François Höpflinger (www.hoepflinger.com)

Sozialbeziehungen im höheren Lebensalter

Einleitung

Gute soziale Beziehungen sind unbestreitbar in jeder Lebensphase ein zentrales Element sozialer Integration und das Wohlbefinden von Frauen und Männern wird von guten sozialen Beziehungen mitbestimmt. Ein gutes soziales Netz, welches emotionale wie instrumentelle Unterstützung bietet, wirkt sich positiv auf die psychische Gesundheit aus (Bachmann 2014). Entsprechend ergeben sich auch bei älteren Menschen in allen europäischen Ländern positive Beziehungen zwischen selbst eingestufter Gesundheit und der wahrgenommenen Qualität der sozialen Netzwerke (Deindl et al. 2013). Ein sozial unterstützendes Netzwerk ist klar ein wichtiger Schutzfaktor gegenüber depressiven Symptomen (Gariépy et al. 2016). Gute Sozialbeziehungen sind zudem eine zentrale Quelle sozialer Unterstützung, etwa im Fall von Hilfs- und Pflegebedürftigkeit.

Soziale Beziehungen sind allerdings in ihrer Form und Art vielfältig. Struktur, Dynamik und psychosoziale Wirkungen sozialer Beziehungen variieren je nachdem ob es sich um eine Partnerbeziehung, eine Eltern-Kind-Beziehung, um Beziehungen zu Geschwistern, zu Nachbarn oder Arbeitskollege/innen handelt. Für einen Überblick zu verschiedenen Formen persönlicher Beziehungen eignet sich das ‚Handbuch Persönliche Beziehungen' (Lenz, Nestmann 2009) bzw. für soziale Beziehungen im Alter (Tesch-Römer 2010).

1 Konzeptuelle Dimensionen

Die theoretische Bedeutung verschiedener sozialer Beziehungen namentlich bezüglich Unterstützungsleistungen wird unterschiedlich interpretiert. In der Literatur stehen zur Frage der Aufgaben- und Arbeitsteilung in sozialen Netzwerken vor allem zwei theoretische Positionen im Zentrum der Diskussion: Einerseits besteht die These von der 'hierarchischen Kompensation', wonach es eine kulturell vorgegebene Hierarchie an Unterstützungspersonen gibt (z.B. zuerst Ehepartner/in, dann Kinder und erst danach ausserfamiliale Bezugspersonen) (Cantor 1991). Zum anderen besteht die Gegenthese der 'funktionalen Spezifizität' sozialer Beziehungen, wonach jeweils unterschiedliche Beziehungen unterschiedliche soziale Aufgaben übernehmen (Messeri et al. 1993).

Die Mehrdimensionalität sozialer Netzwerke hängt gerade damit zusammen, dass verschiedene soziale Beziehungen unterschiedliche kulturelle, soziale und psychologische Merkmale aufweisen (Tesch-Römer 2010) So haben Freundschaften einen anderen Charakter als Eltern-Kind-Beziehungen und die Beziehungen zu Ehe- bzw. Lebenspartner unterscheiden sich in wichtigen Dimensionen von Beziehungen unter Geschwistern, usw.

Formal betrachtet lassen sich soziale Beziehungen (im Alter) nach vier Hauptkriterien unterscheiden:

a) Zusammenleben im gleichen Haushalt versus Leben in unterschiedlichen Haushaltungen: Ehe- und Lebenspartner/in leben zumeist im gleichen Haushalt, wodurch sie auch als Unterstützungspersonen in alltäglichen Dingen häufig an erster Stelle stehen. Alle anderen soziale Beziehungen - zu Freunden, zu Kindern, Enkelkindern, Geschwistern usw. - sind zumeist multilokal organisierte Beziehungen und unterliegen primär dem Prinzip von 'Intimität auf Abstand'.

b) Familial-verwandtschaftliche Beziehungen versus nicht-familiale Beziehungen: (Bluts-)-Verwandte geniessen auch in unserer Gesellschaft einen anderen Stellenwert als 'Wahlverwandte' (und

dies gilt nicht nur bezüglich Familien- und Erbrecht). So sind die Kontakte älterer Menschen zu ihren Enkelkindern intensiver als zu anderen Kindern oder Jugendlichen und Kontakte zu biologischen Grosseltern sind zumeist enger als zu Stiefgrosseltern. Freundschaften sind auch im Alter deshalb wertvoll, weil es sich hier um selbst gewählte Beziehungen ausserhalb familialer Verpflichtungen und Konfliktsituationen handelt, usw.

c) Zugeschriebene versus frei wählbare Beziehungen: Diese Unterscheidung deckt sich teilweise mit der Unterscheidung familial-verwandtschaftlicher und ausserfamilialer Beziehungen, da die meisten Angehörigen 'zugeschrieben' sind. Weder Eltern noch Geschwister oder Tanten und Onkeln sind frei wählbar. Dasselbe gilt für Enkelkinder. Einzig die Zahl und teilweise die Entwicklung der eigenen Kinder kann zeitweise 'gestaltet' werden, wobei die in früheren Lebensjahren getroffenen Entscheidungen sich auch auf das höhere Lebensalter auswirken. Wer mit vierzig Jahren keine Kinder hat, muss mit achtzig Jahren das Fehlen von Nachkommen (Kinder und Enkelkinder) durch ausserfamiliale Beziehungen kompensieren. Freunde hingegen sind in jeder Lebensphase wählbar und das gleiche gilt für enge Bekannte oder - teilweise - für professionelle Beratungspersonen. Aber auch bei ausserfamilialen Beziehungen ist die Wählbarkeit teilweise eingeschränkt, dies gilt etwa für die Nachbarn oder für Vorgesetzte und Arbeitskollegen. Erst mit der Pensionierung werden Arbeitskontakte freier gestaltbar, indem es dann möglich wird, nur mit ausgewählten ehemaligen Kollegen und Kolleginnen den Kontakt aufrechtzuerhalten.

d) Zugehörigkeit zur gleichen Altersgruppe (und damit zwangsläufig zur gleichen sozio-historischen Generation) versus Zugehörigkeit zu älteren bzw. jüngeren Altersgruppen bzw. Generationen. Häufig eher gleichaltrig sind Freunde, Partner/in und Geschwister (namentlich im höheren Lebensalter, wo früher bedeutsame Altersunterschiede zwischen Geschwistern irrelevant werden). Auch ehemalige Arbeitskolleg/innen gehören oft in etwa der gleichen Generation an bzw. sie befinden sich zumindest gemeinsam in der nachberuflichen Lebensphase. Kinder und namentlich Enkelkinder gehören zwangsläufig zur jüngeren Generation und mit steigendem Lebensalter werden auch Nachbarn oder professionelle Helfer relativ 'jünger', usw. Umgekehrt können ältere Menschen gegenüber jüngeren Menschen die Rolle eines (älteren) Mentors bzw. einer älteren Mentorin übernehmen, um somit Aspekte der 'Generativität' zu verwirklichen.

Das Verhältnis von familialen versus ausserfamiliale Beziehungen, von zugeschriebenen versus selbst gewählte Kontaktpersonen sowie zu Kontakten mit Gleichaltrigen oder jüngeren Menschen kann auch im Alter variieren.

Inhaltlich - bezogen auf Unterstützung und Solidarität - sind bei sozialen Beziehungen namentlich drei Dimensionen bedeutsam: erstens Art und Ausmass an (instrumentellen) Hilfeleistungen, zweitens die (emotionale) Beziehungsenge und drittens die Kontakthäufigkeit. Die drei Dimensionen können unabhängig voneinander variieren. Eine hohe Kontakthäufigkeit muss nicht mit emotional enger Beziehung einhergehen, wie umgekehrt eine enge Beziehung vorliegen kann, ohne dass es zu häufigen Kontakten kommt. Instrumentelle Hilfe kann auch unter entfremdeten Angehörigen geleistet werden, usw.

Bengtson und Roberts (1991) konzeptualisierten (intergenerationelle) Solidarität als vielschichtiges und multidimensionales Konstrukt, mit sechs Elementen:

a) Affektive Solidarität: Art und Ausprägung von positiven Gefühlen gegenüber Bezugspersonen und Ausmass der Reziprozität dieser Gefühle,
b) Assoziationale Solidarität: Häufigkeit der Kontakte und Kontaktmuster,
c) Konsensuale Solidarität: Ausmass der gegenseitigen Übereinstimmung in Werten, Einstellungen und Überzeugungen,
d) Funktionale Solidarität: Ausmass der gegenseitigen Hilfe und des Austauschs von Ressourcen,

e) Normative Solidarität: Stärke der Verpflichtungen gegenüber familialen Rollen und intergenerationellen Leistungen,
f) Strukturelle Solidarität: Möglichkeiten zu Pflege sozialer Beziehungen aufgrund von Grösse und Art der Familie sowie der geographischen Nähe von Familienmitgliedern.

Die verschiedenen Elemente von Solidarität sind nicht immer stark interkorreliert. So zeigen sich oft keine hohen Korrelationen zwischen Zuneigung, Kontakthäufigkeit und intergenerationellem Konsens. Wenn sich also ältere Eltern und ihre Kinder häufig sehen, empfinden sie wahrscheinlich auch positive Gefühle füreinander, sie stimmen aber deswegen nicht in ihren Wertvorstellungen, Einstellungen und Überzeugungen überein. Speziell familiale Solidarität ist ein mehrdimensionales Konstrukt, auch wenn sich teilweise zwischen verschiedenen Elementen deutliche Zusammenhänge ergeben. So hängt etwa normative Solidarität - die Erwartungen, dass erwachsene Kinder und ihre älteren Eltern Familienrollen ausüben und Familienverpflichtungen nachgehen sollten - mit der affektiven und der assoziationalen Solidarität zusammen. Darüber hinaus erweist sich eine bessere Gelegenheitsstruktur für Interaktionen (Nähe des Wohnortes und gute elterliche Gesundheit) als positiv in Bezug auf die Kontakthäufigkeit (Szydlik 2016).

In öffentlichen Diskussionen sind bezüglich Sozialbeziehungen im Alter zwei Stereotype weit verbreitet: Zum einen herrschen teilweise kulturpessimistische Vorstellungen eines Zerfalls sozialer und namentlich auch familialer Solidarität und Unterstützung vor (obgleich alle durchgeführten Netzwerkanalysen namentlich den Zerfall familialer Generationensolidarität empirisch nicht belegen (Brandt 2009, Perrig-Chiello et al. 2008, Szydlik 2016, 2023).
Zum anderen ist ‘Einsamkeit im Alter’ weiterhin eine verbreitete Thematik im Rahmen defizitärer Bilder zum Alter. Zu den unkritisch immer wieder aufgeführten Behauptungen gehört, dass Einsamkeit im Alter im Verlauf der gesellschaftlichen Entwicklung an Bedeutung gewann, da unsere Gesellschaft anonymer und unsolidarischer geworden sei.

2 Einsamkeit im Alter – empirische Feststellungen

Wenn negative soziale Entwicklungen im Alter angesprochen werden, wird häufig das Risiko von Einsamkeit angeführt. ‘Einsamkeit im Alter’ ist eine verbreitete Thematik im Rahmen defizitärer Bilder zum Alter. Zu den immer wieder aufgeführten Alltagsaussagen gehört, dass Einsamkeit im Alter im Verlauf der gesellschaftlichen Entwicklung an Bedeutung gewann, da unsere Gesellschaft anonymer und unsolidarischer geworden sei. Die Erhebung des Berner Generationenhauses (2019) zu Altersbilder illustriert, dass vor allem jüngere Menschen Einsamkeit im Alter betonen, wogegen dieses Thema von älteren Befragten weniger gewichtet wird.

Festzustellen, ob Einsamkeit bei älteren Menschen in den letzten Jahrzehnten häufiger oder seltener wurde, ist allerdings schwierig. Erstens sind die Antworten zu Einsamkeitsgefühlen von der Frageform und den vorgelegten Antwortkategorien abhängig. Kulturelle Unterschiede können ebenfalls mitspielen. So ist der Begriff ‚solitude‘ – wie er in französischsprachigen Erhebungen verwendet wird - inhaltlich breiter als der deutsche Begriff von Einsamkeit. Zweitens zeigt sich, dass sozial isolierte und zurückgezogene ältere Menschen eine Befragung eher verweigern als sozial gut integrierte Gleichaltrige (was speziell bei Quotensamples zu einer Untervertretung sozial isolierter Menschen führen kann). Zu beachten ist zudem, dass das Gefühl von Einsamkeit und soziale Isolation - definiert als Fehlen sozialer Beziehungen - nicht deckungsgleich sind. Einerseits fühlen sich nicht alle sozial isolierten Betagten einsam, andererseits ist Einsamkeit auch in einer Ehe denkbar. Zudem kann soziale Isolation im hohen Lebensalter auch das Ergebnis eines gewollten sozialen Rückzugsprozess darstellen (Lang 2007).

Umstritten ist, ob das Risiko einer Vereinsamung im Alter ansteigt oder nicht. Teilweise wird eine u-förmige Beziehung zwischen Lebensalter und Einsamkeitsrisiko vermutet (hohe Werte im

Jugendalter, tiefere Werte im Erwachsenenalter und erneut ansteigende Werte in der nachberuflichen Lebensphase). Empirisch zeigen sich im Lebensverlauf allerdings vielfach abnehmende Einsamkeitswerte. Auch eine EU-weite Studie weist darauf, dass die Häufigkeit von Einsamkeit mit dem Alter sinkt (auch wenn die sozialen und psychischen Folgen einer Vereinsamung im Alter ausgeprägter sein können als in jüngeren Lebensjahren (Berlingieri et al. 2023).

