

# „Mama, warum lässt sich Opa füttern?“ Personale Faktoren und Selbstständigkeit im Alter

Friederike Alexander, Jacqueline Jenne, Lisa Maria Lemser, Veronica Linden,  
Miriam Peinert und Vera Podlinski



seit 1558

## Einleitung

Margret Baltes und ihre KollegInnen<sup>1</sup> konnten zeigen, dass unselbstständiges Verhalten älterer Personen oft von InteraktionspartnerInnen verstärkt, während selbstständiges Verhalten entweder ignoriert oder bestraft wird. Diese beiden Interaktionsmuster führen zu weniger selbstständigem Verhalten, welches nicht auf körperliche Ursachen rückführbar ist. Baltes interpretierte diese Befunde dahingehend, dass

ältere Menschen durch ihre Erfahrungen in Interaktionen ihre Selbstständigkeit (teilweise) aufgeben, um positive soziale Konsequenzen bzw. Sozialkontakte zu erfahren. Schwerpunkt dieser Studie war es, auf der Grundlage der Forschung von Baltes personale Faktoren und deren Rolle für die Selbstständigkeit älterer Menschen zu untersuchen. Hierbei wurden die folgenden Hypothesen getestet:

### Hypothese 1

*Je höher die Einsamkeit der BewohnerInnen, desto mehr unselbstständiges Verhalten zeigen sie.*

### Hypothese 2

*Eine hohe externe Kontrollüberzeugung steht im Zusammenhang mit mehr unselbstständigem Verhalten.*



## Methoden

### Stichprobe

- Katholisches Altenheim im Zentrum von Jena
- Vier männliche und dreizehn weibliche BewohnerInnen
- $M_{\text{Alter}} = 87$  Jahre,  $SD_{\text{Alter}} = 5$
- TeilnehmerInnen waren nicht dementiell verändert

### Befragung

- Standardisierter Fragebogen zur Erfassung von:
  - Einsamkeit
  - Kontrollüberzeugungen
  - Benötigte Hilfe bei alltäglichen Aktivitäten (ADL;  $M = 2.53$ ,  $SD = 1.81$ )
- Einschätzung der Selbstständigkeit relativiert am Gesundheitszustand durch das Pflegepersonal

### Beobachtung

- Das Verhalten der BewohnerInnen und die Reaktion der PflegerInnen wurde während der Mahlzeiten im Gruppenraum beobachtet:
- Beobachtungseinheit = 10 Minuten
  - Dokumentationsintervall = 15 Sekunden
  - Kodierung nach Schema von Baltes<sup>1</sup> (Schlafen, konstruktive Beschäftigung, selbstständiges Versorgungsverhalten, destruktive/störende Beschäftigung und nicht aktives Verhalten)
  - 7 von 17 BewohnerInnen nicht beobachtet, da diese auf ihren Zimmern speisten

