

# Funkenflug

## Psychologie im Alter - Gedanken, Geschichten und Gespräche

April 2021, Nr. 18

### In Sicherheit leben



Ein Jahr Leben in „Sicherheit“: Nach über einem Jahr mit Schutzmaßnahmen im Rahmen der Corona Pandemie sehen wir wie vieles im Leben zu kurz gekommen ist. Wir sehen und schätzen auch die vorher alltäglichen Dinge des Lebens, vermissen die Abwechslung und werden zunehmend erschöpfter. Wir müssen erkennen, dass dieser Sicherheitsgedanke seinen Preis hat. Der Umgang mit Sicherheit, Risiko und Bedrohung des Lebens und der Gesundheit wird uns in dieser Zeit sehr

bewusst, spaltet die Meinungen in der gesamten Gesellschaft, in der Arbeit, in Kleingruppen usw... Immer wieder die Sicherheit im Kontext des Lebens zu betrachten, wird wohl eine Lehre aus dieser Zeit sein. Diese Herausforderung besteht auch und vor allem in der Begleitung von älteren Menschen, bei denen die Schutzmaßnahmen hochgehalten werden, ihnen andererseits nicht ihre Lebendigkeit, das Leben von Werten, ihr Bedürfnis nach Beziehung oder wertvollen Erlebnissen im letzten Lebensabschnitt zu nehmen. Hier einen Ausgleich zu finden, ist eine Gradwanderung in der eigenen Verantwortung sowie in der Betreuung, Pflege und Begleitung von älteren Menschen.

### Gertraud im Corona-Jahr



Ich betreue Gertraud noch nicht so lange. Sie ist gerade erst einen Monat vor Ausbruch der Corona Pandemie ins Wohnheim gezogen. Zu Hause war sie alleine. Nach dem Tod ihres Mannes war sie einsam und konnte sich mit ihren mittlerweile über neunzig Lebensjahren nicht mehr selbst versorgen. Sie war glücklich ins Wohnheim zu kommen, weil auch eine Freundin von ihr dort lebte. So konnten sie sich treffen, gingen gemeinsame Spazierstunden durch den Park, saßen gemeinsam mit ihren Angehörigen im Café und insgesamt schien es für sie ein guter Schritt gewesen zu sein. Ich begleitete sie durch diesen Prozess der Eingewöhnung ins Wohnheim, unterstützte sie durch Gespräche in ihren psychosozialen Bedürfnissen und es schien mir, dass sie sich recht gut an die neue Lebenssituation anpasste. In der ersten Lockdown Phase nahm sie es sehr geduldig hin, dass ihre Angehörigen nicht mehr kommen konnten; telefonierte stattdessen viel mit ihnen. Je länger diese Schutzmaßnahmen allerdings dauerten, umso belastender wurde die Situation für Gertraud.

Lesen Sie [hier](#) bitte weiter.