

# Psychotherapie im Alter

Forum für  
Psychotherapie,  
Psychiatrie,  
Psychosomatik  
und Beratung

Herausgegeben von  
Peter Bäurle, Münsterlingen; Johannes Kipp, Kassel; Meinolf Peters, Marburg/  
Bad Hersfeld; Hartmut Radebold, Kassel; Angelika Trilling, Kassel;  
Henning Wormstall, Schaffhausen/Tübingen

## Beirat

Beate Baumgarte, Gummersbach

Doris Fastenbauer, Wien

Peter Fischer, Wien

Nikolaus Grünherz, Hagen

Eike Hinze, Berlin

Rolf-D. Hirsch, Bonn

Johannes Johannsen, Köln

Ursula Koch-Straube, Bochum

Andreas Maercker, Trier

Gertraud Schlesinger-Kipp, Kassel

Ulrich Schmid-Furstoss, Wuppertal

Roland Schmidt, Erfurt

Ursula Schreiter Gasser, Zürich

Gabriela Stoppe, Basel

Martin Teising, Frankfurt

Werner Vogel, Hofgeismar

Claus Wächtler, Hamburg

Dirk Wolter, Münster

# Impressum

**Psychotherapie im Alter**  
Forum für Psychiatrie, Psychotherapie,  
Psychosomatik und Beratung

ISSN 1613-2637

2. Jahrgang, Nr. 6, 2005, Heft 2

ViSdP: Die Herausgeber; bei namentlich gekennzeichneten Beiträgen die Autoren. Namentlich gekennzeichnete Beiträge stellen nicht in jedem Fall eine Meinungsäußerung der Herausgeber, der Redaktion oder des Verlages dar.

Erscheinen: Vierteljährlich

Herausgeber: Dr. Peter Bäurle, Dr. Johannes Kipp, Dr. Meinolf Peters, Prof. Dr. Hartmut Radebold, Dipl. Päd. Angelika Trilling, PD Dr. Henning Wormstall

Die Herausgeber freuen sich auf die Einsendung Ihrer Fachbeiträge! Bitte wenden Sie sich an die Schriftleitung:

Dr. Johannes Kipp, Esther Buck  
Ludwig Noll Krankenhaus, Klinik für  
Psychiatrie und Psychotherapie  
Klinikum Kassel  
Dennhäuser Straße 156  
34134 Kassel  
Tel. 0561/48 04-0 · Fax 0561/48 04-402  
E-mail: psychalter@yahoo.de

Redaktion und Satz  
Literaturbüro Schreibschlüssel

Redaktionelle Unterstützung  
C. Kühnemund

Übersetzungen  
Keri Shewring

Umschlagentwurf und -gestaltung  
Christof Röhl

Umschlagabbildung  
Patientenzeichnung

Abonnenntbetreuung, Verlag  
Psychosozial-Verlag  
Katharina Sattler  
Goethestraße 29  
35390 Gießen  
Tel.: 0641/9716903 · Fax: 0641/77742  
E-Mail:  
katharina.sattler@psychosozial-verlag.de  
www.psychosozial-verlag.de

Bezug  
Jahresabo 49,90 Euro · 83,30 SFr  
(zzgl. Versand)  
Einzelheft 14,90 Euro · 25,90 SFr  
(zzgl. Versand)  
Studierende erhalten gegen Nachweis  
25% Rabatt.

Bestellungen von Abonnements bitte  
an den Verlag, Einzelbestellungen beim  
Verlag oder über den Buchhandel.  
Das Abonnement verlängert sich um  
jeweils ein Jahr, sofern nicht eine Abbe-  
stellung bis zum 15. November erfolgt.

Copyright:  
© 2005 Psychosozial-Verlag. Nachdruck  
– auch auszugsweise – mit Quellen-  
angabe nur nach Rücksprache mit den  
Herausgebern und dem Verlag. Alle  
Rechte, auch die der Übersetzung,  
vorbehalten.

