

# Das Konzept der Zwölf Pflegerischen Gesten

---

Wie jede Handlung, umfasst Pflege einen äußeren, handwerklich- technischen, einen operational- vermittelnden, einen emotional- atmosphärischen und einen intentional-sinngewebenden Aspekt. Das Integral dieser Aspekte ist die pflegerische Geste.

Solange der Mensch im Mutterleib heranwächst, wird sein Dasein von den Kräften, die seinen Leib aufbauen geprägt. Diese Wachstumskräfte und Gestaltungskräfte sind Ausdruck der Tätigkeit von göttlich- geistigen Wesen. Unmittelbar nach der Geburt treten zu diesen Wesen noch andere hinzu, die von nun an die seelisch- geistige und die körperliche Entwicklung des Kindes mitgestalten: Die Eltern. In ihrer pflegerischen und erzieherischen Tätigkeit schließen sie an die Wirksamkeit der Engelhierarchien an. Bei aller Unvollkommenheit unserer pflegerischen Bemühungen sind wir doch, indem wir als Menschen Pflegende sind, Mitarbeiter im Chor der Engel. Vor diesem Hintergrund wollen wir im folgenden die Pflege betrachten.

In unseren pflegerischen Verrichtungen kommt ein zweifaches zum Ausdruck. Einerseits die in der Welt wahrnehmbare Handlung, das Waschen, das Kleiden, Ernähren und vieles mehr. Andererseits offenbart sich auch ein Unsichtbares, nämlich Liebe, Geduld, Mitgefühl oder Achtsamkeit als einer inneren Haltung, die wir am pflegebedürftigen Menschen bilden. In der unsichtbaren inneren Haltung empfinden wir das Wesentliche der Pflege und es schmerzt und empört, wenn gerade diese Seite des Pflegens nicht gesehen und anerkannt wird. Zwischen der Pflegehandlung und der inneren Haltung, in der die Pflegeverrichtung ausgeführt wird, steht die pflegerische Geste. In ihr kommt das "Wie" einer Pflegehandlung zur Erscheinung. In der Geste offenbart sich ein Inneres am Äußeren. Wenn ein Kind geboren wird, nackt und ungeschützt in Licht, in Ton, in Kälte und Wärme der Welt begegnet, so können wir ganz unbefangen eine erste pflegerische Geste empfinden: Wir vollziehen innerlich wie äußerlich eine umschließende und hüllende, eine behütende Gebärde.

**Hüllen oder Behüten** erscheint so als die vielleicht ursprünglichste pflegerische Geste. Wir finden sie in unzähligen Pflegehandlungen beim Bekleiden, beim Abdecken, beim in den Arm nehmen, aber auch bei äußeren Anwendungen z.B. bei der Einreibung eines abgemagerten Patienten mit einem wärmenden Öl. Innerhalb dieser hüllenden Gebärde kann der Patient sich geborgen fühlen, gedeihen, heranreifen.

Etwas Polares zu dieser Geste können wir erleben, wenn wir einem Patienten helfen sich auf die Füße zu stellen. Wir richten ihn auf. Als Geste umfasst das **Aufrichten** weit mehr als die bloße körperliche Senkrechte. Ein Blick kann ebenso aufrichten wie die aufrechte Gestalt des Pflegenden. Eine aufrichtende Geste ist angebracht, wenn wir dem Patienten helfen wollen sich selbst zwischen Erde und Himmel zu stellen. Sie gelingt, wenn der Pflegende selbst innerlich zur Aufrichte findet. In der Aufrichte stellt sich der Mensch der Welt selbstbewusst gegenüber. Als pflegerische Geste steht sie typischerweise am Ende des Pflegeprozesses, wenn der Patient, auf sich gestellt, das Krankenhaus verlässt.

