

MATERIALMAPPE



DIE STUDENTIN UND MONSIEUR HENRI

Eine Komödie von Ivan Calbérac

aus dem Französischen von Horst Leonhard

Premiere: 28. Januar 2020

Regie: Claudia Nowotny

Bühnenbild / Kostüm: Julia Petz

Regieassistent: Petrovicsné Haász Dóra Darinka

Schauspiel:

Christian Bormann

Isa Flaccus

Bálint Merán

Eszter Sipos

Spielzeit:

2019 | 2020

Liebe Pädagog*innen,

Liebes Publikum,

mit neuer Energie startet das Team der DBU in die zweite Hälfte der Spielzeit 2019|20, und zwar mit einer Komödie von Yvan Calbérac: Die Studentin und Monsieur Henri.

Der griesgrämige Witwer Henri wird von seinem Sohn Paul gezwungen, das leerstehende Zimmer seiner Wohnung zu vermieten. Widerwillig stimmt Henri zu, wissend, dass er eh alle vergraulen wird, die sich das Zimmer anschauen wollen. Als die hartnäckige Studentin Constance sich vorstellt und tatsächlich Anstalten macht zu bleiben, hat der Alte einen Plan: Constance darf bleiben, wenn es ihr gelingt, Paul zu verführen und damit einen Keil zwischen ihn und seine Frau zu treiben. Und Constance willigt ein....

Die Studentin und Monsieur Henri ist eine typische Boulevardkomödie. Hinter dem Humor verstecken sich jedoch ernste Themen, wie Einsamkeit im Alter und konfliktgeladene Eltern-Kind-Beziehungen. Mit viel Wertschätzung bearbeitet und kritisiert die Komödie diese Probleme der heutigen Zeit.

Diese vorliegende Materialmappe möchte die oben genannten Themen unterstützen. Wir schauen uns Statistiken zu Einsamkeit im Alter an, geben Ausblick und Möglichkeiten mit dieser Einsamkeit umzugehen und stellen Wohnprojekte im Mehrgenerationenstil vor.

Außerdem beleuchten wir genauer, wie unterbewusst emotionale Erpressung durch Eltern funktioniert und wieso es wichtig ist, als junger Mensch Abstand zu den eigenen Eltern zu gewinnen.

Wir wünschen Ihnen und Euch ein spannendes Theatererlebnis!

Rebekka Bareith

Theaterpädagogin

Inhaltsverzeichnis

„Jeder Mensch hat das Recht seinen Platz im eigenen Leben zu finden“

– Im Gespräch mit der Regisseurin Claudia Nowotny

ab Seite 4

Themenfeld I: Einsamkeit im Alter

ab Seite 6

Ältere Menschen in Deutschland und der EU

Statistik: So stark altert die deutsche Bevölkerung bis 2060

Einsamkeit im Alter – Wenn Senioren sich einsam fühlen

[...] AWO eröffnet „Haus der Generationen“ in Altenburg

Egyre tovább élünk, de nincs, aki ellásson minket

Egyre hosszabb a sor az idősoththonok előtt, és egyre kevesebben tudják megfizetni őket

Statistik: Magyarország népessége: Prognózis 2020-ra és 2050-re

Themenfeld II: Eltern-Kind-Beziehung

ab Seite 15

Warum es wichtig ist, die eigenen Eltern zu enttäuschen

Warum bringen uns unsere Eltern so leicht auf die Palme?

Mit Gefühlen erpresst werden: Wie funktioniert das und wie gelingt der Ausstieg?

„Jeder Mensch hat das Recht seinen Platz im eigenen Leben zu finden“

Im Gespräch mit der Regisseurin Claudia Nowotny

In einem Satz: „Die Studentin und Monsieur Henri“ ist ein Stück über...

... Themen wie Generationskonflikte und Einsamkeit im Alter und das „Sich-Zusammenraufen“ auf einer menschlichen Basis, mit der Erkenntnis, dass letzten Endes im Leben nur die Liebe zählt.

Das Stück wird als Boulevard-Komödie betitelt. Was ist eine klassische Boulevard-Komödie und inwiefern passt dieses Stück in das Genre?

Mit Boulevard Theater ist ursprünglich das Pariser Theaterviertel „Boulevard du Temple“ gemeint. Das Boulevardstück verspottet Unzulänglichkeiten aus dem alltäglichen Leben. Es beinhaltet Gesellschaftskritik und ist geprägt von Wortwitz und Situationskomik. Heute sind Boulevardstücke oft mit erfolgreichen Filmen gekoppelt/verbunden.

„Die Studentin und Monsieur Henri“ bezieht sich auf aktuelles Zeittheater, und obwohl es humorvoll ist, hat es einen respektablen Rahmen mit Tiefgang.

Wo siehst du die Tiefe?

In der Wahrhaftigkeit der Personen, die ihre Emotionen nicht verstecken und uns an ihrem Leben und dem Geschehen teilhaben lassen. Das Stück erzählt von Menschen, wie du und ich. Die Geschichte spielt hier und heute mit Problemen, Wünschen und Träumen, die wir alle haben: den eigenen Platz im Leben zu finden, Toleranz zu üben, und zu lieben. Wir sollten uns alle der Liebe stellen. Am Ende zeigt uns das Stück sogar Lösungen, die zum Nachdenken und Nachmachen animieren.

Welche Tragik haben die einzelnen Figuren?

Jede Figur steht unter dem Druck einer anderen Person: Constance unter dem Druck des eigenen Vaters, Valerie unter dem Druck ihres Mannes Paul und Schwiegervaters Henri. Paul und Henri haben ein Vater-Sohn Problem. Das erzählt das Stück sehr eindringlich und verständlich. Das kennt sicherlich

jede*r im Publikum, von jemandem bevormundet zu werden, nach dem Motto: „Ich meine es ja nur gut“.

Worauf hast du deinen persönlichen Fokus gelegt?

Man hätte die Figuren viel mehr verunglimpfen und viel mehr auf Humor setzen können. Ich habe einige Inszenierungen gesehen, in denen das Publikum durchweg gelacht hat. Aber mein Fokus ist nicht die Komik, sondern die Wahrhaftigkeit der Figuren. Jeder Mensch hat das Recht seinen Platz im Leben zu finden. Manche vielleicht auch zu spät. Das ist die Tragik. Aber alle Figuren werden verteidigt.

Du arbeitest schon zum zehnten Mal an der Deutschen Bühne Ungarn. Wie fühlt es sich an immer wieder an die DBU zurückzukehren?