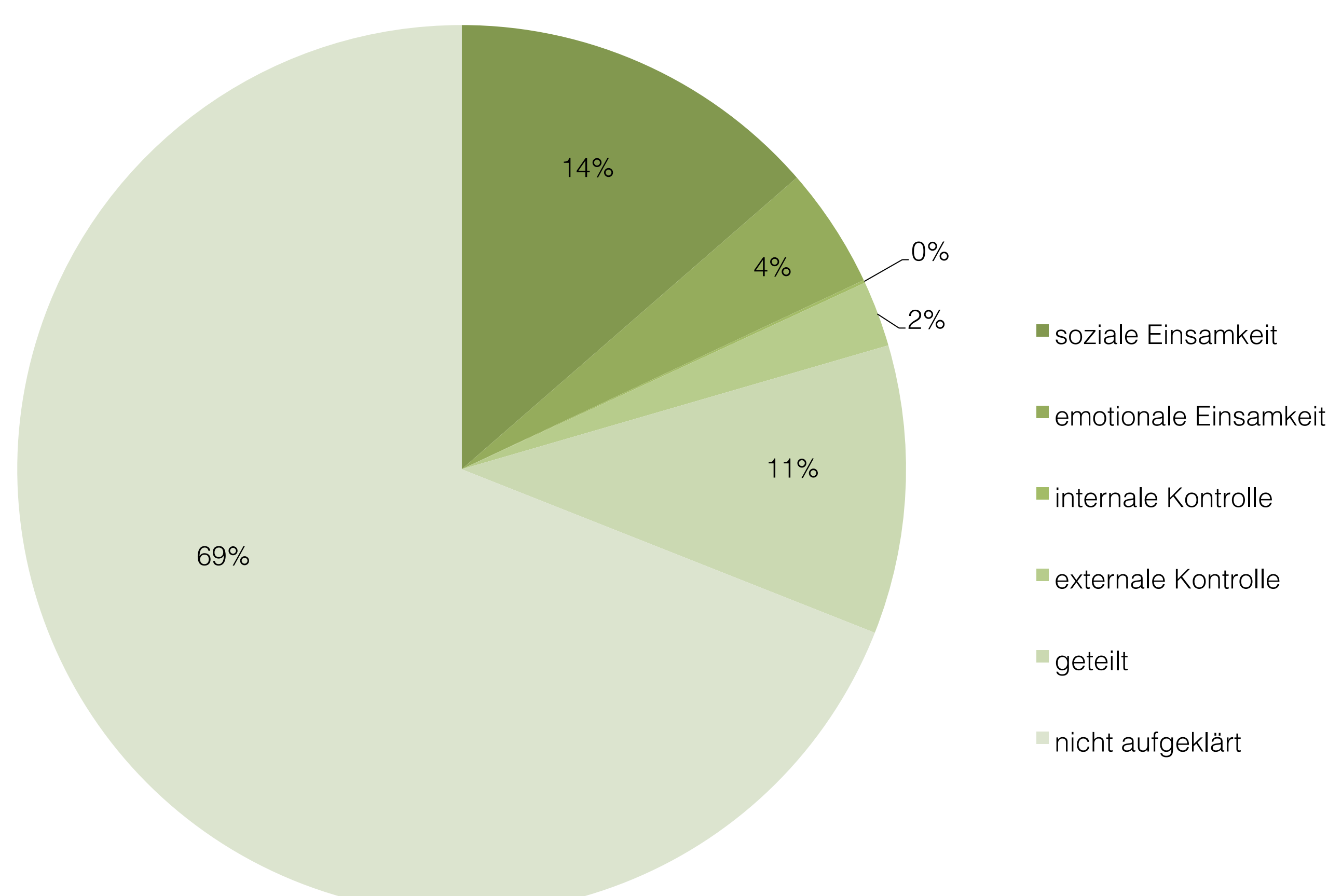
### Variablenübersicht

	N Items; $\alpha/r$	M (SD)
Emotionale Einsamkeit (z.B. „Es gibt Personen, an die ich mich vertrauensvoll wenden kann“, rekodiert)	2; $r = .498$	2.12 (1.08)
Soziale Einsamkeit (z.B. „Ich habe wenig Gesellschaft“)	4; $\alpha = .797$	2.10 (1.06)
Internale Kontrollüberzeugung (z.B. „Wenn etwas nicht klappt, liegt es an mir selbst“)	6; $\alpha = .843$	3.82 (0.93)
Externale Kontrollüberzeugung (z.B. „Die angenehmen Dinge in meinem Leben hängen von anderen Leuten ab“)	4; $\alpha = .758$	3.57 (1.02)
Einschätzung der Selbstständigkeit durch Pflegepersonal	1; -	3.12 (1.11)

Alle Items entstammen dem Instrumentarium der Berliner Altersstudie<sup>2</sup>. Antwortformat: 1=niedrige bis 5=hohe Ausprägung.

## Ergebnisse

- Beobachtung: Vornehmlich selbstständiges Versorgungsverhalten (66% der Verhaltensweisen) und nicht aktives Verhalten (22%)
- Einschätzung der Selbstständigkeit durch das Pflegepersonal: Positive Korrelation mit den Beobachtungsdaten ( $r = .64$ ,  $p < .05$ ) und keinen Zusammenhang mit den ADLs ( $r = -.10$ ,  $p > .05$ ).  
→ Eingeschätzte Selbstständigkeit wird als Zielvariable genutzt
- Zusammenhänge zwischen Selbstständigkeit und:
  - Emotionaler Einsamkeit ( $r = -.30$ ,  $p > .05$ )
  - Sozialer Einsamkeit ( $r = -.50$ ,  $p < .05$ )
  - Externaler Kontrolle ( $r = -.30$ ,  $p > .05$ )
  - Internaler Kontrolle ( $r = -.04$ ,  $p > .05$ )



Die Abbildung zeigt den Anteil der aufgeklärten Varianz der Selbstständigkeit durch die Prädiktoren.

## Diskussion

Die erste Hypothese konnte nur zum Teil, die zweite gar nicht bestätigt werden: Es zeigte sich ein signifikanter Zusammenhang zwischen Selbstständigkeit und sozialer, nicht aber emotionaler Einsamkeit. Die negative Korrelation von Selbstständigkeit und externer Kontrollüberzeugung wurde nicht signifikant.

### Einschränkungen & Lösungsmöglichkeiten:

1. Korrelationen erlauben keine Kausalschlüsse. Durch eine Längsschnittstudie wären Aussagen über die Direktionalität der Zusammenhänge eher möglich.
2. Die kleine Stichprobe führte zu einer geringen Testpower.
3. Vorselektion der Stichprobe. Teilnehmende waren körperlich und geistig relativ fit.
4. Während des Essens waren viele Teilnehmende sehr selbstständig. Ein Ausweiten der Beobachtungen auf andere Aktivitätsbereiche wäre sinnvoll. Allerdings sollte dabei die Privatsphäre der BewohnerInnen beachtet werden.

### Fazit:

Für die Praxis ergibt sich die Implikation soziale Einsamkeit zu vermindern, um die Selbstständigkeit älterer Menschen zu erhalten. Hierbei müssten Altenheime mehr Angebote zur Freizeitgestaltung einräumen, die ihren BewohnerInnen die Möglichkeit der Erfahrungen positiver Sozialkontakte bieten.

## Referenzen

- <sup>(1)</sup> Baltes, M. M. (1996). The many faces of dependency in old age. NY: Cambridge University Press  
<sup>(2)</sup> Lindenberger, U., Smith, J. Mayer, K. U. & Baltes, P. B., (Hrsg.), Die Berliner Altersstudie, 2010, 3. erweiterte Auflage, Akademie Verlag, Berlin  
 Bild von Swantje Peinert  
 Dozentin: Anja Blumenthal (anja.blumenthal@uni-jena.de)