Klar ist hingegen, dass – in jedem Lebensalter – die Ursachen sozialer Isolation und subjektiver Vereinsamung vielfältig sein können (von sozialer Randständigkeit, Armut, lebenskritischen Ereignissen (Tod naher Bezugspersonen, Verwitwung) bis hin zu Persönlichkeitsmerkmalen wie Neurotizismus). Bei älteren Frauen und Männer ergeben sich besonders ausgeprägte und konsistente Beziehung zwischen Einsamkeitsrisiken und Alleinleben sowie Partnerverlust, ein begrenztes soziales Kontaktnetz und wenig soziale Aktivitäten nach der Pensionierung sowie eine schlechte subjektive Gesundheit und depressive Verstimmungen (Dahlberg et al. 2022). Teilweise handelt es sich hier um Wechselbeziehungen (wenig soziale Aktivitäten erhöhten Einsamkeitsrisiko und depressive Verstimmungen, was wiederum zu weniger sozialen Aktivitäten beiträgt).
In sehr hohem Lebensalter kann auch der Verlust an gleichaltrigen Bezugspersonen zu einer Vereinsamung beitragen, da damit gleichgesinnte Menschen mit gleichem Generationenschicksal entfallen. In einer neueren Erhebung bei 80-jährigen und älteren Menschen wurde der Verlust an Weggefährten häufig als negativer Aspekt eines hohen Lebensalters erwähnt (Borkowsky 2022: 53).

Aufgrund unterschiedlicher Erhebungsmethoden und Frageformen variieren die vorhandenen Daten zu Einsamkeitsgefühlen älterer Frauen und Männer beträchtlich. Tendenziell zeigen frühere Erhebungen (1979 & 1992) höhere Einsamkeitswerte als spätere Erhebungen. Dies könnte auf eine leichte Abnahme von Einsamkeitsgefühlen deuten, zumindest bei zuhause lebenden älteren Menschen. Die Angaben aus den Schweizerischen Gesundheitsbefragungen 1997 bis 2022 zeigen relativ stabile tiefe Werte, wogegen eine 2021 durchgeführte Erhebung bei über 80-jährigen Personen vor allem bei Frauen höhere Einsamkeitswerte aufzeigte. Auch eine Analyse aus dem Tessin weist bei über 80-Jährigen aktuell auf eher hohe Werte (20% leiden an Einsamkeit, verglichen zu nur 10% der 65-79-Jährigen) (Cavalli et al. 2021). Denkbar ist, dass die höheren Einsamkeitswerte 2021 bei alten Menschen eine Nachwirkung der Covid-19-Pandemie und deren isolierenden Massnahmen darstellen.

Einsamkeitsgefühle bei zuhause lebenden älteren Frauen und Männern

	Zuhause lebende Menschen					
Altersgruppe:	65-74 J.			75+/80+ J.		
%-einsam	Frauen	Männer		Frauen	Männer	
1979 (GE, VS): immer/oft*	23%	15%	80+:	20%	28%	1
1992 (CH): oft	20%	10%	75+ :	25%	20%	2
1997 (CH): ziemlich/sehr häufig	8%	4%	75+:	10%	6%	3
2007 (CH): ziemlich/sehr häufig	4%	2%	75+:	7%	4%	3
2011 (GE, VS): immer/oft*	13%	6%	80+:	12%	10%	4
2017 (CH): ziemlich/sehr häufig	5%	3%	75+:	7%	4%	3
2021 (CH): ziemlich/sehr häufig	-	-	80+	16%	7%	5
2022 (CH): ziemlich/sehr häufig	5%	3%	75+	6%	4%	3

* frz. solitude.
1: GUGRISPA 1983, 2: Leu et al. 1997, 3: Schweiz. Gesundheitsbefragungen 4: Lives-Datenset (eigene Auswertungen), 5: Borkowsky 2022: 38.

Einsamkeit variiert auch im Alter je nach Lebenslage. Namentlich die Haushaltsform (Zahl an Personen im Haushalt) ist ein starker Einflussfaktor und verdeutlicht die Risiken eines (individualisierten) Alleinlebens im Rentenalter. Ebenso sind gesundheitliche Faktoren (körperliche Beschwerden, schlechte subjektive Gesundheit) starke Einflussdimensionen auf Einsamkeit im Alter. Auch das Fehlen von Vertrauenspersonen (als Indikator sozialer Isolation) ist eine relevante Variable. Hingegen sind biologisches Geschlecht und Alter statistisch ohne Bedeutung, wogegen . sprachregionalen Unterschiede auch nach statistischer Kontrolle gesundheitlicher Dimensionen bedeutsam bleiben. Einsamkeit ist besonders in der Genferseeregion und im Kanton Tessin verbreitet. Insgesamt berichten in der französisch- und italienischsprachigen Schweiz mehr Befragte über Einsamkeitsgefühle als in der deutschsprachigen Schweiz (Cavalli et al. 2021, Peter et al. 2023).[1]

Angesichts unterschiedlicher Frageformen und Antwortkategorien ist ein direkter Trendvergleich heikel, aber jedenfalls zeigt sich kein klarer langfristiger Trend zu ansteigenden Einsamkeitswerten bei älteren Menschen. Allerdings ergibt sich – aufgrund der demografischen Alterung – auch bei in etwa gleichbleibenden Einsamkeitswerten dennoch eine ansteigende Zahl an vereinsamten alten Menschen.

2.1 Effekte der Covid-19 Pandemie auf Einsamkeitsgefühle

In der ersten Welle der Pandemie – im Frühjahr 2020 – führten die partiellen Lockdown-Maßnahmen trotz merkbarer Alltagseinschränkungen nicht zu einer messbaren Erhöhung der Gefühle von Isolation und Einsamkeit. Die Zufriedenheitswerte mit den persönlichen Beziehungen veränderten sich insgesamt wenig und dies galt auch für ältere Menschen.

Veränderung der subjektiven Einschätzung persönlicher Beziehungen 2019 -2022

	2019	2020A	2020B	2021	2022
Zufriedenheit mit persönlichen Beziehungen: sehr hoch (9-10 auf Skala 0-10)					
16-24 J.	61%	58%	59%	56%	48%
25-64 J.	53%	55%	55%	55%	54%
65+ J.	65%	66%	69%	66%	67%

2020A: Vor dem partiellen Lockdown (14. Jan. 2020-15. März 2020)
2020B: Während dem partiellen Lockdown (16. März bis 20. Juni 2020
Quelle: BFS: SILC

Auch eine Übersichtsstudie (Stocker et al. 2020) bestätigte, dass eine Mehrheit der Bevölkerung der Schweiz die erste Phase der Covid-19-Krise eher gut bewältige. Allerdings waren die psychischen Belastungen ungleich verteilt und die Pandemie traf spezifische Bevölkerungsgruppen stärker. Besonders belastend wirkten sich Arbeitslosigkeit, finanzielle Sorgen oder familiäre Konflikte. Gleichzeitig waren zeitweise bewährte Strategien zur Stressbewältigung eingeschränkt, so etwa der direkte soziale Austausch im Freundes- oder Kollegenkreis. Von der Pandemie und ihren sozialen Folgen besonders negativ betroffen waren sozial isolierte ältere Menschen oder ältere Menschen mit alltagsrelevanten Vorerkrankungen. Sie litten noch verstärkt an Einsamkeit oder an einer negativen Stimmung. Die Pandemie-Welle im Winter 2020/21 hat Gefühle von Ausgeschlossenheit und sozialer Isolation weiter verstärkt. So äußerten im November 2020 signifikant mehr ältere Befragte (65+) im Rahmen des Covid-19-Social-Monitorings häufige Gefühle von Isolation und fehlender sozialer Kontakte als in den Sommermonaten (Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften

[1] Eine vertiefte Analyse der Einflussfaktoren und Auswirkungen von Einsamkeitsgefühlen in der Schweiz finden sich via www.hoepflinger.com (François Höpflinger (2024) Einsamkeitsgefühle im Alter – Einflussfaktoren und Auswirkungen - eine Auswertung der Schweiz. Gesundheitsbefragung 2022).

2021). Die 2020 erlebte Isolation wirkte auch 2021 noch nach, speziell bei älteren Personen mit wenig Kontakten und Aktivitäten schon vor der Pandemie. In jedem Fall erhielt durch die Pandemie die Bedeutung sozialer Kontakte und die Risiken einer Vereinsamung erneut eine verstärkte gesellschaftliche Aufmerksamkeit.

3 Soziale Netzwerke im Alter – Feststellungen zu verschiedenen Bezugspersonen

Im folgenden Teil werden Häufigkeit und Bedeutung verschiedener familialer und ausserfamilialer Bezugspersonen detaillierter analysiert und diskutiert.

3.1 Vertrauenspersonen

Das Vorhandensein bzw. Fehlen von Vertrauenspersonen – mit denen persönliche Probleme besprochen werden können – gilt in der medizinsoziologischen Literatur als wichtiger Indikator sozialer Unterstützung. So begünstigt ein Fehlen solcher Beziehungen beispielsweise depressive Symptome (Schwartz, Litwin 2017). Vertrauenspersonen können aus der eigenen Familie stammen, aber auch aus dem Freundeskreis.

Der Anteil älterer Frauen und Männer, die das Vorhandensein von Vertrauenspersonen verneinen, ist in der Schweiz gegenwärtig geringer als zehn Prozent. Von den 75-jährigen und älteren zuhause lebenden Menschen erwähnen 7%-9% keine Vertrauensperson. 27%-32% weisen nur eine Vertrauensperson auf und 61%-64% erwähnen mehrere Vertrauenspersonen.

Vertrauensperson/en gemäß Schweiz. Gesundheitsbefragungen

Frage: „Gibt es unter den Menschen, die Ihnen nahestehen, jemanden, mit dem Sie wirklich jederzeit über persönliche Probleme reden können?“

		Zuhause lebende Menschen					
		Männer			Frauen		
		55-64	65-74	75+	55-64	65-74	75+
Ja, mehrere Menschen							
	1992	50%	51%	54%	62%	57%	56%
	2002	54%	53%	56%	67%	62%	59%
	2017	64%	63%	61%	75%	69%	64%
	2022	66%	66%	63%	77%	71%	64%
Ja, eine Person							
	1992	40%	41%	39%	29%	33%	34%
	2002	38%	39%	37%	28%	30%	33%
	2017	30%	33%	32%	21%	26%	27%
	2022	29%	29%	31%	20%	23%	28%
Nein							
	1992	10%	8%	7%	9%	10%	10%
	2002	8%	7%	7%	5%	8%	8%
	2017	6%	4%	7%	4%	5%	9%
	2022	5%	5%	6%	3%	6%	8%

Quelle: Schweiz. Gesundheitsbefragungen

Es ergeben sich keine Hinweise darauf, dass der Anteil älterer Menschen ohne Vertrauens-personen in den letzten Jahrzehnten angestiegen ist. Im Zeitverlauf 1992-2022 ist der Anteil ohne Vertrauenspersonen bei den 65-74-Jährigen sogar leicht gesunken und bei den über 74-Jährigen

konstant geblieben. Auffallend ist, dass sich der Anteil älterer Menschen mit mehr als nur einer Vertrauensperson in den letzten Jahrzehnten erhöht hat und zwar bei Frauen und Männern.

Eine vertiefte Analyse der Daten der Schweiz. Gesundheitsbefragung 2022 [2] zeigt, dass wer keine Nachkommen aufweist, im Alter auch häufiger keine Vertrauenspersonen auflistet. Wer mit anderen Personen zusammenlebt, hat eher Vertrauenspersonen als alleinlebende Gleichaltrige. Interessant ist, dass die Ehe (verheiratet sein: ja/nein) keinen Effekt hat, wenn die Haushaltsform mitkontrolliert wird. Das heißt, ein Zusammenleben mit anderen Personen ist wichtig und nicht die Form des Zusammenlebens (Ehe, unverheiratet zusammenleben, leben mit nicht-verwandten Personen (z.B. Alterswohngemeinschaft). Migranten und Migrantinnen erwähnen häufiger keine Vertrauens-personen zu haben und auch das Bildungsniveau spielt eine Rolle: Die Gruppe der Befragten mit tiefem Bildungsstatus hat ein 1.7faches Risiko im Rentenalter ohne Vertrauenspersonen zu leben. Es zeigt sich zudem ein signifikanter Alterseffekt, in dem Sinne, dass es mit steigendem Alter häufiger zu einem Verlust an Vertrauenspersonen kommt.

3.2 Partnerbeziehungen

Wenn alte Menschen in einer Partnerschaft leben, ist der Partner bzw. die Partnerin fast immer die wichtigste Bezugs- und Ansprechperson. Bei Hilfe- und Pflegebedürftigkeit übernehmen Lebenspartnerin bzw. Lebenspartner häufig Pflegeleistungen, allein oder zusammen mit anderen Angehörigen oder professionellen Fachpersonen (Otto et al. 2019). Im höheren Lebensalter sinkt die wahrgenommene praktische partnerschaftliche Hilfe, da der Partner bzw. die Partnerin ebenfalls altersbezogene Einschränkungen erfahren kann. Im Alter ist es allerdings primär das Fehlen eines Partners bzw. einer Partnerin, die Lücken hinterlässt und mit steigendem Lebensalter erhöht sich erwartungsgemäß das Risiko einer Verwitwung. Entsprechend sinkt der Anteil verheirateter Frauen und Männern mit steigendem Lebensalter.

