

François Höpflinger (www.hoepflinger.com)

Wandel des dritten Lebensalters. ‚Junge Alte‘ im Aufbruch

Babyboom-Generation - zum Altern einer Generation

Zur Demographie der ‚Babyboomer‘

Als ‚Babyboomer werden die geburtenstarken Jahrgänge der Nachkriegsjahre bezeichnet. Nach dem Zweiten Weltkrieg und in den Aufbaujahren der Nachkriegszeit kam es in den USA und Westeuropa zu einem Anstieg der Geburtenhäufigkeit (Baby-Boom). Mit Schwankungen blieben die Geburtenraten vergleichsweise hoch und zwar bis Mitte der 1960er Jahre. In der Schweiz gab es historisch zwei Geburtenspitzen, und entsprechend zwei unterschiedliche Baby-Booms: Der erste Geburtenanstieg erfolgte in der Schweiz - im Unterschied zu kriegsversehrten Ländern – schon ab 1943. 1943 bis 1950 lagen die Geburtenraten bei 240 Kinder pro 100 Frauen und höher. 1951-1956 waren die Geburtenraten leicht tiefer, um 1957 bis 1966 wieder 240 bis 260 Geburten pro 100 Frauen zu erreichen. Damit waren in der Schweiz einerseits die Jahrgänge 1943-1950 besonders geburtenstark (Kriegs- und Nachkriegs-Babyboomer), andererseits auch die Jahrgänge 1957-1966 (Wohlstands-Babyboomer).

Der Anstieg der Geburtenhäufigkeit in der Nachkriegszeit widerspiegelte keine Rückkehr zur kinderreichen Familie, sondern den Durchbruch der bürgerlichen Ehe und Kleinfamilie. Ausgelöst wurde der ‚Baby-Boom‘ nicht durch mehr kinderreiche Familien, sondern hauptsächlich durch die Tatsache, dass mehr Frauen als früher überhaupt Kinder zur Welt brachten. Die Nachkriegsperiode war eine Zeit, als sich das bürgerliche Ehemodell - mit dem Ernährer- und Hausfrauenmodell – nahezu unangefochten durchzusetzen vermochte. Einerseits war nach den Krisen- und Kriegsjahren der Wunsch nach einem glücklichen Familienleben enorm. Andererseits erleichterte die rasche Wohlstandssteigerung eine frühe Familiengründung, und die Eltern der Babyboomer lebten bürgerliche Ehe- und Familienideale.

Die Babyboomer selber verwarfen in ihrer Jugend und im frühen Erwachsenenalter allerdings oft die bürgerlichen Lebens- und Familienideale ihrer Eltern. Sie experimentierten dafür mit neuen Lebensformen wie Singlesein, nichtehelichem Zusammenleben, Wohngemeinschaft; alles Lebensformen, die allmählich auch die nachberufliche Lebensphase prägen (etwa wenn vermehrt Altershaushaltungen gegründet werden).

Die Tatsache, dass die geburtenstarke Babyboom-Generation selber weniger Kinder zur Welt brachten, ist ein wichtiger Auslöser für eine verstärkte demographische Alterung, wobei das allmähliche Altern der Babyboom-Generation zu drei Phasen beschleunigter demographischer Alterung führt:

In einer ersten Phase kommt es zu einer raschen demographischen Alterung der Erwerbsbevölkerung. 2017 waren gut 20% der Erwerbsbevölkerung älter als 54 Jahre und je nach Entwicklungsszenarien wird ihr Anteil bis 2025 auf 22-23% ansteigen. Besonders rasch altert die schweizerische Erwerbsbevölkerung und seit 2010 werden mehr 45-64-jährige Arbeitskräfte als unter 45-jährige Arbeitskräfte gezählt. Die Pensionierungswellen geburtenstarker Jahrgänge tragen in gewissen Branchen zu einem Fachkräftemangel bei, beispielsweise im Pflegebereich. Aufgrund der aktuellen Altersstruktur des Pflegepersonals wird der ‚Ersatzbedarf‘ (Ersatz pensionierter Fachleute durch junge Fachleute) rasch ansteigen und bis 2030 werden gut zwei Drittel des neu zu rekrutierenden Pflegepersonals allein dazu benötigt, pensionierte Personen zu ersetzen.

In einer zweiten Phase kommt es zu einer raschen Verstärkung der Rentnerbevölkerung, was Anpassungen der Rentensysteme erfordert. In der Periode 2025-2030 werden gut siebzig Prozent der über 65-jährigen Menschen in der Schweiz pensionierte Vertreter und Vertreterinnen der Babyboom-Generation sein. In diesem Rahmen stellen sich auch Fragen einer Neuorganisation des sozialpolitischen Generationenvertrags zur Entlastung nachrückender Generationen; etwa durch eine Erhöhung des Rentenalters oder durch eine Stärkung der Freiwilligenarbeit seitens pensionierter Frauen und Männer.

In einer dritten Phase, wenn die Überlebenden der geburtenstarken Jahrgänge ein hohes Alter erreichen, kommt es zu einer beschleunigten, gesundheitspolitisch bedeutsamen Zunahme an pflegebedürftigen alten Menschen. Die Nachkriegsjahrgänge werden zwar länger behinderungsfrei verbleiben als frühere Geburtsjahrgänge und dies kann die Zunahme in der Zahl an pflegebedürftigen alten Menschen zwar bremsen, aber kaum vollständig aufhalten. Gesellschaftspolitisch interessant wird auch die Frage sein, wie die Nachkriegsjahrgänge - die verinnerlicht haben, lebenslang aktiv und jugendlich zu sein – schlussendlich das höhere Alter akzeptieren (oder vergeblich bekämpfen).

Sozio-psychologisches Portrait der Babyboom-Generationen

Die Babyboomer Westeuropas wuchsen in einer einmaligen Friedens- und Wohlstandsperiode auf. Da die vom Zweiten Weltkrieg unversehrt gebliebene Schweiz vom Neuaufbau Westeuropas stark zu profitieren vermochte, gehören die Schweizer Nachkriegsgenerationen zu den ‚glücklichen Generationen‘, die während ihrer Kindheit und Jugend einen raschen Wohlstandsgewinn erleben durften (Perrig-Chiello, Höpflinger 2009). In ihrer Jugend wurden sie von einer globalisierten Jugend- und Musikkultur (Rock’n Roll u.a.) beeinflusst, und zumindest ein Teil der Baby-Boom-Generation war in den späten 1960er und frühen 1970er Jahren aktiv an der Jugend- und Studentenrebellion beteiligt; ein Ereignis, das manche Babyboomers bis heute nostalgisch berührt. Im jungen Erwachsenenalter wurden sie mit einer raschen Auflösung traditioneller Werthaltungen konfrontiert, etwa bezüglich vorehelicher Sexualität und vorehelichem Zusammenleben. Entsprechend haben sie häufiger alternative Lebensformen, aber mehr Scheidungen, erfahren als ihre Elterngeneration. Während ihrer Jugend und ihrem jungen Erwachsenenalter wandelten sich auch die Vorstellungen zur Rolle der Frau in Familie, Beruf und Politik rasch (selbst wenn etwa eine 1946 geborene Frau in der Schweiz erst mit 25 Jahren das Stimmrecht erhielt). Ursprünglich stark männlich orientiert, führte die Jugendrevolte der späten 1960er Jahre bald zu einer markanten Frauenbewegung, und die Frauen der Babyboom-Generation gehören zu den ersten Generationen emanzipierter und selbstbewusster älterer Frauen.

Ein entscheidender Auslöser vieler Prozesse war die rasche Expansion des Bildungssystems, wodurch Männer und mit Zeitverzögerung auch Frauen dieser Generation häufiger eine höhere Fachausbildung oder ein universitäres Studium absolvieren konnten als ihre Eltern oder Grosseltern. Entsprechend erfuhren viele Schweizer und Schweizerinnen der Nachkriegsgenerationen eine berufliche Aufwärtsmobilität, mit besseren Berufspositionen und höherem Einkommen. Die Aufwärtsmobilität der einheimischen Bevölkerung wurde durch die Einwanderung südeuropäischer ‚Gastarbeiter‘, welche die unteren Berufspositionen einnahmen und einheimischen Arbeitern einen sozialen Aufstieg erlaubten, verstärkt.

Die Nachkriegsgenerationen konnten zu Beginn ihrer Berufskarriere nicht nur von einem enormen Wirtschaftswachstum profitieren, sondern dank Bildungsexpansion war es ihnen oft möglich, gut bezahlte berufliche Positionen zu erringen. Da gute Beschäftigungschancen und höhere Löhne mit höheren Rentenansprüchen verbunden sind, profitieren viele Angehörige der Nachkriegsgenerationen im Alter von einer guten wirtschaftlichen Absicherung. Die Babyboomer erreichen das Rentenalter vielfach auch in besserer Gesundheit als ihre Eltern.

