

SWR2 Leben

Zwischen Liebe und Wut - Eine Frau betreut ihre alte Mutter

Von Almut Engeli

Sendung: 28.01.21, 15.05 Uhr

Redaktion: Petra Mallwitz

Produktion: SWR 2021

SWR2 Leben können Sie auch im **SWR2 Webradio** unter www.SWR2.de und auf Mobilgeräten in der **SWR2 App** hören – oder als **Podcast** nachhören:
<https://www.swr.de/~podcast/swr2/programm/SWR2-Tandem-Podcast,swr2-tandem-podcast-100.xml>

Bitte beachten Sie:

Das Manuskript ist ausschließlich zum persönlichen, privaten Gebrauch bestimmt. Jede weitere Vervielfältigung und Verbreitung bedarf der ausdrücklichen Genehmigung des Urhebers bzw. des SWR.

Kennen Sie schon das Serviceangebot des Kulturradios SWR2?

Mit der kostenlosen SWR2 Kulturkarte können Sie zu ermäßigten Eintrittspreisen Veranstaltungen des SWR2 und seiner vielen Kulturpartner im Sendegebiet besuchen. Mit dem Infoheft SWR2 Kulturservice sind Sie stets über SWR2 und die zahlreichen Veranstaltungen im SWR2-Kulturpartner-Netz informiert. Jetzt anmelden unter 07221/300 200 oder swr2.de

Die SWR2 App für Android und iOS

Hören Sie das SWR2 Programm, wann und wo Sie wollen. Jederzeit live oder zeitversetzt, online oder offline. Alle Sendung stehen mindestens sieben Tage lang zum Nachhören bereit. Nutzen Sie die neuen Funktionen der SWR2 App: abonnieren, offline hören, stöbern, meistgehört, Themenbereiche, Empfehlungen, Entdeckungen ...
Kostenlos herunterladen: www.swr2.de/app

Almut Engelen:

Katja Jungwirth, die Anstrengung gerade auch die psychische Anstrengung, die es bedeuten kann, die eigene Mutter im Alter zu pflegen oder nur zu betreuen, schildern sie sehr anschaulich in Ihrem Buch "Meine Mutter, das Alter und ich". Lassen Sie uns mal Reinhören in das erste Kapitel, bevor wir sprechen.

Lesung:

"Mutter, ich habe dich wirklich sehr lieb, aber jetzt reiß dich einmal zusammen." Wer traut sich das schon zu seiner Mutter zu sagen? Vor allem nach einem täglichen „So schlecht wie heute ist es mir noch nie gegangen“. Mutter ist krank. Sehr krank. An einem Tag möchte sie nicht mehr weiterleben und sich in ihr vorbereitetes Grab legen und am nächsten Tag einen Einkaufsbummel durch die Stadt machen. Ich muss Entscheidungen treffen, Hindernisse aus dem Weg räumen und Hürden für sie bewältigen. Aber letztlich ist meine Mutter eine eigenständige Person mit einem starken Willen. Sie ist nur körperlich auf einmal stark eingeschränkt. Ich bin, wie in Kindertagen, nach Jahrzehnten wieder eng mit ihr verbunden. Nur haben sich unsere Rollen vertauscht. Könnte man meinen. Denn im Alltag lassen sich festgefahrene Muster schwer abstreifen. Ich bleibe das Kind, das immer ein wenig Angst vor der strengen Mutter hatte. Und sie bleibt die Frau, die gewohnt ist, Befehle zu erteilen. Ich habe vier Kinder, einen alten Hund, ein eigenes Leben, doch plötzlich ist jeder Tag ein Muttertag.

Almut Engelen:

Frau Jungwirth, vier Kinder, ein Hund und jeder Tag Muttertag. Das klingt nach einer Zerreißprobe. Wie sind Sie damit klargekommen?

Katja Jungwirth:

Na ja, irgendwie wächst man da in die Aufgabe hinein. Ich glaube, dass überwältigt einen einfach.

