim hat am Mittwoch um zehn Uhr eine geplante Einzelbetreuung von Frau Tippelkamp. Ein Spaziergang steht an. Frau Tippelkamp

aber ist immobil, was bedeutet: Sie braucht personelle Unterstützung, um von ihrem Bett in den Rollstuhl zu kommen und die Jacke anzuziehen. Vielleicht muss sie vorher auch noch mal auf die Toilette. Das sind Unterstützungsleistungen, die in den pflegerischen Bereich fallen. Nicht, dass sich Alltagsbegleiter Jim für diese Tätigkeiten zu fein wäre. Er darf es schlicht und ergreifend nicht machen, weil er dafür nicht ausgebildet ist. Dieses ganze Vom-Bett-in-den-Rollstuhl wird im Fachjargon »Mobilisation« oder »Transfer« genannt. Alltagsbegleiter:innen haben zwar Grundkenntnisse in Mobilisation, Kraft- oder Balancetraining, dürfen dies aber faktisch nicht durchführen. Damit Alltagsbegleiter Jim aber nun mit Frau Tippelkamp an die frische Luft kann, muss er eine Pflegerin oder einen Pfleger ansprechen und darum bitten, Frau Tippelkamp fertig zu machen. Nennen wir diese Person »Schwester Angelika«.

Die Sache ist die: Schwester Angelika steht nicht gerade in der Gegend herum und dreht Däumchen. Sie hechtet durch die Gänge und versucht, ihre eigenen Pläne einzuhalten, um die ganze Arbeit zu schaffen. Jetzt kommt also Alltagsbegleiter Jim daher und möchte mit Frau Tippelkamp spazieren gehen. Einer von diesen Alltagsbegleiter:innen, die immer die ganzen schönen Sachen machen können und keinen Stress haben! Während Schwester Angelika gerade einen ganz anderen Film fährt. Sie ist vielleicht dabei, Versorgungsrunden zu machen, oder sie steckt mitten in der Pflegeplanung und muss sich konzentrieren.

Sie können sich gar nicht vorstellen, wie schnell in so einem Moment sinnbildlich die Waffen gezogen werden. Beide Seiten haben Zeitdruck, doch die eine ist von der Leistung der anderen abhängig. Und schon geht es los: »Warum jetzt? Ich habe keine Zeit.«

»Aber ich brauche Frau Tippelkamp jetzt, ich habe noch 13 andere Bewohner:innen, die heute betreut werden müssen.«

Alltagsbegleiter Jim hat zu diesem Zeitpunkt noch wenig Verständnis für die Einstellung von Schwester Angelika. Auch er hat individuelle Planungen und muss sich dafür rechtfertigen, wenn Dinge zu spät oder gar nicht geleistet werden. Ganz zu schweigen von dem schweren Herzen, das er hin und wieder mit nach Hause schleppt, wenn an einem Tag für manche Bewohner:innen viel zu wenig Zeit geblieben ist. Alltagsbegleiter Jim ist schnell klar, dass Schwester Angelika offenbar eines nicht richtig bewusst ist: Alltagsbegleitung – und der ganze Soziale Dienst – ist ein hochprofessioneller Beruf, der geplant, durchgeführt, nachbereitet und evaluiert werden muss. Der kontrolliert wird. Und das nicht mal eben so lala.

Schwester Angelika jedenfalls ist »not amused«, dass nun Alltagsbegleiter Jim weiter nervt und ausgerechnet jetzt mit Frau Tippelkamp spazieren gehen will. Weil aber schönes Wetter draußen ist und einfach alles dafürspricht, dass ein bisschen Zeit an der frischen Luft wirklich gut für Frau Tippelkamp wäre, steht Schwester Angelika argumentativ ziemlich schwach da. Nicht zu vergessen: Es ist auch einfach ihr Job. Also fügt sich Schwester Angelika in ihr Schicksal. Das tut sie jedoch nicht, ohne es Alltagsbegleiter Jim so schwer wie nur irgend möglich zu machen. Bevor sie also Frau Tippelkamp mobilisiert, hält sie ihm kleinschrittig vor, was sie wegen ihm nun alles zu tun hat, was sie deshalb nicht tun kann und warum er gerade heute, besonders jetzt, ganz unglaublich nervt.

