

BILDER DES ALTERN(N)S VIELFALT ERKENNEN UND ANERKENNEN

NATIONALE FACHTAGUNG FÜR GUTES ALTERN
26. APRIL 2012 IN BERN

PROF. DR. SIGRUN-HEIDE FILIPP
(UNIVERSITÄT TRIER)



WO FINDEN WIR „BILDER DES ALTERS“?

- **IN DER WISSENSCHAFT VOM ALTERN:** Modelle und zentrale Befunde der (psycho-)gerontologischen Forschung
- **IM ALLTÄGLICHEN MITEINANDER:** Altersbilder und Altersstereotype in den „Köpfen“ der Menschen (= Thema der sozialpsychologischen Forschung / der Wissenschaft von den Stereotypen)

IN DER WISSENSCHAFT: ZWEI ZENTRALE BEFUNDE

- 1.** Das Alter ist in sich so unterschiedlich, dass es einer Differenzierung bedarf:
 - Differenzierung in „Drittes“ und „Viertes“ Alter
 - Ersetzung des kalendarischen Alters durch „funktionales“ Alter
- 2.** Das Alter ist jener Abschnitt im Lebenslauf, in dem die Unterschiede zwischen den Altersgleichen beinahe ein Maximum erreichen.

VIELFALT IST IN DER WISSENSCHAFT ANERKANNT!

IM ALLTÄGLICHEN LEBEN: STEREOTYPGELEITETES DENKEN

- „Alte Menschen“ werden als **eine** soziale Gruppe wahrgenommen unter Missachtung der großen individuellen Unterschiede innerhalb dieser Gruppe.
- Über die Gruppe der Alten gibt es **kollektiv geteilte Vorstellungen** dazu, welche Eigenschaften „die“ Alten kennzeichnen (z. B. vergesslich, langsam) – diese Vorstellungen machen die Inhalte des Altersstereotyps aus.
- Das Altersstereotyp ist (trotz positiver Facetten) im Kern **negativ** getönt.

VIELFALT WIRD IM STEREOTYPEN DENKEN IGNORIERT!

ALTERSSTEREOTYPE IM LICHT DER NEUEREN FORSCHUNG

- ...weniger die **Inhalte** des Altersstereotyps, sondern der **Prozess** des Stereotypisierens im Umgang von Jung und Alt
- ...nicht nur das vom Altersstereotyp beeinflusste Verhalten der Jüngeren (= **Fremdstereotypisierungen**), sondern auch die Rückwirkungen des Altersstereotyps auf die alten Menschen selbst (= **Selbststereotypisierungen**)
- ...nicht nur in Form **bewusster** Vorstellungen, sondern auch in Form **unbewusster** Assoziationen, die sich mit dem Alter und alten Menschen verbinden und die trotzdem wirksam sind - es geht um die Unterscheidung bewusster (= **expliziter**) und unbewusster (= **impliziter**) Vorgänge beim Stereotypisieren.

EXKURS: EMPIRISCHE ANNÄHERUNGEN AN DAS ALTERSSTEREOTYP

Man kann Menschen...

- ... **befragen** danach, was typisch für alte (vs. junge) Menschen sei, was sich mit dem Alter ändert etc. = explizit, sprachlich vermittelt
- ... **beobachten**, wie sie mit Älteren (vs. Jüngeren) umgehen, und zwar sowohl real „im Feld“ oder in fiktiven Situationen beobachten = explizite und implizite Facetten
- ... **in Experimente einbeziehen**, in denen meist das (implizite) Altersstereotyp automatisch (= unbewusst) „aktiviert“ wird und seine Wirkungen geprüft werden

EINDRUCKSBILDUNG ALS STEREOTYPGELEITETER PROZESS

Stereotype spielen bei der Ordnung unserer sozialen Welt eine wichtige Rolle:

- In der Begegnung mit einer (unbekannten) Person sticht deren Alter besonders hervor (Alter als Basiskategorie unserer Wahrnehmung!)
- Das Altersstereotyp wird unbewusst aktiviert und fließt unwillentlich in die Eindrucksbildung ein; es verleitet dazu, der Person bestimmte Eigenschaften zuzuschreiben (z. B. schwerhörig), die auf *diese* Person aber gar nicht zutreffen müssen * *
- Es wird nicht auf die Besonderheiten der Person als Individuum geachtet.