Almut Engelen:

War das immer eine schwierige Beziehung gewesen zu ihrer Mutter? Oder wurde die erst mit diesem quasi Rollentausch so anstrengend?

Katja Jungwirth:

Es war immer eine sehr schwierige Beziehung. Aber eigentlich durch den Rollentausch ist sie anders schwierig geworden. Vorher hatte ich also einfach eine schwierige Beziehung zu meiner Mutter, wie es viele Töchter haben. Das ist ja einfach kompliziert und so als Teenager... eigentlich will man sich nichts sagen lassen und ein eigenes Leben leben. Und wie dann wirklich dieser Umkehrschluss kam, wie sie dann eigentlich hilflos wurde, hab ich so quasi die Mutterrolle übernommen. Plötzlich war ich eigentlich die Erwachsene.

Almut Engelen:

Wie ist die Situation heute?

Katja Jungwirth:

Heute hat sich das ein bisschen geändert. Sie hat eine 24-Stunden-Pflege, das heißt, ich bin jetzt nicht mehr so eingeteilt, wie ich es vor einem halben Jahr noch war. Und das war für uns alle eigentlich ein ziemlich großer Schritt. Einerseits für mich, dass ich das sozusagen jetzt abgegeben habe, dass ich jetzt quasi nicht mehr die totale Verantwortung habe, nicht mehr die tägliche Verantwortung. Und für sie war das natürlich furchtbar, weil plötzlich eine fremde Person ihr ganz nahe war und mit ihr eingezogen ist. Und was das bedeutet, kann man sich ja vorstellen, so toll diese Hilfe ist, ist da doch plötzlich ein Fremder in der Wohnung. Und das muss man auch erst annehmen.

Almut Engelen:

Hat Ihre Mutter das annehmen können?

Katja Jungwirth:

Anfangs nicht wirklich. Also sie war da relativ, ja fast schockiert, kann man sagen. So quasi: "dass du mir das noch antust in meinem Alter" so ungefähr... "dass du mir das zumutest". Das waren so die nettesten Dinge, die sie dann noch zu mir gesagt hat. Mittlerweile ist es so, dass sie eigentlich fast ein bisschen resigniert hat. Es ist einerseits ein riesen Segen, weil wenn die Anrufe kommen... "Mir geht es so schlecht" und so...dann fühle ich mich nicht verpflichtet, sofort einfach hinzulaufen, weil ich weiß, da ist auch wer, der ihr hilft. Also, es ist eine wahnsinnige Erleichterung, muss ich sagen. Es hat mein Leben grundsätzlich sehr verändert.

Almut Engelen:

In Ihrem Buch wird sehr deutlich, wie stark zwiespältige Gefühle eine Rolle spielen, wenn man einen alten Menschen, zumal die eigene Mutter, betreut. Lassen Sie uns mal Reinhören. Eine Situation, die Sie auch sehr intensiv schildern.

Lesung:

Sie ist einsam. Sie fühlt sich einsam. Einsam sein heißt für sie, am Abend allein schlafen zu gehen und in der Früh allein aufzuwachen. Unabhängig davon, wie der Tag verlaufen ist. So bekomme ich abends oft noch einen Anruf. „Es ist so still.“ – „Aber ich bin doch grad eben erst weggegangen.“ – „Ja, es war nett mit dir, aber jetzt, jetzt ist es so still hier.“ Oder ich sitze noch beim Kaffee mit ihr und sie sagt ganz unvermittelt: „Nun bin ich schon traurig, weil du bald gehst und ich werde gleich alleine sein.“ In solchen Augenblicken ist es sehr schwer, aufzustehen, seinen Mantel anzuziehen und nach Hause zu gehen. Ich möchte bleiben. Ich möchte aber auch flüchten. Davonlaufen vor der Traurigkeit, für die ich mich verantwortlich fühle, vor der Einsamkeit, die ich ja scheinbar durch mein Weggehen verursache. Das Angebot, zu mir zu ziehen, lehnt sie nach wie vor ab.

