Opieka nad osobami starszymi to praca ciesząca się dużą popularnością, ale jednocześnie spowita wieloma wątpliwościami i kontrowersjami. Kobiety decydujące się na wyjazd często nie wiedzą co je czeka i na co powinny się przygotować. Z jednej strony zajęcie to uznawane jest za dosyć wymagające, zaś z drugiej bardzo intratne finansowo. Jak w praktyce wygląda praca opiekunki osób starszych?

Co należy do obowiązków opiekunki?

Zakres zadań, które trzeba wykonywać w codziennej pracy z seniorami jest dosyć szeroki i zależy najczęściej od konkretnej sytuacji oraz wytycznych rodzin lub agencji pracy. Ogromne znaczenie ma stan zdrowia podopiecznego oraz stopień samodzielności. Warto zwrócić uwagę na informacje zawarte w ogłoszeniu, które zazwyczaj dają obraz większości obowiązków.

Oprócz kwestii niepewnych, istnieje szereg typowych czynności dla tego typu stanowiska. Podstawowymi obowiązkami, z jakimi wiąże się praca dla opiekunki jest wykonywanie zajęć domowych oraz organizowanie czasu wolnego. Poza tym należy dbać o dobre samopoczucie seniora, zajmować go rozmową, pamiętać o wizytach kontrolnych u lekarza i monitować stan zdrowia.

Codzienna rutyna

Każda z Pań rozważająca wyjazd zagraniczny w charakterze opiekunki, powinna mieć świadomość swego rodzaju monotonii tej pracy. Dzień zazwyczaj zaczyna i kończy się w ten sam sposób. Poranek to przede wszystkim toaleta i wspólne śniadanie. Niejednokrotnie

podopieczny wymaga także pomocy podczas kąpieli lub jedzenia posiłku. Następnie opiekunka wykonuje typowe prace, takie jak pranie, sprzątanie, robienie zakupów oraz przygotowywanie posiłków.

W ciągu dnia należy znaleźć chwilę na rozmowę z seniorem, spacer, zainteresowanie go rozrywką, odwiedziny u bliskich, przeczytanie gazety lub wspólną grę. Czas po kolacji to moment relaksu dla opiekunki, ale nie koniec pracy. Warto mieć świadomość, że opieka nad osobami starszymi jest zajęciem całodobowym i konieczne może okazać się chociażby wstawanie w nocy lub pomoc podopiecznemu w skorzystaniu z toalety.

Specyfika pracy

Opieka nad seniorami nie wymaga posiadania specjalnych kwalifikacji, chociaż często przydatna jest chociażby podstawowa wiedza medyczna i zdolność udzielenia pierwszej pomocy. Nie oznacza to jednak, że do tej pracy nadaje każdy. Cenne są zwłaszcza umiejętności interpersonalne, takie jak odporność na stres, dobra organizacja, zdolność empatii czy cierpliwość. Koniecznością i podstawą jest komunikatywna znajomość języka obcego.

Praca dla opiekunki potrafi być frustrująca i męcząca psychicznie, zwłaszcza podczas nieporozumień z podopiecznymi. Warto pamiętać, że seniorzy mają indywidualny charakter i własne przyzwyczajenia, z których nie chcą zrezygnować. Często należy zmierzyć się także z rozmaitymi różnicami kulturowymi. Odpowiednia komunikacja i zdolność osiągnięcia kompromisu są więc konieczne dla zdrowej atmosfery pracy opiekunki i spokojnego odpoczynku podopiecznego.

Jasne strony opieki nad seniorami

Wiele osób stoi przed dużym dylematem, rozmyślając o dochodowym zajęciu z jednej strony i jego wymagającej specyfice z drugiej. Trudno jednak nie zauważyć, że praca dla opiekunki potrafi być bardzo satysfakcjonująca oraz dająca poczucie misji i niesienia pomocy. Poza tym, wiąże się z szeregiem udogodnień - z możliwością poznania nowej kultury i kraju oraz nauką języka na czele. Istotna jest też pomoc ze strony wykwalifikowanych pielęgniarek, które regularnie podają zastrzyki, a także dbają o pielęgnację i dawkowanie leków. Dzięki nim praca ta staje się znacznie prostsza.

Na koniec trudno nie wspomnieć o ogromnej dawce motywacji i dumy, jaka rodzi się podczas relacji z podopiecznymi. Ci ludzie, mimo swojego wieku i stanu zdrowia potrafią odwzajemnić się za okazane im serce dużą ilością ciepła oraz towarzystwem, które niejednokrotnie z początkowej nieufności przeradza się w wyjątkową więź.