Zu Beginn meiner Jahre als Alltagsbegleitung habe ich das alles mit mir machen lassen. Ganz ehrlich: Menschen wie Schwester Angelika schüchterten mich auch ein. Dazu kamen

gut gemeinte Ratschläge von den Kolleg:innen wie »Leg dich bloß nicht mit der Pflege an, die machen dir sonst alles schwer«. Doch mit der Zeit gewann ich an Selbstvertrauen – auch, weil ich immer mehr wahrnahm, wie wichtig die Arbeit des Sozialen Dienstes ist.

Irgendwann aber wurde es mir zu bunt, und ich begab mich ins offene Kampfgeschehen. Mir platzte gelinde gesagt der Kragen, als Schwester Angelika bei einer anderen Gelegenheit wieder herumposaunte, wovon ich sie nun wieder alles abhielt. Wieder ging es darum, dass Frau Tippelkamp für einen Spaziergang fertig gemacht werden sollte. Ich holte Luft und machte meine Position klar: »So, pass mal auf, Schwester Angelika. Ich habe dich gefragt, ob du Frau Tippelkamp mobilisieren kannst. Ich habe nicht darum gebeten, dass du ihr ein neues Haus baust. Du sollst sie bitte nur in den Rollstuhl setzen, damit ich sie hinunter an die frische Luft bringen kann!«

Bämm. Das saß.

Frieden brachte dieser Ausbruch natürlich nicht. Ganz im Gegenteil. Ich hatte mich auf eine Seite geschlagen. Was ja klar war, denn ich war Alltagsbegleiter und kannte die Perspektive der Pflege nicht. Später änderte sich das natürlich. Als ich in den pflegerischen Bereich wechselte, nahm ich meine jahrelange Erfahrung als Alltagsbegleiter mit und war von diesem Zeitpunkt an mit beiden Seiten vertraut. Deshalb habe ich mich später immer um die »Völkerverständigung« im Altenheim bemüht. Kam eine Alltagsbegleitung mit der Bitte um Mobilisierung auf mich zu, dann tat ich es einfach. Und wenn ich wirklich sehr im Stress war und gerade keine Zeit hatte, dann erklärte ich die Lage: »Entschuldige, ich kann das jetzt nicht, denn ich muss XY machen. Ich weiß aber, dass auch deine Zeit knapp ist und

Frau Tippelkamp das braucht. Gib mir ein paar Minuten, dann komme ich und helfe.«

Zu meiner Zeit als Alltagsbegleitung schaffte Schwester Angelika es leider nicht, mir ganz transparent zu erklären, warum sie jetzt keine Zeit hat. Alles, was bei mir ankam, war: »Ich habe jetzt keine Lust, dich bei deiner Du-nennst-es-Arbeit zu unterstützen, denn ich habe Dinge zu tun, die wirklich wichtig sind.«

Damals legte ich mich deshalb eine ganze Weile mit den Pflegekräften an. Damit baute ich mir keinen Fanklub auf, aber immerhin kamen zwei gute Sachen dabei heraus: Die Kämpfe stärkten meine fachliche Kompetenz, und ich lernte, mich durchzusetzen. Einerseits schaffte ich mir alles an Fachwissen drauf, damit Schwester Angelika nicht noch mehr Oberwasser bekam, als sie eh schon ständig hatte. Andererseits ließ ich mich nicht wegschicken, einschüchtern oder kleinreden.

Aus heutiger Sicht kann ich sagen: Uns allen in der Pflege täte es gut, wenn wir untereinander öfter mal die Perspektive des oder der anderen einnehmen würden. Wenn wir unterschiedliche Meinungen aushalten und die Bedürfnisse der anderen respektieren würden. Was für krasse Teams wären wir! Stattdessen laden wir uns durch interne Streitereien und Machtkämpfe noch mehr Stress auf die Schippe, als wir eh schon haben – und machen uns damit das Leben schwer.

»Ich kümmerge mich drum!«

Aber zurück zur Alltagsbegleitung. Meine Passion für die Betreuung von Menschen mit Demenz hat genau hier angefangen. Ich