Es ist immer wieder ganz neu. Diesmal waren sogar alle Darsteller*innen ganz neu, und so mussten wir uns alle neu kennenlernen. Was immer bleibt ist die Theaterluft und die Menschen, die etwas auf der Bühne bewegen möchten/wollen. Dazu gehören nicht nur die Schauspieler*innen, sondern auch Licht, Ton, Requisite, Bühnenbild, Kostüme und der ganze Hintergrund. Auch in dieser Arbeit hat sich ein tolles Theaterensemble gebildet, das mit mir an einem Strang zieht. Gemeinsam haben wir Spaß und hoffen, dem Publikum eine interessante Aufführung zu bieten.

Das Gespräch führte Rebekka Bareith.

Themenfeld I:

Ältere Menschen in Deutschland und der EU

Die meisten Menschen möchten auch im Alter im eigenen Haushalt leben. Die absolute Mehrheit der Älteren ab 65 Jahren konnte dies 2014 auch tun. Nur 4 % wollten oder konnten sich nicht mehr in den eigenen vier Wänden selbstständig versorgen und lebten in Alten- oder Pflegeheimen oder anderen Gemeinschaftseinrichtungen. Dieser Prozentsatz steigt mit zunehmendem Alter: Von den Frauen und Männern ab 85 Jahren lebten etwa 15 % in einem Heim oder einer Gemeinschaftseinrichtung. [...]

Der Familienstand von Männern und Frauen im Seniorenalter unterscheidet sich deutlich voneinander [...]. So waren 2014 unter den 65- bis 69-Jährigen 18 % der Frauen, aber nur 5 % der Männer verwitwet. Ab 85 Jahren waren bereits 76 % der Frauen verwitwet, bei den gleichaltrigen Männern lag der Anteil bei 35 %. [...] Ursache für die deutlichen Unterschiede im Familienstand ist neben der höheren Lebenserwartung der Frauen unter anderem auch der Umstand, dass die Mehrzahl der Männer mit jüngeren Frauen verheiratet ist. [...]

Mit zunehmendem Alter nimmt der Anteil der Alleinlebenden zu: mehrheitlich bedingt durch den Tod des Partners, selten durch Scheidung oder Trennung. So ist unter den 60- bis 64-Jährigen der Anteil der Alleinlebenden noch relativ gering: [...] 19 % der Männer und 24 % der Frauen[...]. Jenseits der 85 lebten dann 34 % der Männer und 74 % der Frauen allein.

Der Anteil der Seniorinnen und Senioren, die mit in direkter Linie verwandten Familienmitgliedern anderer Generationen unter einem Dach lebten, lag 2014 bei 8 % [...]. Bei den Mehrgenerationenhaushalten handelte es sich fast ausschließlich um Zweigenerationenhaushalte: 2014 lebten 7 % der Seniorinnen und Senioren mit einer weiteren Generation zusammen in einem Haushalt. [...] Nur noch 1 % der Frauen und Männer ab 65 Jahren lebte 2014 in Haushalten mit drei und mehr Generationen, also zum Beispiel gemeinsam mit den Kindern und Enkeln. [...]

Autor: Statistisches Bundesamt

Quelle: <https://www.bmfsfj.de/blob/93214/95d5fc19e3791f90f8d582d61b13a95e/aeltere-menschen-deutschland-eu-data.pdf>

Einsamkeit im Alter – Wenn Senioren sich einsam fühlen

[...] Oftmals führt **eine plötzliche Veränderung der Lebenssituation** zur Vereinsamung. So kann der wohlverdiente **Ruhestand** [...] bereits ausschlaggebend für die Vereinsamung im Alter sein. Während man im Berufsleben mit einer Aufgabe betraut war [...] entsteht nun eine riesige Lücke. Auch die **Trennung vom langjährigen Lebenspartner** zählt zu den häufigsten Ursachen, die bei älteren Menschen zur Vereinsamung führen. Insbesondere beim **Tod des Partners** ziehen sich die Betroffenen zurück und isolieren sich zunehmend. Eine weitere Ursache für Einsamkeit im Alter ist **das Alter selbst**. [...] [A]uch die abnehmende Mobilität, als auch ein Umzug ins Seniorenheim können hier die Vereinsamung beeinflussen.

[...] In den meisten Fällen wird die Einsamkeit im Alter durch den Kopf ausgelöst, wie die innere Einstellung zum Leben, dem fehlendem Lebensmut, aber auch die Umstellung auf eine neue Lebenssituation. [...]

Bildung: Der Mensch lernt nie aus – [...] Besonders begehrt bei älteren Menschen sind Sprachkurse. [...] Aber auch Sprachreisen nach England, Spanien und Italien werden von Menschen, die sich in den Ruhestand begeben, gerne genutzt, um sich eine Sprache anzueignen [...]. Zudem kann man mit Sprachkursen Demenz vorbeugen. [...] In Bezug auf das Bildungsangebot sind Rentnern keine Grenzen gesetzt. Auch wenn man mit der Rente keine Schulbildung mehr benötigt, gibt es immer noch Senioren, die tatsächlich im Ruhestand das Abitur nachholen. [...]

Sport: [...] Ob Nordic Walking, Schwimmen oder Fitness Studio, immer mehr ältere Menschen im Ruhestand halten sich sportlich fit. Denn endlich hat man auch die Zeit, um es zu tun. Sportliche Aktivitäten sind nicht nur für Gelenke und Muskulatur und Kreislauf förderlich, sondern steigern den Lebensmut. [...] Zudem schließen ältere Menschen bei sportlichen Aktivitäten auch neue Freundschaften und kommen [...] ins Gespräch.

Reisen & Ausflüge: Natürlich reist es sich zu zweit besser als alleine. Dennoch kann man auch alleine verreisen, ohne tatsächlich alleine zu sein. Beispielsweise Gruppenreisen, Seniorenreisen und Ausflüge [...]. Und möchte man das nicht, so ist es auch keine Schande alleine zu verreisen. Denn auch alleine Urlaub machen kann hilfreich gegen die Einsamkeit sein. Häufig ist es das gewohnte Umfeld, was uns nicht erlaubt, bzw. uns erschwert eine andere Sichtweise oder Haltung zum Leben einzunehmen.

Hobbys: Hobbys schaffen einerseits eine Beschäftigung im Alter, auf der anderen Seite kann man durch Hobbys auch neue Bekanntschaften schließen. Dabei spielt es keine Rolle welches Hobby man wählt. Selbst beim Stricken können Freundschaften entstehen, indem man beispielsweise der Nachbarin, bzw. den Nachbarskindern Socken strickt, oder an einen Kurs an der Volkshochschule besucht und darüber mit Menschen in Kontakt kommt, welche die Leidenschaft zum gleichen Hobby teilen. Auch als leidenschaftlicher Hobbykoch, oder Hobbyköchin kann etwas gegen die Einsamkeit tun. Denn einerseits kann man Freunde, Bekannte oder Nachbarn einladen und diese bekochen, oder man geht einen Schritt weiter und kocht gemeinsam.

