

# Wenn leben, altern bedeutet ist Elder Mediation ein Lebenselixier

Gerlind Martin lic.phil.hist.  
Journalistin / Gerontologin / Mediatorin  
puncto Bürogemeinschaft  
Optingenstrasse 54  
3013 Bern

Tel. 031 333 50 33  
E-Mail: [gerlind.martin@puncto.ch](mailto:gerlind.martin@puncto.ch)  
Web: [www.mediation-in-bern.ch](http://www.mediation-in-bern.ch)

# Inhalt

Warum braucht es Elder Mediation?

- \* Demografische Gründe
- \* Gerontologische Gründe

Woher kommt EM?

- \* Kleine Geschichte der Elder Mediation

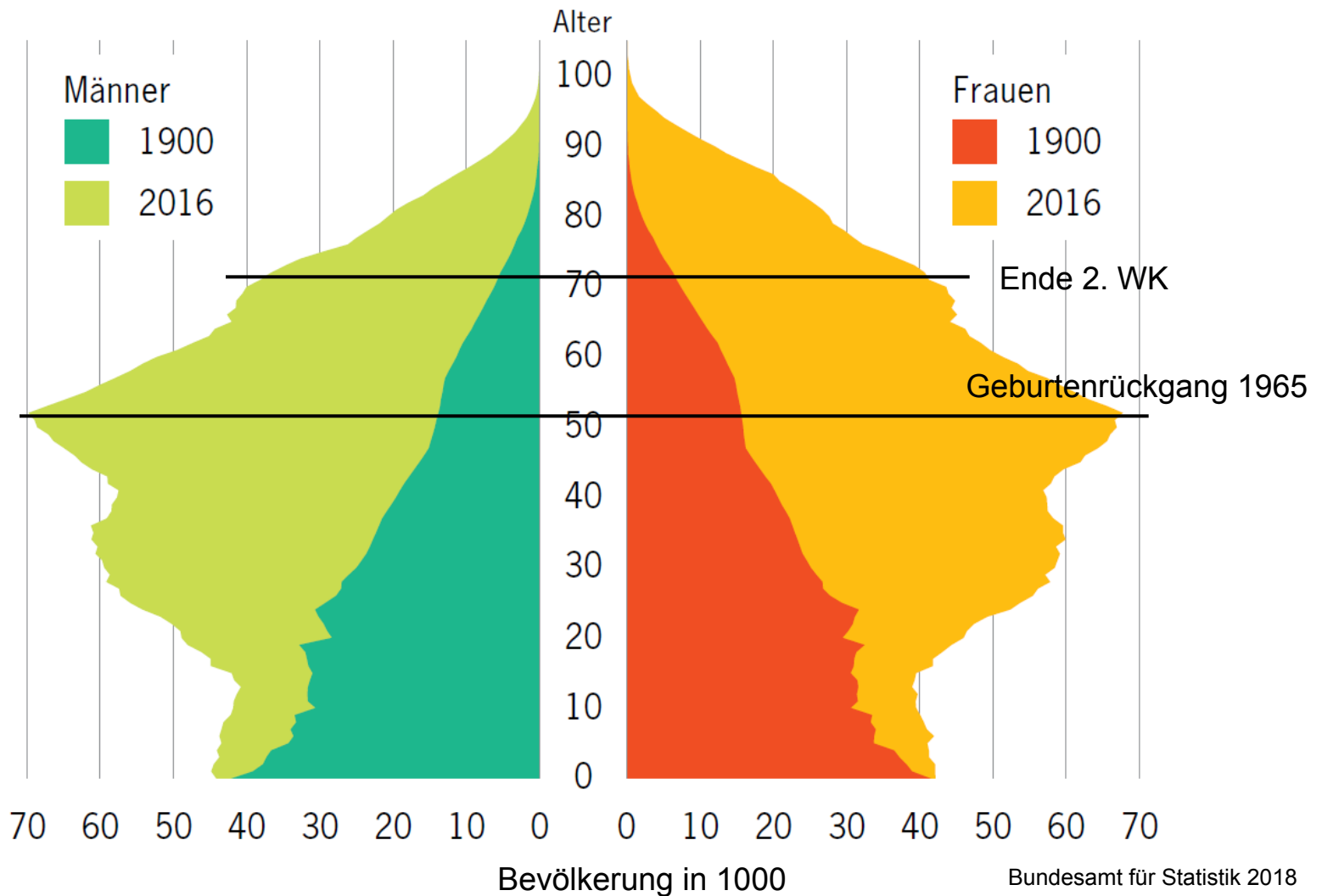
Wann ist Elder Mediation angezeigt?