merkte, dass ich ein Händchen dafür hatte. Oder einfach einen Sensor für Stimmungen und die Fähigkeit, mich auf die Welt meines Gegenübers einzulassen. Dennoch war ich anfangs natürlich unsicher. Mir fehlte die Erfahrung. Gleichzeitig merkte ich, dass ich von meinem Chef und den Pfleger:innen im Auge behalten wurde. Klar, ich war schließlich neu und musste mich erst mal bewähren. Oder sagen wir, wie es war: Ich wurde auf Herz und Nieren getestet. Das setzte mich unter Druck, denn ich hatte endlich einen Job gefunden, der mir Spaß machte. Bei dem sich abzeichnete, dass es für mich mehr als nur ein Job werden würde. Und den wollte ich behalten. Mich mit allem, was ich hatte, daran festklammern. Endlich konnte ich auf die Frage »Und, was machst du beruflich so?« ohne Schweißausbrüche antworten. Ich hatte zwar keinen Dokortitel bekommen oder eine Meisterarbeit geschreinert, aber ich hatte eine Qualifikation. Damit war ich glücklich. Und zu diesem Zeitpunkt reichte mir das vollkommen. Kurz: Mein Ehrgeiz war »on fire«. Deshalb schüttelte ich meine Ängste so gut es ging ab und sagte mir: »Jim, let's shine!«

Ich wollte punkten. Ich wollte, dass nicht nur ich, sondern auch die Leitungen wussten, dass ich hier richtig war und den Job gut machte.

Klar war ich besonders am Anfang unsicher. Bauchgefühl und Händchen hin oder her: Die dreimonatige Qualifikation hatte natürlich nicht vollumfänglich abgedeckt, wie man mit Menschen mit Demenz umgeht. Und nun lief ich ohne Anleitung im Wohnbereich herum, war also auf mich allein gestellt. Ich machte alles irgendwie instinktiv, so wie ich es für richtig hielt. Aber war es richtig, Menschen mit Demenz anzulügen? Wenn Frau Tippelkamp mir beispielsweise mitteilte: »Also, ich

möchte dann jetzt nach Hause gehen!« Und ich sie dann einfach so lange ablenkte, bis sie nicht mehr davon sprach. Oder ihr sagte: »Später, Frau Tippelkamp. Möchten Sie nicht erst noch ein Stück Kuchen?«

Irgendwann wurde das flaue Gefühl in meinem Bauch zu einem gordischen Schuldgefühl-Knoten, weshalb ich schließlich zur Wohnbereichsleitung ging. Ich klopfte an die Tür und platzte, noch bevor ich saß, mit der Frage heraus: »Sag mal, wenn ich Frau Tippelkamp dies und jenes sage, lüge ich sie damit an? Und ist das schlimm, dass ich das so mache?«

Ich kann mich noch genau an das nun folgende Gespräch erinnern, denn es setzte vieles in Gang. Sowohl die Wohnbereichsleitung als auch mein Chef sprachen sehr offen mit mir. Sie brachten mir unglaublich viel über den Umgang mit Menschen mit Demenz bei. Das wäre im Laufe der Zeit natürlich sowieso passiert, aber ich hatte das Gefühl, dass ab diesem Punkt alles sehr viel offener wurde. Vielleicht dadurch, dass ich die Karten auf den Tisch gelegt hatte. Es ist nicht leicht, die eigene Unsicherheit zu zeigen. Dabei ist es oft genau das Richtige. Schließlich können andere die eigenen Sorgen nicht riechen und denken womöglich: *Ach guck, der hat alles im Griff*. Bis dann irgendwann vielleicht mal etwas nicht ganz so gut läuft.

So aber hatte ich sehr viele Menschen um mich herum, die sich die größte Mühe gaben, mir so viel beizubringen, wie sie konnten. Ganz viel schaute ich mir auch bei den Pfleger:innen ab. Wie sprachen sie mit den Bewohner:innen? Wie gingen sie auf sie ein? Wie beruhigten sie sie, wenn die Emotionen mal in große Höhen oder dunkle Tiefen abglitten? Wie halfen sie bei großer oder der allgemeinen Orientierungslosigkeit, mit der Menschen mit Demenz mehr oder weniger stark zu kämpfen haben?

Auch in meiner Freizeit fing ich an, mich über das Krankheitsbild Demenz weiterzubilden. Ich fand es hochinteressant, was neu für mich war. Warum gerade Demenz? Ich war nie damit in Berührung gekommen, woher also kam das Interesse an einer neurodegenerativen Krankheit? Was war denn mit mir los? Es gab nur eine Schlussfolgerung: Ich musste tatsächlich etwas gefunden haben, das mir ungemein lag. Mein Ehrgeiz war natürlich auch noch immer am Start. Ich wollte der beste Alltagsbegleiter werden, den man im Seniorenheim je gesehen hatte. Also DER Alltagsbegleiter. Deshalb hörte man plötzlich nur noch Dinge von mir wie:

»Mach ich!«

»Ich kümmere mich drum!«

»Das regel ich, gar kein Problem!«

Ich wollte so viel lernen, wie es ging. Ich liebte es, auf die Bewohner:innen einzugehen und ihnen in ihren Welten zu begegnen. Ich spürte, dass ich sie dadurch in ihrer Orientierungslosigkeit nicht alleinließ, sondern sie abholen konnte. Manchmal mehr, manchmal weniger. Aber immer ein bisschen. Ihnen helfen zu können machte mich glücklich.

