

# Rat finden in Krisensituationen

Psychologische Beratung 60+ bietet Hilfe bei Trauer und Sorgen

**M**it dem Tod seiner Frau brach für Udo Reger\* auch der Lebensinhalt weg. Nach 50 Jahren Zweisamkeit plötzlich alleine, fragte er sich, wie es mit ihm jetzt weitergehen soll. Zumal er keine Kinder und nur wenige Freunde hatte, die er mit seinem Kummer nicht belästigen wollte. In dieser verzweifelten Lage war ihm die „Psychologische Beratung 60+“ ein Rettungsan-

Krauß-Matlachowski bis Ende vergangenen Jahres führte, bestätigten ihm den Bedarf für die „Psychologische Beratung 60+“. Auch am Informationsstand während der Aktionswochen Älterwerden verzeichnete er ein enormes Interesse für das noch relativ unbekanntes Angebot.

Am häufigsten klopften bisher Menschen wegen Einsamkeit, Altersarmut und der Angst vor dem Verlust



Rüdiger Krauß-Matlachowski unterstützt Menschen in schwierigen Lebenslagen.

ker. In den Gesprächen konnte er nicht nur seine Trauer und Sorgen teilen. Durch Hinweise auf die zahlreichen Freizeit- und Hilfeangebote für Senioren schöpfte der Anfang 70-Jährige auch wieder Lebensmut.

Da in Frankfurt bislang der gezielte Beistand für ältere Menschen in Krisensituationen fehlte, brachte das Haus der Volksarbeit (HdV) der katholischen Stadtkirche im Herbst 2016 ein entsprechendes Innovationsprojekt für Betroffene sowie Angehörige auf den Weg. Die mehr als 300 Gespräche, die Rüdiger

der Selbstständigkeit an die Tür des Sozialarbeiters, der zuvor im HdV elf Jahre als Ehe- und Sexualberater tätig war und gegenwärtig eine Zusatzausbildung in Alterspsychotherapie absolviert. Er stand aber auch schon einer Tochter zur Seite, die durch die Pflege der Mutter an ihre Belastungsgrenze kam, oder einem Ehepaar, das seit dem Ruhestandseintritt des Mannes ständig in Streit geriet. Wenn gleich mitunter bereits ein Gespräch ausreichend ist, dauert es Rüdiger Krauß-Matlachowskis Erfahrung nach durchschnittlich sechs bis sieben Sitzungen, bis sich Wege aus einer schwierigen Lebenslage herauskristallisieren. Vor allem, weil die eigentlichen Themen oft erst nach einer Weile zutage treten. „Wenn etwa jemand unter vielen Ängsten und auch unter Schlaflosigkeit leidet, geht es in

der Beratung nicht selten auch um die Frage der eigenen Endlichkeit.“

Ein großes Plus des vorläufig bis August 2019 anberaumten Innovationsprojekts sieht der Konfliktbegleiter in der breiten Vernetzung. Inhaltlich und organisatorisch an die Krisen- und Lebensberatung sowie die Telefonseelsorge des HdV angebunden, pflegt er Kontakt mit vergleichbaren Stellen im Bistum Limburg, bei der Stadtkirche, der Stadt und freien Trägern. Außerdem leistet das Marburger Institut für Alterspsychologie und angewandte Gerontologie fachliche Begleitung. In der letzten Phase sollen die gewonnenen Erkenntnisse in Kooperation mit der Frankfurter Universität dann umfassend ausgewertet werden. Die Weiterführung der „Psychologischen Beratung 60+“ hängt freilich an der Finanzierung. Rüdiger Krauß-Matlachowski hofft, dass genügend Mittel zusammen kommen – nicht zuletzt, weil es derlei Angebote hierzulande kaum gibt. Um die Beratungslücke mehr ins Blickfeld zu rücken, ist er gerade dabei, über die Berufsverbände einen Aufruf zur Gründung eines bundesweiten Arbeitskreises zum Thema zu lancieren. *Doris Stickler*

\* Name von der Redaktion geändert

Anzeige



Kistner + Scheidler  
Bestattungen

## Zeit zum Abschiednehmen

In unserem Bestattungshaus können Sie sich nach Ihren Vorstellungen von Ihren Verstorbenen verabschieden. Wir lassen Ihnen Zeit und begleiten Sie. Ihre Trauerfeier kann in unserem Haus stattfinden. Wir ermöglichen Hausaufbahrungen und erledigen alle Formalitäten.

Sabine Kistner und Nikolette Scheidler  
Hardenbergstraße 11, 60327 Frankfurt  
Bestattungen@kistner-scheidler.de  
www.kistner-scheidler.de

**Telefon: 069-153 40 200**  
**Tag und Nacht**

Wer Unterstützung und Orientierung in problematischen Lebenssituationen sucht, kann sich unter der Telefonnummer 069/15 01-114 oder der E-Mail-Adresse r.krauss-matlachowski@hdv-ffm.de direkt an Rüdiger Krauß-Matlachowski wenden.