

## **Psychologie des älteren Autofahrers. Tipps für die Fahrberatung (PDF). H. Ruckstuhl, Psychologe/Graphologe. Fortbildungsveranstaltung Fahrberater-SFV (2011)**

Zusammenfassung (KS)

### Vorbemerkung

Ein Auto lenken darf, wer über genügend gute gesundheitliche und fahrerische Qualitäten, das heisst, über gesundheitliche Fahreignung und praktische Fahrkompetenz verfügt. (Vgl. Art. 14, SVG). Im Alltag wird der ältere Fahrer für das Gesundheitliche am besten vom Hausarzt, für das Fahrerische vom Fahrberater beraten. Wenn es um die eigene Mobilität geht, ist für die Beratung viel psychologisches Verständnis notwendig.

### Die Sorgen des älteren Menschen

Menschen zwischen 50 und 70 sind heute allgemein recht zufrieden. Die Altersgruppe sorgt sich am ehesten um Gesundheit sowie Verlust der Selbständigkeit, weniger um das Aussehen. Kritisch wird es, wenn anlässlich der Pensionierung Funktion und Resultat der Arbeitswelt wegfallen. In dieser Situation ist es wichtig, dass der Mensch in seinem Leben nicht alles auf eine Karte, z.B. pyramidenähnlich auf die Arbeit, gesetzt hat. Krisen werden leichter gemeistert, wenn bei einem wichtigen Werteverlust, wie Arbeit oder Autofahren, an deren Stelle möglichst andere vertraute Werte treten können. „Das horizontale Wertesystem mit mehreren Werten ist dem pyramidalen Wertesystem mit nur einem verherrlichten Einzelwert vorzuziehen.“

### AAB: Aufgabe, Autonomie, Beziehung

Zufriedenheit im Alter hängt ab von: Aufgabe haben, möglichst autonom, d.h. selbständig sein und Beziehungen, d.h. Kontakte zu Mensch und ev. Tier haben. Erwartungen müssen reduziert werden. „Zu hohe Erwartungen sind das Packpapier für Enttäuschungen.“ Die Fahrausweisabgabe bedeutet in jedem Falle Autonomieverlust. Frühzeitig soll man sich deshalb auf diesen im Leben ganz normal eintretenden Werteverlust vorbereiten.

### Das Gespräch – der Schlüssel zur nützlichen Fahrberatung

Zu Beginn hört der Fahrberater dem Senior geduldig zu, weshalb dieser zur Beratung kommt, und welche Probleme beim Fahren auftreten. Viele ältere Fahrer verdrängen ihre Schwächen. Sie korrigierten vielleicht das, was man kann, aber nicht das, was man sollte. Wichtig ist deshalb: Bereits vor dem Start zur Probefahrt muss der etwas unsichere Senior die gute Gesinnung seines Beraters spüren und zur Überzeugung kommen, dass er das erfahren wird, was für ihn am besten ist. Dies gelingt besonders gut, wenn der Senior mitbestimmen kann, in welche Region die ersten Fahrkilometer führen sollen, oder wenn der Wunsch zur Vermeidung der Fahrt auf der Autobahn respektiert wird. Frühere „dumme Zwischenfälle beim Fahren“ werden von Senioren gerne nur vage erwähnt. Der aufmerksame Berater wird aber derartige Andeutungen aufnehmen und möglichst klärend zur Sprache bringen. Bei der eigentlichen Fahrprobe werden dann Stück für Stück die Korrektheit und besonders die Sicherheit der Fahrweise analysiert, auf die ganz persönlichen Fahrprobleme wird besonders eingegangen.

Die Beurteilung der Fahrkompetenz. Überbringen der Botschaft

Botschaften, mit denen der ältere Mensch konfrontiert wird, laufen bei ihm nicht nur über den Kopf, den Intellekt, sondern mindestens so stark über das Herz, d.h. über die Gefühlsebene. Besonders wenn es um die Mitteilung eines negativen Resultats geht, ist von Seiten des Beraters psychologisches Geschick wichtig. Folgende Regeln fürs Beratungsgespräch sind zu beachten:

-Den älteren Mitmenschen achten

-Verständnis zeigen – die Fahrer/innen müssen das Gefühl haben, dass man sie ganz versteht (Herz und Verstand)

-Den Mitmenschen dort abholen, wo er ist und nicht, wo wir ihn haben möchten

-Verstehen – das Wesentliche des Gesprächsbeitrages des Seniors spiegelnd zum Ausdruck bringen

-Der hoffnungsvolle Ansatz ist wichtig

-Alternativen zum persönlichen Autofahren aufzeigen

Mägenwil, 1. 12.2011