



Kommt Ihnen dies bekannt vor? Ein Blick am Morgen in die Agenda zeigt, dass zwischen den verschiedenen Terminen kaum Zeit bleibt. Am Abend muss noch der Einkauf getätigt, mit den Kindern Hausaufgaben gemacht und die Haushaltsarbeiten erledigt werden. Wie schön wäre es, wenn sich Momente der Musse ergeben – freie Zeit und innere Ruhe, um das zu tun, was den eigenen Interessen entspricht (Duden; Internet 2016), z.B. auf einer Bank in der Sonne sitzen, ein Buch lesen, am See spazieren oder sich mit Freunden treffen.

Der Duden setzt Beschaulichkeit, Dolcefar niente, freie Zeit, Nichtstun, Ruhepause und Stille der Musse gleich – alles Zustände, die wir uns gerade im Strudel des Alltages erwünschen. Doch welchen Wert hat die Musse in einer Gesellschaft, die auf Aktivität und Leistung ausgerichtet ist? Bekommen wir Anerkennung, wenn wir von den Momenten der Musse erzählen? Oder eher wenn wir erzählen, was wir heute alles geleistet haben und wie streng der Tag war? Wie denken wir über Menschen, die das Dolcefar niente pflegen?

Die ältere Generation kennt die Redensart „Dem Herrgott den Tag stehlen“, wenn man nicht produktiv ist. Oft war es früher nötig, lange und hart zu arbeiten, damit etwas Geld ins Portemonnaie kam. Heute stehlen wir zwar nicht mehr dem Herrgott den Tag, wir meinen, dass wir sie uns selber stehlen und sind von morgens bis abends und bis weit in die Nacht hinein aktiv. Wer aktiv ist, leistet etwas und ist nützlich. Diese Haltung prägt uns bis ins hohe Alter.

Ich beobachte immer wieder alte Menschen, die frustriert sind, weil sie die Tätigkeiten vermissen, die sie das ganze Leben gemacht haben, aber durch die altersbedingten Einschränkungen nicht mehr möglich sind. „Ich konnte nicht einfach die Hände in die Schoss legen“, höre ich oft, wenn ich sie auf Momente der Musse in ihrem Leben ansprach.

Auf der anderen Seite sehe ich, wie Angehörige und Mitarbeitende von Altersinstitutionen Mühe bekunden, wenn die Mutter oder der Vater, die Bewohnerin oder der Bewohner an keinen Aktivitäten teilnehmen möchte. „Man kann doch nicht einfach nichts machen!“ Ein Beschäftigungsplan wird erstellt, mit dem Erfolg, dass der Betroffene überall absagt – und beim sogenannten Nichtstun ganz zufrieden ist.

Es ist eine Krux mit der Musse – oft erwünscht und doch suspekt, wenn zu viel davon vorhanden ist.

Freundliche Grüssen
Vera Uetz

Beratung

- [Kultursensibilität in der Altersinstitution](#)

Weiterbildung

- [Transkulturelle Kompetenz](#)
- [Alltagsgestaltung, aktivierende Begleitung und Betreuung](#)
- [Hörbehinderung - Auswirkungen auf das Leben in der Altersinstitution](#)
- Weitere gerontologische Themen auf Anfrage