



## Möglichkeiten und Grenzen in der Begleitung von Älteren

*Susanne Isaak-Mans berichtet aus den Erfahrungen im Menndia-Besuchsdienst Neuwied*

**D**as Anliegen von Menndia Neuwied ist es, mit dem Einsatz Ehrenamtlicher ältere Menschen zu Hause in einer Art Patenschaft regelmäßig und unentgeltlich zu besuchen und zu begleiten.

Aktuell sind es ca. 45 Ältere, die wir regelmäßig besuchen und im Blick haben. 24 Ehrenamtliche und weitere sporadisch Helfende, die nicht zum Team gehören, arbeiten mit. Der überwiegende Teil der Mitarbeitenden sind über 70 Jahre, zwei sehr aktive haben sogar die 80 überschritten.

Etwa zwei Drittel der involvierten Menschen kommen aus der Gemeinde, das weitere Drittel aus anderen Kontexten. Wir legen Wert auf überkonfessionelle Zusammenarbeit in Neuwied. Neben der Besuchsdiensttätigkeit gehören Gemeinschaftsveranstaltungen zu unserem Angebot für ältere Menschen. Hier erreichen wir auch Menschen, die keinen individuellen Besuchsdienst erhalten und es ist eine Möglichkeit, einsame Menschen wieder untereinander in Kontakt zu bringen. Ein Anliegen ist mir dabei

besonders die integrative Wirkung, denn wir wollen sowohl Menschen aus unserer Gemeinde, wie auch andere aus dem Ortsteil Torney zusammenbringen. In der Regel einmal im Monat veranstalten wir Seniorennachmittage, Vorlesenachmittage, Mittagstische und in unregelmäßigen Abständen unser Ausflugsprogramm Menndia Kul-tour.

Das wird alles immer mit Lob und Freude zur Kenntnis genommen und die Älteren nehmen gerne teil. Aber wichtig ist auch einmal die „Grenzbe-reiche“ dieser Tätigkeit zu beleuchten und einige meiner Erfahrungen aus den letzten acht Jahren weiterzugeben.

### **Keine Angst vor Grenzen**

Was ist gut an Grenzen? So paradox es auch auf den ersten Blick vielleicht anmutet: Grenzen befreien, erst Grenzen ermöglichen Lebensraum. Schauen wir in die Schöpfungsgeschichte: Am Anfang schuf Gott ... Grenzen: Himmel und Erde – Tag und Nacht – Land und Meer, Grenzen stecken hier ganz deutlich Lebensbereiche ab.

Jede einzelne Zelle eines jeden Le-

bewesens hat seine Abgrenzung und schon ein Kind lernt irgendwann, sich abzugrenzen, es lernt zu unterscheiden zwischen „ich“ und „du“. Grenzen sind überlebenswichtig, sie bieten Schutz und schaffen nötigen Rückzugsraum und Privatsphäre, so wie ein Haus Schutz vor Witterungseinflüssen und „Eindringlingen“ bietet. Somit geben Grenzen auch Heimat und Geborgenheit.

Grenzen stärken uns und sie geben uns Orientierung – Grenzenlosigkeit hingegen wirkt auf unsere gesamte Lebensperspektive verunsichernd. Vielleicht erkennen wir jetzt schon: nur wenn wir eigene stabile Grenzen haben, können wir anderen angemessen begegnen.

Das wirkt sich auch auf unsere Arbeit aus. Eigene Grenzen erkennen ist wichtig, um richtig und gut arbeiten zu können, um unseren Lebensbereich und den Lebensbereich der Anderen zu respektieren. Sonst geht die Ausgewogenheit von Distanz und Nähe verloren, man tritt möglicherweise den Besuchten zu nahe und die Besuche

zehren zunehmend an den Kräften der Beteiligten.

Der Besuchsdienst ist ein sogenannter „niedrigschwelliger“ Dienst. Das Wort sagt es schon, wir haben mit einer Schwelle zu tun, mit einer Grenze, die wir überschreiten. Sie scheint zwar niedrig, aber dennoch lässt sie uns häufig an die eigene Grenze kommen.

Besuchsdienste werden heute immer mehr gefordert und es gibt immer wieder Menschen, die sich mit Begeisterung auf diese Aufgabe einlassen, dass da auch immer wieder Grenzerfahrungen gemacht werden, bleibt nicht aus.