Am Patienten, dem durch Krankheit oder Behinderung die Kräfte fehlen, sich selbst zu versorgen bilden wir die Geste des **Entlastens**. Wir entlasten ihn von allen Tätigkeiten, die ihm Kräfte für den Heilungsvorgang entziehen. Wir legen ihn zu Bett und befreien ihn von der leiblichen Aufrichte. Die in der Aufrichte wirksame Ich- Kraft kann nun beispielsweise in der Wärmebildung tätig werden. Die zur Ruhe gebrachte äußere Bewegung kann in eine innere, seelische und geistige Bewegung übergehen oder sich in der Regeneration der Organe betätigen.

In der Aktivierung oder der Mobilisation zeigt sich die Geste des **Belastens**. Sie mutet dem Kranken gerade soviel zu, dass erlahmte Fähigkeiten wieder ergriffen werden oder sich neue Fähigkeiten bilden können. Auch die Zumutung eines ungewohnten, vielleicht unbequemen Gedankens trägt den Charakter dieser Geste. Sie ist der Geste des Entlastens entgegengesetzt. Jene räumt Widerstände aus dem Weg, diese regt an, die Welt zu durchdringen und Kräfte an ihr zu bilden.

Wohl kaum eine andere pflegerische Geste dürfte das Bild des Pflegeberufes deutlicher prägen als die Geste des **Ausgleichens - Harmonisierens**. Immer gilt es Gleichgewichte herzustellen zwischen Einseitigkeiten, zwischen Schlafen und Wachen, Bewegung und Ruhe, Verdichtung und Lösung. Man kann die Anwesenheit dieser Geste in fast allen Pflegehandlungen nachweisen. Sie bringt Innenwelt und Außenwelt in ein rechtes Verhältnis. Als innerer Haltung entspricht ihr vor allem das Vermitteln.

Wenn Ausgleichen und Harmonisieren das innere Bild des Pflegeberufes prägen so das Waschen und Reinigen das äußere. Die Pflege von Gebrauchsgegenständen oder die Körperpflege ist untrennbar mit diesen Tätigkeiten verbunden. Was aber ist das Wesen des Reinigens? Was ist der gestische Gehalt dieser Pflegehandlungen? In der Reinigung wird das Wesentliche vom Unwesentlichen getrennt, der Schmutz, die Schlacke vom "Gold". Das Wesen kann jetzt zur Erscheinung kommen. **Reinigen** ist das Hervorkehren des Wesens. Ein gereinigter Gegenstand ist "herausgeputzt".

Am Beginn einer Krankenhausbehandlung oder der Einrichtung einer häuslichen Pflegestelle steht die **Schaffung eines Raumes** für den Pflegebedürftigen. Die Vorbereitung des künftigen Pflegebereichs, das Richten des Bettes und geeigneter Ablagemöglichkeiten, das Bestücken mit Pflegematerialien, die Sorge für Licht und Luft im Raum, geschehen unter dieser Geste. Auch das tägliche Aufräumen und Ordnen fällt in diesen Bereich. Ähnlich der Geste des Hüllens gestalten wir mit dieser Geste das Umfeld des Pflegebedürftigen. Beim "Hüllen" gilt unsere gesamte Aufmerksamkeit dem "Behüteten". Beim "Raum" schaffen pendelt das Interesse ständig zwischen Umkreis und Zentrum.

Die folgende Geste wendet die Aufmerksamkeit vom Pflegebedürftigen ab. Gefährdungen werden vom Patienten abgewehrt. Er wird gegen Krankheiten und Schädigungen verteidigt. Vorsichtsmaßnahmen wie der Gebrauch von Schutzkleidung, Schutzhandschuhen, der Mundschutz, das Fernhalten von Druck vom Körper des Patienten, die Wunddesinfektion und vieles mehr, tragen den Charakter, die **Geste des Abwehrens**. Auch der Schutz der Mittagsruhe oder der Privatsphäre des Patienten vor Störungen aller Art geschehen unter dem Zeichen dieser Geste.