Anfragen zu Anzeigen bitte an den Verlag:  
Antje Becker,  
E-Mail:  
antje.becker@psychosozial-verlag.de

Die Herausgabe der Zeitschrift wird  
dankenswerterweise durch die  
**Robert-Bosch-Stiftung** gefördert.  
Die Herausgeber danken auch für die  
Unterstützung durch die **Pfizer GmbH,**  
**Karlsruhe** sowie die **Arbeitsgruppe**  
**Psychoanalyse und Altern, Kassel.**

# PiA Heft 2/2005 Gewohnheit, Ritual und Zwang

## Editorial

*Johannes Kipp*

»Lieb gewonnene Gewohnheiten«

5

## Übersichten

*Hans-Joachim von Kondratowitz*

Gewohnheiten im Alter

9

*Manfred Josuttis*

Zur Phänomenologie der Ritualität

21

*Johannes Kipp*

Zwangsstörungen im Alter – eine Übersicht

33

## Praxisbezogene Falldarstellungen

*Thomas Niedermeier und Angelika Neumann*

Stationäre verhaltensmedizinische Behandlung  
von Zwängen bei älteren Patienten – ein Fallbeispiel

49

*Jan Wojnar*

Gewohnheit, Ritual und Zwang im Leben Demenzkranker

63

*Johannes Kipp*

Zur Polarität von Ordnung und Vermüllung –  
Psychodynamik des Sammelzwangs im Alter

73

*Andrea Weigelt*

Die Funktion von Ritualen bei behinderten alten Menschen  
– am Beispiel einer erblindeten Frau

89

*Ulrich Wichmann-Jentzen*  
Geburtstag feiern in der betreuenden Institution 97

## Eine Institution stellt sich vor

*Ursula Schreiter Gasser und Jutta Stahl*  
Das Gerontopsychiatrische Zentrum Hegibach  
der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich 105

## Zum Titelbild

*Nina Dixon*  
Sterntaler 115

## Berichte und Besprechungen

*Dirk K. Wolter*  
François Höpflinger: Age Report 2004.  
Traditionelles und neues Wohnen im Alter 117

*Johannes Kipp*  
Rosmarie Welter-Enderlin und Bruno Hildenbrand (Hg.):  
Rituale – Vielfalt im Alltag und Therapie 119

*Meinolf Peters*  
Michael Vogt: Beziehungskrise Alter 121

Tagungshinweise 123

Autorinnen und Autoren 125

Schreibhinweise für Autorinnen und Autoren 127

Bisher erschienene Schwerpunktheft  
der »Psychotherapie im Alter« 129

# Editorial

## »Lieb gewonnene Gewohnheiten«

»Ich bin's halt von Kind auf gewohnt«, sagt Karl Valentin, als er mit dem Kamm einen exakten Scheitel auf der Glatze zieht und immer noch nicht zum Theatergang mit Liesl Karlstadt fertig ist.

Mit der Ausdrucksweise »lieb gewonnene Gewohnheiten«, werden in der deutschen Sprache alltägliche Abläufe bezeichnet, die mit Wunscherfüllung und stiller Befriedigung einhergehen. Wie können Gewohnheiten lieb gewonnen werden? Es handelt sich um positiv erlebte Handlungsabläufe, die den eigenen Neigungen entsprechen und die im Laufe der Zeit ausgewählt werden. Sie gehen, insbesondere wenn in ihrer Wiederholung störende Elemente eliminiert wurden, allmählich in persönliche Rituale über. Die Ritualisierung der Handlung ermöglicht, dass diese ohne großen Energieaufwand umgesetzt werden kann. Zwar ist die beste Gewähr dafür, ein persönliches Ritual ohne Störung zu vollziehen, dass man allein ist. Jedoch können gerade durch die Ritualisierung des Ablaufs auch Lebenspartner oder Gäste einbezogen werden. Voraussetzung ist jedoch, dass die anderen sich auf die aufgestellten Regeln einlassen.

Während lieb gewonnene Gewohnheiten durch ihre Wiederholung immer differenzierter und perfekter in ihrem Handlungsablauf realisiert werden können, treten andere Gewohnheiten, insbesondere solche, die mit Unlust einhergehen, im Laufe des Lebens zurück; sie werden vernachlässigt und damit verlernt und stehen mit zunehmendem Alter nicht mehr zur Verfügung. Menschen schränken sich auf diese Weise unbewusst ein, wenn sie ihren lieb gewonnenen Gewohnheiten nachgehen und die anderen vernachlässigen. In der Wiederholung dessen, was befriedigend ist, liegt für sie das Glück! Aber schon in Goethes *Faust* steht: »Werd ich zum Augenblicke sagen, verweile doch, du bist so schön, dann magst du mich in Fesseln schlagen, dann will ich gern zugrunde gehen.«

Das Festhalten am lieb Gewordenen hat auch eine andere Seite, die in der Regel nicht bewusst ist. Freud (1921) hat in *Jenseits des Lustprinzips* den Zusammenhang zwischen Todestrieb und Wiederholungszwang aufgezeigt.

