Zeitschrift: Intercura : eine Publikation des Geriatrischen Dienstes, des Stadtärztlichen Dienstes und der Psychiatrisch-Psychologischen Poliklinik der Stadt Zürich

Herausgeber: Geriatrischer Dienst, Stadtärztlicher Dienst und Psychiatrisch-Psychologische Poliklinik der Stadt Zürich

Band: - (2006-2007)

Heft: 94

Rubrik: Altersmythos : sozioemotionale Selektivität im Alter

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 15.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Altersmythos: Sozioemotionale Selektivität im Alter

Altersmythos

Die Selektionskriterien, nach denen alte Menschen ihnen Wichtiges auswählen, sind altersspezifisch, aber individuell sehr verschieden.

Wirklichkeit

Unabhängig vom Alter wählen Menschen, die zur Überzeugung gelangt sind, ihre Zeit sei begrenzt (Hochbetagte, unheilbar Kranke, Menschen vor einer Zeitenwende) Ziele und soziale Beziehungen, die sich auf positive Gefühlszustände beziehen, die Sinn oder emotionale Zufriedenheit versprechen (= sozioemotionale Selektivitätstheorie).

Begründung

- Im hohen Alter werden «soziale Konvois », die kleine Zahl enger Vertrauenspersonen, die verantwortlich sind für die wichtigsten und häufigsten Sozialkontakte, immer mehr auf gut Vertraute beschränkt, die emotionale Zufriedenheit am ehesten garantieren. Dazu werden gewisse Personen aus diesem inneren Kreis ausgestossen, andere darin aufgenommen. Solche Beziehungen basieren dann häufig auf lebenslangem wechselseitigem Austausch und geben selbst sehr Gebrechlichen das Gefühl, noch von anderen gebraucht zu werden.
- So erreichen auch Hochbetagte ein qualitativ gleich gutes und quantitativ gleich grosses soziales Netz in einer vertrauten Umgebung. Der altersbedingte Verlust von Bezugspersonen bleibt so auf das äussere Netz des weniger wichtigen sozialen Austausches beschränkt.
- Dieser Selektionsprozess lässt sich nicht nur für Hochbetagte nachweisen, sondern auch für schwer kranke Junge (Aidspatienten) und – vorübergehend – für Menschen vor einer Zeitenwende (Menschen in Hongkong 4 Monate vor der Rückgabe an Rotchina, aber nicht mehr ein Jahr später).
- Die zunehmende Wichtigkeit der emotionalen Bezüge mit zunehmendem Alter beeinflusst auch die kognitiven Prozesse. Während die Gedächtnisleistungen insgesamt abnehmen, steigt die Fähigkeit sich emotional Bedeutendes zu merken:

Beim Nacherzählen eine Stunde nach dem Lesen einer Kurzgeschichte erinnern sich 20–29-Jährige an 20±4% der emotionalen Inhalte, 35–45-Jährige an 22±3%, 53–67-Jährige an 32±5% und 70–83-Jährige an 34±3%.

- In der Folge gelingt es Betagten, ihre positiven emotionalen Erlebnisse an Häufigkeit und Intensität wie im jungen Erwachsenenalter zu halten, hingegen solche mit negativen Erlebnissen bis ins hohe Alter an Häufigkeit (aber nicht an Intensität) zu reduzieren. Lediglich im höchsten Alter nehmen Erlebnisse mit negativen Emotionen wieder leicht zu, erreichen aber nie mehr das hohe Niveau von jungen Erwachsenen.

Carstensen LL et al: Taking time seriously. A theory of socioemotional selectivity. American psychologist 54:115 – 181; 1999