

Bericht 3

Ein komisches Gefühl überkommt mich auch jetzt wieder beim Schreiben meines Berichtes, dieses Mal des letzten! Es erinnert mich daran, wie bald ich mich in eine andere Realität begeben werde, dass ich dann nicht mehr als Freiwillige in Costa Rica bin, sondern als baldige Studentin einfach nur zwischen meinem gut behüteten Heim im Schwarzwald-Dorf Bühlertal und Freiburg pendeln muss.

Es bleiben nur noch fünf Wochen. Ich wiederhole: FÜNF WOCHEN! Etwas weniger als die früheren Schulferien im Sommer. Als Schülerin kamen mir diese vor wie eine Ewigkeit: Sonne, Ruhe und Freude. Hier erscheinen sie mir wie Sekunden, die ich vollständig nutzen muss.

Gleichzeitig habe ich das Gefühl, noch mitten im Jahr zu sein: Ich gehe zur Arbeit, mache meine Aufgaben, witzele mit den Senior*innen herum und erkläre meinen Kolleg*innen, dass Deutschland manchmal tatsächlich heißer als Costa Rica wird im Sommer. Ich komme nach Hause, gehe schwimmen und schaue Serien mit meiner Mitbewohnerin. Für mich wirkt das noch nicht wie: „Ich befinde mich in meinen letzten Wochen als Freiwillige. Das Jahr, welches zu Beginn so lang erschien, ist bald zu Ende.“ Das liegt vermutlich daran, dass Costa Rica zu einem mir sehr vertrauten Land geworden ist, in dem ich einen normalen Alltag mit normalen Gewohnheiten entwickelt habe. Beispielsweise es immer zu schaffen, perfekt eine Minute zu spät bei der Arbeit anzukommen; das vom Einkauf übriggebliebene Kleingeld in Eis oder Obst zu investieren; die Tupperware des Hogars mal wieder zu Hause zu vergessen (die Köchin des Hogars versorgt Charlotte und mich regelmäßig mit übriggebliebenem Essen, bis eben keine Tupperware mehr zur Verfügung steht).

Viele geliebte Senior*innen, zu wenige Zeilen

Ich werde den Alltag hier also definitiv vermissen.

Um dem ganzen Nachdruck zu verleihen, möchte ich von ein paar der Senior*innen erzählen. (Ich liebe alle Senior*innen, und das sind nur wenige Beispiele, da ich leider nicht so viel Platz habe).

Angelina, auch „La Morocha“ (die Dunkelhaarige) genannt, die meinen Kolleg*innen und mir schon öfters einen Kuss auf die Wange gedrückt hat, sodass wir mit Lippenstift auf der Wange rumliefen - bis wir uns trauten, diesen abzuwischen. Nicht zu vergessen Ihre laute, ansteckende Lache, die das ganze Hogar erfüllt, wenn sie mal wieder einen von ihren liebevollen und etwas unverschämten Kommentaren losfeuert.

Don Azo Feifa ist ein Senior, der fleißig schöne Ohrringe, Ketten, Armbänder, verzierte Flaschen, Papierblumen und, und, und bastelt, sie anschließend zu einem manchmal leicht überzogenen Preis verkauft (ich bekomme die Sachen natürlich zu einem „besonderen Preis“), um sich davon Rubbellose oder mehr Material zum Basteln zu besorgen.

Oder Don Carlos, dessen Seele mit so viel Liebe gefüllt ist und der schon vor Monaten Tränen in den Augen hatte, wenn wir über meine Rückkehr nach Deutschland sprachen. Der so herzlich zu mir ist. Wenn wir uns sehen, müssen wir uns immer angrinsen, weil wir ohne zu reden wissen, wie gern wir uns haben.



