

GROSSMÜTTER**REVOLUTION**

Wir sind engagiert

MEDIENTEXT

8. Herbstforum der GrossmütterRevolution vom 9. November in Zürich

Was Frauen sich fürs hohe Alter wünschen

Mit einer neuen Studie will die GrossmütterRevolution die Stimmen der Frauen der GrossmütterGeneration zur Hochaltrigkeit sicht- und hörbar machen und zur Auseinandersetzung mit dem eigenen Alter anregen. Wie dies geschehen kann, erfahren die Anwesenden am ausgebuchten Herbstforum in intensiven Gruppengesprächen.

«Selbstbestimmung und Abhängigkeit. Erwartungen von Frauen ans hohe Alter» heisst die von Marie-Louise Barben und Elisabeth Ryter am Herbstforum präsentierte Studie. Sie basiert auf neun Fokusgesprächen mit 68 Frauen im Alter zwischen 55 und 75 Jahren. Die Gespräche entwickelten sich entlang dreier Szenarien: Wohnen, Betreuung und Pflege, Demenz. Sie zeigten, dass Frauen im dritten Lebensalter grosse Mühe haben mit der Abhängigkeit. Im Hinblick auf die Wohnsituation möchten sie möglichst lange in den eigenen vier Wänden bleiben, was nicht ohne Unterstützung gehe.

Von Fachpersonen betreut

Einig waren sich die Gesprächsteilnehmerinnen, dass sie nicht von Angehörigen, sondern von Fachpersonen gepflegt werden möchten. Doch fehlten oft Vorstellungen, wer Betreuungsarbeiten wie Einkaufen, Begleitung zum Arzt usw. übernehmen könnte. Deshalb soll künftig vermehrt in professionelle Dienste und weitere Angebote zum Beispiel der Nachbarschaftshilfe investiert werden. Angst macht der Verlust der Entscheidungsfähigkeit bei einer Demenzerkrankung. Die Frauen möchten auch in dieser Situation als individueller Mensch ernstgenommen, nicht vernachlässigt und alleingelassen zu werden.

Lebensqualität vor Kosten

Gemäss Marie-Louise Barben steht für die meisten Menschen die Selbstbestimmung im Zentrum. Sie haben grosse Mühe mit Abhängigkeit, obwohl sie eine Alltagserfahrung ist. Deshalb gelte es, eine Balance zwischen Selbstbestimmung und Abhängigkeit zu finden: «Im Austausch miteinander sollten wir eine Haltung gegenüber den Zumutungen des Lebens entwickeln.»

Dies übten die Teilnehmerinnen in Gruppen anhand der Frage: «Welche Hilfe kann ich annehmen und von wem?» Viele Frauen äusserten ihre Mühe, Hilfe anzunehmen, sei es doch ein Zeichen eigener Schwäche. Einfacher sei dies bei professioneller und bezahlter Hilfe wie bei der Spitex oder bei Angeboten, die auf andere Weise abgegolten werden.

Unterstützung für weitere Gespräche

Projektleiterin Anette Stade betonte die Bedeutung von solchen Gesprächen. Damit könne ein Bewusstsein geschaffen werden für eine Situation, von der wir selber noch nicht betroffen sind. Deshalb biete die GrossmütterRevolution Unterstützung für Personen, die ein ähnliches Fokusgespräch organisieren oder daran teilnehmen möchten. Jessica Schnelle, Projektleiterin Generationen beim Migros-Genossenschafts-Bund, freute sich über die spürbare Energie der versammelten Frauen. Diese sei nötig für den Dialog, wie wir in Zukunft in unserer Gesellschaft mit Fragen der Hochaltrigkeit umgehen, wenn nicht die Kosten, sondern die Lebensqualität der Menschen im Zentrum stehen soll.

Monika Fischer

Legende: Frauen in Auseinandersetzung mit Hochaltrigkeit am Forum der GrossmütterRevolution

Die GrossmütterRevolution ist Plattform und Think Tank des Migros-Kulturprozent für die Frauen der heutigen Grossmütter-Generation. Der Bericht und die Kurzfassung der Studie können bestellt werden unter www.grossmuetter.ch
Das Migros-Kulturprozent ist ein freiwilliges, in den Statuten verankertes Engagement der Migros für Kultur, Gesellschaft, Bildung, Freizeit und Wirtschaft. www.migros-kulturprozent.ch