Die Gesten des Raum Schaffens, des Abwehrens, des Entlastens und des Reinigens lassen den Pflegebedürftigen weitgehend passiv. Sie wirken wie von außen, den Umraum, die Bedingungen gestaltend. Eine weitere Geste, die diesen Charakter trägt, ist das Ernähren oder Versorgen. Während die Geste des Hüllens hilft, Grenzen zu setzen und Geborgenheit zu vermitteln, wendet sich das Ernähren als Geste an die

Stoffwechsel- und Aufbauseite. Mit dieser Geste werden dem Pflegebedürftigen die Grundlagen seiner körperlichen Existenz dargeboten.

Die Gesten des Aufrichtens und Belastens fordern die Aktivität des Pflegebedürftigen heraus. Auch die Geste des Hüllens ist für den Patienten eine Aufforderung zur Innenraumbildung, erfordert also seine innere Beteiligung, gerade wie das Schwingen zwischen innen und außen bei der Geste des Ausgleichens. Zwischen Belasten und Ausgleichen steht die Geste des Anregens oder Reizens. Hier wird von außen ein Impuls gesetzt, und eine Antwort erwartet. Die Durchführung einer kalten Waschung oder eines Senfwickels sind in diesem Sinne Gesten des **Anregens oder Reizens**.

Eine besondere Steigerung des Anregens ist das **Erwecken**. Hier wird nicht allein ein körperlicher oder seelischer Reflex erwartet, sondern das Erkennen der körperlichen, seelischen oder geistigen Situation. "Man weiß erst, wenn man erwacht, dass man geschlafen hat!" So könnte das Motto dieser Geste lauten. Wir gebrauchen sie sowohl beim Wecken aus dem leiblichen Schlaf, wie auch beim Bewusstmachen von Gewohnheiten oder beim Ringen um Verständnis für Lebens- und Schicksalsfragen.

Als Grundlage für die Beziehung zwischen Pflegendem und Pflegebedürftigem erscheint die Geste des **Bestätigens** und der gegenseitigen Wertschätzung. Wir bejahen den anderen in seinem Wesen, gleich welcher Art seine Beschwerden, seine Fähigkeiten und Unfähigkeiten sind. Es ist der Glaube an das Ich und die Sinnhaftigkeit der Lebenshindernisse, der uns in diese Geste einführt. Sie ist die Grundlage des Vertrauens, das die Patienten den Pflegenden entgegenbringen. Wer aus dieser Geste heraus pflegt, ist in der Lage zu trösten, sein Rat wird gehört, eine Atmosphäre der Hoffnung entsteht.

Die hier charakterisierten pflegerischen Gesten beschreiben keine Tätigkeitsfelder der Pflege. Nicht das "Was" sondern das "Wie" der Pflege kommt in der Zwölfheit der Gesten zum Ausdruck. Die einzelne Pflegehandlung, z.B. das Waschen kann unter den verschiedensten gestischen Gesichtspunkten durchgeführt werden. Der Pflegenden wird sich anders stimmen, seine Bewegungen und Worte anders wählen, je nachdem ob er durch die Waschung entlasten, belasten, anregen, hüllen, ausgleichen, erwecken, Schmutz entfernen oder den Pflegebedürftigen "herausputzen" will. Meist werden verschiedene Gesten bei einer Pflegehandlung zusammenwirken, oft mag sich der Pflegenden gar nicht bewusst sein, wie sehr er sich bis in die körperliche Gestik und Mimik innerhalb der Zwölfheit pflegerischer Gesten bewegt. Der Pflegebedürftige steht im Mittelpunkt der pflegerischen Gesten. Um ihn herum entsteht ein Gewebe aus zwölf Kräften. In ihm kann er sich entwickeln. Es liegt nahe in diesem Verhältnis von Mittelpunkt und Umkreis einen Ausdruck des Tierkreises zu suchen. Den pflegerischen Gesten soll deshalb die innere Qualität der Tierkreisbilder zugeordnet werden. Es muss dem Betrachter selbst überlassen bleiben, sich ein Urteil über die Stimmigkeit zu bilden. Eine Hilfe dabei sind die Hinweise, die Rudolf Steiner den Eurythmisten zur Charakterisierung der Tierkreiszeichen gegeben hat, die Zuordnung der Konsonanten, sowie die eurythmischen Tierkreisgebärden selbst. Auch die Zuordnung der Weltanschauungen zu zum Tierkreis (vgl. R. Steiner, Der Menschliche und der kosmische Gedanke, GA 151) kann die Prüfung befruchten. Im folgenden Schema sind die Tierkreiszeichen mit der zugeordneten pflegerischen Geste und dem von Steiner zugeordneten Konsonanten wiedergegeben.

