

Assistenz im Alltag statt Pflege und Hausarbeit

Ein neuer Beruf sichert Senioren mehr Lebensqualität



Das Plöner Modell: Die Ausbildung an bisher vier Seminarstandorten umfasst 120 Stunden in Theorie und Praxis.

Fotos: pr

Ein neuer Beruf mit einer klaren Win-Win-Situation: So beschreibt Ute Büchmann die von ihr erfundene Tätigkeitsbezeichnung „Senioren-Assistenz“. Über 500 Frauen und Männer aus dem gesamten Bundesgebiet, Österreich und der Schweiz hat sie bereits ausgebildet, wie sie bei einem Informationsabend in Filderstadt kürzlich berichtete.

„Die Zahl der über 60-Jährigen wird bereits bis zum Jahr 2030 um fast acht Millionen steigen, die besonders auf Hilfe angewiesene Altersgruppe der über 80-Jährigen wird 2050 fast dreimal so groß sein wie noch vor wenigen Jahren“, erklärt die ehemalige Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Preetz die Motivation für das von ihr im Jahre 2006 entwickelte „Plöner Modell“. Es geht um eine vor allem mentale qualifizierte Seniorenbetreuung in privater Atmosphäre über Pflege und Hausarbeit hinaus. Das mit europäischen Geldern geförderte Projekt, das seit November

2011 als Marke beim Deutschen Patent- und Markenamt eingetragen ist, verfolgt zwei Ziele: Lebenserfahrenen Menschen eine berufliche Perspektive im Bereich qualifizierter Seniorenbetreuung zu bieten und älteren Menschen mentale Unterstützung vom Vorlesen über Gedankenaustausch zu aktuellen kulturellen, gesellschaftlichen oder politischen Themen bis zur Begleitung bei Theaterbesuchen, Behörden-gängen, Ausflügen oder Einkaufsbummel – eigentlich bei allen Unternehmungen, die zu einem aktiven Leben im eigenen Zuhause dazugehören. Auf Wunsch betreut die Assistenz Kunden nach Krankenhausaufenthalten, führt den Hund aus und kümmert sich um die Ernährungsgewohnheiten – zum Beispiel darum, dass der alte Mensch genügend trinkt.

Klingt eigentlich ganz einfach, erfordert aber von der „Assistenz“ Einfühlungsvermögen, Erfahrung mit Menschen mit leichten Behinderungen –

wie klappe ich einen Rollator zusammen – sowie auch juristische und psychologische Grundkenntnisse. An vier Seminarstandorten – in Schwentental bei Kiel, in Hamburg, Berlin und Müllheim bei Freiburg – wird eine 120 Stunden umfassende Ausbildung in Theorie und Praxis geboten, entweder in vier Wochenendkursen oder zwei Wochenendkursen und einem sechstägigen Blockkurs. Zu den Dozenten gehören Ärzte, Gesundheitspädagogen, Rechtsanwälte und Existenzgründungsberater.

Auch Männer melden Interesse an

„90 Prozent der Teilnehmer sind Frauen zwischen 35 und 65 Jahren“, berichtet Ute Büchmann, „aber auch immer mehr Männer interessieren sich für die Kurse.“ Die Voraussetzungen sind Organisationstalent, gutes Allgemeinwissen, Kontaktfreude, ein „guter Draht“ zu älteren Men-



Vorlesen oder die Planung von Ausflügen gehört zu den Aufgaben der Assistenz im Alltag.

schon und der Wunsch, soziales Engagement mit einer beruflichen Tätigkeit außerhalb des Pflegebereichs zu verbinden.

Dabei bietet sich Assistenten nicht nur die Möglichkeit, im Privathaushalt einen älteren Menschen zu unterstützen: Arbeitsmöglichkeiten gebe es auch in Seniorenresidenzen zum Beispiel als Hausdame, als Ansprechpartnerin für Senioren und Angehörige, in Einrichtungen des betreuten Wohnens und bei Wohlfahrtsverbänden, zählt Ute Büchmann auf. Auch der gelernte Beruf lässt sich beispielsweise als Minijob oder selbstständige Existenz weiterführen: Büchmann berichtet von einer Journalistin, die sich auf das Schreiben von Biographien verlegt hat, einer Bürokauffrau, die jetzt in der Verwaltung einer Senioreneinrichtung arbeitet, einem Computerfachmann, der Seniorenschulungen anbietet und einer Bauingenieurin, deren Spezialgebiet jetzt barrierefreies Wohnen für Senioren ist.

