

## Haltung überdenken: Selbstverständnis und Einstellungen

# Altersbilder

### KURZBESCHREIBUNG

Altersbilder sind individuelle und gesellschaftliche Vorstellungen vom Alter, vom Altern oder von älteren Menschen. Sie können eher positiv oder eher negativ sein. Eine besonders positive Sicht ist die Weisheit des Alters, eine negative Sicht der senile Greis. Solche Stereotype können das Verhalten gegenüber älteren Menschen beeinflussen. Ein Beispiel ist der Umgang mit Krankheit und Schmerzen: Werden diese als normale Alterserscheinungen betrachtet, kann es sein, dass zu wenig dagegen getan wird. Das gilt für die Gesellschaft, für Gesundheitsberufe aber auch für ältere Menschen selbst.

Die Aufgabe soll die Reflexion darüber anregen, wie unterschiedlich sich „das Alter“ zeigt und wie Altersbilder die eigene Haltung bei der Pflege beeinflussen können.

### DURCHFÜHRUNG

#### — Zielgruppe —

- Pflegepersonal in Einrichtungen und Diensten
- Auszubildende für Pflegeberufe

#### — Zeit —

- Arbeitsblatt: 15 Minuten
- Diskussion: 60 bis 90 Minuten

#### — Ablauf —

- Vorbereiten** ■ Material bereitlegen: Flipchart, Tafel oder Pinnwand, Stifte, Arbeitsblatt, Karteikarten  
■ Hintergrund der Aufgabe beschreiben

- Durchführen** ■ Arbeitsblatt lesen und bearbeiten

- Notizen/Gedanken über das eigene Altersbild gegenseitig in der Gruppe vorstellen und auf einem Flipchart, einer Tafel oder einer Pinnwand zusammenfassen
- diskutieren, ...
  - wie sich Altersbilder auf die eigene Haltung und die tägliche Pflege auswirken, z.B. bei der Pflegeplanung, bei der Kommunikation oder bei Beschäftigungsangeboten
  - wo in der Organisation Handlungsweisen oder Angebote angepasst werden sollten, z.B. bei der Alltagsgestaltung

### WEITERE INFORMATIONEN

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend. (2010). Eine neue Kultur des Alterns. Altersbilder in der Gesellschaft – Erkenntnisse und Empfehlungen des Sechsten Altenberichts. Paderborn.

Wurm, S., Berner, F., & Tesch-Römer, C. (2013). Altersbilder im Wandel. Aus Politik und Zeitgeschichte 63 (4-5/2013), 3-8. Mörfelden-Walldorf.

Internetangebot des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend: [www.programm-altersbilder.de](http://www.programm-altersbilder.de)



## Haltung überdenken: Selbstverständnis und Einstellungen

# Altersbilder

### AUFGABE

Rüstige Rentner oder gebrechliche Alte? Die Vorstellungen vom Alter können ganz unterschiedlich sein. Egal wie: Sie beeinflussen unsere Haltung und unser Verhalten gegenüber älteren Menschen.

Überlegen Sie, welches Bild Sie vom Alter haben. Lesen Sie unten die beiden gegensätzlichen Sichtweisen. Notieren Sie Gedanken, die Ihnen spontan dazu einfallen.



Heutzutage bleiben immer mehr Menschen bis ins hohe Alter rüstig und weitgehend gesund. Körperliche Beeinträchtigungen können häufig mit präventiven und rehabilitativen Angeboten gut kompensiert werden. Alte Menschen möchten aktiv sein, Kontakt mit anderen Menschen haben, das Leben und ihre freie Zeit genießen. Sie übernehmen neue soziale Rollen und haben viel Lebenserfahrung, die sie an andere weitergeben können.

Notizen:

---

---

---

---



Im Alter werden die meisten Menschen vergesslich, krank und gebrechlich. Früher oder später sind sie abhängig von der Hilfe anderer. Viele gewöhnen sich mit der Zeit daran und haben weniger Ansprüche an das Leben. Bedürfnisse wie gutes Essen, anregende Unterhaltung, liebevolle Zuwendung, sinnvolle Beschäftigung und Teilhabe verlieren an Bedeutung. Meistens trauern sie den alten Zeiten nach.

Notizen:

---

---

---

---