Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 72 (1994)
Heft: 5

Artikel: Der ältere Mensch und die Familie
Autor: Luban-Plozza, Boris
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-723598

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 15.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Der ältere Mensch und die Familie

Boris Luban-Plozza

Der oft gehörte Ausspruch, man ist so alt, wie man sich fühlt, ist im Grunde nicht richtig. Eher ist man so alt, wie man von den anderen behandelt wird. Viel hängt von der eigenen Interpretation des Lebenssinns ab. Wird dieser nicht einmal durch die eigene Familie bestätigt, so kann eine Altersdepression entstehen. Selbst reiche Lebenserfahrungen können dann nicht mehr genutzt werden. Allenthalben kann man beobachten, dass alte Menschen psychisch gesund bleiben, wenn sie ihre Bindungen zu den Kindern, zu Freunden aufrechterhalten und Kontakte enger knüpfen. Dann können sie ihr Leben im wahrsten Sinn des Wortes «geniessen».

Viele haben erstaunliche Kreativität, Fantasie und Bereitschaft zum Weitergeben ihrer Erfahrungen gezeigt. Besonders wichtig erscheint mir die Kreativität: nicht nur lesen, schreiben, musizieren, malen, sondern auch sich einfach von den kleinen alltäglichen Schönheiten des Lebens berühren lassen. Ein Sonnenaufgang, ein See, ein Wald, ein Berg, ein menschliches Gesicht ...

Wenn jedoch körperliche Gebrechen und Nachlassen geistiger Fähigkeiten zu typischen Alterskrankheiten führen, sind diese für jüngere Menschen oft nicht leicht zu ertragen. Trotzdem ist erstaunlich, wie viele Familien heute in unseren Industrieländern Menschen der alten Generation versorgen und pflegen – dies im Widerspruch zu der allgemeinen Meinung. Immer noch ist es nur ein kleiner Teil der Bevölkerung, der in Heime «abgeschoben» wird oder selbt dorthin strebt.

Die Einordnung wirklich kranker alter Menschen in eine Familie von gesunden Personen stellt ein grosses Problem dar. Wie kann man senil werdende Alte ernst nehmen? Wie vermeiden, sie wie Kinder zu behandeln? Zwar verlangt das biblische Gebot, die «Eltern ehren», ihnen das gebührende «Gewicht zukommen lassen». Dies können erwachsene Kinder, die ihre Aggressionen aufgearbeitet haben und gesunde Eltern haben. Ungleich schwerer wird es, wenn diese gebrechlich und senil werden. Doch es ist Ausdruck menschlicher Würde, sie ernst zu nehmen und zu akzeptieren aufgrund ihrer persönlichen Erinnerungen. Denn im Alter haben Erinnerungen denselben Stellenwert wie die Zukunftsträume in der Jugend. Und wir haben doch auch unsere Kinder, als sie noch Säuglinge und Kleinkinder waren, akzeptiert, gepflegt und erzogen in der Hoffnung, dass auf sie ein reicherfülltes Leben wartet.

Der Verlust von Aufgaben und Beziehungen führt meist zu Isolation und Einsamkeit und macht hoffnungslos. Diese Hoffnungslosigkeit ist oft Auslöser psychosomatischer und psychischer Erkrankungen. Echte neue Aufgaben zu finden, ist schwierig, und doch verhelfen gerade sie zu neuem Mut – auch zum Mut, neue Beziehungen zu anderen Menschen einzugehen. Der Alternde, der sich plötzlich den Jungen gegenübersieht, die ihn nicht verstehen oder ablehnen, der Kontaktschwierigkeiten zur «jungen Generation» hat, der er doch vor kurzem selber noch angehörte, steht vor einem der schwierigsten Lernprozesse seines Lebens: Er muss sein eigenes Altern in den Griff bekommen und sich auch von der Vorstellung der heutigen Gesellschaft abgrenzen, dass nämlich Altern ein «Abstieg von Wert zu Unwert» oder «der Beginn eines defizitären Prozesses» sei.

Mit dem Altwerden brechen jedoch immer mehr Beziehungen ab. Die eigenen Kinder gehen von zu Hause fort, Freunde und Verwandte sterben. Vor allem den Müttern fällt es schwer, auf ihre fürsorgende Aufgabe zu verzichten. Es gehört zum menschlichen Leben,

AKTION

ZEITLUPE

Geschenk-Abonnement

Die Idee
für Weihnachten!
Profitieren Sie
von unserem Angebot.

gültig bis 30.11.94

1 Geschenk-Abonnement à Fr. 17.– (statt Fr. 18.–)
2 Geschenk-Abonnements je à Fr. 16.–
3 und mehr Geschenk-Abonnements je à Fr. 15.–

Bitte benützen Sie für Ihre Bestellung den Talon auf Seite 87.

Diese Aktion gilt nur für Neu-Abonnenten und nur, wenn alle Geschenk-Abonnements gleichzeitig bestellt werden.

dass das Selbsterleben sich wesentlich aus den Beziehungen zu andern Menschen ergibt, dass wir oft als unser Selbst erleben, was andere Menschen in uns hervorrufen. Unser Leben ist die Geschichte unserer Beziehungen! Dabei spielt die Familie die wichtigste Rolle. In der Familie sollte der ältere Mensch seine Bedürfnisse nach Kontakt und Gesprächen ausleben können. Und gerade bei verworrenen oder zwiespältigen familiären Situationen kann oft der Arzt helfen, damit die Kontakte wieder aufleben können: So gesehen ist die Familie die wichtigste «Pflegeinstitution».

Alternde Menschen wollen nicht nur hilflose Empfänger, sondern in irgendeinem Bereich auch Gebende sein. Sie wollen sich nützlich machen. Des Menschen Würde hängt eng mit seiner Arbeit – sei es draussen in der Gesellschaft oder in der Stille des Heims – zusammen. Nur jene Menschen, die irgendwo eine sinngebende Arbeit haben, werden jene verbindende Gemeinsamkeit in der Gesellschaft mit andern erfahren, durch die sie sich getragen fühlen können. Nach einem Berliner Jungen ist die Familie dort, «wo man nicht hinausgeschmissen wird, auch wenn es einem dreckig geht». Ein ruhiges, reiches, reifes Alter wird einem nicht geschenkt. Es ist die Frucht eines langen Lebens. Wer sie ernten will, muss früh begreifen, dass Älterwerden ein lebenslanger Prozess ist.

Prof. Dr. med. Dr. h.c. Boris Luban-Plozza, Ascona, ist Vizepräsident der Stiftungsversammlung Pro Senectute Schweiz und Ehrenpräsident der europäischen Union für Sozialmedizin.

Hotel Splendide

Tel. 026/83 11 45, Fax 026/83 35 30

Familienhotel im Paradies des wartenlosen Alpinski und des Langlaufs (30 km).

Pauschalwoche mit HP Fr. 385.– bis Fr. 665.–
Ermässigung für AHV-Bezüger: 10%

Im März: 1 Woche für 2 Rentner mit HP Zimmer mit Du/WC und Aussicht Fr. 882.–

Zimmer mit Dusche/WC. Aussicht, Fernsehen (20 Progr.); **Aufzug**

Günstige Arrangements für **Gruppen!**

1938 Champex-Lac (1500 m) – Wallis