Mit dem Älterwerden der ersten Nachkriegsgenerationen treten in der nachberuflichen Lebensphase aktivere Verhaltensformen auf. Der ‚Ruhestand‘ entwickelt sich häufiger zum ‚Unruhestand‘, wobei namentlich die Frauen der ersten Nachkriegsgeneration selbstbewusster und eigenständiger sind als ihre Mütter. Jüngere Rentnergenerationen sind stärker als frühere Generationen daran gewohnt, in einer mobilen und ständig sich ändernden globalen Gesellschaft zu leben, wodurch sie oft auch im späteren Lebensalter innovativ und lernbereit verbleiben. Umgekehrt ist es die erste Generation, die erfahren muss, dass Altern nicht ein passiv zu erleidender Prozess ist, sondern dass ein ‚erfolgreiches Altern‘ aktiv gestaltet werden muss.

Altern der Babyboomer- zwischen drittes und viertes Lebensalter

Das Altern einer Generation, die ihre späteren Lebensjahre vermehrt aktiv zu gestalten pflegt, die aber gleichzeitig für die demographische Alterung der nächsten Jahrzehnte verantwortlich ist, führt zu Spannungsfeldern zwischen neuen Freiheiten des Alters und neuen sozialen Verpflichtungen im Alter:

Einerseits ergeben sich für mehr Menschen neue Chancen eines langen gesunden Alters, das neue individualisierte Freiheiten erlaubt. Selbstbestimmung und Selbständigkeit werden auch für das Alter zu bedeutsamen Leitvorstellungen. Dies wird sowohl sichtbar im Wunsch, möglichst lange selbständig Zuhause zu leben als auch in einer Zunahme selbst organisierter Seniorengruppen. Die Babyboomer fühlen sich als eigenverantwortliche Subjekte ihres Handelns, und nicht als Objekte fremdbestimmter ‚Senioren- und Altersarbeit‘.

Andererseits führen sozialpolitische Ängste über Ungleichgewichte im Generationenvertrag zu neuen Überlegungen zur gesellschaftlichen Verantwortung pensionierter Menschen. Die gesellschaftliche Verantwortung des Alters wird etwa deutlich in Diskussionen zur Erhöhung des Rentenalters („wer länger gesund und kompetent ist, kann und soll auch länger arbeiten“) oder in einer Neuaufwertung von Freiwilligenarbeit im Alter.

Die aktuellen sozialen Leitbilder modernen Alters bewegen sich damit zwischen individuellen Gestaltungsspielräumen und neuen sozialen Verpflichtungen älter werdender Frauen und Männer (Forderungen nach lebenslanger Aktivität, Erhöhung des Rentenalters, lebenslangem Lernen und möglichst langem Gesundheitserhalt). Da viele dieser ‚Forderungen‘ dem Lebensgefühl einer Mehrheit der Babyboomer entsprechen, ist die Wahrscheinlichkeit gross, dass sie sich zu bedeutsamen gesellschaftlichen Gestaltungsnormen eines post-modernen Alterns entwickeln. Die Babyboom-Generation – in ihrer Jugend Trägerin einer Jugendrevolution – entwickelt sich im Alter zur Botschafterin einer stillen Revolution des ‚Dritten Lebensalters‘. Offen bleibt bei vielen Vertretern dieser Generation allerdings die Frage, wie sie nach einem langen aktiven Erwachsenenalter fähig und willens sein werden, mit den unvermeidbaren Grenzen körperlichen Lebens im hohen Alter umzugehen. Die Baby-Boom-Generation hat gelernt, lange ‚jugendlich‘ zu bleiben, aber sie muss das hohe Alter erst noch entdecken.

Was die aktuelle Alterspflege betrifft, treten - mit Ausnahme früh erkrankter Menschen - viele Vertreter und Vertreterinnen der Babyboom-Generation vor allem als Angehörige alter Elternteile auf. Viele Babyboomer fühlen sich selbst nicht ‚alt‘, aber sie wurden und werden mit dem Altern und Sterben ihrer eigenen Eltern konfrontiert (und das Altern der Eltern ist immer auch der ‚Schatten der eigenen Zukunft‘). Es ist auffallend, dass in manchen Fällen individualisierte Ansprüche an Alters- und Pflegeeinrichtungen weniger von den Eltern der Babyboomer als von den Babyboomer - als erwachsene Kinder alter Eltern - gestellt werden. Die Ansprüche an die Pflege im Alter steigen an, noch bevor die Babyboom-Generation sich selbst zu den ‚Alten‘ zählt.

Subjektives Alter ist geringer als faktisches Alter

Die Hochbewertung von Jugendlichkeit und negative Vorstellungen zum Alter tragen dazu bei, dass faktisches Alter und selbsteingestuftes, subjektives Alter auseinander fallen. Möglichst lang jung zu sein, und möglichst spät alt zu erscheinen, sind zentrale Lebensziele in einer auf Jugendlichkeit orientierten Gesellschaft. Dies führt einerseits dazu, dass mehr Frauen und Männer ein ausgedehntes jugendnahes Erwachsenenalter erleben, und andererseits, dass sich ältere Menschen häufig als jünger einschätzen als die tatsächlich sind. Der Trend zu einem langen Jungsein und spätem Altwerden wird durch die Tatsache verstärkt, dass sich die gesunde Lebenserwartung deutlich ausgedehnt hat und dass viele ältere Menschen ein Konsum- und Freizeitverhalten aufweisen, das sich vom Verhalten jüngerer Menschen nur graduell unterscheidet. Der soziale ‚Zwang zum Jungbleiben‘ schlägt sich aber in einer steigenden Zahl von Schönheitsoperationen und einem wachsenden Konsum von ‚anti-ageing‘-Produkten nieder (Stuckelberger 2012)

Seit Jahren lässt sich beobachten, dass ältere Frauen und Männer sich selbst als jünger einschätzen bzw. sich jünger fühlen als es ihrem chronologischen Alter entspricht. In einer Erhebung 2014 lag bei der grossen Mehrheit der befragten 60- bis 70-Jährigen das gefühlte Alter tiefer als das effektive Alter (Samochowiec et. al. 2015). Eine 2017 durchgeführte Befragung bei Personen im Alter 50+ (mittleres Alter der Befragten: 68 Jahre) in den Kantonen Basel-Stadt, Basel-Land, Aargau und Solothurn bestätigt diese Feststellung: Nur ein Fünftel gab an, sich so alt zu fühlen, wie sie tatsächlich waren. Fast 70% gaben an, sich jünger zu fühlen. Nur 5% fühlten sich subjektiv älter als es ihrem chronologischen Alter entsprach. Konsequenterweise war eine überwiegende Mehrheit (84%) der Ansicht, andere hielten sie für jünger als sie tatsächlich sind; eine Einschätzung die Männer wie Frauen gleichermaßen teilten. Von den über 50-Jährigen möchten zwei Drittel gerne wieder jünger sein. Dieser Anteil wächst mit steigendem Lebensalter (Schicka; Uggowitz 2017). Auch die 2018 durchgeführte Befragung des Berner Generationenhauses (2019) zeigt ein deutliches Auseinanderfallen von effektivem und gefühltem Alter, speziell auch bei den über 50-jährigen Personen.

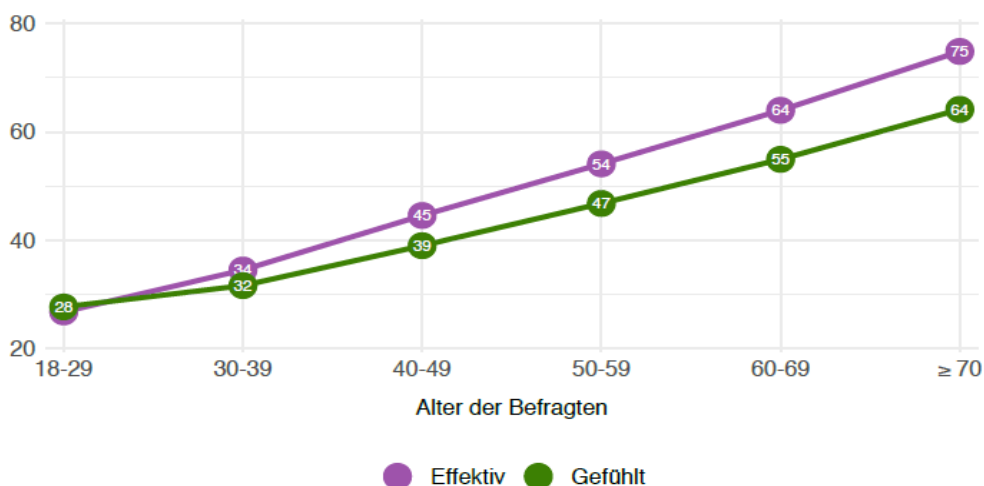


Abbildung 8: Gefühltes und tatsächliches Alter – nach Alter.

