



**Durch Unterstützung** der Pflege im eigenen Haus wird auch den Angehörigen geholfen.

Foto: Wodicka

# Alte Bäume nicht verpflanzen

**SOPHA. Eine Einrichtung für mobile gerontopsychiatrische Betreuung feiert zehnjähriges Bestehen.**

**M**enschen werden älter. Demzufolge nehmen Probleme zu, Heimplätze werden knapp, Kosten explodieren. Mehr als 25 Prozent der über 65-Jährigen leiden an psychischen Störungen. Das wird künftig zu Problemen in der Versorgung führen. Angehörige sind häufig überfordert. Doch Hilfe ist möglich.

„Alte Bäume verpflanzt man nicht“ war das Motto einer internationalen gerontopsychiatrischen Tagung „für eine menschliche Psychiatrie im Alter“ im Minoritensaal in Graz. Anlass war das zehnjährige Bestehen von SOPHA (Sozialpsychiatrische Hilfe im Alter), einer beispielgebenden, in Österreich einzigartigen Einrichtung für mobile gerontopsychiatrische Betreuung.

Das eigene Älterwerden annehmen zu können erfordert, verlorene Fähigkeiten loszulassen, sich an eigenen Erfahrungen zu freuen, zufrieden, dankbar und gelassen zu sein, gezielt das eigene Leben zu gestalten. So ist man Vorbild für viele.

Manche schaffen das nicht ohne Unterstützung. Sie leiden unter traumatischen Ereignissen, körperlichen und psychischen Erkrankungen oder finanzieller Not. Oft kommt es dann zum Verlust an Vertrauen, zu Isolation, Hilflosigkeit oder Verwahrlosung. Hilfe wird nicht angenommen. Depressionen führen oft zur Vereinsamung.

Diese Probleme hatten die Gesellschaft zur Förderung der seelischen Gesundheit (GFSG), speziell den Psychosozialen Dienst Graz-Ost am Hasnerplatz 4, motiviert, nach Lösungen

zu suchen. In Zusammenarbeit mit der Grazer Sigmund-Freud-Klinik wurde eine beispielgebende Art der Betreuung im häuslichen Umfeld entwickelt – eben: SOPHA. Geboten werden Beratung, auch der Angehörigen, mobile Betreuung, Begleitung und Behandlung, also Unterstützung bei den erwähnten Schwierigkeiten.

Ältere bleiben gerne daheim. SOPHA ermöglicht das. Bis zu 80 Prozent der Auffälligkeiten sind durch entsprechenden Zu- und Umgang mit den Betroffenen vermeidbar – Bedürfnisse werden ernst genommen, man geht auf Wünsche, Anliegen ein und unterstützt die Betroffenen bei der Bewältigung schwieriger Situationen, psychosozialer Belastungen oder Erkrankungen.

Die Zusammenarbeit erfolgt freiwillig und vertraulich, Mitarbeiter (ein multiprofessionelles Team) kommen, je nach Bedarf, in die Wohnung. Sie bemühen sich so, Dr. Günther Klug, stellvertretender Obmann der GFSG, um eine gute Beziehung, um Verständnis für die

Situation, um den Aufbau einer Vertrauensbasis. Damit Ältere wieder unter Menschen kommen, unternimmt man mit ihnen etwas gemeinsam.

Mag. Gerhard Hermann, klinischer Psychologe und Leiter von SOPHA, betont, wie wichtig es ist, Bedürfnisse und Probleme zu respektieren und damit positiv zu beeinflussen. Das wird eben von SOPHA im häuslichen Umfeld gezeigt. Man ist bemüht, dem Verlust an Selbstverantwortung und Selbstsorge entgegenzuwirken und, wenn möglich, Selbstständigkeit und Mitverantwortung zu fördern.

Mit dem Einverständnis der Betroffenen oder der Angehörigen wird mit Ärzten, Ämtern, mobilen Diensten und sozialen Einrichtungen zusammengearbeitet, freiwillig und vertraulich. Die Kosten werden von öffentlichen Institutionen getragen.

SOPHA begleitet die Menschen auch bei einer erforderlichen Aufnahme in ein Pflegeheim und verhindert so einen abrupten Übergang. Ein Beispiel: Bei einer 79-jährigen Frau mit körperlichen Einschränkungen kommt es infolge Schwerhörigkeit zu Missverständnissen, Misstrauen, Isolation, zum Rückzug. Sie ist übergewichtig, ungepflegt, sie jammert. Sie ist noch recht beweglich, voll orientiert, sieht gut, isst und trinkt selbstständig.

Die Beschäftigung mit ihrer Biographie zeigte, dass viele tragische Erlebnisse ihr Leben beeinträchtigten, zu Schuldgefühlen und Mangel an Selbstwert führten.

Nach drei Jahren Betreuung durch SOPHA mit viel Geduld und Zeit hat sich viel verbessert. Die Frau hat die Heimhilfe akzeptiert, freut sich an Blumen, an Kleidung, die Beziehung zu den Angehörigen hat sich verbessert, das beiderseitige Verständnis ist gewachsen.

DIETLINDE BEHOUNEK



**Bedürfnisse Älterer respektieren will der Leiter von SOPHA, Gerhard Hermann.**

Foto: Carina Ott