Je älter sie wird, desto weniger mag meine Mutter regelmäßige Termine. Wöchentliche Kartenrunden mit der Nachbarin? Außerhalb ihrer Vorstellungskraft. Damit fällt natürlich vieles weg: Regelmäßige Essenszustellungen genauso wie terminlich fixierte Therapiestunden. Oder, was für uns eine große Erleichterung wäre: fixe Tage für jeden. Sie ist die Verwalterin ihres

Lebens, ihres Tages. Ich akzeptiere das natürlich. Aber oft schlucke ich schwer eine Erwiderung hinunter, wenn ich höre: „Deine Stimme ist die erste, die ich heute höre.“ „Den ganzen Tag war ich allein.“

Almut Engeli:

Frau Jungwirth ich habe schwer geschluckt bei dem Satz: "Ich akzeptiere das natürlich". Muss man das?

Katja Jungwirth:

Ja, das tut man, das muss man. Ich glaube, das Schwierige ist ja, dass ein alter Mensch, der hilfsbedürftig ist, natürlich genauso eine Würde und das Recht hat, sein Leben zu bestimmen. Und wenn das die Mutter dazu noch ist? Ich glaube, da ist dann noch einmal so ein Twist drinnen, dass man einerseits die Würde und die Selbständigkeit bewahren möchte. Und dann ist da natürlich auch die Ehrfurcht vor der Mutter drin. Also da ist irgendwie ganz viel da, da passiert doch viel mit einem, wenn man Dinge klarstellen möchte und Dinge bestimmen möchte, wo man weiß, dass sie gut tun. Und man hört dann trotzdem ein: "nein, das mache ich nicht, nein, das will ich nicht". Das fand ich fast am schwersten. So dieser Widerspruch.

Almut Engeli:

Sie haben ja dann die große Lösung gewählt, also eine 24-Stunden-Betreuung. Waren Sie vorher dann durch die Situation kurz vor dem Burn-out? Oder wie habe ich mir das vorzustellen?

Katja Jungwirth:

Wenn Sie sagen, ich habe die große Lösung gewählt, dann ist das nicht richtig, weil ich habe sie nicht gewählt. Es war so, dass das ein Krankenhausaufenthalt war im Frühjahr dieses Jahres, und sie war längere Zeit im Spital und konnte nur entlassen werden mit einer Rundumbetreuung. Und wir haben eben zwei Betreuerinnen gefunden, die sich dann abgewechselt haben. Beziehungsweise sich immer noch abwechseln.

Es ist ihre Abhängigkeit auch von uns, die mir schwer zu schaffen macht. Eigentlich hat sich das auch durch diese Pflege nicht geändert, durch diese 24-Stunden-Pflege, weil so richtig Gespräche führen und so weiter, tut sie nach wie vor am liebsten natürlich mit uns und wir sind da nach wie vor gefordert um ihre Einsamkeit zu stillen.

Almut Engeli:

Zu diesen Mustern, die dann ablaufen zwischen der Person, die betreut werden muss und den Familienangehörigen, gehören ja immer zwei. Ich fand einen Text von Ihnen sehr erhellend dazu. Wir hören mal rein.

Lesung:

Meine Mutter hat immer Schmerzen, sagt sie. Auch, wenn es an manchen Tagen gar nicht so scheint. Jeder von uns hat unterschiedliche Taktiken, damit umzugehen. Eine meiner Töchter zum Beispiel vermeidet grundsätzlich jede Frage bezüglich des Wohlbefindens. Sie will sich gar nicht darauf einlassen, fragt niemals und ignoriert etwaige Erläuterungen. Und sie hat die Erfahrung gemacht, dass meiner Mutter gar

nichts besonders wehtut, wenn sie zu Besuch ist. Die jüngste Tochter neigt zu großem Mitleid und zerfließt vor ihr bei den Schmerzschilderungen. Ja, es scheint fast, als zöge sie den Schmerz von Mutter ab, um ihn selbst aufzunehmen. Entsprechend erschöpft verlässt sie die großmütterliche Wohnung, hinterlässt aber eine ganz muntere Frau. Mein Bruder will alles mit Verstand lösen. Er analysiert ihr Verhalten und kritisiert ihre Jammerei. Um dann mit einem „Ich halte das alles nicht mehr aus“ die Wohnung fluchtartig zu verlassen.