Quelle: Berner Generationenhaus (2019) Altersbilder der Gegenwart. Haltung der Bevölkerung zum Alter und zur alternden Gesellschaft, Bern (verfügbar via www.begh.ch)

Menschen im dritten Lebensalter – ausgewählte Feststellungen

In den letzten Jahrzehnten unterlagen auch die späteren Lebensphasen (späte Familien- und Berufsphasen und nachberufliches Leben) einem ausgeprägten gesellschaftlichen Wandel, und die zuerst bei jungen Erwachsenen feststellbaren Prozesse von Individualisierung, Pluralisierung und Dynamisierung von Lebensvorstellungen und Lebensverläufen berühren immer stärker auch das dritte Lebensalter (Seniorenalter, gesundes Rentenalter). Ausdruck davon sind etwa zunehmende Scheidungsraten bei langjährigen Paaren, eine vermehrte Häufigkeit von Zweitbeziehungen im Alter, aber auch eine erhöhte Mobilität im Alter (und der reisende Senior ist sozusagen zum Sinnbild eines bewegten Alters geworden). Nicht bei allen, aber bei einer größeren Gruppe älterer Frauen und Männer führen neue Modelle eines aktiven und kreativen Alterns zu einer bedeutsamen Neugestaltung der nachberuflichen Aktivitäten. Der Lebensstil 65- bis 74-jähriger Menschen, teilweise aber auch über 75-jähriger Menschen, hat sich seit den 1980er Jahren eindeutig in Richtung einer mehr aktiven Lebensgestaltung verschoben (Höpflinger 2011, 2017).

So hat sich beispielsweise in der Schweiz der Anteil von 55-74-jährigen Personen, die sie sich selbst als innovationsorientiert einstufen, deutlich erhöht. Während sich 1990 nur 14% mit Innovationswerten identifizierten, waren es 2000 schon 38% und 2016 sogar 67%. Neue Generationen älterer Menschen haben Konzepte des lebenslangen Lernens und ständige Auseinandersetzung mit Neuerungen verinnerlicht.

Anteil von 55-74-Jährigen, die sich selbst als innovationsorientiert einstufen (Wichtig neue Ideen zu entwickeln)

	1990	2000	2008	2012	2016
%-Anteil innovationsorientiert	14%	38%	53%	65%	67%

Quellen: 1990: Winterthur Versicherungen (Hrsg.) (1990) Unsere neuen Senioren, Winterthur; 2000: Basis 2010: Ernest Dichter SA Institut für Motiv- und Marktforschung (2000) Senioren 2000. Eine neue Generation auf dem Weg zur Selbstverwirklichung, Zürich: Ernest Dichter SA; 2008 bis 2016: European Social Value Survey (eigene Auswertungen, gewichtete Daten)

Eine zentrale Grundlage dieser Entwicklung zu einem aktiven (und teilweise sogar hyperaktiven) Rentenalter ist die Bildungsexpansion der letzten Jahrzehnte, wodurch mehr Männer – und mit Zeitverzögerung mehr Frauen – eine gute berufliche Fachausbildung erhielten. Der Anteil von Männern und Frauen ohne weiterführende Fachausbildung sank in den letzten Jahrzehnten deutlich. Der Anteil derjenigen mit tertiärer Ausbildung hat sich erhöht; eine Bildungsexpansion, die auch in anderen europäischen Ländern den sozialen Lebenshintergrund neuer Generationen im Alter grundlegend verändert hat (für Deutschland vgl. Karl 2012). Die bessere Bildung hat in der Folge wirtschaftliche Lage, aber auch Selbstbewusstsein, Gesundheitsverhalten, Sozialbeziehungen und schlussendlich psychische Befindlichkeit neuer Generationen älterer Männer und Frauen positiv beeinflusst.

Entwicklung der subjektiven Gesundheit bei ‚jungen Alten‘

In diesem Rahmen hat sich auch subjektive Gesundheit der neuen Generationen von 65-74-Jährigen verbessert. Während 1979 in der ersten grossen Alterserhebung in Genf und Wallis weniger als die Hälfte der 65-74-Jährigen ihre Gesundheit positiv einschätzten, sind es gegenwärtig gut drei Viertel. Ebenso hat sich der Anteil der 65-74-Jährigen ohne körperliche Beschwerden erhöht, wogegen der Anteil der Frauen und Männer, die in diesem Alter starke körperliche Beschwerden erwähnen, gesunken ist.

Subjektive Gesundheit der ‚jungen Alten‘ im Zeitvergleich 1979-2018

Jahr	Region	Alter	%- Personen, die ihre Gesundheit als gut bis sehr gut einstufen	Quelle:
1979	Genf/Wallis	65-74 J.	48%	1
1992	Schweiz	60-74 J.	64%	2
1997	Schweiz	65-74 J.	72%	3
2008/09	Schweiz	65-74 J.	75%	4
2014	Schweiz	65-74 J.	80%	5
2017	Schweiz	65-74 J.	82%	6
2018	Schweiz	65-74 J.	83%	7

Quellen: 1: GUGRISPA (Groupe Universitaire Genevois) (1983) Vieillesse. Situations, itinéraires et modes de vie des personnes âgées aujourd'hui, Saint-Saphorin: Georgi; 2: Leu, Robert E.; Burri, Stefan; Priester, Tom (1997) Lebensqualität und Armut in der Schweiz, Bern: Haupt; 3: Bundesamt für Statistik (1997) Schweizerische Gesundheitsbefragung 1997, Neuchâtel: BFS; 4: European Social Survey 2008/09. Data file edition 1.0. Norwegian Social Science Data Services, Norway - Data Archive and distributor of ESS data; 5: Camenzind ‚Paul; Petrini, Luca (2014) Personen ab 55 Jahren im Gesundheitssystem: Schweiz und internationaler Vergleich 2014, Obsan-Dossier 43, Neuchâtel: Schweiz. Gesundheitsobservatorium; 6: Merçay, Clémence (2017) Expérience de la population âgée de 65 ans et plus avec le système de santé. Analyse de l'International Health Policy Survey 2017, Obsan Dossier 60, Neuchâtel: Observatoire suisse de santé; 7: Age-Wohnumfrage 2018 (eigene Auswertungen, vgl. Höpflinger, François; Hugentobler, Valérie, Spini, Dario (eds.) (2019) Wohnen in den späten Lebensjahren. Grundfragen und regionale Unterschiede, Zürich: Seismo Verlag.

Körperliche Beschwerden in den letzten 4 Wochen bei 65-74-Jährigen 1992/93 und 2017

	Männer		Frauen	
	1992/93	2017	1992/93	2017
Keine/kaum Beschwerden	46%	61%	30%	40%
Einige Beschwerden	33%	26%	36%	35%
Starke Beschwerden	21%	13%	34%	25%

Starke körperliche Beschwerden: Personen litten «stark» an mindestens vier von acht Beschwerden in den letzten vier Wochen.

Quelle: Schweiz. Gesundheitsbefragungen 1992 und 2017

Mit dieser Entwicklung verbunden ist die Feststellung, dass nicht allein die Lebenserwartung nach 65 erhöht hat, sondern es zeigt sich auch eine Zunahme der Lebenserwartung in guter Gesundheit (healthy life years). Die zukünftige Entwicklung wird dadurch geprägt sein, dass Vertreter und Vertreterinnen der Babyboom-Generation im Alter zwar nicht unbedingt später von chronischen Krankheiten (wie Bluthochdruck, Glieder- & Gelenkschmerzen, kardiovaskuläre Erkrankungen, Diabetes, Tumoren, Hörproblemen u.a.) betroffen sind, aber dass sie dank ausgebauter sozio-medizinischer Versorgung, kurativen und rehabilitativen Interventionen mehrheitlich später an funktionalen Einschränkungen leiden bzw. später alltagsbezogen pflegebedürftig werden.

Lebenserwartung und Lebenserwartung in guter Gesundheit (healthy life years) im Alter 65 für die Schweiz

		Lebenserwartung	Lebenserwartung in guter Gesundheit
Männer	1992	15.8	11.1
	2002	17.5	12.6
	2007	18.5	13.0
	2017	19.7	13.7
Frauen	1992	20.0	11.9
	2002	21.1	13.5
	2007	21.9	13.5
	2017	22.5	14.5

Die gesunden Lebensjahre (healthy life years) messen die Lebenszeit, die ein Mensch im Alter von 65 Jahren voraussichtlich bei guter bis sehr guter Gesundheit leben kann.

Quelle: Diebold, Monika; Widmer, Marcel (2019) Gesundheitsindikatoren zur älteren Bevölkerung in der Schweiz Neuchâtel: Schweiz. Gesundheitsobservatorium: 4.

