

„Ich will niemandem zur Last fallen.“

Von Schuldgefühlen, Liebe und Einsamkeit – Gedanken zu einem Phänomen unserer Zeit

Wir alle sind darauf getrimmt zu funktionieren: Probleme alleine lösen, selbstständig sein – das lernen wir, sobald wir zur Welt kommen. Das ist wichtig und richtig, denn diese Fähigkeiten ermöglichen uns ein eigenständiges Leben in einer komplexen Welt.

Wir alle kennen das Bedürfnis nach Selbstbestimmung. Doch als viel zitierte soziale Wesen mit dem Bedürfnis nach Nähe, Liebe und Zuneigung brauchen wir den Kontakt zu anderen Menschen. Es ist wichtig, Beziehungen zu Angehörigen, Freunden, Nachbarn und Kollegen zu pflegen. Sie helfen in schwierigen Lebenslagen und unterstützen bei Entscheidungen, Beeinträchtigungen und Problemen.

Auf einmal ist alles anders

Wenn die Kräfte nachlassen, wir älter werden oder nicht der Idealvorstellung der Gesellschaft entsprechen, sind wir oft so hilflos wie zu Beginn unseres Lebens. Das kann zu einer gefährlichen Abwärtsspirale führen: Gewohnt, allein zurecht zu kommen, treten plötzlich körperliche und geistige Gebrechen auf. Oft schämen wir uns dann unseres Unvermögens oder können unsere Hilfsbedürftigkeit nicht eingestehen. Hinzu kommen finanzielle Sorgen, Schuldgefühle, auf Kosten der Gesellschaft zu leben und die eigenen Kinder zu belasten. In dieser Situation kreisen die Gedan-

ken häufig nur noch darum, niemandem zur Last zu fallen. Als „Lösung“ wird nicht selten der soziale Rückzug durch die Abschottung von Familie und Freunden gewählt und fremde Hilfe abgelehnt. Die Folge sind Kontaktverlust, Einsamkeit, Traurigkeit und oft auch Verbitterung.



Foto: Fotolia

Eigene Grenzen überschreitende Pflege

Aus Sicht der Angehörigen ist eine solche Situation ebenfalls nicht leicht. Plötzlich ist die Mutter oder der Vater nicht mehr die Rat gebende Person, die Stütze, die sie war. Neben dem Kraftakt, alle Bereiche des Lebens am Laufen zu halten, muss dieser emotionale Verlust gemeistert werden. Viele Menschen wollen helfen, „etwas zurückgeben“ und pflegen ihre Angehörigen bis zur Selbstaufgabe. Auch sie glauben oft, das alleine meistern zu müssen.

Zukunft im Blick haben

Was können wir tun, um diese Spirale aufzuhalten und uns als funktionierende, soziale Gesellschaft zu erhalten? Fest steht, es gibt keine allgemeingültigen Regeln und auch keine

einfache Lösung, doch viele Aspekte, auf die alle Beteiligten Einfluss nehmen können. Zum einen das Einverständnis der älteren Generation, irgendwann auf Hilfe angewiesen zu sein. Zum anderen frühzeitige und klare Gespräche mit ehrlicher Erwartungsformulierung – auch hinsichtlich finanzieller Aspekte! Alt und Jung können ihre gegenseitige Wertschätzung zeigen, indem sie sich offen mit den zukünftigen Entwicklungen auseinandersetzen. Je früher dies geschieht, umso mehr Selbstbestimmungs- und Gestaltungsmöglichkeiten haben alle Beteiligten.

Was wir dringend brauchen, ist mehr Zeit füreinander, das Zulassen von Schwächen, praktizierte Nächstenliebe und eine (Arbeits-)Welt, die die Realität einer alternden Gesellschaft mit den damit verbundenen Herausforderungen akzeptiert. Sonst finden wir keine Ideen dafür, wer sich in Zukunft wie um die enorm steigende Zahl alter Menschen kümmern soll, während gleichzeitig Familienplanung und Beruf nicht hintenan stehen müssen.

Jeder von uns nimmt einmal jede Rolle in der Lebenskette ein. Machen wir uns also bewusst: Wir dürfen uns auf andere stützen, sie miteinbeziehen und um Hilfe bitten. Eine wichtige Säule ist dabei ein Netzwerk aus ehrenamtlichen und professionellen Helfern, wie es auch der Evangelische Verein bietet. Im individuellen Fall stehen die Mitarbeiter allen Beteiligten zur Seite: Sie helfen bei der Organisation, unterstützen beim Erhalt einer weitgehenden Selbstständigkeit, übernehmen die Pflege und sind wichtige Ansprechpartner.

Maria Holzmann

Evangelischer Verein Fellbach e.V.

Spendenkonto:

IBAN DE56 6006 0396 1558 0580 01
BIC GENODES1UTV
Volksbank am Württemberg eG

Geschäftsstelle

Mozartstraße 14, 70734 Fellbach
Tel.: 0711 - 58 56 76 - 0
Fax: 0711 - 58 56 76 - 10

Öffnungszeiten:

Mo - Fr 8:30 - 12:30 Uhr
Mo - Do 14:00 - 17:00 Uhr