Ich habe meinen eigenen Trick. Wenn ich merke, heute ist wieder ein Tag, an dem Mutter leidet, aber mehr um des Leidens willen als mit echten, starken Schmerzen, dann drehe ich das Ganze um. Ich habe plötzlich wahnsinnige Kopfschmerzen, Zahnweh oder Magenzwicken. Ein Mutterinstinkt regt sich dann bei ihr und lässt sie das eigene Leid kurz vergessen. Es funktioniert. Ich jammere ein bisschen, sie jammert ein bisschen. So sind wir glücklich miteinander, einig, dass alles nicht so einfach ist, und dass geteiltes Leid halbes Leid ist. Und dass es immer irgendwo ein bisschen wehtut.

Katja Jungwirth:

(Lacht) Ich mag den Text auch sehr. Es ist wirklich genauso. Es ist wirklich genauso. Also, das ist lustig.

Almut Engeli:

Mich hat der Text auch am allermeisten amüsiert. Eigentlich ist es doch ganz einfach.

Katja Jungwirth:

Man spielt sich gegenseitig was vor. Und dann funktioniert das. Nein, es ist wirklich interessant, weil das hat ja eine Zeit gedauert, bis ich drauf gekommen bin, dass wir alle unterschiedlich umgehen mit dieser Jammerei und auch mit meiner Mutter. Man greift dann auf so Methoden zurück, um sich selbst ein bisschen auch zu bewahren und um selbst da nicht ganz so hinuntergezogen zu werden. Es ist, es ist nicht leicht.

Almut Engeli:

Es gibt auch sehr schöne Momente zwischen ihnen, oder?

Katja Jungwirth:

Ja, absolut, absolut. Wir haben schon nette Stunden also, in denen wir über alte Zeiten plaudern, das sind wirklich ganz kostbare Momente für mich.

Almut Engeli:

Ich frage mich, ob man nicht zum Teil als alter Menschen einen Beitrag leisten kann, indem man rücksichtsvoll ist, also versucht, den anderen mitzudenken. Und das ist, glaube ich, etwas, was man sein Leben lang trainieren muss, weil es ist nicht angeboren. Die meisten von uns sind Egoisten. Würde ich mal vermuten. Und kann man das nicht ein bisschen jetzt schon trainieren, dass man wirklich rücksichtsvoll ist?

Katja Jungwirth:

Ich glaube, das ist natürlich schon auch eine Charaktersache. Also meine Mutter war immer eine selbständige Frau. Sie war immer berufstätig zu einer Zeit, wo eigentlich Frauen noch nicht wirklich berufstätig waren. Wir Kinder, vor allem ich, war da eigentlich immer fremd betreut, das heißt, sie hat ihr Leben allein organisiert. Sie war zweimal verheiratet. In der zweiten Ehe hat sie getrennte Wohnungen gehabt, weil sie eigentlich ihr Leben allein leben wollte. Und das rächt sich natürlich schon ein bisschen im Alter. Und so sehr sie ihre Selbständigkeit geschätzt hat in jungen Jahren, so schwierig fällt's ihr natürlich, jetzt einerseits Hilfe anzunehmen und andererseits natürlich auch hilflos und allein zu leben, weil sie hat auch keinen wirklich großen eingeweihten Kreis halt außer ihren Kindern. Und das macht es natürlich auch schwierig.

Almut Engeli:

Sie haben ja versucht, sich Hilfe zu holen und ihre eigene Seite des Verhältnisses besser zu durchschauen. Wir hören mal rein.

