

GEWALT und ALTER

Hilfe für betroffene ältere und alte Menschen,
Angehörige, FreundInnen, Nachbarn,
aufmerksame Mitmenschen ...

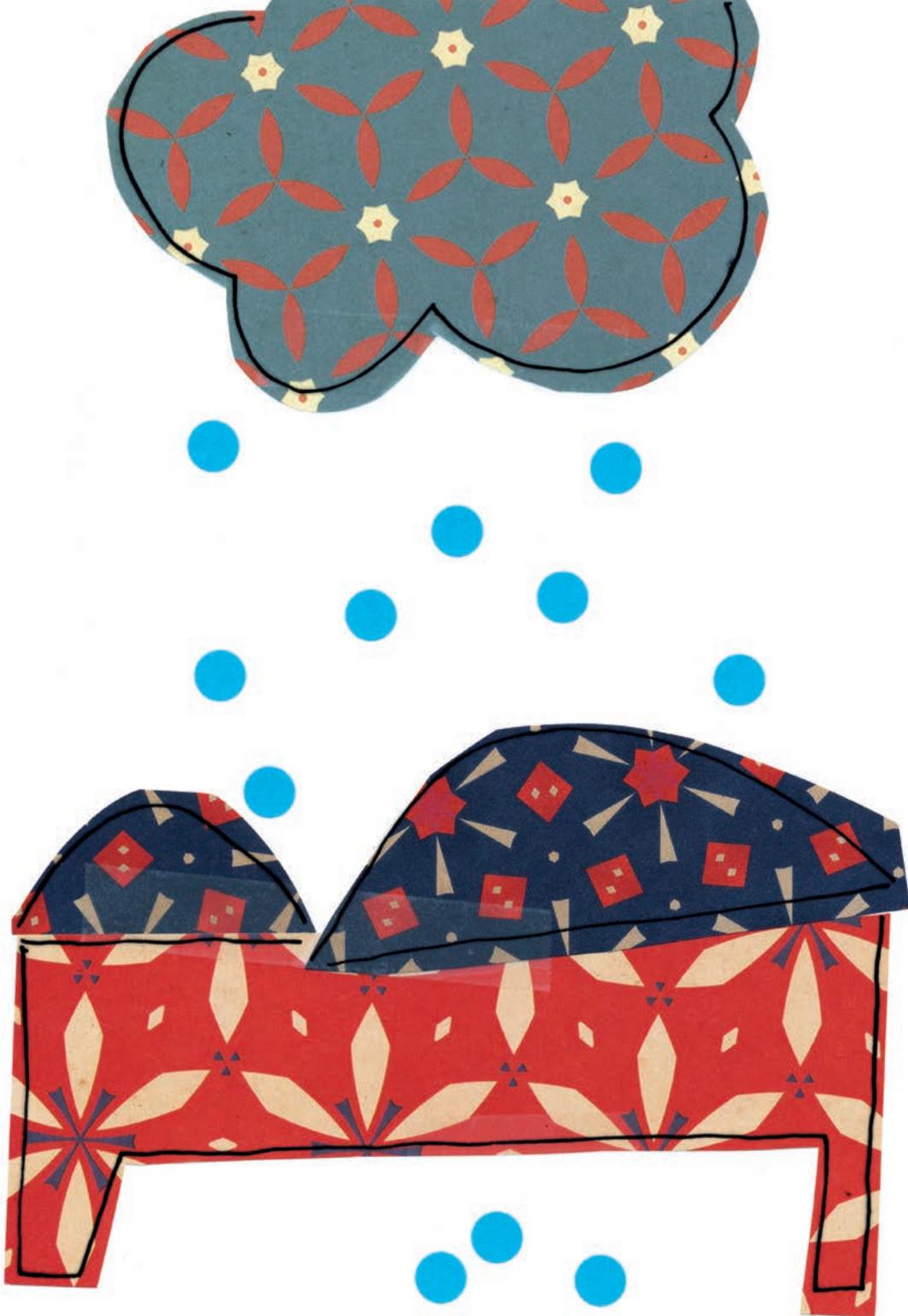
An illustration featuring two hands, one larger and one smaller, rendered in shades of pink and red. The hands are positioned as if holding a banner. The banner is a light pinkish-red color and contains the text 'Anlaufstellen in Tirol' in a white, sans-serif font. The background consists of several overlapping rectangular panels with different floral and geometric patterns in blue, green, orange, and red. The overall style is graphic and colorful.

Anlaufstellen in Tirol

Gesund, aktiv und zufrieden alt werden ist das erklärte Ziel jedes Menschen.