Mit dem Begriff Wiederholungszwang bezeichnet er einen unbewussten »Schicksalszwang« und keinen bewusst erlebten Zwang. Bei der Wiederholung von lieb gewonnenen Gewohnheiten besteht auch kein subjektiv erlebter Zwang. Die Befriedigung, die damit einhergeht, führt aber gleichzeitig – das ist die Kehrseite der Medaille – zu Einschränkungen der Lebensmannigfaltigkeit. Es handelt sich dabei um Befriedigungsformen, bei denen sich Menschen meist auf sich selbst zurückziehen und nicht um den Aufbau von neuen Bindungen oder Objektbeziehungen.

Solche Gewohnheiten haben also durchaus narzisstischen Charakter. Während sich im Aufbau von Bindungen zu Liebesobjekten der libidinöse Trieb manifestiert, kommt es bei der Wiederholung von lieb gewonnenen Gewohnheiten zum Bindungsabbau, den Freud (1940) mit dem Todestrieb gleichsetzt.

Diese zweideutige Rolle von Wiederholungen und Ritualen ist in ihrer Bedeutung für das Altern bisher viel zu wenig reflektiert worden. Die Beiträge in diesem Heft liefern Material, um unter Einbeziehung gerontologischer, psychologischer und theologischer Gesichtspunkte realistisch darüber nachzudenken.

Dabei sind die eigenen Gewohnheiten oft so selbstverständlich, dass sie einem gar nicht mehr auffallen. Anlässlich meines 60sten Geburtstags spielten Mitarbeiter von mir in Form eines Sketsches die Visite und mein Visitenverhalten nach. In dem sehr gekonnten Spiel, das Begeisterungstürme hervorrief, wurde mir ein Spiegel vorgehalten, in dem deutlich wurde, dass viele meiner Gewohnheiten und typischen Verhaltensweisen, die ich eigentlich als nebensächlich erlebe, offensichtlich für die Beziehungen von außerordentlicher Bedeutung sind.

Auf Gewohnheiten greifen wir bewusst zurück, wenn das sonstige Leben stressig, mühselig und voll von Spannungen ist. Liegt eine Zwangsstörung vor, werden Zwangsrituale eingesetzt, um Angst und Spannung zu vermindern, und dies, obwohl es sich häufig um anstrengende Rituale handelt. Durch die häufige Wiederholung der Zwangshandlungen im Laufe des Alterns – sie können das Leben über Jahrzehnte prägen – verlieren diese, wenn sie nicht zu quälend oder anstrengend sind, allmählich ihren persönlichkeitsfremden Charakter und werden zunehmend Ich-syntoner. Bei älteren Menschen mit hervorstechenden feststehenden Gewohnheiten ist oft nicht mehr deutlich, ob es sich hier um Zwangsrituale oder um erstarrte persönliche Gewohnheiten handelt. In solchen Fällen ist es dann notwendig,

genauer die Entstehungsweisen und Auswirkungen solcher Gewohnheiten anzuschauen. In diesem Heft geht es darum, die Entwicklung von Gewohnheiten, Ritualen und Zwängen und ihre zunehmende Verflechtung im Alter zu reflektieren und therapeutische Konsequenzen daraus abzuleiten.

*Johannes Kipp*

## Literatur

Freud S (1921) Jenseits des Lustprinzips. GW XIII.  
Freud S (1940) Abriss der Psychoanalyse. GW XVII.

## Korrespondenzadresse

Dr. Johannes Kipp  
Ludwig Noll Krankenhaus  
Dennhäuserstraße 156  
34134 Kassel  
E-Mail: johanneskipp@t-online.de

# Gewohnheiten im Alter

*Hans-Joachim von Kondratowitz*

## Zusammenfassung

Gewohnheiten und ihre Verfestigungen zu Ritualen sind Ausdruck des Alltagslebens und helfen es gleichzeitig zu strukturieren. Sie vermitteln über die ihnen innewohnenden Wiederholungen Handlungssicherheit und Berechenbarkeit. Wenn sie entfallen, werden zwar neue Freiheitsräume erfahrbar, doch steigert sich auch die Komplexität der Erfordernisse zum Handeln. Gewohnheiten im höheren Lebensalter werden deutlich kritischer bewertet und mit traditionellen Stereotypen des Alters verbunden. Da sich in Zukunft die Erfahrungswelten für das höhere Lebensalter deutlich ausweiten werden, ist eine Vielzahl von Altersgewohnheiten zu erwarten, für die traditionelle Ordnungsmuster alleine keine Aussagekraft mehr besitzen.

