



«Kein Mensch ist eine Insel»

«Wahlverwandtschaften» zu Menschen, mit denen uns gemeinsame Interessen und Visionen verbinden, sind gerade auch für ältere Menschen wichtig – Corona zum Trotz. Davon ist der Sozialwissenschaftler und Autor Kurt Seifert überzeugt.

Interview: **Robert Bösiger**

Foto: z/vg

Herr Seifert, wie gesellig sind Sie?

Kurt Seifert: Ein ausgesprochener Vereinsmensch bin ich nicht, wenn Ihre Frage darauf abzielt. Ich fühle mich wohl, wenn ich allein oder mit meiner Frau zusammen sein kann. Aber ich führe durchaus kein einzelgängerisches Leben, sondern engagiere mich vielseitig. Das habe ich bereits vor meiner Pensionierung so gehalten – und heute habe ich glücklicherweise noch mehr Zeit dafür. So arbeite ich beispielsweise in der Redaktion einer Zeitschrift mit, bin Mitglied der Kirchenpflege in unserem Winterthurer Stadtteil sowie aktiv im Netzwerk Gutes Alter.

Ad-hoc-Treffen, lose Gruppierungen und Vereine: Solche Gemeinschaften sind für viele Menschen sehr wichtig. Ihre Erklärung?

Menschen sind soziale Beziehungswesen. «Kein Mensch ist eine Insel» («No man is an island»), sagte einst der englische Dichter John Donne. Das stimmt, auch wenn manche glauben, sie seien vollkommen autonom und von anderen Menschen nicht abhängig. Neben den familiären Beziehungen kommen schon bald im Leben jedes Menschen andere Bindungen mit ins Spiel: Gschpänli im Kindsgi und später in der Schule, Lehrerinnen und Lehrmeister, Arbeitskollegen und Freundinnen, Liebespartner – die ganze Palette. Neben den verwandtschaftlichen Beziehungen, in die wir mehr oder minder hineingeboren werden, treten die «Wahlverwandtschaften»: jene Menschen, mit denen uns gemeinsame Interessen, vielleicht auch Visionen verbinden. Die von Ihnen genannten Verbindungen gehören zu diesem Bereich.

Welche Bedeutung haben Gemeinschaften jeglicher Art gerade für ältere Menschen?

Im sogenannten Zweiten Alter – der beruflich und familiär besonders aktiven Lebensphase – werden die meisten Energien, die den Menschen zur Verfügung stehen, durch diese Aktivitäten absorbiert. Da bleibt oft nicht sehr viel Zeit zur Pflege von Freundschaften oder für Geselligkeit ausserhalb des familiären Rahmens. Mit dem Wegfall solcher Verpflichtungen beim Übergang ins «dritte Alter», nach der Pensionierung, tun sich auf einmal Räume auf, die gefüllt werden wollen. Da ist es dann gut, auf ein Netz von sozialen Beziehungen zurückgreifen zu können – auch abgesehen vom Partner, von der Partnerin, Kindern und Enkelkindern. Dies gilt dann noch mehr im «vierten» Alter, wenn die eigenen Kräfte abnehmen und die Mobilität immer mehr begrenzt wird.

Durch die Corona-Pandemie werden die persönlichen Kontakte stark eingeschränkt und der Austausch mit anderen Menschen

ist erschwert. Was macht das mit uns?

Die Pandemie ist eine grosse Herausforderung für uns alle! Wir stecken mitten in einer gesundheitlichen, wirtschaftlichen und gesellschaftlichen Krise. Und wir wissen noch nicht so genau, wie wir da wieder herauskommen werden. Deshalb ist es kein Wunder, dass diese Krise uns beeinträchtigt, verunsichert und ängstigt, vielleicht auch wütend macht. Die Auswirkungen auf den einzelnen Menschen sind jeweils sehr unterschiedlich. Rentnerinnen und Rentner zum Beispiel müssen sich vielleicht keine finanziellen Sorgen machen, aber sie leiden unter fehlenden Kontakten mit der Familie, mit Bekannten und Freunden. Das ist eine sehr schwierige Zeit!

Ältere Menschen, von denen manche bereits in normalen Zeiten Gefahr laufen zu vereinsamen, trifft diese Krise besonders hart ...

Sie trifft alle hart, deren soziale Netze nur lose geknüpft sind, und das trifft im Alter, insbesondere im hohen Alter, vermutlich öfter zu als in jüngeren Jahren.

Herr Seifert, was macht das Virus mit uns und unserer Gesellschaft?