Auch gibt es viele ältere Menschen, die sich an neue Dinge herantrauen, wie beispielsweise einen eigenen Senioren-Blog. In diesem teilen sie ihre Erlebnisse, Erfahrungen und geben dadurch das eigenen Wissen an andere Menschen weiter. [...]

Familie: Wenngleich die eigene Familie, ob nun Geschwister, oder die eigenen Kinder nicht in der näheren Umgebung wohnen und nur zu besonderen Anlässen zu Besuch kommen, gibt es noch andere Möglichkeiten sich zu sehen und so der Familie nah zu sein. [...] Gemeinsam Urlaub machen ist etwas, was man selten sieht, aber für Großeltern, deren Kinder und Enkelkinder nur Vorteile bietet. Denn alle können sich erholen, sind sich nah und haben viele Freiräume. Ob nun der nächste Badeurlaub im Süden, oder der Wanderurlaub im Allgäu, als geschlossene Familie profitieren alle von dem Urlaub.

Aufeinander zugehen: Das wichtigste was im Alter gegen Einsamkeit hilft, ist das Aufeinander zugehen. Man muss umdenken, neue Wege gehen und einfach auch mal die alleinerziehende Mutter mit Kind von nebenan zum Essen einladen. Das Knüpfen neuer Kontakte im Alter ist das beste Rezept gegen die Einsamkeit. So gewinnt man dadurch Menschen, mit denen man sich unterhalten, aber auch gemeinsame Unternehmungen wie Reise und Ausflüge machen kann.

Autor: Markus Breitenstein

Quelle: <https://www.senioren-leben.com/einsamkeit-im-alter/>

[...] AWO eröffnet „Haus der Generationen“ in Altenburg

[...] Die Kluft zwischen Alt und Jung werde immer größer – so zumindest die Behauptung, die man immer wieder liest und hört. Dass es auch anders geht, zeigt das neue „Haus der Generationen“ der Arbeiterwohlfahrt (AWO) [...]. Auf drei Etagen werden hier zukünftig Senioren leben – Seite an Seite mit der Kindertagesstätte „Zwergenland“. [...]

Aus dem ehemaligen Plattenbau inmitten der Siedlung im Altenburger Norden ist ein hochmodernes Gebäude entstanden. Äußerlich eher unauffällig, im Inneren zugleich geräumig als auch gemütlich und dank vieler Fenster zudem sehr hell und freundlich. [...]

Zugegeben: Die Zahl derer, die hier schon leben, hält sich noch in Grenzen. Drei Plätze sind derzeit besetzt, in den beiden Senioren-WGs, die Platz für insgesamt 20 Bewohner bieten, sind noch 17 Plätze frei. Hinzu kommen drei Wohnungen zwischen 43 und 70 Quadratmetern, allesamt ausgestattet mit großen Balkonen, die ebenfalls leer stehen. [...]

Sieben Mitarbeiter vom ambulanten Pflegedienst werden die Senioren künftig rund um die Uhr betreuen. Das „Haus der Generationen“ eignet sich speziell für Menschen mit einer dementiellen Erkrankung im Anfangsstadium, denn nicht nur können die Senioren in den Gemeinschaftsräumen soziale Kontakte aufbauen und pflegen – auch die Gegenwart der Kleinen aus der Kindertagesstätte, für die im Hinterhof zahlreiche Spielegeräte bereit stehen, wird den Älteren zugutekommen. [...]

Zufriedene Worte äußerte auch Michael Hack: Es sei wichtig, den demografischen Wandel aufzugreifen und progressiv damit umzugehen. Das „Haus der Generationen“ sei ein Projekt, das aus der Überzeugung entstand, dass sich die Pflege an die Bedürfnisse der Patienten anpassen müsse, nicht umgekehrt. Es brauche „differenzierte und passgenaue Angebote“ – und genau die könnten in der Einrichtung umgesetzt werden.

Autor: Christian Neffe

Quelle: <https://www.lvz.de/Region/Altenburg/Eine-Heimat-fuer-Jung-und-Alt-AWO-eroeffnet-Haus-der-Generationen-in-Altenburg>

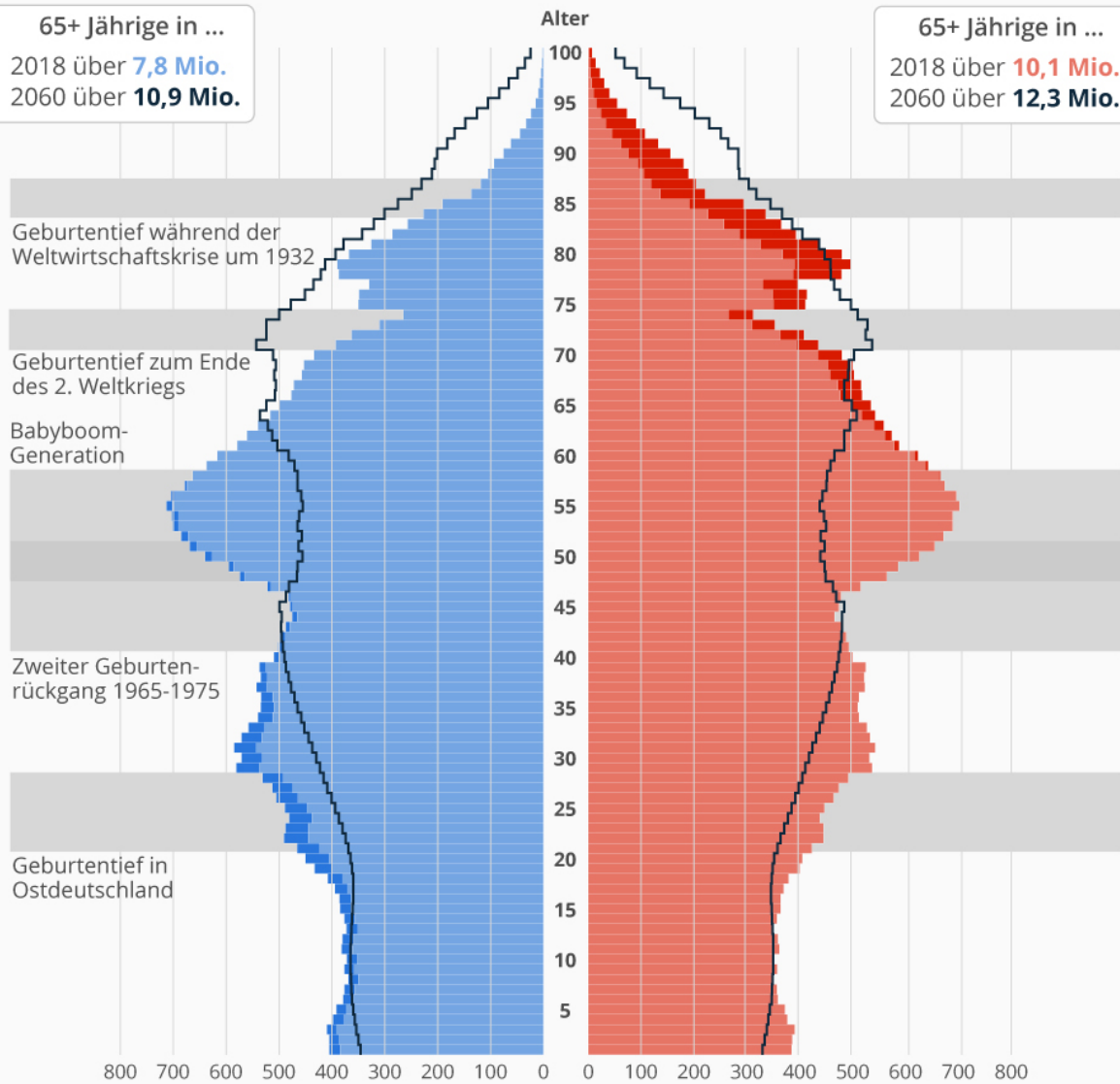
So stark altert die deutsche Bevölkerung bis 2060

