

CORNELIA KAZIS  
BETTINA UGOLINI

»ICH KANN  
DOCH NICHT  
IMMER FÜR  
DICH DA SEIN!«

Wege zu einem besseren  
Miteinander von erwachsenen  
Kindern und betagten Eltern

**Pendo** München und Zürich

## thaltsverzeichnis von A-Z

arwort	13
kbrauchsanweisung	16

### Alte Rollen und neue Wege

<b>Scheinbarer Rollentausch:</b> » <i>Sie werden immer mehr ZU Kindern!</i> «	25
---	----

<b>Veränderung:</b> » <i>Er ist nicht mehr der Alle, aber immer noch mein Vater.</i> «	30
--	----

<b>Liebespflicht:</b> » <i>Früher war ich immer für sie da. Mim wären sie dran!</i> «	34
---	----

<b>Ungerechtigkeit:</b> » <i>Mein Bruder tut nichts und wird für alles gelobt!</i> «	36
--	----

Guter Rat und gar nicht teuer	41
-------------------------------	----

### ^Autonomie und Pflichtgefühl

<b>Verweigerung:</b> » <i>Ich weiß doch selbst, was für mich gut ist!</i> «	47
---	----

<b>ti Bevormundung oder Fürsorge:</b> » <i>Mehls lassen sie mich i • allein entscheiden!</i> «	51
--	----

<b>Autofahren im Alter:</b> » <i>Ichßirchte, er fährt jemanden über  . den Haufen!</i> «	55
--	----

<b>., Einmischung in die Erziehung der Enkel:</b> » <i>Ihre Kinder sind schließlich meine Enkel!</i> «	58
--	----

Guter Rat und gar nicht teuer	61
-------------------------------	----

### 3. Chaos und Ordnung

<b>Rituale:</b> »Unsere gemeinsame Zeit ist uns heilig!«	6	7
<b>Sammelwut:</b> »Sie bewahrt alles für schlechte feilen auf!«		69
<b>Verwahrlosung:</b> »Sie hat schmutzige Kleider, isst verdorbene Lebensmittel und zahlt die Rechnungen nicht mehr!«		13
<b>Selbstbehauptung:</b> »Es sind noch immer meine eigenen, vier Wände!«		77
Guter Rat und gar nicht teuer		80

### 4. Denkverbote und Gefühlstabus

<b>Scham:</b> »Ich mag nicht, wenn mein Sohn mich so sieht.«		84
<b>Ekel:</b> »Auch wenn es meine Mutter ist, es fällt mir schwer!«		87
<b>Sündenlust:</b> »Endlich gönnt sie sich mal was!«		90
<b>Heimlicher Todeswunsch:</b> »Manchmal wünschte ich mir, sie sei schon tot!«		93
Guter Rat und gar nicht teuer		97

### 5. Entlastung und Überforderung

<b>Hilfe durch Dritte:</b> »Mir kommt kein Fremder ins Haus!«		103
<b>Liebespflicht:</b> »Meine Mutter übernimmt sich mit der Pflege des Vaters!«	10	7
<b>Überforderung versus Pflichtgefühl:</b> »Ich kann nicht mehr!«		111
<b>Tabus und Rücksichtnahme:</b> »Ich will sie nicht mit mir belasten!«		115
Guter Rat und gar nicht teuer		117

## 5? Frühe Zeichen und erste Gespräche

j-, <b>Demenz:</b> »Er erzählt immer dasselbe!«	128
<b>Sucht:</b> »Er versteckt die Flaschen im Kleiderschrank.«	131
<b>Depression:</b> »Am liebsten bleibt sie einfach im Bett!«	134
<b>Isolation:</b> »Jetzt habe ich fünf Kinder großgezogen, und am Schluss ist man allein!«	137
f' Guter Rat und gar nicht teuer	140

