

General-Anzeiger

journal

Magazin für Kultur und Wissen

Samstag/Sonntag, 13./14. Dezember 2014

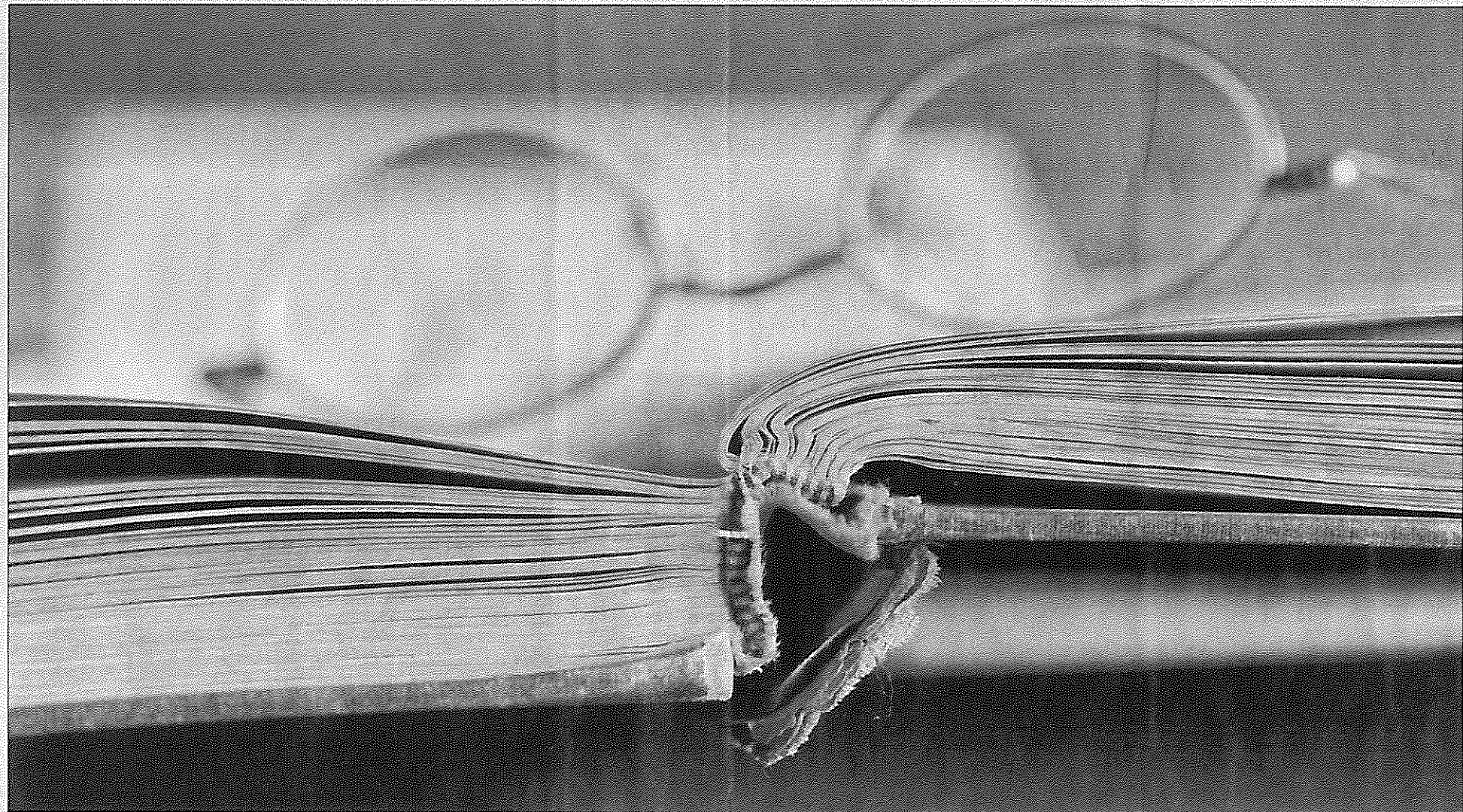


FOTO: DPA

Bedeutsame Erinnerungen für alte Menschen: Bücher und Fotoalben

Kleiner wohnen

Der Umzug in eine seniorengerechte Umgebung bedeutet auch, sich von lieb gewonnenem Besitz und Erinnerungsstücken zu trennen.

Wie gelingt ein Neuanfang im Alter?