- \* Themen- und Arbeitsfelder von EM

Was ist anders bei EM als bei Familienmediation?

- \* Spezifisches + Unterschiede

# Altersaufbau Schweiz 2016



# Durchschnittliche **Lebenserwartung** in der Schweiz

	bei	im Alter von			
	Geburt	60 Jahren	70 Jahren	80 Jahren	90 Jahren
A) Männer					
1899/1900	45.7	12.5	7.6	4.1	2.2
1958/1963	68.7	16.2	10.0	5.5	2.8
1997/1998	76.5	20.6	13.1	7.3	3.9
1999/2000	76.9	20.8	13.3	7.4	3.9
2007/2008	79.7	22.5	14.7	8.2	4.1
B) Frauen					
1899/1900	48.5	13.0	7.7	4.2	2.4
1958/1963	74.1	19.2	11.7	6.1	3.1
1997/1998	82.5	25.0	16.5	9.1	4.3
1999/2000	82.6	25.0	16.5	9.1	4.3
2007/2008	84.4	26.3	17.6	10.0	4.7

Quelle: Schweizer Sterbetafel. Statistische Jahrbücher der Schweiz.

# **Gerontologie:** Wissenschaft vom Alter und vom Altern

- Fokussiert auf Ressourcen und Fähigkeiten
- Thematisiert Chancen und Risiken
- Führt den Diskurs über unterschiedliche Alterskulturen

## Langlebige Gesellschaft

- Grosse Jahrgänge gehen jetzt in Pension: Babyboomer
- Lebenserwartung ist gestiegen: Wir leben länger.

# Das Alter ist heterogen

Altersprozesse sind differenziell und multi-dimensional.

- **Differenziell:** Jede Person, sogar jedes Organ, altert individuell anders.
- **Individuelles Altern** findet gleichzeitig auf verschiedenen Ebenen statt: Körper, Kognition, Psyche, Identität, soziale Rollen u.a.

# Phasen des Alterns und des Alters

- **1. Phase:** Letzte Berufsphase und nahende Pensionierung (SeniorInnenalter 50+)
- **2. Phase:** Gesundes Rentenalter; 20 bis 30 Jahre
- **3. Phase:** Fragiles Rentenalter. Behinderungen und Einschränkungen verunmöglichen zwar nicht ein eigenständiges Leben, erschweren es jedoch.
- **4. Phase:** Alter mit Pflegebedürftigkeit. Gesundheitlich bedingte Abhängigkeit und Angewiesensein auf Pflege.

# Autonomie

Autonomie, verstanden als selbstverantwortliche Kontrolle der eigenen Lebenswelt und der eigenen Lebensweise, schliesst Selbstbestimmung im Denken, Handeln und Entscheiden einer älteren Person ein.

Starke Regulierung der Umwelt kann Gefühle der Machtlosigkeit entstehen lassen.

„Autonomie bedeutet nicht, niemanden zu brauchen, sondern schliesst die versöhnte Anerkennung der eigenen Abhängigkeit mit ein.“

Franz Kolland / Thomas Klie



# Kontrollüberzeugungssystem

- **External:** Überzeugung, von anderen Personen, von der Umwelt, vom Schicksal abhängig zu sein.
- **Internal:** Überzeugung, auf Bedingungen der Umwelt aktiv Einfluss ausüben zu können.

Mediation generell kann das **internale** Kontrollüberzeugungssystem von MediandInnen stärken – dies fällt bei älteren Personen umso stärker ins Gewicht, wenn es im Alltag eventuell nur wenig unterstützt wird.

# Selbstverantwortlichkeit

Je nachdem, wie das Kontrollüberzeugungssystem funktioniert, erlebt sich eine Person als selbstwirksam und selbstverantwortlich oder als hilflos und abhängig.

Personen mit hoher Selbstverantwortlichkeit sind autonomer und gesünder.

Selbstverantwortlichkeit, die bereits in jungen Jahren erlernt und geübt sein will, erweist sich im Alter als eine unschätzbare mentale Ressource.

# EMIN – Elder Mediation International Network, CA

<https://elder-mediation-international.net/>

- \* mit internationalen Kongressen seit 2008 in Ottawa, Dublin, Chicago, Bern (2011), Glasgow, Adelaide, Halifax, Linz, Bristol (2018).
- \* mit Berufsregeln, [http://www.eldermediation.ch/berufsregeln\\_eldermediation.pdf](http://www.eldermediation.ch/berufsregeln_eldermediation.pdf) Deutsch von Helen Matter  
<https://elder-mediation-international.net/code-professional-conduct/> Englisch, überarbeitet 2016

## Vision

- To inspire excellence in the practice of Elder Mediation throughout the world.



