

Wenn Menschen mit geistiger Behinderung älter werden

Ein Ratgeber für Angehörige

Mit einem Geleitwort von Henning Scherf

Ernst Reinhardt Verlag München Basel

Inhalt

Geleitwort	7
<i>Von Henning Scherf</i>	
1 Wachsende Ringe	8
2 Die Zeit ist reif	10
2.1 Alt werden: Welche Anzeichen gibt es?	10
2.2 Bestandsaufnahme: Vergangenheit – Gegenwart – Zukunft	13
2.3 Lebenslinien: Was war wichtig?	18
3 Altersgerecht leben	28
3.1 In der Familie wohnen	29
3.2 Stationäres Wohnen für Senioren	42
3.3 Finanzielle Bedingungen	46
4 Den Tag gestalten	51
4.1 Änderungen im Arbeitsalltag	51
4.2 Der freien Zeit Struktur geben	54
4.3 Freizeitangebote für Ältere	60
4.4 Finanzielle Fragen	65
5 Medizinische und pflegerische Aspekte	67
5.1 Psychische Veränderungen	67
5.2 Körperliche Veränderungen	75
5.3 Im Krankenhaus	80
5.4 Wenn Pflege nötig wird	84
6 Die Zügel aus der Hand geben	90
6.1 Selbstbestimmt leben	91
6.2 Gesetzliche Betreuung	93
6.3 Zuständigkeiten klären	102
6.4 Menschen im Umfeld	107
6.5 Kann man wirklich alles regeln?	110

6 Inhalt

7 Abschied nehmen	112
7.1 Wenn Eltern nicht mehr können	113
7.2. Begegnungen mit dem Tod	118
7.3 Vom Umgang mit der Trauer.....	127
7.4 Die letzten Dinge regeln	130
8 Schlusswort	135
Literatur	138
Adressen, Websites, Buchempfehlungen.....	140
Sachregister	148

Geleitwort

Es ist eine große Sorge älter gewordener Eltern von erwachsenen Kindern mit Behinderung: Wie geht es mit unseren Söhnen und Töchtern weiter, wenn wir einmal nicht mehr da sind? Oft hilft die ganze Familie, oft helfen die Geschwister. Aber was passiert, wenn die Familie auseinandergerissen ist?

Hier gibt es einen Ratgeber, der die einzelnen Nöte aufnimmt und Wege aufzeigt. Ich begrüße diesen Versuch sehr, Eltern aus ihrer Überforderung herauszuhelfen, ihnen Wege aufzuzeigen, wie es weitergehen kann.

Meine Erfahrung ist, dass zunächst einmal über die Sorgen geredet werden muss. Das kann in Elterngruppen, im Freundeskreis, in den Einrichtungen der Behindertenhilfe geschehen. Dort gibt es Menschen, die in vergleichbaren Lebenslagen ihre Erfahrungen gesammelt haben und weitergeben können. Dort gibt es auch Angebote. Bei uns in Bremen z. B. hat die Lebenshilfe e. V. von Anfang an auf integrierte Wohngemeinschaften gesetzt. Ich lebe in unmittelbarer Nachbarschaft zu mehreren solcher Wohnprojekte und weiß, wie wir uns als Nachbarn gegenseitig vertraut sind und uns stützen.

Dr. Henning Scherf
Bürgermeister a. D. der Hansestadt Bremen

1 Wachsende Ringe

*Ich lebe mein Leben in wachsenden Ringen,
die sich über die Dinge ziehn.
Ich werde den letzten vielleicht nicht vollbringen,
aber versuchen will ich ihn.
Rainer Maria Rilke*

Jahresringe, an denen man das Alter und den Lebensweg eines Baumes erkennen kann, verraten viel: Trockene Sommer sind da verzeichnet, in denen der Baum Schwierigkeiten hatte, sich zu entwickeln, Jahre des blühenden Wachstums sind zu erkennen. Jeder Baum hat seine individuellen Ringe, unverwechselbar und einzigartig.

Auch wir Menschen haben ganz unterschiedliche Lebensläufe; schmerzliche und freudige Ereignisse haben Spuren und Narben hinterlassen in unseren Gesichtern und in unseren Herzen. Wir sind gewachsen mit unseren guten und schlechten Erfahrungen und Erlebnissen. Ein langer Lebensweg hat uns geprägt, jeden – mit und ohne Behinderung – auf seine Weise. Niemand weiß genau, wann sich der letzte Ring bildet, ob er vollendet werden kann oder unvollständig abbricht. Tröstlich klingt da die ermunternde Aufforderung: „Aber versuchen will ich ihn.“

Wie verschiedenartig auch immer die „Lebensringe“ der Menschen sind, eine Spur zeigt sich bei allen Angehörigen eines Menschen mit geistiger Behinderung: die lebenslange Beschäftigung mit diesem Thema und die Sorge um und für dieses Familienmitglied. Zu allen Fragen, die jeden bewegen, wenn er älter wird, kommt das Gefühl der Unsicherheit. Ist auch wirklich alles in die richtigen Wege geleitet? Hat man vorgesorgt für die Zeit, in der man selber mehr und mehr und schließlich ganz zurücktreten muss? Angehörige von Menschen mit Behinderung müssen sich nicht nur mit dem eigenen Altern, eventueller Pflegebedürftigkeit und dem Sterben auseinandersetzen. Sie belastet zugleich die Frage, wie sich eine dadurch veränderte Situation auf ihr Kind auswirkt, wie es zurechtkommt, wie alles weitergeht, wenn sie einmal nicht mehr da sind.

Parallel zu ihrem eigenen Älterwerden erleben Eltern, dass ihr Kind die gleiche Entwicklung durchläuft. Menschen mit geistiger Behinderung bewahren sich oft lange ein jugendliches Aussehen, aber der Alterungsprozess setzt häufig früher ein und sie altern manchmal in größerer Geschwindigkeit. Welche Fragen bewegen Eltern und Angehörige, wenn sie erleben, dass für einen Menschen mit Behinderung vermutlich der letzte Ring begonnen hat?

Ist es überhaupt möglich, einen Ring zu „vollenden“? Gehen nicht vielmehr die Ringe ineinander über? Was in einer Lebensphase beginnt, zieht sich durch die nächsten Jahre, gestellte Weichen führen auf einen Weg, der die weiteren Schritte bestimmt.

Und schließlich beginnt der letzte Ring. In vielerlei Hinsicht können wir sicher vorsorgen, Probleme lösen, Zuständigkeiten klären und vorausschauend in die Zukunft planen. Und das können und sollten wir in Angriff nehmen, solange unsere Kräfte dafür ausreichen. Ganz allerdings wird es wohl selten gelingen, einen endgültigen Abschluss zu erreichen, den letzten Ring wirklich zu vollenden – weder für sich selbst noch für die Tochter oder den Sohn. Aber versuchen können wir es.