

# Thesenpapier für die Diskussion im Forum vom 21.9.12



Pfhschi - CARTOON

An unserem Projekt «NEUE FRAUEN-ALTERSKULTUR – KONKRET» haben 37 Frauen aktiv mitgearbeitet und in Diskussionen, in sechs Untergruppen und dann in einer grossen Zahl von Interviews, mit andern Frauen Thesen zu Lebensfragen im Alter erarbeitet.

Für ein aus dem Projekt resultierendes Buchprojekt über allein lebende Frauen im Alter möchten wir einige Thesen vertieft bearbeiten. Wir suchen nochmals einige Frauen (Alleinlebende), die ein Kleingruppen-Gespräch zum Thema FRAUENFREUND-SCHAFTEN IM ALTER mitmachen.

Soziale Beziehungen haben – gerade im Alter – einen entscheidenden Einfluss auf die Lebensqualität und das Lebensgefühl. Obwohl allein lebende alte Frauen eine starke Gruppe sind (nach 75 lebt die Mehrzahl der Frauen in der Schweiz allein!), sind sie in der Gesellschaft wenig sichtbar und ihre Lebenserfahrungen werden kaum zum Thema gemacht.

Hier einige unserer Themen, die wir zur Diskussion stellen wollen:

## **Im (langen) Alter ist es heute besonders wichtig, der Freundschaft und dem «freunden» einen neuen Stellenwert zu geben.**

In der Freundschaft und im Freundinnenkreis finden Frauen einen Ort der Anregung, Unterstützung und Ermutigung, des Akzeptiert-Seins. Einen Ort, wo sie Ängste und intime, tabuisierte Themen einbringen können, wo sie Angebote zu gemeinsamem Erleben schaffen. Wo Sorgen über Krankheiten offene Ohren und unterstützende Begleitung finden.

In den Gesprächen geht es viel um Gegenseitigkeit, aber auch um Abhängigkeit, um die Gestaltung von Nähe und Distanz, um den Verlust oder das Beenden von Beziehungen und Zugehörigkeiten.

## **Allein lebende Frauen gestalten im Alter ihre gesellschaftliche Zugehörigkeit über Freundes-, Interessen- und Frauengruppen.**

Hier suchen und finden sie Angenommensein in ihrer Besonderheit, Anregung und Zuwendung, Geselligkeit und Gemütlichkeit. Begleitung auf dem Weg mehr zu sich selbst.

Sie schliessen sich Lern- und Reisegruppen an, verbinden sich in kleinen Interessengruppen mit Menschen, mit denen sie Werte, Erfahrungen und Aktivitäten teilen. Hier finden sie Austausch über ihre Lebensgestaltung, gesellschaftliche Fragen und Visionen und den Boden für die persönliche Entwicklung in der Auseinandersetzung mit andern Menschen und Ideen.

## **Allein lebende Frauen im Alter kennen die Erfahrung, gesellschaftlich im Hintergrund, ausgeschlossen und unerwähnt zu sein.**

In einer Gesellschaft, die vorwiegend als Familien- und Paarwelt gestaltet ist, erleben alte Single-Frauen sich in vielen Bezügen ausgeschlossen. Sie sind stumm in Wir-Gesprächen in Paar-Runden und unterliegen in diesem Rahmen mit ihren Bedürfnissen.

Alte Frauen haben in unserer Gesellschaft wenig Gewicht.

Die Welt ist von Männern geprägt. Eine alleinstehende Frau wird bei Ämtern und Behörden, bei Handwerkern und als Kundin oft nicht ernst genommen. Viele solche demütigenden Beispiele wurden erzählt, die zum Teil gravierende Nachteile brachten. Es ist offensichtlich einfacher als (oder mit) Mann seine Rechte durchzusetzen.

Der Verlust des Ehepartners durch Tod belastet über lange Zeit. Der notwendige Eintritt in die Single-Welt ist ein längerer Prozess, begleitet durch Erfahrungen des Nicht-mehrgefragt-undbeachtet-Seins. Dies kann einen neuen Lebensabschnitt einläuten. Er enthält die Chance zu einem Neu-Aufbruch, zum Eintritt ins «Biotop allein lebender Frauen», zur eigenständigen Kontaktgestaltung und zur verlässlichen Zugehörigkeit in neuen Bezügen.

### **Kontakt**

Marie-Louise Ries

malouries@bluewin.ch