

GOLDENE REGELN FÜR DIE KOMMUNIKATION MIT ÄLTEREN

Bringen Sie Ihrem Gesprächspartner
Wertschätzung entgegen:

- Sprechen Sie auf einer Ebene miteinander (alle sitzend oder alle stehend)
- Hören Sie aktiv zu, mit echtem Interesse und Bereitschaft zum Zuhören
- Lassen Sie Ihren Gesprächspartner ausreden

Sprechen Sie eine einfache und klare Sprache:

- Sprechen Sie in kurzen Sätzen
- Vermeiden Sie mehrdeutige Aussagen
- Machen Sie Pausen, z.B. am Ende eines Satzes oder nach Sinneinheiten

Erhalten Sie die Aufmerksamkeit:

- Vermeiden Sie optische und akustische Reizüberflutung
- Minimieren Sie Hintergrundgeräusche (z. B. Fernseher, Straßenlärm durch offenes Fenster)
- Reagieren Sie auf negative Signale des Gesprächspartners, z. B. unruhiges Sitzen, Blick aus dem Fenster



Unterstützen Sie das Gedächtnis:

- Setzen Sie Erinnerungshilfen ein: diese sollten konkrete Informationen geben, anstatt nur darauf hinzuweisen, dass da "irgendwas" war
- Platzieren Sie wichtige Dinge an Orten, wo sie gesehen werden (z.B. Telefonnummer am Schlüsselbrett; Medizin neben Zahnbürste)

Fragen Sie nach und fassen Sie zusammen:

- Stellen Sie offene Fragen („Was möchten Sie gern noch wissen?“)
- Wiederholen Sie wichtige Informationen

Die Goldenen Regeln sind ein Auszug aus dem Weiterbildungsangebot „Kommunikation mit Älteren“. Nähere Informationen finden Sie auf wohnenbleiben.info