Verheiratete Menschen im Alter nach Geschlecht 1950 bis 2020

		Alter					
		65-69	70-74	75-79	80-84	85-89	90+
Frauen	1950	48%	32%	20%	12%	5%	2%
	1970	49%	37%	25%	14%	7%	3%
	1990	57%	45%	33%	21%	11%	4%
	2010	62%	56%	45%	31%	17%	6%
	2020	59%	56%	49%	37%	22%	9%
	2023	58%	55%	50%	39%	24%	9%
Männer	1950	72%	64%	53%	40%	28%	16%
	1970	79%	73%	64%	52%	37%	25%
	1990	82%	79%	73%	64%	51%	35%
	2010	77%	78%	77%	72%	63%	46%
	2020	71%	73%	74%	72%	65%	49%
	2023	68%	71%	72%	71%	65%	49%

Verheiratete Menschen ab 2012 inkl. eingetragene Partnerschaften)
Quelle: Bundesamt für Statistik (Zivilstandsregister), bis 2000: Eidg. Volkszählungen

[2] Analyse im Rahmen der Abklärungsphase des Aktionsprogrammes gegen Einsamkeit im Alter, Initiative ‚connect! – gemeinsan weniger einsam (www.ch-connect.ch)

Aufgrund geschlechtsspezifischer Differenzen der Lebenserwartung (Frauen leben länger als Männer), kombiniert mit geschlechtsspezifischem Heiratsverhalten (Männer heiraten häufig eine jüngere Frau) ist Verwitwung im höheren Lebensalter primär ein 'Frauenschicksal'. Unterschiede der Wiederverheiratungsraten (Männer heiraten auch im höheren Lebensalter häufiger erneut) verstärken die geschlechtsspezifischen Differenzen zusätzlich. Vom Unterstützungspotenzial 'Partnerin' profitieren somit Männer im Alter in weitaus stärkerem Masse als Frauen. Dazu kommt, dass langjährig verheiratete Männer ihre Ehebeziehung und die Unterstützung durch ihre Partnerin höher einstufen als gleichlang verheiratete Frauen (Perrig-Chiello, Margelisch 2022).

Neben ausgeprägten geschlechtsspezifischen Unterschieden zeigen sich aber auch interessante Wandlungsprozesse. So ist auffällig, dass der Anteil alter Paare in den letzten Jahrzehnten angestiegen ist. Waren 1950 beispielsweise nur 40% der 80-84-jährigen Männer verheiratet, waren es 2023 71%. Auch bei den 80-84-jährigen Frauen hat sich der Anteil verheirateter Frauen von 12% auf 39% erhöht. Darin widerspiegeln sich zum einen die Auswirkungen einer erhöhten Lebenserwartung, wodurch sich die Chancen erhöht haben, gemeinsam alt zu werden. Zum anderen entstammen heutige alte Frauen und Männer - die zumeist in der Nachkriegszeit ihre Familien gründeten - ehe- und familienfreundlichen Geburtsjahrgängen.

Nachkommende Generationen älterer Frauen und Männer werden weniger oft verheiratet sei (und der Anteil der verheirateten 65-69-Jährigen zeigt sinkende Tendenzen). Dies widerspiegelt einerseits erhöhte Scheidungshäufigkeiten und andererseits die Tatsache, dass mehr Frauen und Männer unverheiratet zusammenleben. Dieser Trend zeigt sich auch bei Personen im Rentenalter und der Anteil der Konsensualpartnerschaften bei den 65-80-jährigen Personen hat sich deutlich erhöht und dürfte sich weiter erhöhen.

Verteilung der Partnerschaften 65-80-jähriger Personen nach legaler Form

65-80-jährige Personen:	2018	2023
Ehe (formell verheiratet)	93.1%	82.9%
Konsensualpartnerschaft	6.9%	17.1%

Quelle: Bundesamt für Statistik – Familien- und Generationensurvey 2018 & 2023

Was die Verbreitung gleichgeschlechtlicher Partnerschaften im Alter betrifft, fehlen für die Schweiz – soweit ersichtlich - einigermaßen zuverlässige Daten. Ein ansteigender Trend ist jedoch erwartbar. Gleichzeitig führt die 2021 vom Stimmvolk akzeptierte Ehe für Alle auch zu mehr gleichgeschlechtlichen Eheschließungen. 2022 handelte es sich bei 1.9% aller neu heiratenden Paare um eine gleichgeschlechtliche Partnerschaft und 2023 lag der entsprechende Anteil schon bei 2.5%.

Daneben zeigt sich ein nicht unbeträchtlicher Anteil an älteren Frauen und Männer, die zwar eine enge Partnerbeziehung pflegen, aber nicht zusammenleben. Gegenwärtig ist dies bei gut 5% der 65-80-jährigen und älteren Personen der Fall. Wichtig ist zudem, dass neuere Generationen älterer Paare eine oft stärker individualisierte Paarbeziehung pflegen. Getrennte Ferien oder getrennte Schlafzimmer im Alter, ebenso wie eine partnerschaftlich organisierte Beziehung wurden häufiger.

Partnerbeziehung mit getrennten Haushalten

Partnerbeziehung angeführt, aber nicht zusammenlebend (Zuhause lebende Menschen)

A) Schweizerischer Haushaltspanel

	Frauen			Männer		
Alter:	55-64	65-74	75+	55-64	65-74	75+
1999	4%	2%	1%	5%	4%	4%
2016	7%	5%	3%	8%	7%	5%
2019	7%	4%	4%	10%	6%	8%

B) Erhebungen zu Familie und Generationen

	Frauen		Männer	
Alter:	55-64 J.	65-80 J.	55-64 J.	65-80 J.
2013	7%	4%	8%	6%
2018	7%	4%	11%	6%
2023	6%	3%	9%	6%

1999, 2016 & 2019: Schweiz. Haushaltspanel-Erhebungen: eigene Auswertungen,
2013, 2018 und 2023: Bundesamt für Statistik, Erhebung zu Familie und Generationen

Paarbeziehungen und Pensionierung

Zunehmend stehen sich bei modernen Partnerschaften zwei Berufskarrieren gegenüber, welche aufeinander abgestimmt in die Pensionierung zu überführen sind. Dank zunehmender Verbreitung flexibler Pensionierungsmodelle ist ein breites Spektrum an paarbezogenen Übergangsszenarien in die nachberufliche Lebensphase zu beobachten (Métrailler 2018).

Je nach Paarbeziehung werden unterschiedliche Handlungsspielräume rund um Fragen der Pensionierung wahrgenommen. Häufig sind Paarstrategien wie „sich abstimmen, ohne sich reinzureden“ oder ‚eigenständig seinen Interessen nachgehen‘ oder eine gezielte Erarbeitung einer als gemeinsam definierten Entscheidung, etwa nach dem Prinzip ‚Miteinander etwas Neues anfangen‘. Auch eine Partnerschaft ‚mit umgekehrten Vorzeichen leben‘ (Mann übernimmt mehr Verantwortung im Haushalt) ist ein Leitthema, das immer wieder auftaucht.

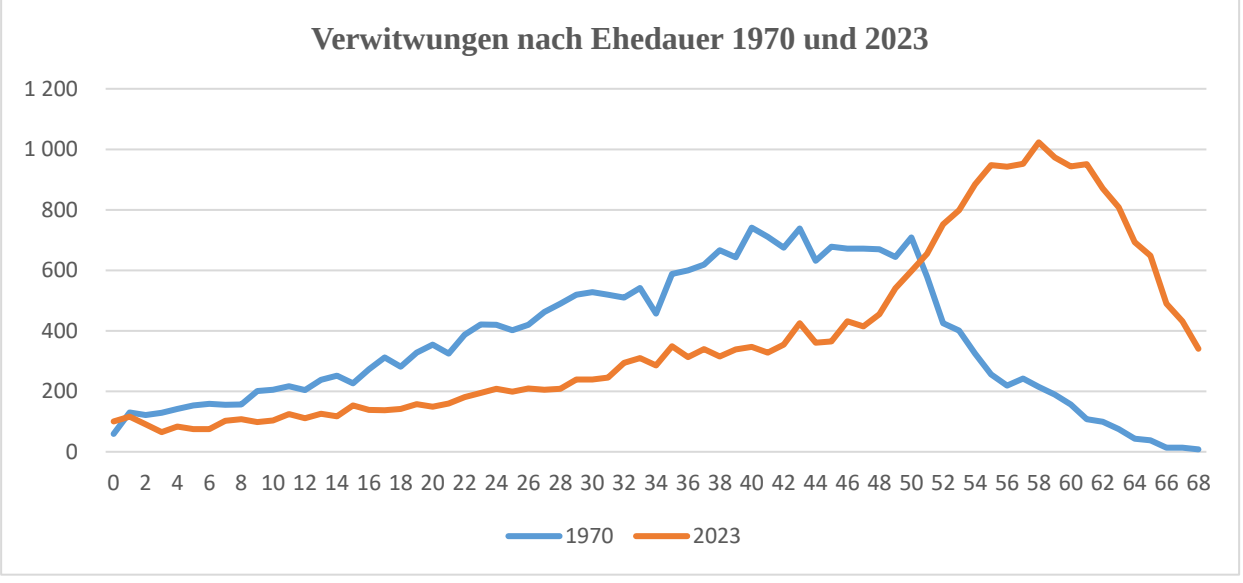
Vor allem Frauen äußern dabei die Befürchtung, nach der Pensionierung fremdbestimmt zu werden und Freiräume zu verlieren oder sie haben Angst, dass es nicht (mehr) gelingt, gemeinsame Pläne für die Zeit nach der Pensionierung zu entwickeln. Häufig angeführt wird als Herausforderung der Pensionierung auch der Umgang mit einer verstärkten Nähe; eine Herausforderung, die zu einer offeneren Paargestaltung führen kann.

Eine eindeutige Übereinstimmung von Mann und Frau bezüglich idealtypischer Vorstellungsmuster zur Pensionierung scheint eher eine Ausnahme zu sein. Oder in anderen Worten: Bei Paaren zwingt die Pensionierung häufig zu neuen Aushandlungsprozessen der Beziehung. Je nach Konstellation geht es um Diskussionen zu Ansprüchen nach Selbstbestimmung, Ansprüche nach Ruhe und Entlastung oder Diskussionen um Beibehaltung des bisherigen Lebensstils oder zur Entwicklung neuer Gemeinsamkeiten.

3.2.1 Verwitwung als kritisches Lebensereignis im Alter

Das Risiko – speziell von Frauen – vor dem 60. Altersjahr eine Verwitwung zu erfahren, blieb bis ins 19. Jahrhundert hoch (vgl. Höpflinger 2020). Mit steigender Lebenserwartung sank die Wahrscheinlichkeit eines frühen Partnerverlusts allerdings deutlich. Entsprechend hat sich der Anteil von verwitweten 60-65-Jährigen im Zeitverlauf reduziert und dies gilt auch für höhere Altersgruppen. Zwischen den Geburtsjahrgängen 1906/10 und 1936/40 reduzierte sich der Anteil der Witwen bei den 80-84-jährigen Frauen von 60% auf 44% und bei den gleichaltrigen Männern von 25% auf 14%. Bei diesen Zahlen ist allerdings zu berücksichtigen, dass sie nur den Anteil an verwitweten Frauen und Männer aufzeigen, nicht jedoch die Häufigkeit einer Verwitwung (da ein Teil der Verwitweten erneut heiratet und damit erneut zum Zivilstand ‚verheiratet' wechseln).

Die nachfolgende Abbildung illustriert die zeitliche Verschiebung von Verwitwung in den letzten Jahrzehnten. In vielen Fällen erfolgt ein Partnerverlust erst nach mehr als 50 Ehejahren und die allermeisten verwitweten Menschen befinden sich gegenwärtig im Rentenalter.



Quelle: Bundesamt für Statistik: Statistik der Bevölkerungsbewegungen

Partnerverlust durch Tod bedeutet heute zumeist das Ende einer langjährigen Partnerbeziehung mit allen persönlichen Konsequenzen die sich aufgrund der Beendigung einer engen und intimen Lebens- und Haushaltsgemeinschaft für den überlebenden Partner bzw. die überlebende Partnerin ergeben. Entsprechend gilt Verwitwung als bedeutsames kritisches Lebensereignis mit negativen psychischen und sozialen Folgen (Perrig-Chiello et al. 2015a). Vor allem die erste Zeit nach einer Verwitwung ist durch eine erhöhte Anfälligkeit für körperliche und psychische Erkrankungen gekennzeichnet. Die Bewältigung einer Verwitwung hängt längerfristig sowohl von den Umständen des Partnerverlustes als auch von den sozialen und psychischen Ressourcen des überlebenden Partners oder der überlebenden Partnerin ab. „Eines der häufigsten Befunde der Trauerforschung ist, dass Menschen, die zuvor an psychischen Störungen litten (z.B. klinische Depression oder Angststörungen), mit hoher Wahrscheinlichkeit auch im Umgang mit einem Verlust Schwierigkeiten erleben. Folglich gelten vorangegangene psychische Probleme als erheblicher Risikofaktor. Dasselbe gilt für Verluste, die unter gewaltsamen und unerwarteten Bedingungen stattfinden." (Boerner 2012: 233) Ein Zeitvergleich der subjektiven Bilanzierung einer Verwitwung im Alter zwischen 1979 und 2011 ließ folgendes erkennen (Höpflinger et al. 2013, Perrig-Chiello et al. 2015b):
Zum ersten werden finanzielle Probleme einer Verwitwung in neueren Erhebungen seltener erwähnt. Dies ist damit verbunden, dass in der Schweiz die Altersvorsorge in den letzten Jahrzehnten

ausgebaut wurde. Zum zweiten wird ein Mangel an sozialen Kontakten nach einer Verwitwung in aktuelleren Erhebungen weniger häufig angeführt, was mit einer verbesserten sozialen Integration und verstärkten familialen wie außerfamilialen Sozialbeziehungen älterer Menschen verbunden sein dürfte.
Während sich bei den wirtschaftlichen und sozialen Gegebenheiten (finanzielle Probleme, soziale Kontakte) eher Verbesserungen in der Lebenslage nach einer Verwitwung zeigen, ist dies bei psychischen Dimensionen (wie Einsamkeit, Lebenssinn) nicht der Fall. Sinnzweifel werden je nach Erhebungsjahr von einem Fünftel bis zu einem Viertel der verwitweten Befragten angeführt. Auch der Zwang nach einem Partnerverlust, allein verantwortlich zu sein und alles selber zu machen, wird von manchen Befragten als schwerwiegende Herausforderung eingestuft. An erster Stelle der negativ erlebten Aspekte einer Verwitwung steht Einsamkeit.

