Wie sich gesellschaftliche Werte und Normen auf die Psyche älterer Menschen auswirken

Autor(en): **Bäurle, Peter**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Schauplatz Spitex : Zeitschrift der kantonalen Spitex Verbände Zürich, Aargau, Glarus, Graubünden, Luzern, Schaffhausen, St. Gallen, Thurgau**

Band (Jahr): **- (2007)**

Heft 2

PDF erstellt am: **29.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-822321

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Wie sich gesellschaftliche Werte und Normen auf die Psyche älterer Menschen auswirken

Es gibt in unserer Gesellschaft zahlreiche Normen und Werte, die sich direkt oder indirekt negativ auf die Psyche von älteren Menschen auswirken. Die folgende Auflistung greift Beispiele heraus, die uns häufig in der Psychotherapie mit älteren Menschen begegnen und verdeutlichen, wie seelisches Leiden im Alter auch von gesellschaftlichen Faktoren geprägt ist.

• Selbstbescheidung: Sie ist in unserer Konsumgesellschaft geradezu kontraproduktiv. Durch Werbung und damit verbundene Aufforderung zum Konsum wird sie permanent torpediert. Damit ist Selbstbescheidung, als wesentlicher Faktor für Lebenszufriedenheit im Alter, nur erschwert erreichbar. Wenn der Prozess der Selbstbescheidung nicht gelingt, kann dies zu Depressionen führen.

• Beruf: Beruf und berufliche Arbeit sind Normgeber der Leistungsgesellschaft. Menschen verbinden Beruf und Selbstwert in hohem Ausmass. Das heisst, mit dem Ausscheiden aus dem Berufsleben ist ein hoher Verlust an Selbstwert verbunden. Ältere Menschen haben dann das Gefühl, nicht mehr gebraucht zu werden, nutzlos und wertlos zu sein, letztendlich nicht mehr wert, geliebt zu werden. Dies kann dazu führen, dass ältere Menschen keinen Sinn mehr im Leben sehen und nicht mehr leben wollen.

• Abhängigkeit: Die häufigste altersspezifische Angst ist die Angst vor Abhängigkeit. Hier stellt sich die Frage, ob nicht durch unsere Erziehung, in der Selbständigkeit und Unabhängigsein als höchste Güter gelten, die Grundlagen für diese Ängste gelegt werden. Vielleicht sind sie aber auch das Endprodukt einer egomanen Konkurrenzgesellschaft. Zumindest scheinen Suizide im Alter in Kulturen, in denen mehr und bessere soziale Kontakte gepflegt werden, seltener zu sein.

• Darstellung in den Medien: Zwar hat sich die Werbung inzwischen etwas mehr auf ältere Menschen eingestellt, doch nach wie vor sind positive Altersbilder in den Medien oder auf Plakatwänden selten. Meist haben Darstellungen des Alters beschämende Auswirkungen auf die Betroffenen.

• Schnelligkeit: Es besteht die Gefahr, dass durch die Überbetonung von Aktivität und Schnelligkeit die Bedeutung der Langsamkeit, des Meditativen zu kurz kommt. Oft ist Langsamkeit im Alter mit entwerteten Vorstellungen verbunden. Ältere Menschen können so unter Leistungsdruck und in Überaktivitäten geraten, die nicht ihren eigentlichen Bedürfnissen entsprechen. Dabei bedeutet die Entdeckung der Langsamkeit nicht allmähliche Einstellung von Aktivität, sondern es ist eher eine beobachtende, achtsame Aktivität gefordert.

• Sexualität: In verschiedenen Studien konnte gezeigt werden, dass zumindest eine grosse Gruppe älterer Menschen auch mit weniger genitaler Sexualität zufrieden und glücklich ist. Durch die Bilder der Medien werden ältere Menschen, insbesondere Männer, unter Leistungsdruck gesetzt und zur Einnahme von potenzsteigernden Medikamenten verführt, was im höheren Alter mit einem erhöhten kardiovaskulären Risiko verbunden ist.

• Stereotypien: Vieles, was dem Alter zugeschrieben wird, ist letztlich ein Kohorteneffekt, das heisst, bedingt durch die Sozialisation in einer bestimmten Zeit. Bei der Kriegsgeneration kann sich durch das Erleben von Not in jungen Jahren im Alter ein Zwang zur Sparsamkeit manifestieren. Fälschlicherweise wird diese oft dem Alter per se zugeschrieben. So entstehen Altersstereotypien, die sich wiederum negativ auf das Selbstbild Älterer auswirken.

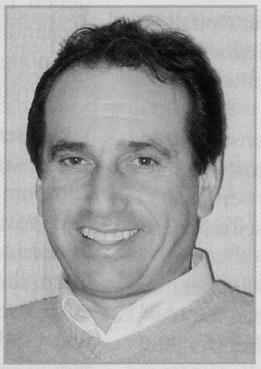
• Endlichkeit: Der Tod wird an die Kliniken verbannt und findet nur noch virtuell statt. Möglicherweise ist auch die Fixierung auf die Jugendlichkeit ein Kontrapunkt zur Endlichkeit, ein Mechanismus, um den Tod zu verdrängen. Eine weitere Möglichkeit zu Verdrängen ist, dass wir uns in den Konsum stürzen. Der Konsum ist für ältere Menschen bei zunehmenden Einschränkungen von Sehen, Hören und vom Aktionsradius her immer schwieriger. Ältere können diesem Trend nicht mehr folgen. Sie sind auf sich selbst zurückgeworfen, ohne dass ihnen die Mittel zur Verfügung stehen, welche die notwendige Introspektion (Beobachtung und Analyse des eigenen Erlebens und Verhaltens) erleichtern.

Was können wir tun?

Viel Zeit wird damit verbracht, Überlegungen zum assistierten Suizid anzustellen. Forschungen hingegen, die Kulturen untersuchen, in denen die Suizidraten Älterer bei einem Bruchteil unserer Kultur liegen, sind äusserst selten. Eine wesentliche Rolle bei niedrigen Suizidraten könnte die Qualität sozialer Beziehungen spielen.

Selbstwert darf nicht allein an beruflicher Leistung festgemacht werden. Dabei geht es nicht darum, Leistung als Wert zu verlassen, sondern anderen Leistungen Älterer die gleiche Wertschätzung wie der beruflichen Leistung entgegenzubringen. Die Leistungen Älterer sind vielfältig und mindestens ebenso anspruchsvoll wie in jüngeren Jahren: Akzeptanz des eigenen Älterwerdens und körperlicher Einschränkungen, Ertragen von Schmerzen, unentgeltliche Tätigkeiten für Jüngere, Auseinandersetzungen mit der Endlichkeit, um nur einige zu nennen.

Der erste Schritt erfordert, dass wir uns bewusster werden, dass viele Probleme des Alters Folgen gesellschaftlicher Normen sind und nicht naturgegeben. Die nächsten Schritte sind die allmählichen Neukonstruktionen dieser Normen und Werte. Wenn Alter wieder als selbstverständlicher Lauf des Lebens angenommen werden kann und nicht um jeden Preis bekämpft werden muss, haben wir gute Chancen, zufrieden alt zu werden. Fangen wir damit an!



Peter Bäurle, Dr. med., Leitender Arzt, Bereich Alterspsychiatrie/Alterspsychotherapie, Psychiatrische Klinik Münsterlingen, Spital Thurgau AG