

## Editorial



Christine Füssel



Ulrike Richter

### Liebe Leser:innen!

Auf die Frage, warum wir altern, gibt es genauso wenig eine endgültige Antwort wie auf die Frage, warum wir auf der Welt sind und eine Zeit lang leben. Bereits das älteste noch erhaltene Epos des Gilgamesch erzählt von der Sehnsucht des Menschen, zur Unsterblichkeit zu gelangen. Sicher ist, dass die Bemühungen um Unsterblichkeit den Alterungsprozess nicht verhindern, jedoch verzögern können. Vieles scheint für Forscher:innen hinsichtlich der Frage noch nicht geklärt, warum Alterung so komplex und individuell sehr verschieden verläuft. Dank des Fortschrittes werden Menschen heute wesentlich älter als noch vor 100 Jahren. Wenn heute 100-jährige über Ereignisse ihrer Lebensspanne berichten, so waren viele ihrer Mitmenschen noch gar nicht auf der Welt. Geht man der Frage nach dem Gelingen nach, so fällt an ihren rückblickenden Erzählungen „ihre Verbundenheit mit dem Leben“ auf und die Neugier auf die Bewältigung neuer Herausforderungen. Und es scheint, dass das Miteinander und das Einnehmen von sozialen Rollen bis in reife Jahre zum gelungenen Lebensrückblick beitragen.

Die Baby-Boomer werden älter. Menschen einer Generation, denen nachgesagt wird, dass sie sich gegenüber vielen Gleichgesinnten durchsetzen mussten, erwarten neue Herausforderungen im nächsten Lebensabschnitt, in dem sie sich wieder „unter vielen“ vorfinden. Wir haben diesen Umstand als Anlass genommen, ein Heft mit dem Themenschwerpunkt „Gelingendes Älterwerden“ zusammenzustellen. Das Heft handelt weniger von neuesten Trends in der Optimierung von Anti-Aging-Strategien. Uns hat vielmehr interessiert, welche Themen die sogenannten Baby-Boomer beim Älterwerden beschäftigen. In der Zusammenschau haben wir Autor:innen zu Wort kommen lassen, die aus unterschiedlichen Perspektiven das Älterwerden beleuchten und dazu inspirieren, Selbstbestimmung und Gestaltungsmöglichkeiten aufzuzeigen.

Michael Fuchs macht den Anfang dieser Heftausgabe und zeigt auf, dass Altern und Alter wichtige Herausforderungen darstellen, sowohl für die philosophische Ethik als auch für die philosophische Anthropologie.

Renate Hutterer-Krisch und Renate Riedler-Singer fragen sich in ihrem Beitrag, ob es möglich ist, dass Älterwerden gelingt oder misslingt. Dafür befragten sie älter gewordene Berufskolleginnen nach ihrer Meinung und ihren Erfahrungen.

Daria Grigoryeva, Beatrice Beck und Johann Lehrner geben einen Überblick über digitales Testen und kognitives Monitoring als Informationsquellen im Dienst ei-

ner Früherkennung von kognitiven Auffälligkeiten und einer Demenzvorsorge.

Esther Sandrieser-Hubich beschäftigt sich in ihrem Beitrag mit Frauen und Älterwerden und den besonderen Herausforderungen, mit denen sie sich mit zunehmenden Lebensjahren konfrontiert sehen, und stellt sich die Frage, wie Psycholog:innen Frauen dabei unterstützen können, das Älterwerden zu gestalten.

Es ist uns gelungen, die Schriftstellerin Renate Welsh-Rabady vor das Mikrofon zu bitten für ein Interview: In diesem spricht sie über ihre Erfahrungen mit dem Älterwerden, die Bedeutung von Hoffnung und vor allem über das Schreiben, das sie ein Leben lang begleitet.

Mareike Ludwig, Sabrina Lenzoni, Lucía Penalba-Sánchez und Dorothea Hämmerer thematisieren in ihrem Artikel die Veränderungen neuromodulatorischer Systeme als wesentlichen Aspekt der Hirnalterung und stellen aktuelle kognitiv-neurowissenschaftliche Untersuchungsansätze vor.

Im Beitrag von Katharina Reinhart, Ralf Reiche und Margit Höfler geht es um Arbeitszufriedenheit und Burnout-Erleben bei jüngeren und älteren Pflegekräften, konkret befassen sich die Autor:innen mit dem Einfluss von Kompensationsstrategien und Handlungsspielraum auf diese Variablen.

Sabine Böhringer und Forugh Dafsari beschäftigen sich in ihrem Artikel mit sozialer Isolation und Einsamkeit im höheren Lebensalter, wobei sie einen Überblick über dieses wichtige Thema geben und Interventionsmöglichkeiten erläutern.

Christian Arnezeder berichtet über rechtlich notwendige Liberalisierungen in der Verwirklichung des Wunsches nach einem selbstbestimmten Lebensende, so auch in Österreich. Wie Klinische Psycholog:innen zur Prüfung der Entscheidungsfreiheit beitragen können, erfahren Sie genauer im Beitrag.

Mattias Krüger stellt in seinem Gastartikel eine Systematik vor, die geeignet ist, gemeinsam mit Patient:innen Therapieziele zu entwickeln in Anlehnung an ein Störungs- und Therapieverständnis der „3. Welle“-Ansätze der Verhaltenstherapie mit einem besonderen Bezug zur schematherapeutisch orientierten Vorgehensweise.

Wir hoffen, dass Sie in unserer Auswahl eine interessante Lektüre in der Zeit des beginnenden Frühlings vorfinden!

Mag. Christine Füssel, Bakk. phil.

Mag. Ulrike Richter