Altersaufbau der deutschen Bevölkerung im Jahr 2018, Prognose für 2060* und demografische Ereignisse

■ Männer (in 1.000) ■ Frauen (in 1.000) — Prognose für 2060*
■ Männerüberschuss ■ Frauenüberschuss

65+ Jährige in ...
 2018 über **7,8 Mio.**
 2060 über **10,9 Mio.**

65+ Jährige in ...
 2018 über **10,1 Mio.**
 2060 über **12,3 Mio.**



@Statista.com

* Annahme einer moderaten Geburtenhäufigkeit, Lebenserwartung und Wanderungssaldo
 Quelle: Statistisches Bundesamt

statista

Quelle: <https://de.statista.com/infografik/19053/altersaufbau-der-deutschen-bevoelkerung/>

Egyre tovább élünk, de nincs, aki ellásson minket

Egyre több az idős ember Magyarországon, és ez csak fokozódni fog. A szociális ellátások viszont alulfinanszírozottak, több tízezen várnak arra, hogy bekerüljenek az időotthonokba, de nincs elég hely. Félmillió idős ember él otthon egyedül, másokat a saját gyerekeik gondoznak. A szociális gondozók közben kiöregszenek a szakmájukból, az utánpótlás pedig szűkös.

“Három gyermekem van, édesanyám demenciával él. Szendvicsgeneráció, informális gondozó, formális gondozó, nem is tudom mi vagyok.” Ezt egy miskolci háziorvos mondta magáról hétfőn a Friedrich-Ebert-Stiftung által szervezett eseményen, amelynek a témája az idősödés volt Magyarországon. Az idézet arra utal, hogy a háziorvos hiába foglalkozik hivatásszerűen emberek gondozásával, otthon is hasonló feladatok várják: nem csak a gyermekeit kell gondoznia, hanem mellettük a demens édesanyját is.

Mindezzel nincs egyedül, a társadalom idősödése egyre nagyobb feladatot ró a fiatalabb generációra és az államra, épp csak úgy tűnik, hogy az állam nem igazán tud mit kezdeni az egyre bővülő szükségletekkel. Márpedig a helyzet idővel csak rosszabb lesz, erre jutott az eseményre írt tanulmányában Gyarmati Andrea kutató, a Jó-lét Alapítvány munkatársa. Magyarországon 1990 és 2017 között a 65 éves és ennél idősebb népesség aránya 13 százalékról 19 százalékra növekedett. Jelenleg 1,8 millió 65 évnél idősebb ember él az országban. Köztük egyre többen vannak azok, akik 80 évnél is idősebbek. Ez idővel csak nőni fog, a várható élettartam ugyanis folyamatosan nő. Ez azonban nem jelenti azt, hogy az idős emberek egészségesebbek is lesznek, 2016-ban a 65 évesek csupán 6-7 év egészségben eltöltött évre számíthattak még. 2014-ben a 65 év feletti 18 százaléka ítélte rossznak, 10 százaléka pedig nagyon rossznak az egészségi állapotát- Sokan súlyos mozgásszervi vagy érzékszervi korlátozottságokkal, krónikus betegségekkel küzdenek.

A demens idősök száma egyre csak nő, Európában a 60 év feletti lakosság 6 százaléka szenved a demencia valamelyik típusában. A demens emberek magyarországi számáról csak becslések vannak, e szerint körülbelül 200–250 ezer főt érinthet a demencia Magyarországon. A betegség végső stádiumában az idős, demens embernek állandó felügyeletre van szüksége. Mégis, a 2016-os mikrocenzus adatai alapján rengeteg idős ember él egyedül, a 65 éves és idősebb népesség 31 százaléka, 554 ezer fő.

Az ő számuk valószínűleg szintén tovább fog nőni, az egyedüllét egyik fő oka ugyanis nem csak a megözvegyülés, hanem a válások növekvő aránya is. Egy válás következtében az emberek nagyobb eséllyel maradnak egyedül idős korukra, hiszen nincs mellettük a házastársuk, hogy gondozza őket.

Gyarmati szerint mindez azt jelenti, hogy az államnak egyre növekvő szükséglettel kellene számolnia a szociális ellátórendszerben. De nem számol.

Jelenleg az ellátórendszer egy sor olyan szolgáltatást nyújt, amibe az idősek be tudnak kapcsolódni. Ennek az egyik vége a tanyagondnoki szolgálat, amely ha kell, kiviszi az ebédet és ránéz a tanyákon élő idősekre, a másik vége pedig a bentlakásos időotthonok. Ezek a szolgáltatások mindössze 441 ezer embert érnek el az 1,8 millióból. [...]

2019-es várólista adatok szerint házi segítségnyújtásra országsszerte 679-en váraoztak. Az idősek otthonába való bekerülésre pedig majdnem 25 ezren. Idősek otthonába jellemzően a legrászorultabbak tudnak csak bekerülni, 2011-es adatok szerint a tartós bentlakást nyújtó intézményekben az ellátottak 63 százaléka 75 év fölötti volt, a felük pedig nagy gondozási szükséglettel rendelkező csoportba tartozott. A 23 százaléuk pedig demens. Ha valaki be akar kerülni az otthonba, átlagosan két évet kell várnia, ez alatt az idő alatt azonban a kérelmek közel fele megszűnik, valószínűleg azért, mert a kérelmező meghal. [...]