Wir werden mit etwas konfrontiert, von dem wir geglaubt haben, wir hätten es im Griff, wir könnten es kontrollieren. Da schlägt eine Naturkraft zu – und wir erleben die Grenzen unserer Macht. Wir müssten mehr über das Verhältnis zwischen Mensch und Natur nachdenken und uns bewusst machen, dass wir nicht gegen die natürlichen Existenzgrundlagen leben können. Möglicherweise sind das Virus und diese Pandemie bloss ein Vorspiel – denken wir an die Erderwärmung und die voranschreitende Klimakrise! Wir hoffen jetzt darauf, dass durch Impfungen die Pandemie eingedämmt werden kann. Doch ich vermute, dass unser Leben auch nach den Impfungen nicht mehr so sein wird wie zuvor.

Ältere Menschen sind vom Virus besonders stark betroffen. In der ersten Welle der Pandemie im Frühjahr 2020 wurde versucht, sie durch Isolation zu schützen. Das hatte teilweise sehr negative Folgen. Wie sehen Sie das?

Es stimmt, dass viele stationäre Alterseinrichtungen versucht haben, ihre Bewohnerinnen und Bewohner durch die Einschränkung von Kontakten untereinander und vor der Aussenwelt zu schützen. Das wurde vielfach kritisiert, hatte aber oft einen einfachen Grund: Es fehlte etwa an entsprechendem Material, Schutzbekleidung. Deshalb blieb den Heimleitungen vielfach nichts anderes übrig als ein sehr restriktives Vorgehen. Seither hat sich einiges zum Besseren gewendet,

doch solange die Impfungen nicht greifen, wird man mit Restriktionen leben müssen. Dabei muss abgewogen werden, in welchem Verhältnis der Schutz des Lebens und die Befriedigung der sozialen Bedürfnisse der Person zueinander stehen, damit keines von beiden vernachlässigt wird.

Wie real ist die Gefahr, dass die älteren Menschen buchstäblich vergessen gehen?

Ja, diese Gefahr sehe ich auch – vor allem, wenn wir den Tod vieler und gerade älterer Menschen durch und mit Covid-19 als selbstverständlich hinnehmen. Leider gab es einige solche Stimmen in der Öffentlichkeit, auch von politisch Verantwortlichen. Dieser Tod trifft Menschen, von denen viele noch leben könnten, wenn es uns gelungen wäre, die Pandemie rechtzeitig zu bekämpfen. Dass ein erfolgreicher Kampf gegen das Virus möglich ist, zeigen uns die Erfahrungen einiger ostasiatischer Länder, aber auch von Norwegen oder Neuseeland. Dieser Tod wäre in vielen Fällen vermeidbar gewesen! Das dürfen wir nicht vergessen.

«Da schlägt mit Corona eine Naturkraft zu – und wir erleben die Grenzen unserer Macht.»

Kurt Seifert

Herr Seifert, Sie haben zu Beginn unseres Gesprächs das Netzwerk Gutes Alter erwähnt. Was bedeutet für Sie «gutes Alter» in Corona-Zeiten? Und was tut das Netzwerk dafür?

Zunächst einmal: Das Netzwerk Gutes Alter strebt eine finanzielle Absicherung von Alltagsunterstützung, Betreuung und Pflege für alle älteren Menschen an, die diese benötigen. Zu diesem Zweck möchten wir eine Volksinitiative lancieren. Mehr Informationen dazu sind auf unserer Webseite (gutes-alter.org) zu finden.

Was heisst «gutes Alter» in Corona-Zeiten?

Für mich bedeutet das, dass ältere Menschen Zugang zu jenen Ressourcen haben, die ihnen ein lebenswertes Leben ermöglichen. Das betrifft materielle, aber auch immaterielle – sprich: soziale, kulturelle, spirituelle – Unterstützung, wenn diese notwendig ist. Das Netzwerk versucht, diesem Wunsch nach einem guten Altern für alle eine Stimme zu geben, die in der Gesellschaft hörbar ist. Doch wir sind immer noch am Anfang.

Um noch einmal auf die Gemeinschaften zu sprechen zu kommen: Gibt es Ideen und Ansätze zur künftigen Gestaltung solcher Altersgruppierungen?

Es gibt viele Ideen und Ansätze dafür. Denken wir zum Beispiel an Wohnprojekte für ältere Menschen, die in den vergangenen Jahren entstanden oder noch im Entstehen sind. Wichtig erscheinen mir auch generationenübergreifende Projekte, in denen Angehörige unterschiedlicher Generationen zusammenwirken können. Ich selbst mache mit der am Anfang erwähnten Redaktion einer Zeitschrift – es handelt sich um die Neuen Wege (neue-wege.ch) – sehr gute Erfahrungen in Bezug auf diesen «Generationenmix».

