

1. Wer entscheidet, was geht und was nicht (mehr) geht?

- a) Der Körper entscheidet! Unser Körper ist die Natur, die wir selbst sind. Es ist *natürlich*, dass unser Körper uns Einschränkungen zumutet und Grenzen setzt. Ein Umzug in ein Pflegeheim ist oft dann angezeigt, wenn die eigene Versorgung (Nahrung, Körperpflege, Selbstkontrolle, Orientierung) auch durch Fremdhilfe (z. B. Ambulante Dienste) nicht mehr zu leisten ist und Selbst- und Fremdgefährdung entstehen.
- b) Sich über das eigene innere Verhältnis zu Veränderungen klar zu werden, hilft bei der Beschäftigung mit dem Thema. Erlebe ich Veränderung als Widerfahrnis (= Opfer) oder Herausforderung zur Gestaltung (Verantwortung). Wichtig ist, hier ein Gefühl zuzulassen, für die jetzige Lebenssituation mitverantwortlich zu sein; d. h. sie als Teil der eigenen Lebensgestaltung zu begreifen.
- c) Man kann sich auf die Entscheidung, in ein Pflegeheim einzuziehen vorbereiten durch
 - die bewusste Beschäftigung mit dem Thema (emotional, rechtlich, finanziell, lokal).
 - Besuche der Einrichtung evtl. als Gast in der Tagespflege
 - eine Kurzzeitpflege (max. 28 Tage pro Jahr bei Einstufung).

2. Und was ist mit den Kindern? Die können sich doch nun um mich kümmern!

- Zum Verständnis des Eltern-Ehre-Gebots (2M 20,12):
In ihrem ursprünglichen Zusammenhang waren die Gebote an das Volk Israel gerichtete Anweisungen für das Leben als Agrargesellschaft im verheißenen Land. Da alte Menschen in einer solchen Gesellschaft aufgrund der schwindenden Kräfte ihre materielle Versorgung nicht mehr selbst leisten konnten, übertrug Gott diese Aufgabe ihren erwachsenen Kindern. Deshalb spricht das 6. Gebot von den materiellen Bedürfnissen alternder Eltern.¹ Es geht bei dem Begriff ‚ehren‘ nicht um ein Gefühl, sondern um eine innere Haltung der Würdigung und des Respekts².
- Berechtigte Erwartungen: Kinder sollen sich um das materielle Auskommen der Eltern kümmern, was in unserer Gesellschaft durch den Generationenvertrag (Rente) geregelt ist. Darüber hinaus kann es ihre Aufgabe sein, diese Versorgung zu betreuen, falls die Eltern dazu selbst nicht mehr in der Lage sind.
- Unberechtigt aber ist die elterliche Erwartung, dass die eigenen Kinder sich um die seelischen Bedürfnisse ihrer Eltern zu kümmern hätten (Wohlbefinden, Einsamkeit, Geselligkeit etc.).
- Zum Umgang mit den Erwartungen: Unausgesprochene Erwartungen belasten und blockieren oft die Beziehung zwischen den Generationen. Hier ist ein klärendes Gespräch erforderlich und sollte idealerweise von den Eltern initiiert werden (s. o. 1b).
- Beziehungsaspekte: Durch die Hilfsbedürftigkeit der Eltern, verändern sich die Rollen und es entstehen neue Abhängigkeiten. Ungeklärtes, Verdrängtes und auch unbereinigte Schuld kommen manchmal überraschender Weise nun zum Ausdruck in Form von Spannungen und späte Rachephantasien und durch Korrekturen der inneren Bilder, die man sich voneinander gemacht hat.

3. Veränderungen annehmen, um lebendig zu bleiben

- a) Veränderungen sind wichtige Impulse, die unsere seelische Lebendigkeit fördern und erhalten. Zwar lösen sie Ängste aus, ermöglichen aber zugleich auch neue Erfahrungen. Es ist wichtig, sich ‚beide Seiten der Medaille‘ bewusst zu machen und sich für sie zu öffnen: Das Fremde ist Bedrohung *und* Bereicherung. Die Abhängigkeit ist Ausgeliefertsein *und* Zugehörigkeit. Die Fremdbestimmung ist Ohnmacht *und* Entlastung. Die Endlichkeit ist Einschränkung *und* Einmaligkeit.
- b) Angstauslöser sind häufig: ungewohnte Umgebung, fremde Menschen (Pflegepersonal, Mitbewohner) Identifikation mit sehr eingeschränkten Menschen („Ich werde auch noch so wie die/der da!“).
- c) Die große Chance kann aber gerade darin bestehen, Bedingungen zu finden, die mir helfen, die letzte Lebensaufgabe zu bewältigen: Lebensbilanz zu ziehen. Bevor wir unser Leben ganz aus der Hand (zurück-)geben, brauchen wir die Vergewisserung, unser Leben wirklich gelebt zu haben. Dies geschieht durch Rückschau und Mit-Teilen der Erinnerungen.

¹ Jungbauer, Harry, Ehre Vater und Mutter, Tübingen 2002, S. 87.

² „Anerkennen des anderen an seinem Platz in der Gemeinschaft“, Jenni/Westermann, ThAT Bd. I, Sp. 798.