

Amerikanisch-deutscher „Austausch“

Ein Gemeinschaftsprojekt zum Thema Lebensqualität im Alter

Bevölkerungspyramiden, die durch die Zunahme der über 60-Jährigen allmählich zu Pilzen werden, prägen die Zukunftsbilder in unseren Köpfen. Die Verunsicherung wie sich das Leben als älter werdender oder alter Mensch gestaltet steigt, auch aufgrund aktueller sozialpolitischer Debatten.

Vor dem Hintergrund solcher Bilder und Prognosen der demographischen Entwicklung, die sich nicht nur in Deutschland sondern auch in anderen industrialisierten Ländern vollzieht, gingen in einem Gemeinschaftsprojekt 12 amerikanische und 8 deutsche Studierende einigen Aspekten zur Lebensqualität im Alter nach. Sie fokussierten dabei insbesondere die amerikanische und deutsche Perspektive und kamen zu folgenden Ergebnissen:

Aspekte zur Lebensqualität im Alter sind so vielfältig wie das Alter(n) selbst. Im Mittelpunkt der Betrachtung standen bei diesem Projekt ausgewählte Punkte wie Familienstand, Einkommen, Wohnbedingungen, aber auch Einflussfaktoren wie Schmerzfreiheit, Demenz, Sexualität, Ernährung und altersgemäße Versorgung mit Hilfsmitteln. Im Ländervergleich zeigten sich sowohl Parallelen als auch Unterschiede. So wurde und wird das Thema Lebensqualität und Sexualität im Alter nach wie vor tabuisiert und sowohl in der wissenschaftlichen amerikanischen als auch der deutschen Forschung unzureichend berücksichtigt.

Unterschiede wies folgender Ländervergleich auf: 68 % der amerikanischen Bevölkerung, aber nur 35 % der deutschen Bevölkerung waren in wissenschaftlichen Befragungen optimistisch im Hinblick auf die Lebensqualität im Ruhestand. Hier wurden Erlebens- und Verhaltensmerkmale wie der subjektive Gesundheitszustand, Freizeitaktivitäten und Teilhabe am gesellschaftlichen Leben erfasst.

Im Austausch am 21. Mai schätzten die amerikanischen Studierenden das deutsche Sozialversicherungssystem durchaus als „Wohlfahrtssystem“ ein.

Fazit der Ergebnisse: Psychosoziale Merkmale scheinen einen größeren Einfluss auf die prognostizierte Lebensqualität im Alter zu haben als manche demographische und sozioökonomische Variable. Das Leben selbst kann auch im Alter oft nur vom einzelnen Menschen für sich ganz individuell in der Qualität beurteilt werden.

Der eintägige amerikanische-deutsche Austausch am 21. Mai war nur der Auftakt eines einwöchigen Aufenthalts der 12 amerikanischen Studierenden. Sie kamen in Begleitung von Professor Robert McDermott (Professor für Gesundheitserziehung und Bevölkerungsgesundheit) der Universität Süd Florida und Professor Dale Ritzel (Professor für Gesundheitserziehung und Rehabilitation) von der Universität Süd Illinois. Beide Professoren beschäftigen sich mit Fragen der Gesundheitserziehung und Gesundheitsförderung und pflegen seit Jahren eine Kooperation mit Professor Klaus Klein Lehrstuhlinhaber der Forschungsstelle für Gesundheitserziehung an der Universität zu Köln. Neu an diesem Projekt war die gemeinsame Kooperation mit dem Zentrum für Heilpädagogische Gerontologie, das sich mit Fragen des Alterns und des Alters beschäftigt. Hier wurde das Projekt von Dr. Helmut Berghaus (Akademischer Direktor der Heilpädagogischen Fakultät) und Dr. Heike Milz (Ärztin und wissenschaftliche Mitarbeiterin am Zentrum für Heilpädagogische Gerontologie) koordiniert.

Die Projektplanung begann im Dezember 2005 mit der Themenabsprache zwischen den 5 Projektkoordinatoren. Auf deutscher Seite war etwas Überzeugungsarbeit notwendig, um Studierende für die Teilnahme am Projekt zu gewinnen. Die Bedenken seitens der deutschen Studierenden ihre Ergebnisse in englischer Sprache zu präsentieren, galt es in der Anfangsphase zu beseitigen. Es wurde dann ein e-mail Kontakt zwischen den Studierenden in Köln und Florida hergestellt. Amerikanische und deutsche Studierende erarbeiteten im gemeinsamen e-mail Austausch verschiedene Themen zur Lebensqualität im Alter. Am 21. Mai wurden die Ergebnisse gegenseitig präsentiert und diskutiert. Auch der gesundheitsfördernde Aspekt wurde an diesem Tag

berücksichtigt. Die Studentin und gelernte Köchin Enny Wilke sorgte für das leibliche Wohl aller Teilnehmer. Und zeigte einmal mehr, wie schmackhaft beispielsweise Salate, Kartoffelauflauf und Spargelsuppe unter den Aspekten einer vitamin- und mineralstoffreichen, kalorienbewussten Ernährung sein können.

Am Ende des Tages überreichten Professor Robert McDermott und Dr. Heike Milz allen Studierenden ein Teilnahmezertifikat. Insgesamt fand das Projekt bei den Studierenden und Koordinatoren großen Anklang. Es hat sich gelohnt über die Ländergrenzen hinaus zu schauen und gemeinsam problemorientierte Ansätze in der Diskussion zu erarbeiten. Für 2007 ist ein erneutes Gemeinschaftsprojekt geplant. Dann werden sich amerikanische und deutsche Studierende über Aspekte der Gesundheitsförderung im Alter vielleicht im Rahmen eines Gegenbesuchs an den genannten amerikanischen Universitäten austauschen.

Ansprechpartnerin und Autorin:

Dr. med. Heike Milz

Tel.: 0221/470-5556

Fax: 0221/470-3793

e-mail: milz@hrf.uni-koeln.de