Lesung:

Es gibt etwas, das ich in Anspruch nehmen will: eine psychologische Beratung für pflegende Angehörige. Ich melde mich für ein Erstgespräch an und möchte die einzige Person, die meiner Mutter genauso nahe steht wie ich, mitnehmen: meinen Bruder. Die Psychologin ist leise, weich, rund und – sehr jung. Mir kommen Zweifel. Weiß diese junge Frau von den Ängsten, die man um die eigene Mutter haben kann? Ahnt sie den Zwiespalt zwischen der Tochterliebe und der Wut, die einen oft überkommt?

Wir geben der jungen Psychologin eine Chance. Mit zarter Stimme fordert sie uns auf, zuerst unsere Beziehung zur Mutter in Kindertagen zu schildern. Was war gut? Was war nicht so gut? Die Erlebnisse und Erinnerungen meines Bruders decken sich nicht immer mit meinen. Er ist viel jünger als ich. Er ist ein gewünschtes Kind. Für ihn hat Mutter sich in reiferen Jahren bewusst entschieden. Ich bin während ihres Studiums, kurz vor ihrer Diplomprüfung, eher überraschend da gewesen. Mein Schlüsselsatz in dieser Sitzung: „Ich habe mich so gekränkt, als sie zu mir gesagt hat, sie würde mir wünschen, dass auch ich einmal solche Schmerzen hätte wie sie, damit ich weiß, wie arm sie dran ist ...“ Und die Psychologin hat ruhig gesagt: „Ihre eigene Mutter hat ihnen also Schmerzen gewünscht.“ Aus ihrem Mund klang es auf einmal noch viel schrecklicher, als es für mich in der Situation damals war. Ja, es hat mich gekränkt, aber ich möchte trotzdem nicht, dass andere, fremde Leute schlecht von meiner Mutter denken. Ab da war es für mich eigentlich gelaufen.

Almut Engeli:

Frau Jungwirth, "es war gelaufen" - warum haben Sie diese Chance der Therapie gleich grundsätzlich aufgegeben? Also ich meine, es wäre doch eine unheimliche Chance gewesen, darüber nachzudenken. Was sind das für Muster? Und warum bin ich diesen Mustern so ausgeliefert? Warum haben Sie es nicht gewollt?

Katja Jungwirth:

Na, da haben Sie recht. Das wäre eine Chance gewesen. Aber ich habe diese Psychologin aufgesucht, um besser mit der Situation umzugehen. Für mich ist das aber dann plötzlich umgekippt in eine sehr persönliche psychologische Beratung. Und da wollte ich, glaube ich, nicht so richtig hineinschauen. Eine Analyse über meine Mutter und mich, das war mir eigentlich zu heftig. Dazu war ich nicht bereit.

Almut Engeli:

Hatten Sie auch ein bisschen die Befürchtung, dass, wenn so die alten Kindheitswunden aufgemacht werden, Sie ihre Mutter überhaupt nicht mehr betreuen können?

Katja Jungwirth:

Ja, das finde ich interessant, dass Sie das so sagen. Ja, das kann ohne weiteres sein, dass ich natürlich Angst habe, dass sich da irgendeine Schleuse öffnet. Und es gibt natürlich viele Dinge, die ich einfach zugedeckt habe, weil ich mir gedacht hab, das ist jetzt auch schon egal, das kann ich ihr jetzt nicht mehr vorwerfen. Zum Beispiel ein Ding am Anfang, das mir wirklich schwer im Magen gelegen ist, war die Tatsache, dass ich als Kind eigentlich immer fremd betreut war und sie ihr Leben gelebt hat, so wie sie es wollte und jetzt von mir aber hundertprozentige Anwesenheit verlangt hat. Ich meine, ich war ein Kind damals, und ich erinnere mich an viele Situationen, die mir nicht angenehm waren und die ich nicht lustig gefunden habe und trotzdem über mich ergehen lassen musste. Aber ich wollte auch nicht wirklich daran rühren, weil ich mir dann wieder gedacht habe: was bringt es jetzt? Jetzt ist sie alt und hilflos, und jetzt muss ich halt da sein.