Die Lebenswirklichkeit älterer und alter Menschen stimmt selten damit überein. Verluste und Krisen sowie Veränderungen, die man nicht verhindern kann, prägen das Älterwerden. Das schafft Sorgen und Probleme. Einsamkeit nimmt zu. Der Alltag kann nicht mehr ohne Unterstützung bewältigt werden. Das Gefühl der Abhängigkeit entsteht. In derart verletzlichen Lebensphasen kommt es häufiger zu Formen der Gewalt. Das Bewusstsein dafür zu stärken, ein offenes Ansprechen zu fördern und Hilfe und Beratung anzubieten sind die Ziele dieser Broschüre.

**Reden wir darüber.
Holen wir Gewalt
aus der Grauzone.**



Was ist das, **Gewalt**?

Gewalt hat viele Gesichter

und wird immer aus verschiedenen Perspektiven gesehen. Wer Opfer und wer TäterIn ist, lässt sich nicht immer eindeutig sagen. Bei Überforderung in unangenehmen Situationen, in schwierigen zwischenmenschlichen Beziehungen und in seelischen Ausnahmezuständen werden die Grenzen zur Gewalt – unabhängig von Alter, Geschlecht, Bildungsstand, sozialen und wirtschaftlichen Voraussetzungen – besonders häufig überschritten. Pflege- oder Betreuungssituationen im eigenen Zuhause sind der überwiegende Schauplatz von Gewalt im Alter. Menschen, die Gewalt ausüben, sind sich dessen nicht immer bewusst, während sich Opfer oft schon allein auf Grund der Tatsache schuldig fühlen, dass sie am Gesche-

Wenn ich auf die Toilette gehen muss, brauche ich Unterstützung. Meine Frau sagt dann: „Du hast eine Windel an, mach in die Windel.“ Das will ich nicht. Wenn ich dann böse werde, droht sie mir damit, mich in ein Heim zu geben.

hen beteiligt waren. Obwohl Gewalt gegen Frauen durch Männer alle Statistiken dominiert, gibt es auch

Gewalt gegen Männer, die seltener ans Licht der Öffentlichkeit gelangt. Viele betroffene Männer trauen sich nicht, über Gewalterlebnisse zu sprechen oder sie gar zu melden. Ebenso gibt es häufig Barrieren, eigene Gewaltbereitschaft einzugestehen, obwohl sie einen großen Leidensdruck verursacht.

In einem ersten Schritt gegen Gewalt ist Hilfe und Entlastung für die Betroffenen das vorrangige Ziel. Das Bewusstsein dafür, wie sich Gewalt zeigen kann, ist wichtig.

Am häufigsten begegnet älteren und alten Menschen **emotionale oder psychische Gewalt**. Diese äußert sich in Drohungen, Respektlosigkeit, seelischer Grausamkeit, Isolation, beleidigenden Witzen, Bevormundung, abwertenden Bemerkungen, Bestrafungen, Angstmachen, Ausübung von Druck und Kontrolle etc. - zusammengefasst in feindseligem Verhalten, das den alten Menschen das Gefühl gibt, eine Last oder wertlos zu sein.

Nach einem Oberschenkelhalsbruch wurde ich vom Krankenhaus umgehend in ein Pflegeheim gebracht. Meine Tochter hat meine Wohnung aufgelöst, ohne mich zu fragen. Ich weiß nicht einmal, was mit all meinen Dingen geschehen ist. Ich fühle mich abgeschoben.

und gut sei, spricht man von der **Einschränkung des freien Willens**.

Finanzielle Gewalt liegt vor, wenn man den Betroffenen die Verfügung über ihre Geldmittel ohne deren Wissen und Willen entzieht oder sie dazu überredet werden, sie „freiwillig“ zu übergeben, wenn Eigentum entwendet wird oder Unterschriften für Geldangelegenheiten gefälscht werden.

Wenn in Bezug auf Lebensgewohnheiten und -vorlieben von anderen über den Kopf hinweg entschieden wird, was richtig

Meine Mutter braucht nach einem Schlaganfall eine 24h-Betreuung. Der Vater will nicht wahrhaben, dass seine Frau nicht mehr wie früher ist. Er verbietet der Betreuungskraft notwendige Pflegehandlungen, schreibt ihr vor, deftige Mahlzeiten zu kochen, obwohl die Mutter das nicht mehr essen kann und spült ihre Medikamente in die Toilette, weil er sie für nicht notwendig hält. Oft schreit er mit beiden Frauen herum.

Vernachlässigung

bedeutet, dass die notwendige und zugesicherte Pflege und Zuwendung vorenthalten oder verwehrt wird.

