

# EIN KOFFER VOLLER LEBENSWEISHEIT

Die Erfahrungen der Altenpflegerin Sonja Schiff

**Altenpfleger sind keine Hinternputzer, sie haben den coolsten Beruf der Welt. Sie hören hunderte aufregende Lebensgeschichten, aus denen sie Essenzielles für das eigene Leben lernen können, sagt Altenpflegerin und Buchautorin Sonja Schiff im Gespräch mit STADT GOTTES-Redakteurin Sonja Pfeisinger.**



**S**ie sagen: **Ich habe den coolsten Beruf der Welt. Wird das nicht als Provokation empfunden?**

Über das Schwere an der Pflege wird viel geredet, über das Bereichernde wenig. Darüber möchte ich reden – und schreiben. Ich werde oft gefragt, warum ich so viele Jahre in diesem Beruf geblieben bin. Es sind die Begegnungen und die Gespräche mit den Menschen – das bleibt.

**Wann haben Sie angefangen, die Begegnungen mit den alten Menschen als etwas Besonderes zu erkennen und zu schätzen?**

Das war ganz eindeutig die Begegnung mit Flora Niess\*. Die

100-Jährige war beim Pflegepersonal als schwierig bekannt. Ich habe ein Faible für schwierige Menschen, aber ich war damals auch jung und oberflächlich. Als sie mir sagte, sie werde bald sterben, gab ich eine beschwichtigende Antwort. Frau Niess verpasste mir einen heftigen Tritt, der mich doppelt traf. Erst mit meiner ehrlichen Antwort – „Ich habe Angst vor Ihrem Sterben“ – kam es zu einer wirklichen Begegnung zwischen uns, dann konnte auch Frau Niess von ihrer Angst vor dem Tod reden. Das war das erste Mal, dass ich etwas von mir gegeben habe. Meine Einstellung zur Pflege hat sich schlagartig verändert.

**Braucht es besondere Fähigkeiten, um von alten Menschen zu lernen?**

Ich glaube, das kann jeder, der mit Empathie zuhören kann und erkennt, dass Menschen auch im Alter noch was zu geben haben.

Menschen sind erzählende Wesen, im wieder und wieder Er-

zählen bewältigen wir unser Leben. Das ist in jungen Jahren so und im Alter ebenso bedeutsam. Wenn ich dasitze, auf Hilfe angewiesen bin und das Gefühl habe, nichts und niemand mehr zu sein, dann ist es ganz wichtig, erzählen zu können, wer man war. Ich halte es für wichtig, nicht nur zu sehen, wer dieser Mensch jetzt ist, sondern auch wer er gewesen ist. Das braucht es, um Identität aufrecht zu erhalten in einer Lebenssituation, die in ihrer Hilfsbedürftigkeit auch etwas Entwürdigendes hat. Das wird in der Altenpflege nicht immer so gesehen.

**Kann man von jedem betagten Menschen lernen oder sind es besondere Momente, die Sie gesammelt haben?**

Es sind besondere Momente, wobei besonders nicht gleichzusetzen ist mit schön. Man kann an einem Tag zwei Personen begegnen, deren Rahmenbedingungen und Lebenssituation fast gleich sind, und einer ist voller Verzweiflung,

\* Namen und Kontexte von der Autorin geändert



## SONJA SCHIFF

ist diplomierte psychiatrische Gesundheits- und Krankenschwester. Sie arbeitet seit 1989 in der Altenpflege und war zehn Jahre lang Pflegedienstleiterin eines Ambulanten Pflegedienstes. Seit 2001 ist sie als Pflegeberaterin mit umfangreicher Seminar­tätigkeit selbstständig tätig. 2014 hat sie das Studium der Gerontologie abgeschlossen. 2015 ist ihr Buch erschienen, das als Internetblog seinen Anfang nahm, bei dem sie Altenpflege auf andere Art zur Sprache bringen wollte. Sonja Schiff lebt in Salzburg und Ungarn.

## IHR BUCH



**10 DINGE, DIE ICH VON ALTEN MENSCHEN ÜBER DAS LEBEN LERNT. EINSICHTEN EINER ALTEN-PFLEGERIN**  
edition a, 191 S.,  
€ 19,95

der andere mitten im Leben.

### Was brauchen die Alten von nachfolgenden Generationen?

Zuhören, Ernstnehmen, Wertschätzen ... und nicht Bevormunden. Ich habe mich erst unlängst bei meinen Eltern dafür entschuldigt, dass ich vor 20 Jahren meinte, ihnen sagen zu müssen, wie sie ihre Wohnsituation altersgerecht verändern sollten. Damals waren sie 60. Wenn mir jemand in acht Jahren sagen würde, wie ich leben soll, ich wäre damit überhaupt nicht einverstanden!

### Was war das schönste Geschenk in ihrem Berufsleben?

Der Überseekoffer, den mir Samuel Bernstein vererbt hat, ist mir heilig. Mit diesem Koffer ist er vor den Nazis von Wien nach Amerika geflohen und nach dem Tod seiner Frau nach Österreich zurückgekommen. Er enthielt seine wichtigsten Erinnerungsstücke. Jeden Tag nach der morgendlichen Körperpflege nahm ich ein Stück heraus, Herr Bern-

stein erzählte darüber und ließ mich in sein bewegtes Leben blicken. Von ihm habe ich gelernt: „Das Leben ist unberechenbar. Wir können nur im Fluss des Lebens mitschwimmen und vertrauen.“ Heute hat der Koffer bei mir einen Ehrenplatz. Wann immer ich eine Krise erlebe oder Zukunftsängste habe, erinnert er mich an Samuel Bernstein und sein Bild vom Fluss des Lebens.

### Das Wichtigste für Sie ist ...

... das Leben jetzt zu genießen, nicht nur Arbeitstier zu sein. Niemand weiß, ob noch Zeit kommt, wo man mehr Zeit hat als jetzt. Zum Im-Moment-Leben gehört für mich auch: nicht nur nehmen, sondern auch geben. Ich wurde im Leben reich beschenkt, das möchte ich auch weitergeben, wenn ich mir z.B. Zeit freischaufle, um mit dem mir anvertrauten Flüchtling zu lernen, ihm das Gefühl von Sicherheit zu geben, soweit ich das kann. Darüber hinaus möchte ich meinem Lebensmen-

schen ausreichend Raum geben.

### Wie möchten Sie alt werden?

Ich möchte eine lebenslustige Frau bleiben und Kontakt zu Jüngeren haben. Ich habe keine Kinder, daher auch keine Enkel, aber ich achte auf gute Beziehungen zu den Kindern von Freundinnen und begleite einen jungen Flüchtling aus Afghanistan.

Und ich möchte im Alter noch mehr meinen „Paradiesvogel“ raushängen lassen, mich auffälliger kleiden ... und darauf pfeifen, ob's den anderen gefällt. Vorbild ist mir eine alte Dame, eine elegante Erscheinung, ganz in Schwarz mit Schuhen und Umhang in leuchtendem Sonnengelb. Auf einer langweiligen Vernissage tanzte sie ganz für sich allein zu den Samba-Klängen. Die Dame war damals 97 Jahre alt. ■

Den Überseekoffer erbt Sonja Schiff von Samuel Bernstein, er trägt Spuren eines bewegten Lebens.