* * *Achtung*: Stereotype sind keine „reinen Erfindungen“, sie haben immer auch ein „Körnchen Wahrheit“.

VERHALTEN ALS STEREOTYPGELEITETER PROZESS

- Ein stereotypgeleiteter Eindruck befördert unwillentlich ein entsprechendes stereotypgeleitetes Verhalten gegenüber einer alten Person.
- Zwei Besonderheiten des Umgangs sind in der Forschung gut dokumentiert:
 - Mit alten Menschen wird anders gesprochen als mit jüngeren (= Besonderheiten des intergenerationellen Dialogs)
 - Alten Menschen wird häufiger geholfen und ihre Selbständigkeit wird untergraben (= Induktion von Unselbständigkeit).

Einschränkung: Sind Menschen sich ihres vom Stereotyp geleiteten Denkens und Verhaltens bewusst, kann die Wirkung des Stereotyps gemindert / ausgeschaltet werden.

EXKURS: WARUM STEREOTYPGELEITET ANSTATT INDIVIDUALISIEREND?

Stereotypgeleiteter Umgang wird u. a. befördert dadurch...

- ...dass Menschen dazu neigen, blitzschnell und wie ein „kognitiver Geizhals“ zu urteilen
- ...dass manche Menschen sich generell eher von Stereotypen und Vorurteilen leiten lassen.
- ...dass die momentane Situation (Zeitdruck, Überlastung, Ermüdung etc.) keinen Raum für Individualisierung bietet.
- ...dass an dem Gegenüber kein echtes Interesse besteht.
- ...dass die Person selbst nicht reflektiert, ob sie ggf. einem Stereotyp oder Vorurteil „aufsitzt“.

ERFORSCHUNG DES IMPLIZITEN ALTERSSTEREOTYPS IN LABORSTUDIEN

Simulation des „Stereotypisieren“-Prozesses im Labor

- Das Altersstereotyp wird unter Einsatz verschiedener Methoden implizit / unbewusst aktiviert (Experimentalgruppe, EG; keine Aktivierung in der Kontrollgruppe, KG).
- Es werden die Auswirkungen der Aktivierung geprüft, d. h. ob das nachfolgende Denken und Tun in der EG sich von dem in der KG unterscheidet und ob es dem Altersstereotyp angenähert, d. h. ob es **stereotypkonform** ist.

BEISPIELE EXPERIMENTELLER AKTIVIERUNG DES IMPLIZITEN ALTERSSTEREOTYPS

Die Versuchspersonen (EG vs. KG) ...

1. ... sitzen am Bildschirm und werden mit einem Reiz konfrontiert, der nur *unterschwellig* (da kürzer als 50 ms) wahrnehmbar ist (z.B. dem Wort „alt“ vs. einem neutralen Wort).
2. ... sollen Wörter, die Inhalte des Altersstereotyps abbilden, zu Sätzen sortieren (vs. neutrale Wörter).
3. ... sollen eine Geschichte erinnern, in der die Hauptfigur mit einem „altmodischen“ Namen präsentiert wurde (vs. mit modernem Namen).
4. ... sollen einen Zeitungsartikel über die Reform der Pflegeversicherung lesen (vs. über Umweltschutz).

