

Zukunft Alter



Beratung
Coaching
Fortbildung
Supervision

Unser Anliegen ist es,

Ihnen wirkungsvolle therapeutische Formate und Methoden sowie kompetentes Therapeuten-Berater-Helferverhalten für den spezifischen Umgang mit älteren Menschen zu vermitteln.

Unsere Zielgruppe

Alle diejenigen, die mit älteren Menschen beruflich zu tun haben.

Wir bieten an:

zu altersrelevanten Inhalten und Fragestellungen:

Beratung, Coaching,

Fortbildung in unseren Seminaren und Vorträgen,

Supervision und Balintgruppen

Alterspsychotherapie/-psychiatrie

Schmerztherapie im Alter

altersspezifische Diagnostik und Abklärung
(brain and body-check-up).

Pro-aging statt Anti-aging
Wir sind für das Alter –
nicht gegen das Alter

Unser Themenschwerpunkt:

Ein Viertel der Gesamtbevölkerung ist heute über 60 Jahre alt. Die professionelle Begegnung mit älteren Menschen konfrontiert uns in hohem Maße mit unserer eigenen individuellen und historischen Geschichte, mit Bedrohungen und tiefgreifenden unbewussten Ängsten, sowie eigenen Vorstellungen über Altern und Altsein. Die sich daraus ergebenden Reibungen und Konflikte machen den Umgang mit Älteren nicht immer leicht und beschweren beide Seiten. Von den Konsequenzen einer gesellschaftspolitischen Logik betroffen, in der die Wandlungen und Verwandlungen des Alterns zu Kategorien von Defekt und Defizit werden, oder als abgewehrter Neid die realen Möglichkeiten dieser Lebensphase entwerfen und verzerren, und beide Variationen letzten Endes immer gegen die Betroffenen gewendet werden, entkommen wir dem Mainstream dieser Geronto-Logik kaum.

Zwar wird die Bedeutung lebenslangen Lernens unterstrichen, das „well and fit for ever“ hoch beworben, Aktivität und Glücklichkeit im Alter fast schon zwangsverordnet, doch existieren konkret wenig Ideen, mitnichten innovative Konzepte, was denn das Besondere, das spezifisch Wichtige dieses Lebensabschnitts sein kann, wenn er nicht ganz und gar verleugnet wird.

Deshalb vertreten wird den Ansatz, Alter, Alterungsprozesse und die besonderen Qualitäten der Veränderungen des Alterwerdens in den Blick zu nehmen. Hierzu gehören die Kontinuität, die realen Verluste, aber auch die realen Gewinne.

Es gehört dazu auch, Altern nicht entgegen allen anderen Lebensabschnitten als reine Naturtatsache hinzunehmen, sondern sich bewusst zu machen, dass der Verlauf und die Gestaltung des Alterwerdens - ebenso von gesellschaftlichen Diskursen und Strukturen gedacht, geformt, - ermöglicht und behindert wird, wie das übrige Leben auch.

Altern ist eine lebenslängliche Entwicklungsaufgabe.

Darüber hinaus wissen wir heute, dass die über 60jährigen vom 2. Weltkrieg und seinen unmittelbaren Nachwirkungen geprägt wurden, und dass die damaligen Erfahrungen im Alter wieder hochkommen. Angehörige dieser Generation haben typische Verhaltensweisen entwickelt, die in Kriegs- und Nachkriegszeit vorteilhaft waren: „Was uns nicht umbringt, macht uns nur härter!“ Diese erweisen sich im Alter jedoch als problematisch, wenn die Älteren nicht sorgsam mit sich selbst umgehen, körperliche Belastungen ignorieren und Krankheiten nicht auskurieren bzw. ihre seelischen Nöte und deren Folgen nicht thematisieren.

Wir als professionell Tätige begegnen den Betroffenen in unseren Praxen, Kliniken, Beratungsstellen, Altenpflegeeinrichtungen, Institutionen und Be-

trieben. Häufig wird dabei die Kriegsvergangenheit überhaupt nicht thematisiert.

Rund drei Viertel der heute über 60jährigen, d.h. 15 Millionen, sind aktiv konfrontiert worden mit Krieg und Nachkriegsfolgen, Evakuierung, Internats-, Heim-, Lageraufenthalt, Vertreibung, Flucht, Fliegerangriffen, Ausbombung, direktem Kriegserleben, Gefangenschaft, Verwundung, Not, Hunger, Armut.

Einige Zahlen: 12 Mill. auf der Flucht, ca. 300.000 verschleppt, 1,7 Mill. Witwen mit fast 2,5 Mill. Halbweisen und etwa 100.000 Vollweisen, ungefähr ¼ aller deutschen Kinder wuchsen nach dem 2. Weltkrieg ohne Vater auf.