Die Verdienstmöglichkeiten richten sich nach den örtlichen Gegebenheiten und den Anforderungen: „Auf dem Land liegt der Stundenbetrag zwischen 18 und 22 Euro, in Großstädten oder Wohngebieten gut situiierter Senioren sind Stundensätze zwischen 20 und 30 Euro möglich“, erklärt Büchmann. Der Bedarf an „aktivierender Betreuung“ läge meistens zwischen fünf und zehn Stunden pro Woche. Allerdings: Für die Kosten müssen die Senioren allein aufkommen. „Eine Bezuschussung durch die Pflegekasse oder eine Steuerentlastung sollte geprüft werden“, wünscht sich Büchmann, da es sich ja auch um klassische Präventionsarbeit handele, die die Pflegekosten senke. Die Seminarkosten liegen bei 1600 Euro, wobei die Nachbetreuung und Hilfestellung bei der Vermittlung von Einsatz inbegriffen sind. (is)

◆ www.Senioren-Assistenten.de
◆ www.die-Senioren-Assistenten.de

Nachles-Bar

Countdown zum Ja-Wort

Von Irene Schröder

Was ist der Unterschied zwischen einem Pitbull und einer jüdischen Mama? Der Pitbull lässt manchmal los! Witze wie diese waren in Deutschland lange Zeit verpönt und fielen aufgrund der Vergangenheit in die Kategorie der „politischen Unkorrektheit“, während beispielsweise in den USA der jüdische Witz ebenso blüht wie die leichte Literatur über das komplizierte jüdische Familienleben.

Deutsche Leser – oder wahrscheinlich eher Leserinnen – nimmt die junge jüdische Autorin Hanna Donath mit in eine vielen fast unbekannt Welt: Welche junge Deutsche weiß heute zum Beispiel, dass die tolle Frisur ihrer jüdischen Freundin eine Perücke ist, weil orthodoxe Jüdinnen ihr eigenes Haar nicht öffentlich zeigen, oder dass es in der Küche zwei Sorten Geschirr entsprechend der koscheren Speisevorschriften gibt? Außerdem bestimmen eine Fülle von Regeln das Zusammenleben und erst recht das Feiern von Festen.

Eine turbulente jüdische Hochzeit auf einem alten Jagdschloss im Schwarzwald schildert der 24-Stunden-Roman: Die Braut und ihre drei Schwestern, die hochschwanger Trauzeugin, ziemlich durchgeknallte Freundinnen und Freunde sowie Verwandtschaft aus Israel freuen sich auf ein großes Fest, doch dank eines Durcheinanders von Sex, Liebe, Alkohol und Selbstzweifeln will Bea, die Braut, in letzter Minute alles abblasen, was für ihre Mama der absolute Supergau wäre! Und Trauzeugin Charlottes Baby scheint die Hochzeitsgesellschaft noch vergrößern zu wollen! Ziemlich atemlos legt man das bei allem Klamauk ziemlich nachdenklich stimmende Buch am Ende aus der Hand.

Hanna Donath, „Alles auf Hochzeit“, Schwarzkopf & Schwarzkopf, 248 Seiten, 14,99 Euro.

Wenn ich morgens nicht mehr aufwache, ist das halt so ...

Betagtes Forschungsobjekt: Heidelberger Wissenschaftler untersuchen, wie Hundertjährige ticken und erleben Überraschungen

Keine Altersgruppe wächst so rasant wie die der Hochaltrigen. Den Demografen zufolge kann jedes zweite Kind, das heute geboren wird, damit rechnen, hundert Jahre alt zu werden. Da wird der Bundespräsident eines Tages mit den Glückwunschkarten nicht mehr nachkommen, ab dem 100. kommt nämlich Post vom Staatsoberhaupt. In Heidelberg erforschen Wissenschaftler speziell die Altersgruppe, die ein Jahrhundert auf dem Buckel hat.

