

# 1 Alter im gesellschaftlichen Kontext

Siegfried Charlier

## Inhalt

1.1	Soziale Gerontologie und ihre Bezugswissenschaften .....	4
1.2	Der Mensch als soziales Wesen .....	7
1.3	Person und Persönlichkeitsentwicklung ..	15
1.4	Psychosomatik als Theorie zu Krankheit und Gesundheit (Der Körper als Spiegel der Seele) .....	23
1.5	Behinderung, Pflegebedürftigkeit, Rehabilitation .....	28
	Lern- und Leseservice .....	31



## Überblick

In diesem Kapitel werden Antworten auf folgende Fragen gegeben:

- Wie wird Gerontologie definiert?
- Auf welchen Bezugswissenschaften fußt die soziale Gerontologie?
- Was bedeutet Hospitalismus?
- Was bedeutet Prägung?
- Welche drei verschiedenen Arten des Lernens werden von Lerntheoretikern unterschieden?
- Welche menschlichen Bedürfnisse unterscheidet Maslow?
- Wie untergliedert sich der Sozialisationsprozess?
- Welche Faktoren beeinflussen die Lebensbedingungen des Menschen?
- Welche Persönlichkeitsmerkmale gibt es nach Guilford?
- Was versteht Freud unter „Abwehrmechanismen“?
- Welche Abwehrmechanismen unterscheidet er?
- Was verstehen Psychoanalytiker unter dem „Wiederholungszwang“?
- Was bedeutet „Regression“?
- Wie definiert die WHO „Gesundheit“?
- Was beinhaltet die „Ganzheitlichkeit“ des Menschen?
- Was sind psychosomatische Krankheiten?
- Wie definiert die WHO „Behinderung“?
- Wie wird das Ausmaß der Pflegebedürftigkeit festgelegt?
- Welche Hilfstätigkeiten beinhalten die Pflegestufen 1–3?
- Welches Ziel hat Rehabilitation?

## 1.1 Soziale Gerontologie und ihre Bezugswissenschaften

Die Gerontologie ist eine noch sehr junge Wissenschaft, die sich den Sozialwissenschaften zuordnet. Darunter werden alle Wissenschaften zusammengefasst, die sich mit dem Verhalten und den Bezie-

hungen des Menschen befassen. Konkret also: Psychologie, Sozialpsychologie, Soziologie, Politologie, Philosophie, Pädagogik und Pflegepädagogik.

**D** Gerontologie im engeren Sinne leitet sich aus dem Griechischen ab (geron = Greis) und meint die Wissenschaft vom Altern und vom Alter. Sie dient der Erforschung der

*körperlichen, psychischen und sozialen Situation alter Menschen in der Gesellschaft.*

### 1.1.1 Soziale Gerontologie

Soziale Gerontologie bedeutet zum einen den Einbezug der Gesellschaft, weil der Mensch ja nicht im luftleeren Raum, sondern im gesellschaftlichen Raum lebt. Zum anderen bedeutet „sozial“ konkret immer die Lebensbedingungen und die Arbeitsbedingungen, unter denen Menschen leben und ihre Erfahrungen machen.

**Lebensbedingungen.** Zu den Lebensbedingungen zählen ganz unterschiedliche Bereiche: Lebe ich allein oder in Partnerschaft? Habe ich Kinder? Haben die bereits das Haus verlassen? Lebe ich in einer Mietwohnung oder im Eigentum? Lebe ich in der Stadt oder auf dem Land? Wie sehen meine sozialen Kontakte in der Nachbarschaft, Verwandtschaft und im Freundeskreis aus? Wie viel Geld steht mir zum Leben zur Verfügung? Wie steht es um meine körperliche Gesundheit? usw.