## Geben und Nehmen

<b>Selbstwert und Abhängigkeit:</b> »Ich will keinem zur ↳ Lastfallen.«	147
<b>Geschwisterrivalität:</b> »Ich mache den Dreck und sie ↳ bringt die Rosen!«	150
<b>Geschlechterdifferenz:</b> »Mein Bruder zahlt mir die Pflege ↳ der alten Eltern.«	156
<b>Stress und Überforderung:</b> »Und wo bleibe ich?«	158
<b>Guter Rat und gar nicht teuer</b>	<b>161</b>

## §8. Hinfälligkeit und Aufmüpfigkeit

<b>Abkehr von der Welt:</b> »Es gibt doch so viele Angebote heutzutage!«	164
<b>Stress im Ruhestand:</b> »Ich habe schon genug gelernt!«	168
; <b>Krankheit und Dauermedikation:</b> »Nur noch Krankheit, Arztbesuche und Medikamente...«	172
<b>Intimität:</b> »Das geht dich nichts an!«	176
<b>Guter Rat und gar nicht teuer</b>	<b>179</b>

9. Letzte Wünsche und neue Nähe	
<b>Vergebung und Versöhnung:</b> » <i>Es tat weh, nun ist es gut!</i> «	<b>183</b>
<b>Familiengeheimnisse:</b> » <i>Jetzt endlich ist es klar!</i> «	186
Todeswunsch und Patientenverfügung: » <i>Ich will mitbestimmen bis zuletzt!</i> «	189
<b>Abschied:</b> » <i>Er tut so, als würde er ewig leben!</i> «	193
<b>Guter Rat und gar nicht teuer</b>	<b>196</b>
10. Macht und Ohnmacht	
<b>Macht- und Potenzverlust:</b> » <i>Ich brauche doch keine Hilfe, es geht ganz gut allein!</i> «	201
<b>Verleugnung:</b> » <i>Sie gibt es einfach nicht zu!</i> «	204
<b>Unerfüllte Erwartungen:</b> » <i>Ein Danke wäre ein Danke!</i> «	206
<b>Geben und Nehmen:</b> » <i>Er hilft mir, zu helfen!</i> «	209
<b>Guter Rat und gar nicht teuer</b>	210
11. Nachlassen und Neuanfang	
<b>Eintritt ins Heim:</b> » <i>Ich hatte so gehofft, das bliebe mir erspart.</i> «	217
<b>Kreativität:</b> » <i>Dann bestelle ich einfach den Pizzaservice.</i> «	220
<b>Verlust des Ehepartners:</b> » <i>Seit Mutter tot ist, lebt Vater noch mal auf!</i> «	222
<b>Pensionierung:</b> » <i>Seil mein Vater nicht mehr arbeitet, kriselt es bei meinen Eltern!</i> «	224
<b>Guter Rat und gar nicht teuer</b>	226

## . Schuld und Schuldigkeit

<b>Anspruch:</b> » Wir haben uns früher auch /jit genommen!«	232
<b>Versöhnung:</b> »Ich kann das nicht verzeihen!«	235
<b>Kulturunterschied:</b> »Das gehört doch einfach zum Leben.«	238
<b>Schwiegertochterkonflikt:</b> »Wie soll ich mit meinem Schwiegervater zurechtkommen?«	241
<b>Guter Rat und gar nicht teuer</b>	243

## ..Verbundenheit und Grenzen

> <b>Vermächtnis:</b> »Versprichst du mir das wirklich?«	248
' <b>Verlust des eigenen Kindes:</b> »Das ist doch eine verkehrte Natur!«	251
<b>Späte Klärung:</b> »Jetzt sehe ich es plötzlich mit deinen Augen.«	253
<b>Befriedung:</b> »Jetzt teilen wir das Wesentliche.«	255
<b>Guter Rat und gar nicht teuer</b>	257

## kZeit und Geld

<b>Ruhestand:</b> »Die Tage sind so leer!«	261
\$. <b>Geiz:</b> »Sie dreht jeden Euro zehnmal um.«	264
<b>Alte Werte, neue Standards:</b> »Sie kann auf nichts verzichten!«	267
j\ <b>Erben:</b> »Am Ende gehen wir leer aus!«	270
<b>Guter Rat und gar nicht teuer</b>	272