Sollte der Staat vermehrt Unterstützung bei der Entwicklung solcher gemeinschaftlichen Projekte anbieten? Wenn ja, in welcher Form?

Viele solcher Projekte werden von Menschen betrieben, die wirtschaftlich gut gestellt sind und über viele soziale Kontakte verfügen. Doch was ist mit den anderen? Ich denke da etwa an Armutsbetroffene oder an ältere Migrantinnen. Es gibt Ansätze zur Selbstorganisation, die Unterstützung benötigen. Da und dort tut sich etwas. So gibt es bereits seit bald zwei Jahrzehnten ein Nationales Forum Alter und Migration, das sein Augenmerk auf die Förderung migrantischer Projekte legt. Solche Gruppierungen müssen gestärkt werden.

Und wo steht Pro Senectute mit ihrem Engagement?

Grundsätzlich denke ich, dass sich Pro Senectute nicht nur als Dienstleistungsorganisation versteht, sondern darüber hinaus alle Fragen anspricht, die mit dem Alter und der Stellung der älteren Menschen in der Gesellschaft zu tun haben. Und wenn Sie mir ein Schlusswort erlauben, so möchte ich gerne die französische Feministin Simone de Beauvoir zitieren: «Wollen wir vermeiden, dass das Alter zu einer spöttischen Parodie unserer früheren Existenz wird, so gibt es nur eine einzige Lösung, nämlich weiterhin Ziele zu verfolgen, die unserem Leben einen Sinn verleihen: die hingebungsvolle Tätigkeit für Einzelne, für Gruppen oder für eine Sache, Sozialarbeit, politische, geistige oder schöpferische Arbeit.» An diese Maxime versuche ich mich zu halten. ■

Persönlich

Kurt Seifert (70) ist Soziologe und Erziehungswissenschaftler. Er arbeitete in der Jugend- und Entwicklungszusammenarbeit sowie im Journalismus. Von 1999 bis 2016 war er bei Pro Senectute Schweiz für Forschung und Grundlagenarbeit zuständig. Ein Schwerpunkt seiner Arbeit war die Altersarmut. Derzeit arbeitet er im Netzwerk Gutes Alter mit.

Sicher ein- und aussteigen!

Wir bauen in Ihre bestehende(!) Badewanne eine Tür ein. **Absolut wasserdicht!** 
Nur 1 Arbeitstag, kein Schmutz!

15 Jahre Erfahrung, über 12'000 eingebaute Türen!



www.Badewanntuere.ch

Auskunft und Beratung Tel: 079 - 533 15 70

Sonnengarten
Ein Ort für persönliche
Lebensgestaltung im Alter

Anthroposophisches Alters- und Pflegeheim Sonnengarten Hombrechtikon



- Grosszügige Wohnungen und Gemeinschaftsräume
- Kurs- und Kulturangebot
- Alters- und bedarfsgerechte Ernährung (Biologisch/Vollwert/Schonkost/täglich Vegetarisch)
- Anthroposophisch erweiterte Pflege
- Spezialisierter Pflegebereich für Demenzerkrankte
- Siedlung mit Alterswohnungen
- Grosser Park und organische Architektur

In der Regel findet am ersten Freitag im Monat um 14.00 Uhr eine öffentliche Führung durch den Sonnengarten statt (Anmeldung erforderlich).

Alters- und Pflegeheim Sonnengarten
Etzelstrasse 6 · 8634 Hombrechtikon/ZH · T 055 254 45 00
www.sonnengarten.ch · info@sonnengarten.ch

**PRO
SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER

«Es erfüllt mich mit Dankbarkeit,
dass sich rundum Menschen
bereit erklären, anderen zu helfen.»

Jetzt mithelfen!
pszh.ch/spenden

Gemeinsam schaffen wir das!

Gerade für ältere Menschen, die von Familie und Bekannten isoliert sind, ist die aktuelle Lage belastend. Wir nehmen Anrufe entgegen, sprechen Betroffenen Mut zu und erarbeiten konkrete Lösungen.

Helfen Sie mit Ihrer Spende – damit während der Corona-Krise niemand einsam ist.

Spendenkonto 80-79748-4
IBAN CH95 0900 0000 8007 9784 4

Kanton Zürich
www.pszh.ch