**Arbeitsbedingungen.** Mit zunehmendem Alter verändern sich die Lebensbedingungen ganz entscheidend, wenn die Menschen nicht mehr arbeiten dürfen. Auf den ersten Blick erscheint der Wegfall der Arbeit vielleicht wie eine Wohltat: der „wohlverdiente Ruhestand“. Auf den zweiten Blick wird aber auch deutlich, wie wichtig die Arbeit für den Menschen ist: Sie gibt ihm eine Tagesstruktur, er verdient mit ihr das Geld für seinen Lebensunterhalt, er erhält Selbstbestätigung und Anerkennung, er hat soziale Kontakte. Wenn die Arbeit in der Gegenwart wegfällt, hat der alte Mensch viel Zeit, sich mit seiner Vergangenheit und seiner Zukunft zu beschäftigen. Der Blick zurück in die Vergangenheit hat oft etwas mit schuldhaften Verstrickungen zu tun, der Blick nach vorne beinhaltet oft die Angst vor der Zukunft und dem Sterben müssen. Arbeit ist insofern auch ein Abwehrmechanismus (S. 18 f). Fällt sie weg, kommen alle früheren Kränkungen und Verletzungen wieder hoch und Zukunftsängste stellen sich ein. Psychoanalytiker nennen das den „Wiederholungszwang“ (S. 20). Alte, nicht verarbeitete Erlebnisse kommen wieder hoch, wie ein „Bäuerchen“, um endlich nachbearbeitet, verstanden und integriert zu werden. Mögliche Zufriedenheit kann dadurch sehr stark beeinträchtigt werden. Umso mehr, wenn das Alterseinkommen (Rente bzw. Pension) als Resultat der früheren Ar-

beitsverhältnisse zu knapp bemessen ist und finanzielle, existentielle Sorgen dazu kommen.

### 1.1.2 Bezugswissenschaften

Die Gerontologie hat viele Bezugswissenschaften bzw. sie wird durch spezielle Fragestellungen vieler einzelner Wissenschaften gespeist (**Abb. 1.1**):

**Biologie.** Das biologische Altern beginnt eigentlich schon mit der Geburt: Ständig sterben Zellen ab und erneuern sich. Mit zunehmendem Alter kommt es zu Alterungserscheinungen nicht nur der Haut und der Sinnesorgane (schlechter sehen und hören), sondern auch des Gehirns (wir werden vergesslicher).

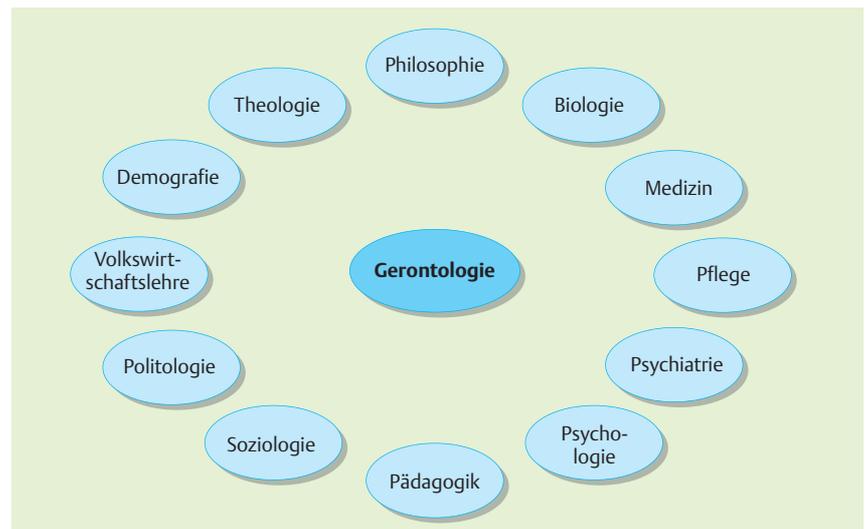
**Medizin.** Die spezielle Richtung der Medizin, die sich auf das Alter spezialisiert hat, heißt Geriatrie. Die Geriater sprechen von der sog. Multimorbidität des Alters, d.h. mit zunehmendem Alter haben sich verschiedene Krankheiten ausgebildet und angesammelt, die nicht mehr alle zu behandeln sind. Umso mehr muss entschieden werden, welches Krankheitsgeschehen im Vordergrund steht und worauf sich die Behandlung konzentrieren muss.

**Pflege.** Mit der Entwicklung einer eigenständigen Pflegewissenschaft rücken immer deutlicher pflegeimmanente Werte in den Vordergrund. Die Pflege fühlt sich dem Menschen und seinen zentralen Bedürfnissen verpflichtet: Gesundheit wiederherstellen bzw. erhalten, Sicherheit, Unabhängigkeit und Selbstständigkeit, Beziehungsfähigkeit und Selbstpflege.

