

## VOM VERSTEHEN

### Ageismus in der Sprache

Begriffe sind oft mit Bedeutungen aufgeladen. Wir nehmen sie selten ganz neutral wahr. Stereotype beeinflussen, wie wir sie verstehen.

Verinnerlichte Altersstereotype drücken sich sprachlich so aus:

#### Altersabwertende Ausdrücke

«alte Schachtel»

offen beleidigend & erniedrigend

#### Euphemismen (aufwertend & beschönigend)

«goldene Jahre»

subtile Botschaft:  
«das Alter» ist  
schlecht & muss  
aufgewertet werden,  
nicht wertschätzend

#### Othering (Gruppenbildung und Abgrenzung)

«die Alten»

subtiler Effekt:  
Ausschluss einer  
Personengruppe,  
fördert «wir-gegen-  
die» Gefühl

#### Elderspeak (Überanpassung & Babysprache)

zu laut & einfach

tückisch: erscheint  
höflich, ist aber  
bevormundend, nicht  
ernst nehmend,  
fördert vermeidbare  
Abhängigkeit

Auch die Rahmung bestimmt über die sprachlich vermittelte Botschaft:

Berichterstattung über Bevölkerungsentwicklung:  
neutral & unaufgeregt, oder problematisiert als «Renten-Tsunami»?

## ZUM VERÄNDERN

### Kommunikation reflektieren...

- Welchen Worte verwende ich, wenn ich über ältere Menschen & mein eigenes Älterwerden spreche?
- Wie verändert sich mein/e Sprache/Gestik/Mimik/Tonfall, wenn ich mit Menschen unterschiedlichen Alters spreche?

### Demographie als Chance sehen

Neutral berichten & beide Seiten beleuchten:  
neben Herausforderungen auch Gewinn  
gesunder Lebensjahre, Ressourcen,  
Generationen begegnen sich länger...

### ... und bewusst sprechen:

- neutrale & respektvolle Begriffe wählen
- Keine Verallgemeinerungen nutzen
- Beschönigungen meiden, objektiv bleiben
- Inklusive Sprache verwenden («wenn wir altern, wollen wir...» statt «die Alten wollen»)

### Ansprechen

- «Mir ist aufgefallen, dass du gerade etwas kindlich gesprochen hast...»
- «Kennen Sie Elderspeak?»
- «Ich fühle mich nicht ernst genommen, wenn...»