Einschätzung der finanziellen Lage und der eigenen Gesundheit im ausgewählten Ländern 2016

	Personen im Alter zwischen 65 und 74 Jahren:	
	Einschätzung der finanziellen Lage des Haushalts als ‚komfortabel‘	Einschätzung der eigenen Gesundheit als ‚sehr gut/gut‘
Schweden	68%	68%
Niederlanden	59%	65%
Schweiz	58%	77%
Grossbritannien	53%	66%
Deutschland	44%	51%
Frankreich	42%	53%
Österreich	31%	53%
Spanien *	25%	46%
Portugal *	11%	29%
Estland	8%	26%
Polen	6%	27%
Russland	5%	11%
Tschechische Republik	4%	26%

* Erhebung 2014

Datenquelle: European Social Survey Daten 2002, 2014 & 2016. Data file edition 1.0. Norwegian Social Science Data Services, Norway - Data Archive and distributor of ESS data.

(eigene Auswertungen, gewichtete Daten). (N pro Land zwischen 150 und 330 Befragte 65-74 J.)

Ein ausgedehntes gesundes Rentenalter ist allerdings eng mit gesellschaftlichen Rahmenbedingungen verknüpft. So sind wirtschaftliche Sicherheit und Gesundheit im Alter stark assoziiert. Ein Vergleich von 28 europäischen Ländern (für 2012) zeigt eine hohe positive Korrelation ($r: 0.83$) zwischen dem

Anteil an älteren Menschen, die ihre finanzielle Lage positiv einschätzen und dem Anteil an älteren Menschen, die sich subjektiv als gesund einstufen (Höpflinger 2017: 49-50).

In vielen Ländern ist ein aktives und gesundes Altern erst für eine Minderheit älterer Menschen Realität. Einzig in wohlhabenden europäischen Ländern (wie Niederlanden, Schweden und der Schweiz) profitiert aktuell schon eine Mehrheit älterer Menschen von einem ausgedehnten gesunden und aktiven Rentenalter.

Sozio-ökonomische Ungleichheiten führen sachgemäss auch innerhalb von Ländern zu ausgeprägten Unterschieden in den Lebenslagen, den Aktivitätsformen und den Möglichkeiten der sozialen Partizipation nach der Pensionierung. Die sozialgerontologischen Modelle eines aktiven (und erfolgreichen) Alterns sind leistungsbezogene Altersmodelle, die hauptsächlich für gut gestellte alte Menschen gültig sind, die aber dazu tendieren, untere soziale Gruppen auch in der nachberuflichen Lebensphase auszugrenzen.

Die neuen Modelle eines aktiven Alterns haben zudem nicht dazu beigetragen, dass traditionelle Defizit-Vorstellungen zum Alter verschwanden, sondern zu beobachten ist vielmehr, dass sich Menschen – wie vorgängig illustriert – länger als jung und später als alt einschätzen. Festzustellen ist nicht eine erhöhte Akzeptanz des Alters, sondern eher eine Veränderung der Verhaltensweisen älterer Menschen in Richtung eines verjüngten Verhaltens. Es zeigt sich eine gewisse sozio-kulturelle Verjüngung bei zunehmend mehr Personen neuer Rentnergenerationen (was im Übrigen eine Gleichsetzung von demographischer Alterung mit gesellschaftlicher Überalterung in Frage stellt).

Die Ausdehnung einer teilweise auf jung ausgerichteten Lebensweise bis weit ins Rentenalter führt somit zu zwei gegensätzlichen sozialen Trends:

Einerseits entstehen vermehrte Möglichkeiten, sich auch in der zweiten Lebenshälfte neu auszurichten. Die Pensionierung bedeutet für Viele nicht mehr Ruhestand und Rückzug, sondern sie ist eine Lebensphase mit vielfältigen und bunten Gestaltungsmöglichkeiten. Das Alter ist nicht eine Phase nur von Defiziten und Verlusten, sondern auch eine Phase, wo sich neue Chancen ergeben und bisher vernachlässigte Kompetenzen – bezüglich sozialer Kontakte, Gartenarbeiten, Bildung usw. – ausgelebt werden können.

Andererseits entstehen neue soziale Zwänge, das sichtbare körperliche Alter zu verdrängen oder zu bekämpfen. Lebenslanges Lernen, möglichst lange Aktivität, aber auch ein möglichst langer Erhalt der körperlichen Gesundheit und Fitness werden zu neuen Normvorstellungen eines ‚erfolgreichen Alterns‘. ‚Anti-Ageing‘-Ansätze – als Bestrebung, das körperliche Altern aufzuhalten oder zumindest zu verzögern – verstärken den Druck, sich möglichst lange ‚jung‘ zu geben (Stuckelberger 2012).

Aktivitätsmuster der ‚jungen Alten‘

Im Folgenden wird analysiert, inwiefern sich die Aktivitäten im dritten Lebensalter in den letzten Jahren in Richtung einer stärkeren Aktivitätsorientierung verändert haben. Dazu werden einige ausgewählte Aktivitäten von ‚jungen Alten‘ im Zeitvergleich verglichen.

Sportliche Aktivitäten

Was angeführte sportliche Aktivitäten betrifft, zeigt sich kein Anstieg der hochtrainierten Senioren, sondern primär eine Zunahme derjenigen, die sich regelmässig körperlich bewegen („ausreichend aktiv“). Umgekehrt ist der Anteil der körperlich inaktiven älteren Frauen und Männer deutlich gesunken (zumindest was die selbst angegebene körperliche Aktivität betrifft).

Angeführte körperliche Aktivität 65-74-jähriger Männer und Frauen 2002 und 2017

	Männer	Frauen
Trainiert		
2002	33%	22%
2017	33%	26%
Ausreichend aktiv		
2002	37%	28%
2017	50%	50%
Teilaktiv		
2002	10%	20%
2017	11%	14%
Inaktiv		
2002	20%	30%
2017	7%	10%

Trainiert: pro Woche 3-mal oder mehr intensive körperliche Aktivität

Ausreichend aktiv: pro Woche 2-mal intensive körperliche Aktivität oder 150 Minuten oder mehr mässig intensive Aktivität

Teilaktiv: pro Woche 1-mal intensive körperliche Aktivität oder 30 bis 149 Minuten mässig intensive Aktivität

Inaktiv: körperliche Aktivität unterhalb dieser Schwellenwerte

Quelle: Schweiz. Gesundheitsbefragungen 2002 und 2017

Freizeitaktivitäten

Ein Vergleich einiger ausgewählter Freizeitaktivitäten zwischen 1999 und 2016 – basierend auf Daten des Schweizerischen Haushaltspanels – unterstreicht den Trend zu einem aktiveren Lebensstil neuer Generationen älterer Frauen und Männer: Freunde zu treffen ist häufiger geworden, ebenso auswärts zu trinken oder zu essen (bei Männern weiterhin häufiger als bei Frauen). Auch im Alter ein Musikinstrument zu spielen oder zu singen, ist häufiger geworden. Alter und künstlerische Kreativität werden heute kaum mehr als Gegensatz gewertet. Etwas reduziert hat sich der Kinobesuch (auch weil das ‚Heimkino‘ an Bedeutung gewonnen hat). Kaum verändert hat sich die Bedeutung von ‚do-it-yourself‘-Arbeiten und Gartenarbeiten (primär in ländlichen Regionen).

Werden die 55-64-Jährigen (mehrheitlich noch erwerbstätig) mit den 65-74-Jährigen (mehrheitlich nicht mehr erwerbstätig) verglichen, wird interessanterweise deutlich, dass sich die (Freizeit-)Aktivitäten kaum wesentlich verändern; ein Hinweis darauf, dass die Pensionierung das Aktivitätsmuster der meisten Personen wenig verändert. Dies hat viel damit zu tun, dass die

ausgeübten Aktivitäten stark mit den persönlichen Interessen – und weniger mit der zur Verfügung stehenden Zeit – verbunden sind. Oder in anderen Worten: Für die Aktivitätsformen in späteren Lebensjahren ist weniger das (chronologische) Alter als die Generationenzugehörigkeit (und den damit verbundenen Freizeitinteressen und das gelebte soziale Milieu) entscheidend.

Freizeitaktivitäten älterer Menschen 1999 und 2016

A: jeden Tag, mindestens einmal pro Woche, B: weniger als einmal pro Monat/nie

Übrige Personen: mindestens einmal pro Monat

		A		B	
		55-64 J.	65-74 J.	55-64 J.	65-74 J.
Do it yourself, Gartenarbeit	1999	67%	69%	21%	21%
	2016	57%	63%	27%	26%
Freunde treffen	1999	52%	51%	14%	15%
	2016	57%	62%	9%	9%
Bar, Pub, Restaurant-Besuche	1999	36%	40%	34%	32%
	2016	49%	54%	15%	17%
Kinobesuch	1999	2%	2%	85%	91%
	2016	2%	2%	79%	80%
Musikinstrument spielen, Singen	1999	13%	10%	84%	87%
	2016	19%	18%	77%	79%

Datenquelle: Schweiz. Haushaltspanel-Daten (gewichtet)

N: 55-64 J.: 1999: 1211, 2013: 1122; 65-74 J.: 1999: 827, 2013: 823

2016: N: 55-64 J.: 1282 65-74 J.: 1250, 75+: 918

Kulturelle Aktivitäten älterer Menschen

Die 2014 erstmals durchgeführte Erhebung „Sprache, Religion und Kultur“ verdeutlicht, dass knapp zwei Drittel der Schweizer Bevölkerung selbst kreativ und kulturell tätig sind. Dabei verteilen sich die Interessen junger wie älterer Menschen auf unterschiedliche Formen der kulturellen Aktivitäten. Auch eine Mehrheit (57%) der 65-74-jährigen Frauen und Männer ist kulturell aktiv. Erst im höheren Lebensalter sinkt der Anteil der kulturell aktiven Menschen.