Während sich die Krankenpflege zu Anfang mehr um die Körperlichkeit des Menschen gekümmert hat, steht in der Altenpflege mehr der ganzheitliche Umgang mit dem zu pflegenden Menschen im Vordergrund. Der Mensch wird in seiner Ganzheit von Körper, Fühlen und Denken gesehen (S. 23). Dazu kommt noch sein sozialer Bezug, das soziale Umfeld, in dem er lebt. Pflege ist in diesem Verständnis immer Beziehungspflege, weil der Pflegenden und der auf Hilfe angewiesene alte Mensch in eine soziale Beziehung treten.

**Psychiatrie.** Die Psychiatrie beschäftigt sich mit den seelischen Erkrankungen des Menschen, also mit den Schwierigkeiten der Verarbeitung unseres Gefühls- und Gedankenerlebens. Die klassische Einteilung spricht hier von Neurosen und Psychosen (S. 23). Im Alter kommen als Gegenstand der Gerontopsychiatrie noch eigenständige Krankheitsbilder dazu. Im Vordergrund steht dabei die Demenz, die Altersverwirrtheit, in der Haupterscheinungsform der Alzheimer-Demenz (S. 149 f).

**Psychologie.** Die Psychologie beschäftigt sich zentral mit der Frage, wie der Mensch zu einer eigenständigen Persönlichkeit heranreift. Diese Entwicklung vollzieht sich natürlich nicht im luftleeren, sondern im sozialen Raum von Familie und Gesellschaft, sodass wir eigentlich von Sozialpsychologie sprechen müssen. Nach Ansicht der meisten Fachleute gibt es keine eigenständige Alterspsychologie: Der Mensch bleibt auch im



**Abb. 1.1** → **Bezugswissenschaften.** Die Gerontologie wird durch spezielle Fragestellungen vieler einzelner Wissenschaften gespeist (nach Stanjek, 2001).

Alter derselbe Mensch, der er vorher geworden ist. Allerdings kann sich der Charakter zuspitzen bzw. können Veränderungen der Lebensumstände, z. B. chronische Erkrankungen, sehr stark das Erleben beeinflussen.

**Pädagogik.** In der Pädagogik geht es vorrangig um die Erziehung des Menschen und in der Folge um die Bildung und Ausbildung. Der alte Mensch ist aber schon erzogen, so dass sich die Nacherziehung alter Menschen verbietet. Die Geragogik, als pädagogische Arbeit mit alten Menschen, sollte sich auf die humanistische Aufgabe der Persönlichkeitsbildung konzentrieren. In diesem Sinne sprechen wir heute vom „lebenslangen Lernen“ des Menschen. Auch der alte Mensch hat noch ein Interesse am Lernen. Er lernt allerdings anders: nicht mehr so schnell, dafür kann er viel besser neue Informationen in seinen Erfahrungsspeicher einbauen.

**Soziologie.** Der Mensch als „soziales Wesen“ ist auf das Zusammenleben mit anderen Menschen angewiesen. Er braucht Gemeinschaft und gestaltet Gemeinschaft. Die soziologische Definition des Alters macht sich am Kriterium der fehlenden, nicht mehr notwendigen oder möglichen Erwerbsfähigkeit fest: Man ist alt, wenn man nicht mehr arbeitet. In der Alterssoziologie geht es u. a. darum, wie eine Gesellschaft mit ihren „Alten“ umgeht.

**Politologie.** In der Politikwissenschaft geht es um Fragen der Sozial- und Gesundheitspolitik, also um die Frage der Zukunft des Sozialstaats. Bisher war der tragende Grundgedanke das „Solidarprinzip“, d. h. wer viel verdiente, von dem wurde erwartet, dass er auch einen größeren Beitrag zur Unterstützung schwächerer, in Not geratener Mitmenschen leistet.

**Volkswirtschaftslehre.** Während es in der Betriebswirtschaft nur um den Eigennutz des privaten Gewinns und Vorteils geht, behält die Volkswirtschaft das Wohl des Ganzen im Auge. Volkswirtschaftlich ist die Katastrophe abzusehen: Immer weniger Menschen in Arbeit sollen über ihre Sozialabgaben, sprich Rentenversicherungsbeiträge, immer mehr Rentner bezahlen.

**Demografie.** Heißt wörtlich die Fortschreibung der Altersentwicklung bzw. der Verteilung von alt und jung in der Gesellschaft. Damit sich die Gesellschaft der Bundesrepublik in die Zukunft verlängern kann, müsste jede Familie zwei Kinder bekommen und erziehen. Seit Jahrzehnten wird diese Quote nicht erreicht.