## Die 12 pflegerischen Gesten



Sicherlich können noch weitere Begriffe für pflegerische Gesten gefunden werden. Diese lassen sich aber letztlich ebenso auf eines der zwölf Tierkreisbilder beziehen.

Von den pflegerischen Gesten zu unterscheiden sind die pflegerischen Stimmungen in denen eine Pflegehandlung durchgeführt wird. (Es wird hier die Bezeichnung "pflegerische Stimmungen" in Anlehnung an die Weltanschauungsstimmungen in "Der menschliche und der kosmische Gedanke", Rudolf Steiner GA 151 gewählt. ) Die pflegerischen Gesten werden aus jeweils verschiedenen Stimmungen heraus gestaltet. Sie spielen dabei die gleiche Rolle, die im okkulten Sinn die Planeten innerhalb des Tierkreises spielen. Sie stehen unserem seelischen Empfinden wesentlich näher als die Tierkreisbilder. Die grundlegende Stimmung, die alle Pflegehandlungen durchzieht wie die Sonne den Tierkreis ist das Sich-Interessieren. Die dem Mars verwandte pflegerische Stimmung ist das Führen. Der Venus kann das Mitleiden zugeordnet werden, dem Jupiter das Organisieren, dem Merkur das Vermitteln, dem Saturn das stetige, treue, ernste Begleiten. Wer aus der Mondstimmung pflegt wird den Pflegebedürftigen spiegeln. Er wird bemüht sein sich den Bedürfnissen des Patienten anzupassen. Bei Pflegenden, die sehr von dieser Stimmung geprägt sind, findet man häufig, dass sie bis in den Dialekt mit dem Patienten schwingen. "...Es ist jetzt das dritte Mal, dass sie auf die Klingel drücken...!" Auch dieses antipathische Spiegeln fällt in die mondenhafte Kategorie. Als geläuterte pflegerische Stimmung wird das Spiegeln zum Dienen. Hier werden auf einer höheren, selbstbewussten Stufe die pflegerischen Handlungen ganz in den Dienst des Pflegebedürftigen gestellt.

Die pflegerischen Stimmungen prägen und modifizieren die pflegerischen Gesten. Die Geste des Anregens, Reizens wird in einer mitleidvollen Stimmung ganz anders aussehen als in der Stimmung des Führens. Im Idealfall ergänzen sich in einer Pflegegruppe diese pflegerischen Stimmungen. Sie durchziehen das soziale Leben wie die Lebenskräfte einen Organismus. Einseitigkeiten führen auch hier zu Krankheit. Eine Pflegegruppe, die nur noch organisiert, steht in Gefahr den Bezug zum Patienten zu verlieren; eine Gruppe die nur führt, den Patienten zu bevormunden.

Rudolf Steiner wollte den für den Mai 1925 geplanten Kurs für Krankenschwestern zum Thema Tierkreis gestalten. Der Tierkreis kann tatsächlich zu einem Urbild des Pflegens werden. Der Patient im Mittelpunkt - die therapeutische Gemeinschaft den Umkreis bildend - der Pflegenden seinerseits im Mittelpunkt eines kosmischen Kräftezusammenhanges.