

Sabine Bode

# **Wir Alten**

Porträts einer lebenserfahrenen Generation

Patmos

# Inhalt

Vorwort . . . . .	13
-------------------	----

## Kapitel 1: Paare

<b>Gemeinsam alt werden.</b> . . . . .	<b>18</b>
Wer hat Recht? . . . . .	18
Harmonie ist kein Kriterium. . . . .	19
Selten der gleichen Meinung . . . . .	21
Das Ende der »Hausfrauenehe«. . . . .	22
Wer lässt sich schon gern Grenzen setzen? . . . . .	23
Eine spezielle Streit-Theorie. . . . .	24
»Heute glücklicher als früher«. . . . .	25
Die Schuldenfalle. . . . .	25
Eine schöne Begegnung im Park . . . . .	26
Verarmt - aber auch erleichtert. . . . .	28
Ein Sieg auf dem Sozialamt . . . . .	28
Die Jungen schätzen ihren Rat . . . . .	30
Wie ein Zusammenbruch eine Ehe rettete. . . . .	31
Hoffnungslose Erziehungsversuche. . . . .	33
Heißhunger auf Schokolade. . . . .	34
»Wehe, du stirbst vor mir!«. . . . .	36
Gut, wenn jemand in der Nähe ist . . . . .	37
Wenn die Abschiede sich häufen . . . . .	39

## Kapitel 2: Allein zurückbleiben

<b>»Man kann sich viel ersparen, wenn man die Wahrheit akzeptiert«. . . . .</b>	<b>40</b>
Alte Männer, junge Frauen. . . . .	40
Der Traum vom Haus am See. . . . .	41
Geht der Ehemann fremd? . . . . .	43

Zum Abschied ein Gedicht . . . . .	46
Warum das Leben anstrengend ist . . . . .	47
Man fragte nicht: »Wie geht es dir?« . . . . .	49
Sie musste lernen, »Bitte« zu sagen . . . . .	51
»Eine ganz besonders glückliche Ehe ...« . . . . .	52
Was den Künstler am Leben hielt . . . . .	53
Ein heiterer Patient . . . . .	55
Geistige Klarheit bis zuletzt . . . . .	57

### **Kapitel 3: Griesgrämig oder lebensfroh**

<b>Ohne Illusionen geht es nicht.</b> . . . . .	<b>59</b>
Gute Laune als Geschäftsidee . . . . .	59
Immer mit dem Schlimmsten rechnen . . . . .	60
Gesucht: hundertprozentige Sicherheit . . . . .	62
Wenn die Freude heimlich verschwindet . . . . .	63
»Lasst mich alle in Ruhe!« . . . . .	65
Der milde Blick auf die Lebensbilanz . . . . .	67
Nie wieder eine Gaststätte! . . . . .	69
Das Stehaufmännchen . . . . .	71
Die Vielseitigkeit eines Schmiedes . . . . .	72
»Kontemplation durch Arbeit« . . . . .	73

### **Kapitel 4: Altersdemenz I**

<b>Was es heißt, mit dem Wind zu reden.</b> . . . . .	<b>75</b>
Ein Greis wehrt sich . . . . .	75
Warum alte Männer schreien . . . . .	77
Ein gesellschaftliches Tabuthema . . . . .	79
Wenn Angehörige nicht mehr weiterwissen . . . . .	81
Als die Höflichkeit zusammenbrach . . . . .	82
Maßloser Medikamentenkonsum . . . . .	84
»Bring mich nie in ein Heim!« . . . . .	85
Zu wenig Vertrauen . . . . .	87

### **Kapitel 5: Altersdemenz II**

<b>Der Tag, an dem Mutter ihr Gebiss wegwarf</b> . . . . .	<b>89</b>
Eine Frau, die viel vergaß . . . . .	89
Keine Offenheit in der Familie . . . . .	90

Mutter und Tochter in getrennten Welten . . . . .	92
Zwei Frauen unterwegs. . . . . ; . . . . .	93
Als Gift und Frust sich aufgelöst hatten. . . . .	94
Sie wollte immer zum Bahnhof. . . . .	95
Was kann sie noch, was kann sie nicht mehr?. . . . .	97
Ein Engel namens Wanda. . . . .	98
Eine Arbeit, die schwer zu ertragen ist. . . . .	99
Ohne Sinn für Komik geht es nicht. . . . .	100
Ausflüge in den Sommer. . . . .	102
»Danke. Danke. Danke.« . . . . .	103