Arról, hogy Magyarországon hányan gondoznak otthon idős hozzátartozót, nincsenek pontos adatok. Egy 2011-es KSH jelentés szerint a 15–64 éves népesség 5,6 százaléka gondoz rendszeresen rászoruló beteg, fogyatékossgal élő 14 évesnél idősebb személyt. Ez a személy lehet gyerek, szülő, de akár férj vagy feleség is. Gyarmati szerint ennél talán frissebb adat az European Social Survey 2014-es adatsora. E szerint a felmérésben részt vett 22 országban átlagosan a felnőtt népesség 34 százaléka gondoz otthon idős hozzátartozót. [...]

Autor: Ákos Albert

Quelle: <https://444.hu/2019/05/01/egyre-tovabb-elunk-de-nincs-aki-ellason-minket>

Egyre hosszabb a sor az idősoththonok előtt, és egyre kevesebben tudják megfizetni őket

Jókora „várólistát” kell végigszenvednie több tízezer olyan idős embernek, akik szeretnének bejutni a hazai szociális ellátást nyújtó intézmények egyikébe. Ám, ha sikerül is beköltözniük, a nehezen még akkor sincsenek túl: sokan nem képesek megfizetni az intézményi ellátás költségeit –írja a Népszava.

A Szociális Portál adatai szerint ma Magyarországon összesen több mint 30 ezer olyan idős ember van várakozó státuszban, aki jelezte igényét valamilyen szociális szakellátásra.

Közülük a legtöbben, azaz – több mint 24 ezren – időskorúak bentlakásos intézményeibe költöznének. Mivel egy ember több helyre is jelentkezett, közel 30 ezer kérelmező neve szerepel a várólistákon. Közülük ötezren Budapesten várakoznak, Pest megyében több mint 2100-an.

Hogy ez a várakozást pontosan milyen hosszú időintervallumot jelent, az esetfüggő, a HVG tavaly novemberi összeállításából az derül ki, hogy legalább 3-6 hónapot kell kalkulálnia a jelentkezőknek attól kezdve, hogy beadták a papírjaikat, de többen 1-1,5 éves csúszásról is beszámoltak.

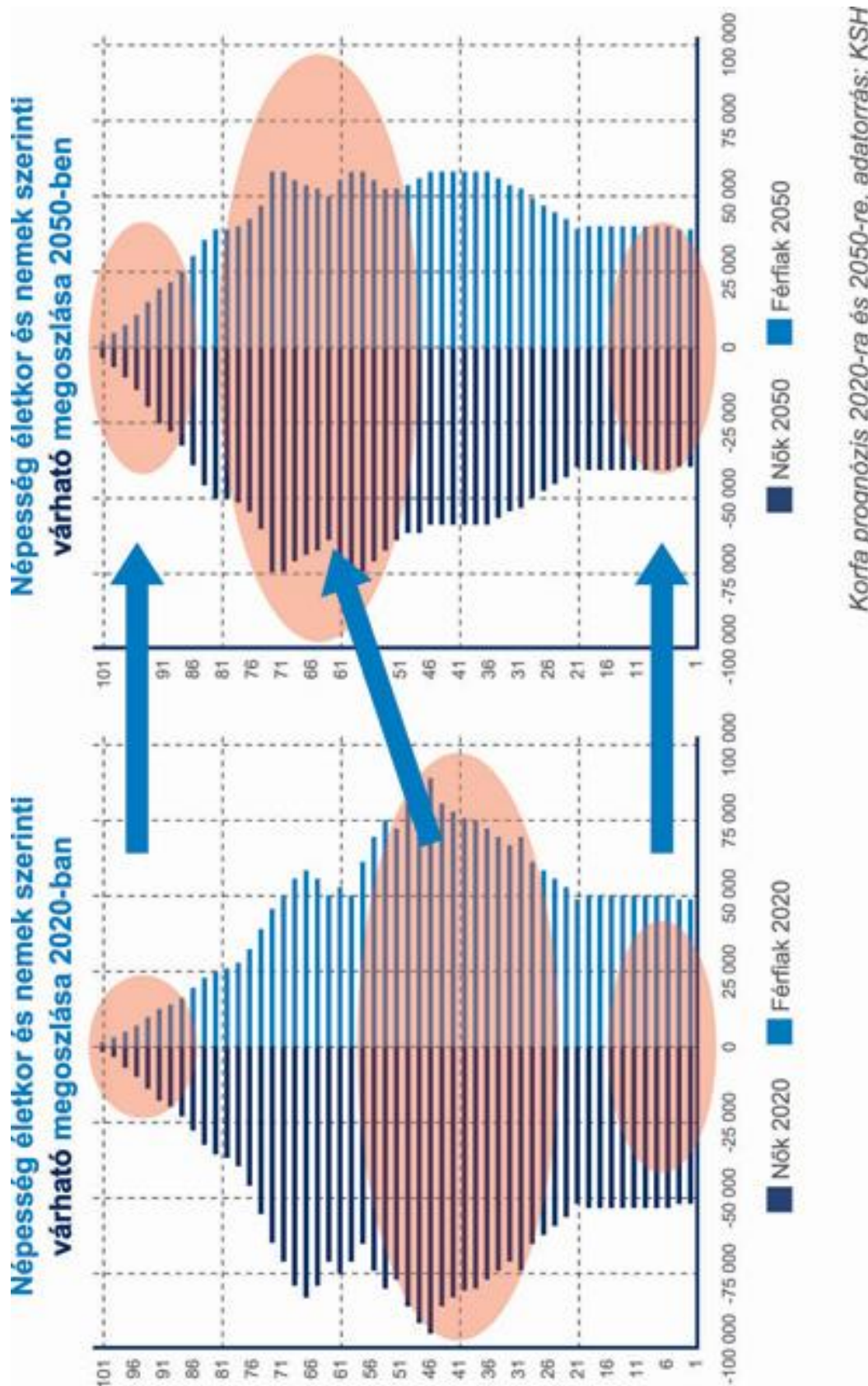
További súlyos problémát jelent, hogy ha el is jut valaki addig, hogy végre részesüljön az őt megillető ellátásban, korántsem biztos, hogy hosszú távon képes lesz azt finanszírozni is. Egy nyugdíjas átlagosan 129 ezer forintot kapott tavaly a KSH szerint, ami ugyan számszerűen növekedést mutat az utóbbi években, de érdemes két másik mutatót is megnézni. Egyrészt a nyugdíjak vásárlóértéke érdemben nem nő, ezen kívül pedig az átlagkeresethez képest is romlott a helyzet: 2016-ban még az átlagkereset közel kétharmada, 63,7 százaléka volt az átlagos nyugdíj, 2017-ben már csak 58,3 százalék. A nyugdíjminimumot tíz éve nem emelték, jelenleg is 28500 forint – miközben a budapesti idősoththonokban 65 és 117 ezer forint közti térítési díjat kérnek – figyelmeztet a Népszava.