Millionen von Männern, die den Krieg an der Front erlebt haben, hunderttausende aus der Gefangenschaft Heimgekehrte, zehntausende Jugendliche im Volkssturm und als Flakhelfer, hunderttausende Wehrmachtshelferinnen, hunderttausende Frauen vergewaltigt, 400.000 Menschen wurden sterilisiert. Auch das gehört zum Alter.

Wir haben uns bisher zuwenig um diese Generation gekümmert, sie selbst haben aufgebaut nach dem Krieg, sie haben verdrängt. Jetzt im Alter angesichts von Terroranschlägen und befürchtigtem Krieg, kommen die damaligen Erlebnisse wieder hoch. Hinzu kommt in vielen Fällen eine Abnahme der Kontrolle infolge von Demenzerkrankungen. Solche Zustände werden häufiger werden, wenn alte Menschen in Abhängigkeit geraten, z.B. in Heim oder Klinik. Wir sollten uns nicht wundern, wenn solche Patienten scheinbar unmotiviert aufschreien oder in anderer Form auffällig werden, z. B. wenn eine alte Frau sich heftig wehrt, wenn ein männlicher Pfleger sich um sie zu kümmern versucht, vielleicht erinnert sie sich in diesem Augenblick an eine Vergewaltigung im Krieg oder auf der Flucht. Das haben Ärzte, Therapeuten, Pflegekräfte u.a. lange Zeit nicht verstanden, die Jüngeren wissen nicht einmal etwas „von damals“.

Dabei würden die Betroffenen gerne über ihre Vergangenheit reden, aber wie, wenn wir ihre Signale nicht verstehen? Wir wollen zeigen, wie es möglich ist, frühere Lebenserfahrungen in persönlichen, beratenden und therapeutischen Gesprächen zu berücksichtigen. So kann Hilfe geleistet, Entlastung gegeben, Stabilität bewirkt werden, aber auch Arbeitszufriedenheit erlangt werden. Es geht um das Aufbrechen der Blindheit, bei all denen, die mit älteren Menschen zu tun haben.

Besonderes Augenmerk bedarf die Altersgruppe um die Lebensmitte (50plus).

Ansetzend daran, dass mit Ausscheiden aus dem Arbeitsprozess (entweder durch Verlust des Arbeitsplatzes, Frühberentung, reguläre Berentung oder Pensionierung) auch die Fähigkeiten, Erfahrungen und Kenntnisse der Men-

schen brachgelegt werden, wollen wir Unterstützung leisten, entweder schon vorher, in Vorbereitungsseminaren oder auch nachher für diejenigen, die weiter am Arbeitsleben teilnehmen wollen, d. h. deren Motivation zu fördern, das Zutrauen zu stärken, die Kenntnisse zu erweitern und auf einen modernen Stand zu bringen (z.B. im Umgang mit EDV oder den modernen Informations- und Kommunikationstechnologien), um der Stilllegung „fruchtbarer Acker“ – (Leistung und Erfahrung der „Alten“) entgegenzuwirken.

Weitere Informationen und Beratung

Für ein persönliches Gespräch stehen wir gerne zur Verfügung.

aging-alive® - natürlich älter werden

Kompagniestraße 3

24937 Flensburg

Tel. 0461 / 1682010 – Fax ~ 1682035

Email: info@aging-alive.de

www.aging-alive.de

Dr. Dietmar Höhne

FA für Psychosomatische Medizin

und Psychotherapie

Kompagniestraße 3

24937 Flensburg

Tel. 0461 / 1682010 – Fax ~ 1682035

Email: dietmar.hoehne@t-online.de

www.dietmar-hoehne.de

Dr. Horst Hassel

FA für Neurologie u. Psychiatrie, Psychotherapie

Moltkestr. 20, 24937 Flensburg

Tel. 0461 / 9957320 – Fax ~ 9957322

Email: info@kontext-flensburg.de

www.kontext-flensburg.de

Dr. Harald Lucius

FA für Neurologie u. Psychiatrie,

Chirotherapie, spez. Schmerztherapie, Akupunktur

Fachklinik Schleswig - Schmerzambulanz

Tel.. 04621 / 831120 – Fax ~ 834874

Email: hlucius@fksl.de

www.fksl.de

Dr. Paul Pagels

Zentrum für Arbeitssicherheit und Medizin,

Psychotherapie

Am Oxer 9, 24955 Harrislee

Tel. 0461 – 7749040

Email: p.pagels@t-online.de