

François Höpflinger (www.hoepflinger.com)

Wandel des Alters – neues Alter für neue Generationen

Die zweite Lebenshälfte – dreifache Wandlungsprozesse

Die späteren Lebensphasen (50plus) unterliegen einem dreifachen Wandlungsprozess. Erstens ergibt sich eine rasche demografische Alterung der Bevölkerung. Zweitens kommen neue Generationen mit anderen Lebenshintergründen ins Alter, und drittens – damit verbunden – zeigen sich neue Modelle und Formen des Alterns. Alle drei Wandlungsprozesse beeinflussen sich gegenseitig, und nur der Einbezug aller Wandlungsprozesse ermöglicht ein differenziertes Verständnis neuer Entwicklungen der zweiten Lebenshälfte. Speziell die Kombination des Alterns sozial und kulturell mobiler Generationen und Modellen aktiven und kompetenzorientierten Alterns führen zu einer verstärkten Dynamik der späteren Lebensphase, die historisch neu ist.

a) Demografischer Wandel und Trend zu Langlebigkeit: Wie andere europäische Länder erfährt auch die Schweiz einen Prozess doppelter demografischer Alterung: Die Altersstruktur der Bevölkerung verschiebt sich nach oben, und der Anteil an jüngeren Menschen sinkt, primär aufgrund eines seit Jahrzehnten tiefen Geburtenniveaus. Jugend wird zur demografischen Minderheit, wogegen Zahl und Anteil älterer Menschen deutlich ansteigen. Ein entscheidender Einflussfaktor der unmittelbaren demografischen Zukunft der Schweiz ist das Altern der geburtenstarken Jahrgänge (Baby-Boom-Generationen), die selbst wenige Kinder zur Welt brachten. Erst mit dem Absterben dieser Jahrgänge wird die demografische Alterung der Bevölkerung wieder rückläufig sein (wenn auch auf einem hohen Niveau). Seit den 1970er Jahren wird die demografische Alterung zudem durch einen Alterungsprozess von oben her verstärkt, ausgelöst durch einen markanten – und lange Zeit unterschätzten - Anstieg der Lebenserwartung der älteren Bevölkerung. In diesem Rahmen steigen namentlich Zahl und Anteil hochaltriger Frauen und Männer rasch an.

Zwar war es auch in früheren Epochen möglich, dass Menschen ein hohes und sehr hohes Alter erreichten. Aber erst im späteren 20. Jahrhundert wurde hohes Alter zur erwartbaren Norm für eine Mehrheit der Bevölkerung. Die dramatischen Verschiebungen werden am besten verdeutlicht, wenn man die Überlebensordnung verschiedener Geburtsjahrgänge vergleicht: Während von den 1880 geborenen Männern erst ein Drittel seinen 70. Geburtstag feiern konnte, sind es bei den 1930 geborenen Männern bereits zwei Drittel. Und von den 1940 geborenen Männern kann rund die Hälfte erwarten, den 80. Geburtstag zu erreichen. Da Frauen meist länger leben als Männer, ergeben sich hier noch höhere Zahlen, und zwei Drittel der 1930 geborenen Frauen können damit rechnen, den 80. Geburtstag zu feiern.

Die Gründe für die geschlechtsspezifischen Unterschiede sind vielfältig, sie reichen von hormonalen Faktoren bis hin zu unterschiedlichem Risiko- und Gesundheitsverhalten (Frauen vermeiden häufiger risikoreiche Aktivitäten, und sie betreiben eine bessere Gesundheitsvorsorge usw.). Die geschlechtsspezifischen Unterschiede in der Lebenserwartung führen zu einer klaren 'Feminisierung des Alters'. Frauen sind von den Problemen und Herausforderungen des Alterns stärker betroffen als Männer. Diese Betroffenheit wird durch geschlechtsspezifisches Heiratsverhalten gestärkt: Da Frauen meist Männer ehelichen, die älter sind als sie selbst, sind es häufig Frauen, die sich um einen pflegebedürftigen Partner zu kümmern haben. Höhere Lebenserwartung und Heiratsverhalten führen auch dazu, dass Frauen häufiger eine Verwitwung erleiden als Männer. Dies führt im höheren Alter zu einem ausgeprägten Auseinanderfallen in der Lebensform betagter Männer und Frauen. So sind gegenwärtig rund 60% der 85-89-jährigen Männer verheiratet, gegenüber nur 18% der gleichaltrigen Frauen.