Die grössten Unterschiede bezüglich kultureller Eigenaktivitäten im Rentenalter zeigen sich nach Bildungshintergrund: Von den 65-jährigen und älteren Menschen mit tiefstem Bildungsstatus sind nur 39% kulturell tätig, im Gegensatz zu 65% der 65-jährigen und älteren Personen mit tertiärem Ausbildungshintergrund. Kulturelle Aktivitäten auch im höheren Lebensalter sind milieuspezifisch geprägt und Kreativität im Alter konzentriert sich stark, wenn auch nicht ausschliesslich, auf bildungsnahe Personen.

Kulturelle Aktivitäten bei 65-74-jährigen Personen: Schweiz 2014

Frage: Haben Sie in den letzten 12 Monaten eine von den folgenden Aktivitäten regelmässig ausgeübt?

Ausgeübt, mehrmals pro Jahr bis täglich

65-74 J.

Singen (allein, in Gruppe)	20%
Amateurfotografie (ohne Familien/Ferienfotos)	17%
Zeichnen/Malen/Skulpturen	16%
Schreiben (Tagebuch, Geschichten usw.)	12%
Instrument spielen (allein, in Gruppe)	12%
Kreatives Arbeiten am Computer	9%
Kunsthandwerk betreiben	9%
Tanzen in institutionellem Rahmen	6%
Filme/Videos (ohne Familien/Ferienfilme)	4%
In Laientheater mitmachen	1%
Blog im Internet verfassen	1%
Rap/Poetry/Slam	0%
Graffiti/ StreetArt	0%
Mindestens eine der aufgeführten Aktivitäten	57%
Sprache gelernt/Sprachkenntnisse vertieft	15%
Sprachen lernen gewünscht	64%

Sprache gelernt: Haben Sie in den vergangenen 12 Monaten angefangen, eine oder mehrere Sprache zu lernen oder haben Sie Ihre Sprachkenntnisse vertieft? (Schüler/Studenten: ohne obligatorische Sprachkurse).

Sprache lernen gewünscht: Angenommen, es würde Ihnen weder an Geld noch an Zeit fehlen, gibt es eine oder mehrere Sprachen, wo Sie gerne lernen oder verbessern möchten?

0%: weniger als 0.5%

Quelle: Erhebung zu Sprache, Religion und Kultur 2014 (gewichtete Daten CATI)

An erster Stelle der angeführten regelmässigen Tätigkeiten ist das Singen – allein, in Gruppen oder im Chor -; eine kulturelle Aktivität, die sowohl generationenverbindend sein kann als auch von bildungsfernen Menschen ausgeübt wird. Ein Musikinstrument zu spielen, ist auch im Rentenalter eine nicht seltene kreative Tätigkeit, wobei sich diesbezüglich ausgeprägte Bildungsunterschiede ergeben; ebenso wie etwa der Besuch eines Konzerts je nach Bildungshintergrund variiert.

An zweiter Stelle – bei pensionierten Männern – kommt fotografieren. Generell üben ältere Männer häufiger als Frauen technisch orientierte Tätigkeiten aus, wie etwa kreatives Arbeiten am Computer. Bei älteren Frauen an zweiter Stelle steht das Schreiben (etwa eines Tagebuchs oder einer Geschichte) und bekanntlich schreiben Frauen weltweit die besten Krimis.

Zeichnen und Malen sind ebenfalls nicht selten ausgeübte kulturelle Aktivitäten bei heutigen Senioren, wogegen Tanzen im institutionellen Rahmen oder Mitarbeit in einem Laientheater nur eine sehr geringe Minderheit bewegt (teilweise auch, weil in manchen Regionen die entsprechenden Angebote und Mitwirkungsmöglichkeiten nicht vorhanden sind).

Kulturaktivitäten wie Rap, Poetry-Slam, StreetArt oder Bloggen sind kulturelle Ausdrucksformen, die – wenn überhaupt – primär von unter 30-jährigen Personen ausgeübt werden und die bei über 45-jährigen Personen kaum mehr auftreten.

Insgesamt zeigt sich, dass auch im höheren Lebensalter eine Mehrheit kulturell aktiv und kreativ ist. Die kulturellen Aktivitäten im Alter sind allerdings vielfältig und je nach Bildungshintergrund, Geschlecht und Biographie variieren die kulturellen Interessen.

Lernen/Weiterbildung

Lebenslanges Lernen ist ein zentrales Element zur erfolgreichen Bewältigung der nachberuflichen Lebensphase, namentlich in einer Gesellschaft, welche ständigem Wandel unterworfen ist. Forschungsergebnisse lassen erkennen, dass Lernprozesse selbst im höchsten Alter wirksam sind, sofern Lernrhythmus und Lernbiographie älterer Menschen berücksichtigt werden. Schwierigkeiten beim Lernen im Alter sind oft das Ergebnis fehlender oder verlernter Lernstrategien und ein Wiedereinstieg in Lernprozesse nach der Pensionierung verlangt eine sinnhafte Einbettung des Lernstoffes in den Erfahrungshintergrund älterer Menschen.

Bildungs- und Lernangebote im und für das Alter schliessen unterschiedliche Zielsetzungen ein:

1. Bildung im Alter ist Teil einer kontinuierlichen Erwachsenenbildung, um am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen und um an Veränderungen in der Entwicklung des Alltagslebens teilzuhaben.
2. Lebenslanges Lernen fördert die geistigen und psychischen Kräfte älterer Menschen und verhindert deren Verminderung durch geistige Inaktivität. Lernen im Alter hat präventiven Charakter im geistigen Bereich (etwa durch gezieltes Gedächtnistraining).
3. Bildung stellt Informationen zur selbständigen Lebensgestaltung und zur Förderung der Lebensqualität im Alter bereit. Damit werden Sachkompetenzen und Fertigkeiten zur Lebens- und Alltagsgestaltung im Alter erworben (wie etwa Übungen zur Sturzprävention, Kurse zur Pflege).
4. Durch Bildungsangebote werden ältere Menschen befähigt, sich mit ihren Anliegen zu befassen, diese in der Gesellschaft zu vertreten (z.B. Selbstorganisation von Senioren) oder sich in neue soziale Aktivitäten zu engagieren.
5. Bildungskurse können genutzt werden, um eine Wochenstruktur nach der Pensionierung zu erreichen. Ebenso kann der Besuch von Kursen, die auch von jüngeren Menschen genutzt werden, im Alter eine Strategie sein, um mit jüngeren Menschen in Kontakte zu treten.

Die inhaltliche Bedeutung von (Weiter-)Bildung und Lernen im Alter weicht damit stark von der Bedeutung der Weiterbildung in jüngeren Lebensjahren ab. Während Bildung in jüngeren Jahren einen zentralen Teil der beruflich-sozialen Entwicklung ausmacht, erscheint sie im Alter eher als Teil der Freizeit- und Lebensgestaltung. Sie weist daher allerdings auch nicht selten einen Charakter der Beliebigkeit auf (und es ist nicht selten, dass etwa beim Besuch von Volkshochschulkursen oder der Seniorenuniversität im Alter weniger der Inhalt als der soziale Charakter der Veranstaltung das zentrale Teilnahmemotiv darstellt).

Die Datenlage zur Bildungsbeteiligung im Alter in der Schweiz ist mangelhaft. Entsprechend lässt sich nicht feststellen, in welchem Masse ältere Menschen sich heute häufiger weiterbilden als frühere Generationen. Einige Hinweise auf Bildungsbeteiligung (bzw. Bildungsabstinenz) vermittelt allerdings Mikrozensus Aus- und Weiterbildung 2016 des Bundesamts für Statistik. Nachgefragt wurde nach der Beteiligung an formellen Formen der Weiterbildung sowie an Formen des informellen Lernens in den letzten 12 Monaten. Im Altersgruppenvergleich zeigt sich folgendes Muster:

- a) Der Anteil an Personen, die sich in Ausbildung befinden, sinkt im höheren Erwerbsalter und von den 55-64-Jährigen absolviert nur noch 1% eine Ausbildung.
- b) Der Anteil an Personen, die in den letzten 12 Monaten eine formelle Weiterbildung anführen, reduziert sich nach dem 25. Altersjahr leicht. Allerdings sind auch 57% der 55-64-Jährigen mindestens einmal pro Jahr in formellen Weiterbildungsangeboten engagiert. Von den 65-74-Jährigen nimmt nur noch eine Minderheit von knapp einem Drittel in irgendeiner Form an formellen Weiterbildungsangeboten teil. Bis zum Rentenalter ist formelle Weiterbildung primär mit beruflichen Aktivitäten verbunden, bei den AHV-Rentnern stehen hingegen primär ausserberufliche Aktivitäten im Zentrum von Weiterbildung.