Oft muss ich mir sagen, hier sind wir an eine „Grenze“ gekommen. Klingt da etwa Enttäuschung über ein nicht erreichtes Ziel mit? Wem fällt es schon leicht, zuzugeben, gescheitert zu sein? Die Auseinandersetzung mit Grenzerfahrungen ist ein wichtiger Dreh- und Angelpunkt meiner Arbeit und deshalb häufig ein zentrales

Thema bei der persönlichen Begleitung Ehrenamtlicher und bei den sechswöchentlichen Team-Treffen. Immer wieder ist es nötig zu schauen, ob wir tatsächlich an unüberwindbare Grenzen gestoßen sind oder ob und welche sich Möglichkeiten auftun.

Manchmal wollen Angehörige, Pflegende oder Seelsorgende mit einem Besuchsdienst ihren anvertrauten Älteren etwas Gutes tun, aber ist das „gut gemeinte“ auch im Sinne der Betroffenen? Nur wenn der ältere Mensch zustimmt, mache ich mich auf zu einem Erstbesuch. Lediglich ein einziges Mal in den vergangenen acht Jahren ist es vorgekommen, dass ich bereits an der Wohnungstür abgelehnt worden bin.

Es kommt relativ häufig vor, dass Ältere erst einmal sagen: „Nein, mir ist nicht langweilig, ich habe so viel zu tun, mich braucht niemand zu besuchen.“ Es ist ja auch nicht einfach das Geschenk des Besuchtwerdens anzunehmen, wo man ja selbst früher so aktiv war, sich jetzt plötzlich auf der vermeintlich passiven Seite wiederfindet. Im weiteren Gesprächsverlauf kann man gut herausfinden, inwieweit man es doch einmal probieren könnte und häufig möchten die Älteren dann die Ehrenamtlichen nicht mehr missen.

#### Warum möchte jemand im Besuchsdienst mitarbeiten?

Genau abzuklopfen, welches die Motivation für eine Mitarbeit ist, gehört zu den ersten Überlegungen, wenn mir jemand seine Bereitschaft signalisiert. Immer mal wieder begegnen mir Menschen, die sich selbst therapieren wollen. Eine Ehrenamtliche

hatte beispielsweise so gut wie keinen Umgang mit alten Menschen, eigene Großeltern hatte sie nie kennengelernt. Dabei hörte sie immer wieder, wie ihre Schülerinnen und Schüler von ihren Omas und Opas sprachen. Auch eine befreundete Ehrenamtliche erzählte ihr begeistert von ihrem Besuchsdienst. Jetzt wollte auch sie einmal Erfahrungen mit älteren Menschen machen. Der Besuchsdienst ist leider gescheitert, die ältere, lebenswürdige Frau, die ich ihr vermittelte, hat wohl doch nicht ihrer Fantasie oder Vorstellung entsprochen und das wohl heimlich ersehnte Oma-Enkelin-Gefühl hat sich nicht eingestellt.

Eine andere junge Frau wollte ihre

allgemeine Kontaktschwäche überwinden, indem sie alte Menschen besucht, auch sie hat nach kurzer Zeit aufgegeben. Erst zu spät habe ich erkannt, was ihre Motivation war. Genaues hinschauen ist deshalb unerlässlich, auch wenn es manchmal die Freude über einen Neuzugang bei den Ehrenamtlichen trüben könnte.

#### Überengagement und Überforderung

Das Zeitkontingent abstecken gibt Sicherheit. Es gibt Ehrenamtliche, die muss ich ständig bremsen, da sie sich mehr zumuten, als sie leisten können, die ständig an ihre Kompetenzgrenzen gehen. Wieviel Zeit kann ein ehrenamtlich Helfender aufbringen? In der Regel fangen wir mit einer Stunde pro Woche oder alle zwei Wochen an. Wenn eine Besuchsbeziehung bereits länger währt, werden die Besuche oft intensiviert. Das ist im Grunde eine schöne Entwicklung. Wenn nicht die Motivation hierfür ein schlechtes Gewissen ist. Denn wir wollen ja Einsamkeit lindern und helfen. Wir sehen, dass es viel zu tun gibt und kein anderer ist da, der es in die Hand nimmt, wenn ich es nicht tue. Außerdem ist es sowieso nie genug.

Wenn wir in diese Gedankenspirale geraten, dann ist es Zeit, die Notbremse zu ziehen, denn möglicherweise bleibt die Selbstfürsorge auf der Strecke: „Wer zu oft selbstlos ist, ist schnell sich selbst los.“ Dem Ehrenamtlichen erkläre ich, dass die eine oder zwei Stunden, die sie sich dem anderen widmen, kostbar ist, dass sie ihre Aufgabe damit voll erfüllt haben und dass sie nicht verantwortlich sind für alle Lebenslagen und -bereiche des Besuchten.

