

## Essay

Caroline Krüger\*

# Philosophical Care

## Philosophical Care

<https://doi.org/10.1515/spircare-2021-0034>

Vorab online veröffentlicht 15.06.2021

**Abstract:** Using a case study, the essay explores the question of what Philosophical Care can contribute to the field of Spiritual Care. Conceptualising the personal and thus enabling a differentiated discussion is an important feature, which is complemented by a careful mindful attitude.

„Gedanken ohne Inhalt sind leer, Anschauungen ohne Begriffe sind blind“ (Kant 1781/1988: 98; KrV A 52/B 76,77).

An einem Fallbeispiel wird im Folgenden sichtbar gemacht, wie Anschauungen und, wichtiger noch, belastende Erfahrungen, mithilfe von philosophischem Care in Begriffe gefasst werden können. Dieses begriffliche Erfassen ist ein Schritt, der beim Verarbeiten unterstützt und ein Beitrag, den Philosophie zum Feld von „Spiritual Care“ leisten kann. Es ist wichtig, diesen Beitrag zu beschreiben, denn im „Spiritual Care-Diskurs“ kommen bisher „philosophische Traditionen und Zugänge zu Spiritualität kaum bis gar nicht vor“ (Schuchter 2020: 25).

## Der Begriff

Ich nenne das, was ich beschreiben möchte, „Philosophical Care“, nutze also eine englische Bezeichnung. Der Grund hierfür liegt vor allem beim Element von „Care“.

Der Begriff Care hat auf Englisch eine breite Bedeutung und wird vermutlich deshalb auch immer mehr im Deutschen verwendet – wir sprechen ja auch von „Spiritual Care“. Ich verstehe unter Care mehr als Pflege, Fürsorge oder Sorge, nämlich folgendes:

Das englische Wort *Care*, das ins Deutsche übersetzt Fürsorge, aber auch Achtsamkeit, Obhut, Pflege und Umsicht bedeutet, steht dabei zum einen für das Bewusstsein von Abhängigkeit,

Bedürftigkeit und Bezogenheit als menschliche Grundkonstitution, und zum anderen für konkrete Aktivitäten von Fürsorge in einem weiten Sinne. Es geht um ein *Sorgen für die Welt*, und zwar nicht nur durch pflegerische und sozialarbeiterische Tätigkeiten oder Hausarbeit im engen Sinn, sondern auch durch den Einsatz für einen kulturellen Wandel.

*Care* ist Handeln, das für das Bestehen, Bewahren und die Erneuerungen der Welt sorgt, und für das eigene In-der-Welt-Sein Verantwortung übernimmt (Knecht et al. 2012: 37 f).

Philosophical Care beschreibt ein sorgsames, umsichtiges, achtsames Begleiten von Menschen, die sich in schwierigen Situationen befinden. Das Bewusstsein, dass zur *conditio humana* Abhängigkeit, Bedürftigkeit und Bezogenheit gehören, ist hilfreich, denn es geht Philosophical Care nicht primär um das Lösen von Problemen, sondern vielmehr um den Umgang mit Unlösbarem, Existenzuellem. Das Aushalten, das „sitting with suffering“ ist ein wichtiges Element, das die philosophische Care mit Spiritual Care verbindet. In diesem Aushalten Worte zu finden, Begriffe für das je eigene Erleben, kann hilfreich sein, und hierfür ist die Philosophie prädestiniert.