Don Pedro, der mir seine Kappe geschenkt hat, weil ich mir beim Bemalen der Wände draussen im Außenbereich immer die Kopfhaut verbrenne. Gemeinsam mit "La Morocha"

Oder Doña Eugenia, die extrem leise spricht. Letztens, als ich ihr die Nägel lackierte, wurden wir aufgefordert, im Essraum für eine Geburtstagsfeier mitzusingen. Da meinte eine Seniorin neben mir, Eugenia könne doch gar nicht singen. Die hat daraufhin ganz verwundert gefragt: „Wie, ich kann nicht singen?!“ und uns dann so laut sie konnte „Feliz Cumpleaños“ vorgesungen. Danach bin ich mit ihr im Rollstuhl zum Essraum gehechtet, damit auch dort jeder mitbekommt, dass sie singen kann.

Veränderungen über das Jahr

Ich habe mir meine schon geschriebenen Berichte nochmals durchgelesen und merke den Unterschied von dem, was ich zu erzählen hatte, massiv.

Ich kannte das alles, was ich erlebte, noch nicht und war durchaus überfordert mit so viel Neuem. Neues, das ich noch nicht einschätzen konnte. Dadurch wirkt der erste Bericht noch sehr trocken und sachlich.

Auch meine Kolleg*innen waren durchaus zurückhaltender am Anfang. Die Köchin des Hogars hat erzählt, dass sie einem Kollegen erklären musste, dass ich „Pura Vida“ sei und er ruhig mit mir reden kann, weil er sich bis dato nicht getraut hatte, ein Gespräch mit mir anzufangen. Das lag wohl auch an meiner eigenen Zurückhaltung bei jenen Kollegen, die nicht so offen auf mich zukamen wie die meisten.

Zurückhaltung ist eine Eigenschaft, die ich wohl nie so ganz ablegen werde, und das ist auch gut so. Aber im Laufe des Jahres habe ich ein Stück Zurückhaltung in Selbstvertrauen verwandeln können, klischeehaft also - wie man es sich erhofft von einem Auslandsjahr. Zudem habe ich das Gefühl, besser zu verstehen, wie sehr mein eigenes Selbstvertrauen sich widerspiegelt im Verhalten meiner Mitmenschen, was mich dann wieder bestärkt.

Mein größeres Selbstvertrauen fällt mir durch simple Situationen auf: Small Talk fällt mir leichter und ich habe nach drei Fragen noch einiges zu fragen statt nichts mehr (wie zu Beginn). Ich mache Witze, ohne mir davor lange einen Kopf zu machen, ob meine Mitmenschen diese witzig finden werden. Ich weiß, dass und wie ich helfen kann.



Ich stelle mir die Frage, ob dieses Selbstvertrauen nun ein fester Bestandteil meines Charakters geworden ist oder ob ich es nur habe, weil ich mich bei meiner Arbeit und mit der Kultur der Ticos sehr wohlfühle. Das wird sich in Deutschland zeigen.

Meine Arbeit hat sich auch verändert. Ich helfe in allen Bereichen:

- Küche (Gemüse schälen und schneiden, Teig formen und backen, den Essraum aufräumen/putzen und das Geschirr spülen)
- Wäscherei (Tischtücher bügeln, Kleidung beschriften, Kleidung und Bettwäsche zusammenlegen)

- Büro (Papier ausschneiden und laminieren, Dokumente ordnen, Wasserzeichen setzen, Tabellen ausfüllen)
- Pflege (Essen anreichen, Betten richten, Senior*innen in ihr Bett/ihren Sessel heben, Senior*innen beim Laufen begleiten bzw. ihren Rollstuhl schieben)
- Kreativbereich mit Senior*innen (Dekorationen basteln/anbringen, Senior*innen beim Malen/Basteln helfen, Nägel lackieren, den Senior*innen Bücher vorlesen, mit ihnen Pflanzen gießen, Konversationen führen, Feiern planen und mithelfen, Aktivitäten durchzuführen)

Am Anfang hatte ich Probleme, mich einzubringen, und musste noch viel fragen. Jetzt finden die Aufgaben ihren Weg zu mir und mein Tag füllt sich von allein. Und die drei Wände, die ich bemalen sollte, habe ich nach langem Schwitzen in der Sonne so gut wie fertiggestellt. Es fehlt nur noch, ein paar Senior*innen zu bitten, die übriggebliebenen Schmetterlinge zu bemalen.