Ein letzter Blick zurück. Fast 30 Jahre hat Gertrud Becker in diesem Häuschen gewohnt, nun zieht sie die Tür hinter sich zu. Zurück bleiben „besenreine“ Räume, leer bis auf die Einbauküche und ein Kachelbild an der Wohnzimmerwand.

Ihr neues Zuhause ist eine Zwei-Zimmer-Wohnung in einem Seniorenstift, die sie sich dank ihrer Lehrerinnenpension gerade so leisten kann. Ohne steile Treppe, ohne Garten, ohne die Stufe am Eingang. Aber auch ohne die vertraute Nachbarschaft, den Kirchenchor und den Supermarkt um die Ecke, in dem sie mit Namen begrüßt wird.

Die letzten Monate waren hart für einen ordnungsliebenden Menschen wie Gertrud Becker (Name geändert). Die Einundachtzigjährige, ihr Leben lang gut organisiert, hatte schon im August mit Aussortieren begonnen. Fortan lebte sie zwischen Kisten und Kästen, demontierten Möbeln und Müllsäcken.

Von 160 auf 50 Quadratmeter reduziert sich ihr Wohnraum; sie kann nur wenig mitnehmen. Die Teak-Schrankwand wird abgesägt und verkleinert. Ein schmaler Kleiderschrank fürs Schlafzimmer muss her. Viel mehr Kopfzerbrechen als das Mobiliar aber macht der Inhalt. Wohin mit den Damast-Tischdecken, den Vasen aus Kristall, den Hunderten Büchern, dem Silberbesteck? Wer will die Diasammlung des 2005 gestorbenen Ehemanns, wer das Rosenthal-Geschirr mit Platinrand? Die Nähmaschine, angejährt, aber funktionstüchtig? Den Perser? Viele dieser Gegenstände stehen für einen Lebensabschnitt und haben sie – als junge Ver-

lobte, als Mutter dreier Kinder, als Gymnasiallehrerin und schließlich als Großmutter – über Jahre begleitet.

Gertrud Becker ist ein Kriegskind, mit Verlusten aufgewachsen. Außerdem hat sie, anders als manche Gleichaltrige, schon mehrere Umzüge mitgemacht – geht es nach dem Spruch, dass dreimal Umziehen dasselbe bedeutet wie einmal abgebrannt, dann waren zwei Totalschäden darunter. Mindestens.

Trotzdem fällt ihr die Trennung von ihrem Zuhause und ihrem Besitz nun schwer. Die von der Schwiegermutter liebevoll bestickten Sofakissen, sollen die in den Kleidercontainer? Ja, „aber da wird sich euer Vater im Grabe umdrehen“, sagt sie zu ihren Töchtern.

Trotz aller Schlagworte vom altersgerechten Wohnen lebt heute der weitaus größte Teil der rund 13 Millionen Über-Siebzigjährigen in Deutschland in einer ganz normalen Wohnung oder im eigenen Haus. Und will daran nach Möglichkeit nichts ändern. Wenn doch ein Umzug nötig wird, weil der Aufzug fehlt, die Kinder weit weg leben oder das Haus nach dem Tod des Partners so al-

lein nicht gepflegt werden kann, „ist das ein Bruch im Leben, der gut vorbereitet werden sollte“, sagt der Diplom-Psychologe und Gerontologe Hartwig Wennemar, selbst 73 Jahre alt. „Es ist nicht gut, zu viele Kompromisse zu machen, vielleicht nur aus Rücksicht auf andere. Das eigene Bedürfnis nach Geborgenheit und Heimeligkeit sollte ernstgenommen werden.“ Bei der Wahl des neuen Domizils rät er, sich nicht nur die Wohnung, sondern vor allem das Umfeld in Ruhe anzuschauen und auch aufs Gespür zu hören.