## Antike Tradition

Die Philosophie ist nicht neu auf dem Gebiet der Seelsorge. Schon bei Sokrates findet sich die Formulierung „epimeleia tes psyches“ (Sorge um und Sorge für die Seele). Diese antike Seelsorge war einerseits beratend und andererseits dogmatisch. In der Zeit des Hellenismus, ungefähr 336–30 v.u.Z., war die Seelenruhe (Ataraxia, eigentlich die Abwesenheit von Leidenschaften) ein wichtiges (Lebens-)Ziel. Stoiker, Epikureer und Skeptiker (die drei philosophischen Hauptströmungen des Hellenismus) strebten dieses auf unterschiedliche Weise an. Die Stoiker entwickelten ab dem 3. Jh. v.u.Z. eine Ich-zentrierte Form der (Selbst)sorge, die klare Handlungsanweisungen enthält. Neben der stoischen Seelsorge entstand im 1. Jh. u.Z. die christliche Seelsorge, die religiös und normativ, aber nicht Ich-zentriert war, da sie auf das Göttliche ausgerichtet war (Schmid 2016).

\*Korrespondenzautorin: Dr. Caroline Krüger, Universität Zürich, Zürich CH, E-Mail: caroline.krueger@uzh.ch

Wichtig für das Nachdenken über „Philosophical Care“ erscheint, dass es die philosophische „epimeleia tes psyches“ sogar schon länger als die christliche Seelsorge gibt. Sie wurde allerdings, im Gegensatz zu der sich kontinuierlich weiterentwickelnden christlichen Seelsorge, erst ab der Renaissance durch Michel de Montaigne wieder aufgenommen.

„Philosophical Care“ kann also an eine alte, wenn auch nicht durchgehende, Tradition anknüpfen und sich auch auf Texte aus Antike und Renaissance beziehen.

## Aktuelles Feld – ein Fallbeispiel

Im Folgenden wird an einem Beispiel gezeigt, wie Philosophical Care heute aussehen und welche Wirkungen sie haben kann. Sie soll nicht eine psychologische oder seelsorgliche Intervention ersetzen, sondern vielmehr diese ergänzen. Persönliche Angaben wurden geändert, um die Anonymität zu wahren.

Hans B., 60 Jahre: Beide Eltern beschließen, gemeinsam mit Exit aus dem Leben zu gehen.

Hans B. erzählt mir über den Tod seiner Eltern. Beide Eltern in ihren 80ern waren nicht krank gewesen, aber gebrechlich durchs Alter. So habe die Mutter Hilfe gebraucht beim Anziehen mancher Kleidungsstücke, etwa, um in den Ärmel zu kommen. Sie hätten noch in ihrer eigenen Wohnung gewohnt. Hans B. ist das einzige Kind. Die Eltern entschieden sich, mithilfe der Organisation Exit gemeinsam zu sterben. Es habe eine Abklärung durch Exit gegeben, mit Einzelgesprächen, um sicherzugehen, dass nicht ein Elternteil den anderen moralisch unter Druck setze. Die Eltern hätten dann selbst ein Datum festgelegt, an dem sie sterben wollten. Bis zu diesem Datum lebten sie „normal“ weiter, räumten aber bereits ihre Wohnung aus und ordneten alle Unterlagen. Die Wohnung sei zum Zeitpunkt des Todes fast leer und alles geordnet gewesen.

Am schwierigsten für Hans B. seien die Wochen vor dem Termin gewesen. Sie hätten viel Zeit miteinander verbracht, das Thema habe immer im Raum gestanden, aber ohne angesprochen zu werden, außer auf der pragmatischen Ebene des Aufräumens. Gestorben seien die Eltern dann gemeinsam, mit je einer Begleitperson von Exit, ohne Anwesenheit des Sohnes. Die Eltern hatten dies so entschieden, Hans B. wurde nicht gefragt und hatte keine Gelegenheit zu überlegen, ob er sich gewünscht hätte, bei seinen Eltern zu sein.

Die Eltern waren schon lange Mitglieder bei Exit und hatten sich Gedanken dazu gemacht, welche Art von Leben für sie lebenswert war. Die Einschränkungen des

Alters und die Perspektive, dass es „immer schlimmer“ werden würde, markierten für die Eltern den Punkt, an dem sie die Entscheidung für einen gemeinsamen Tod trafen. Keine/-r von beiden konnte sich vorstellen, ohne die andere Person weiterzuleben.