Im statistischen Durchschnitt sind es z. Z. 1.38 Kinder pro Familie. Für die Zukunft der Gesellschaft heißt das, dass wir zu wenig junge, erwerbstätige Menschen und zu viele alte, erwerbslose Menschen haben. Dadurch lässt sich der alte „Generationenvertrag“ (50er Jahre) nicht mehr halten und die Zukunft der Renten und der Gesellschaft ist mehr als gefährdet.

**Theologie.** Der Mensch ist das einzige bekannte Lebewesen, das im Wissen um seine Endlichkeit und Sterblichkeit trotzdem seinem Leben einen „Sinn“ abgewinnen muss. Am Ende ihres Lebens geraten viele Menschen in eine Sinnkrise, wenn sie realisieren, dass „das letzte Hemd keine Taschen hat“. Die Theologie versucht die Frage nach dem „Sinn des Lebens“ in Zusammenhang mit der Frage nach der Transzendenz, dem Weiterleben nach dem Tod, zu klären. Weil der Mensch allem einen Sinn abgewinnen will, sucht er heute wieder mehr nach einer spirituellen, qualitativ geistigen Dimension.

**Philosophie.** Jeder Mensch hat über seine Erziehung eine persönliche Moral, was „richtig“ und „falsch“ ist, gelernt. Ethik als Teil der Philosophie ist der gesellschaftliche Diskurs, die gesellschaftliche Auseinandersetzung, über Moral und Werte. In der Altenpflege brauchen wir in diesem Zusammenhang auch eine sog. Berufsethik. Damit wir verantwortlich handeln können, brauchen wir ethische Grundsätze zu Fragen der Intimität, der Menschenwürde, der Selbstständigkeit, der Sterbehilfe usw. Letztendlich gehört auch das Rechtswesen als Ausformulierung gesellschaftlicher Werte und Grenzen hierzu.

### 1.1.3 Alterungsprozess und Alterspsychologie

Sigmund Freud hat mit seinem Modell der psychosexuellen Reifeentwicklung ein detailliertes Konzept vorgelegt, wie der Mensch vom Baby über Kleinkind, Kind und Jugendlicher bis zum Erwachsenen, reift (S. 127). An dieser Stelle muss es genügen zu wissen, dass der Mensch in verschiedenen Altersstufen mit unterschiedlichen Lernaufgaben konfrontiert ist, sodass die Reifeentwicklung sich das ganze Leben lang fortsetzt. In anderen Zusammenhängen sprechen wir ja auch vom „lebenslangen Lernen“. In der sozialen Gerontologie als Alterswissenschaft interessiert uns v. a. unser letzter Lebensabschnitt: das Alter.

## Alterungsprozess

Während Alter eher statisch definiert ist, meint der Alterungsprozess ein eher dynamisches Geschehen. Die Alterung beginnt bereits mit der Geburt und endet erst mit dem Tod. In diesem Sinne wird die gesamte Lebenszeit umfasst.

### Die Lebenszeit

*Als Gott die Welt geschaffen hatte, bestimmte er für jede Kreatur die Lebenszeit. Der Esel erhielt 18 Jahre, der Hund zwölf, der Affe zehn Jahre. Dem Menschen waren 30 Jahre zugedacht. Damit war der Mensch aber nicht zufrieden. „Welch eine kurze Zeit“, rief der Mensch. Also gab ihm Gott nacheinander die 18 Jahre des Esels, die zwölf Jahre des Hundes und schließlich die zehn Jahre des Affen.*

*Also lebt der Mensch siebzig Jahr. Die ersten dreißig sind seine menschlichen Jahre, die gehen schnell dahin; da ist er gesund, heiter, arbeitet mit Lust und freut sich seines Daseins. Hierauf folgen die achtzehn Jahre des Esels, da wird ihm eine Last nach der anderen aufgelegt. Dann kommen die zwölf Jahre des Hundes, da liegt er in den Ecken, knurrt und hat keine Zähne mehr zum Beißen. Und wenn diese Zeit vorüber ist, so machen die zehn Jahre des Affen den Beschluss. Da ist der Mensch schwachköpfig und närrisch, treibt alberne Dinge und wird ein Spott der Kinder.“*  
(Brüder Grimm)

Je nach Betrachtungswinkel wird Alter völlig unterschiedlich definiert:

- kalendarisch,
- biologisch,
- psychologisch,
- soziologisch.

