

Autonomie und Partnerschaft

Ich bin 75 Jahre alt und seit 53 Jahren verheiratet. Autonomie bedeutet für mich, meinen Drang «weiterzulernen» ausleben zu dürfen – auch wenn mein Partner absolut nicht dieses Bedürfnis hat.

Mit seinem GA schenkt er mir jedes Jahr auch die Freiheit, Kurse zu besuchen und eventuell auch einmal über Nacht wegzubleiben.

Ich leiste mir eine eigene Meinung, wäge aber ab, ob ich sie meinem Partner mitteilen möchte oder nicht.

Das Leben in die Hand nehmen können

Für mich bedeutet Autonomie mein Leben, so wie es ist, selber in die Hand nehmen zu können. Ich möchte mit allfälligen Beeinträchtigungen konstruktiv umgehen, sie in mein Leben integrieren.

Ich werde hoffentlich, wenn nötig, Hilfsmittel benützen. Bin ich auf Hilfe angewiesen, will ich diese ohne Bitterkeit gegen mein unabänderliches Schicksal annehmen. Bestimmt kann ich dem Leben auch in schwierigen Zeiten Positives abgewinnen.

Zwei Seiten meiner Autonomie

Ich bin jetzt 68 Jahre alt und ich liebe den Freiraum im Leben, den ich mir selbst geschaffen habe. Ich war eine alleinerziehende Mutter von zwei Kindern. Ich hatte damit einerseits die Freiheit alleine zu entscheiden, jedoch auch das Handikap, niemals Unterstützung im Alltag zu haben.

Das hat mich sehr stark gemacht – diese Eigenständigkeit möchte ich nicht missen, denn ich musste nie über etwas diskutieren, streiten oder Kompromisse machen.

Ich bin zu einer wahren Kämpferin geworden. Doch eben diese Eigenständigkeit schliesst mich oft auch aus der Gesellschaft aus. Ich werde nicht eingeladen von in Beziehung lebenden Freunden und Bekannten – ich bin potenziell «gefährlich» für Beziehungen – ich bin zu autonom! Autonom zu sein ist wunderbar und zugleich sehr schwierig. Punkt.

Brisant ist die Einsamkeit

Für mich ist Autonomie, selber zu denken, Schlüsse zu ziehen, Verantwortung zu übernehmen, das «Ganze» im Blick zu haben, Entscheidungen zu fällen und die Konsequenzen zu tragen.

Ich lebe autonom, wenn man das so nennen kann, denn natürlich bin ich abhängig; auf dies und jenes angewiesen.

Doch die Brisanz ist nicht die Autonomie, sondern die Einsamkeit. Im Alter kann das zusammen hängen. Welchen Preis bezahle ich für die Autonomie?

Meine Autonomie ist ...

- ... in persönlichen Angelegenheiten nicht fremdbestimmt zu werden.**
- ... mit Respekt behandelt und ernst genommen zu werden.**
- ... wenn immer möglich zwischen verschiedenen Optionen zu wählen.**
- ... nicht blossgestellt, nicht gedemütigt und nicht diskriminiert zu werden.**
- ... im Gespräch für voll genommen und gehört werden.**
- ... dass ich mich einmische, wenn abwertend übers Alter und Alte gesprochen wird.**

Die Freiheit zu lieben und zu lachen

Ich möchte nie aufgeben, einen anderen Menschen im vollen Bewusstsein seiner Individualität zu lieben und auch nicht die Sehnsucht, auf gleiche Weise geliebt zu werden.

Wenn ich pflegebedürftig sein werde, möchte ich mit Empathie und Würde behandelt werden.

Und ich hoffe sehr, dass ich nicht mit der Stoppuhr «erfasst» und «gepflegt» werde und dass wir auch etwas Zeit haben, gemeinsam zu lachen...

Autonomie bis zum Schluss

Autonomie heisst für mich, dass ich auch über meinen Körper im Krankheitsfall bestimmen kann:

- **Welcher Behandlung stimme ich zu?**
- **Finde ich meinen Zustand noch lebenswert oder nicht mehr?**
- **Werden meine Entscheidungen unterstützt?**

Autonomie ist für mich, wenn

- ich finanziell unabhängig leben kann
- ich über meine Zeit frei verfügen kann
- mich von niemandem moralisch unter Druck setzen lasse
- und meine Familie nicht das Gefühl hat, sie müsse «für mich schauen und sorgen»

Autonomie hat eine andere Bedeutung bekommen

Nachdem mein Mann und ich eingeschränkter leben, hat die Frage nach Autonomie plötzlich eine ganz andere Bedeutung bekommen. Autonomie heisst für mich im Moment allein und selbständig in unseren vier Wänden leben zu können.

Wir bestimmen, was auf den Tisch kommt, wen wir um Hilfe angehen, bezahlt und unbezahlt.

Unsere Autonomie ist eingeschränkt durch die gesundheitliche Verfassung meines Mannes. Ich akzeptiere diese Einschränkung, da es Zeiten gab, in denen es umgekehrt war.

Es ist ein Geben und Nehmen in über fünfzig Jahren Ehe.

Doch es bleiben immer mehr Aufgaben an mir hängen, die wir uns noch vor vier bis fünf Jahren aufgeteilt haben. Die Fülle dieser Aufgaben schränken meine eigenen Ideen und Wünsche stark ein.

Lass ehren dich das Alter

Lass ehren dich das Alter,
vollendet wie ein Falter
entschwindet es dahin.

Lass schauen dich in Augen,
die zum Sehen kaum mehr taugen,
ahnst du, dass Schönheit sie entzücken.

Lass sprechen dich zu Ohren,
die ihr Gehör verloren,
ahnst du, wie Melodien sie beglücken?

Lass dich verstehen das Wispern,
aus schiefem Mund das Flüstern,
ahnst du, wie klar die Stimme klang?

Lass führen dich und stützen,
wenn Krücken nichts mehr nützen,
ahnst du, welche Werke sie vollbracht?

Lass fühlen dich wie Wille,
zerbricht in aller Stille,
ahnst du, wie untertan das macht?

Ist dir Geduld beschieden;
denn eilen kannst du nicht,
du findest Ruh und Frieden,
Vertrauen im Gesicht.

Und durch die alten Hände
der einst dir fremden Frau,
strömt sacht ein leis Erinnerung,
so zart als wär's ein Hauch –
spürst du es auch?

Anna Geiser

schrieb dieses Gedicht nach den Erfahrungen,
die sie mit ihrer Mutter in einem Pflegeheim
gemacht hatte.