Was sich in den letzten Jahrzehnten zudem kaum verändert hat, ist die Tatsache, dass Verwitwung hauptsächlich ein Frauenschicksal darstellt. Frauen erleiden deutlich häufiger eine Verwitwung als Männer und in allen Altersgruppen sind Witwen häufiger als Witwer. Dies ist auf drei Faktoren zurückzuführen: Erstens weisen Frauen eine insgesamt höhere Lebenserwartung auf als Männer (wodurch sie häufiger ihren Partner überleben). Zweitens ehelichen Männer in den meisten Fällen eine jüngere Partnerin und ein großer Altersunterschied zwischen Ehemann und Ehefrau erhöht das Risiko einer Frau den Partner zu überleben. Drittens tendieren Männer nach einer Verwitwung häufiger als Frauen dazu, erneut zu heiraten. Ein Grund ist, dass Männer für ihr Wohlbefinden stärker auf eine Partnerbeziehung angewiesen sind als Frauen. Ein anderer Grund ist aber, dass Männer im Alter – als demografische Minderheit – bessere ‚Heiratschancen' vorfinden als Frauen.

3.3 Familienangehörige – Kinder und Enkelkinder

Die meisten älteren und alten Menschen können auf familiale Bezugspersonen (erwachsene Kinder, Enkelkinder zurückgreifen). Im Alter verschieben sich allerdings die familialen Netzwerke. So werden horizontale Verwandtschaftsbeziehungen zu Geschwistern, Onkel und Tanten ausgedünnt, wogegen sich die vertikalen Verwandtschaftsbeziehungen – etwa durch die Geburt von Enkelkindern oder sogar Urenkelkindern – eine Ausweitung erfahren.

In heutigen europäischen Ländern ist Kinderlosigkeit relativ häufig, mit steigendem Trend bei jüngeren Frauengenerationen. Bis zu einem Fünftel der heute älteren Menschen verblieben ohne Nachkommen. Gekoppelt mit generell geringer Kinderzahl führt dies auch zu einem beträchtlichen und tendenziell ansteigenden Anteil älterer Menschen ohne Enkelkinder. Eigene Datenauswertungen für die Schweiz lassen erkennen, dass in den letzten zwei Jahrzehnten (2003-2023) um die 24-26% der 80-jährigen und älteren Menschen keine (biologischen) Enkelkinder aufwiesen. Der Anteil der 60-69-jährigen und 70-79-jährigen Großeltern weist sinkende Werte auf; ein Hinweis darauf, dass zukünftige Generationen älterer Menschen noch häufiger als heute keine eigenen Enkelkinder erleben werden.

In den letzten Jahrzehnten hat sich nicht nur der Anteil der enkellosen Bevölkerung erhöht, sondern auch die Zahl an Enkelkindern hat sich reduziert. Während 1950-55 eine 65-69-jährige Frau in der Schweiz im Durchschnitt 3.9 Enkelkinder aufwies, waren es 2020-25 nur noch 2.2 Enkelkinder (Alburez-Gutierrez et al. 2023: Appendix).

Vorhandensein von Nachkommen bei älteren Personen in der Schweiz

A) Vorhandensein von (erwachsenen) Kindern

		Zuhause lebende Personen:				Heimbewohner/innen
		65-69	70-74	75-79	80+	80+
Kinder *	2003	87%	89%	89%	84%	76%
Kinder	2018	77%	79%	86%	87%	80%
Kinder	2022	78%	78%	81%	84%	-

*nur deutschsprachige Schweiz, Quellen: 2003 und 2018: Age-Wohnerhebungen (vgl. Höpflinger et al. 2019). Heimbewohner/innen: befragbare Personen in Heimen der West- und Deutschschweiz., 2022: Schweiz. Gesundheitsbefragung 2022 (gewichtet).

B) Vorhandensein von Enkelkindern

Alter:	60-69 J.	70-79 J.	80+
2003	59%	77%	75%
2008	54%	76%	76%
2013	50%	70%	75%
2018	47%	68%	76%
2023S	45%	65%	74%

S: Schätzung

Quellen: Familien- und Generationensurveys & Age-Wohnerhebungen (eigene Auswertungen)

Ältere Menschen ohne Familienangehörige: Wie erwähnt haben nicht alle alten Menschen (noch) Familienangehörige, sei es wegen Tod von Geschwistern oder sei es wegen Kinderlosigkeit. So waren gemäß Familien- und Generationensurvey 2018 (Bundesamt für Statistik 2018a) 16-17% der 75-80-Jährigen kinderlos. Bei den nachkommenden Generationen ist Kinderlosigkeit noch stärker verbreitet (70-74-jährige Männer: 25% kinderlos, 70-74-jährige Frauen 16%). Erste Daten der Erhebung zu Familie und Generationen 2023 zeigt bei den 65-80-jährigen Personen eine Kinderlosigkeit von 20%, im Vergleich zu 18% zehn Jahre früher (Bundesamt für Statistik 2024b). Der Anteil an älteren Menschen überhaupt ohne Familienangehörige liegt bei 9-10%. Diese Menschen sind besonders auf außerfamiliale Kontakte und Unterstützungsnetzwerke (etwa Nachbarschaftshilfe) angewiesen. Soziodemografische Szenarien deuten darauf, dass Zahl und Anteil alter Menschen ohne Familienangehörige ansteigen werden (Knöpfel et al. 2020).

Ältere Menschen ohne eigene Kinder bzw. ohne Familienangehörige

2018	**Kinderlose Menschen**		**Ohne Familienangehörige**	
	Männer	Frauen	Männer	Frauen
65-69 J.	28%	21%	7%	9%
70-74 J.	25%	16%	8%	9%
75-80 J.	16%	17%	3%	10%
2013: 65-80 J.	18%	18%	-	-
2023: 65-80 J.	18%	21%	-	-

Quellen: Erhebungen zu Familien- und Generationen 2013,2018 und 2023

3.3.2 Erwachsene Kinder

Erwachsen gewordene Kinder sind im Alter oftmals bedeutsame Bezugs- und Unterstützungspersonen. Allerdings ist in der Schweiz ein Zusammenleben alter Eltern und erwachsener Kinder eher selten. Gemäss einer 2018/19 durchgeführten Generationenerhebung lebten nur 8% der 30-59-jährigen Personen mit noch lebenden Elternteilen mit ihnen im gleichen Haushalt. Weitere 4% wohnten im gleichen Haus, aber mit getrennten Haushalten (Isengard 2023).Dabei belegen alle neueren Studien, dass auch bei haushaltsgetrenntem Wohnen der Familiengenerationen die Beziehungen häufig intensiv verbleiben (Isengard 2018, Szydlik 2016). Und im Gegensatz zu einer häufig geäusserten Ansicht hat das getrennte Wohnen der Generationen nicht zur Schwächung der Solidarität zwischen den Generationen geführt. (Szydlik 2016).
Die gegenseitigen Kontakte zwischen Eltern und ihren erwachsenen Kindern sind vielfach intensiv und persönliche, aber auch telefonische Kontakte werden häufig regelmässig gepflegt. Enge Beziehungen zu Angehörigen können heute auch bei grosser Wohnentfernung gepflegt werden, etwa durch regelmässige telefonische oder elektronische Kontakte. „Drei von fünf Erwachsenen fühlen sich mit ihren lebenden Eltern eng oder sehr eng verbunden – und haben dabei mit ihnen selten oder nie nennenswerte Konflikte. Dieser Anteil ergibt sich auch für die letzte Zeit mit nun verstorbenen Eltern. Die anderen drei Generationentypen kommen entsprechend gemeinsam auf zwei Fünftel. Ambivalente Beziehungen (enge Verbundenheit und Streit) lassen sich bei acht bzw. sechs Prozent beobachten. Konfliktreiche Generationenverhältnisse (Auseinandersetzungen bei geringer Bindung) bestehen bei jeweils 14 Prozent, wohingegen Distanz (weder Konflikte noch grössere Verbundenheit) auf 18 bzw. 21 Prozent der Beziehungen zutrifft.“ (Szydlik 2023: 23).

Verhältnis erwachsener Kinder zu ihren Eltern: Allgemeiner Beziehungstyp (Schweiz 2018/19)

	Angeführtes Verhältnis zu: lebenden Eltern	verstorbene Eltern (im letzten Lebensjahr)
- Zusammenhalt	60%	59%
- Ambivalenz	8%	6%
- Konflikt	14%	14%
- Distanz	18%	21%

Quelle: Szydlik 2023: 23.

Der Beziehungstyp ‚Zusammenhalt‘ ist bei allen sozialen Gruppen der dominante Beziehungstyp, auch wenn sich teilweise einige Unterschiede ergeben. So geht höherer Bildungsstand mit etwas weniger Zusammenhalt einher und leicht mehr Distanz. Auch eine schlechtere finanzielle Situation führt zu etwas geringerem intergenerationellen Zusammenhalt und mehr Konflikten. Mit steigendem Alter der erwachsenen Kinder (und ihrer Eltern) erhöht sich der Anteil mit distanzierten Beziehungen signifikant, auch wenn enge Beziehungen dominant verbleiben. Wie in anderen Studien zu familialen Generationenbeziehungen ergeben sich die am wenigsten distanzierten Beziehungen zwischen Töchtern und Müttern. “ Nur eine von zehn Töchtern spricht im Hinblick auf ihre Mutter von Distanz. Dies trifft hingegen auf jeden vierten Sohn gegenüber dem Vater zu. Tochter-Mutter-Beziehungen sind auch relativ häufig von Ambivalenzen geprägt, also einer gleichzeitig engen und konflikthaften Bindung. Vom Konflikttyp sind allerdings wiederum besonders Väter betroffen.“ (Szydlik 2023: 25)
Bei der ersten Migrationsgeneration ist der Zusammenhalt am stärksten, auch wenn Eltern in einem anderen Land leben. Hingegen berichtet die zweite Migrationsgeneration etwas häufiger von Konflikten. Auch sprachregionale Unterschiede sind feststellebar: „In der italienischen Schweiz existiert insgesamt eine größere intergenerationelle Verbundenheit, insbesondere gegen Lebensende

der Eltern. Distanzierte Generationen sind vor allem in der deutschsprachigen Schweiz zu finden.“ (Szydlik 2023: 25)

Die Gesundheit der Eltern ist ein wichtiger Einflussfaktor auf und es sind vor allem alte Eltern mit gesundheitlichen Einschränkungen, die ihren erwachsenen Kindern Sorgen bereiten und sie belasten. Erwachsene Kinder helfen ihren Eltern denn auch vor allem, wenn es den alten Eltern gesundheitlich schlecht geht. Insgesamt am häufigsten unterstützen Töchter ihre Mütter. Dies gilt sowohl für Hilfe bei Haushaltsangelegenheiten als auch bei der Körperpflege. Klare geschlechtsbezogene Unterschiede (mehr Töchter als Söhne pflegen) ergeben sich im letzten Lebensjahr der Eltern. Im letzten Lebensjahr von Eltern geht eine schlechtere Gesundheit zudem oft mit einer Intensivierung der Kontakte einher (Ronny et al. 2023: 263)

3.3.3 Enkelkinder

Der Anteil älterer und alter Menschen mit Enkelkindern ist hoch, wobei allerdings die Wahrscheinlichkeit, Enkelkinder zu haben, vom generativen Verhalten zweier Generationen abhängig ist. Namentlich in städtischen Kontexten mit langer Tradition von wenigen Kindern ist der Anteil älterer Menschen ohne Enkelkinder beträchtlich. Ältere Menschen mit vielen Enkelkindern entstammen somit überdurchschnittlich stark familial orientierten Milieus. Dabei erfolgt der Übergang zur Grosselternrolle, und namentlich zur Grossmutterschaft, vielfach vor Erreichen des Rentenalters.

Im Vergleich zu vielen aussereuropäischen Kulturen ist Grosselternschaft in Europa und Nordamerika durch folgende Besonderheiten gekennzeichnet: Erstens leben die verschiedenen Generationen zumeist in getrennten Haushalten und Drei-Generationen-Haushalte sind relativ selten. Vorherrschend ist das Muster einer 'multilokalen Mehrgenerationenfamilie'. Zweitens bestehen kaum klar formulierte Rechte und Pflichten der Grosseltern. Die Beziehungen zwischen Enkelkindern und Grosseltern beruhen - wie andere verwandtschaftliche Beziehungen - auf Freiwilligkeit und individueller Gestaltung. Eingriffe der Grosseltern in die Erziehung der Enkelkinder werden zumeist zurückgewiesen wie umgekehrt aber auch die Grosseltern auf ihre Eigenständigkeit und Autonomie gegenüber Interventionen der jüngeren Generation pochen. Diese Tendenz wurde durch den Durchbruch nicht-autoritärer Erziehungsprinzipien verstärkt. Die Grosseltern-Enkelkind-Beziehungen sind daher heute weniger instrumentell-materiell als emotional-psychisch geprägt. Dementsprechend ist die Grosseltern-Enkel-Beziehung stark individualisiert und das persönliche Verhältnis zu den Enkelkindern variiert stark. Dazu trägt die Tatsache bei, dass das Alter von Frauen und Männern, in denen sie diese Rolle übernehmen, variiert. Je nach Umständen kann eine Frau schon mit 40 oder 45 Jahren zur Grossmutter werden; das heisst zu einem Zeitpunkt, da sie sich beispielsweise um einen beruflichen Wiedereinstieg bemüht und sich deshalb kaum als 'alt und grossmütterlich' fühlt (Höpflinger 2016, 2022).