Zur Entwicklung der Lebenserwartung in der Schweiz

	Durchschnittliche Lebenserwartung:			
	Männer		Frauen	
	bei Geburt	im Alter von 65 J.	bei Geburt	im Alter von 65 J.
1876/1880	40.6	9.6	43.2	9.8
1889/1900	45.7	9.9	48.5	10.1
1920/1921	54.5	10.4	57.5	11.2
1939/1944	62.7	11.6	67.0	13.1
1958/1963	68.7	12.9	74.1	15.2
1978/1983	72.4	14.4	79.1	18.3
2006/07	79.4	18.3	84.2	21.8
2015*	79.0	17.4	84.4	21.5
2030*	80.3	17.9	85.6	22.2
2060*	82.5	18.9	87.5	23.1
2060**	85.5	20.9	90.0	25.2

*gemäss Szenario 'Trend' (A-00-2000), **gemäss Szenario 'Positive Dynamik' (B-00-2000)

Im übrigen hat sich in der Schweiz nicht allein die Lebenserwartung, sondern auch die 'behinderungsfreie Lebenserwartung' ausgedehnt. Die zusätzlichen Lebensjahre sind vielfach auch gewonnene gesunde Lebensjahre. 65-jährige Männer und Frauen in der Schweiz können heute damit rechnen, mehr als drei Viertel der ihnen verbleibenden Lebensjahre ohne massive Behinderungen zu erleben. Damit gehört die Schweiz zu den Ländern, in denen Menschen nicht nur lange leben, sondern auch relativ lange gesund bleiben. Ein zentraler Pfeiler dieser Entwicklung ist eine gut ausgebaute und qualitativ hoch stehende Alters- und Gesundheitsvorsorge.

Subjektive Gesundheit 1992 und 2007

	% - die ihre Gesundheit als gut bis sehr gut einstufen			
	Männer		Frauen	
	65-74 J.	75+	65-74 J.	75+
1992/93	76%	72%	70%	63%
2007	80%	68%	75%	63%

Schweiz. Gesundheitsbefragung 2007 (gewichtete Stichprobe)

b) Generationenwandel und Kohorteneffekte: Menschen aus verschiedenen Geburtsjahrgängen erfahren ein unterschiedliches Generationenschicksal, und zwar bezüglich allen Lebensphasen (Kindheit, Jugend, jüngeres und späteres Erwachsenenalter sowie Rentenalter). Entsprechend weisen neuere Generationen älterer Menschen andere Lebens- oder Wohnvorstellungen auf als frühere Generationen, da diese Generationen während ihrer Jugendjahre und ihrem Erwachsenenalter andere gesellschaftliche Rahmenbedingungen vorfanden als ihre Eltern. Die ersten Nachkriegsgenerationen (Baby-Boomers) wuchsen in einer einmaligen westeuropäischen Friedens-

und Wohlstandsperiode auf. Entsprechend erwähnen nur 22% der 1950-59 Geborenen, eine harte Jugend erlebt zu haben, im Vergleich zu gut 40% der zwischen 1920 und 1935 geborenen Personen. Die 'Baby-Boom-Generation' ist zudem eine Generation, die ausserordentlich stark von einer globalisierten Jugendkultur geprägt wurde. Sie waren zur Zeit ihrer Jugend und ihres jungen Erwachsenenalters aber auch mit der raschen Auflösung traditioneller kultureller Werte konfrontiert, etwa bezüglich Sexualität, Heirat, Familiengründung und Ehescheidung. Gleichzeitig profitierte diese Generation von einer starken Expansion des Bildungssystems, wodurch Männer und Frauen dieser Generation weitaus häufiger eine höhere Fachausbildung oder ein universitäres Studium absolvieren konnten als ihre Eltern oder Grosseltern. Besser ausgebildete Generationen weisen nicht nur mehr Karrierechancen auf, sondern sie sind eher besser in der Lage, raschen gesellschaftlichen und technologischen Wandel aktiv zu bewältigen.