**Stichworte:** Gewohnheiten, Alltag, Selbständige Lebensführung, Lebensstile, Lebensziele, Erfolgreiches Altern, Lebensgeschichte, Privater Haushalt

## Abstract: Habits in the elderly

Habits and their consolidation towards rituals are expressions of everyday life, and at the same time help to structure it. Their inherent repetition expresses security and predictability. When they are omitted, new freedom can be experienced, but it also increases the complexity of life. Habits of the elderly are judged very critically and are associated with traditional stereotypes of the elderly. Since more and more people will live longer in the future, a variety of habits at an old age can be expected, which do not fit the traditional framework.

**Key words:** habit, everyday life, independent way of life, lifestyle, aims in life, aging successfully, life story, private household



## Gewohnheiten und Alltag

»Von allen menschlichen Pflanzen braucht die Gewohnheit am wenigsten Pflege und ist die erste, die sich in der scheinbaren Verlassenheit noch des ödesten Felsens zeigt.« Dieser Satz aus Marcel Prousts epochalem Werk *Auf der Suche nach der verlorenen Zeit* hat der junge Samuel Beckett später in seinem bekannten Proust-Essay (1931/2001, S. 24–25) zitiert und hinzugefügt, wenn die Gewohnheit versage, werde für einen Augenblick *die Langeweile zu leben* ersetzt durch *das Leiden zu sein*.

Beide haben damit kontrastierende Akzente in der Diskussion über Rang und Stellung der Gewohnheiten im menschlichen Leben gesetzt, die über das literarische Zeugnis hinaus auch sozialwissenschaftlich ihre Bedeutung haben. Proust wollte wohl in seiner Bemerkung auf den *Sicherheitsgewinn* durch die Gewohnheiten hinweisen, der sich in der Auseinandersetzung mit lebensfeindlichen Umwelten offenbart. Gewohnheiten können danach geradezu als anthropologische Voraussetzung menschlicher Existenz begriffen werden. Beckett dagegen richtete den Blick auf *unerwartete Möglichkeiten* für das menschliche Erleben, die sich durch ein Versagen der – lediglich die Langeweile verwaltenden – Gewohnheiten zeigen. Er zeigt allerdings damit auch neue, existentiell bestimmende Horizonte einer direkten Leidenserfahrung auf. Diese Ambivalenz zwischen erstarrter Lebensbeherrschung einerseits und erfahrenem unmittelbarem Leidensdruck des Lebens andererseits, weist auf einen umfassenderen Kontext hin. Gewohnheiten sind, wenn auch nicht die einzigen, so doch entscheidende Bestandteile der Justierung und Strukturierung des Alltagslebens. Es ist daher nützlich, kurz die Dimensionen dessen, was Alltag meint, genauer zu benennen.

Der Alltag ist kein besonderer, kein bestimmter Tag, wie z. B. ein Feiertag oder ein Trauertag. Eher bezeichnet »Alltag« dem sprachlichen Wortsinn von »alle Tage« folgend etwas, was alle oder doch zumindest die meisten Tage gemeinsam haben. Eine erste Begriffsannäherung wäre: Tätigkeiten, die an (fast) allen Tagen zu beobachten sind, kennzeichnen den Alltag. Die Konfiguration dieser Tätigkeiten und die damit verbundenen Muster der Zeitgestaltung ergeben sich aus Anforderungen, wie sie etwa in Normen enthalten sind.

Für die Begriffsbestimmung Alltag ist auch nur eine Auswahl von den zuvor genannten Aspekten ausreichend, aber auch die Einführung weiteren Kriterien ist möglich. Ein Element dürfte allerdings allen Näherungsversuchen

gemeinsam sein: die Stetigkeit der *Wiederkehr*, die *Wiederholung*, also das *Repetitive*, das den Alltag charakterisiert.

Alltag bezeichnet damit auf jeden Fall den Ablauf einer Anzahl von Tagen, denen die Gemeinsamkeit eigen ist, dass sie gewöhnlich sind und darüber hinaus den größten Teil des Menschenlebens ausmachen. Dabei umfasst die Kategorie Alltag gewiss nicht alle Merkmale dieser Tage, aber eben doch jene, die allen gemeinsam sind. Insofern bezeichnet »Alltag« also mindestens die mehr oder weniger festen und sich wiederholenden Muster von Tätigkeiten, Erlebnisweisen und Reaktionsformen. Diese bilden stets ähnliche Konfigurationen, die beschreibbar sein müssen, wenn das tätige Leben von Menschen analysiert werden soll.

