

Hilfreiche Internetadressen:

www.online-wohn-beratung.de
www.nullbarriere.de

Empfehlenswert ist auch ein Umzug in eine Erdgeschosswohnung. Vermieter, die eine große Anzahl Wohneinheiten verwalten, bieten bereits eine »Wohnungstauschbörse« an. Auch der Tausch innerhalb des Hauses ist möglich, sollte allerdings rechtzeitig angemeldet werden.



Das Altenheim kann die Familie nicht ersetzen.

Erste Hilfen im Haushalt

Eine große Hilfe ist es, wenn einem wenigstens schwere Tätigkeiten im Haushalt abgenommen werden. Dazu gehören der monatliche Einkauf von Vorräten und Getränken, das Wischen der Fußböden, das Reinigen der Fenster sowie das Hochtragen der Kohlen für den Ofen.

Große Erleichterungen im täglichen Leben bieten auch Kleinigkeiten wie etwa ein Greifstab, mit dem man auf den Boden gefallene Dinge hochheben kann, ohne sich bücken zu müssen. Alte Menschen, die rechtzeitig Unterstützung annehmen können, bewahren sich auf lange Sicht ihre Selbstständigkeit, weil sie sich nicht übermäßig belasten. Der Gang zum Markt, der Kontakt mit anderen Menschen beim Einkaufen und somit die Eigenständigkeit bleiben so noch lange erhalten.

Vorbereitung auf das Unplanbare

Mediation: Dialog in der Familie in Gang bringen

Anneliese Schütte würde gern mit ihren Kindern darüber sprechen, wer sie im Krankheits- und Pflegefall unterstützen würde. »Wer bewirtschaftet Haus und Garten, fährt mich zum Arzt und organisiert die Pflege, bezahlt die anfallenden Rechnungen, stellt Anträge bei der Kranken- und Pflegekasse oder nimmt einen möglichen Umzug in eine seniorengerechte Wohnung in die Hand?« Noch kommt sie gut allein in ihren vier Wänden zurecht, aber ihre Sorge, dass sich das von einem Tag auf den anderen ändern könnte, ist groß. Doch die 86-jährige weiß einfach nicht, wann und wie sie diese wichtigen Themen ansprechen soll.

Annette Leibecke, Mediatorin aus Lübeck, bietet bei sol-

chen und anderen Fragen, die den Senioren unter den Fingernägeln brennen, ihre professionelle Unterstützung an. »Voraussetzung für meine Arbeit ist, dass alle Beteiligten gesprächsbereit sind«, erklärt die 43-Jährige, »so lassen sich gemeinsam gute Lösungen entwickeln.« Im ersten Schritt geht es darum, dass alle Familienmitglieder die Punkte benennen, die sie mit den anderen besprechen möchten. Dann bekommt jeder Gelegenheit, seine Sichtweise, Befürchtungen und Wünsche zu formulieren. Im Fall von Anneliese Schütte wird in der Mediation schnell klar, dass der Sohn (54) die Pflege und Betreuung seiner Mutter nicht übernehmen kann und möchte. Schließlich wohnt er 200 Kilometer weit entfernt, hat eine eigene Familie und ist beruflich stark eingespannt. Er wäre jedoch bereit, sich um die Finanzen zu kümmern, den Schriftverkehr mit Behörden, Banken und Krankenkasse zu führen. Über dieses Angebot ist die Seniorin sehr glücklich, zumal ihre Tochter (58) anbietet, ihre Pflege und Betreuung vor Ort zu übernehmen. Doch der Tochter gefällt der Vorschlag des Bruders überhaupt nicht: »Das fehlt mir gerade noch. Dann müsste ich mich vor ihm ständig rechtfertigen, warum ich für die Pflege unserer Mutter so viel Geld ausbebe.« Aufgabe der Beteiligten ist es nun, einen guten Weg für den Fall der Fälle zu finden, mit dem auch die beiden Geschwister einverstanden sind.

