

Gewalt im Alter

Wie ein Damoklesschwert schwebt die Angst vor Gewalt im Alter über uns. Über 300'000 Personen in der Schweiz sind direkt von solchen Übergriffen betroffen. Die Dunkelziffer ist kaum vorzustellen. Dabei geht es nicht nur um physische Gewalt, wie das Beispiel von DRS¹ eindrücklich vor Augen führt. Eine Frau, die den Mut hatte, nicht wegzuschauen, sondern richtigerweise die Polizei verständigte

Seelischer und geistlicher Missbrauch führen zu grossem Leiden bei Betroffenen und Angehörigen.

Die Ursachen liegen eher selten bei einer Veranlagung zur Gewalttätigkeit oder krimineller Energie eines Menschen. Vielfach kommen Gewaltausbrüche aus Überforderung, und das nicht nur in der Begleitung und Betreuung von Menschen mit Demenz. Wer hat nicht schon erlebt, dass der Geduldsfaden reisst und Handlungen im Affekt verübt werden?

Wenn Sie feststellen, dass Sie in Gefahr sind, Übergriffe zu begehen, gibt es Hilfe, bevor die Polizei oder die KESB eingreift. Wenn Sie keinen Psychotherapeuten aufsuchen wollen, suchen Sie Rat bei einem vertrauten Menschen, einem Seelsorger oder Lebensberater. Jedenfalls aber – suchen Sie Entlastung! Z. B. durch die Spitex, Tagesbetreuung für ältere oder auch demenzkranke Menschen, Familienangehörige, Nachbarn die mit Spazieren, Spielen usw. Ihnen die zu betreuende Person für Stunden „abnehmen“.

Wenn Ihnen Gewalt widerfährt, decken Sie die gewalttätige Person nicht – auch wenn Sie sie noch so lieben. Nicht nur das Opfer leidet. In der Regel auch der Täter z. B. unter schlechtem Gewissen. „Lieber ein Ende mit Schrecken, als ein Schrecken ohne Ende.“

Wenn Sie Zeuge von Gewalt werden, schauen Sie nicht weg. Sie können das Gespräch mit den Betroffenen suchen. Das ist aber ein schwieriges Unterfangen. Informieren Sie deren Angehörige, Hausarzt oder die Polizei.

Eine weitere Möglichkeit ist die

Nationale Anlaufstelle «Alter ohne Gewalt»²

Ihre Telefonnummer **0848 00 13 13** verbindet je nach Sprachregion, aus welcher telefoniert wird, zu einer der drei Organisationen, sodass rasche Unterstützung, Hilfe und Beratung erfolgen kann. Die Internetseite www.alterohnegewalt.ch (in drei Sprachen) vermittelt den Kontakt sowie Informationen zum Thema.

Peri Life → Mehr vom Leben

Die christlich basierte Lebensberatung bietet diverse weitere Info-Blätter zu verschiedenen Lebensfragen an. Das Dossier „Anordnungen für den Todesfall“ ist eine gute, umfassende Hilfe, die letzten Dinge zu regeln und steigert so die Lebensqualität der letzten Jahre. Zu beziehen bei untenstehender Adresse.

Testen Sie Ihre Lebensqualität unter www.perilife.ch / Testen Sie sich

¹ DRS1 am 2.4.19 im „rendez-vous“, im Tagesgespräch und im „10 vor 10“

² www.alterohnegewalt.ch