Gefühle zur Rückkehr

Ich dachte immer, der Anfang meines Auslandsjahrs würde die furchteinflößendste Zeit sein, doch das Ende ist es auch, wenn nicht sogar mehr. Man weiß nicht, was man fühlen soll. Die Vorfreude auf die Familie, die Freunde und das deutsche Essen möchte man noch nicht ganz zulassen und viel lieber die Momente genießen mit den Menschen, die man hier lieb gewonnen hat. Ich persönlich hasse Abschiede, denn ich möchte so viel sagen und finde nie die richtigen Worte.

So wird der letzte Tag für mich besonders schwer. Wie soll ich den 65 Senior*innen und meinen 30 Kolleg*innen gerecht werden? Und wie soll ich das Hogar verlassen, ohne auf der Stelle umzukehren und nochmal alle zu umarmen?

Natürlich habe ich nicht mit allen eine enge Verbindung, aber doch mit einem sehr großen Teil.

Mein Leben hier ist/war ein Leben mit viel Gelassenheit, Freude und Wärme. Ganz nach dem Motto des Ticos "Pura Vida". Hier verbinde ich Arbeit mit Menschen, auf die ich mich freuen kann, neuen Aufgaben, kreativer Auslebung und vor allem vielen witzigen Momenten.

Anfangs habe ich gebangt, dass das Jahr nicht so werden würde, wie ich es mir vorstellte. Jetzt kann ich stolz sagen, dass es sogar noch besser geworden ist. Das macht das Leben hier aber zu einer zweiten Realität, die ich bald loslassen muss, und das fällt sehr schwer.

Mein Team

Ich möchte einen Abschnitt integrieren, der ausschließlich meinen Kolleg*innen gilt, um beschreiben zu können, wie wichtig ihre Arbeit ist und wie dankbar ich bin, ein Jahr lang Teil dieses Teams gewesen zu sein.

In Deutschland habe ich außer zwei Praktika keinen wirklichen Kontakt zu Senior*innen und Pflegearbeit gehabt. Mittlerweile gilt mein voller Respekt meinen Kolleg*innen. Sie leisten Überstunden in Phasen des Arbeitskraftmangels, sie haben im 15-Tage-Takt einen Wechsel zwischen Nacht-/Morgen-/Mittag- und Abendschicht, genießen nur zwei Wochen Urlaub im Jahr und machen das, was viele nicht schaffen oder erst gar nicht machen wollen. Sie baden die Senior*innen, helfen ihnen beim Toilettengang, die Liste ist lang. Bei über 65 Senior*innen, die zudem alle unterschiedlich sind, ist das nicht zu unterschätzen.

Die Köchinnen bereiten das Essen mit viel Liebe und Kreativität zu. Sie wissen, was wem schmeckt oder nicht und welche Krankheiten/Unverträglichkeiten wer hat. Sie werden auch die „Mamas“ des Hogars genannt, weil sie so ein großes Wissen und ein noch größeres Herz haben.

Die Krankenpfleger*innen, Physiotherapeut und Psychologin die jeden Senior/jede Seniorin kennen und sie mit Geduld behandeln. Viele Senior*innen konnten durch diese Aufmerksamkeit körperlich und seelisch heilen.

Zuletzt die Organisatorische Abteilung. Die Sekretär*innen und Marieta, die Chefin. Durch ihren Überblick schützen sie die Rechte und das Wohlbefinden der Senior*innen, schaffen wichtige Plätze für neue Bewohner*innen, verbessern die Wohnsituation dauerhaft, ermöglichen abwechslungsreiche Feiern und sorgen für ein gutes Arbeitsklima.

Dankeschön

An einem Ort helfen zu dürfen, an dem man so viel lacht, und jeden Tag neue besondere Momente zu erleben, ist eine unglaublich wertvolle Erfahrung. Ich werde sie niemals vergessen. Allen, die mir diese Erfahrung möglich gemacht und mich bei meinem Auslandsjahr so großzügig unterstützt haben, gilt an dieser Stelle deshalb ein riesiges: muchísimas gracias. Vielen tausend Dank für eure Hilfe!

