

Abschied nehmen - und weitergehen

Autor(en): **Vollenwyder, Usch**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung**

Band (Jahr): **86 (2008)**

Heft 6

PDF erstellt am: **22.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-724698>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Abschied nehmen – und weitergehen

Das Alter ist eine Zeit voller Übergänge – in den Ruhestand, in ein Alters- oder Pflegeheim, manchmal in Abhängigkeit und schliesslich in den Tod. Eine Tagung Mitte April in Brig zeigte: Ob Menschen in Würde alt werden können, hängt auch von ihrer Umgebung ab.

Von Usch Vollenwyder

«Ausgrenzung beginnt damit, wie über andere gesprochen wird. Sprechen wir nicht über-, sondern miteinander.» Mit diesen Worten von Micheline Calmy-Rey eröffnete Leander Burgener, Initiant und Organisator, die Tagung «Übergänge – Würde und Reichtum des Alters». Dem Eingangsvotum entsprechend standen die Referentinnen und Experten wie auch die Teilnehmenden an den Podiumsgesprächen fast ausschliesslich im Pensionsalter und kannten aus eigener Erfahrung die verschiedenen Facetten des Alters. Im Simplonsaal in Brig folgten rund 300 Fachleute, Angehörige und Betroffene ihren Ausführungen.

Um den Begriff «Würde» drehte sich eine der Thesen des Luzerner Publizisten Werner Fritschi. Mit fünfzig erlitt er einen Hirnschlag – aus heiterem Himmel. Eine Grenzerfahrung sei es gewesen, ein plötzlicher Sturz vom hohen Ross. Und soooo klein fühle man sich, wenn man plötzlich rund um die Uhr auf Hilfe anderer angewiesen sei. Dabei spürte er persönlich die Verletzlichkeit der menschlichen Würde: «Würde bleibt nur dort erhalten, wo alten und pflegebedürftigen Menschen mit Aufmerksamkeit, Mitgefühl und Herzenswärme begegnet wird.»

Klara Obermüller, pensionierte Zürcher Journalistin und Fernsehmoderatorin, mochte das Alter nicht beschönigen. Der Übergang vom Erwerbsleben in den sogenannten Ruhestand sei ihr schwergefallen. Die schönsten Momente sind für sie denn auch nach wie vor diejenigen, in denen sie ihre Pensionierung vergisst. Allzu lange hatte sich die aktive 68-Jährige ausschliesslich über ihren Beruf identifiziert: «Ich lerne erst langsam, dass ich auch jemand bin, wenn ich nichts tue.» Schmerzlich ist ihr bewusst, dass im Alter – noch viel mehr als in der Jugend – das Leben begrenzt ist und dass von heute auf morgen alles anders sein kann.

Dass seine Zukunft ganz anders aussieht, als er sie sich vorgestellt hat, erlebt Jean-Marie Pauchard. Der Arzt und ehemalige Direktor der



“ Friejer heiver gibätut, dr Roosuchranz –
und der na es bitzi gibroglut midenand und ga liggu –
hiitu isch z’Gibät nimme gross “

Ein Bild aus der Fotoausstellung «übergänge», die an der Tagung in Brig gezeigt wurde: Mit der Zeit wird alles anders, «hiitu» ist es eben nicht mehr wie «friejer».

Die Tagung in Brig

Die Tagung «Übergänge – Würde und Reichtum des Alters» fand im Rahmen des Projektes «Gmeiwärch» der Alpenstadt 2008 Brig-Glis statt und wurde von GeroFo, dem Verein zur Förderung der gerontologischen Fortbildung im Oberwallis, organisiert.

Psychiatrischen Klinik Münsingen hat Parkinson. Vor drei Jahren führte er einen Betrieb mit 700 Mitarbeitenden; mit sechzig musste er sich der Krankheit wegen pensionieren lassen. Während er früher immer wusste, was mit seiner Zeit anfangen, stellt sich ihm heute die Frage: «Was machen, wenn man nichts mehr machen kann?» Er musste lernen, nicht mehr vorwärtsdrängend, sondern ohne Ziel zu leben: «Eine Rose anschauen, zum Beispiel.» So seien Krankheit und Alter nicht einfach ein Nichts: «Immer noch finde ich etwas, das mir Freude macht.»

Einer der schmerzlichsten Übergänge scheint der Umzug aus den eigenen vier Wänden in ein Alters- oder Pflegeheim zu sein. «Auch wenn er bewusst geplant wird, ist er mit grosser Trauer und mit Abschiedsschmerz verbunden», sagte die Gerontopsychologin Elsbeth Kalbermatter. Dieser Übergang verlange von den Betroffenen eine grosse Anpassungsleistung. Wer sie nicht bringen kann, läuft Gefahr, an einer Depression zu erkranken. Elsbeth Kalbermatter macht die Erfahrung, dass alten Menschen in der Regel mit grosser Würde diese Anpassung gelingt – wenn ihnen dazu die nötige Zeit zugestanden wird und sie mit Respekt und Achtsamkeit begleitet werden.