

## **Glücksgefühle statt Frust: Speziell entwickelte Senioren-Smartphones helfen beim Erlernen neuer Technik im Alter**

*Im Interview mit dem schwedischen Technologieunternehmen Doro erklärt die Neurobiologin und Psychotherapeutin Dr. Susanne Droste, was bei der Nutzung von Smartphones durch Senioren besonders zu berücksichtigen ist.*

Vor allem seit Beginn der Pandemie wurde die Digitalisierung für die ältere Generation zu einem Chancegeber: Video-Telefonie, der Versand von Bildern oder ein kurzer Chat mit den Kindern und Enkelkindern hat dazu beigetragen, auch über Distanz miteinander verbunden zu bleiben. Bei der ersten Nutzung fühlen sich dennoch viele ältere Menschen zunächst von der Technik überfordert. Warum es deshalb wichtig ist, Smartphones speziell auf die Bedürfnisse der älteren Generation auszurichten, erklärt Dr. Susanne Droste im Interview.

**Frau Dr. Droste, Sie sind gelernte Neurobiologin und arbeiten seit nun mehr als zwölf Jahren als Heilpraktikerin für Psychotherapie. Einer Ihrer Forschungsschwerpunkte ist die Erforschung des menschlichen Gehirns und der Verarbeitung von Sinneswahrnehmungen. Mit zunehmendem Alter nehmen Hör-, Seh- und Tastsinn bekanntlich ab. Aber woran liegt das?**

*Dr. Susanne Droste:* Über die Sinne stellen Menschen die Verbindung zwischen sich und der Umwelt her. Das, was wahrgenommen wird, verarbeitet dann das Gehirn zu einer ganz eigenen „Realität“. Die Sinneswahrnehmung unterliegt jedoch generellen Alterungs- und Erkrankungsprozessen und die kognitive Flexibilität nimmt verstärkt ab. Beispielsweise erfolgt das Nachlassen des Sehsinns schleichend. Die Augenlinsen verlieren an Elastizität und Transparenz, die Kontrastempfindlichkeit sinkt und es fällt schwerer, auf den Wechsel von Lichtverhältnissen zum Beispiel zwischen hell und dunkel zu reagieren. Zudem gehört Altersschwerhörigkeit zu den häufigsten gesundheitlichen Problemen. Besonders hohe Frequenzen oder ähnliche Worte werden nur noch schwer vom Gehirn identifiziert. Ähnliches gilt für den Tastsinn: Die Meissner-Körperchen, die für die Empfindlichkeit bei Berührungen zuständig sind, und die Druckempfindlichkeit der Merkel-Zellen nehmen altersbedingt ab. Im Alltag stellt dieser Prozess ältere Menschen zum Beispiel bei der Nutzung von technischen Geräten vor eine Herausforderung.

**Aus diesem Grund hat sich das schwedische Unternehmen Doro seit vielen Jahren darauf spezialisiert Senioren-Handys herzustellen, die optimal auf die Bedürfnisse von Senioren abgestimmt sind. Was ist aus Ihrer Sicht dabei besonders wichtig?**

*Dr. Susanne Droste:* Um die ältere Generation bei der Smartphone-Nutzung zu unterstützen, ist es entscheidend, die Sinneswahrnehmung so einfach wie möglich zu gestalten, um damit die Abnahme der Wahrnehmungsfähigkeit auszugleichen. Das bedeutet: ein kontrastreicher Bildschirm, eine enorm hohe Schärfe und ein großer Blickwinkelbereich für eine gute Sichtbarkeit. Zudem fördern ein sensibles Touchpad, große Icons mit klarer Trennung und eine gewisse „Schwere“ in der Hand die bessere Bedienbarkeit. Darüber hinaus hilft eine klare, einfache Sprache dabei, sich auf dem Gerät intuitiv zurechtzufinden. Doro setzt diese Komponenten beispielsweise mit dem neuen Doro 8100 um. Insgesamt ist es wichtig, auf zusätzliche Stressfaktoren für ältere Menschen zu verzichten, wie etwa zu komplexes Handling oder blinkende Elemente.

**Und wie wirken sich die genannten Aspekte positiv auf die Sinnesverarbeitung des Gehirns und den Umgang mit elektronischen Geräten bei älteren Menschen aus?**

*Dr. Susanne Droste:* Eine klare und deutliche Aufteilung mit Logik verringert Stress und die Angst vor dem Handy. Es führt so zu besseren kognitiven Leistungen und einem Sicherheitsgefühl. Für ältere Menschen ist es gerade zu Beginn wichtig, die Hemmschwelle und Angst vor der Technik zu überwinden. Denn eine positive Grundeinstellung stärkt den Körper und die geistigen

Fähigkeiten. Sobald Senioren das Gefühl haben, „ich kann das“, verringern sich der Stress und das Angstgefühl. So fällt es dem Gehirn leichter, den Umgang mit neuen Geräten zu erlernen und Verknüpfungen zu neuen Bewegungen herzustellen, wie zum Beispiel dem Wischen auf einem Touchscreen. Auch ältere Menschen sind besonders dann in der Lage, Neues zu erlernen, wenn das Ereignis mit positiven Gefühlen verknüpft ist und das Selbstvertrauen stärkt.

Herzlichen Dank für das Interview, Frau Dr. Droste.

Um älteren Menschen eine aktive Teilhabe am digitalen Leben zu ermöglichen, sind die Smartphones von Doro bestens auf ihre Bedürfnisse abgestimmt. Das neue Doro 8100 setzt als anwenderfreundliches Seniorenhandy klare Schwerpunkte in Sachen Benutzerfreundlichkeit, Ton- und Bildqualität sowie Ergonomie. Zusätzlich bietet Doro mit einer Notfalltaste und speziellen Services wie Response by Doro und HELFERLINE die passende Unterstützung für die ältere Generation.

### **Über Doro**

Das 1974 gegründete schwedische Unternehmen zählt zu den führenden europäischen Telekommunikationsanbietern, die den Alltag von Senioren erleichtern und bereichern. Die vielfältigen Geräte und Dienstleistungen sind das Ergebnis aus 45 Jahren Erfahrung.

Durch die Entwicklung von einfach zu bedienenden Geräten und Lösungen, die Senioren an der Digitalisierung der Welt teilhaben lassen, fördert Doro die Unabhängigkeit und Lebensfreude im steigenden Alter. Sie verleihen Senioren Selbstvertrauen im Umgang mit moderner Technik sowie Sicherheit unterwegs und in den eigenen vier Wänden. Damit sorgt Doro auch für mehr Zuversicht bei Verwandten und Freunden, die ihre Liebsten in Sicherheit wissen.

Das an der Nasdaq Stockholm notierte Unternehmen erwirtschaftete 2021 einen Nettoumsatz von 102 Mio. Euro. Im Headquarter in Malmö und den Vertriebsniederlassungen in 27 Ländern vertreiben insgesamt 116 Mitarbeiter, die vielfältigen Lösungen von Doro.

### **Pressekontakt**

LEWIS Communications  
Christin Grawe / Carolin Stricker  
Telefon: +49 211 88 24 76 34  
E-Mail: [doro@teamlewis.com](mailto:doro@teamlewis.com)