

# Freigeist & Funkenflug

## Psychologie im Alter - Gedanken, Geschichten und Gespräche

Mai 2024, Nr. 1

### Belastungen und Verluste im Alter



Die wohl größten Herausforderungen im Alter sind die hohen Verluste und Belastungen des Körpers aber auch im sozialen- und psychosozialen Bereichen.

Viele Menschen stehen hier wohl vor Ihrer größten Herausforderung. Wenn man sich nicht mehr selbst anziehen kann, aufs WC gehen kann und ständig Hilfe benötigt. Im sozialen Umfeld sind schon viele Menschen verstorben und oftmals wartet die Einsamkeit oder viele Stunden des allein seins am Tag. Die zusätzliche Müdigkeit auch Lebensmüdigkeit

wird gespürt und Belastungen von Krankheit im Alltag sind nicht mehr zu leugnen. Das Leben hat sich geändert und viele Menschen im hohen Lebensalter können diese Lebenseinschränkungen kaum mehr als Lebensqualität bezeichnen. Dies zu begleiten ist die Aufgabe der Gesellschaft, der Pflege und dem psychosozialen Diensten. Hierbei gilt es diese Belastungen und Verluste mitzutragen, nicht gleichzeitig in eine Hoffnungslosigkeit bzw. Hilflosigkeit zu versinken, Momente der Lebensqualität herauszuarbeiten und auch für sich diese Arbeitszufriedenheit, Lebenszufriedenheit zu erhalten.

# Psychologischer Dienst

...für Menschen im Alter

**Behandlung:** die psychologische Behandlung ist ein ganzheitliches Behandlungskonzept in dem die Betroffenen im

**Beratung:** sowohl in der Angehörigenberatung als auch in der Beratung, Coaching und Supervision von Pflegepersonals und anderen Fachgruppen, wird im Einzelsetting und im Team bzw. Gruppensetting gearbeitet;

**Bildung:** ein umfangreiches Fortbildungsangebot für Angehörige, Pflegepersonal, PsychologInnen, andere Fachgruppen und Interessierte werden als Indoorseminare und öffentlich zugängliche Termine angeboten.

Kontakt: Mag. Michael Mattersberger - 0650/5110287 - [gesundheitsschmiede@gmx.at](mailto:gesundheitsschmiede@gmx.at) - [www.gesundheitsschmiede.at](http://www.gesundheitsschmiede.at)

Spendenkonto zur Unterstützung von Menschen beim Heimeinzug: RLB-IBAN: AT42 3600 0010 0414 4473