Wie sieht das Leben der Hundertjährigen aus, und wie fühlt es sich an? Um das herauszufinden, hatte eine Arbeitsgruppe am Institut für Gerontologie der Uni Heidelberg in den Jahren 2000 und 2001 im Großraum Rhein-Neckar 91 Hundertjährige besucht. Sie befragten jeweils einen nahen Angehörigen und – soweit das möglich war – den Hundertjährigen selbst.

Nach Auskunft von Projektleiter Christoph Rott lebte etwa ein Drittel der Befragten allein und die Hälfte im Pflegeheim. Jeder zweite war dement und acht von zehn waren pflegebe-



Das Leben fest im Griff – trotz Gebrechen sind Hochbetagte oft positiv gestimmt.

Foto: dpa

dürftig. „Trotz häufigerer Einschränkungen und Gebrechen waren die Hochaltrigen so positiv gestimmt wie 80-Jährige“, nennt der Psychologe ein überraschendes Ergebnis. In einer zweiten Studie elf Jahre später unter der Projektleitung von Daniela Jopp sollte dieser Aspekt näher untersucht werden. Wie zuvor bemühten sich die

Wissenschaftler, nach Möglichkeit alle Hundertjährigen im Untersuchungsgebiet aufzuspüren und in die Studie einzubeziehen. „Das war ein riesiger Aufwand“, bekennt Katrin Boch, die sich seit 2011 mit dem Thema befasst. Sie hat alle Einwohnermeldeämter zwischen Darmstadt und Karlsruhe, Mosbach und Bad Dürk-

heim angeschrieben, das Projekt vorgestellt und versucht, mit denen in Kontakt zu kommen, die gerade hundert geworden waren.

2011 waren in der Region 596 Hundertjährige gemeldet, fast dreimal so viele wie elf Jahre zuvor. 113 stellten sich für Interviews zur Verfügung. Die letzten Befragungen laufen ak-

tuell noch. Die Forscher testen zunächst die geistige Verfassung, um zu sehen, welche Teile des einige hundert Fragen umfassenden Fragebogens durchgeführt werden können.

Bei der Befragung geht es zunächst um die funktionale Gesundheit: Können sie noch telefonieren, einkaufen gehen, selbstständig vom Bett aufstehen? Dass sich die Studienteilnehmer freuen, wenn sie gefordert werden, hat Boch während der Tests mit einem Handkraftgerät beobachtet. Beim Gehen seien manche mit dem Rollator losgedüst, „da kam ich kaum hinterher“. Im zweiten Teil stehen psychische Aspekte im Vordergrund: Wie gehen Sie mit Krankheit und Gebrechen um? Machen Sie sich Gedanken über das Lebensende?

Für die Gerontologen handelt es sich bei den Befragten um ganz besondere Persönlichkeiten. „Die Hundertjährigen haben zwei Weltkriege erlebt, viele Frauen ihren Mann früh verloren“, sagt Boch. Die meisten seien in ihrer Mobilität eingeschränkt, hörten schlecht und könnten schlecht sehen. „Man könnte erwarten, dass so

jemand klagt“, meint Rott. „Doch das beobachten wir nicht.“

Stattdessen erfuhren die Forscher, dass auch diese Menschen Ziele haben und dem Leben etwas abgewinnen können. So wollte eine der Befragten noch erleben, dass ihre Urkelin auf die Welt kommt. Eine andere freute sich über scheinbar Triviales: „Morgen kommt mein Sohn und holt mich zum Essen ab.“ Die Angehörigen haderten dagegen mehr mit den Gebrechen der Hundertjährigen. Wer mit 80 Jahren noch ein Elternteil hat, empfindet das bei aller Verbundenheit oft auch als Belastung, so die Erkenntnis der Wissenschaftler.

Die meisten der Befragten gehen offen und gelassen mit dem Thema Tod um, stellt Boch fest. „Ich lege mich abends ins Bett und freue mich, wenn ich morgens aufwache. Und wenn nicht, dann ist es halt so“, gab eine Dame zu Protokoll. Bei einem Abschluss Symposium im Juli sollen die Ergebnisse der Ersten und der Zweiten Heidelberger Hundertjährigen-Studie verglichen werden. (dpa)