

Test-Transkripte: Hildegard, Friedrich und Marianne

Thema: Wie spiegelt sich die Wetterlage auf die Stimmung von über 70-jährigen?

Forschungsziel: Herausfinden, ob man Angebote in Pflegeeinrichtungen wetter-angepasster ausrichten kann.

Leitfaden:

- 1) Nehmen Sie wahr, dass sich Ihre Stimmung wetterabhängig verändert?
- 2) Wenn ja, wie verändert sich Ihre Stimmung?
- 3) Wie könnte sich das Angebot in ihrer Einrichtung wetterbedingt verbessern?

I = Interviewende Person

B = Befragte Person

1: Hildegard, 73 Jahre alt

I: Vielen Dank, dass Sie sich für das Interview Zeit genommen haben.

B: Gerne doch. Ich helfe, wo ich kann! Was möchten Sie wissen?

I: Nehmen Sie wahr, dass sich ihre Stimmung wetterabhängig verändert?

B: Ja in der Tat! Heute ist eher ein trübes Wetter. Es ist kalt und nass. Da fiel es mir deutlich schwerer aufzustehen und motiviert in den Tag zu starten. Im Laufe der Jahre habe ich Strategien entwickelt, um auch mit einem solchen Tag gut umzugehen. Aber ja was soll ich sagen... Wenn die Sonne scheint, dann fühle ich mich auch gleich viel besser. Wenn die Sonne scheint, ist es eigentlich auch egal, wie warm oder kalt es ist. Ein sonniger Dezember-Tag – herrlich!

I: Danke, jetzt haben Sie bereits meine zweite Frage beantwortet. Ich wollte von Ihnen wissen, bei welcher Wetterlage sich ihre Stimmung wie verändert. Möchten Sie noch etwas ergänzen?

B: Mhh. Trübes Wetter und Sonnenschein habe ich erwähnt. Fehlt noch was? Ach ja, vielleicht können Sie noch notieren, dass mir schwüles und heißes Wetter gar nicht gut tut. Meine Stimmung ist nicht direkt beim Aufstehen schlecht, eigentlich mag ich es auch. Aber ich merke, wie mir von Jahr zu Jahr die Hitze immer weniger gut bekommt. Das war es aber auch!

I: Ok die letzte Frage wäre, ob sich in Ihrer Pflegeeinrichtung das Angebot wetterbedingt verbessern könnte? Beziehungsweise, wie bei der Auswahl des Tagesangebotes auf das aktuelle Wetter geachtet werden kann?

B: Ja eigentlich machen die Pfleger*innen das schon sehr gut. Bei Nässe, Kälte oder Schwülem Wetter gehen wir nicht viel nach draußen. Bei schönem Wetter machen wir Spaziergänge. Das Einzige, was mir noch einfallen würde, wäre folgendes: Es wäre toll, wenn wir bei besonders trübem und tristem Wetter schon gleich morgens was Lustiges und Aufheiterndes machen könnten... Vor allem in der dunklen Jahreszeit. Zum Beispiel wäre es großartig sich gleich morgens zum Singen zu treffen oder Bewegungsangebote zu haben.

I: Vielen Dank und alles Gute für Sie!

2: Friedrich, 80 Jahre alt

I: Vielen Dank, dass Sie sich für das Interview Zeit genommen haben. Ich starte direkt mit der ersten Frage. Nehmen Sie wahr, dass sich ihre Stimmung wetterabhängig verändert?

B: Mhh, da muss ich erstmal nachdenken. Na ja, eigentlich schon. Aber nicht so stark.

I: Können Sie trotzdem beantworten bei welcher Wetterlage sich ihre Stimmung wie verändert?

B: Schwüles Wetter tut meinem Kreislauf nicht gut. Da lasse ich lieber alle Fenster zu und bleibe zuhause. Mein Enkel Paul, hat mir einen Ventilator gekauft. Das geht dann. Aber anderes Wetter? Also Kälte oder Regen macht mir nichts aus. Wozu gibt es denn Winter- und Regenkleidung? Und auch wenn es mal ein Gewitter gibt, man hat ja auch drinnen genug zu tun. Da wird es nicht langweilig. Trotzdem muss ich sagen, dass ich mich am besten bei Sonnenschein und angenehmen 20-25 Grad fühle. Aber es ist auch alles halb so wild, ich kann mich auf vieles einstellen und meine Stimmung ist eher von meinen Schmerzen oder vom Tagesablauf selbst abhängig, nicht vom Wetter.

I: Danke. Die letzte Frage wäre, ob sich in Ihrer Pflegeeinrichtung das Angebot wetterbedingt verbessern könnte. Beziehungsweise, wie bei der Auswahl des Tagesangebotes auf das aktuelle Wetter geachtet werden kann?

B: Ne da fällt mir nichts zu ein. Fragen Sie am besten noch ein paar andere Leute. Ich bin bei sowas immer nicht so kreativ und wie gesagt, ich lasse mich so schnell nicht vom Wetter beeinflussen. Außer halt bei schwülem Wetter, aber da kann ich mir auch selbst helfen.

I: Vielen Dank und alles Gute für Sie!

3: Marianne, 92 Jahre alt

I: Vielen Dank, dass Sie sich für das Interview Zeit genommen haben. Ich starte direkt mit der ersten Frage. Nehmen Sie wahr, dass sich ihre Stimmung wetterabhängig verändert?

B: Ach weißt du. Ich habe jetzt schon viele Wetterlagen erlebt. Jahr für Jahr. Ich habe mich an alles gewöhnt. Früher bin ich gerne bei Sonnenschein Rad gefahren, aber das geht jetzt auch schon seit 15 Jahren nicht mehr. Aber was wollten Sie jetzt eigentlich nochmal Wissen?

I: Ich wollte wissen, ob sie eine veränderte Stimmung bei sich wahrnehmen, je nachdem wie das Wetter ist?

B: Ach ja genau... Also ich glaube nicht direkt, nur indirekt.

I: Wie meinen Sie das?

B: Ja weißt du, mit 92 ist man zäh. Ob es stürmt, ob es regnet, ob die Sonne scheint. Man hat vieles erlebt. Indirekt beeinflusst es mich dann doch, weil ich sehr einfühlsam bin, ich merke immer schnell, wie es anderen geht. Und das beeinflusst mich dann. Also wenn es den anderen nicht gut geht, weil das Wetter zu trüb ist, dann merke ich das. Ich habe eine dünne Haut.

I: Alles klar. Zum Schluss möchte ich noch wissen, ob sich in Ihrer Pflegeeinrichtung das Angebot wetterbedingt verbessern könnte. Beziehungsweise, wie bei der Auswahl des Tagesangebotes auf das aktuelle Wetter geachtet werden kann?

B: Ich glaube vielen würde es helfen, wenn wir bei trübem Wetter was Fröhliches und Lustiges machen. Ich erlebe schon, dass es besonders im Winter für viele Menschen schwierig ist, nicht in eine Winter-Depression zu verfallen. Vielleicht könnte es in diesen Zeiten mehr Theater, Basteln, Tanzen oder Musik machen geben? Oder mehr Zuhör-Angebote? Ich finde es auch immer schön bei Regenwetter auf dem Sofa in einer Decke eingekuschelt mal nichts zu tun.

I: Vielen Dank und einen schönen Tag noch!