## Autonomie und Bezogenheit sowie Einsamkeitsgefühl

Hans B. dachte, dass es ihn beruhigen müsste, dass seine Eltern diese Entscheidung so bewusst trafen und dass er „objektiv“ gut finden sollte, wie die Eltern die Verantwortung für ihre Entscheidung übernahmen und alles langfristig planten, ohne verzweifelt zu sein. Es erschien wie eine sehr rationale Entscheidung. Auch sein Umfeld vertrat offenbar diese Position. Er fühlte sich dennoch unwohl mit der Situation und sagte im Gespräch: „Aus der Perspektive der Eltern und von außen ist das alles gut. Eine autonome Entscheidung. Aber ich habe auch eigene Gefühle und diese hatten keinen Platz. Meine Eltern haben mich gemeinsam verlassen und daran gar nicht gedacht. An mich gar nicht gedacht.“

Sogar das Aufräumen der Wohnung und das Ordnen der Papiere wurden ihm „abgenommen“ – für ihn fühlte sich das an wie ein letzter Wink, ein „Wir brauchen dich nicht“. Seine Eltern seien beide in Heimen aufgewachsen und hätten Zugehörigkeit und Heimat beieinander gefunden. Der Sohn kam in dieser Form von Heimat nicht vor, so erschien es ihm. Er erlebte dadurch eine Art „Heimatverlust“ und ein starkes Einsamkeitsgefühl.

## Rationalität und Schuldgefühle

Hinzu kam das Schuldgefühl, dass er die Entscheidung der Eltern nicht auf dieselbe Art bejahen konnte, wie sein bzw. ihr Umfeld, dass diese „rationale, gute und autonome“ Entscheidung sich für ihn nicht so gut anfühlte. Er hätte die Eltern gern unterstützt beim Weiterleben. Die Entscheidung der Eltern, nicht abhängig sein zu wollen, auch nicht von seiner Unterstützung, sondern lieber zu sterben, kränkte ihn. Gleichzeitig dachte er, er dürfe diese Gefühle nicht äußern und sollte sie am besten gar nicht haben. Er erwartete von sich selbst die Fähigkeit, die Entscheidung „rational zu betrachten“. Mit den Eltern konnte er darüber nicht sprechen, und diese Gefühle quälten ihn in den Wochen bis zum Tod und auch danach noch sehr.

## Countdown

Die Zeit bis zum Tod der Eltern war für ihn schlimmer als der Tod selbst. Es habe sich angefühlt wie ein „Countdown“. Der Gedanke, dass nun dieses und jenes Erlebnis zum letzten Mal möglich sei, habe ihn belastet. Es habe ihn irritiert, wie seine Eltern „fröhlich“ gewesen seien. Er habe sich gefragt, weshalb sie sterben wollten, wenn es ihnen doch möglich war, das Leben noch zu genießen. Mit den Eltern konnte er nicht darüber sprechen, wie es für sie war, es machte den Anschein, als sei es für sie gar kein Problem.

## Das Richtige und das Gute

So versuchte er Rücksicht zu nehmen und sich „richtig“ zu verhalten. Das „Richtige“ fühlte sich für ihn nicht gut an, er war einsam.