Lebensbiographisch betrachtet bietet die Geburt von Enkelkindern und ihr Aufwachsen für ältere Menschen eine Gelegenheit, erneut enge, persönliche Kontakte zur jüngsten Generation zu pflegen. Gleichzeitig kann zumindest symbolisch an frühere Lebensphasen angeknüpft werden, wodurch die biographische Kontinuität gestärkt wird. Eine Grossmutter oder ein Grossvater wird im Kontakt mit den Enkelkindern symbolisch mit zwei Kindern konfrontiert; dem Kind aus der Vergangenheit in sich und dem Kind aus der Gegenwart vor sich. Lebensgeschichtliche Erzählungen und die Tradierung des familialen Gedächtnisses sind deshalb bedeutsame Bestandteile in der Beziehung zwischen Grosseltern und Enkelkindern.

Die Familien- und Generationensurveys 2018 und 2023 deuten darauf, dass nur relativ wenig Großeltern keine oder wenig Kontakte zu ihren Enkelkindern anführen.

Kontakte mit und Betreuung von Enkelkindern gemäß Familien- & Generationensurveys

A) Kontakte mit Enkelkindern
2018: Großeltern mit mind. 1 Enkelkind, das nicht im gleichen Haushalt lebt. Enkelkind mit dem die Großeltern am meisten Kontakt haben
2023: Kontakte mit Enkelkindern allgemein (2018 & 2023 nur bedingt vergleichbar).

	Kontakte (Besuche, Telefon, Skype)					
	Mind. 1x pro Woche		Mind. 1x pro Monat		weniger/nie	
	2018	2023	2018	2023	2018	2023
Großmütter	70%	74%	21%	19%	9%	7%
Großväter	63%	61%	25%	25%	12%	14%
Alter Großeltern:						
- 50-59 J.	72%	82%	19%	10%	9%	8%
- 60-69 J.	73%	74%	19%	17%	8%	9%
- 70-80 J.	59%	58%	28%	31%	13%	11%
Alter jüngstes Enkelkind						
- 0-3 Jahre	80%	78%	15%	15%	5%	7%
- 4 Jahre und älter	66%	62%	24%	27%	10%	11%

B) Betreuung von Enkelkindern (unter 13 Jahren)
Enkelkind, das von der Großmutter/vom Großvater am häufigsten betreut wird

	A		B		C		D	
	2018	2023	2018	2023	2018	2023	2018	2023
Großmütter	45%	49%	17%	21%	14%	10%	24%	20%
Großväter	33%	31%	18%	21%	15%	16%	33%	32%
Alter Großeltern								
- 50-59 J.	35%	44%	18%	22%	15%	8%	31%	24%
- 60-69 J.	47%	45%	18%	21%	14%	10%	21%	24%
- 70-80 J.	34%	35%	18%	21%	14%	17%	34%	27%
Alter jüngstes Enkelkind								
- 0-3 Jahre	39%	47%	24%	21%	5%	9%	32%	23%
- 4-12 Jahre	40%	35%	18%	22%	15%	16%	27%	27%

A: mindestens 1 x pro Woche, B: mindestens 1 x pro Monat, C: weniger als 1 x pro Monat/während Ferien, D: betreuen ihre Enkelkinder nicht

Quelle: Bundesamt für Statistik, Erhebung zu Familien und Generationen 2018 & 2023 (aufgrund eines Methodenwechsels sind Daten 2018 und Daten 2023 nur bedingt vergleichbar)

Auch die nach Ende der Covid-19-Pandemie durchgeführte Erhebung des Berner Generationenhauses (2023) weist auf häufige wechselseitige Beziehungen hin. In nicht wenigen jungen Familien erfüllen die Großeltern - und namentlich die Großmütter - unersetzliche Betreuungsaufgaben (Igel 2011) und der Wert der unbezahlten Enkelkind-Betreuung wird für die Schweiz auf gegen 8 Mrd. Franken pro Jahr geschätzt.

Werden heranwachsende Enkelkinder und ihre Grosseltern über ihre persönliche Beziehung zur jeweilig anderen Generation befragt, wird jedenfalls eine durchaus lebendige und mehrheitlich positiv eingeschätzte Beziehung sichtbar und Grosseltern – und vor allem aktive, gesunde und an der Jugend interessierte Grosseltern - bleiben auch für heranwachsende Enkelkinder oftmals wichtige familiale Bezugspersonen (Höpflinger et al. 2006). Die heutige Bedeutung von Grosseltern für Schulkinder und Jugendliche besteht oft gerade darin besteht, dass Grosseltern jenseits von Schul-

und Berufsstress stehen. Damit können sie Kindern und Jugendlichen im Idealfall etwas anbieten, was in allen anderen Lebensbereichen mangelhaft ist: Zeit, Gelassenheit und eine soziale Beziehung, die sich ausserhalb von schulischem Stress und Problemen des Heranwachsens verortet. Diese neue Beziehungsqualität – Grosseltern als generalisierte Bezugspersonen – erfordert allerdings von der älteren Generation die Einhaltung zweier zentraler Grundregeln der intergenerativen Kommunikation: Zum ersten basiert die Qualität der Beziehung von Grosseltern zu Enkelkindern nicht unwesentlich darauf, das intime Themen des Heranwachsens ausgeblendet werden. Zum zweiten ist – gerade bei heranwachsenden Enkelkindern – ein Engagement ohne starke Einmischung zentral (Höpflinger 2016, 2022).

Intergenerationale Kontakte mit Grosseltern bzw. Enkelkindern 2022

Kontakt mit Grosseltern
«Wie häufig haben Sie Kontakt zu Ihren Grosseltern? (Besuche, Telefonate, Emails, SMS etc.)»; nur Personen mit lebenden Grosseltern

	Wöchentlich	monatlich	weniger	nie
Gesamt	20%	45%	27%	8%
Weiblich	16%	44%	29%	11%
Männlich	24%	45%	25%	8%
Alter: 18-25	14%	60%	21%	5%
26-35	21%	44%	32%	3%
36-45	26%	37%	24%	13%

Kontakt mit Enkeln
«Wie häufig haben Sie Kontakt zu Ihren Enkelkindern? (Besuche, Telefonate, Emails, SMS etc.)»; nur Personen mit Enkelkindern

	Wöchentlich	monatlich	weniger	nie
Gesamt	40%	45%	12%	3%
Weiblich	47%	42%	8%	3%
Männlich	36%	47%	14%	3%
Alter: -unter 55 J.	29%	33%	35%	2%
56-65 J.	57%	35%	6%	2%
66-75 J.	43%	46%	8%	3%
Über 75 J.	26%	56%	15%	3%

Quelle: Berner Generationenhaus 2023

Die konkrete Ausgestaltung der Grosselternrolle wird sachgemäss durch diverse Bedingungen bestimmt: Zum ersten zeigen sich klare geschlechtsspezifische Unterschiede und Grossmütter sind oft aktiver und engagierter um Enkelkinder bemüht als Grossväter, wobei sich die diesbezüglichen geschlechtsspezifischen Unterschiede in den letzten Jahrzehnten allerdings abgeschwächt haben (Höpflinger 2012). Zentral ist zum zweiten die räumliche Distanz zu den jeweiligen Enkelkindern und mit zunehmender räumlicher Distanz werden persönliche Kontakte seltener und auf Ferienzeiten beschränkt. Bedeutsam ist zum dritten das Alter der Enkelkinder (und damit verbunden das Alter der Grossmutter). So vermindern sich die Kontakte und vor allem die gemeinsamen Aktivitäten zwischen Grosseltern und Enkelkindern teilweise mit dem Heranwachsen der Enkelkinder. Teenager erleben neben der Ablösung von den Eltern oft auch eine gewisse Ablösung von der Grosselterngeneration. Dies schliesst nicht aus, dass Grosseltern unter Umständen von Teenagern und Jugendlichen als zusätzliche Vertrauenspersonen benützt werden, insbesondere wenn sich Jung und Alt gegenüber der

mittleren Generation zu einer Allianz zusammenschliessen (und Teenager etwa via Grosseltern über die 'Jugendsünden' ihrer eigenen Eltern erfahren).

3.4 Freundschaftsbeziehungen

Ausserfamiliale Vertrauenspersonen – wie Freunde – können bei alleinlebenden oder kinderlosen alten Menschen fehlende familiale Bezugspersonen kompensieren. Freundschaftsbeziehungen können aber auch für familial integrierte alte Menschen bedeutsam sein, etwa wenn enge Freundinnen als Vertrauenspersonen eine Diskussion familialer Probleme ermöglichen oder wenn beim Zusammensein im Freundeskreis bedeutsame Erlebnisse aus der eigenen Vergangenheit wachgehalten werden. Im Gegensatz zu familialen Beziehungen beruhen Freundschaften auf Freiwilligkeit und enge Freundschaften sind deshalb oft durch gemeinsame Interessen geprägt (Höpflinger 2019, Samochowiec, Bauer 2023).

Zum Verhältnis von Freundschaftsbeziehungen und familial-verwandtschaftlichen Beziehungen bestehen drei unterschiedliche Modellvorstellungen: Im ersten Modell wird der kompensatorische Charakter des Freundschaftsnetzes betont und es wird davon ausgegangen, dass Freunde fehlende oder schlechte familiale Beziehungen ersetzen. Im zweiten Modell wird der eigenständige Charakter des Freundschaftsnetzes betont. Nach diesem Modell handelt es sich um ein zusätzliches soziales Netz, das spezifische Aufgaben erfüllt. Das dritte Modell geht davon aus, dass das Freundschaftsnetz ein soziales Netz ist, das in Kumulation mit anderen sozialen Netzen (Nachbarschaft, Familie) funktioniert. Diese kumulative Relation kann sich daraus ergeben, dass analoge soziale Ressourcen und Kompetenzen gleichermassen zur Stärkung familialer und nichtfamilialer Kontakte eingesetzt werden.

Soziologische Argumente sprechen dafür, dass es sich beim Freundschaftsnetz in vielerlei Hinsicht um ein eigenständiges Netzwerk handelt. Die These von der eigenständigen Bedeutung freundschaftlicher Beziehungen stützt sich auf allgemeine soziologische Beobachtungen zu Freundschaftsbeziehungen in modernen Gesellschaften: Zum einen handelt es sich um Beziehungen, die ausgeprägt auf Freiwilligkeit und Gegenseitigkeit beruhen. Zum anderen ist soziale Homogamie (gleiche Altersgruppe, gleiche Interessen und ähnlicher Lebensstil) namentlich bei engen Freundschaften ein zentrales Merkmal. Freundschaften entstehen und stabilisieren sich häufig aufgrund gemeinsamer Lebensvorstellungen und -erfahrungen (Stiehler 2009). «Jüngere Menschen lernen sich eher in institutionalisierten Settings wie der Schule kennen, während ältere Menschen aktiver Kontexte aufsuchen müssen, um Freundschaften zu schliessen, etwa Ferien, Vereine oder auch den digitalen Raum. Je älter man ist, desto proaktiver muss man auf Menschen zugehen, um neue Freund:innen zu finden – weil man nicht einfach zwangsläufig immer die gleichen Menschen in institutionalisierten Begegnungsorten sieht wie in der Schule oder bei der Arbeit.» (Samochowiec, Bauer 2023: 32).

Die Definition eines engen Freundes bzw. einer engen Freundin und die soziale Bedeutung von Freundschaftsbeziehungen unterliegen sachgemäss sozio-kulturellen Unterschieden, und daher sind die in verschiedenen Ländern durchgeführten Forschungsarbeiten zum Thema 'Freundschaft im Alter' nicht ohne weiteres zu verallgemeinern. So werden in den USA häufig Personen als Freunde bezeichnet, die in Nord- und Mitteleuropa höchstens als nähere Bekannte angesehen werden. Freundschaft ist somit keine objektive Messgrösse, sondern eine soziale Konstruktion, dessen Bedeutung je nach Lage (Alter, Geschlecht usw.) variieren kann. Kritische Lebensereignisse können dabei nicht nur zu neuen Freundschaften führen (beispielsweise, wenn hilfsbereite Nachbarn zu Freunden avancieren), sondern sie tragen teilweise auch zur Reaktivierung bisheriger Freundschaftsbeziehungen bei.

Mit der Pensionierung fallen viele Sozialkontakte weg. Allerdings werden heute öfters am Arbeitsplatz eingegangene Beziehungen als Freundesbeziehung in der nachberuflichen Lebensphase weiter gepflegt. Im hohen Lebensalter können umgekehrt Bezugspersonen durch Wegzug, Einschränkungen des Aktionsradius oder Tod wegfallen. Dies gilt insbesondere für Freunde aus der gleichen Altersgruppe. Entsprechend sinkt im Allgemeinen die Zahl an engen Freunden mit steigendem Lebensalter und im Alter ist der Anteil von Personen ohne Freunde höher als in jüngeren Lebensphasen. Dies wird auch durch die Freundschaftsstudie 2023 betätigt und ältere Befragte «haben im Schnitt weniger Freund:innen, sehen diese seltener, unterstützen sich weniger emotional und tatkräftig und tauschen sich weniger über ihre Probleme und Gefühle aus (Samochowiec, Bauer 2023: 24).

