

Darüber spricht man nicht!

Suchtkrankheit im Alter ist immer noch ein Tabuthema:

Grund hierfür sind häufig folgende Vorurteile:

- Ältere Menschen sind unfähig, sich noch zu verändern.
- Ältere Menschen haben kaum noch Lebensperspektiven.
- Ältere Menschen sind nicht (mehr) "therapiefähig" oder therapeutisch erreichbar.
- Warum ältere Menschen noch mit kritischer Auseinandersetzung wegen ihrer Suchtprobleme belasten?

Als Konsequenz aus solchen Vorurteilen, die nachweislich unzutreffend sind, ergibt sich allzu oft, dass im Alter auftretende Suchtprobleme bagatellisiert, verharmlost, ignoriert, verschwiegen oder schlichtweg nicht erkannt werden.

Es muss selbstverständlich sein, älteren alkoholgefährdeten und -abhängigen Menschen eine ihnen entsprechende Behandlung zukommen zu lassen. Zum einen, weil die Erfolgsaussichten mindestens so groß wie bei jüngeren sind, zum anderen, weil der Respekt vor dem einzelnen Menschen Fragen wie "lohnt sich das denn?" nicht zulassen darf.

Hilfsangebote gibt es in stationären Suchtkliniken mit speziellen Behandlungsmöglichkeiten für Menschen in der 2. Lebenshälfte, in ambulanten Suchtberatungsstellen, in Einrichtungen mit betreutem Wohnen sowie in Selbsthilfegruppen.

Sowohl bei den Betroffenen als auch bei deren Familien bestehen große Hemmschwellen, die Krankheit Alkoholismus als solche anzuerkennen. Oft wird Alkoholabhängigkeit als Makel gesehen. Hinzu kommt

die gesellschaftlich negative Bewertung, wenn Ältere zu viel trinken und die Verdeckung durch andere Krankheiten oder körperliche Gebrechen.

Für viele stellen Angst und Schamgefühl so große Barrieren dar, dass sie die Abhängigkeit lieber verschweigen als therapeutische Hilfe zu suchen oder sich an eine Selbsthilfegruppe zu wenden.

Auf die besondere therapeutische Behandlung älterer Menschen kann hier nicht weiter eingegangen werden, jedoch stellt sich die Frage:

Brauchen wir spezielle Selbsthilfegruppen für Menschen in der zweiten Lebenshälfte und was wäre wichtig, damit sich dieser Personenkreis in einer solchen Selbsthilfegruppe wohlfühlt?

Hierzu einige persönliche Anmerkungen:

- 1. Im Schutz einer "Gruppe 55+" werden Schwierigkeiten und Konflikte lebensälterer Menschen eher und offener thematisiert.
- 2. In der Gruppe muss viel Zeit zum "Erzählen" sein. Kriegserlebnisse, Probleme der Gesundheit, des Alleinseins, Angst, nicht gebraucht zu werden usw. müssen immer wieder zur Sprache gebracht werden können, auch wenn es sich um Wiederkehrendes und Wiederholungen handelt.
- 3. Geselligkeiten muss Raum gelassen werden. So können gemeinsame, kleine Unternehmungen neben den Gesprächen viel zum Wiedergewinnen von Lebensfreude und Selbstwertgefühl beitragen. Im Vordergrund steht das Miteinander, die Zugehörigkeit und das Wiederentdecken von Fähigkeiten. Defizite stehen nicht im Mittelpunkt,

- 4. Gruppentreffen zu anderen Tageszeiten, z.B. am Vor- oder Nachmittag.
- 5. Gruppenanleiter/in sollte der gleichen Altersgruppe angehören.

So wichtig spezielle Gruppen für ältere Menschen sein mögen, weil jede Lebensphase ihre speziellen Probleme hat, so notwendig ist auch die Möglichkeit, dass sich ältere Menschen weiterhin in altersgemischten Selbsthilfegruppen zugehörig fühlen können.

Demzufolge wäre es gut, wenn eine Wahlmöglichkeit zwischen einer "Gruppe 55+" und einer altersgemischten Gruppe bestehen würde.

Wer hat Vorstellungen wie eine "Gruppe 55+" noch gestaltet werden könnte?

Mich interessieren Ihre Anregungen sehr!

Elsbeth Scheel (im 55+ Alter)