AUSWIRKUNGEN DER EXPERIMENTELLEN AKTIVIERUNG VERSCHIEDENER STEREOTYPE

Fundamentale Merkmale in der sozialen Wahrnehmung sind Geschlecht /Ethnie /Alter:

- Aktivierung des **Geschlechterstereotyps** „weiblich“: Experimentalgruppe schaut häufiger in den Spiegel als die Kontrollgruppe (Frauen *und* Männer)
- Aktivierung des **ethnischen Stereotyps** “*African American*”: Zunahme aggressiven Verhaltens gegenüber dem (weißen) Versuchsleiter (bei weißen *und* schwarzen Probanden)
- Aktivierung des **Altersstereotyps**: Verlangsamung der Gangart (bei jungen Studierenden *und* älteren Menschen)

VORLÄUFIGES FAZIT UND EINE FRAGE

- Die Aktivierung impliziter Stereotype führt *immer* zu einem **stereotypkonformen** Verhalten, und zwar bei der betreffenden Gruppe selbst (= **Selbst-Stereotypisierungen im engeren Sinne**) wie (in einigen Studien) *auch* bei Personen, die der stereotypisierten Gruppe gar nicht angehören.
- Das Stereotyp *muss* nicht unbedingt relevant für das „Selbst“ sein.
- *Dennoch die zentrale Frage: Welche Bedeutung hat die Aktivierung des Altersstereotyps für alte Menschen selbst?*

DIE BEDEUTUNG VON ALTERSSTEREOTYPEN FÜR ALTE MENSCHEN SELBST

1. „Selbst-Stereotypisierungen“ i. e. S.: Das Altersstereotyp ist/wird Teil des Selbstbildes; das Verhalten nähert sich (zunehmend) dem Stereotyp an; Stereotyp wirkt wie eine „sich selbst erfüllende Prophezeiung“ = **Assimilationseffekt**
2. Das Altersstereotyp für wird als Maßstab für soziale Vergleiche herangezogen („Andere in meinem Alter sind viel kränker“) schafft Distanz zu „den Alten“ und begünstigt positive Selbsteinschätzungen („Für mein Alter bin ich noch sehr fit“) = **Kontrasteffekt**

ASSIMILATIONSEFFEKTE IN SELBST-STEREOTYPISIERUNGEN ALTER MENSCHEN

Aktivierung des **negativen** impliziten Altersstereotyps bei alten Menschen...

- ...erzeugt eine zittrigere und unleserlichere Handschrift (im Vergleich zu vorher)
- ...führt zu erhöhter kardiovaskulärer Aktivität in einer Stress-Situation (im Vergleich zu KG)
- ...führt zu negativeren Einschätzungen der eigenen Gedächtnisleistungsfähigkeit
- ...führt zu schlechteren Leistungen in einem Gedächtnistest (im Vergleich zu vorher + zu KG)
- ...erhöht die Tendenz, in einer hypothetischen medizinischen Situation lebensverlängernde Maßnahmen zu verweigern (im Vergleich zu KG)