Unterschiede zwischen Altersgruppen können allerdings neben lebenszyklischen Effekten (Absterben gleichaltriger Freunde) auch generationenbezogene Unterschiede (weniger Gewicht von Freundschaften gegenüber familialen Beziehungen bei älteren Geburtskohorten) widerspiegeln. So wird im Zeitvergleich deutlich, dass sich das Freundschaftsnetz älterer Menschen ausgeweitet hat. Der Anteil älterer Menschen mit zwei oder mehr engen Freunden ist angestiegen, wogegen sich der Anteil älterer Menschen ohne enge Freunde verringert hat. Dieser Wandel kann einerseits die Folge einer erhöhten Lebenserwartung sein, wodurch gleichaltrige Freunde länger überleben Andererseits widerspiegeln die Daten einen Trend neuer Generationen älterer Menschen, länger aktiv und sozial engagiert zu verbleiben. Freundschaftsbeziehungen sind besonders geeignet, Wünsche nach Nähe und Unterstützung mit Individualisierungsvorstellungen zu vereinen. Freundschaftsbeziehungen sind zudem weniger als familiale Beziehungen durch Verpflichtungsnormen charakterisiert und entsprechend freier gestaltbar. Insgesamt gewährleisten freundschaftliche Beziehungen somit ein hohes Potenzial für Selbstentfaltung, Selbstbestimmtheit sowie für den Austausch anregender Perspektiven und Informationen. Gleichzeitig können vor allem langjährige Freundinnen und Freunde auch eine wichtige Quelle für Nähe, Zugehörigkeitsempfinden und Unterstützung sein.

Vorhandensein enger Freundesbeziehungen im höheren Lebensalter - im Zeitvergleich

Frage: „Haben Sie enge Freunde?
%-Anteil, die mindestens eine enge Freundschaftsbeziehung anführen

	Zuhause lebende Menschen im Alter:		Quelle;
	65-74 J	75+ J.	
1979 Genf/Zentralwallis	67%	55%	1
1994 Genf/Zentralwallis	82%	70%	2
1999 Schweiz	80%	73%	3
2013 Schweiz	89%	79%	3
2016 Schweiz	91%	81%	3
2019 Schweiz	93%	88%	3
	65-80 J.		
2023 Schweiz	85%		4

1: GUGRISPA 1983, 2: Lalive d'Epinay et al. 2000, 3: Schweiz. Haushaltspanel (eigene Auswertungen). 4: Samochowiec, Bauer 2023 (Freundschaftsstudie Gottlieb-Duttweiler-Institut, Online-Erhebung)

Freundschaftsbeziehungen im Alter konzentrieren sich stark – wenn auch nicht ausschließlich – auf Personen des gleichen Geschlechts. Gemäss der Freundschaftsstudie 2023 ist die Hälfte der angeführten Freunde höchstens drei Jahre jünger bzw. älter als die befragte Person selbst und sie haben in vier von fünf Fällen das gleiche Geschlecht (Samochowiec, Bauer 2023: 31).

In jedem Fall sind es neben Familienangehörigen vorwiegend Freundinnen und Freunden, die auch im Rentenalter zu den wichtigen sozialen Kontakten gezählt werden, egal ob alte Freundschaften aus der Schulzeit, ehemalige Arbeitskolleginnen und -kollegen oder neue Bekanntschaften. Freundschaftsbeziehungen im Alter sind in jedem Fall ein wichtiges Element sozialer Integration und Teilnahme (Höpflinger 2019). Personen, die zumindest eine enge Freundesbeziehung anführen, haben häufiger gute Nachbarschaftskontakte und engagieren sich häufiger in Vereinen oder bei Freiwilligenaktivitäten als Befragte ohne Freunde. Die Kausalität zwischen Freundschaftsbeziehungen und sozialer Integration kann allerdings wechselseitiger Art sein: Wer im Alter enge Freundschaften pflegt, engagiert sich oft auch in anderen Bereichen, in der Nachbarschaft oder in Vereinen. Umgekehrt erleichtert das Vorhandensein von Freunden und Freundinnen eine soziale Teilnahme, da gemeinsam ausgegangen werden kann und wer enge Freunde hat, nimmt auch im höheren Lebensalter eher an öffentlichen Anlässen teil. Freunde bzw. Freundinnen sind im Alter nicht nur als Vertrauenspersonen wichtig, sondern vielfach auch als Begleitpersonen für außerhäusliche Aktivitäten. Damit gehören Treffen mit Freundinnen und Freunden auch im höheren Alter zu den wichtigen und aufrechtzuerhaltenden Alltagsunternehmungen (Hugentobler, Seifert 2024: Tab. 2.3). Erwartungsgemäss sinkt die Kontakthäufigkeit zu Freunden und Freundinnen mit dem Alter ab, da diese zum Teil wegziehen, in eine Pflegeeinrichtung einziehen oder versterben (Ajrouch et al. 2023). Dies gilt insbesondere für Freunde aus der gleichen Altersgruppe.

3.5 Nachbarschaftsbeziehungen

Die Nachbarschaft ist häufig nicht gewählt, sondern vorgegeben (selbst wenn die Möglichkeit besteht, seine Nachbarschaft durch einen Wohnortwechsel zu ändern). Sozio-geographische Faktoren tragen dazu bei, dass der Begriff 'Nachbarschaft' in ländlichen und städtischen Gebieten unterschiedlich weit gefasst wird. So wird in der Westschweiz und im Tessin die Nachbarschaft breiter definiert als in der deutschsprachigen Schweiz: Die meisten Menschen nehmen Personen als Nachbarn wahr, wenn sie im gleichen Haus oder in den umliegenden Häusern wohnen. In der Westschweiz und im Tessin umfasst dies häufiger auch Personen im selben Quartier (Frick et al. 2022). Art und Weise der Nachbarschaftsbeziehungen bestimmen mit, ob man sich im Alter mit seinem Wohnort verbunden fühlt oder nicht, und je besser die Nachbarschaftsbeziehungen eingestuft werden, desto stärker fühlt man sich mit dem Wohnort verbunden. Fehlende Nachbarschaftshilfe oder Konflikte mit Nachbarn reduzieren umgekehrt die Wohnverbundenheit im Alter.

In den letzten Jahren haben Nachbarschaftsbeziehungen – und namentlich Nachbarschaftshilfe – eine verstärkte Aufmerksamkeit erhalten, auch im Rahmen sozial-räumlicher Konzepte, die davon ausgehen, dass gerade im höheren Lebensalter eine gute lokale Einbettung das Wohlbefinden von Frauen und Männern erhöht. Das informelle Nachbarschaftsnetzwerk kann im Alter ein wichtiges Element sozialer Unterstützung werden (Hugentobler, Seifert 2024, Seifert 2016). Speziell alte Menschen mit funktionellen Alltagseinschränkungen können von nachbarschaftlichen Hilfeleistungen profitieren und damit unter Umständen länger selbständig zuhause leben.

Angeführte Nachbarschaftsbeziehungen nach Altersgruppe

		Altersgruppe						
		15-24	25-34	35-44	45-54	55-64	65-74	75+
Anteil mit mindestens einer guten Nachbarschaftsbeziehung:								
	1999	58%	57%	70%	68%	68%	70%	67%
	2013	54%	46%	64%	72%	71%	73%	68%
	2016	51%	49%	63%	67%	68%	73%	69%
	2019	51%	43%	66%	70%	74%	77%	74%
Anteil mit engen Kontakten zu Nachbarn	2023	-	-	-	-		69%	72%

Quelle: Schweiz. Haushaltspanel-Daten (gewichtete Daten, eigene Auswertungen), 2023: Age-Wohnerhebung, vgl. Hugentobler, Seifert 2024.

Wird nach den Nachbarschaftskontakten gefragt, zeigt sich die Tendenz, dass Befragte über 35 leicht häufiger gute Nachbarschaftsbeziehungen anführen als unter 35-Jährige. Im Jugendalter und bei jungen Erwachsenen sind Kontakte zu Gleichaltrigen (Peergroups) oftmals wichtiger als lokale Kontakte mit älteren Nachbarn. Mit der Familiengründung (Geburt von Kindern) und im höheren Lebensalter (Pensionierung und Verlust an Arbeitskontakten) werden nachbarschaftliche Beziehungen bedeutsamer. Auch die Befragung 2022 zu Nachbarschafts-beziehungen weist in diese Richtung. Während nur 39% der befragten 15-29-Jährigen eine hohe Zufriedenheit mit dem Verhältnis zu den Nachbarn aufweisen, sind es 63% der befragten 60-79-Jährigen (Frick et al. 2022). Pensionierte Menschen mit guten Nachbarschafts-beziehungen sind etwas häufiger in Vereinen und Clubs engagiert und leisten leicht häufiger Freiwilligenarbeit. Die Beziehung kann wechselseitig sein: Man engagiert sich, weil man lokal gute Beziehungen aufweist und weil man sich lokal engagiert, profitiert man von besseren lokalen Kontakten.

Im Zeitverlauf 1999 bis 2019 zeigen sich kaum wesentliche Veränderungen, außer dass jüngere Menschen 2019 weniger häufig gute Nachbarschaftsbeziehungen anführten als 1999. Die Mehrheit der älteren Menschen verfügt zumindest über eine gute Nachbarschaftsbeziehung (vgl. Tabelle 60).

Auch in der Age-Wohnerhebung 2023 gab eine deutliche Mehrheit der befragten älteren Personen an, dass sie enge Kontakte zu ihren Nachbarinnen und Nachbarn pflegt: «Ein guter Kontakt zu den Nachbarinnen und Nachbarn variiert nicht zwischen den Altersgruppen, was dafür spricht, dass viele Personen solche sozialen Verbindungen bereits seit Jahren pflegen. Ausserdem leben Befragte die gute Kontakte zu ihren Nachbarinnen und Nachbarn unterhalten, oftmals schon seit mehr als 30 Jahren am selben Wohnort. Hinsichtlich der Sprachregionen zeigen sich keine deutlichen Unterschiede, obwohl der nachbarschaftliche Kontakt in der französischsprachigen Schweiz etwas weniger ausgeprägt ist als in den beiden anderen Sprachregionen. Zwischen ländlichen (74 %) und städtischen (72 %) Regionen lassen sich keine signifikanten Unterschiede bei guten Nachbarschaftskontakten feststellen. Befragte, die gute Kontakte zu ihren Nachbarinnen und Nachbarn pflegen, fühlen sich stärker mit ihrer Wohnumgebung verbunden als jene, die das nicht tun.» (Hugentobler, Seifert 2024: 130).

Ansichten zur Nachbarschaft von Personen im Alter 65+ (2018 und 2023)

%-eher/vollständig zutreffend		Zuhause lebende Befragte			im Heim Befragte	
		DS	WS	IT	DS	WS
„Den Leuten in dieser Nachbarschaft kann man vertrauen“						
	2018	90%	87%	87%	85%	73%
	2023	88%	88%	95%	64%	57%
„Die Leute in der Nachbarschaft helfen einander aus“						
	2018	79%	76%	90%	70%	58%
	2023	76%	69%	94%	56%	46%
„Die Nachbarn sind eng miteinander verbunden“						
	2018	58%	64%	72%	59%	62%
	2023	48%	53%	70%	48%	38%

DS: Deutschsprachige Schweiz, WS: französischsprachige Schweiz, IT: italienischsprachige Schweiz
Quelle: Höpflinger et al. 2019 (Age-Wohnerhebung 2018), Hugentobler/Seifert 2024 (Age-Wohnerhebung 2023), eigene Auswertungen

Im Rahmen der Age-Wohnerhebungen 2018 und 2023 wurden den befragten Personen drei weitere Ansichten zur Nachbarschaft vorgelegt: a) „Die Leute in der Nachbarschaft helfen einander aus“; b) „Den Leuten in dieser Nachbarschaft kann man vertrauen“ und c) „Die Nachbarn sind eng miteinander verbunden“ (Höpflinger et al. 2019, Hugentobler, Seifert 2024) (vgl. Tabelle 61).

Die Wahrnehmung der Nachbarschaft ist in allen drei Sprachregionen mehrheitlich positiv. Eine überwiegende Mehrheit der älteren Menschen hat Vertrauen in die Nachbarschaft und großmehrheitlich wird auch angeführt, dass sich die Leute in der Nachbarschaft gegenseitig aushelfen (eine Feststellung, welche durch die Nachbarschaftserhebung 2022 unterstützt wird, vgl. Frick et al. 2022). Besonders positiv wird die Nachbarschaftshilfe in der Südschweiz beurteilt. Tiefere Werte ergeben sich in der deutsch- und französischsprachigen Schweiz, wo die Antworten 2023 weniger positiv ausfielen als 2018.

Beachtenswert ist, dass eine beträchtliche Gruppe älterer Menschen keine guten bzw. nahen Nachbarschaftskontakte anführt und 2023 wünschten sich 23% der befragten älteren Menschen mehr Kontakte zu ihren Nachbarn. „Unter den Personen, die sich mehr Kontakt zu ihren Nachbarinnen und Nachbarn wünschen, befinden sich vorwiegend Personen ab 85 Jahren und damit auch jene mit zunehmenden Einschränkungen im Alltag, die eher das Gefühl haben, auf ihre Nachbarinnen und Nachbarn als Unterstützungsressource angewiesen zu sein.» (Hugentobler, Seifert 2024: 139).