Erzwungene oder mangelhafte Inkontinenzversorgung zählt beispielsweise genauso dazu wie unzureichende Körperpflege und nachlässige Lagerung.

Die Aufforderung oder Nötigung zu sexuellen Handlungen, Begrapschen und anzügliche Bemerkungen sind Ausdrucksformen **sexueller Gewalt**.

Quälen, Misshandlung und **körperliche Gewalt** umfassen Grobheiten vom unsanften Schubsen und harten Anfassen über hastiges Eingeben der Mahlzeiten bis hin zu Schlägen und Tritten, medikamentösem Ruhigstellen oder Festbinden.

Wenn Sie sich unsicher fühlen, sich bedrängt, bedroht, vernachlässigt oder verletzt fühlen, ist das ein Zeichen dafür, dass eine Grenze überschritten wurde. Grund genug, um sich an eine Beratungsstelle zu wenden. Zögern Sie nicht, sich mitzuteilen. Sie werden ernst genommen, können sich aussprechen und der weitere Weg mit möglichen Lösungen wird gemeinsam erörtert. Gewalt ist nie eine Lösung. Gewalt ist nie richtig. Gewalt ist nie zu tolerieren.



Gewalt in der Familie

Wenn ein Familien-

mitglied alt und hilfsbedürftig wird, können Beziehungen aus dem Gleichgewicht geraten. Unterstützungsangebote stoßen zunächst oft auf Widerstand. Entscheidungen innerhalb der Familie müssen getroffen werden. Nicht alle sind derselben Meinung. So mancher drückt sich vor Verantwortung; einzelne übernehmen mehr, als sie tragen können. Alte Konflikte und Kränkungen leben wieder auf. Der gewünschte familiäre Zusammenhalt

Mit dem Älterwerden hat sich mein Mann furchtbar verändert. Kürzlich stand ich auf einer Leiter in der Küche, um etwas in einen Oberschrank einzuräumen. Eine Tasse fiel mir aus der Hand. Reflexartig verpasste mir mein Mann eine Ohrfeige. Ich war fassungslos.

erweist sich oft als Illusion. Rollen verändern sich. Die Tochter wird zur Mutter. Der Ehemann zum Kind.

Gesundheitliche Krisen zwingen zum Handeln ohne Vorbereitungszeit. Betroffen von extremen Stressbelastungen bis hin zur Gewalt sind so gut wie alle Beteiligten in häuslichen Pflege- und Betreuungssituationen. Darüber wird meist geschwiegen. Schweigen macht schutzlos. Daher: bringen Sie Ihre Gewalterlebnisse zur Sprache!

Entlastung beginnt mit dem Gespräch. Vertrauen Sie sich einer nahestehenden Person an oder wenden Sie sich an eine Beratungsstelle. Anonym und kostenlos.