- c) Informelles Lernen – so wie es im Mikrozensus definiert wird – wird ebenfalls häufig angeführt und bei den 65-75-Jährigen sind informelle Lernprozesse ebenso relevant als formelle Weiterbildung.
- d) Bildungsabstinenz – im Sinne fehlender formeller und informeller Lernprozesse - steigt in den höheren Altersgruppen an. Gut ein Drittel der 55-64-Jährigen und eine knappe Mehrheit der 65-74-Jährigen wird als bildungsabstinent eingestuft.

Bildungsbeteiligung und Bildungsabstinenz in den letzten 12 Monaten nach Alter 2016

Alter:	15-24	25-34	35-44	45-54	55-64	65-75
Ausbildung	69%	18%	5%	4%	1%	0
Weiterbildung (formell)	64%	76%	70%	68%	57%	32%
Informelles Lernen *	41%	51%	45%	40%	38%	29%
Bildungsabstinenz	8%	13%	21%	24%	34%	54%

* Informelles Lernen: umfasst bewusste oder gezielte Lernformen, die jedoch nicht institutionalisiert sind. Informelles Lernen umfasst Aktivitäten, die explizit einem Lernziel dienen, aber ausserhalb institutionalisierter Lernformen oder einer Lernbeziehung stattfinden (etwa Lesen von Fachliteratur, Lernen in einem Freundes- oder Kollegenkreis).

Quelle: Bundesamt für Statistik (2018) Lebenslanges Lernen in der Schweiz. Ergebnisse des Mikrozensus Aus- und Weiterbildung 2016, Neuchâtel: BfS.

Aus fragenbogenmethodischer Sicht kann bei diesen Daten allerdings der erfragte Zeithorizont (12 Monate) kritisch hinterfragt werden. So können bei einem 12-monatigen Zeithorizont Erinnerungslücken und falsche zeitliche Zuordnungen („Telescoping“-Effekte) auftreten.

In der Schweizerischen Arbeitskräfte-Erhebung (SAKE) 2017 ist der nachgefragte Zeithorizont deutlich kürzer (letzten 4 Wochen). Nachgefragt wurde hier nach drei Formen formeller Weiter- und Fortbildung: a) Weiterbildungskurse; b) Besuch von Seminaren, Kongressen, Konferenzen, Vorträge, Workshops sowie c) Besuch eines bezahlten Privatunterrichts.

Formelle Weiter- und Fortbildung nach Altersgruppe (2017)

Während den letzten 4 Wochen besucht: (% Ja)

Alter:	25-39	40-54	55-64	65+
-Weiterbildungskurse	20%	19%	15%	8%
-Seminare, Kongresse, Konferenzen, Vorträge, Workshop	15%	15%	12%	7%
- bezahlter Privatunterricht	2%	2%	2%	2%

Wenn Weiterbildung, Seminare, Privatunterricht usw. besucht:

Hauptgrund für letzte Weiterbildung

- berufliche Gründe	85%	83%	76%	24%
- ausserberufliche Gründe/Freizeitbeschäftigung	15%	17%	24%	76%

Eigene Auswertungen, gewichtete Daten

Auch hier zeigt sich ein Muster einer leichten Abnahme der Teilnahme an Weiterbildungskursen in höheren Altersgruppen. Die Teilnahme an Seminaren Kongressen, Workshops usw. verändert sich hingegen bis zum ordentlichen Rentenalter wenig. Diese Formen von Weiterbildung und Informationsaustausch dienen implizit oder explizit häufig auch der sozialen Netzwerk- und

Kontaktpflege (und bei vielen Workshops und Seminaren sind die sozialen Funktionen ebenso bedeutsam, wenn nicht sogar bedeutsamer als der formelle Lerneffekt). Seltener ist ein bezahlter Privatunterricht. Bis zum Rentenalter werden hauptsächlich berufliche Gründe für die Teilnahme an der letzten formalen Lernveranstaltung angeführt.

Permanentes Lernen ist vor allem bei gut ausgebildeten Personen (=Personen mit tertiärer Ausbildung) verbreitet, wogegen sich Personen mit tiefem Bildungsstatus (= Personen ohne Berufslehre) schon früh vom Bildungssystem verabschieden. Dies führt gerade bei älteren Menschen zu sich weiter verstärkenden fachlich-beruflichen Bildungsunterschieden. Während von den bildungstiefen 55-64-Jährigen nur 6% in den letzten 4 Wochen einen Weiterbildungskurs besucht haben, waren es bei den 55-64-Jährigen mit tertiärem Ausbildungshintergrund 23%. Auch im Rentenalter (65+) variiert die Teilnahme an Weiterbildungskursen stark je nach Bildungshintergrund. Analoge Unterschiede nach Ausbildungsstufen zeigen sich bezüglich Vortrags- Kongress- und Seminarbesuche in späteren Lebensjahren.

Formelle Weiterbildung nach Altersgruppe und Ausbildungsstufe (2017)

Während den letzten 4 Wochen besucht:

Ausbildungsstufe tief (Sekundarstufe I)

Alter:	25-39	40-54	55-64	65+
-Weiterbildungskurse	8%	7%	6%	1%
-Seminare, Kongresse, Konferenzen, Vorträge, Workshop	4%	3%	3%	1%
- bezahlter Privatunterricht	2%	1%	0	1%

Ausbildungsstufe mittel (Sekundarstufe II)

Alter:	25-39	40-54	55-64	65+
-Weiterbildungskurse	16%	16%	13%	7%
-Seminare, Kongresse, Konferenzen, Vorträge, Workshop	10%	10%	9%	5%
- bezahlter Privatunterricht	2%	1%	2%	1%

Ausbildungsstufe hoch (Tertiärstufe)

Alter:	25-39	40-54	55-64	65+
-Weiterbildungskurse	26%	27%	23%	13%
-Seminare, Kongresse, Konferenzen, Vorträge, Workshop	22%	24%	23%	13%
- bezahlter Privatunterricht	3%	4%	3%	3%

Quelle: SAKE 2017. Eigene Auswertungen, gewichtete Daten

Vereinstätigkeit und Freiwilligenarbeit

Die unbezahlte Freiwilligenarbeit ist eine zentrale Säule jeder Zivilgesellschaft und das Engagement von Freiwilligen aller Altersgruppen ist ein bedeutsamer Beitrag zum gesellschaftlichen Wohlstand. Nachbarschaftshilfe, kirchliches und soziales Engagement, politische Ehrenämter usw. sind zudem wichtige Elemente kleiner sozialer Netze und sie tragen wesentlich zur sozialen Integration einer Gesellschaft mit. Freiwilligenarbeit ist auch ein Bereich, wo neue Kontakte und Freundschaften entstehen. Deshalb sind freiwillig tätige Frauen und Männer sozial zumeist besser integriert als Personen, die sich sozialen Tätigkeiten entziehen.

Ehrenamtliches Engagement und Freiwilligenarbeit umfasst allerdings vielfältige und heterogene Tätigkeiten, und dies gilt auch für die Freiwilligenarbeit älterer Menschen. Freiwilligenarbeit wird sowohl in informellen Sozialnetzen (Nachbarschaft, Freundeskreis) als auch in mehr organisierter Form im Rahmen von Vereinen, Genossenschaften und anderen Nonprofit-Organisationen geleistet.

Wichtige Erscheinungsformen freiwilliger Arbeit im sogenannt dritten Sektor zwischen privaten und staatlichen Einrichtungen sind auch Selbsthilfegruppen und -organisationen. Direkte Betroffenheit und Eigeninitiative sind Hauptmerkmale solcher Gruppen, wobei neben Gemeinschaftserleben und Freizeitgestaltung auch Hilfe und Dienstleistungen an anderen Menschen im Mittelpunkt stehen.

Zum Begriff 'Freiwilligenarbeit' finden sich in der Literatur deshalb unterschiedlich weit gefasste Definitionen. Betont wird - neben dem freiwilligen Charakter dieser Tätigkeiten - zumeist das unentgeltliche Engagement zum Wohl anderer Personen, um Freiwilligenarbeit von bezahlter Arbeit einerseits und persönlicher Bedürfnisbefriedigung andererseits zu unterscheiden. Häufig wird die familial-verwandtschaftliche Hilfe unter Angehörigen nicht unter dem engeren Begriff der Freiwilligenarbeit gefasst, da im familialen Bereich andere Solidaritätsnormen existieren als gegenüber nicht-verwandten Personen.