### Kalendarische Betrachtungsweise

Das Geburtsdatum, bei mir z. B. der 19.11.1952, sagt „objektiv“ einiges über mich aus: Ich bin nicht mehr der Jüngste, bei einer statistischen Lebenserwartung von ca. 80 Jahren habe ich die Lebensmitte bereits deutlich überschritten.

### Biologische Betrachtungsweise

In der Evolution hat Entwicklung in unserem Verständnis von Fortschritt und Beschleunigung erst ab dem Übergang von der einzelligen zur mehrzelligen Vermehrung stattgefunden. Die Einzeller waren durch fortgesetzte Zellteilung so gut wie „unsterblich“, aber sie entwickelten sich auch kaum. Entwicklung beschleunigte sich erst mit der sexuellen Fortpflanzung: Durch die Kombination zweier verschiedener DNA-Stränge wur-

de eine bessere bzw. schnellere Anpassung an veränderte Lebensumwelten möglich. Aber dieser Fortschritt hat wiederum auch seinen Preis: Der Preis der sexuellen Fortpflanzung, also auch der Lust, ist die Sterblichkeit des Menschen.

Mit der erreichten Stufe des Alters müssen wir von der Erdenbühne abtreten und neuem Leben Platz machen. Im Altertum dachte man sich das ganz praktisch: Wenn die Leber in ihrer Lebenskraft erschöpft war, sich verausgabt hatte, musste der Mensch natürlicherweise sterben. Seitdem hat sich die biologische Fachdiskussion immer wieder auf unterschiedliche Zeigerorgane des Altersprozesses konzentriert.

**Zelle.** Direkt nach der Geburt altern die Zellen, sterben ab und werden in unterschiedlichen Rhythmen wieder erneuert, sodass wir biologisch gesehen alle paar Jahre runderneuert, ein neuer Mensch, sind.

**Gehirn.** Bis vor ein paar Jahren dachte man noch, dass das Gehirn das einzige menschliche Organ sei, dessen Zellen sich nicht erneuern könnten. Doch mittlerweile gibt es auch da neue Erkenntnisse, so dass Wissenschaft auch immer die „Irrtümer von heute“ abbildet.

**Stoffwechsel.** Der Stoffwechsel und seine Abbauprodukte, die sog. „freien Radikale“, stehen im Verdacht, das Krebsrisiko und damit die vorzeitige Sterblichkeit des Menschen zu verursachen.

**Sinnesorgane.** Mit zunehmendem Alter können fast alle Menschen schlechter sehen (brauchen eine Brille) und schlechter hören (brauchen ein Hörgerät) usw.

### Psychologische Betrachtungsweise

Man ist so alt, wie man sich fühlt. Das ist eine völlig subjektive Befindlichkeit. Ich dachte z. B. früher immer, wenn ich Großvater würde, dann würde ich mich alt fühlen. Jetzt bin ich es seit ein paar Jahren und alleine dadurch hat sich nichts in meinem subjektiven Lebensgefühl geändert. Wenn ich allerdings schwer erkranken würde, mit Einschränkungen des Lebensspielraumes, dann würde sich das

subjektive Wohlbefinden sicher ganz schnell ins negative Erleben wandeln.

### Soziologische Betrachtungsweise

Aus der gesellschaftlichen Sicht sind wir alt, wenn wir nicht mehr arbeiten müssen bzw. dürfen, also ab dem Eintritt ins Rentenalter. Das wird allerdings gesellschaftlich festgelegt. Vor ein paar Jahren war das Renteneintrittsalter bei 63 Jahren festgeschrieben, dann 65 und jetzt Renteneintritt erst mit 67 Jahren ab dem Jahr x (2013). Auch vorher wird es Menschen geben, die nicht mehr arbeiten können oder keinen Arbeitsplatz mehr finden – nur noch ein Viertel der deutschen Betriebe beschäftigen Arbeitnehmer über 55 Jahre – für sie heißt es dann: Rentenkürzung.

