

# Funkenflug

## Psychologie im Alter - Gedanken, Geschichten und Gespräche

November 2018, Nr. 11

### Verbundenheit in Liebe

Im Fest der Weihnacht feiert der Mensch die liebende Verbindung zu seinen Mitmenschen, seiner Umwelt und zu sich selbst als das Heilsame im Leben. Auch wir Psychologen und Psychotherapeuten lernten, dass der Mensch auf die liebende Verbundenheit zum Leben ausgerichtet ist. Ist diese Verbundenheit zum Leben gestört oder in Gefahr, so reagiert die Psyche mit teils heftigen Reaktionen, die wir als Schutzreaktionen oder Bewältigungsstrategien kennen. Diese Reaktionen gehen von Flucht- oder Kampfverhalten, Aggressionen bis hin zu Lähmungserscheinungen des Menschen. Die Gesundheitsschmiede Tirol versucht in ihren Seminaren und Fortbildungsangeboten immer wieder auf diese Achtsamkeit im Umgang mit sich selbst, den Mitmenschen und dem Leben hinzuschauen, diese Verbundenheit zu schulen und in psychologischen Weiterbildungen die psychosozialen Grundbedürfnisse des Menschen zu verstehen und in Ausgleich zu bringen. So fanden im Herbst Gewaltseminare statt, in denen PflegerInnen eine Schulung zum Thema Gewalt bekamen, ein Verständnis von Verhaltensweisen entwickelten, um auch präventiv Gewalt und Gewaltausbrüchen vorzubeugen oder darauf zu reagieren.



### Ledig schwanger zu Kriegsende erzählt von Bettina Fraisl



Traudl (Name geändert) war das jüngste von drei Kindern einer gut situierten Familie und wuchs behütet und gut umsorgt in Tirol auf. Ihr Vater, den sie für seine beruflichen Erfolge sehr bewunderte, nahm sie als einziges seiner Kinder manchmal auf Bergtouren mit – das waren wunderschöne Ausflüge für Traudl, auf denen sie sich ihrem Vater nahe fühlte, vertraut und geborgen, und die sie und ihre Liebe zu den Bergen sehr prägten. Bis ins hohe Alter zählten Spaziergänge und Wanderungen in der Natur zu den schönsten Momenten in ihrem Leben, erzählte Traudl immer wieder.

Als der 2. Weltkrieg ausbrach, war Traudl eine junge Frau, gerade erwachsen. Sie arbeitete fleißig und war in gutem Einvernehmen sowohl mit ihrem Arbeitsumfeld als auch mit ihrer Familie, die ihr sehr wichtig war. Oft betonte sie in ihren Erzählungen, dass man sich die Zeit damals heute kaum vorstellen könne. Wenn man später geboren sei, könne man nicht wissen, wie es damals war. Einmal habe eine Bombe das Haus direkt neben jenem ihrer Familie getroffen, es sei dadurch vollkommen zerstört worden. Die permanente Angst, der Schrecken ringsum, die allgemeine Orientierungslosigkeit und das Chaos hätten zu einer großen Unsicherheit geführt, zu einer Lebensweise ohne Pläne und ohne Planbarkeit.

Lesen Sie [hier](#) bitte weiter.