ASSIMILATIONSEFFEKTE IN SELBST-STEREOTYPISIERUNGEN ALTER MENSCHEN

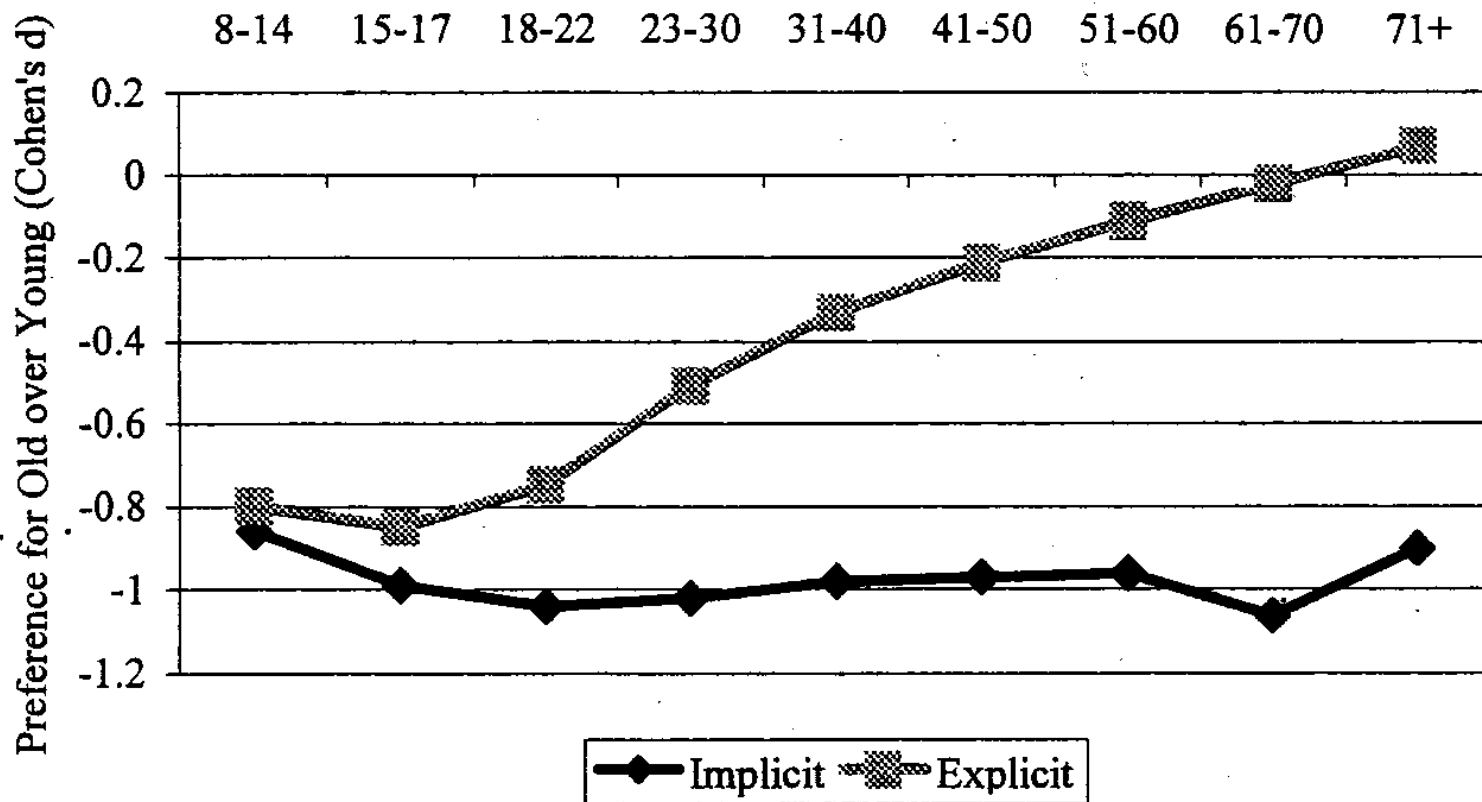
Aktivierung des **positiven** impliziten Altersstereotyps bei alten Menschen (z. B. über das Wort „weise“)...

- ...führt zu einer höheren Laufgeschwindigkeit
- ...erzeugt eine höhere „*swing time*“ beim Gehen
- ...resultiert in besseren Selbsteinschätzungen nach Bearbeitung eines Tests

- **ABER:** *Wirkungen des positiven Altersstereotyps sind schwächer und nicht in allen Studien nachgewiesen!*

ZWEI FORMEN VON SELBSTSTEREOTYPISIERUNGEN IM ALTER

1. **Assimilationseffekte** offenbaren Annäherungen an das Stereotyp und stereotypkonforme Selbstbewertungen (i.d.R. **negativer** Art) und zeigen sich meist in **impliziter Form** (wenn das Altersstereotyp unbewusst aktiviert wurde).
 2. **Kontrasteffekte** offenbaren Distanzierungen von der eigenen Altersgruppe („Alt sind die anderen“), resultieren in **positiven Selbstbewertungen** und zeigen sich meist in **expliziter Form** (wenn der Person das eigene Alter bewusst geworden ist).
- Ergo:** *Der Verlauf impliziter und expliziter Stereotype ist höchst unterschiedlich! →*



Die Unterscheidung **impliziter und expliziter Altersstereotype** offenbart, dass das *implizite* Altersbild über alle Altersgruppen hinweg negativ ist, während das *explizite* Altersbild mit zunehmendem Alter mehr und mehr „geschönt“ wird (nach: Levy, B.R. & Banaji, M.R., 2002).

