

## Vertrauensschwester bei SMIR

*Viele Menschen verbinden mit dem Begriff des **Älterwerdens viel Unerwünschtes: Die körperliche Leistungsfähigkeit nimmt ab, aus kleinen Wehwechen werden chronische Abnützungsercheinungen, es kommt zu Verlusten im Freundes- und Verwandtenkreis.***

Doch der Trend zum aktiven Senioren bewirkt auch immer häufiger ein Umdenken bei der Generation 70+. Sie sehen auch die positiven Dinge und sind in der Lage, aus dem Älterwerden Kraft zu schöpfen. So kommt statt innerer Unruhe und Hektik eine neue Gelassenheit ans Licht, man hat mehr Zeit, hat Freude an den Enkeln, ohne die Verpflichtung, Erziehungsarbeit leisten zu müssen, oder findet gänzlich neue Hobbys.

Doch die Zeit verstreicht weiter. Alle werden wir einmal aus aktiven Senioren (so uns dies gelungen ist) wirkliche Alte. Und niemand, oft nicht einmal wir selbst, will einsehen, dass diese Zeit ein wichtiger Lebensabschnitt ist, den es gut zu planen und zu bewältigen gilt. Die Zeit des Alt-Seins ist eine große Herausforderung, die den alten Menschen vor neue Aufgaben stellt.

Stellen Sie sich vor, Sie wären so richtig alt, das Gehen in der Wohnung ist schwer, für draußen brauchen Sie Hilfe. Da das Kochen und Einkaufen zu mühsam ist, kommt Essen auf Rädern. Mit dem können Sie sich gut arrangieren, doch dann beschließen die lieben

Kinder, Sie bräuchten auch zur Körperpflege und für den Haushalt eine Hilfe. Und Sie sollten doch glücklich sein, wenn jemand kommt. Weit gefehlt! Bei Ihnen schrillen die Alarmglocken! Sicher nicht, ich kann das doch allein, ich bin noch nicht so alt!

**Genau hier setzt die Arbeit der SMIR-Vertrauensschwester an.**

Wir versuchen beim alten Menschen ebenso wie bei seinen Angehörigen zu vermitteln, dass der Schritt, Hilfe im Alter anzunehmen, ein riesengroßer ist. Dass das eine wirkliche Herausforderung ist, mindestens gleichzusetzen mit einem Neuanfang in unbekanntem Gebiet. Wir versuchen immer, Verständnis dafür aufzubringen, dass Menschen, die ihr Leben lang dafür gearbeitet haben, selbständig zu sein, nicht gern in Abhängigkeiten geraten. Besonders den Frauen, den wahren „Chefs“ der Familie fällt es mitunter schwer, einer wildfremden Person zu vertrauen, haben sie sich doch jahrzehntlang auf sich selbst verlassen und den Rest der Familie mitversorgt.

Doch auch die Männer finden es oft äußerst merkwürdig, sich bei ganz banalen Dingen, wie zum Beispiel dem täglichen Ankleiden, helfen lassen zu müssen, wo sie doch eine ganze Firma geleitet haben.

**Wie kann nun der Spagat zwischen dem Wunsch nach Eigenständigkeit und der konkreten Hilfeleistung geschafft werden?**

In erster Linie machen wir zunächst einmal Angebote. Wir zeigen Möglichkeiten auf, wo

wir eventuell helfen könnten. Im Endeffekt wählt dann der Klient selbst, was und wie viel er annehmen möchte. Dieser Prozess des Hilfeannehmens braucht Zeit, er muss wachsen. Wir geben diese Zeit.

Im Idealfall wird aus der anfänglichen Skepsis ein kreatives Miteinander, bei dem gemeinsam Lösungen gefunden werden, den Alltag gut zu bewältigen. Ich glaube behaupten zu dürfen, dass uns dies schon öfter gelungen ist.

Wenn Vertrauen da ist, wird manches Mal aus einer kleinen Hilfeleistung von ein Mal in der Woche bei steigender Hilfsbedürftigkeit ein täglicher Pflegeeinsatz. Manchmal aber kann der Weg über die Pflege auch zurück in eine neue Selbstständigkeit führen, weil z.B. Essen auf Rädern, ein Besuchsdienst oder eine Haushaltshilfe organisiert werden.

So einzigartig jeder Mensch ist und so unterschiedlich leicht jeder von uns Hilfe annehmen kann, so individuell sollte auch der Prozess der Vertrauensbildung in der Hauskrankenpflege sein.



Sr. Fini mit Klientin



Barbara Hohenecker  
DGKS bei smir

SMIR-Profis mit Herz helfen und pflegen  
Sozial-Medizinische Initiative Rodaun  
1230 Wien, Breitenfurter Straße 455  
Tel. 01/889 27 71 – Fax 01/889 27 78  
kontakt@smir.at