Aktuell ist fast die Hälfte der ‚jungen Alten‘ in Vereinen/Clubs engagiert (und im Vergleich mit 1999 hat sich diesbezüglich wenig geändert). Gut zwei Fünftel geben an, Freiwilligenarbeit – wie auch immer definiert – zu leisten (gegenüber 1999 eine leichte Erhöhung). Wer sich vereinsmässig und freiwillig engagiert, weist eine höhere allgemeine Lebenszufriedenheit im Alter auf als nicht-engagierte Personen, wobei die Kausalität der Beziehung wechselseitig sein kann: Zufriedene und sozial gut integrierte Pensionierte engagieren sich eher und dies kann zu einer weiteren Erhöhung der Lebenszufriedenheit beitragen).

Teilnahme in Vereinen/Clubs und angeführte Freiwilligenarbeit bei 65-74-Jährigen 1999 und 2017/18

	Teilnahme in Vereinen/Clubs	Freiwilligenarbeit
1999	46%	31%
2017/18	48%	39%

2017/18 Lebenszufriedenheit (Mittelwert einer Skala 0-10)

	Teilnahme in Vereinen/Clubs	Freiwilligenarbeit
Ja	8.4	8.5
Nein	8.0	8.1

Quelle: Schweiz. Haushaltspaneldaten 1999 und 2017/18

In der Schweizerischen Arbeitskräfteerhebung (Modul unbezahlte Arbeit) wird zusätzlich zwischen formeller (organisierter) Freiwilligenarbeit und informeller (spontaner) Freiwilligenarbeit unterschieden. Interessant ist im Zeitvergleich 1997-2016, dass sich das Engagement der älteren Menschen an der formellen Freiwilligenarbeit nicht erhöht hat (und bei den oft noch erwerbstätigen 55-63/64-Jährigen sogar rückläufig ist). Zahl an organisiert freiwillig tätigen Pensionierten nimmt nur zu, weil die Zahl an Pensionierten generell rasch ansteigt, nicht aber weil sich relativ mehr Pensionierte organisiert engagieren.

Deutlich häufiger als formelle Freiwilligenarbeit im Alter sind informelle Formen der Freiwilligenarbeit (etwa in Form von Nachbarschaftshilfe, spontane Mithilfe bei sozialen, kulturellen oder sportlichen Anlässen, gegenseitige Hilfe unter Freunden usw.). Informelles Engagement wurde im Zeitverlauf 1997-2016 in etwa konstant oder leicht häufiger angeführt.

Freiwilligenarbeit älterer Menschen 1997 und 2016

	Beteiligung an Freiwilligenarbeit (in %)			
	Formelle Freiwilligenarbeit		Informelle Freiwilligenarbeit	
	1997	2016	1997	2016
55-63/64 J.*	29%	21%	32%	37%
63/64-74 J.*	22%	23%	40%	43%
75 J. und älter	11%	11%	19%	23%

* 1997: 55-61/64 J. bzw. 62/65 J.

Quelle: Schweiz. Arbeitskräfte-Erhebungen (Modul unbezahlte Arbeit)

Die neuen Generationen älterer Menschen – oft gut ausgebildet und professionell geschult – haben teilweise andere Ansprüche an freiwillige Tätigkeiten als frühere Generationen (Freitag et. 2016; Samochowiec et al. 2018): Sie wünschen sich oft anspruchsvolle Tätigkeiten, in denen sie ihre bisherigen (beruflichen) Erfahrungen einbringen können und sie möchten nicht einfach fremdbestimmte Hilfsarbeiten leisten. Sie wollen häufiger als früher eigenbestimmte Aktivitäten organisieren und nicht einfach vorgegebene Tätigkeiten ausführen (was zu einer Zunahme an selbstorganisierten Seniorengruppen beiträgt). Nicht wenige Frauen und Männer möchten nach ihrer Pensionierung Dinge nachholen, die sie früher aus familialen und beruflichen Gründen vernachlässigten, etwa kulturelle Tätigkeiten oder soziale Kontakte pflegen. Häufiger als früher wollen sich pensionierte Menschen zwar engagieren, sich aber nicht auf unbestimmte Zeit für unbestimmte Funktionen verpflichten. Wenn ein Verein beispielsweise eine neue Präsidentin oder einen neuen Präsident sucht und nicht klar wird, was diese Funktion zeitlich beinhaltet und sie zudem ihre Nachfolge selbst zu organisieren hat, wirkt dies heute eher abschreckend. Diese Entwicklung bedeutet, dass manche Frauen und Männer durchaus für freiwilliges Engagement bereit sind, wenn sie genau wissen, was es zeitlich beinhaltet und welche Entwicklungsmöglichkeiten (inklusive Chancen zum Lernen oder zu einer nachberuflichen Freiwilligenkarriere) dabei bestehen. Versicherungsschutz, Spesenregelung und eventuelle Honorierung sind ebenfalls Themen, die bei heutiger Freiwilligenarbeit stärker an Bedeutung gewonnen haben.

Erwerbsarbeit 65+

Mit dem Ausbau der Altersvorsorge sanken Zahl und Anteil an Frauen und Männer, die auch nach dem 65. Lebensjahr weiterhin erwerbstätig waren, ständig. Frühpensionierungen haben den Trend zu einem frühen Ruhestand zeitweise verstärkt. In den letzten Jahren zeigt sich allerdings eine Trendwende und der Anteil der 65-jährigen und älteren Menschen, die weiter oder neu erwerbstätig sind, hat sich erhöht. Zwischen 2010 und 2017 stieg die Erwerbsquote der 65-jährigen und älteren Männer von 13.8% auf 16.4% und bei den 65-jährigen und älteren Frauen von 6.7% auf 9.4%.

Viele der Erwerbspersonen im AHV-Alter arbeiten als Selbständige und der Anteil der selbständig Erwerbstätigen hat sich in den letzten Jahrzehnten deutlich erhöht. Gegenwärtig sind dies fast die Hälfte der erwerbstätigen Männer 65+ und etwas weniger als ein Drittel der erwerbstätigen Frauen 65+. Darin widerspiegeln sich zwei Sachverhalte: Einerseits verbleiben selbständig Erwerbende – etwa freie Berufe und handwerklich-gewerbliche Selbstständige – häufiger auch im AHV-Alter weiterhin erwerbstätig, oft aus Freude am Beruf, aber auch weil sie geringe Renten aus der zweite Säule aufweisen. Auch Nachfolgeprobleme beim eigenen Betrieb können zur Weiterarbeit im Alter beitragen. Andererseits zeigt sich eine verstärkte Tendenz, dass Arbeitnehmer sich – wenn sie nach 65 weiter oder neu arbeiten – verselbständigen, sei es dass sie ein eigenes Unternehmen gründen oder sei es, dass sie sich nicht mehr fest anstellen lassen (oder nicht mehr fest angestellt werden). In jedem

Fall arbeitet nur eine Minderheit der 65-jährigen und älteren Erwerbspersonen in einem klassischen Arbeitsverhältnis.

Erwerbsstatus, Arbeitsstellung und Arbeitspensum der 65-jährigen und älteren Erwerbspersonen				
<u>A) Erwerbsstatus</u>				
	Männer		Frauen	
	1991	2017	1991	2017
Selbständige	32%	49%	20%	30%
Mitarbeitende Familienmitglieder	20%	13%	29%	14%
Arbeitnehmer/innen	48%	38%	51%	46%
<u>C) Arbeitsvolumen</u>				
Vollzeit (mehr als 90%)	41%	27%	24%	10%
Teilzeit I (50-89%)	20%	19%	15%	15%
Teilzeit II (unter 50%)	39%	54%	61%	75%
Quelle: Schweiz. Arbeitskräfte-Erhebungen (SAKE) 1991: 2. Quartal, 2017: Jahreswerte				

Arbeit 65+ ist allerdings grossmehrheitlich Teilzeitarbeit und zwar nicht allein bei Frauen, sondern auch bei Männern. Teilzeitarbeit im Alter kann sich entlastend wirken und kann dazu beitragen, dass späte Freizeit und späte Berufsarbeit gut kombiniert werden können. Die finanzielle Absicherung durch AHV und eventuell berufliche Rente erlaubt es, beruflich kürzer zu treten. Eine Vollzeitarbeit nach 65+ ist zur Ausnahme geworden und daran wird sich auch in den nächsten Jahren wenig ändern. Dies bedeutet aber auch, dass selbst eine rasche Zunahme der Altersarbeit – im Sinne von mehr Frauen und Männern die auch nach 65+ weiter arbeiten – nicht zu einer entsprechenden Ausweitung des Arbeitsvolumens. Gleichzeitig wird ein stärkerer Ausbau der Altersarbeit seitens von Unternehmen nur erfolgreich sein, wenn entsprechende Teilzeitangebote vorliegen.

