

# **Entwicklung im hohen Erwachsenenalter und Resilienz.**

## **Eine Studie zur resilienzfördernden Wirkung von ICT-Instrumenten im hohen Alter**

### **Ziel der Arbeit**

Die Studie fusst auf dem Projekt „Internet-Corner“ am Stadtspital Waid in Zürich (CH). An der Klinik für Akutgeriatrie haben Frau Evelyne Bucher (lic. phil.) und Frau Dr. med. Berta Truttmann einen Internet-Corner für ältere Menschen aufgebaut. Der Fokus liegt auf dem Erhalt und der Stärkung der sozialen Beziehungen. Der Corner weist ein besonderes Merkmal auf: Die Besucherinnen und Besucher werden von freiwilligen Helferinnen und Helfern betreut. Damit wird es möglich die sozialen Kontakte der älteren Menschen auf zweierlei Weise zu fördern: Durch das Erlernen der modernen Kommunikationsmittel und durch direkte zwischenmenschliche Kontakte bei der Arbeit am Corner. Der Betreuung der freiwilligen Helferinnen und Helfer durch die beiden Projektleiterinnen wurde ein spezielles Augenmerk gewidmet und bildet den eigentlichen Erfolg des Projekts.

In pädagogischer Hinsicht zielt der Corner auf den Erhalt und die Stärkung der psychischen Ressourcen der älteren Menschen ab. Verschiedene Studien belegen, erfolgreiches Altern hängt wesentlich von der psychischen Widerstandsfähigkeit – der *Resilienz* – der betagten Personen ab. Das Konzept der Resilienz basiert auf einem *positiven* pädagogischen Denkansatz: Fähigkeiten und Entwicklungspotentiale sollen gestärkt und Entwicklungsgefährdungen neutralisiert werden. Im Zentrum stehen die Potentiale und Ressourcen der Menschen.

### **Methodisches Vorgehen**

Die wissenschaftliche Begleitung des Projekts erfolgte durch Prof. Dr. Fritz Oser, Lehrstuhlinhaber des Departements Erziehungswissenschaften an der Universität Freiburg (CH). In einer explorativen Studie wurden die Besucherinnen während 4.5 – 8 Monaten beobachtet. In je drei Erhebungen hatten sie Fragebogen zur Resilienz, zur Alterszufriedenheit und zu den E-Mail-Kontakten sowie weitere ergänzende Fragen zu beantworten. Die freiwilligen Betreuerinnen und Betreuer wurden ebenfalls in die Untersuchung miteinbezogen.

## **Ergebnisse und Diskussion**

Im Rahmen des Projekts Internet-Corner haben wir gesehen, dass ältere Menschen interessiert sind den Umgang mit modernen Informations- und Kommunikationstechnologien (ICT) zu erlernen. Sie sind auch im hohen Alter fähig sich die moderne Technik anzueignen und diese erfolgreich anzuwenden. Bei den E-Mails konnte eine signifikante Zunahme der Kontakte verzeichnet werden. Dabei wurden vorwiegend bestehende Kontakte durch Online-Kontakte intensiviert. Generell spielen wahrscheinlich das Gemeinschaftsgefühl sowie die sozialen Kontakte am Internet-Corner selbst eine grössere Rolle als das Technische an sich. Internet und E-Mail werden so zum Mittel respektive Mittler für das Erleben direkter und indirekter Kontakte.

Die freiwilligen Helferinnen und Helfer wurden durch die beiden Projektleiterinnen intensiv betreut. Diese Betreuung fusste selber wieder auf dem ressourcenorientierten Konzept der Resilienz: Welche Potentiale bringt ein Betreuer mit und wo erzielt er mit dem geringsten Aufwand die grösste Wirkung? Das waren die Leitfragen der Betreuung der Betreuerinnen und Betreuer. Sie bestimmten die Führung des Betreuerteams und begründeten die positive Stimmung der freiwilligen Helferinnen und Helfer am Corner. Dank der Unterstützung konnten sie ihre initiale Motivation bewahren und Schwierigkeiten im Umgang mit älteren Menschen bewältigen. So setzten die Betreuerinnen und Betreuer die Idee des Projektes erfolgreich um und konnten ihre Freude und Motivation auch den Besucherinnen und Besuchern vermitteln.

Das Projekt konnte mit minimalen finanziellen Mitteln durchgeführt werden. Alle beteiligten Personen arbeiteten und arbeiten nach wie vor unentgeltlich. Auch hier zeigte sich: Das Gelingen des Projekts hängt nicht so sehr vom Geld und der neuesten Hardware ab, sondern liegt vielmehr in der Qualität der sozialen Beziehungen.

## **Schlussfolgerung**

Ältere Menschen bewältigen altersbedingte Einschränkungen umso besser, je höher ihre psychische Widerstandsfähigkeit ausgebildet ist. Das Projekt Internet-Corner

zeigt, dass solche Ressourcen mit modernen Informations- und Kommunikationstechnologien gestärkt werden können. In einem Umfeld feinfühligere Betreuung lassen sich ältere Menschen auf moderne ICT-Mittel ein und erleben Generativität und Selbstbewusstsein durch das Erlernen und den Einsatz der Kommunikationsmittel der „Jungen“. Der Erfolg des Corners basiert auf einem ressourcenorientierten Ansatz: Sowohl die Besucher als auch die Betreuer wurden in ihren Potentialen gestärkt – statt mit ihren Defiziten konfrontiert. Beide, Helfer und Betreute, wuchsen so über die anfänglichen Beschränkungen hinaus.