# Elder Mediation

Ein Angebot der Mediation bei Themen oder Konflikten

- in denen eine Lebensphase des höheren Erwachsenenalters von Beteiligten relevant ist
- bei denen mehrere Generationen beteiligt sind
- die sich auf Übergangssituationen beziehen
- die sich auf absehbare Entwicklungen oder planbare Ereignisse beziehen
- im Zusammenhang mit (beruflichen) Nachfolgeregelungen

# Charakteristische EM-Themen-/Konfliktfelder

- Pensionierung, Neuorganisation Lebenssituation
- Altersgerecht wohnen, zügeln – Entscheidungsfindung
- Absehbarer oder konkreter Pflegebedarf und Familien
- Beziehungsklärungen Paare, Geschwister
- Mehrgenerationenkonflikt, Rollenwandel, Kommunikation
- Zugang zu EnkelInnen bei Familienstreit/Scheidung
- Todesfallregelungen, Vorsorge, PatientInnenverfügung, bei Paaren, in Familien
- Betreuungsvertrag bei Pflegebedarf
- Erbteilung und generell Finanzfragen
- Arbeitskontext: altersgemischte Teams

# Z.B.: Themenfelder von Elder Mediation Canada

<https://www.fmc.ca/mediation/elder-mediation/>

- retirement
- driving
- housing and living arrangements
- health care (at home, in the hospital, in continuing care and longterm care communities)
- medical decisions \* nursing home decisions
- safety and environment
- abuse and neglect
- care for the caregiver as well as caregiver burden
- relationship concerns (includes intergenerational relationships as well as new marriages and stepfamily situations)
- religious issues \* holiday schedules \* financial concerns
- estate planning \* family business \* guardianship
- end of life issues

# Spezifisches der Elder Mediation

- Zum Teil grosse Gruppen beteiligt (Familie, Profis, FreundInnen, NachbarInnen)
- Beteiligungsfähigkeit und/oder Stellvertretung (bei Erkrankung)
- Setting: Ort, Zeit, Dauer, Pausen; Zugang, Akustik, Licht
- Zeitbedarf (langes Leben, viele Erinnerungen)
- Pre-Mediation und/oder Vorgespräche
- Gespräche mit mediativen Mitteln, z.B. PV, Vorsorge
- Geben-nehmen-“Buchführung“
- Sensibilität für Missbrauch, Gewalt, Isolation, Krankheiten

# Für *mich* wichtige Aspekte von EM

- Ziele: Familien*beziehungen* und Lebensqualität
- Überzeugung: Grundsätzlich möchte jedes Familienmitglied einen Beitrag zum Wohl der Familie leisten.
- Vorgehen: partizipativ, nachfragend, ressourcenorientiert, prozesshaft > mediativ
- Präventiv: Themen und Fragen mediativ oder mit Mediation besprechen, bevor Probleme und Konflikte die Beziehungen und die Lebensqualität schwächen.
- Wirkung: Wertschätzung alter Personen – Überwinden von Altersstereotype



# Elder Mediation kann ermächtigen

- Den Beteiligten den Rücken stärken.
- Lebenserfahrung und Selbstbehauptungswillen wertschätzen.
- Motive und Werte beider Generationen gleichwertig anerkennen.
- Raum schaffen, Gehör ermöglichen, Zeit geben.

# Organisationen, Zeitschriften, Links

Schweizerischer Dachverband Mediation, SDM

<https://www.mediation-ch.org/cms2/ueber-uns/ueber-uns/fachgruppen/>

Netzwerk Elder Mediation <http://www.eldermediation.ch/>

Elder Mediation Symposium D-A-CH

Nächstes Symposium: 8./9. November 2019, Hamburg, D

Kontakt: Yvonne Hofstetter Rogger, e-Mail: [yvonne.hofstetter@bfh.ch](mailto:yvonne.hofstetter@bfh.ch)

EMIN, Canada <https://elder-mediation-international.net/>

IMS Poing/München

<https://www.mediation-ims.de/mediation-familie/fortbildungen/elder-mediation/>

Schweizerische Gesellschaft für Gerontologie, SGG-SSG

<http://www.sgg-ssg.ch/de> mit der **Zeitschrift *Angewandte Gerontologie***:

<https://www.hogrefe.de/produkte/zeitschriften/angewandte-gerontologie-appliquee>

Zeitschrift *perspektive mediation*

<https://www.verlagoesterreich.at/perspektive-mediation>