Zu einem gewissen Grad weist die Erwerbsarbeit von AHV-Rentner und AHV-Rentnerinnen momentan immer noch den Charakter einer Arbeit, die eingesetzt wird, um fachlich-berufliche Lücken bei den jüngeren Fachkräften abzudecken. Entsprechend ist etwa Arbeit auf Abruf bei den 65-jährigen und älteren Erwerbstätigen deutlich stärker vertreten als bei jüngeren Erwerbspersonen. Entsprechend bestehen bei der Altersarbeit häufig keine formalen Arbeitszeitvorgaben. Abendarbeit ist zwar im Alter nicht häufiger, dafür aber Arbeit am Sonntag. Auffallend ist auch, dass Altersarbeit relativ häufig zu Hause stattfindet (Hauptarbeitsort private Wohnung).

Zur Arbeitsform der Erwerbstätigen 65+ - im Vergleich zu 55-64-Jährigen 2017				
	Männer		Frauen	
	55-64	65+	55-64	65+
Hauptarbeitsort: Privatwohnung	6%	25%	9%	31%
Arbeit auf Abruf	4%	26%	6%	22%
Arbeitszeit: keine formalen Vorgaben	12%	55%	8%	39%
Normalerweise Arbeit am Sonntag	11%	16%	12%	14%
Normalerweise Abendarbeit	17%	16%	17%	17%
Quelle: Schweiz. Arbeitskräfte-Erhebung 2017				

Die Altersarbeit befindet sich im raschen Wandel. Sie dürfte weiter an Bedeutung gewinnen und gleichzeitig aber auch vermehrt im Rahmen normaler Arbeitsverhältnisse stattfinden. Gleichzeitig

wird sich auch in Zukunft eine bedeutende Gruppe pensionierter Erwerbstätiger dagegen wehren, die Freiheiten der späten Erwerbsarbeit 65+ aufzugeben. Wenn Firmen und Unternehmen die Kompetenzen und Ressourcen von Frauen und Männer im AHV-Alter nutzen möchten – etwa um einem Mangel an jüngeren Fachkräften zu kompensieren – geht dies nur, wenn entsprechend flexible Arbeitsformen angeboten werden. Die späte Freiheit der Pensionierung erlaubt zunehmend mehr Frauen und Männer auch von späten Freiheiten der Erwerbsarbeit zu profitieren.

Abschlussbemerkungen

Das dritte Lebensalter ist durch eine verstärkte Dynamik und ein höheres Aktivitätsniveau, geprägt. Die ‚jungen Alten‘ von Heute schätzen sich mehrheitlich als gesund ein und sie sind körperlich, aber auch sozial und kulturell aktiver als frühere Generationen. Eine zentrale Säule eines aktiven Rentenalters bildet die in der Schweiz insgesamt gute Alterssicherung und der Ausbau der Altersvorsorge der letzten Jahrzehnte hat zu besserer Gesundheit und höherem Aktivitätsniveau im Rentenalter beigetragen.

Gleichzeitig ist die erhöhte Dynamik des dritten Lebensalters von einer ausgeprägten Heterogenität von Alternsprozessen begleitet. In einer dynamischen, durch soziale Gegensätze geprägten Gesellschaft verlaufen biologische, psychische und soziale Prozesse des Alterns ungleichmässig, und ein Grundmerkmal des Alterns von Heute sind die ausgeprägten Unterschiede zwischen gleichaltrigen Menschen. Dies hat zum einen mit den enormen wirtschaftlichen Ungleichheiten im Alter zu tun. Zum anderen vergrössert der Trend zu einem aktiven und sozio-kulturell verjüngten Alter die Unterschiede auch in psychischer und sozialer Hinsicht: Während die Einen sich aktiv um Gestaltung und Planung des Alters kümmern, erleben Andere ihr Altern weiterhin als unausweichliches Schicksal. Entsprechend ihren bisherigen Lebenshintergründen und Lebenserfahrungen gehen Menschen mit ihrem Altern unterschiedlich um, und je nach beruflichen, familialen und sozialen Erfolgen bzw. Misserfolgen weist die zweite Lebenshälfte eine andere Prägung auf. Menschen werden mit steigendem Lebensalter nicht gleicher, sondern ungleicher; ein Punkt, der von der differenziellen Gerontologie schon seit Jahrzehnten betont wird.

Literaturhinweise zu den ‚jungen Alten‘

- Berner Generationenhaus (2019) Altersbilder der Gegenwart. Haltung der Bevölkerung zum Alter und zur alternden Gesellschaft, Bern (verfügbar via www.begh.ch)
- Bühlmann Beat (Hrsg.) (2010) Die andere Karriere. Gesellschaftliches Engagement in der zweiten Lebenshälfte - am Beispiel von Innovage, Luzern: Interact/Hochschule Luzern.
- Erlinghagen M, Hank K (Hrsg.) (2008) Produktives Altern und informelle Arbeit in modernen Gesellschaften. Theoretische Perspektiven und empirische Befunde, Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Freitag, Markus u.a. (2016) Freiwilligen-Monitor Schweiz, Zürich: Seismo Verlag.
- Graefe, S.; Dyk, S. van; Lessenich, S. (2011) Altsein ist später. Alter(n)snormen und Selbstkonzepte in der zweiten Lebenshälfte, Zeitschrift für Gerontologie + Geriatrie, 44, 5: 299-305.
- GUGRISPA (Groupe universitaire genevois de recherche interdisciplinaire sur les personnes âgées) (1983) Vieillesse. Situations, itinéraires et modes de vie des personnes âgées aujourd'hui, St.Saphorin: Georgi.
- Höpflinger François (2009) Sozialgerontologie: Alter im gesellschaftlichen Wandel und neue soziale Normvorstellungen zu späteren Lebensjahren, in: Thomas Klie, Martina Kumlehn, Ralph Kunz (Hrsg.) Praktische Theologie des Alterns, Berlin: Walter de Gruyter: 55-73.
- Höpflinger, François (2011) Die neue Generation der ‚jungen Alten‘. Befindlichkeit und Werthaltungen in mitteleuropäischen Ländern, Psychotherapie im Alter, 8: 155-166.
- Höpflinger, François (2014) Demografisch-gesellschaftliche Wandlungen und soziale Folgen, in: Stefanie Becker, Hermann Brandenburg (Hrsg.) Lehrbuch Gerontologie. Gerontologisches Fachwissen für Pflege- und Sozialberufe – eine interdisziplinäre Aufgabe, Bern: Huber: 161-184.

- Höpflinger, François (2017) Third age and fourth age in ageing societies – divergent social and ethical discourses, in: Mark Schweda, Larissa Pfaller, Kai Brauer, Frank Adloff, Silke Schicktanz (eds.) *Planning Later Life. Bioethics and Public Health in Ageing Societies*, London: Routledge: 46-56.
- Karl, Fred (Hrsg.) (2012) *Das Altern der ‚neuen‘ Alten. Eine Generation im Strukturwandel des Alters*, Münster: Lit-Verlag.
- Karl, Fred (2012) *Das Altern der vor und nach 1930 Geborenen*, in: Fred Karl (Hrsg.) (2012) *Das Altern der ‚neuen‘ Alten. Eine Generation im Strukturwandel des Alters*, Münster: Lit-Verlag: 79-128
- Perrig-Chiello P, Höpflinger F (2009) *Die Babyboomer. Eine Generation revolutioniert das Alter*, Zürich: Verlag Neue Zürcher Zeitung.
- Peter Spichiger (2006) *BabyBoomer*, gfs-Zürich, Markt- & Sozialforschung.
- Samochowiec, Jakub; Kühne, Martina; Frick, Karin (2015) *Digital Ageing – unterwegs in die alterslose Gesellschaft*, Rüslikon: GDI.
- Samochowiec, Jakub; Thalmann, Leonie; Müller, Andreas (2018) *Die neuen Freiwilligen – Die Zukunft zivilgesellschaftlicher Partizipation*, Rüslikon: GDI (Gottlieb Duttweiler Institut).
- Schicka, Manuela; Uggowitzer, Franziska (2017) *Alters-Survey – Soziale Beziehungen im Alter‘. Forschungsbericht 19.Dez. 2017*, Olten: Fachhochschule Nordwestschweiz/ Hochschule für Soziale Arbeit.
- Stuckelberger, Astrid (2012) *Le guide des médecines anti-âge*, Lausanne: Favre.
- Wahl Hans-Werner, Heyl Vera (2004) *Gerontologie - Einführung und Geschichte, Grundriss Gerontologie, Band 1*, Stuttgart: Verlag W. Kohlhammer.
- Wormstall, Henning (2008) *Die ‘Alten Jungen’*, *Psychotherapie im Alter*, 4/5. Jg.: 397-399.
- Wurm, Susanne; Schöllgen, Ina; Tesch-Römer, Clemens (2010) *Gesundheit*, in: Andreas Motel-Klingebiel, Susanne Wurm, Clemens Tesch-Römer (Hrsg.) *Altern im Wandel. Befunde des deutschen Alterssurveys (DEAS)*, Stuttgart: Kohlhammer: 90-117.

Letzte Änderung: 6. Juli 2019