»Der Schrank ist über 100 Jahre alt!«

Eine Frau Tippelkamp werde ich nie vergessen, denn sie war es, die mich viel über den Umgang mit Menschen mit Demenz lehrte. Bei ihr war die Demenz schon weit fortgeschritten. Wenn Frau Tippelkamp gute Laune hatte, steckte sie einfach alle mit an. Man konnte ihr Lachen schon von Weitem hören. Hatte sie allerdings schlechte Laune, bekam das auch jede:r mit. Dafür

konnte sie sorgen. Sie schimpfte ohne Unterlass. Ihr Gesicht sah nicht nur aus wie sieben Tage Regenwetter, es war das Regenwetter höchstpersönlich! Schon bevor ich an ihrer Zimmertür ankam, um sie zur Frühstücksguppe abzuholen, konnte ich ihre Stimmung an den Geräuschen auf der anderen Seite der Tür ablesen. War sie mies drauf, war da ordentlich Action im Raum. Sie machte es den Pfleger:innen dann nicht gerade leicht. Irgendwann ging die Tür auf – und sie schimpfte noch immer wie ein Rohrspatz: »Das darf doch wohl nicht wahr sein!«

»Lass das jetzt!«

»Ich mach das!«

Sie konnte ihre Worte dabei auch ganz wunderbar untermalen, indem sie ihren Rollator krachend fortbewegte oder mit ihm absichtlich gegen Kanten stieß. Die Pflegekraft hielt sich derweil tapfer: »Frau Tippelkamp, wir gehen nur in den Tagesraum, es gibt jetzt Frühstück.«

Aber nicht mit Frau Tippelkamp und ihrer schlechten Laune!

»Du sagst mir bestimmt nicht, wo wir hingehen! Ich geh in die andere Richtung!«

Und schon hatte sie sich mit dem Rollator krachend umgedreht und stapfte davon.

Andersherum, wenn sie gute Laune hatte, kam sie schon pfeifend aus dem Zimmer heraus und strahlte mit der Deckenbeleuchtung um die Wette.

»Ach, du schon wieder hier?«, sagte sie dann lachend und trippelte singend neben mir her bis in den Tagesraum. Die Frau war einfach eine Wucht.

Irgendwann fiel mir auf, dass es auch auf die Pflegekraft ankam, mit welchem Fuß Frau Tippelkamp an einem Tag aufstand. Manch eine erinnerte sie vielleicht an jemanden, mit

dem sie mal eine negative Erfahrung gemacht hat. Oder es lag nicht an der Pflegekraft selbst, sondern womöglich an der Frisur oder was auch immer. Eine Pflegerin allerdings schaffte es immer, sie zum Trällern zu bringen: Schwester S. Diese Pflegerin hatte eine Art, mit der sie zu allen durchdrang. Jede:r Bewohner:in liebte sie. Ach was: Wir alle liebten sie. Sie war (und ist immer noch) das empathischste Wesen dieser Welt. Sie konnte Stimmungen schon beim Eintreten in einen Raum spüren und sich dann sofort auf die Person einlassen, die sich darin befand. Das lernte ich auf jeden Fall von ihr. Wenn ich heute nicht weiß, was mich hinter einer Tür erwartet, spüre ich kurz nach, und dann probiere ich aus: Muss ich eine:n Bewohner:in motivieren, ablenken, mich ruhig und langsam bewegen oder einfach drauflosplappern? Schwester S. konnte das damals wie heute wie keine Zweite.

