

# Welche Bedürfnisse haben ältere Menschen?

Alltag



Seit unserer Geburt haben wir bestimmte Bedürfnisse, die befriedigt werden müssen, damit wir uns wohl fühlen. Laut Forscher sind die **Bedürfnisse von älteren Menschen intensiver** als bei allen anderen Altersgruppen. Wenn Sie mehr über **die wichtigsten Bedürfnissen der Senioren** erfahren möchten, lesen Sie bitte unseren Artikel unten.

## Bedürfnispyramide nach Maslow

Die Senioren haben ähnliche Bedürfnisse wie junge Menschen. Man unterscheidet zwischen Grundbedürfnissen, auch Existenzbedürfnisse genannt, und Wachstumsbedürfnissen. Die

**Grundbedürfnisse sind am wichtigsten** – wir müssen diese befriedigen, um sich gut zu fühlen und normal zu funktionieren. **Grundbedürfnisse der jungen und älteren Menschen beschreibt A. Maslow** anhand der Bedürfnispyramide. Er zeigt die Hierarchie der Bedürfnisse in Pyramidenform – von den wichtigsten bis zu den weniger wichtigen:

- Physiologische Bedürfnisse,
- Sicherheitsbedürfnisse,
- Zugehörigkeits- und Liebesbedürfnisse,
- Wertschätzungs- und Geltungsbedürfnis,
- Bedürfnis nach Selbstverwirklichung.

Die drei untersten Stufen der Pyramide decken dabei die Grundbedürfnisse ab, also die physische Grundversorgung, persönliche Sicherheit sowie soziale Beziehungen. Diese Bedürfnisse müssen laut Maslow befriedigt sein, damit man überhaupt so etwas wie Zufriedenheit empfindet. Erst danach folgen die Wachstumsbedürfnisse. Die Wachstumsbedürfnisse können im Gegensatz zu den Defizitbedürfnissen nicht vollständig befriedigt werden. Sie haben jedoch einen großen Einfluss auf die Zufriedenheit oder Gesundheit der Senioren.

## Grundbedürfnisse der Senioren

**Die Grundbedürfnisse der Senioren müssen befriedigt werden, damit sich die älteren Menschen gut fühlen. Können Bedürfnisse nicht befriedigt werden, entsteht Frustration, was im Laufe der Zeit zu einem aggressiven Verhalten führen kann. Unten finden Sie kurze Beschreibung der Grundbedürfnissen, die Sie, als Betreuungskraft, berücksichtigen muss.**

- **Physiologische Bedürfnisse.** Es muss den Pflegebedürftigen jederzeit möglich sein zu essen und zu trinken, die physiologischen Bedürfnisse zu erledigen, sowie hygienisch und warm untergebracht zu sein. Dies betrifft vor allem Senioren, die sich eines besseren Gesundheitszustands erfreuen. Sie benötigen vor allem Hilfe bei folgenden Tätigkeiten: Einkäufe erledigen, Mahlzeiten vorbereiten, aufräumen und dafür sorgen, dass das Haus gelüftet und warm ist. Die Pflegebedürftigen in einem schwereren physischen oder psychischen Gesundheitszustand benötigen mehr Hilfe in diesem Bereich.
- **Das Bedürfnis der Geborgenheit.** Damit sich der Pflegebedürftige geborgen fühlen kann, muss ihm medizinische, krankenschwägerische und betreuende Pflege gewährleistet werden. Er soll wissen, dass es immer jemanden gibt – Familie oder Betreuungskraft, der ihm bei gesundheitlichen oder anderen Problemen, egal zu welcher Tages- oder Nachtzeit, helfen wird.
- **Soziale Bedürfnisse** – Bedürfnis nach Achtung, Zugehörigkeit, Respekt und Zuneigung. Wenn diese Bedürfnisse nicht befriedigt werden, führt das zu Einsamkeit und auch zu Depressionen. Es ist daher wichtig den Kontakt mit der Realität zu erhalten und den Senioren auf beliebige Weise zu stimulieren (mit der Familie und mit den Freunden) und auch neue soziale Kontakte zu entwickeln. Die Familie und die Betreuungskraft sollen dabei beachten, dass der Senior bei täglichen Pflichten auch mithelfen und sich damit gebraucht fühlen soll.

## Wachstumsbedürfnisse

**Die Bedürfnisse einer höheren Ebene können nicht motivieren, solange Bedürfnisse der unteren Schichten nicht angemessen befriedigt sind – sie sind aber auch sehr wichtig. Der Betreuer darf die Wachstumsbedürfnisse auf keinen Fall unbeachtet lassen. Die Bedürfnisse der älteren Menschen können sich je nach Person und ihrem bisherigen Leben unterscheiden. Das ist unter anderem mit der Position in der Gesellschaft und in der Familie, mit dem ausgeübten Beruf, Hobbys oder Charakter verbunden. Man darf nicht vergessen, dass jeder Senior seine Bedürfnisse hat, aber nicht jeder Senior in der Lage ist, sie richtig auszudrücken. Unten finden Sie kurze Beschreibung einiger höheren Bedürfnissen:**

- **Kognitive Bedürfnisse.** Der Senior muss die Möglichkeit haben, sich und seine Hobbys ständig zu entwickeln. Teilnahme am Leseklub, Tier- und Naturprogramme in TV, Kreuzworträtsel und andere Aktivitäten helfen, die kognitiven Bedürfnisse zu befriedigen.
- **Ästhetische Bedürfnisse.** Sie betreffen den Senioren selbst, seine Umgebung und sein Leben. Es ist wichtig, den Senioren zu loben, ihn Komplimente bezüglich des Aussehens zu machen, ihn ins Kino oder ins Theater einladen. Ästhetische Bedürfnisse sind dabei auch Bedürfnisse nach Ordnung, Sauberkeit und Schönheit.
- **Geistliche Bedürfnisse.** Die geistlichen Bedürfnisse der älteren Menschen können sich bedeutend von den Bedürfnissen der jungen Menschen unterscheiden. Die Betreuungskraft oder die Familie dürfen auf keinen Fall verhindern, dass der Senior seine geistliche Bedürfnisse befriedigt.

<https://laxocare.de/blog/welche-bedurfnisse-haben-altere-menschen/>