A számok ugyanakkor azt mutatják, egyelőre annak kell örülnünk, ha legalább eljutnak odáig az idős emberek, hogy ne tudják kifizetni az ellátást hosszabb távon ugyanis folyamatosan nő a várakozók száma. És a helyzet csak romlani fog: a magyar társadalom – akárcsak a legtöbb európai – öregszik. Az Eurostat adatai szerint tavaly már a felnőtt népesség 27,9 százaléka volt 65 évnél idősebb. A KSH adatai alapján mintegy 2,1 millió ember kap öregségi nyugdíjat.

Autor: Bogatin Bence

Quelle: <https://merce.hu/2018/06/25/egyre-hosszabb-a-sor-az-idosotthonok-elott-es-egyre-kevesebben-tudjak-megfizetni-oket/>

Magyarország népessége: Prognózis 2020-a és 2050-re



Quelle: https://kalijozsef.hu/wp-content/uploads/korfa_diagram.jpg

Themenfeld II:

Warum es wichtig ist, die eigenen Eltern zu enttäuschen

Das falsche Outfit, der falsche Job, die falsche Partnerin? Wenn Kinder erwachsen werden, treffen sie mehr und mehr eigene Entscheidungen. Nicht immer sind es die, die ihre Eltern sich für sie gewünscht hätten. Doch die Eltern manchmal zu enttäuschen, ist zwar unangenehm – aber auch wichtig, sagt Michael Bordt [...], Professor [...] des Instituts für Philosophie [...] der Hochschule für Philosophie in München. [...]

bento: Was bedeutet das eigentlich, enttäuscht zu sein?

Michael Bordt: [...] Man merkt, dass man einen Menschen falsch eingeschätzt hat [...]. Das ist erst einmal unangenehm. Aber man bekommt eine realistischere und geerdete Sicht auf andere Menschen, die Welt und sich selbst. Und das kann zu einer klareren Ausprägung der Identität führen. [Eine Enttäuschung] hat positive Aspekte. Trotzdem kann sie negativ bleiben. Sie zwingt mich zur Auseinandersetzung mit der Welt, wie sie wirklich ist und nicht, wie ich sie gerne hätte, und führt mich an den harten Kern der Realität [...] die mich umgibt.

bento: Wenn wir an die Beziehung zu unseren Eltern denken, ist diese doch irgendwie etwas Besonderes. Warum?

Bordt: Meine Eltern haben einen Erkenntnisvorteil mir gegenüber, weil sie mich erlebt haben, als ich ein Kind war. [...] Das führt dazu, dass die Eltern auch mein späteres Verhalten bis ins hohe Alter auf dem Hintergrund der Erfahrung interpretieren, die sie mit mir gemacht haben, als ich ein Kind oder ein Jugendlicher war. Dazu kommt, dass wir als Kinder die Eltern vergöttern. [...] Da ist es verständlich, dass Kinder, auch wenn sie längst keine kleinen Kinder mehr sind, unter Umständen von den Eltern erwarten, immer noch vollständig verstanden und angenommen zu werden.

bento: Und das sind zu hohe Ansprüche?

Bordt: Erwachsenwerden heißt auch, sich einen kritischen Umgang mit den eigenen Ansprüchen den Eltern gegenüber anzueignen und zu verstehen, dass sie uns nicht immer die Anerkennung geben können, die wir uns von ihnen wünschen oder die wir sogar erwarten. [...]

bento: Germanistik- statt Jurastudium, immer noch keine Enkelkinder und sowieso rufen wir viel zu selten an: Warum und wovon sind unsere Eltern denn am häufigsten enttäuscht?

Bordt: Wenn Eltern ihre Kinder erziehen, sind sie in einer absoluten Machtposition. Denn ein Kind zu erziehen heißt auch, es in die eigene Wertewelt einzuführen. Solange die Kinder klein sind,

übernehmen sie das einfach. Irgendwann erfolgt aber eine natürliche Abgrenzung, in der sie eigene Erfahrungen machen. Das ist eine erhebliche Ohnmachtserfahrung für Eltern. Dazu kommt, dass im Normalfall die Eltern das Beste für ihr Kind wollen. Und sie glauben, aus ihrer Erfahrung zu wissen, was das ist.

bento: An Weihnachten fahren viele junge Menschen als Erwachsene zu ihren Eltern – und plötzlich gibt es ganz schön viele Reibereien. Warum kommen Konflikte in solchen Situationen eher an die Oberfläche?

Bordt: Wir fahren nicht nur zu unseren Eltern, sondern auch in unsere festgefahrenen Rollen zurück. Eltern sind oder wollen an Weihnachten wieder Eltern sein und man selbst ist wieder Kind.

bento: Wie kommen wir da heraus?

Bordt: Kinder sollten sich fragen, wie die Beziehung zu den Eltern ist [...]. Nehmen sie zur Kenntnis, dass ich mich geändert habe [...]? Gilt die Anerkennung und Liebe wirklich mir als Mensch oder der Vorstellung, die sie von mir haben? Dann sollten sich die Kinder entscheiden, ob es ihnen möglich ist, zu fragen: „Könnt ihr mich so akzeptieren, wie ich eigentlich bin und euch vorstellen, eine ehrlichere Art der Beziehung zu mir zu haben?“

bento: Wie spricht man einen Konflikt mit den Eltern am besten an?

Bordt: Man sollte sich schon vorher Gedanken machen, wie man als Familie zusammenkommt und über einen Konflikt spricht. Anstatt zu den Eltern zu fahren, kann man sie zu sich einladen. Dadurch ändert sich die Dynamik des Treffens. Dann sollte man, wie ich es nenne, mit 'versöhntem Herzen kämpfen'. Das bedeutet, dass man Konflikte nicht eingehen sollte, weil man den Druck nicht mehr aushält und es dann irgendwann eskaliert, sondern dass man zunächst, soweit es möglich ist, mit sich selbst über die Dinge ins Reine kommt und sich dann überlegt, wie man es den Eltern gegenüber anspricht. Die Chance besteht, dass sie das gut aufnehmen. Wenn es eskaliert, dann eskaliert es halt. Dann kann man hoffen, dass man sich auch wieder versöhnt. Manchmal ist es auch ganz gut, so etwas als Familie zu durchleben.