Der Umzug selbst lässt sich an ein Unternehmen delegieren, die Vorarbeit weniger – auch wenn Firmen dies anbieten. Aber erstens kostet das, und zweitens liegt die Entscheidung, was weg soll und was nicht, doch beim Besitzer. Fremdbestimmte Haushaltsauflösungen zu Lebzeiten sind schwer auszuhalten. Also heißt es, jedes Stück in die Hand oder in Augenschein zu nehmen. Heute wird nach dem Motto „simplify your life“ oft zu Radikalität geraten, aber Wennemar sieht das kritisch: „Manche Besitztümer sind so kostbar,

dass zumindest ein Teil mitgenommen werden sollte.“ Er nennt das Beispiel der Dias, in den 1960er Jahren schwer in Mode, heute meist in Schubladen vergraben. „Sie dokumentieren ein Stück vom Leben. Wenn man rechtzeitig anfängt, kann man sich eine kleine Auswahl zusammenstellen und statt des Projektors ein Handgerät zulegen.“ Das Durchforsten der Bilder und Erinnerungsstücke bietet Gelegenheit, noch einmal zurückzudenken in die frühere Zeit, die Gefühle von damals und den Abschiedsschmerz von heute zuzulassen. „Dabei kann man ruhig ein bisschen weinen“, sagt der Gerontologe.

Zum Weinen – aber eher aus Verzweiflung – findet Gertrud Becker auch den Kampf um die Müllentsorgung. Rechtzeitig hat sie Abfallkalender und Internet konsultiert, trotzdem kommt sie an die Grenzen eines Systems, das zwar umwelt-, aber nicht gerade seniorengerecht ist. Das Sondermüllmobil will ihren Elektroschrott nicht. Beim Papiermüll soll sie laminierte Aktendeckel abtrennen. Immer wieder fährt sie – glücklicherweise motorisiert – auf De-

ponien. Dort hört sie sich Vorträge an, wenn sie etwas falsch sortiert hat. Ihre Kinder entwickeln einen Mülltourismus der besonderen Art. Sie nehmen der Mutter volle Säcke ab und kutschieren sie quer durch die Republik, um sie zu Hause zu entsorgen.

Aber Gertrud Becker will gar nicht alles wegwerfen, im Gegenteil, sondern in gute Hände abgeben. „Eine ideale Lösung“, sagt der Psychologe. „Wenn wir etwas verschenken, ist das Loslassen leichter.“ Eine Tochter packt alles, was Wert hat oder schön ist, in Kisten und bringt sie einem Verein, der Flohmärkte für soziale Zwecke organisiert. Damit kann Gertrud Becker gut leben. Auf dem Platinrand-Geschirr bewirbt künftig die Putzhilfe ihre Großfamilie, die Nähmaschine nimmt ein Änderungsschneider. Möbel würde Gertrud Becker gern einem Flüchtlingshilfsdienst schenken, der jedoch ablehnt. So landen sie auf dem Sperrmüll. Aber die Lexika kommen unter: Ein Antiquitätenhändler stellt sie als Deko in seinen Laden.

Am Umzugstag ist alles weg oder gepackt. Es zeigt sich, dass das auf Senioren spezialisierte Transportunternehmen eine gute Wahl war. Mit Ruhe und Umsicht räumen die Helfer ein und aus und gehen nicht eher, bis das kleine Wohnzimmer weniger nach Möbellager und mehr nach Zuhause aussieht. Immer wieder schieben sie Couch und gestauchte Schrankwand hin und her. Am Ende ist das neue Zimmer ein verkleinertes Abbild des alten. So wie es der Psychologe rät: „Eine gute Idee, ein Stück der bisherigen Wohnung in der neuen nachzubauen.“ Am Abend prosteten sich Mutter und Töchter erschöpft zu. Auf den Neuanfang im Alter.

LITERATUR

Weiter durch die Nacht

Wolfgang Herrndorfs unvollendeter, posthumer Roman „Bilder deiner großen Liebe“

KULTUR

Die Erde blutete, die Sterne fielen

Die Kunsthalle Kiel zeigt Werke von Künstlern, die am oder im Ersten Weltkrieg starben

ZEITRÄUME

Diese grünen Augen

Der erfolgreichste Film aller Zeiten: Vor 75 Jahren kam „Vom Winde verweht“ in die Kinos

GESELLSCHAFT

Blattgold und Super-Putin

Alte Ikonen und junge Kunst: In Sankt Petersburg ist Russland noch komplizierter als anderswo

FORSCHUNG

Landwirtschaft mit Präzision

Der Hightech-Bauernhof ist im Kommen: Roboter melken Kühe, erkennen Unkraut, dosieren Dünger

GESUNDHEIT

Diagnosen von Dr. Google

Krankheitssymptome im Internet nachzusehen, kann helfen – oder alles noch schlimmer machen

ZEIT IM BILD

Mittendrin und danach

Die Hütten sind zerstört, die Palmen stehengeblieben: Wie „Hagupit“ auf den Philippinen zuschlug