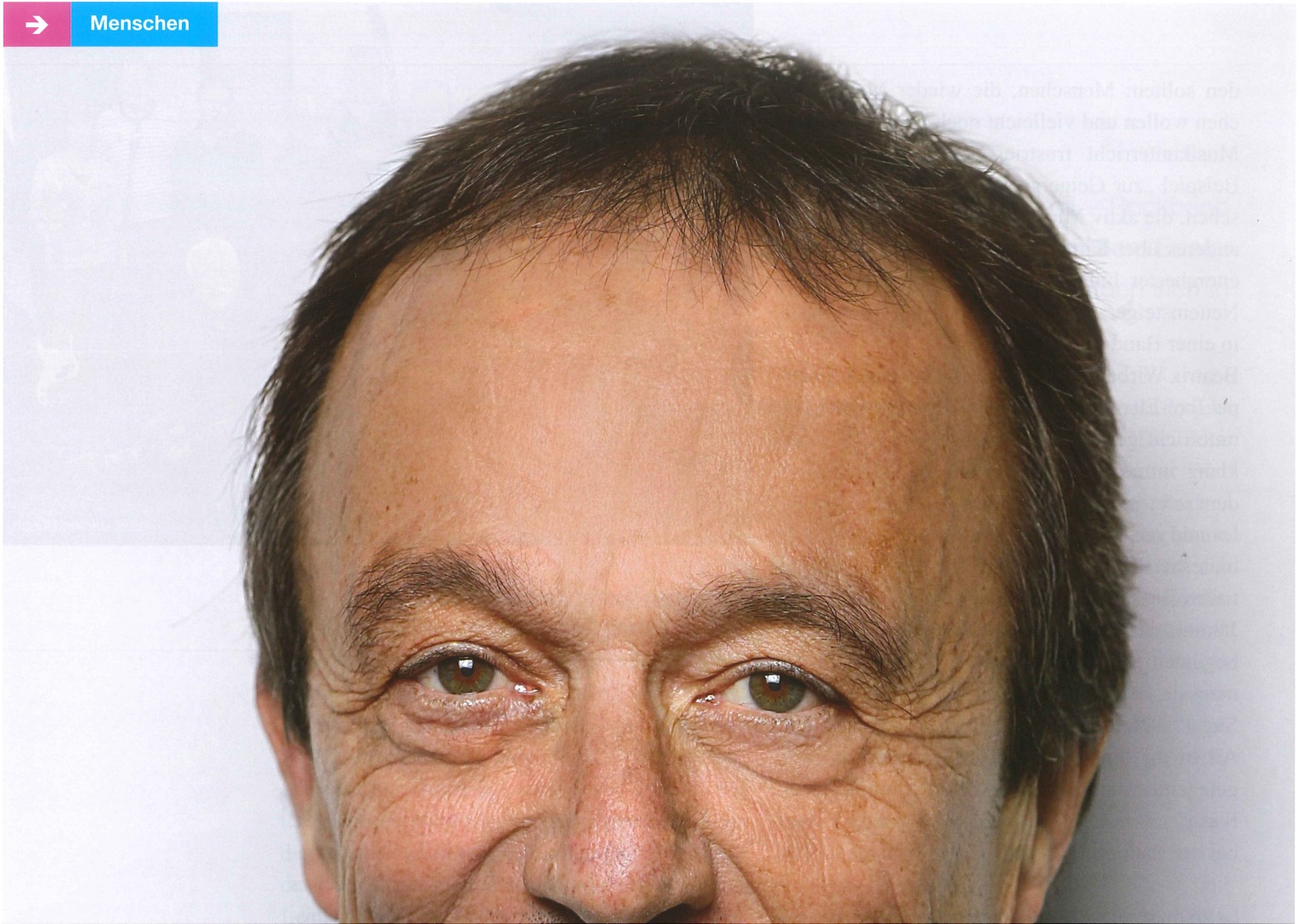

# „Auch John Wayne kann pflegen“

■ Pflegebedürftigkeit und Altersdemenz werden zum biografischen Regelfall. Männer müssen sich in Zukunft deshalb stärker in der Pflege engagieren. Mehr als ein Drittel Männer sind bereits in der Pflege von Angehörigen aktiv. Doch ihr Engagement bleibt oft im Verborgenen, kritisiert der Reutlinger Gerontologe Eckart Hammer. □