Autorin: Susan Barth

Quelle: <https://www.bento.de/gefuehle/eltern-enttaeuschen-warum-es-okay-ist-und-wie-wir-lernen-damit-umzugehen-a-79bc597a-92ec-486a-a652-48cd3b0ef206>

Warum bringen uns unsere Eltern so leicht auf die Palme?

[...] Claus Koch [...] ist Autor und Leiter des pädagogischen Instituts Berlin.

bento: Warum streiten wir uns so leicht mit unseren Eltern?

Claus: Das hat viel mit dem notwendigen Ablösungsprozess zu tun, der bei allen Kindern mit Beginn der Pubertät einsetzt. Bis dahin sind wir ziemlich abhängig von ihnen. Eltern sind, bis wir etwa zwölf Jahre alt sind, Vorbilder, auch wenn man das zu dem Zeitpunkt gar nicht so registriert. Als Erwachsene bemerken wir dann oft, dass wir Angewohnheiten von ihnen übernommen haben. Und es stört uns, wenn uns jemand [...] sagt, wir seien in den Gewohnheiten der Mutter oder des Vaters ganz ähnlich.

bento: Wir befürchten, uns nicht genug von ihnen abgegrenzt zu haben?

Claus: Ja, denn es gibt uns das Gefühl, nicht "selbstständig" genug geworden zu sein. Dafür schämen wir uns fast ein bisschen. [...] Wir haben dann das Gefühl, nicht "anders" genug geworden zu sein. Dabei ist das ja das eigentliche Ziel des Erwachsenwerdens: Autonomie und Unabhängigkeit.

bento: Ein einziger Blick am Küchentisch – und wir gehen in die Luft. Was passiert da?

Claus: Wenn man sehr empfindlich und sensibel in solchen Situationen reagiert, kann man schon von Triggern sprechen, die in uns heftige Reaktionen auslösen. Sehr deutlich ist das zum Beispiel, wenn man von den Eltern wieder wie ein kleines Kind behandelt wird und Sätze fallen wie: "Iss doch mal anständig". Manchmal reicht auch ein Blick, den wir aus unserer Kindheit oder Pubertät kennen. Das triggert die Erfahrung, unselbstständig und nicht Herr oder Frau seines eigenen Geschehens zu sein. [...] Je höher die Sensitivität für solche Gesten der Eltern ist, desto wahrscheinlicher gibt es ungelöste Konflikte aus der Kindheit, die der eigentliche Grund für die innere Angespanntheit und Aggression demgegenüber sind. Das passiert in den meisten Fällen aus eigener Schwäche heraus. Das heißt, man fühlt sich in solchen Momenten immer noch als Kind, immer noch bevormundet – und das regt einen dann furchtbar auf.

bento: Ist das in jeder Eltern-Kind-Beziehung so?

Claus: Wir bleiben immer die Kinder unserer Eltern. Und Eltern immer Eltern. Eine gewisse Form von empfundener Abhängigkeit wird deshalb immer bestehen. Wir fallen bei Besuchen ganz automatisch immer wieder in diese Rollen zurück. Egal, ob wir 20 oder 40 Jahre alt sind. Das merkt man vielleicht, wenn man seine Eltern besucht, abends spät nach Hause kommt und sich Gedanken darüber macht, ob sie sich vielleicht Sorgen oder einem sogar Vorhaltungen machen. Obwohl man erwachsen ist und nach Hause kommen kann, wann man will. [...]

bento: [...] Wann werden [...] Reibereien zum Problem?

Claus: Eine Beratung oder sogar Therapie ist nur in ganz wenigen Fällen nötig. [Das] sollte man [...] erst erwägen, wenn es nicht mehr um das Gefühl der Grenzüberschreitung geht, sondern man auch ein Gefühl von Ekel wahrnimmt. Das Wichtigste ist [...], dass wir lernen, die eigentlichen Konflikte hinter den eigenen Gefühlen zu erkennen. Das funktioniert durch Selbstreflexion, also wenn wir ins uns hineinhorchen und fragen, was genau uns denn eigentlich stört.

bento: Und dann?

Claus: Dann ist es am besten, zu versuchen, langsam von den Eltern Distanz zu bekommen. Lernen zu akzeptieren, dass sie sind, wie [sie] nun mal sind, und die eigentliche Aufgabe des Erwachsenwerdens doch darin besteht, für sich selbst und andere, zum Beispiel die eigenen Kinder, Verantwortung zu übernehmen. Dann müssen sich die Eltern auch nicht mehr ändern, weil man zu einer eigenen Identität gefunden hat.

Autorin: Susan Barth

Quelle: <https://www.bento.de/gefuehle/eltern-kind-beziehung-warum-regen-uns-die-kleinsten-fehler-unserer-eltern-so-auf-a-a8bb7cd4-b5aa-4e48-82d2-c39a56cab6c7>

Mit Gefühlen erpresst werden: Wie funktioniert das und wie gelingt der Ausstieg?

[...] **Was ist emotionale Erpressung?**

Bei emotionaler Erpressung wird wie bei jeder anderen Erpressung Druck ausgeübt. Der angedrohte Nachteil ist in diesem Fall das schlechte Gewissen, das sich lautstark zu Worte melden soll. Manipulation auf der Gefühlsebene funktioniert deshalb bei den Menschen am besten, die sowieso mit Schuldgefühlen belastet sind. Diese Veranlagung resultiert in der Regel aus der Kindheit. Ein geringes Selbstwertgefühl leistet emotionaler Erpressung Vorschub. Kinder, die kein Lob erhielten und stattdessen dauernd gegängelt und beschimpft wurden, sind später leichte Opfer. Bei ihnen lässt sich sehr einfach ein schlechtes Gewissen erzeugen, denn sie waren es nicht anders gewohnt. Auf der Suche nach Liebe wurde viel geleistet, ohne jemals eine Würdigung zu erhalten. Es trifft deshalb insbesondere verantwortungsbewusste Personen, die immer zuerst an andere denken und sich selbst zurücknehmen.

Wo tritt emotionale Erpressung mehrheitlich auf?

Emotionale Nötigung lauert überall. Am häufigsten bedient sich jedoch die eigene Familie der Erfolg versprechenden Verfahrensweise. Die am meisten anzutreffenden Konstellationen sind höchstwahrscheinlich Mutter und Tochter bzw. Mutter und Sohn sowie Emotionale Erpressung in der Partnerschaft. Bei Paarbeziehungen hält sich der Anteil der Geschlechter in etwa die Waage.