All diese Definitionen des Alters sind unzureichend und nur annäherungsweise brauchbar. Als Weisheit letzter Schluss habe ich in einem neueren Buch folgendes gefunden: „Wir sind erst alt, wenn wir nur noch zehn Jahre zu leben haben.“ (zit. nach Brauchbar u. Heer). Aber wer sagt uns denn, wenn wir nach den Brüdern Grimm das „Affenstadium“ erreicht haben. Volkswirtschaftlich würde das zwar Sinn machen, weil nach den Daten der gesetzlichen Krankenkassen über 50% der gesamten Gesundheitskosten des Lebens erst in den letzten 10 Lebensjahren des Alters eintreten. Wir brauchen über die Finanzierung unseres Sozial- und Gesundheitssystems nicht weiter nachdenken.

### Alterspsychologie

Wenn es auch so etwas wie eine eigenständige Alterspsychologie nicht gibt, weil der alte Mensch derselbe Mensch bleibt, der er vorher geworden ist, so verändert sich das Erleben des Alters psychologisch natürlich durch vielfältige Einflussfaktoren. In der sozialen Gerontologie heißt es: Man ist alt, wenn man nicht mehr arbeiten muss bzw. darf. Wie verändern sich dadurch die Lebens- und Arbeitsbedingungen?

**Kinder sind aus dem Haus.** Wenn man Kinder hatte, sind sie jetzt i.d.R. flügge geworden und haben das elterliche Nest verlassen, man findet sich als Paar oder allein zu Haus.

**Kleinfamilie.** Im Zuge der Entwicklung von der Landwirtschaftsgesellschaft des Mittelalters zum Industriezeitalter ist die Großfamilie zerfallen. Aber auch die heutigen Kleinfamilien zerfallen immer mehr, weil die Lebenswelten durch Scheidung, berufliche Mobilität usw. immer mehr auseinanderdriften. Alte Menschen klagen sehr oft über Einsamkeit und soziale Isolation.

**Anonymität.** Auf dem Land klappt die Nachbarschaft noch einigermaßen, aber in der Stadt hat die Anonymisierung der Menschen dazu geführt, dass man den Nachbarn nicht oder kaum kennt und der Tod im Extremfall erst auffällt, wenn die Strom- und Telefonrechnung nicht mehr bezahlt wird.

**Armut.** Die Zukunft der Renten ist absolut fraglich geworden, weil der alte Generationenvertrag nicht mehr funktioniert (demografische Entwicklung, S. 137). Es gibt schon heute Altersarmut, vornehmlich bei Frauen, die nicht so lange sozialversicherungspflichtig gearbeitet haben. Das wird durch unterbrochene Arbeitsbiografien aber auch bald die Männer treffen.

**Multimorbidität.** Im Alter haben sich verschiedene Krankheiten des Lebens angesammelt, sind teilweise chronisch geworden und beeinträchtigen die Gesundheit und das positive Erleben des Alters.

**Arbeitslosigkeit.** Dies hört sich an dieser Stelle erst einmal etwas irritierend an, weil wir doch auf der einen Seite sicherlich ganz froh sind, endlich aus der Tretmühle der Arbeitspflicht entlassen zu werden. Doch erweist sich hier wieder einmal, dass das was gut gemeint ist, manchmal das Gegenteil bewirkt. Arbeit ist zwar auch lästig und anstrengend, aber sie hat auch sehr viele Vorteile: Sie gibt uns eine Tagesstruktur, sie bietet uns Anerkennung infolge von Lohn bzw. Gehalt, sie bietet uns soziale Kontakte und damit Anerkennung und Wertschätzung.

## 1.2 Der Mensch als soziales Wesen

Wenn der Mensch geboren wird, ist er eigentlich noch nicht zu Ende „gereift“. Er kommt hilflos und abhängig auf die Welt und ist angewiesen auf ein soziales Nest (Familie) und ein soziales Netz (Gesellschaft), das seine „Nachreifung“ nach der

Geburt sicherstellt. Die Tatsache, dass man körperlich die Geburt überstanden hat und abgenabelt wurde, bedeutet noch längst nicht, dass man überlebensfähig ist. Die erste Geburt, die körperliche Geburt, ist insofern nur die notwendige

Voraussetzung für die weitere Entwicklung, die nötig ist, damit der Mensch überlebensfähig und selbstständig wird. Ein neugeborenes Baby, das von seinen Eltern bzw. seiner Mutter nicht angenommen, sondern liegen gelassen und