



Alte individuell und altersgerecht

Junge oder jüngere Menschen verdrängen gern, dass sie auch einmal alt werden. Im Umgang mit den Alten holen wir dann Klischee-Vorstellungen hervor und beachten nicht, dass auch Alte Individuen sind. Dennoch lassen sich unabhängig von den individuellen Eigenschaften, die ein Mensch aufweist, Gemeinsamkeiten alter Menschen finden. Wenn wir mit alten Menschen arbeiten, sollten wir beides im Auge behalten: Persönlichkeit und Alter. Denn jeder hat seine eigene Biografie. Zugleich sollten wir uns davor hüten, in stereotype Betrachtungsweisen zu verfallen, indem wir die genannten Merkmale „den Alten“ insgesamt anheften. Wir werden auch mal alt. Und wollen dann auch als Persönlichkeit behandelt werden.

Gundi Form

Weltbilder als Burg

Jeder Mensch konstruiert von der Geburt bis zum Tod sein individuelles Weltbild. Vor allem in den Phasen der Kindheit und Pubertät sind Art und Inhalt jedoch noch stark von Einflüssen anderer Personen abhängig. Anschließend verfestigen sich die individuellen Weltbilder immer stärker. Das Phänomen der selektiven Wahrnehmung gewinnt dabei zunehmend die Oberhand und führt in der Konsequenz dazu, dass Weltbilder starrer und unbeweglicher werden. Alte Menschen nehmen vor allem das selektiv wahr, was ihr Weltbild festigt. Andere Sachverhalte, die dagegen sprechen, werden weitgehend ausgeblendet und negiert. Computer? Internet? Blödsinn. Brauche ich nicht. Im Extremfall endet diese Entwicklung im so genannten Altersstarrsinn, wenn neue Informationen, die das starre Weltbild erschüttern könnten, kategorisch abgelehnt werden. Menschen mit einem hohen Grad an Offenheit sind davon allerdings weniger betroffen als jene mit einem niedrigen Grad.

Psycho als Katalysator

Verstärken kann diesen Prozess das Phänomen der sich selbsterfüllenden Prophezeiung. Menschen stellen Vermutungen an über zukünftige Ereignisse, an denen sie beteiligt sind. Unser Verhalten entspricht dann unbewusst und bewusst dieser Voraussage, so dass wir alles dafür tun, damit das Ereignis auch so stattfinden wird. Wenn Alte nun ein relativ gefestigtes Weltbild besitzen und auf dieser Grundlage Vermutungen darüber anstellen, warum etwas funktioniert oder nicht, dann tun sie alles dafür, damit ihre Voraussage auch zutrifft. Und wenn sie dann zutrifft... ich hab's Euch doch gesagt! Eng im Zusammenhang damit sind der Halo-Effekt und Stereotypenbildung zu sehen. Beim

Halo-Effekt schließen Menschen von einer Eigenschaft (z.B. äußere Schönheit) ungerechtfertigt auf eine andere (Intelligenz). Stereotypen sind soziale, berufliche, religiöse oder anders geartete Muster, die sich bilden und unsere Wahrnehmung und das sich daran anschließende Handeln massiv beeinflussen.

Betrachtet man diese Phänomene in der Summe und in Bezug auf den Umgang mit alten Menschen, dann lässt sich daraus folgendes schließen: Es ist wichtig, den Menschen in seiner Individualität zu erkennen, vor allem zu akzeptieren. Es geht darum, parallel zu den erkannten Persönlichkeitsmerkmalen zu agieren und nicht konträr dazu. Neues (Handlungen, Sichtweisen) kann nur in kleinen Schritten dargeboten werden. Vor allem aber müssen wir versuchen, dieses Neue in das bereits bestehende Weltbild zu integrieren. Wer dagegen argumentiert, kann es eigentlich gleich lassen.

Erfahrungen als Schatz

Alte Menschen kennen einen Großteil ihres Wissens und Fühlens aus eigener Anschauung. Sie wissen, wie sich Liebeskummer, Freude, Trauer und all die anderen Emotionen anfühlen. Sie haben Vieles von dem, was Jüngeren noch bevorsteht, selbst erlebt. Das führt unter anderem dazu, dass ihre Gehirne schneller als jene von Jüngeren einen ausgeglichen Zustand erleben, wenn sie zum Beispiel mit emotionalen Bildern konfrontiert werden. Andere, positive Effekte des Selbst-Erlebten negiert die Arbeitswelt, obwohl sie den Unternehmen vielfach nützen könnten:

Alte Menschen können aufgrund ihrer Erfahrungen Entscheidungen besser, weil relativ emotionsloser fällen. Sie erkennen Gesetzmäßigkeiten und Zusammenhänge im Ganzen, haben den Überblick über

das Ganze. Alte Spezialisten sind zudem schneller und effektiver in der Lage zu handeln, weil ihr Unbewusstes (Bauchgefühl, Intuition) auf der Grundlage eines reichen Erfahrungsschatzes besser die Alternativen berechnen kann.

Gehirn als Wandelstern

Entgegen landläufiger Auffassung entwickelt sich das Gehirn bis ins hohe Alter. Die Neurologie kennt verschiedene Phänomene, die zeigen, dass die Entwicklung nicht im Kindesalter beendet ist. Das Gehirn ist bis ins hohe Alter lernfähig und wandelbar. Es kompensiert nachlassende Fähigkeiten, indem zum Beispiel die verschiedenen Regionen besser miteinander kooperieren und einander „zuarbeiten“. Wenn junge Menschen bei einer Aufgabe eher die linke oder rechte Hirnhälfte bevorzugen, dann setzen ältere zunehmend beide gleichzeitig ein. Die in jungen Jahren bevorzugte Asymmetrie wird also zugunsten einer zunehmenden Gleichzeitigkeit aufgegeben. Auch wenn das Gehirn in bestimmten Bereichen abbaut, so kann es doch aufgrund besagter Plastizität dies ausgleichen.

Schlussfolgern lässt sich aus diesen Erkenntnissen für die Betreuung alter Menschen eigentlich dasselbe, was für uns alle zutrifft: Auch alte Menschen wollen Neues erleben. Sie brauchen nur Gelegenheiten dazu. Dieses Neue sollte vor allem Spaß machen, in der Gemeinschaft erlebt werden und die individuellen Besonderheiten des Menschen berücksichtigen. Dann haben unsere scheinbar so lahmen Alten wieder genauso viel Spaß am Leben wie wir und werden wieder jung.