**Herr Hammer, Pflege ist Frauensache, zumindest in der öffentlichen Wahrnehmung. Dabei sind mittlerweile mehr als ein Drittel Männer in der Pflege von Angehörigen aktiv. Warum wird dieses Engagement so unterschätzt?**
Pflege ist weiblich, dieses Stereotyp ist fest in unserem Denken verankert. Das liegt an einem tief verwurzelten, jahrhundertealten Leit- und Rollenbild in unserer Gesellschaft. Und zumindest für die Pflegeberufe ist das Stereotyp ja auch immer noch richtig: Im Pflegebereich sind rund 80 Prozent der Beschäftigten Frauen. Doch für die Angehörigenpflege stimmt das schon längst nicht mehr, auch wenn in der Wissenschaft und in Ratgebern immer noch davon zu hören und zu lesen ist. Das liegt auch daran, dass Männer, die zuhause ihre Ehefrau oder ihre Eltern pflegen, das nicht so nach außen tragen. Auch, weil sie über die Diskrepanz verunsichert sind, die sie zwischen dem Rollenklischee und ihrem eigenem Tun erleben.

**Dabei kann es doch künftig in der Pflege gar nicht mehr ohne Männer gehen.**
Ja, der demografische Wandel macht die Frage nach der Pflege zu einem sozial- und zugleich geschlechterpolitischen Thema ersten Ranges. Pflegebedürftigkeit und Altersdemenz werden zum biografischen Regelfall. Männer müssen sich in Zukunft stärker in der Pflege engagieren. Das ist nicht nur ein Gebot der Fairness bei der Aufgabenverteilung zwischen den Geschlechtern, sondern schlicht eine gesellschaftliche Notwendigkeit: Ohne pflegende Männer ist dem drohenden Pflegenotstand nicht beizukommen.

**Männer in der Angehörigenpflege werden aber nicht nur quantitativ unterschätzt, sondern auch qualitativ, schreiben Sie.**
Es gibt mehr, als man denkt, und sie machen es besser, als man denkt. In den zahlreichen Interviews für mein Buch habe ich keinen Hinweis dafür gefunden, dass sich Männer vor der Pflege drücken – auch nicht vor der Körper- und Intimpflege. Auch John Wayne kann pflegen (lacht). Aber auch hier gilt: Sie machen darüber kein großes Aufheben, sondern sprechen davon mit einer großen Ruhe und Sachlichkeit. Und erst im Verlauf eines Gesprächs wird klar, dass Männer beispielsweise auch Windeln wechseln.

**Und sie machen das mit einer großen Selbstverständlichkeit?**
Genau. Ein 81-Jähriger, der seine Frau betreut, sagt beispielsweise: „Ich mache eigentlich nichts Außergewöhnliches. Ich gucke, dass ich die Aufgabe, die mir im Leben gestellt wurde, zurzeit so gut wie möglich löse und erledige.“ Ein anderer erzählt: „Wir sind dieses Jahr 50 Jahre verheiratet, und sie hat mit mir zusammen das Geschäft aufgebaut. Wir haben zusammen die Kinder gehabt, und sie war immer für mich da, und jetzt bin ich für sie da.“ Bei den pflegenden Söhnen und Enkeln kommt häufig eine tief empfundene Dankbarkeit hinzu. Oft fällt bei ihnen der Satz: „Ich möchte etwas von dem zurückgeben, was ich bekommen habe.“

**Das würden im Zweifel Frauen, die ihre Partner oder Eltern pflegen, ähnlich formulieren. Was also ist das Besondere an der Situation pflegender Männer?**

## Zur Person

Eckart Hammer, Jahrgang 1954, ist Sozialpädagoge und Sozialwissenschaftler. Er lehrt an der Evangelischen Hochschule in Ludwigsburg Gerontologie. Nach den Büchern „Männer altern anders“ und „Das Beste kommt noch – Männer im Unruhestand“ hat er nun ein Buch über Männer in der Angehörigenpflege verfasst.

Häusliche Pflege gehört zumindest in der Generation der heute 60- bis 80-Jährigen nicht zum männlichen Rollenverständnis und Aufgabenspektrum. Von Männern wird die Pflege von Angehörigen nicht mit der gleichen Selbstverständlichkeit erwartet wie von Frauen. Ihnen wird also eine größere Anerkennung gezollt, wenn sie pflegen. Zudem haben pflegende Männer eher die gesellschaftliche Erlaubnis, sich Hilfe zu holen und Aufgaben zu delegieren, um sich so ein Stück persönliche Freiheit bewahren zu können. Sie können so auch besser außerhäusliche Kontakte aufrechterhalten.