Nachfolgende Strategien sind typisch für Verhaltensweisen, die gefühlsmäßigen Druck ausüben, indem sie Schuldgefühle erzeugen:

Mit Bedingungen verknüpfte Liebe: Ob in der Partnerschaft oder in der Beziehung zwischen Eltern und Kindern, wird für Liebe eine Gegenleistung eingefordert, sollten sämtliche Alarmglocken laut läuten. Wahre Liebe ist niemals mit Bedingungen verknüpft.

„Wenn Du mich wirklich lieben würdest, dann...“: Ähnlich wie bei der Forderung nach einer Belohnung für Liebe, wird bei der Unterstellung, dass es an Liebe mangelt, das schlechte Gewissen ins Spiel gebracht. Das Gegenüber soll seine Liebe ständig beweisen [...].

„Deine Aufgabe ist es, mich glücklich zu machen!“: Kein Mensch kann jemand anderen glücklich machen, denn jeder ist für sein Glück selbst verantwortlich. Menschen, die emotionale Erpressung betreiben [...] fordern ihr persönliches Glück von anderen Personen ein.

Ständiges Appellieren an überzogene Moralvorstellungen: Wem Sprüche wie „Es ist Deine Pflicht als Tochter, Ehemann, etc.“ bekannt vorkommen, befindet sich garantiert in einer Umgebung, in der emotionale Erpressung zum Alltag gehört

Mit Hilfe der Opferrolle Schuldgefühle erzeugen: „Schau, wie schlecht es mir geht!“ [...] – oder ähnliche Sprüche heißen im Klartext nichts anderes als: „Kümmere Dich gefälligst mehr um mich, damit es mir besser geht!“ [...]

Ständiges Erinnern an Gefälligkeiten: Mit den Worten: „Was habe ich schon alles für Dich getan!“ weist der/die Emotionale Erpresser/-in auf bereits erwiesene Unterstützung hin, egal ob es sich um Geld, Hilfeleistungen oder sonstige Geschenke handelte. Selbst die ganz normalen Mutter- oder Vaterpflichten werden herangezogen. [...]

Menschen zitieren, die sich besser verhalten: Der Vergleich mit anderen fällt für den Betroffenen immer negativ aus, damit ein schlechtes Gewissen entsteht. [...] „Die Nachbarin von gegenüber wird täglich von ihrer Tochter besucht. Du kommst nur einmal die Woche.“ [...]

Durch Schweigen Schuldgefühle erzeugen: Wird Schweigen als Strafe [...] praktiziert, handelt es sich zweifelsohne um eine Strategie, die ein schlechtes Gewissen auslösen soll. [...] Manchmal liegt nur eine Vermutung vor oder es fehlt jegliche Kenntnis über „das Verbrechen“. Eine klärende Aussprache, die Licht ins Dunkle bringen könnte, wird es aber niemals geben.

[...] **Mit Selbstmord drohen:** Suizid androhen, wenn Wünsche nicht erfüllt werden, gilt bei emotionalen Erpressern als das stärkste Druckmittel von allen. Sollte diese Drohung tatsächlich ausgeführt werden, wer möchte mit diesem Schuldgefühl weiterleben? Betroffene sollten sich aber vor Augen führen, dass der angedrohte Selbstmord mit fast an Sicherheit grenzender Wahrscheinlichkeit nicht ausgeführt wird.

Lügen und Verdrehen der Wahrheit: Mit der Ehrlichkeit nimmt es der/die emotionaler Erpresser/-in in der Regel nicht allzu genau. Vor allem wenn es das eigene Verhalten betrifft, kommt es häufig zu der Aussage: „Das habe ich nie gesagt bzw. nie getan!“

Mangel an offener und ehrlicher Kommunikation: [...] Geheimniskrämerei führt [...] zu Verunsicherung, eine Komponente, die sich für manipulative Zwecke sehr gut nutzen lässt. Klare Absprachen sind ebenso wenig möglich, denn sie werden einfach ignoriert.

„Es gut meinen“: „Ich habe es doch nur gut gemeint“, heißt eigentlich „Ich traue Dir nichts zu und habe deshalb schon alles für Dich geregelt, nach meinen Vorstellungen natürlich. [...]

Emotionale Erpressung = seelischer Missbrauch

Eine einzelne Person wendet sicherlich nicht alle vorstehend genannten Strategien an. Doch selbst wenn nur zwei bis drei Verhaltensweisen regelmäßig zum Einsatz kommen, handelt es sich um emotionale Erpressung, die einem seelischen Missbrauch entspricht, der psychische Narben hinterlässt. Betroffene leiden nicht selten unter Depressionen, begleitet von Schlafstörungen und einer Reihe körperlicher Erkrankungen.

Erfolgreicher Widerstand gegen emotionale Erpressung

Um emotionalen Erpressungsversuchen zu entgehen, muss an allererster Stelle das schlechte Gewissen weichen. [...] Für gefühlsmäßige Manipulation sind Schuldgefühle unverzichtbar, denn sie machen gefügig und führen im Extremfall bis zur vollkommenen Selbstaufgabe. [...] Ein „NEIN“ darf nicht zurückgezogen werden, auch nicht nach Bitten, Betteln, Geschrei und erneuten Drohungen. Einknicken gibt dem Erpresser seine bisherige Machtstellung sofort wieder zurück.

Sich rechtfertigen kommt einem Schuldgeständnis gleich. In der Kürze liegt die Kraft, deshalb zu einem „NEIN“ nur wenige Worte hinzufügen, wie etwa, „Nein, das sehe ich anders.“ – „Nein, da habe ich schon was vor.“ – „Nein, ich lasse mich von Dir nicht mehr unter Druck setzen.“ [...] Eskaliert die Situation, hilft nur Distanz. [...] Wenn es nicht anders geht, empfiehlt sich ein räumlicher Abstand für längere Zeit (oder für immer?) [...]

Folgende Überlegungen tragen zur Minimierung des schlechten Gewissens bei:

Auf emotionale Erpressung muss niemand reagieren, auch Familienmitglieder nicht.

Erpressungen, auch die seelischen, widersprechen dem Grundgesetz, denn laut Art. 2 hat jeder das Recht auf die freie Entfaltung seiner Persönlichkeit.

Widerstand gegen emotionale Erpressung ist kein egoistisches Handeln, auch wenn es der Erpresser bzw. die Erpresserin so einstuft. Schließlich darf jeder sein Leben so gestalten, wie es ihm behagt, solange niemand geschädigt wird.

Nur wer sich selbst in einem ausgeglichenen Zustand befindet, kann andere Menschen unterstützen. Erzwungener Beistand stellt letztendlich für beide Parteien keine zufriedenstellende Lösung dar. [...]

Quelle: <http://www.emotionaleerpressung.de/>