BESONDERHEITEN DES ALTERSSTEREOTYPS: ALTER ALS BEDROHUNG?

- Das Altersstereotyp ist das einzige Stereotyp, das den **Übergang** von Fremd- zu Selbst-Stereotypisierungen erzwingt: Aus „Jungen“ werden „Alte“; man wechselt von der „ingroup“ (Jüngere) in die vormalige „outgroup“ (Alte).
- Da das Altersstereotyp im Kern negativ getönt ist (vergesslich, kränklich etc.), stellt es eine **Bedrohung** dar, und zwar für alte *und* jüngere Menschen.

Das Bedrohungspotential des Altersstereotyps erklärt viele Phänomene („*stereotype threat*“-Theorie) → →

ALTER ALS BEDROHUNG FÜR ALTE MENSCHEN

- Das negative Altersstereotyp nährt (auf bewusstem Wege) Befürchtungen und Selbstzweifel, inwieweit man selbst diesem negativen Stereotyp entspricht.
- Furcht und Selbstzweifel sind „heiße“ Gedanken, die als Stress erlebt werden, das Wohlbefinden mindern und Konzentration und Aufmerksamkeit stören.
- Dadurch wird faktisch die Leistungsfähigkeit alter Menschen bei kognitiven Aufgaben gemindert (Stereotyp als „sich selbst erfüllende Prophezeiung“).

Ergo: Aktivierung des Altersstereotyps sollten bei alten Menschen vermieden werden ... besser nach dem Geburtsort fragen als nach dem Geburtsjahr...!!

ALTER ALS BEDROHUNG FÜR JÜNGERE MENSCHEN

- Das negative Altersstereotyp trübt den Blick auf das eigene Alter(n) und Vorstellungen des „künftigen Selbst“.
- Das Altersstereotyp erschüttert die Illusion der eigenen Unverwundbarkeit und Endlichkeit.

Ergo: Vermeidung des Kontakts zu alten Menschen, des Denkens an das eigene Alter und Selbstdefinitionen als „nicht alt“ sind unbewusste Strategien der Bedrohungsabwehr!

ALTER ALS BEDROHUNG FÜR JÜNGERE: EMPIRISCHE BELEGE

Ausgangsthese:

Alter symbolisiert die Vergänglichkeit der Jugend und des Lebens, es lenkt den Blick auch auf den eigenen Tod und erschüttert die Illusion der eigenen Unverwundbarkeit und Unvergänglichkeit.

Befunde:

- In Experimenten sollen Probanden an den eigenen Tod denken (z. B. Testament schreiben). Diese experimentelle Manipulation und das Bewusstwerden der eigenen Sterblichkeit aktivieren das implizite Altersstereotyp und führen explizit zu negativeren Beurteilungen einer (fiktiven) alten Person.
- Menschen mit hoher Angst vor dem Tod neigen stärker dazu, alte Personen abzuwerten, als Menschen mit geringer Angst.

FAZIT

Die verbreitete Illusion der Unsterblichkeit ist der Nährboden, auf dem das negative Altersstereotyp gedeiht:

- Junge wollen nicht „alt“ werden und halten sich vom Alter fern.
- Alte wehren sich gegen das Alter und halten sich selbst für „jung“.
- Alle kämpfen gegen die Vorstellung ihrer eigenen Sterblichkeit!

WAS LERNEN WIR DARAUS?

Das negative Altersstereotyp wird sich nur dann abbauen lassen...

... wenn Alter mehr bedeutet als „Verlust“ und „Nähe zum Tod“

UND

... wenn die Befunde der Gerontologie ob der Vielfalt des Alter(n)s sich im allgemeinen Bewusstsein durchsetzen

UND

... wenn unsere Gesellschaft und wir alle lernen, die Furcht vor den Schattenseiten des Lebens, vor Krankheit und Verlust und insbesondere vor dem Tod zu überwinden.

Danke für Ihre Aufmerksamkeit.