Almut Engeli:

Was sie sagen, bedeutet natürlich, dass dieses Prinzip, mit dem man sich eigentlich auch selber helfen kann, der Gegenseitigkeit, dass man sagt: "das hat sie ja alles mal für mich getan. Und dann tue ich das jetzt auch für sie". Dieses Prinzip stand Ihnen nicht so richtig zur Verfügung, weil sie mussten sich eigentlich sagen: "sie hat es leider damals nicht gekonnt oder nicht getan. Ich will ihr das nicht jetzt zurückzahlen. Ich will ihr trotzdem jetzt beistehen", und das ist schon die größere Leistung.

Katja Jungwirth:

Ich will das jetzt nicht über mich sagen, aber da haben sie völlig Recht. Das finde ich auch. Und ich meine, das Buch, das ich geschrieben habe, das ist ja in dem Sinne auch keine Abrechnung mit meiner Mutter. Ich meine, es war ja auch abgesprochen. Wir haben ja über die Geschichten, die drinnen stehen, auch geredet. Also, das war ja auch keine Sache, die ich hinter ihrem Rücken gemacht habe. Also, ich habe da einfach begonnen, mir das sozusagen von der Seele zu schreiben, und habe sie schon damit konfrontiert und habe ihr Dinge vorgelesen und sie war dann oft ganz erstaunt und hat gesagt: "Was, so hast du das gesehen? Na, du übertreibst", und ich habe gesagt: "nein, das war wirklich so". Und sie sagt: "na ja, ja, ja, eigentlich hast du Recht". Also, wir haben darüber auch reden können und das sind eben schon schöne Momente, wenn man die eigenen Fehler, die eigenen Missstände dann auch miteinander besprechen kann und sagen: "Ja schau mal, das hast du wirklich

gesagt". Das ist mir wichtig.

Almut Engelien:

Ja, und es ist auch toll, wenn das geht. Also ich glaube nicht, dass es wahnsinnig häufig ist, dass man eine so offene Aussprache haben kann. Denn Ihre Texte sind ja ganz offen und wirklich, ja, drastisch.

Man hat, wenn man Ihr Buch liest, öfter den Eindruck, dass sie zumindest damals Ihrer Mutter die Verantwortung für sich selbst oft abnahmen. Sie fühlen sich einfach für alles verantwortlich. Lassen Sie uns mal Reinhören.

Lesung:

Mutter will gebeten werden. Ich soll bitten und ihr alle Vorzüge gleichzeitig aufzählen: Wie gut es ihr täte, doch in den Park zu gehen, einen Besuch zu machen, eine Einladung anzunehmen. Ich rutsche vor ihr auf den Knien. Und wenn meine Nase bodennah an ihren Hausschuhen klebt, dann endlich winkt sie ab. Unmöglich. Das schafft sie nie. Die Schmerzen sind zu stark, gerade heute fühlt sie sich besonders schlecht. ... Ich wende mich ab, resigniert, mit dem Gefühl, versagt zu haben. Aber ich lerne. Und ich versuche eine andere Taktik. Ich bitte nicht mehr. Wenn ein Ereignis ansteht, ein Besuch oder auch nur ein kleiner Spaziergang geplant ist, dann frage ich sie, ich frage nur einmal: „Kommst du mit?“ Erwartungsgemäß folgt ein forsches „Nein, unmöglich“. Wenn ich dann einfach die Achsel zucke und bemüht teilnahmslos „gut“ sage, dann zuckt sie leicht zusammen. „Meinst du, ich sollte mitkommen, glaubst du, ich schaffe das?“, fragt sie dann. Aber so leicht lasse ich sie nicht davonkommen. „Wie du willst, keine Ahnung“, ist nicht die Antwort, die sie hören möchte. Und es ist erstaunlich. Fast jedes Mal geht die Rechnung auf.

Almut Engelien:

Tja, was passiert da Frau Jungwirth?

