

Ruth Frei

## Jung im alten Körper

Umgang mit dem alternden Körper in einer jugendorientierten Gesellschaft

### abstract

Die Autorin beschäftigt sich in ihrer Untersuchung mit der Frage nach dem Umgang mit körperlichen Veränderungen des Alters im Kontext einer Gesellschaft, die sich am Bild der Jugend orientiert. Ausgangslage für diese Fragestellung sind die Angebote der Schönheits- und Anti-Aging-Medizin, die versprechen, dass das Alter verzögert oder sogar verhindert werden kann. Die Untersuchung geht davon aus, dass der Umgang mit dem alternden Körper im Zusammenhang mit Umwelteinflüssen betrachtet werden muss. Deshalb werden die Ansichten und Haltungen von Experten der Schönheits- und Anti-Aging-Medizin analysiert. Um aufzuzeigen was Jugendlichkeit bedeutet, bezieht die Untersuchung die Perspektive junger Menschen. Einzelgespräche mit Frauen und Männern zwischen 58 und 84 Jahren zeigen, was im Umgang mit dem alternden Körper für sie von Bedeutung ist und welchen Stellenwert Jugendlichkeit in ihrem Leben hat.

Die Auswertung der Ergebnisse zeigt die meist grosse Diskrepanz zwischen dem alternden Körper und dem inneren Altersgefühl sowie die Strategien, deren Menschen sich bedienen, um mit Alterungsprozessen umzugehen. Diese können in Verbindung gebracht werden mit dem Lebensstil und verschiedenen Lebensformen. Es zeigt sich ein ausgeprägtes Bedürfnis, den Körper beweglich und funktionstüchtig zu erhalten. Grund dafür ist der Wunsch nach Erhalt von Autonomie bis ins hohe Alter. Alterserscheinungen wie Falten, Runzeln und Altersflecken werden von den meisten Menschen zumindest am Anfang als un schön und störend empfunden, und man würde sie gerne missen. Trotzdem kann nicht davon ausgegangen werden, dass alte Menschen sich an Jugendlichkeit orientieren. Sogar jene, die Altersspuren im Gesicht oder am Körper durch Schönheitsoperationen zu korrigieren suchen, äussern das Bedürfnis, „altersgerecht“ auszusehen. Komplimente für eine attraktive äussere Erscheinung spielen in jedem Alter eine wichtige Rolle. Deshalb ist man bemüht, Attraktivität mit verschiedensten Mitteln zu erhalten. Die Wichtigkeit körperlicher Dinge verändert sich aber mit zunehmendem Alter. Bereits Menschen knapp über 60 sprechen von Werteverlagerungen, dank derer körperliche Veränderungen in den Hintergrund rücken.

Basierend auf der festgestellten hohen Bedeutung, die ein funktionstüchtiger Körper und ein gut aussehendes Äusseres für Wohlbefinden und Selbstwertgefühl haben, wird aufgezeigt, wie körperliche Aspekte des Alterns von Seiten der Gerontologie vermehrt berücksichtigt werden können. Die Autorin ermutigt die Gerontologie, fachliche Erkenntnisse und Ansichten bezüglich des Umgangs mit dem alternden Körper aktiv in Bereiche wie Schönheits- und Anti-Aging-Medizin, Kosmetik- und Bekleidungsindustrie und Pharmazeutik einzubringen. Als Pendant zu nicht immer seriösen Angeboten und Ratschlägen, die das Altern des Körpers vorgeblich verhindern können, sieht sie unter anderem Projekte wie Pro-Aging-Beratungsstellen oder Lebensstilmagazine, die sich realistischem und adäquatem Umgang sowohl mit dem alternden Körper als auch mit sich verändernden Lebensgefühlen widmen und ältere Menschen aktiv in die Mitarbeit einbeziehen.

2006 / 142 Seiten

ISBN-10: 3-03796-139-2

ISBN-13: 978-3-03796-139-1

Fr. 34.60 / € 22.40 (zzgl. Versandkosten)

Bestelladresse Verkauf:

Edition Soziothek, Postfach 265, 3027 Bern

Tel. 031 994 26 94, Fax 031 994 26 95, mail@soziothek.ch

Online-Bestellung: [www.soziothek.ch](http://www.soziothek.ch)

*Es handelt sich bei dieser Studie um eine Diplomarbeit an der HSA Bern, Nachdiplomstudium Altern: Lebensgestaltung 50+.*