Entsprechend treten mit dem Älterwerden der ersten Nachkriegsgenerationen - die in ihren jungen Jahren von einer globalen Jugend- und Musikbewegung beeinflusst wurden - auch in der zweiten Lebenshälfte neue und aktivere Verhaltensweisen auf. Namentlich die Frauen der ersten Nachkriegsgeneration sind deutlich selbstbewusster und eigenständiger als etwa ihre Mütter. Da körperlich harte Arbeit - in Landwirtschaft oder Industrie - seltener wurde, leiden deutlich weniger Frauen und Männer dieser Generation im höheren Lebensalter an vorzeitigen körperlichen Abbauerscheinungen. Die Baby-Boomers erreichen das Rentenalter vielfach in besserer Gesundheit als ihre Eltern. Jüngere Generationen sind auch stärker als frühere Generationen daran gewohnt, in einer mobilen und ständig sich ändernden globalen Gesellschaft zu leben, wodurch sie häufig auch im späteren Lebensalter innovativ und lernbereit verbleiben. So lehnten 2006 nur 19% der 1950-55 Geborenen die Internet-Nutzung ab, im Gegensatz zu gut 68% der 1930-36 Geborenen.

Der deutliche – und lange Zeit unterschätzte – Generationenwandel des Alters hat zwei bedeutsame Konsequenzen. Erstens sagen Feststellungen, die über heutige ältere Menschen gemacht werden, wenig über die zukünftige Gestaltung des Alters aus. Entsprechend sind lineare Zukunftsszenarien zum Alter sozialplanerisch wenig sinnvoll. Zweitens wissen jüngere Generationen, dass sie in mancherlei Hinsicht anders alt werden (müssen) als ihre Elterngeneration. Umgekehrt erleben ältere Generationen, dass ihre Erfahrungen für nachkommende Generationen nicht mehr bestimmend sein können.

c) Verstärkte Dynamik der zweiten Lebenshälfte – durch neue Modelle des Alterns: Der angeführte Generationenwandel wird durch die Tatsache wesentlich verstärkt, dass auch spätere Lebensphasen (späte Familien- und Berufsphasen und nachberufliche Lebensphase) einem ausgeprägten gesellschaftlichen Wandel unterliegen; sei es, weil späte Berufsphase und Rentenalter neu organisiert und gestaltet werden, oder sei es, weil gerontologische und geriatrische Forschungsergebnisse neue Möglichkeiten zur aktiven Gestaltung des Alters aufzeigen. Die zuerst bei jungen Erwachsenen festgestellten Prozesse von Individualisierung, Pluralisierung und Dynamisierung der Lebensvorstellungen und Lebensverläufe berühren und beeinflussen immer mehr auch mittlere und spätere Lebensphasen. Ausdruck davon sind etwa zunehmende Scheidungsraten bei langjährigen Paaren, eine steigende Zahl über 45-jähriger Berufswechsler, eine verstärkte räumliche Mobilität 50-jähriger und älterer Personen oder sogar über 65-jähriger Menschen (Altersmigration) sowie eine pluralistische Gestaltung des nachberuflichen Lebensabschnitts. Auch wenn in der zweiten Lebenshälfte - und oft auch im Übergang in die nachberufliche Lebensphase - vielfach Kontinuität vorherrscht, führen dennoch neue Modelle aktiven und kreativen Alterns zu einer zunehmend bedeutsamen Neugestaltung später Lebensphasen. Der Lebensstil namentlich 65- bis 74-jähriger Menschen, teilweise aber auch über 75-jähriger Menschen, hat sich vor allem seit den 1980er Jahren eindeutig in Richtung einer mehr aktiven Lebensgestaltung. Soziale Verhaltensweisen – wie Sport, Sexualität, Lernen usw. – die früher nur jüngeren Erwachsenen zugetraut wurden, werden immer mehr als zentrale Voraussetzungen eines erfolgreichen Alterns definiert, und auch das Konsum- und Verkehrsverhalten älterer Menschen unterscheidet sich immer weniger vom Verhalten jüngerer Erwachsener.