## Philosophical Care – Intervention

Wir schnitten im Gespräch die oben angeführten Themen an und reflektierten sie. Die Unterteilung in verschiedene Themenbereiche erfolgte zunächst durch mich. Die Begriffe, um diese Bereiche zu bezeichnen, fanden wir gemeinsam, so dass wir diese einzeln besprechen konnten. Zum Thema Autonomie, Bezogenheit und Einsamkeitsgefühl bot ich Hans B. ein Bild von Hannah Arendt an (siehe dazu Arendt 1968: 226). Sie beschreibt die Möglichkeit von Freiheit als Freiheit in Bezogenheit. Menschen sind in diesem Sinn nicht unabhängig (autonom), sondern werden in eine bereits vorhandene Welt hineingeboren. Das schon Vorhandene beschreibt sie als ein Gewebe, in das jeder neue Mensch einen eigenen Faden schlagen könne. Das „Bezugsgewebe“ ist schon da und kann nicht autonom erschaffen werden, aber innerhalb des Gewebes ist Freiheit möglich, wofür bildlich der eigene Faden steht. Aus diesem Bild ergibt sich, dass eine vollständige Autonomie im Sinne einer Unabhängigkeit eine Illusion ist. Er deutete das Bild auf seine Weise, indem er meinte, die Eltern hätten den Faden, der sie mit ihm verband, durchgeschnitten. Sie beide hingegen seien weiterhin zusammen gewesen. Außerdem fiel ihm auf, dass seine Eltern ihre vermeintlich unabhängige, autonome Entscheidung getroffen hatten, ohne auf die Beziehung zu ihm zu achten. Er selbst hatte versucht, sich den Wünschen seiner Eltern anzupassen. Für ihn war der Aspekt der Bezogenheit wichtiger als derjenige der Autonomie, wie er nun formulieren konnte. Diese Bezogenheit, die er in Bezug auf seine Eltern

empfand und von der im Gespräch spürbar wurde, dass sie ihm sehr wichtig war, vermisste er von Seiten der Eltern gegenüber ihm. Daraus entstand das Gefühl des Verlassen-Werdens und der Einsamkeit.

Eine weitere Schwierigkeit war der Umgang mit dem Urteil der Umgebung. Freunde und Bekannte hatten sich sehr positiv sowohl in Bezug auf die autonome Entscheidung der Eltern als auch darauf geäußert, dass dies so „richtig“ sei. Diese Bewertungen machten es schwierig für Hans B. zu merken, wie er sich selbst dabei fühlte und was für ihn selbst gut und in diesem Sinn auch richtig war. Zum Thema des Richtigen, Rationalen und Guten umkreisten wir im Gespräch den Bereich der Werturteile. Wer kann entscheiden, was richtig ist? Gibt es etwas absolut Richtiges? Ist das Rationale das Richtige? Und wie verhält sich das Richtige zum Guten? Diese Fragen, auch verbunden mit Schuldgefühlen, hatten ihn sehr beschäftigt. Ich erzählte ihm von der Zeit des Hellenismus. Ein Element der pyrrhonischen Skepsis ist die Enthaltung des Urteils (Epoché). Indem man etwas betrachtet, ohne es sofort zu beurteilen und einzuordnen, macht man einen Schritt Richtung Seelenruhe. In der skeptischen Philosophie ist, anders als in der Stoa oder bei den Epikureern, immer auch mitgedacht, dass einen Leidenschaften und das Leiden ergreifen können. Im Gegensatz zu den anderen beiden Denkrichtungen des Hellenismus kennen die Skeptiker kein Wahrheitskriterium, sondern beschäftigen sich vor allem mit dem Handeln. Während Hans B. es einerseits entlastend fand, sich trotz Emotionen Hoffnung auf einen ruhigeren Zustand vorzustellen, interessierte er sich andererseits für Lektüretipps zu den Stoikern, um sich mit deren Philosophie selbst auseinanderzusetzen. Die Erfahrung, die sich durch Lektüre machen lässt, dass auch andere schon ähnliche Gefühle erlebt haben und sich in ähnlicher Situation befanden, hat etwas Entlastendes. Die eigene Situation wird von etwas Persönlichem zu etwas, das der *conditio humana* innewohnt. Der Umgang mit dem Tod, dem Sterben und auch dem Suizid wurde bereits in der Antike philosophisch umfassend diskutiert.