Annette Leibecke fragt gezielt nach weiteren Themen, die sinnvollerweise innerhalb der Familie rechtzeitig thematisiert werden sollten. »Seien es Fragen zur Vorsorgevollmacht, Inanspruchnahme von Palliativmedizin oder Regelung der Erbschaft: Kinder trauen sich in der Regel nicht, ihre Eltern darauf anzusprechen. Ich als Außenstehende kann diese Tabuthemen aufgreifen, ohne dass man es mir übel nimmt«, erklärt die Mediatorin. »Niemand wird mir unterstellen, ich könnte den Tod meiner Klientin nicht ab-

warten.«

Punkt für Punkt arbeitet Familie Schütte die anstehenden Fragen rund um das Älterwerden der Mutter ab: Soll das Haus im Familienbesitz bleiben? Wo sind die Grenzen der Kinder? Wann ist der richtige Zeitpunkt, um in eine andere Wohnung zu ziehen? Allgemein gilt: Je umfangreicher die Informationslage und je frühzeitiger der Dialog, desto besonnener und besser sind die Entscheidungen. »Wo und wie die Eltern beispielsweise beerdigt werden möchten, sollte zu einem Zeitpunkt besprochen werden, wenn sie gesund sind«, rät Annette Leibecke. Die Mediatorin ist ehrenamtlich im Hospiz tätig und weiß, dass dieses Thema mit einem Sterbenden kaum noch erörtert werden kann.

»Wenn der Familienrat mit meiner Unterstützung tagt, dauert das in etwa zwei Stunden«, erläutert Annette Leibecke. Danach lässt erfahrungsgemäß bei allen Beteiligten die Konzentrationsfähigkeit spürbar nach. Sie empfiehlt daher, mehrere Gesprächstermine einzuplanen. Noch bevor es losgeht, wird ein Stundenhonorar für ihre vermittelnde Tätigkeit vereinbart. Damit sind die Kosten für ihre Unterstützung gut zu kalkulieren. Das Ergebnis ist ein Fahrplan mit einer klaren Aufgabenverteilung für den Ernstfall – die konfliktträchtigen Aspekte sind bereits im Vorwege geklärt.



Annette Leibecke hatte in ihrer früheren beruflichen Laufbahn oft die Aufgabe, Konflikte offen anzusprechen und zu klären. Seit 2011 ist die ausgebildete Mediatorin selbstständig auf diesem Gebiet tätig.

Was ist Mediation?

Mediation (lateinisch: Vermittlung) ist ein unbürokratisches Verfahren zur Klärung und Vermeidung von Konflikten. Ziel ist es, den Konfliktbeteiligten eine offene und konstruktive Aussprache zu ermöglichen, um dann tragfähige Lösungen entwickeln zu können. Bei durch einen Mediator vermittelten Familiendialogen rund um die Lebensgestaltung im Alter – der sogenannten Elder Mediation – geht es um Fragen zur Pflege und Betreuung, Vorsorge, Beerdigung und Erbschaft, aber auch um mögliche Konflikte zwischen Familienmitgliedern. Der Mediator bringt den Familiendialog in Gang und übernimmt die Gesprächsführung. Er selbst trifft aber keine Entscheidungen, sondern unterstützt die Beteiligten dabei, gemeinsam zu Lösungen zu gelangen, die die Interessen aller angemessen berücksichtigen.

Plötzlich kommt alles auf einmal

Der akute Pflegefall

Am Anfang kann noch niemand sagen, ob der Schlaganfall des Großvaters nach wenigen Wochen überwunden sein oder aber weitreichende Konsequenzen für ihn und seine Familie haben wird. Medizinisch ist alles getan worden, die Genesungsphase hat begonnen, der Patient ist jedoch noch sehr schwach. Die alltäglichen Dinge rund um den Krankenhausaufenthalt müssen von den Angehörigen organisiert werden. Regelmäßig müssen, vom Waschzeug bis zum Bademantel, Dinge ins Krankenhaus gebracht werden. Gespräche mit den behandelnden Ärzten sind zu führen. Ein

» Wir sind sehr froh, dass wir alles in Ruhe mit den Kindern besprochen haben. «

Heinz und Rita K.



Haben auch Sie wichtige Themen auf dem Herzen, finden aber nicht die richtige Gelegenheit für ein Gespräch oder haben Angst vor Konflikten? Als Mediatorin unterstütze ich Sie dabei, einen konstruktiven Dialog in Ihrer Familie zu führen.



Annette Leibecke

Mediation . Moderation . Coaching

An der Untertrave 17
23552 Lübeck
Fon 04 51.1 40 30 41
kontakt@dialogpunkt.de
www.dialogpunkt.de