

Was leisten Ältere?

Während einige keine Probleme mit dem Alterwerden haben, machen sich andere Gedanken über dieses Thema. Gehört man ab 50 zum alten Eisen? Oder fangt das schon früher an? Sind die grauen Haare ein Warnsignal?



Ältere Mitarbeitende können jüngeren zeigen, wo's langeht, aber auch von ihnen profitieren.

Quelle: endostock – www.fotolia.com

Ab welchem Lebensalter gehört man zu den Älteren? Das ist auch eine Frage des eigenen Standpunktes. Ein 20-jähriger Mitarbeiter wird einen 40-jährigen Kollegen vielleicht schon zur Kategorie der Älteren zählen. Wenn man sich in den Firmen umsieht, stellt man fest, dass nicht nur Jüngere in Führungspositionen sind. Der richtige Mix zwischen Jung und Alt macht es. Leider sind es die Älteren, die bei sich nachlassende Fähigkeiten feststellen, aber ganz vergessen, dass andere Fähigkeiten mit dem Alter auch zunehmen. Jetzt kommt es darauf an, sich den Anforderungen zu stellen und nicht zu resignieren. Es ist eine Frage der Einstellung, ob man sich alt fühlt und einen Leistungsabfall fürchtet.

Was Ältere besser können

Mit zunehmendem Alter wachsen ihre Berufserfahrung, die Urteilsfähigkeit und das selbständige Denken. Darüber hinaus ist die emotionale Stabilität höher, Jüngere unterliegen stärker Stimmungsschwankungen als Ältere. Arbeitsmediziner haben bei Untersuchungen festgestellt, dass mit vorgerücktem Alter das Verantwortungsbewusstsein steigt. Mit den Jahren gewinnt der Ältere den Überblick und erfasst Zusammenhänge bei der täglichen Arbeit besser. Mit zunehmendem Alter wächst die Zahl derjenigen, die ihren Gesundheitszustand selbst als «gut» und «sehr gut» einschätzen.

Im Laufe der Jahre nehmen folgende Punkte zu:

- Arbeits- und Berufserfahrung
- Verantwortungsbewusstsein
- Urteilskraft
- Ausgeglichenheit
- Gesprächsfähigkeit
- Sorgfalt und Zuverlässigkeit
- Selbständigkeit
- Menschliche Reife

Was Ältere nicht können

Die Meinung, ältere Mitarbeiter würden überwiegend veraltete Ansichten haben, ist absolut falsch. Richtig ist, dass Ältere einen neuen Vorschlag kritischer prüfen. Die positiven Faktoren des Älterwerdens sind: Zuverlässigkeit, grössere Erfahrung, Verbundenheit mit der Firma und den Kunden, Verantwortungsbewusstsein und Ausgeglichenheit. Allerdings darf nicht vergessen werden,

dass man schon früh in einigen Bereichen abbaut.

Es nehmen ab:

- Muskelkraft und Beweglichkeit
- Seh- und Hörvermögen
- Reaktionstempo
- Widerstandsfähigkeit gegenüber Dauerbelastung
- Lesetempo
- Kurzzeitgedächtnis
- Fähigkeit, unter Zeitdruck zu arbeiten

Die reifen Jahrgänge haben höhere Ansprüche an ihren Arbeitsplatz. Motivation bedeutet ihnen mehr, und die Arbeitszufriedenheit ist wichtiger als das Gehalt.

Tipps für die Älteren

Machen Sie sich immer wieder klar:

Ihre Berufserfahrung ist Ihr grösstes Kapital. Und werfen Sie Bedenken, ein jüngerer Kollege könnte einen älteren Vorgesetzten ablehnen, über Bord. Der Altersunterschied zwischen Ihnen und einem anderen ist selten ein Stolperstein.

Der demografische Wandel ist in den Betrieben angekommen. Man kann nicht länger daran vorbeigehen, dass die 50- bis 64-Jährigen bald die stärkste Gruppe der Erwerbstätigen bilden.