**Persönlichkeiten wie der Politiker Franz Müntefering oder der ehemalige Ratsvorsitzende der Evangelischen Kirche in Deutschland Nikolaus Schneider haben sich öffentlich dazu bekannt, ihre Ehefrauen zu pflegen bzw. gepflegt zu haben. Dafür haben sie viel Respekt erhalten.**
Ja, weil es in der öffentlichen Wahrnehmung eben immer noch nicht selbstverständlich ist, wenn Männer pflegen, und erst recht nicht, wenn es Führungspersönlichkeiten sind, die das tun. Das wird als Überraschung empfunden. Ich bin über jeden Mann froh, der sich öffentlich dazu bekennt, zu pflegen, und so zu einem Stück Normalität beiträgt.

**Was haben Männer denn davon, abgesehen von der öffentlichen Anerkennung, wenn sie pflegen?**
Männer, die nicht mit Pflege in Berührung kommen, verpassen womöglich ihre zweite Care-Chance.

**Ihre Care-Chance?**
Die heute älteren Männer, deren Zeit als Vater oft noch von traditionellen Männerbildern geprägt war und die die Kinderbetreuung noch weitgehend ihren Frauen überließen, haben jetzt ihre zweite Care-Chance: Sie könnten überkommene und einengende Normen von Männlichkeit überwinden und erleben, wie die intensive Zuwendung zu einem pflegebedürftigen Angehörigen ihr Leben um Dimensionen bereichern kann, die ihnen bislang fremd waren.

**Welche Dimensionen sind das?**
Sie können erleben, dass es jenseits von Sachlichkeit, Härte oder Distanz Möglichkeiten der Begegnung gibt, die ihre Spielräume erweitern und Beziehungen vertiefen. So erzählt beispielsweise ein Mann, der seine Mutter pflegt, dass er früher außerstande war, herzlich gegenüber seiner Mutter zu sein. „Aber die Herzlichkeit, die ich jetzt von ihr bekomme und ihr vielleicht auch anbiete, das ist vielleicht, was intensiver wurde."

**Sie unterscheiden vier Grundtypen von Männern in der häuslichen Pflege.**
Ja, da gibt es die Solisten, die auf einen Pflegedienst oder andere Unterstützung von außen verzichten, weil sie darin keine wirkliche Entlastung sehen. Sie agieren oft nach dem Motto: „Es gibt keine Probleme, sondern nur Herausforderungen." Sie sind oft auch stolz darauf, was und dass sie alles hinkriegen. Manchmal wollen sie sich aber auch einfach nur nicht in die Karten gucken lassen.

**Aus dem Solisten kann aber schnell ein überforderter Einzelkämpfer werden.**
Richtig. Mit zunehmender Pflegebedürftigkeit wächst die Gefahr, dass der Einzelkämpfer seine Kräfte überschätzt und womöglich selbst pflegebedürftig wird. Mit der Zeit fällt es ihm immer schwerer, sich Unterstützung von außen zu holen. Zudem sind der überforderte Einzelkämpfer und die oder der Gepflegte immer mehr aufeinander fixiert.

**Dann gibt es noch den Care-Manager.**
Ja, das sind Männer, die die Pflege geradezu professionell organisieren und sich eher in der Rolle des Koordinators diverser Dienste und Helfer sehen. Frühzeitig verteilen sie die Last auf mehrere Schultern. Das ist eine Kompetenz, die sie oft aus dem Beruf mitbringen. Das heißt nicht, dass sich der Pflegende nicht auch persönlich stark engagiert. Aber die Grenzziehung fällt den Care-Managern offenbar leichter. Vor allem engagieren sie sich in der psychosozialen Betreuung und überlassen die körperliche Pflege professionellen Diensten.

**Die Grenzen zum vierten Grundtyp häuslicher Pflege, dem Kooperateur, sind fließend?**
Auch sie nehmen ein breites Spektrum an Unterstützungsangeboten an, aber meist üben sie alle notwendigen pflegerischen Tätigkeiten selbst aus. Auch wenn sie mit ihren Betreuungs- und Pflegeaufgaben meist rund um die Uhr in Anspruch genommen sind, schaffen sie es jedoch immer wieder, sich Auszeiten zu nehmen.

**Welche Unterstützung brauchen Männer in der Pflege?**
Sie benötigen oftmals die Unterstützung, die auch pflegende Frauen benötigen: umfassende Informationen zum Beispiel, individuelle Beratung über Ansprüche und Rechte, gerade auch über die Leistungen der Pflegeversicherung. Darüber hinaus benötigen sie spezifische Unterstützung, etwa Informationsmaterial mit pflegenden Männern als Vorbildern oder mit einer anderen Sprache, die eher von Care-Sharing als von Pflege redet. Selbsthilfegruppen können ebenfalls eine Hilfe sein.