Mit dieser Charakterisierung gehen noch weitere Aspekte einher, die in einer solchen Analyse des Alltags angesprochen werden müssen. So liegt in der Gewöhnung und in der Wiederholung von Tätigkeiten und den mit ihnen verbundenen sozialen Konfigurationen zweifellos ein *Gewinn an Sicherheit* und *Verlässlichkeit* des Umgangs mit der sozialen Umwelt. Gewohnte Tätigkeiten müssen nicht immer wieder neu ausgehandelt werden; mit ihnen kann als Grundlage von Handlungsroutrinen gerechnet werden.

Dadurch werden auch immer wieder Bereiche des *dauerhaft Vertrauten* bzw. des »*Nicht-Fremden*« konstituiert und stabilisiert, die die individuellen oder gruppenspezifischen Überlebensstrategien und Bewältigungsmechanismen im Alltagserleben maßgeblich prägen. Das Verdichten und Verfestigen von Gewohnheiten führt schließlich zu situationsbezogenen *Ritualisierungen* im Alltag (z. B. Pastalan u. Barnes 1999, Rowles u. Watkins 2003). Erst wenn die entstandenen Ritualisierungen infrage gestellt werden, weil sie Reaktionen hervorrufen, werden sie oft überhaupt erst bewusst und ansprechbar. Wird auf sie von anderen keine Rücksicht genommen, kann das konfliktreiche Debatten auslösen. Werden sie trotz Widerständen beibehalten, dann zeigt sich, wie wichtig Wiederholung und Berechenbarkeit für die Aufrechterhaltung des Alltags sind.

Rückt man die Sicherheit gewährende Dimension des Alltags ins Zentrum des Interesses, muss auch die Rolle des »Nicht-Alltäglichen« bzw. des »Außergewöhnlichen« geklärt werden. *Brüche mit Gewohnheiten*, die als »Überraschendes« zum Vorschein kommen können, haben in dieser Betrachtungsweise nur noch eine Übergangsqualität. Ein Wandel des Alltags ist dann nur durch die Konfrontation mit Einflüssen möglich, die »außerhalb« des Alltagslebens liegen und deren Wirkungen in die Alltagsvollzüge

integriert und dementsprechend »kleingearbeitet« werden müssen. Die handlungsbestimmende Vorherrschaft des Gewohnten ist damit aber weitgehend garantiert.

## Gewohnheiten und Lebensalter

Diese Dominanz des Gewohnten mit ihrer bewahrenden und sichernden Grundstruktur ist erst einmal unabhängig vom Alter. Allerdings hängt dies weitgehend davon ab, wie Gewohnheiten konzeptionell gefasst werden sollen. Als Ritualisierungen des individuell unterschiedlich erlebten Alltags existieren sie erst einmal relativ unabhängig vom Lebensalter, und dies besonders dann, wenn man sie als anthropologische Konstante im menschlichen Verhaltensrepertoire betrachtet. Gleichwohl kann ihre Ausformung und Stabilisierung aber auch als Prozess eines Entwicklungsvorgangs betrachtet und in ihrem Gestaltwandel über die vergehende Lebenszeit hinweg erfasst werden. Ebenso können bestimmte Gewohnheiten aber auch als Ausdruck besonderer kultureller Selbstverständlichkeiten in Gesellschaften und als Verdeutlichung gesellschaftlich verankerter und langfristig wirksamer Einstellungsmuster (Mentalitäten) begriffen werden. Gerade die Ethnologie und die Sozialanthropologie haben in den Gewohnheiten langfristig weitervermittelte Traditionen von kulturell unterschiedlichen Gruppen erkannt, die als bestimmende Einflüsse und gruppenspezifische Anforderungen den gesamten Lebenslauf beeinflussen.

Allerdings werden in der öffentlichen Wahrnehmung bis heute die Gewohnheiten und Ritualisierungen, die im *höheren Lebensalter* auffallen, besonders kritisch gesehen und für die immer noch virulente Stereotypisierung des Alters herangezogen (v. Kondratowitz 2002). Während Gewohnheiten in früheren Lebensaltern als Eigenheiten oder womöglich als skurrile Verhaltensformen auf eine verständnisvolle Haltung hoffen konnten, waren und sind die Assoziationen zu Gewohnheiten im höheren Lebensalter unverkennbar negativer besetzt. Sie werden von ihrem Bedingungs- und Entstehungsprozess im Lebenslauf abgelöst. Man neigt dazu sie dann als typische Gewohnheiten des höheren Lebensalters zu definieren. Mit einer solchen Haltung wird die jeder Gewohnheit innewohnende Wiederholung als Beleg für die potentielle geistige Erstarrung und für den Widerstand gegen Neuerungen gewertet. Die mangelnde Flexibilität wird dann als Beweis für die