

Behauptung:

Würde und Depression im Alter
stehen in einem unmittelbaren Zusammenhang

Wie würdevoll man mit seinen Mitmenschen und sich selbst umgeht, ist entscheidend für das seelische Wohlbefinden im Alter. Das fängt bereits unmittelbar nach der Geburt an. Ob sich die Jahresringe, wie in der nächsten Folie mehr gelb oder weiss färben und somit mitentscheidend sind für unser Wohlergehen, hängt im Wesentlichen davon ab, welche der folgenden Begriffe unser Leben bestimmen.



Würde

„Die Würde des Menschen ist unantastbar.“

So steht es wortwörtlich im Grundgesetz und auch in der Allgemeinen Erklärung der Menschenrechte steht der Begriff gleich im ersten Artikel. Dem Begriff der Menschenwürde liegt die Idee zugrunde, dass jeder Mensch allein schon durch seine Existenz wertvoll ist. ...das heißt schon von Geburt an, egal ob gesund oder krank.

„Reicht die gesetzliche Verankerung aus?“

Natürlich nicht!

Aber was kann jeder Einzelne tun?

Ganz einfach, was
Du nicht willst,
was man Dir tut,
das füg auch
keinem Anderen
zu.

Würde

GEBURT

- Was passiert nach der Geburt, wenn ich mit den Attributen aufwachse, die auf der linken Seite des Baumstamms stehen

GEBURT

- Was passiert nach der Geburt, wenn ich mit den Attributen aufwachse, die auf der rechten Seite des Baumstamms stehen.

Nehmen Sie sich ein paar Minuten Zeit, darüber Nachzudenken



An wie viele Begriffe können Sie sich erinnern ?

An die positiv besetzten, an die negativ besetzten,
oder ist es eher eine Mischung?

Welche Emotionen lösen diese bei Ihnen aus?

Finden Sie sich in dem Gesagten wieder?

Jetzt werden Sie sich sicher fragen, was soll das denn jetzt!

Aber genau das ist **der springende Punkt**.
Wir können stundenlang über Würde reden.
Aber erst **in dem Moment, wo es uns emotional anspricht, berührt uns das Thema und erst dann sind wir bereit daran zu arbeiten.**

**Im Jahre 2030 wird die Depression in den Industrienationen die häufigste Erkrankung im Alter sein !!!
In den Nichtindustrienationen die zweithäufigste.**

Wie kann das sein ?
Welche möglichen Erklärungsansätze gibt es ?

Depression im Alter

Hauptsymptome sind:

gedrückte Stimmung, Traurigkeit,
Niedergeschlagenheit
Desinteresse und Freudlosigkeit
Antriebslosigkeit und schnelles Ermüden

Nebensymptome können unter anderem
folgende Beschwerden sein:

Appetitlosigkeit
Schlafstörungen
Konzentrations- und
Entscheidungsstörungen
geringes Selbstwertgefühl

WÜRDE

In Gesprächen mit älteren Menschen, die diese Symptome zeigen, ergeben sich sehr schnell große Schnittmengen mit unserem Eingangsbild, dem Baumstamm.

Hauptsächlich sind es die negativ besetzten Attribute, die die Menschen beschäftigen und belasten und ihnen das Leben zur Qual machen.

Jedes dieser negativen und positiven Attribute wirkt wie ein Jahresring, der sich um den Kern der Würde gelegt hat.

Wie sieht Ihr Kern aus ?



WÜRDE

Würde

FAZIT WÜRDE - DEPRESSION

Sich selbst als würdig zu empfinden ist die größte Kraft, die einem das Leben geben kann. Hieraus entstehen Freude, Lebensmut, Zuversicht und Hoffnung.

Alles was einer Depression entgegenwirkt.

Klaus Peter Weber
Leitender Arzt
Abteilung Geriatrie-Alterstraumatologie
DRK Krankenhaus Hachenburg