1. Sagen Sie «Ja» zu Ihrem Alter, Altern gehört zum Leben. Gaukeln Sie sich nicht «ewige Jugend» vor.

2. Trainieren Sie – aber vernünftig – Körper und Geist rechtzeitig. Achten Sie auf richtige Ernährung. Ihr Körper dankt es Ihnen mit Gesundheit im Alter.

3. Freuen Sie sich über Ihren Schatz an Lebenserfahrung, ohne das immer wieder zu betonen! Das provoziert Jüngere.

4. Bleiben Sie gegenüber Neuerungen aufgeschlossen.

5. Erkennen Sie Grenzen an: Leben mit Grenzen ist auch eine menschliche Leistung.

6. Äussern Sie im Betrieb Ihre Meinung mit Zivilcourage, verlangen Sie Anerkennung von der jüngeren Generation.

7. Halten Sie Kontakt zu den Junioren im Betrieb. Erkennen Sie jede Altersklasse an!

8. Versuchen Sie nicht krampfhaft, jung zu bleiben. Verhalten Sie sich altersgemäss. Kleiden Sie sich nicht so wie andere, die 30 Jahre jünger sind. Stehen Sie zu Ihrem Alter.

Und: Reden Sie nicht immer von früher. Früher war angeblich alles besser. Begriffe wie «Zu meiner Zeit» mögen junge Leute nicht. Oder: «Wenn Sie erst mal in mein Alter kommen ...». Schnell kommen da die Gedanken auf: «Die Alten, die leben in einer ganz anderen Zeit, die reden ja immer von früher.» Haben Sie Verständnis für die Jugend, verzichten Sie auf Worte wie «Grünschnabel». Tolerieren Sie Eigenarten bei den Jungen. Lehnen Sie die Null-Bock-Generation nicht pauschal ab. Das Gehabe der «Junioren» legt sich wieder. Erinnern Sie sich doch mal an «Ihre Zeit».

Wandlung der Leistung, nicht Minderung

Die Meinung, ältere Mitarbeiter seien doch überwiegend nicht mehr leistungsstark, ist absolut falsch. Statt von Minderung muss man von Wandlung der Leistung sprechen. Wenn der Vorgesetzte die positiven Faktoren der älteren Mitarbeiterin fördert, etwa Zuverlässigkeit, grössere Erfahrung, Verbundenheit mit der Firma und den Kunden sowie das Verantwortungsbewusstsein, nutzt er das Leistungspotenzial der reiferen Jahrgänge.

Zu einem weit verbreiteten Vorurteil gehört die Aussage, ältere Kun-

den würden sich an ältere Mitarbeiter und jüngere an junges Personal wenden. Das ist gelegentlich so, daraus lässt sich aber kein Fazit ziehen. Man würde seine eigene Aktivität eingrenzen, wenn man möglichst nur Kunden bedienen würde, die genauso alt oder jung sind. ■■■■

Rolf Leicher, Dipl.-Betriebswirt aus Heidelberg (Deutschland), sammelte nach seinem Studium umfangreiche Erfahrungen im Innen- und Aussendienst. Er ist langjähriger Kommunikationstrainer sowie Autor von elf Fachbüchern und über 2000 Presseartikeln. Seine Seminarartätigkeit führt ihn regelmässig auch in die Schweiz.

WAS SICH ÜBER 50-JÄHRIGE WÜNSCHEN

Platz 1: Interessante, abwechslungsreiche Tätigkeit

Platz 2: Gutes Verhältnis zu Mitarbeitern

Platz 3: Stressfreies Arbeitstempo, ohne Hektik

Platz 4: Hohes Maß an Selbständigkeit

Platz 5: Hohes Maß an Verantwortung

Platz 6: Geringe nervliche Belastung

Platz 7: Gute Arbeitsplatzbedingungen