

In der Krise helfen Senioren Signale der Zuwendung

HEIDELBERG Klare Erklärungen und Signale der Zuwendung sind nach Ansicht des Gerontologen Andreas Kruse unabdingbar für in der Corona-Krise weitgehend isolierte alte Menschen. Ihnen müsse genau vermittelt werden, warum sie kaum noch Besuch bekommen oder das Altenheim nicht verlassen dürfen, sagt der Direktor des Instituts für Gerontologie an der Universität Heidelberg. Außerdem müsse ihnen deutlich gezeigt werden, dass sie nicht vergessen wurden. „Sondern im Gegenteil“, betont das Mitglied des Deutschen Ethikrats, „dass man intensiv an sie denkt und durch symbolische Handlungen — wie zum Beispiel Einkaufsdienste und andere Formen des Kontakts wie Telefon, Skype oder Internet — versucht, den Kontakt auf-

rechtzuerhalten.“ Damit fördere man auch die Widerstandsfähigkeit älterer Menschen, so Kruse. „Diese psychische Widerstandsfähigkeit darf man nicht unterschätzen. Das bedeutet, sie können mit zum Teil erheblichen Belastungen und Einschränkungen umgehen, diese innerlich verarbeiten.“ Dazu aber müsse eben unmissverständlich erklärt werden, warum soziale Kontakte auf ein Minimum reduziert werden. „Die Beschränkung sozialer Kontakte bringt ja auch die Solidarität mit alten Menschen zum Ausdruck“, erklärt der Altersforscher.

Um alte Menschen, gerade angesichts des hohen Risikos für schwere Verläufe bei einer Erkrankung, nicht noch weiter zu verunsichern, ist nach Überzeugung Kruses auch der Ein-

fluss von Politik und Behörden entscheidend. Eine mit Souveränität und Ruhe gepaarte Kompetenz bedeute für viele eine Sicherheit, einen Schutz vor möglichen Gefahren. „Solange die Sicherheit gegeben und ausgestrahlt wird, solange sich zahlreiche Zeichen der Solidarität auch mit den alten Menschen zeigen, solange ist die Psyche geschützt“, sagt er.

Emotional tragfähige und anregende Kontakte seien im Alter fast noch bedeutsamer als in früheren Lebensabschnitten, betont Kruse. Gerade jetzt sei es wichtig, dass Vertraute intensiv nach Kompensation suchen, wo Face-to-face-Kontakte nicht möglich sind. „Briefe, von Enkeln oder Urenkeln angefertigte Bilder, Telefonate, Mail- oder Skype-Kontakte“, so Andreas Kruse, „sind hier eine wichtige Hilfe.“