**Wie müssten solche Selbsthilfe-Gruppen für Männer aussehen?**
Männer brauchen Männer-Angehörigengruppen unter männlicher Anleitung. Männer reden oft anders miteinander als Frauen. Deshalb sollten Gruppen für sie anders angelegt sein: eher mit Workshop-Charakter, eher auf Expertenrat hin ausgerichtet, eher mit Vorträgen und dann erst mit persönlichem Austausch. Wenn nur jeder erzählt, wie schwer er es hat, bringe ihm das wenig, hat mir einer der Interviewpartner von seinen Erfahrungen erzählt, also lasse er es lieber.

**Sie selbst sind Jahrgang 1954, haben sich als Sozialwissenschaftler viel mit der Rolle von Männern in der Gesellschaft auseinandergesetzt. Mit welchen Gefühlen denken Sie persönlich an das Thema Pflege bzw. Care-Sharing?**
Ich bin in der konservativen Nachkriegszeit mit den Widersprüchen der Männerrolle aufgewachsen. Als guter Sohn wollte mein Vater seine Mutter nicht ins Heim geben, so dass meine Großmutter dann von meiner Mutter, neben uns sieben Geschwistern, betreut wurde. Allerdings konnte meine Mutter als gebürtige Hamburgerin es einer hochbetagten schwäbischen Pietistin nie wirklich recht machen. Den abwesenden Vater vor Augen und von der Frauenbewegung beeinflusst, wollte ich meinen Kindern ein aktiverer Vater sein und habe für einige Jahre meine berufliche Tätigkeit reduziert. Anfangs fiel es mir nicht ganz leicht, in einer Frauenwelt den Mann zu stehen und mich dabei als „richtiger Mann" zu fühlen. Mein Vater und die Schwiegereltern sind bereits verstorben und meine Mutter ist frühzeitig in ein Seniorenstift gezogen. So wird die nächste Pflegeherausforderung meine eigene oder die meiner Frau sein. Wir denken über ein generationenübergreifendes, gemeinschaftliches Wohnprojekt nach, in dem rechtzeitig gegründete und gepflegte Wahlverwandtschaften auch im hohen Alter einen längeren Verbleib in den eigenen vier Wänden ermöglichen.

■ *Das Interview führte Dagmar Paffenholz.*

## Lesetipp

### Aus dem Schattendasein holen

In ihre neue Aufgabe wachsen sie allmählich hinein. Denn auf das Betreuen und Pflegen ihrer Ehefrau, des Vaters oder der Oma sind die meisten Männer nicht wirklich vorbereitet. Bei Günter G. ist das nicht anders. „Am schwersten ist die Zukunft, das Ungewisse", sagt der 69-jährige ehemalige Handwerker. Vor rund sieben Jahren hat seine Frau die Diagnose „Alzheimer" gestellt bekommen. Noch befindet sie sich in einem frühen Stadium der Krankheit. Noch kann sie kommunizieren und mit ihrem Mann an den Chorproben teilnehmen. „Mitsingen kann sie noch, Lieder, die sie schon mal gelernt hat, aber neue Lieder, das geht nicht", erzählt Günter G.
Er ist einer von 25 Männern zwischen 27 bis 88 Jahren, die Eckart Hammer für sein Buch „Unterschätzt. Männer in der Angehörigenpflege" interviewt hat. Es sind intensive, berührende Gespräche, die er protokolliert hat. Authentische Lebens-, manchmal auch Leidensgeschichten.
Er habe das Buch „aus Ärger" geschrieben, sagt Hammer. Darüber, dass zwar rund ein Drittel der Angehörigenpflege zu Hause von Männern geleistet wird, sie aber in der Öffentlichkeit nicht vorkommen. Der Reutlinger Gerontologe will diese Männer aus ihrem Schattendasein holen, ihnen Orientierung und praktische Unterstützung geben. Und Männer, die vor einer solchen Entscheidung stehen, ermutigen, ihnen zu einer förderlichen Pflegehaltung verhelfen. Denn auch das ist in dem empfehlenswerten Buch zu erfahren: Viele Männer erzählen von den positiven Seiten der Pflege, berichten von wichtigen Erfahrungen und existenziellen Einsichten, sehen darin eine wesentliche Bereicherung ihres Lebens.

Eckart Hammer:
**Unterschätzt. Männer in der Angehörigenpflege.**
**Was sie leisten und welche Unterstützung sie brauchen.**
Verlag Herder, 17,99 Euro, 224 Seiten, ISBN 978-3-451-61265-7

## Verlosung

Wir verlosen drei Exemplare von „Unterschätzt. Männer in der Angehörigenpflege". Schreiben Sie bis zum 12. Oktober eine E-Mail an die Redaktion: proalter@kda.de (Name und Anschrift nicht vergessen).