Es war einfach, mit Frau Tippelkamp umzugehen, wenn sie gut drauf war. Schwieriger war es, sie abzuholen, wenn eine Gewitterwolke über ihrem Kopf schwebte. Doch ich fand schnell heraus, wie ich mich in ihre Welt begeben konnte. Und das hatte mit einem besonderen Möbelstück zu tun, das im Tagesraum stand: ein Schrank. Das Ding war ein relativ altes, wuchtiges Stück »Gelsenkirchener Barock«. Es war randvoll mit verschiedenen Gegenständen, die auf gerontopsychiatrischen Wohnbereichen ungemein hilfreich sind, weil sie den Bewohner:innen helfen können, sich wohlfühlen. Da gab es zum Beispiel ein altes Radio, womit besonders die älteren Herren sich gerne beschäftigten. In unserem Schrank befanden sich außerdem ein Helm aus dem Bergbau, eine alte Singer-Nähmaschine, Porzellansets und Puppen. Der Schrank war quasi ein Lager mit Materialien für die Erinnerungsarbeit. Aber jetzt

kommt das wirklich Besondere an diesem Schrank: Er gehörte Frau Tippelkamp. Genauer gesagt: ihrer Mutter. Davon war sie jedenfalls überzeugt.

»Der Schrank ist über 100 Jahre alt!«, rief sie aus, sobald sie ihn sah. »Der gehörte meiner Mutter! Dieser Schrank hat schon einige Geschichten erlebt, das kann ich dir sagen! Was für Partys dieser Schrank erlebt hat. Aber auch Streit. Ganz viel Streit hat dieser Schrank mitbekommen, ja.«

Für Frau Tippelkamp war der Schrank sozusagen das It-Piece ihrer Vergangenheit.

Hatte ich die schlecht gelaunte Frau Tippelkamp morgens irgendwie in Richtung Tagesraum geleiten können, ging das Lamentieren am Frühstückstisch direkt weiter.

»Ich will nicht essen! Ich habe keinen Hunger!«

Ihre Worte begleitend schmiss sie schon mal das Messer quer über den Tisch oder spuckte das Brot auf den Boden. Wenn ich wieder einmal relativ aufgeschmissen versuchte, gut auf sie einzureden, und nicht weiterkam, fragte ich wie nebenbei: »Frau Tippelkamp, sagten Sie nicht mal, der Schrank sei der von ihrer Mutter?«

Nicht immer, aber doch sehr oft, zauberte dieser Satz ein Lächeln in ihr Gesicht. »Ja, genau! Über 100 Jahre ist der schon alt. Was der für Geschichten mitbekommen hat, dieser Schrank. Und Partys ...«

Allein das Aufmerksammachen auf diesen Schrank rief positive Erinnerungen in Frau Tippelkamp hervor. Sie schwenkte dann zwar meist schnell wieder zurück zu ihrer schlechten Laune, aber sobald ich den Schrank erneut erwähnte, kehrte das Lächeln zurück. Wenn sich die Augenbrauen dann wieder

zusammenzogen, ich sie also noch nicht ganz aus ihrer negativen Stimmung herausbekommen hatte, stand ich auf und ging hinüber zum Schrank. Dann öffnete ich die Türen und gab mich überrascht: »Frau Tippelkamp, da sind noch lauter Sachen drin! Ist die Nähmaschine auch von Ihrer Mutter?«

»Jaja!«, antwortete Frau Tippelkamp dann. »Alles, was da drin ist, gehört mir. Das gehört alles mir!«

Manchmal allerdings setzte ich damit auch eine Verhaltenskette in Gang, die mir frühstücksmäßig weniger gut in die Karten spielte. Dann blieb Frau Tippelkamp nicht zufrieden am Tisch sitzen und aß, sondern sie packte ihren Rollator und kam zu mir herüber.

»Das gehört alles mir«, murmelte sie dann und begann, alle Dinge, die sie gerade wollte oder brauchte, in ihren Rollator umzupacken. Da konnte ich noch so sehr bitten, dass sie erst einmal zu Ende frühstückte: Wenn Frau Tippelkamp auf dem Weg war, dann war sie auf dem Weg. Komme, was wolle.

»So, ich muss dann jetzt auch los!« Mit einem letzten prüfenden Blick schloss sie die Türen, wenn sie fertig mit Packen war. Und schon ging es hinaus auf den Flur. Ich habe sie dann einfach eine Runde laufen lassen, denn sie bewegte sich meistens im Kreis. Kaum war sie wieder an der Tür zum Tagesraum angekommen, rief ich ihr zu: »Frau Tippelkamp! Schön, dass Sie da sind!« Und weiter: »Gucken Sie mal, ich habe hier ein bisschen Frühstück. Haben Sie Hunger?«

»Ach ja«, tönte es dann hinter dem vollgepackten Rollator. »Ein bisschen was könnte ich essen.«

Dann kam sie zum Tisch und setzte sich hin. Dank des Rollators hatte ich auch genug Gesprächsstoff, um sie bei Frühstückslaune zu halten.