Förderung der Nachbarschaftskontakte

Eine Förderung städtischer Nachbarschaftskontakte und Nachbarschaftshilfe ist je nach sozialer und räumlicher Gestaltung der Wohnumgebung unterschiedlich zu organisieren. Entscheidend ist der Mix von Wohneigentümern und Mietern, die soziokulturelle Zusammensetzung der Wohnbevölkerung sowie die räumlichen Verhältnisse (viel Verkehr, Nähe zum Zentrum, nahegelegene Wälder oder Parks usw.). Die Erfahrungen westschweizerischer Nachbarschaftsprojekte (Quartiers Solidaires der Pro Senectute Waadt (www.quartiers-solidaires.ch), des Berner Projekts ‚Nachbarschaftshilfe (www.nachbarschaft-bern.ch), des Luzerner Projekts Vicino (www.vicino-luzern.ch) sowie der Nachbarschaft Zürich (www.nachbarschaftshilfe.ch) verdeutlichen, dass gute Kenntnisse des

Quartiers, ein frühzeitiger Einbezug der interessierten Bevölkerung und vorhandener Vereine (inkl. Kirchen, Parteien, Quartiervereine usw.) unabdingbar sind. Klare Erfolge sind zudem oft erst nach einigen Jahren sichtbar. Wichtig bei einer Förderung von Nachbarschaftshilfe ist vorerst eine Stärkung nachbarschaftlicher Kontakte. Ein gutes Nebeneinander ist zentrale Voraussetzung für ein (späteres) gutes Miteinander. Kontakte können durch regelmässige Siedlungs- und Quartierfeste, ein gezieltes Ansprechen von neu zugezogenen Personen und MigrantInnen sowie durch Gemeinschaftsräume und gemeinsam nutzbare Grünzonen verstärkt werden. Fachlich begleitete Quartierbegehungen können mithelfen, Stärken und Schwächen der Wohnumgebung zu erkennen und anzusprechen.[3] Je nach Situation können generationenübergreifende Unterstützungsnetzwerke oder generationengetrennte Netzwerke (etwa ein Netzwerk für Familien mit jungen Kindern und ein Netzwerk im Sinne von Senioren helfen Senioren) sinnvoll sein. Ein fachlicher Austausch von im Quartier tätigen Fachleute und Verwaltungsstellen kann ebenfalls von Nutzen sein, etwa durch ein jährliches Treffen aller mit Altersfragen konfrontierter Fachpersonen eines Quartiers.

3.6 Intergenerationelle Kontakte im ausserfamilialen Alltag

Was ausserfamiliale Kontakte und Beziehungen zwischen Generationen betrifft, ist die empirische Datenlage lückenhaft. Bei Begegnungen zwischen Alt und Jung im Alltag handelt es sich oft um Gelegenheitskontakte von kurzer Dauer und geringer Intensität oder um professionell-organisatorisch vermittelte Kontakte (erwachsene Lehrerin – junge Schüler, junger Mitarbeiter – ältere Kundin, junges Pflegepersonal - pflegebedürftige alte Person u.a.).

Die bevorzugte Wahl von Gesprächspartnern (jüngere oder ältere Person) variiert sachgemäß je nach Lebensthema. Bei Themen wie Liebe & Beziehungen bevorzugen jüngere Personen eher jüngere bzw. gleichaltrige Gesprächspartner. Ältere Gesprächspartner werden eher für Themen gewählt, die mit Lebenserfahrungen verbunden sind (wie das Thema des Älterwerdens). Ältere Befragte ihrerseits bevorzugen bei allen angeführten Themen eher jüngere Gesprächspartner als ältere bzw. gleichaltrige Personen.

Bevorzugte Gesprächspartner 2018/19

Themen, die jüngere Befragte lieber mit einer jüngeren bzw. älteren Person besprechen bzw. Themen, die ältere Befragte lieber mit einer jüngeren bzw. älteren Person besprechen

	Jüngere Befragte (-39 J.) Lieber mit:		Ältere Befragte (60+ J. Lieber mit	
Themen:	jüngerer P.	älterer P.	jüngerer P.	älterer P.
Liebe & Beziehung	43%	15%	25%	10%
Lebensentwurf	34%	35%	45%	9%
Zwischenmenschliches	27%	38%	39%	23%
Älterwerden	11%	31%	25%	10%

Quelle: Berner Generationenhaus 2019: Abb. 46.

Werden ältere und jüngere Menschen zu ausserfamilialen Kontakten zu jeweilig anderen Altersgruppen befragt, werden drei Punkte zu sichtbar (vgl. Höpflinger 2023):

Erstens kann die Perspektive von oben – seitens der älteren Menschen – von der Perspektive jüngerer Menschen abweichen. In der Erhebung des Berner Generationenhauses (2019) gaben Personen über 60 Jahren häufiger an, enge freundschaftliche oder familiäre Beziehungen zu wesentlich jüngeren

[3] Zum Konzept fachlich begleiteter Quartierbegehungen, vgl. www.programmsocius.ch.

Menschen zu pflegen als dass jüngere Menschen entsprechende Beziehungen zu wesentlich älteren Personen anführten.
Zweitens spielen Art und Weise der Fragestellung eine erhebliche Rolle und die in der Umfrageforschung immer wieder beobachtete substanzielle Wahrnehmungsschere zwischen persönlichem Wohlbefinden und kollektivem Pessimismus zeigt sich auch im Verhältnis der Generationen: Das allgemeine Verhältnis zwischen Jung und Alt wird zumeist negativer beurteilt als das eigene, persönliche Verhältnis zur jeweils anderen Generation.

Drittens können Generationenkontakte je nach Lebensbereich unterschiedlich strukturiert sein. Es ergeben sich bedeutsame Unterschiede, ob intergenerationelle Freizeit-, Nachbarschafts- oder Arbeitsbeziehungen untersucht werden. Einige Generationenkontakte ergeben sich informell, etwa in der Nachbarschaft oder bei Freizeitaktivitäten. Andere Generationenkontakte hingegen sind über Dritte vermittelt, etwa im Rahmen formeller sozialer oder kultureller Organisationsstrukturen (Kirchen, Parteien, Kulturvereine usw.).

Ob eine hohe Altershomogenität ausserfamilialer Interaktionen mit mangelnden Gelegenheiten zu intergenerationellen Begegnungen oder mit Vorlieben für Kontakte mit Gleichaltrigen zusammenhängt, ist nicht eindeutig. Bei jungen Menschen konstituieren Kontakte mit Gleichaltrigen („peer-group"-Kontakte) in jedem Fall eine wichtige Dimension ihrer sozialen Integration und persönlichen Identitätsentwicklung. Generell zeigt sich zudem, dass ein blosser Kontakt mit älteren Menschen nicht genügt, um bei jüngeren Menschen positive Haltungen zum Alter zu erzeugen. Gelegentlich werden negative Haltungen sogar gestärkt, beispielsweise wenn Kinder ältere Menschen, die nicht ihrem vertrauten Lebensumfeld angehören, im Zustand von Hilflosigkeit und Gebrechlichkeit kennen lernen.

Ältere Menschen können ebenfalls eine Vorliebe für Beziehungen mit in etwa gleichaltrigen Personen aufweisen und in einem Übersichtsbeitrag zur Frage ‚Brauchen alte Menschen junge Menschen?' wird darauf hingewiesen, dass ein positiver Effekt intergenerationeller Kontakte für die Lösung von Entwicklungsaufgaben des Alters zwar oft behauptet wird, dass jedoch – wenn von familialen Beziehungen abgesehen wird – dazu kaum klare empirische Antworten vorliegen (Lang, Baltes 1997). Kontakte zu Gleichaltrigen können gegenüber Kontakten zu Jüngeren einfacher sein, weil mehr sozial-historische Gemeinsamkeiten bestehen. Erstens weisen Gleichaltrige den gleichen lebensgeschichtlichen Hintergrund auf und alte Menschen können primär mit Gleichaltrigen gegenseitig über frühere Zeiten sprechen. Zweitens werden Gleichaltrige mit analogen lebenszyklischen Fragen des Alterns konfrontiert und drittens entfallen bei Kontakten unter Gleichaltrigen viele Altersstereotypisierungen. Bei Kontakten mit sehr viel Jüngeren – zu denen keine emotionale Beziehung und familiale Zuordnung besteht – kann der Verlust der eigenen Jugend mitschwingen und ältere Menschen, die mit Kindern interagieren, interagieren symbolisch immer mit zwei Kindern: dem Kind aus der Gegenwart vor sich und dem Kind aus der Vergangenheit in sich (und bei Teilen der älteren Generationen können Kindheitserinnerungen durchaus schmerzhaft sein). Umgekehrt können ältere Personen allerdings durch den Kontakt mit jüngeren Personen besser an neue soziale, kulturelle und technische Entwicklungen teilnehmen und dadurch ihre soziale Integration in einer sich ständig wandelnden Gesellschaft stärken.

Ob und in welchem Masse Stereotypisierungen zu Jung und Alt die intergenerationellen Kommunikationsprozesse im Alltag tatsächlich negativ beeinflussen, ist ebenfalls nicht eindeutig. Eine deutsche Untersuchung zu Altersbildern ließ beispielsweise erkennen, „dass dem Alter im Allgemeinen nur geringe Bedeutung für die Wahrnehmung und Gestaltung sozialer Interaktionen beigemessen wird." (Schmitt 2004:145) Das (körperliche) Alter wird für die Gestaltung von altersübergreifenden Interaktionen vor allem bedeutsam, wenn funktionale Einbußen und Defizite deutlich erkennbar sind, wie etwa gebückte Haltung, langsames Gehen oder Höreinschränkungen. Es ist häufig nicht das kalendarische Alter an sich, sondern die mit Alter assoziierten sichtbaren

Behinderungen, die bei jungen Menschen zu kommunikativen Anpassungen führen, wie überlangsames Sprechen, vereinfachte Sprache: „Eine negative Erwartungshaltung hinsichtlich der Fähigkeiten älterer Menschen kann bei Gesprächspartnern auch dazu führen, dass diese sich kommunikativ in besonderer Weise verhalten, z.B. sprechen sie die alten Menschen zu laut an, vereinfachen das Vokabular (‚secondary baby talk'), verwenden eine Telegrammstil-Grammatik, sprechen sie überzogen familiär oder mit altersanzeigenden Benennungen (Oma) an und beschränken sich auf bestimmte Gesprächsthemen." (Fiehler 2012: 110).

Zusammenfassend betrachtet zeigt sich – wenn ausserfamiliale Kontakte zwischen den Generationen untersucht werden – ein gemischtes Bild: Einerseits sind frei gewählte intensive intergenerationelle Beziehungen (Freundschaften) vergleichsweise selten. Andererseits ergeben sich – je nach Lebensbereich – ausgeprägte intergenerationelle Kontakte, die aber in vielen Fällen institutionell-organisatorisch geprägt und eingebettet sind, etwa in Schulen, am Arbeitsplatz, in Kulturvereinen usw.

In welchem Maß ausserfamiliale intergenerationelle Kontakte tatsächlich – für Jung und Alt – die oft behaupteten positiven Wirkungen zur Bewältigung von Entwicklungsaufgaben aufweisen, ist empirisch alles andere als klar. Dazu fehlen entsprechend differenzierte Netzwerkanalysen, die altershomogene und altersheterogene Kontakte in verschiedenen Lebensbereichen (Arbeit, Pflege, Freizeit, Kultur usw.) in ihrer wechselseitigen sozialen und entwicklungspsychologischen Bedeutung untersuchen. Wahrscheinlich ist in allen Lebensphasen eine – möglicherweise wechselnde – Kombination altershomogener und altersheterogener sozialer Beziehungen optimal, aber bezüglich intergenerationeller Kommunikationen und Sozialbeziehungen – außerhalb familialer Strukturen - bleiben viele Fragen offen.

Sozialbeziehungen im Alter – Gesamtbild

Werden familiale und ausserfamiliale Sozialbeziehungen älterer Menschen insgesamt betrachtet, ergibt sich gegenwärtig folgendes Bild:

Insgesamt weist nur eine Minderheit der zuhause lebenden älteren und alten Menschen keine oder nur schwache Sozialbeziehungen auf. Nur eine relativ geringe Minderheit älterer und alter Menschen kann sozial als eindeutig isoliert (und vereinsamt) eingestuft werden. Häufiger ist eine Tendenz zur sozialen Isolation, sei es aufgrund einer Konzentration der Sozialbeziehungen auf wenige Bezugspersonen, sei es aufgrund eines mobilitätsbedingten Rückzugs auf Wohnung. Zwar steigt der Anteil sozial isolierter Menschen mit steigendem Alter tendenziell an, aber vielfach ist es nicht das Alter an sich, sondern schon früher vorhandene soziale Lücken, welche im hohen Alter zu sozialer Isolation beitragen. Klare Unterschiede im Erleben sozialer Isolation zeigen sich weniger nach Alter als nach sozialer Schichtzugehörigkeit: Einkommensschwache RentnerInnen leiden häufiger an sozialer Isolation und Einsamkeit als bildungsstarke und wirtschaftlich abgesicherte Gleichaltrige.

