

ALTER - Alte Menschen - mehr als Konsum- o. Kostenfaktor? Wie gehen alte Menschen mit Abbau, Verlust und Einschränkung um?

Wünsche und Erwartungen

Das Alter kann schön sein - wenn ein paar Grundvoraussetzungen erfüllt sind. Bei uns gelten materielle Sicherheit, Gesundheit und ein intaktes soziales Umfeld als wichtige Bedingungen. Sind sie gegeben, kann die letzte Lebensphase sogar manches ermöglichen, was in jüngeren Jahren vermisst wurde. Das eigene Leben könnte sich, so glauben und hoffen viele, noch einmal von seiner besten Seite zeigen: sorglos und doch spannend, geruhsam und doch aufregend, selbstbestimmt und doch sozial eingebettet.

Realitäten

Solche Sehnsüchte und Erwartungen bestimmen das Leben vieler Menschen in unserer Gesellschaft. Für einige gehen sie ganz oder partiell in Erfüllung. Aber auch bei ihnen zeigt sich das Alter oft zunehmend von seiner schmerzhaften und beängstigenden Seite. Während viele ständig über Beschwerden und Verluste klagen, verschweigen andere ihre Frustrationen, weil sie glauben, es sich und ihren Mitmenschen schuldig zu sein, eine positive Einstellung zum eigenen Alter zu zeigen. In beiden Fällen wird über Wesentliches geschwiegen. Auch auf diejenigen, deren Alter fast nur mühevoll oder schmerzhaft und vielleicht einsam ist, wirken sich die erwähnten Idealvorstellungen zum Dritten Lebensalter aus. Sie können bei ihnen das Gefühl verstärken, versagt zu haben und vom Schicksal benachteiligt zu sein. Also schweigen auch sie. Oft besteht die Gefahr, dass alte Menschen durch ihr Verschweigen wesentlicher Gefühle, Ängste und Wünsche den lebendigen Kontakt zu ihren Mitmenschen entweder nicht finden oder allmählich verlieren.

Angehörige und betreuende Fachleute

Besagte Idealisierungen wirken sich aber auch auf Angehörige alter Menschen und auf betreuende Fachleute aus. Denn die Zufriedenheit der Betreuten widerspiegelt sich in der Zufriedenheit der Betreuenden und umgekehrt. Da das Leben alternder Menschen mit der Zeit meist beschwerlicher wird, gilt es für viele, von lange gehegten Idealvorstellungen Abschied zu nehmen. Dies kann Trauer, Unzufriedenheit, Bitterkeit und Wut auslösen. Die Aufgabe betreuender Fachleute und Angehöriger wird dadurch nicht selten schwierig.

Mit Geschichten und Szenen Zugang ermöglichen

Geschichten können Türen zu Unausgesprochenem, Verdrängtem und Beängstigendem öffnen. Das Theater *act-back* macht in seinen szenischen Darstellungen emotional zugänglich, was zu überfordern scheint und deshalb beschwiegen wird. Durch die Identifikation des Publikums mit dem Gezeigten wird eine lustvolle Auseinandersetzung möglich. Die Veranstaltungen des Theaters *act-back* sind interaktiv: Zuschauerinnen und Zuschauer diskutieren das Verhalten der Theater-Figuren, setzen ihre eigenen Erfahrungen daneben oder dagegen, entwerfen alternative Geschichten und Szenen, bestimmen, wie es weitergeht und können sogar am Spiel beteiligen. So wird Schweigen lustvoll gebrochen und Unausgesprochenes kommt aufs Tapet.

Einige Beispiele von Fragen, Themen und Aspekten, die mit interaktivem Theater bearbeitet werden können:

act-back mit Alternden und Alten

- Immer will sie reden. Aber das hilft jetzt auch nicht mehr.
- Unsere Kinder weichen mir aus.
- Meine ewige Traurigkeit lähmt mich selbst am meisten.
- Giftige Bemerkungen und zynische Spässchen bestimmen unseren Beziehungsalltag.
- Die wünschen sich doch alle, dass ich den Löffel abgebe.
- Ich will selbst bestimmen, wann Schluss ist.
- Ich habe noch Lust auf Sex / Ich habe keine Lust mehr auf Sex.
- Unaufhaltsam entgleiten Aussenwelt, Gedächtnis, die Kontrolle über meinen Körper.

act-back mit Angehörigen

- Darf ich Mutter sagen, dass ich keine Lust habe mit ihr zu verkehren, wenn sie so umgeht mit mir?
- Ich habe Angst vor Vaters Sterben.
- Mama und Papa machen mir ständig ein schlechtes Gewissen! Ich habe doch noch ein eigenes Leben!
- Ich lasse nicht zu, dass sich meine Mutter von dieser Sterbehilfeorganisation umbringen lässt!
- Mama ist mir ganz fremd geworden.
- Wir müssten dringend über Testament, Patientenverfügung und all das reden, aber dann schauen sie mich an, als wollte ich sie ermorden.
- Warum will sie nicht einsehen, dass das Altersheim das Beste wäre?

act-back mit Betreuenden

- Wenn ich in meinen Kreisen sage, dass ich in der Alten-Betreuung arbeite, schwappt mir entweder übertriebene Bewunderung oder Mitleid entgegen.
- Manchmal machen mich einzelne Klienten so wütend, dass ich den Bettel hinschmeissen möchte.
- Ich möchte nicht da leben müssen, wo ich arbeite.
- Er erinnert mich an meinen Vater. Ich möchte ihm helfen. Ist das unprofessionell?
- Professioneller Umgang mit alten Menschen - heisst das, dass mich nichts mehr wirklich berührt?
- Ich stehe an ihrem Bett und weiss, dass sie stirbt. Spürt sie, dass mir das im Grunde egal ist?
- Angehörigen und ihren Ansprüchen versuche ich aus dem Weg zu gehen.
- Wer sagt ihrem Sohn endlich mal, dass seine Mutter für mich nicht der Mittelpunkt der Welt ist?

act-back in der Alters-Vorbereitung

- Endlich mein eigener Herr sein!
- Aber ich habe kein Hobby. Hobbys fand ich immer schon blöd.
- Selber fand ich Alte immer unattraktiv - bald soll ich dazu gehören.
- Das verfügbare Geld reicht hinten und vorne nicht.
- Nicht mehr arbeiten heisst doch, keine Bedeutung mehr haben.
- Ich fürchte mich vor der Eintönigkeit, davor, dass ich mich künstlich beschäftigen muss.
- Wir lieben uns schon lange nicht mehr. Und jetzt werden wir bis zum bitteren Ende zusammengeschweisst.
- All diese Gefühle und Sehnsüchte sind noch da. Aber aus dem Spiegel sieht mir eine alte Frau/ein alter Mann entgegen.