Wir sprachen anschließend noch über das Gefühl des „Countdowns“. Während sich aus der Philosophiegeschichte einiges über den Umgang mit dem eigenen und fremden Sterben lernen lässt, gibt es (noch) kaum Auseinandersetzungen, die hilfreich für eine Person sein können, die ein „Countdown-Gefühl“ erlebt. Den Zeitpunkt des Todes genau zu kennen („die Eltern sterben an diesem Montag um 15 Uhr“), ist eine neue Erfahrung. Das auf den Zeitpunkt Hinleben bedeutet eine große Belastung für die Angehörigen. Einerseits sei das Warten kaum auszuhalten gewesen, andererseits fühlte Hans B. sich schul-

dig, das Ende des Wartens zu wünschen. Das „Ziel“, auf das hin gewartet wurde, war eines, das für ihn nicht erstrebenswert war, dennoch hoffte er, dass es bald erreicht sein würde, damit das Warten ein Ende hätte.

## Wirkungen

Die im angeführten Fallbeispiel einzeln behandelten Themen waren vor dem Gespräch im Inneren von Hans B. zu einem Knäuel verschlungen, das ihm Unbehagen bereitete. Dieses Unbehagen zu analysieren, um es besser zu verstehen, gelang mithilfe von Philosophical Care. Ein erster Schritt bestand darin, das Knäuel von Gedanken und Empfindungen zu „entwirren“ und den einzelnen Fäden erzählend nachzugehen. Dadurch konnte etwas Ordnung geschaffen werden und das Gefühl des Ausgeliefert-Seins ließ nach.

Die erlebten Situationen dann auch theoretisch in Begriffe zu fassen, zum Beispiel formulieren zu können, dass es eine Art Wertekonflikt gab im Spannungsfeld von Autonomie und Bezogenheit und von „gutem“ und „richtigem“ Handeln, machte die Anschauungen, das Erlebte, zu etwas, worüber differenziert nachgedacht werden konnte. So kam Hans B. zu dem Schluss, dass sein eigenes Empfinden und Betonen der Beziehung nicht weniger wert war als das Autonomiestreben seiner Eltern.

In Ergänzung zu anderen Formen von Spiritual Care bringt Philosophical Care besonders die Möglichkeit mit sich, das eigene Erleben in allgemeine Begriffe zu fassen und durch Reflexion und eventuell auch Lektüre zu erkennen, dass es sich nicht nur um singuläre Probleme handelt. In diesem Beispiel war es entlastend, dass die Philosophie sich seit Jahrtausenden mit Tod und Suizid

beschäftigt, dass es zu diesem Thema viele Texte gibt und dass es in diesem Sinn „normal“ ist, damit Schwierigkeiten zu haben.

## Fazit

Wenn Care im Sinn der eingangs angeführten Definition auch bedeutet, für das eigene In-der-Welt-Sein Verantwortung zu übernehmen, ist das Verständnis für die eigene Position ein Schritt in Richtung Care für sich selbst. Eine philosophische Begleitung kann dabei unterstützen, persönliche, lösbare Probleme von unlösbaren, existenziellen Situationen abzugrenzen. Die Philosophie bietet die Möglichkeit, sorgfältig und gemeinsam nachzudenken, um das Erleben in Begriffe zu fassen und so besser zu verstehen. Sie kann damit als eine sinnvolle Ergänzung Spiritual Care bereichern.

## Literatur

- Arendt H (1958/1967) *Vita activa oder Vom tätigen Leben*. München: Piper.
- Kant I (1781/1988) *Kritik der reinen Vernunft*, Frankfurt a.M.: Suhrkamp.
- Knecht U, Krüger C, Markert D, Moser M, Mulder A-C, Praetorius I, Roth C, Schrupp A, Trenkwalder-Egger A (2012). *ABC des guten Lebens*. Rüsselsheim: Christel Göttert.
- Schmid W (2016) *Das Leben verstehen. Von den Erfahrungen eines philosophischen Seelsorgers*. Frankfurt a.M.: Suhrkamp.
- Schuchter P (2020) Was ist mit der Philosophie in Spiritual Care? Philosophische Übungen für die spirituelle Sorge um sich und andere. *Spiritual Care* 9:25–36.