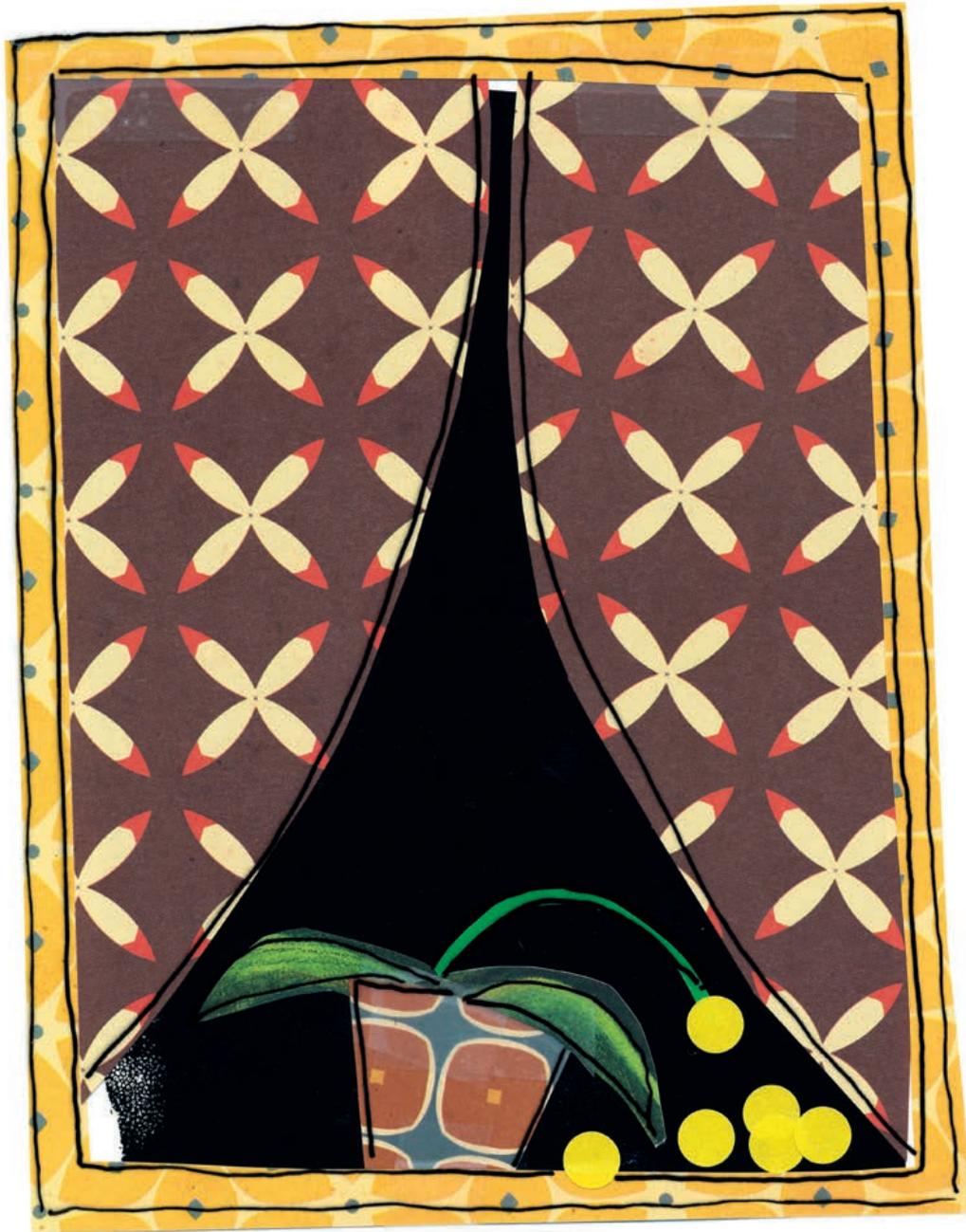
Demenz

Einen Menschen mit Demenz betreuen und pflegen kann viele wunderbare gemeinsame Momente beinhalten. Wenn es einem selbst gut geht. Wenn man Zeit hat. Wenn man nicht alleine damit ist. Wenn man eine positive Beziehung zueinander hat. Wenn die finanziellen Mittel reichen. Wenn genug Platz vorhanden ist. Das ist nicht immer so. Dauerhafte Belastungssituationen können zu Überforderung, Verzweiflung und Gewalt

Als ich einmal zu meiner Oma zu Besuch kam und noch unbemerkt in der Türe stand, beobachtete ich, wie meine Mutter ihr die eingenässte Inkontinenzeinlage unter die Nase hielt und sagte: „Schon wieder, das ist schon das dritte Mal heute!“

führen. Ein Mensch mit Demenz lebt in einer Wahrnehmungswelt, die mit der Wirklichkeit nicht übereinstimmt. Handlungen von Mitmenschen interpretiert er oft anders, als sie gemeint sind. Gefühle sind häufig nicht mehr kontrollierbar. Die Persönlichkeit verändert sich. Wut über die eigenen empfundenen Defizite entsteht. Aggressives Verhalten ist oft eine Begleiterscheinung von Demenz. Auf der anderen Seite werden Menschen mit Demenz besonders häufig Opfer von häuslicher Gewalt, wenn Ihr Verhalten die Grenzen der Geduld und Belastbarkeit ihrer Mitmenschen provoziert.

***In der Pflege und Betreuung von Menschen mit Demenz und im Zusammenleben mit ihnen passieren oft Dinge, die man kaum erzählen mag. Tun Sie es trotzdem. Angehörigen-
gruppen, Validationskurse, die Miteinbeziehung freiwilliger HelferInnen oder professioneller Dienste sind nur einige der gebotenen Unterstützungen. Erste Hilfe kann die vertrauliche Aussprache mit einer Beratungsstelle bieten.***



Scham und Mut

Bei den Nachbarn fliegen Gegenstände zu Boden.

Ein Verwandter sagt, er wird schlecht behandelt. Bei einem Besuch wird grobe pflegerische Vernachlässigung wahrgenommen. Oder man hat selbst bedrohliche Erlebnisse mit einem nahestehenden Menschen.

Gewalt geht von Menschen wie Du und ich aus. Gewalt

Ich mache mir Sorgen um meine Nachbarin. Ich habe sie schon monatelang nicht mehr gesehen. Die Klingel meiner Nachbarin funktioniert nicht, auf dem Festnetz ist sie nicht zu erreichen und das Essen auf Rädern wurde offenbar abbestellt. Regelmäßig kommt ihr Sohn zu Besuch, doch er weicht mir aus. Was kann ich tun?

erfahren Menschen wie Du und ich.