Menschen im Alter sind häufig gut in soziale Netzwerke integriert, dabei handelt es sich jedoch häufig entweder um Familienmitglieder oder gleichaltrige Freundschaften. Auch die Mehrzahl der über 80-jährigen Menschen bleibt familial oder freundschaftlich integriert, allerdings zeigt sich im hohen Lebensalter oft eine verstärkte Konzentration auf wenig Angehörige oder ausgewählte Freunde bzw. Freundinnen. Die gegenwärtig grössten Lücken zeigen sich bezüglich ausserfamilialen Generationenbeziehungen. Was ausserfamiliale Generationenbeziehungen betrifft, ist vielfach mehr ein Muster von mehr oder weniger gutem Nebeneinander als ein enges Miteinander zu beobachten.

Angeführte Literatur

Ajrouch, Kristine J.; Xiaochen Hu, Rita et al. (2023) Friendship trajectories and health across the lifespan. Developmental Psychology, https://doi.org/10.1037/dev0001589.

Alburez-Gutierrez, Diego, Williams, Ivan; Caswell, Hal et al. (2023) Projections of human kinship for all countries, PNAS Demography https://doi.org/10.1073/pnas.2315722120

Bachmann, Nicole (2014) Soziale Ressourcen als Gesundheitsschutz, Obsan-Bulletin 1/2014, Neuchâtel: Schweizerisches Gesundheitsobservatorium.

Bengtson, Vern L.; Roberts, R. E. L. (1991) Intergenerational solidarity in aging families: An example of formal theory construction, Journal of Marriage and the Family, 53: 856-870.

Berlingieri F., Colagrossi M., Mauri C. (2023). Loneliness and social connectedness: insights from a new EU-wide survey. Fairness policy brief 3/2023. European Commission - Joint Research Centre, JRC133351.

Berner Generationenhaus (2019) Altersbilder der Gegenwart. Haltung der Bevölkerung zum Alter und zur alternden Gesellschaft, Bern.

Berner Generationenhaus (2023) Generationen-Barometer 2022/23. Was Jung und Alt bewegt, Zürich: Sotomo

Borkowsky, Anna (2022). Menschen über 80, eine in unserer Gesellschaft vernachlässigte Gruppe!? Eine Umfrage der VASOS. Bern, VASOS / FARES.

Brandt, Martina (2009) Hilfe zwischen Generationen. Ein europäischer Vergleich, Wiesbaden. VS Verlag für Sozialwissenschaften.

Bundesamt für Statistik (2018) Erhebung zu Familien und Generationen 2018. Erste Ergebnisse, Neuchâtel.

Bundesamt für Statistik (2024) Erhebung zu Familien und Generationen 2023. Erste Ergebnisse: Neuchâtel.

Cantor, Marjorie H. (1991) Family and community: Changing roles in an aging society, The Gerontologist, 31: 337-346.

Cavalli, Stefano; Cereghetti, Stefano; Pusterla, Elia R.G.; Zaccaria, Daniele (2021) Isolamente sociale e solidutine nell'anzianità, Lugano: SUSPI.

Dahlberg, Lena; McKee, Kevin J.; Frank, Amanda; Naseer, Mahwish (2022) A systematic review on longitudinal risk factors for loneliness in older adults, Aging & Mental Health 26/2: 225-249.

Deindl, Christian, Hank, Karsten, Brandt, Martina (2013) Social networks and self-rated health in later life, in: Axel Börsch-Supan, Martina Brandt et al. (eds.) Active Ageing and Solidarity between Generations in Europe, Berlin: De Gruyter: 301-310.

Fiehler, Reinhard (2012) Das Beziehungsgefüge zwischen den Generationen und sein Einfluss auf die intergenerationelle Kommunikation, in: Eva Neuland (Hrsg.) Sprache der Generationen, Mannheim: Dudenverlag: 98-114.

Frick, Karin; Kwiatkowski, Marta; Samochowiec, Jakub (2022) Hallo Nachbar:in. Die grosse Schweizer Nachbarschaftsstudie, Rüschlikon: Gottlieb Duttweiler Institut.

Gariépy, Geneviève; Honkaniemi, Helena; Quesnel-Vallée, Amélie (2016) Social support and protection from depression: Systematic review of current findings in Western Countries, The British Journal of Psychiatry 1-10, doi: 10.1192/bjp.bp.115.169094.

GUGRISPA (Groupe Universitaire Genevois) (1983) Vieillesses. Situations, itinéraires et modes de vie des personnes âgées aujourd'hui. Saint-Saphorin: Georgi.

Haberkern, Klaus (2009) Pflege in Europa. Familie und Wohlfahrtsstaat, Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.

Höpflinger, François; Hummel, Cornelia; Hugentobler, Valérie (2006) Enkelkinder und ihre Grosseltern. Intergenerationelle Beziehungen im Wandel, Zürich: Seismo.

Höpflinger, François (2012) Grossvaterschaft. Entwicklungen, Engagements und Beziehungsmuster, in: Heinz Walter, Andreas Eickhorst (Hrsg). Das Väter-Handbuch. Theorie, Forschung, Praxis, Giessen: Psychosozial-Verlag.

Höpflinger, François (2016) Grosselternschaft im Wandel – neue Beziehungsmuster in der modernen Gesellschaft, Analysen & Argumente 209, Juli 2016, Konrad Adenauer Stiftung: Sankt Augustin.

Höpflinger, François (2019) Freundschaften im höheren Lebensalter, in: Steve Stiehler (Hrsg.) Zur Zukunft der Freundschaft. Freundschaft zwischen Idealisierung und Auflösung, Berlin: Frank & Timme GmbH: 123-138.

Höpflinger, François (2020) Bevölkerungswandel Schweiz. Soziodemografische und familiendemografische Entwicklungen im Langzeitvergleich (2022 aktualisierte Online-Studie via www.hoepflinger.com verfügbar (DOI: 10.13140/RG.2.2.35536.33288).

Höpflinger, François (2022) Familie und Großeltern, in: Jutta Ecarius, Anja Schierbaum (Hrsg.) Handbuch Familie. Band 1: Gesellschaft, Familienbeziehungen und differentielle Felder, Wiesbaden: Springer VS (2. Auflage):493-510.

Höpflinger, François (2023) Generationenfragen – in Familien, Arbeitswelt, Gesellschaft und Sozialpolitik. Konzepte, theoretische Ansätze und empirische Beobachtungen, Horgen (Online-Dossier: via www.hoepflinger.com (DOI: 10.13140/RG.2.2.26472.39689)

Höpflinger, François; Spahni, Stefanie; Perrig-Chiello, Pasqualina (2013) Persönliche Bilanzierung der Herausforderungen einer Verwitwung im Zeit- und Geschlechtervergleich, Zeitschrift für Familienforschung, 25, 3: 267-285.

Höpflinger, François; Hugentobler, Valérie, Spini, Dario (eds.) (2019) Wohnen in den späten Lebensjahren. Grundlagen und regionale Unterschiede, Zürich: Seismo Verlag.

Hugentobler, Valérie; Seifert, Alexander (Hrsg.) (2024) Wohnen und Nachbarschaft im Alter. Age Report V, Zürich: Seismo.

Igel, Corinne (2011) Großeltern in Europa. Generationensolidarität im Wohlfahrtsstaat, Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.

Isengard, Bettina (2018) Nähe oder Distanz? Verbundenheit von Familiengenerationen in Europa, Leverkusen: Budrich Academic.

Isengard, Bettina (2023) Raum – von Koresidenz und Entfernung, in: Marc Szydlik (Hrsg.) (2023) Generationen zwischen Konflikt und Zusammenhalt, Zürich: Seismo-Verlag: 169-192

Knöpfel, Carlo; Meuli, Nora (2020) Alt werden ohne Familienangehörige. Explorative Studie, Muttenz: Fachhochschule Nordwestschweiz, Hochschule für Soziale Arbeit.

Lang, Frieder R. (2007) Motivation, Selbstverantwortung und Beziehungsregulation im mittleren und höheren Erwachsenenalter, in: Hans-Werner Wahl, Heidrun Mollenkopf (Hrsg.) Alternsforschung am Beginn des 21. Jahrhunderts. Alterns- und Lebenslaufkonzeptionen im deutschsprachigen Raum, Berlin: Akademische Verlagsgesellschaft: 307-322.

Lang, Frieder R.; Baltes, Margret M. (1997) Brauchen alte Menschen junge Menschen? Überlegungen zu den Entwicklungsaufgaben im hohen Lebensalter, in: Lothar Krappmann, Annette Lepenies (Hrsg.) Alt und Jung. Spannung und Solidarität zwischen den Generationen, Frankfurt: Campus: 161-184.

Lenz, Karl; Nestmann, Frank (2009) Handbuch Persönliche Beziehungen, Weinheim: Juventa.

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.

Messeri, Peter; Silverstein, Merril; Litwak, Eugene. (1993) Choosing optimal support groups: A review and reformulation, Journal of Health and Social Behavior, 34: 122-137.

Métrailler, Michèle (2018) Paarbeziehungen bei der Pensionierung. Partnerschaftliche Aushandlungsprozesse der nachberuflichen Lebensphase, Wiesbaden: Springer VS.

Otto, Ulrich; Leu, Agnes; Bischofberger, Iren, et al. (2019) Bedürfnisse und Bedarf von betreuenden Angehörigen nach Unterstützung und Entlastung – eine Bevölkerungsbefragung. Schlussbericht des Forschungsprojets G01a des Förderprogramms Entlastungsangebote für betreuende Angehörige 2017-2020, Bern: Bundesamt für Gesundheit.

Pahud, Olivier (2021) Erfahrungen der Wohnbevölkerung ab 65 Jahren mit dem Gesundheitssystem – Situation in der Schweiz und im internationalen Vergleich. Analyse des International Health

Policy (IHP) Survey 2021 der amerikanischen Stiftung Commonwealth Fund (CWF) im Auftrag des Bundessamtes für Gesundheit (BAG), Obsan-Bericht 07/2021, Neuchâtel

Perrig-Chiello, Pasqualina; Höpflinger, François; Suter, Christian (2008) Generationen – Strukturen und Beziehungen. Generationenbericht Schweiz, Zürich: Seismo.

Perrig-Chiello, Pasqualina; Höpflinger, François (Hrsg.) (2012) Pflegende Angehörige älterer Menschen. Probleme, Bedürfnisse, Ressourcen und Zusammenarbeit mit der ambulanten Pflege, Bern: Huber-Verlag.

Perrig-Chiello, Pasqualina; Margelisch, Katja (2015a) Verwitwung im Alter – im Längsschnitt (2012-2014), Forschungsdossier NCCR Lives IP12 Vulnerability and Growth (https://doi.org/10.7893/boris.67003).

Perrig-Chiello, Pasqualina, Margelisch, Katia (2022) Langjährig verheiratete Frauen und Männer – ein psychosoziales Portrait, Forschungsdossier Lives, Bern: Universität Bern. (https://doi.org/10.7892/boris.53373)

Perrig-Chiello, Pasqualina; Spahni, Stefanie; Höpflinger, François; Carr, Deborah (2015)b Cohort and Gender Differences in Psychosocial Adjustment to Later-Life Widowhood, Journals of Gerontology, Series B: Psychological Sciences and Social Sciences, doi:10.1093/geronb/gbv004.

Peter, Claudio; Tuch, Alexandre; Schuler, Daniela (2023). Psychische Gesundheit – Erhebung Herbst 2022. Wie geht es der Bevölkerung in der Schweiz? Sucht sie sich bei psychischen Problemen Hilfe? (Obsan Bericht 03/2023). Neuchâtel: Schweizerisches Gesundheitsobservatorium.

Ronny König, Bettina Isengard, Klaus Haberkern, Christoph Zangger, Tamara Bosshardt, Marc Szydlik (2023) Relations with Parents: Questions and Results, Zürich: Seismo-Verlag.

Samochowiec, Jakub; Bauer, Johannes C. (2023) In guter Gesellschaft. Die grosse Schweizer Freundschaftsstudie, Rüschlikon: Gottlieb Duttweiler Institut.

Schmitt, Eric (2004) Altersbild – Begriff, Befunde und politische Implikationen, in: Andreas Kruse, Mike Martin (Hrsg.) Enzyklopädie der Gerontologie, Bern: Huber: 135-147.

Schwartz, Ella; Litwin, Howard (2017) Are newly added and lost confidants in later life related to subsequent mental health?, International Psychogeriatics 29/12: 2047-2057.

Seifert, Alexander (2016) Das Wohnquartier als Ressource im Alter. Nachbarschaftskontakte, Nachbarschaftshilfe und die Verbundenheit mit dem Wohnumfeld, Soziale Arbeit. Zeitschrift für soziale und sozialverwandte Gebiete, Jg. 65: 42-49.

Stiehler, Steve (2009) Freundschaften unter Erwachsenen, in: Karl Lenz, Frank Nestmann (Hrsg.) Handbuch Persönliche Beziehungen, Weinheim: Juventa: 383-401.

Stocker, Désirée; Jäggi, Jolanda et al. (2020) Der Einfluss der Covid-19-Pandemie auf die psychische Gesundheit der Schweizer Bevölkerung und der psychiatrisch-psychotherapeutischen Versorgung in der Schweiz. Erster Teilbericht 2. Nov. 2020 Bern: Bundesamt für Gesundheit.

Szydlik, Marc (2016) Sharing Lives. Adult Children and Parents, London: Routledge.

Szydlik, Marc (Hrsg.) (2023) Generationen zwischen Konflikt und Zusammenhalt, Zürich: Seismo-Verlag.

Tesch-Römer, Clemens (2010) Soziale Beziehungen alter Menschen, Stuttgart: Kohlhammer.

Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (2021) Covid-19 Social Monitor (www.zhaw.ch/de/sml/institute-zentren/wig/projekte/covid-19-social-monitor) Stand 23. Januar 2021)

Letzte Aktualisierung: 1. Juni 2025