Eine Ehrenamtliche z. B. hat sich ihren Zeitrahmen abgesteckt, indem sie immer eine gute Stunde vor ihrer

*Es ist nicht einfach  
das Geschenk des  
Besuchtwerdens  
anzunehmen*



Chorprobe zu Besuch geht, so wissen beide, wie die zeitliche Begrenzung aussieht. So wie eine Begrenzung Schutz für den Ehrenamtlichen ist, ist sie auch Schutz für den Besuchten, denn auch er ermüdet irgendwann, wenn ein Besuch zu lange dauert.

### Grenzen wahrnehmen und Grenzen setzen

In manchen Fällen stimmen die Vorstellungen und Erwartungen Angehöriger und Älterer in Hinblick auf unsere Möglichkeiten und dem, was wir tatsächlich leisten können, nicht überein. Dazu gehört vor allem das zeitliche Kontingent und der Umfang der Tätigkeit der Ehrenamtlichen. So bekomme ich schon mal ein Spektrum von besonderen Anfragen wie die

spielsweise vereinbart, mit einer stark sehbehinderten Frau einmal wöchentlich spazieren zu gehen und aus der Zeitung vorzulesen. Daraus wurde schließlich ein Koch- und Backservice, Strümpfe wurden gestopft und Barthaare gezupft. Aus anfänglich gemeinsamer Freude am Kochen und Backen wurde eine Last, die das gute Verhältnis zum Scheitern brachte.

Wenn ich rechtzeitig von den erweiterten Bedürfnissen der älteren Menschen erfahre, schalte ich andere Stellen wie Pflegestützpunkte, Gesundheits- oder Sozialamt ein, die über zusätzliche professionelle Dienste beraten und diese organisieren.

Neulich musste ich ein großes Missverständnis ausräumen, da meinte eine ältere Dame, sie brauche ja keinen

### Wie viel Verantwortung ist zumutbar?

Wann sind Ehrenamtliche überfordert? Nicht immer kann ich Anfragen für Besuchsdienste nachkommen, wenn sie eine Überforderung für die Ehrenamtlichen darstellen würden. Der Umgang mit Menschen, die z. B. schwerwiegende gesundheitliche Probleme aufweisen, kann eine große Überforderung für die Ehrenamtlichen bedeuten, besonders wenn sie nicht entsprechend geschult sind. Manchmal jedoch können Hemmschwellen überwunden werden.

Die Ehrenamtliche E. besucht seit fast zwei Jahren Frau W. Plötzlich muss Frau W. operiert werden, die Diagnose ist Krebs, das Ende wohl absehbar. E ist ganz aufgelöst: sie schaffe es nicht, Frau W. bis zuletzt zu besuchen. Mein Vorschlag sieht folgendermaßen aus: sobald sie für sich feststellt, dass es ihr zu schwierig wird, kann sie den Besuchsdienst abgeben und die Hospizbegleitung übernimmt Frau W. Allein diese Möglichkeit im Rücken nahm E. den Druck und sie besuchte Frau W. bis zum Ende.

Es gibt Ehrenamtliche, die bringen sich bewusst sehr intensiv ein, da kommen schon mal bis zu 70 Stunden im Monat von einem einzigen Ehrenamtlichen zusammen. Aber das ist weder die Regel noch der Maßstab. Ehrenamt im Besuchsdienst ist auf jeden Fall lohnenswert und spannend. Es gibt die Chance, das Gewohnte hinter sich zu lassen, die Schwellenangst zu überwinden, einzutreten in ein fremdes Haus und sich einzulassen auf das Neuland der Begegnung. ■



▲ Das Ausflugsprogramm „Menndia Kul-tour“ wird gerne angenommen

tägliche Anreicherung des Mittagessens einer Schlaganfallpatientin bis hin zu wöchentlichen Fahrten zu Ausstellungen und Konzerten in über 200 km entfernte Großstädte.

Auch die Erwartung, Hausarbeiten zu verrichten, lässt Ehrenamtliche in einen Zwiespalt geraten zwischen dem Erkennen der Notwendigkeit und der tatsächlichen Zuständigkeit.

Mit einer Ehrenamtlichen war bei-

Hausnotruf, da es Menndia gäbe. Sie würde mich anrufen, wenn ihr z. B. nachts mal nicht wohl sei. Es ist immer wieder nötig – ob als Hauptamtliche oder als Ehrenamtliche, so schwer es auch manchmal fällt – sich deutlich zu machen oder einander zuzusprechen: wir sind kein Notdienst und wir können auch nicht alle Menschen „beglücken“. Das hilft manchmal und entlastet, wenn der Druck zu groß wird.



Susanne Isaak-Mans  
Neuwied