

Gute Gründe für eine Telefonkonferenz

In einer Zeit, in der menschliches Beisammensein lebensgefährlich werden kann, bietet unser virtueller Konferenzraum Schutz und Nähe.

Viele meiner Gesprächsgruppenteilnehmer haben sich ohne zu zögern auf diese neue Erfahrung der Telefonkonferenz eingelassen, sogar der älteste Teilnehmer mit seinen 94 Jahren.

Zwar vermissen wir den herzlichen Händedruck oder die Umarmung bei der Begrüßung, aber die vertrauten Stimmen der anderen haben auch eine tröstliche Wirkung.

Sehr schnell haben sich alle Teilnehmer darauf eingestellt, nicht durcheinander zu reden und Nebengeräusche zu vermeiden, so dass bei niemandem das Mikrofon ausgestellt werden muss.

Es zeigt sich, dass man wesentlich schneller ins Gespräch kommt, weil die anfänglichen Begrüßungsrituale mit Keksen, Kuchen und Getränken entfallen – wir setzen uns selbstversorgt an das Telefon. Eine Teilnehmerin genießt es immer besonders, weil sie während der Gespräche nicht auf das Rauchen verzichten muss.

Überhaupt kann man es sich richtig gemütlich machen, mit Wohlfühlkleidung z.B. während der großen Sommerhitze. Eine frisch operierte Frau lagert das entsprechende Bein immer bequem und sicher hoch. Es ist auch sehr angenehm auf die An- und Abfahrt verzichten zu können. Gerade die älteren Damen sind zurzeit sehr dankbar, dass sie den Weg nicht bei Dunkelheit bewältigen müssen. Auch mein schmerzender Fuß freut sich über die Entlastung.

Eine Teilnehmerin, die immer perfekt frisiert zum Treffen erschien, sagte kürzlich vergnügt, wie wenig aufwendig die Vorbereitungen zu unseren Gesprächen jetzt seien.

Problematisch kann es werden, wenn die Erkrankten mit in der Wohnung sind und Aufmerksamkeit beanspruchen oder über das Telefonieren verärgert sind. Aber ein kurzes Ausblenden aus der Telko reicht meist aus und der „Heimvorteil“ überwiegt, indem es beispielsweise einen Tierfilm im Nebenzimmer gibt, der den Erkrankten ablenkt.

Eine Teilnehmerin klinkte sich mal eben für eine gute halbe Stunde aus, machte dem Ehemann Essen und wählte sich dann wieder ein.

Es zeigt sich überhaupt, dass auch kurze Möglichkeiten genutzt werden, um der Gruppe wenigstens hallo zu sagen, während man sonst ganz auf den Kontakt hätte verzichten müssen.

Eine ehemalige Lehrerin leitet noch eine Jugendgruppe, die sich mit unserer Zeit etwas überschneidet und sie kann wenigstens die halbe Zeit nutzen. Dadurch wird der Gruppenzusammenhalt gut gestärkt.

Inzwischen traut sich auch eine Teilnehmerin mit richtiger Redeangst in unsere Telko und kann sich erstaunlich gut einbringen.

Mir fällt bei unseren akustischen Zusammenkünften eine stärkere Konzentration auf die Gesprächsinhalte auf – ganz offensichtlich ziehen die visuellen Reize sonst einen großen Teil der Aufmerksamkeit ab.

Wir alle freuen uns sehr darauf, uns endlich wieder zu umarmen, aber wir sind sehr froh, die jetzige Form des gemeinsamen Austauschs zu haben.

Und die Möglichkeiten sind noch lange nicht ausgeschöpft:

Kurz vor Weihnachten erhielt ich per Mail die Anfrage eines Sohnes, der für seinen achtzigjährigen Vater an einer Gesprächsgruppe teilnehmen möchte. Er wird mich nach Neujahr anrufen, damit wir uns für die Telefonkonferenz verabreden – er wohnt in Silicon Valley/ Kalifornien....

Christina Traube, Alzheimer Angehörigen-Initiative e.V., Berlin

Weitere Informationen:

Siehe dazu auch "Gesprächsgruppen in der Pandemie per Telefon" in Alzheimer Info 3/2020

Die praktische Umsetzung ist ausführlich beschrieben unter <https://bit.ly/3fRyWOZ>. Fragen dazu bitte an Info@Alzheimer.Berlin richten.