An die 20.000 Fälle häuslicher Gewalt werden jährlich in Österreich bei der Polizei gemeldet.

Die Dunkelziffer ist um ein Vielfaches höher. Die Scham darüber, mit einem Gewaltvorfall zu tun zu haben, ist so tief verankert wie die Angst, noch mehr Schaden zu erleiden, wenn man sich öffentlich mitteilt. Das ist nicht begründet. Je länger man leidet, desto größer der Schaden. Ein Moment des Mutes kann Leben verändern und Schlimmes verhindern. Mut fällt leichter, wenn man weiß: ich bin nicht allein. Es gibt Gesetze gegen Gewalt, Schutzeinrichtungen, Interventionsmöglichkeiten, Beratungsstellen, es gibt Menschen, die zuhören und Sie ernst nehmen.

Jede Form von Gewalt ist unrecht, es gibt dafür keine Rechtfertigung. Opfer brauchen Schutz, nicht Scham. Lassen Sie sich ermutigen – machen Sie Gebrauch von Informations- und Beratungsangeboten.



Was tun?

Wenn Sie selbst befürchten, Gewalt auszuüben, unterbrechen Sie sofort die Situation. Gehen Sie weg, beruhigen Sie sich.

Übernehmen Sie Verantwortung für Ihr Verhalten und wenden Sie sich an eine Vertrauensperson oder Beratungsstelle. Jede Situation kann geklärt werden. Wenn Sie Gewalt beobachten oder vermuten: sprechen Sie es einfühlsam mit „Ich-Botschaften“ an, hören Sie zu, vermeiden Sie unbedingt Schuldzuweisungen und Appelle wie „du musst ...“. Betroffene brauchen einen vertrauensvollen Raum, um sich zu äußern. Geben Sie Telefonnummern für Hilfe bei Gewalt weiter. Bieten Sie Begleitung zu Beratungsstellen an. Wenn Sie selbst betroffen sind, reagieren Sie nicht aggressiv, nehmen Sie Abstand von der gewalttätigen Person, wenden Sie sich an jemanden, dem Sie vertrauen oder suchen Sie Hilfe und Rat bei den Anlaufstellen, die in dieser Broschüre angeführt sind. Jeder Fall von Gewalt ist anders, es gibt kein „Rezept“, das für alle gilt. Individuelle Beratung ist wichtig.

Gewalt ist immer ein Zeichen, dass Grenzen überschritten wurden und es an der Zeit ist, etwas zu ändern. Ob es sich um demütigende Worte handelt, um unerwünschte Berührungen, um finanzielle Ausbeutung oder körperliche Gewalt.

Tun Sie einen ersten Schritt. Sie sind nicht allein!

Adressen Tirol

Basis Frauenservice und Familienberatung Außerfern

+43 5672 72604

Demenz-Servicezentrum der Caritas der Diözese Innsbruck

+43 676/87306210

Frauenhelpline gegen Gewalt

+43 800 222 555

Beratung rund um die Uhr, anonym und kostenlos (in verschiedenen Sprachen)

Frauenhaus Tirol

+43 512 342112 rund um die Uhr

Frauzentrum Osttirol

+43 4852 67193

Gewaltschutzzentrum Tirol

+43 512 571313

Helpchat – haltdergewalt

www.haltdergewalt.at

Kriminalprävention – Polizei

+43 59133 70 3750

Mädchen- und Frauenberatungsstelle Kitzbühel

+43 5352 62222

Männerinfo

+43 800 400 777

Polizei

(auch für gehörlose und hörbehinderte)
133

SMS oder Fax +43 800 133 133

(für gehörlose Personen)

LPD-T@polizei.gv.at

geh hoerennotruf@polizei.gv.at

(dient als Mailbox neben SMS und Fax)

Notruf-App DEC112 (auch für gehörlose und hörbehinderte Personen)

Pro Senectute

+43 699 11200099

(Beratungstelefon – Gewalt und Alter)

Psychosozialer Krisendienst

+43 800 400 120

Weisser Ring Tirol – Verbrechenopferhilfe

+43 800 112 112 (Opfernotruf –

24 Stunden, gebührenfrei)

+43 699 134 34 006 (Opferhilfe Tirol)

Pflegetelefon Tirol

+43 800 400 160 (Mo-Fr 08-12 h)

Telefonseelsorge

142 rund um die Uhr

Weiterführende Info:

www.gewaltfrei-tirol.at

www.gewaltinfo.at

www.prosenectute.at