Katja Jungwirth:

Ja, was Sie vorhin angesprochen haben, dass ich mich für alles verantwortlich fühle. Ja, das stimmt. Das ist natürlich leider etwas, das mir zuzuschreiben ist. Es ist ja immer so, dass einer die Verantwortung übernimmt, und der andere das dann abgibt. Und wenn man merkt, die eine bemüht sich noch mehr, dann lässt der andere noch mehr los. Also, ich glaube, das ist so ein Zwischenspiel. Und das beschreibt diese Szene genau, und da bin ich aber auch erst später drauf gekommen.

Almut Engelien:

Also das war schon ein Entwicklungsprozess, indem Sie offenbar das immer besser gelernt haben, auch die Verantwortung bei ihrer Mutter zu lassen, auch wenn sie sehr alt und sehr krank ist. Die Verantwortung dafür, ob sie rausgeht oder nicht, wirklich bei ihr zu lassen.

Katja Jungwirth:

Ja, das ist wirklich eine Gratwanderung, würde ich sagen. Eine ständige Gratwanderung. Ich meine, ich habe jetzt die Situation zum Beispiel, dass sie seit Wochen nicht wirklich draußen gewesen ist. Weil es auch kalt war und stürmisch.

Und ich weiß, es würde ihr wahnsinnig gut tun. Und wir haben alle paar Wochen immer wieder diese Rollstuhl-Diskussion. Ich weiß, es würde ihr gut tun. Und wenn sie nicht selber gehen kann, würden wir einen Rollstuhl besorgen und sie hineinsetzen. Und sie weigert sich ganz standhaft und da ist sie bis jetzt eigentlich die Stärkere gewesen:

Almut Engelen:

Ja, das heißt, man muss eigentlich als Betreuender in der Situation lernen, zu akzeptieren, dass der andere sich jetzt gerade schaden möchte.

Katja Jungwirth:

Ja, Sie sagen das ganz richtig. Dass sich der andere schaden möchte. Ja, es ist ein bisschen so wie: "jetzt kann ich das auch nicht mehr. Jetzt möchte ich eigentlich gar nichts mehr", und das muss man akzeptieren. Und das ist sehr hart.

Almut Engelen:

Das ist sehr hart. Es geht einem gegen das Gefühl, und es geht einem gegen den Verstand. Ja, das ist das Problem. Lassen Sie uns Reinhören in eine Stelle, wo sie mit einem Zitat beginnen, das Sie sprechen. Also Sie sagen zu ihrer Mutter:

Lesung:

„Ich fühl mich nicht gut, ich glaube, ich habe eine Erkältung.“ – „Aber geh, das Bissel Schnupfen, das ist ja nix. Du hast ja keine Ahnung, wie schlecht ich mich fühle.“

Ich habe keine Chance. Was immer ich meiner Mutter erzähle, es ist nicht relevant. Es ist nichts im Vergleich zu ihren Sorgen. Es ist bedeutungslos im Gegensatz zu ihren wirklich existenziellen Bedrohungen. Aber ich sehne mich nach der Mutter, der ich erzählen kann, was mich bedrückt. Mit der ich besprechen kann, welche Lösungen es gäbe und wie ich mich verhalten könnte bei diesem oder jenem Problem. Das haben wir immer so gemacht. Sie war eine aufmerksame Zuhörerin und gute Ratgeberin. Das hat sich grundlegend geändert. Es interessiert sie nicht mehr, welchen Ballast andere mit sich herumschleppen.

Almut Engelen:

Frau Jungwirth, Ihre Mutter dreht sich ziemlich ausschließlich um sich selbst. Aber erwarten Sie nicht auch etwas, das man einfach nicht mehr erwarten kann und sollte, wenn ein Mensch alt und krank ist?

Katja Jungwirth:

Naja, aber das ist genau das, dass man als Kind ganz schnell den Zeitpunkt übersehen kann. Dann versucht man und erzählt eine Geschichte und fragt um Rat. Und dann merkt man, spürt man, das Desinteresse. Und das ist halt dann schwierig, dass man als Tochter nicht mehr wirklich die Sachen erzählt, die einen bedrücken. Und das ist aber auch ein Schritt, eine Abnabelung, eine Ablösung.