## **Kapitel 6: Großeltern**

<b>Ein Lernberuf der späten Jahre. . . . .</b>	<b>105</b>
Wie werde ich sein, wenn ich alt bin?. . . . .	105
Die Patchworkfamilie. . . . .	106
Großvater bekam einen Anbau. . . . .	108
Über die Tradition der Angsterzeugung. . . . . ! . . . . .	110
Heimlichkeiten am Rhein ; . . . . .	112
Der radikale Umschwung in der Erziehung. . . . .	113
Bunte Ostereier im Hühnerstall. . . . .	115
Die Leistung, sich nicht einzumischen. . . . .	116
Worüber Ruheständler lästern. . . . .	117
Die Pein gemeinsamer Mahlzeiten. . . . .	119
Verschwörung mit den Enkeln. . . . .	121

## **Kapitel 7: Drei Generationen I**

<b>»Über Oma haben wir uns gefreut«. . . . .</b>	<b>123</b>
Der Traum vom Meer. . . . .	123
Soll Oma künftig bei uns wohnen?. . . . .	126
Streit und Feingefühligkeit. . . . .	128
Wenn Mutter laut wird. . . . .	130
Familie im Sudoku-Fieber. . . . .	131
Eine schwere Kindheit. . . . .	133
Am Ende bei den Gewinnern. . . . .	135

<b>Kapitel 8: Drei Generationen II</b>	
<b>Das Gruppenexperiment Alt und Jung.</b>	<b>.136</b>
Gesucht: eine Wohnalternative.	.136
Witwe mit 55 Jahren.	.137
Angst vor dem Altenheim.	.138
Ein Lob auf die Krücken.	.140
Sozialwohnung mit Wintergarten.	.142
Was Gruppen alles erreichen können.	.143
Berge von Arbeit ohne Bezahlung.	.146
Der Stolz der Gründer.	.147
Eine Frau zieht sich zurück.	.148
Entspannen auf der Dachterrasse.	.149
<b>Kapitel 9: Alten-WG</b>	
<b>Der Himmel über Dresden.</b>	<b>.151</b>
Ein warmes Nest im achten Stock.	.151
Die Operettensaison beginnt.	.152
Sechs Waschmaschinen, sechs Staubsauger.	.154
Eine existentielle Entscheidung.	.155
Sie werden immer jünger.	.156
Die Kinder fühlen sich entlastet.	.157
Unlösbare Probleme gab es noch nicht.	.159
<b>Kapitel 10: Migranten</b>	
<b>Die erste und die zweite Heimat.</b>	<b>.161</b>
Klischee von der südländischen Großfamilie.	.161
Schnell viel Geld verdienen.	.162
Schon früh in Rente.	.163
In der Türkei ein politisch Verfolgter.	.165
Kein Pope weit und breit.	.166
Die Sorgen einer griechischen Mutter.	.168
Sehnsucht nach Landleben.	.170
<b>Kapitel 11: Die Herausforderung</b>	
<b>Über das Abenteuer, Neues zu wagen.</b>	<b>.172</b>
Dringend gesucht: ein Opa.	.172
Kleiner Junge möchte Kontakt.	.173

Stiller Sohn, geschwätzige Mutter. . . . .	174
Aus Niederlagen lernen. . . . .	175
»Die Ahnen begleiten uns bis heute« . . . . .	176
Sie wollte nicht mehr leben. . . . .	178
Kurse für Senioren. . . . .	179
Was kann man im Alter noch ändern?. . . . .	180
Ein bodenständiger Charakter. . . . .	181
Dejä-vu in China . . . . .	182
Es bedarf eines langen Atems. . . . .	183
Keine schönen Urlaubsziele. . . . .	185
DDR-Experiment macht in Indianerdorf Schule. . . . .	186
Ein erstaunlicher alter Mann. . . . .	188
Er muss immer weiter forschen. . . . .	189
Wie kann man Traumatisierte heilen?. . . . .	191
Erfolgreiche Methode. . . . .	193

## **Kapitel 12: Letzte Entscheidungen**

<b>Bewusst das Leben abschließen. . . . .</b>	<b>195</b>
Wann beginnt der Abschied?. . . . .	195
Wie man eine Familie spaltet . . . . .	196
Wer erbt, räumt auf. . . . .	197
Auf dem Rasenmäher unterwegs. . . . .	198
Ein Buch mit Lebenserinnerungen. . . . .	200
Der NS-Staat nahm Rache. . . . .	202
Mit drei kleinen Kindern auf der Flucht. . . . .	204
Todesort wurde zum Kraftort . . . . .	206
Nachdenken über die eigene Beerdigung. . . . .	207
Ein Koffer für die letzte Reise. . . . .	208
<b>Schluss. . . . .</b>	<b>210</b>
<b>Anhang. . . . .</b>	<b>218</b>
Anmerkungen . . . . .	218
Zitatnachweis. . . . .	219