

## 4. ÖPIA Vorlesung zur Alternden Gesellschaft 2018

### *„Gelingendes Älter-Werden: Weniger Vitalität, dafür mehr Flexibilität?“*

Vortrag: Prof. Dr. med. Wolf Langewitz

Dienstag, 4. Dezember 2018, Palais Harrach

---

Veränderungen, die mit höherem Alter einhergehen, sind immer wieder und sorgfältig auf der Ebene des anatomischen und physiologischen Körpers beschrieben worden (abnehmende Herz-Kreislaufleistung, Muskelstärke, Leitungsgeschwindigkeit an Nerven etc.). Dem „Körper“ zuzurechnen sind ebenfalls bekannte Phänomene, die mit der abnehmenden Leistungsfähigkeit des zentralen Nervensystems erklärt werden (erschwertes Multi-Tasking; Probleme mit dem Hören, dem Sehen, dem Schmecken, etc.).

Diese Perspektive macht dem älter werdenden Menschen wenig Mut – sie erfordert geduldiges Ertragen der körperlichen Defizite und Investitionen in die Verlangsamung dieser „degenerativen Prozesse“.

Ein anderes Bild könnte sich ergeben, wenn man die Aufmerksamkeit auf den Leib lenkt, also auf das, was man in der Gegend seines Körpers ohne Zuhilfenahme der Augen und des Tastsinnes von sich spürt (sozusagen mit geschlossenen Augen und ohne sich zu bewegen). Im Rückgriff auf die Leib-Phänomenologie von Hermann Schmitz (\*1928) wird über den Gegensatz von abnehmender Vitalität des Leibes und (der Chance auf) zunehmender Flexibilität der eigenen Fassung diskutiert; das erstere schränkt die Entfaltungsmöglichkeiten der Person ein, das zweite erweitert ihren Spielraum. Die Begriffe Leib, Vitalität und Fassung werden an verständlichen Beispielen so erläutert, dass eine vertiefende Diskussion möglich wird.

#### **Prof. Dr. med. Wolf Langewitz**

Ausgebildeter Internist mit Schwerpunkt Psychotherapie. Stellvertretender Leiter der Abteilung für Psychosomatische Medizin/Innere Medizin am Universitätsspital Basel (Schweiz). Er ist als Experte in den Bereichen Kommunikationsforschung, -ausbildung und -theorie bekannt. Von 2006 bis 2010 war er Präsident der European Association for Communication in Health Care (EACH). Darüber hinaus ist er Mitherausgeber des deutschen Standardwerks für psychosomatische Medizin (Uexküll, Psychosomatische Medizin, 8. Auflage, Urban und Fischer, München 2017).

Seit 2012 Chefredakteur der deutschen Version von DocCom, einem interaktiven E-Learning-Tool im Bereich Kommunikation im Gesundheitswesen.