Almut Engelen:

Ja, ich habe selber eine Verwandte, eine Tante von mir, längere Zeit sehr intensiv betreut. Und ich hatte den Eindruck, dass irgendwann die Kraft einfach nicht mehr da

ist, sich mit den Sorgen und Nöten der Welt und des Lebens von einem Erwachsenen in der Rushhour des Lebens zu beschäftigen. Dass man einfach nur noch Sachen erzählen darf, die stärkend sind, die ermutigend sind, die positiv sind.

Katja Jungwirth:

Ja, da haben Sie vollkommen recht. Ich meine ja, ja, man darf eigentlich nichts mehr Belastendes erzählen, man darf keine Sorgen erzählen. Man darf eigentlich nurmehr heitere Alltagsgeschehnisse erzählen. Aber das ist, wie gesagt, für mich auch sehr schwer gewesen, weil meine Mutter wirklich immer für mich absolut erste Instanz war. Bei allem. Und das ist natürlich schon ein Lernprozess für mich auch gewesen, wie ich gemerkt habe, das geht nicht mehr.

Almut Engelien:

Ein Text war so, dass ich dachte, ich wäre auf der Stelle gegangen. Lassen Sie uns noch mal Reinhören.

Lesung:

Sie sieht bezaubernd aus. Im hellgrauen Hosenanzug, die Haare zu einem Dutt gebunden, mit dezentem Schmuck, ähnelt sie mehr denn je einer bekannten Filmschauspielerin. Ich komme mir vor wie die arme, aber geduldete Verwandte neben ihr. Die Einkäufe schleppend, den Hund hinter mir herziehend, suche ich meine Brille, um ihren Schlüssel ins schmiedeeiserne Haustor stecken zu können. Das Tor ist schwer und einhändig fast nicht aufzudrücken. Den Rollator fest im Griff, zappelt sie neben mir, weil ich gar so langsam bin. Im Lift haben wir nicht alle Platz. Ich stapfe so schnell, wie es mit dem hüftleidenden Hund nur geht, die fünf Stockwerke hinauf, während sie oben schon ungeduldig vor der Wohnungstür wartet. „In deinem Alter hab’ ich vor dem Büro noch Tennis gespielt“, kommentiert sie mein Schnaufen. Das sind wieder so Momente, in denen ich zweifle und auch verzweifle. Alles hinschmeißen und gehen?

Almut Engelien:

Frau Jungwirth. Warum nicht einfach mal gehen? Warum nicht?

Katja Jungwirth:

Ja, man geht eben nicht. Was hätte ich tun sollen? Ich habe sie dann in die Wohnung gelassen, weiß ich noch und ihr geholfen, den Mantel auszuziehen und hingehetzt. Ja, aber so ist sie. Das sind Ihre Kommentare, und damit muss ich irgendwie zurechtkommen. Ich bin nicht aufgestanden und gegangen. Ich habe dann oft das Gefühl, dass sie Dinge sagt, weil sie selbst so hilflos ist und weil sie selbst nicht zurechtkommt mit der Situation. Und da sprudeln dann halt irgendwelche Zynismen raus, weil sie selbst eigentlich sich nicht helfen kann. Verstehen Sie?

Almut Engelien:

Das verstehe ich. Aber was machen Sie mit ihrer Wut? Welche Wege finden sie, mit Ihrer eigenen Wut und ihrer Verletztheit dann umzugehen?

Katja Jungwirth:

Ich rufe eine Freundin an und rede mir das alles von der Seele. Ich setze mich an den Computer und schreibe es einfach hin. Und dann ist das irgendwie schwarz auf weiß. Und dann schaue ich das irgendwie an und denke: "Wahnsinn, das war wirklich so". Oder ja, man denkt: "Das ist absurd. Das hat sie wirklich gesagt in der Situation". Und irgendwie geht es besser.