

Was heißt hier „alt“?

Obwohl ältere Menschen sich in unterschiedlichster Weise im positiven Sinne in gesellschaftlichen Themen engagieren, herrscht oft noch ein Altersbild vor, das vor allem die körperlichen und/oder geistigen Defizite in den Mittelpunkt stellt.

Aus diesem Blickwinkel ist es kaum verwunderlich, dass ältere Menschen in Bezug auf den demografischen Wandel einseitig als „Last“ angesehen werden und dass die Sorge der Gesellschaft sich auf die Pflege und Betreuung focussiert und damit die positiven Aspekte des Alters für das Gemeinwohl zu wenig betrachtet.

Es ist an der Zeit, das Alter in seiner Vielfalt wahrzunehmen und damit ein realistisches Bild vom Alter zu prägen.

Ältere Menschen sind keine homogene Gruppe, dazu ist die Altersspanne an Jahren viel zu lang. Das kalendarische Alter lässt nicht unbedingt eine zuverlässige Beschreibung des Gesundheits- und Aktivitätszustandes zu – dies ist stark abhängig von chronischen Krankheiten und der Tatsache, dass der Alterungsprozess nicht einheitlich verläuft.

In neueren Darstellungen der Sozialwissenschaften und der Gerontologie wird deshalb auch neben den gängigen Begrifflichkeiten eine Einteilung nach der Gesundheit und den Aktivitätsmöglichkeiten der Menschen vorgenommen – dafür steht der Begriff „Go“ = „Gehen“.

Sehr anschaulich und keineswegs abwertend ist die folgende Einteilung aus den USA, die zunehmend auch in Deutschland verwendet wird:

- ✓ **Unabhängig lebende ältere Menschen = „Go-Go“, („Best Ager“). Gemeint sind damit Seniorinnen und Senioren, die im Rahmen ihrer finanziellen Möglichkeiten sehr mobil sind, die sich aktiv und kompetent mit ihren Potenzialen in Gesellschaft, Politik, Wirtschaft einbringen, die kritische Konsumenten, aber auch bereit sind, sich ehrenamtlich und familiär zu engagieren; oft sind sie Zielgruppe in der Werbung.**
- ✓ **In der Gruppe der „Slow-Go’s“ verringert sich der Radius der Aktivitäten weg von aufwändigen Unternehmungen hin auf das eigene Umfeld, Familie, Gesundheit, die eigene Wohnung. Reisen spielt eine eher untergeordnete Rolle, das Sicherheitsdenken in Bezug auf die Mobilität und mögliche Hilfen verstärkt sich.**
- ✓ **Als „No-Go’s“ werden Menschen bezeichnet, deren Beweglichkeit stark eingeschränkt ist und die familiäre Fürsorge, ambulante Pflege und stationäre Versorgung durch andere benötigen. Zwar sind die Möglichkeiten, die eigenen Entscheidungen umzusetzen stark eingeschränkt, dennoch spielt die Selbstbestimmtheit auch bei Pflegebedürftigkeit und Demenz nach wie vor die größte Rolle.**

Das Fazit? Das „Alter“ ist heutzutage im Hinblick auf „die Jugend“ oder „Familie“ die längste Lebensspanne. Entsprechend vielschichtig sind die Menschen und die Lebensumstände, die das Alter prägen. Die „Defizittheorie“, die die nachlassenden Funktionen in den Mittelpunkt stellt, gilt in ihrer Ausschließlichkeit so nicht mehr und muss kritisch hinterfragt werden. Das Alter und damit der so oft betonte gefürchtete „Demografische Wandel“ bringt zahlreiche Ressourcen und Stärken älterer Menschen zutage, die unersetzlich für die Gesellschaft sind.