So können gemäss Ergebnissen des Mikrozensus 2005 zum Verkehrsverhalten über 80% der 65-79-Jährigen als verkehrsmässig mobil eingestuft werden. Der rasche gesellschaftliche Wandel von Technologien, Wirtschaftsverhältnissen und Sozialstrukturen zwingt auch ältere Menschen zu einer permanenten Auseinandersetzung mit modernen Lebens- und Kommunikationsformen. Der Wertewandel erfasst daher immer stärker auch ältere Menschen, und ‚Alt und innovativ‘ wird zum neuen Lebensprogramm auch für spätere Lebensphasen.

Die neuen Modelle aktiven Alterns haben allerdings nicht dazu beigetragen, dass traditionelle Defizit-Vorstellungen zum Alter verschwanden, sondern zu beobachten ist eher, dass sich Menschen länger als jugendlich und später als alt einschätzen. Festzustellen ist somit nicht eine erhöhte Akzeptanz des Alters, sondern eher eine Veränderung der Verhaltensweise älterer Menschen. So gehört es heute mit zur Norm, sich auch im Rentenalter modisch zu kleiden, und der Anteil 50-80-jähriger Menschen, die sich nach eigenen Angaben unauffällig kleiden, sank gemäss einer Marktstudie zwischen 1991 und 2000 von 63% auf 49%. Entsprechend werden Frauen und Männer heute später zur älteren Bevölkerung gezählt. In einer 1995 durchgeführten Befragung waren noch 64% der Befragten der Ansicht, eine Frau sei schon vor dem 70. Altersjahr ‚alt‘, und nur 25% der Ansicht, das Alter beginne später. 2004 waren es schon 58%, welche die Einstufung ‚alt‘ erst ab dem 70. Lebensjahr vornahmen. In der Wahrnehmung der Bevölkerung beginnt das Alter somit später, und tatsächlich zeigt sich eine deutliche sozio-kulturelle Verjüngung neuer Rentnergenerationen (was die Gleichsetzung von demografischer Alterung und gesellschaftlicher Überalterung in Frage stellt).

Der Struktur- und Generationenwandel des Alters weist gesellschaftspolitisch drei grundlegende Konsequenzen auf:

Erstens sagen Feststellungen, die über heutige ältere und betagte Menschen gemacht werden, wenig über die zukünftige Gestaltung des Alters aus. Entsprechend sind lineare Zukunftsszenarien zum Alter sozialplanerisch wenig sinnvoll. Vor allem die Kombination des Alterns sozial und kulturell mobiler Generationen mit neuen Modelle aktiven und kompetenzorientierten Alterns führt zu einer verstärkten Dynamik der späteren Lebensphase, die historisch neu ist. Dies führt auch zu deutlichen Veränderungen religiös-kirchlicher Orientierungen bei älteren Menschen.

Zweitens kommt es zwar zu einer demografischen Alterung der Bevölkerung, durch tiefe Geburtenraten einerseits (demografische Alterung von unten) und erhöhte Lebenserwartung älterer Frauen und Männer andererseits (demografische Alterung von oben). Aber dieser demografischen Alterung entspricht keine gesellschaftliche Alterung, sondern im Gegenteil – dank Ausdehnung eines jugendnahen Erwachsenenalters und aktiver Lebensgestaltung auch in der nachberuflichen Lebensphase – ergibt sich soziologisch gesehen eher eine sozio-kulturelle Verjüngung der Gesellschaft. In diesem Rahmen wird es fragwürdiger, das Alter 65 zur Definition der ‚Altersbevölkerung‘ zu benützen, und auch Angebote zugunsten alter Menschen (wie Altersnachmittage usw.) sprechen immer häufiger erst hochaltrige Menschen an, wenn überhaupt.

Drittens wissen jüngere Generationen, dass sie in mancherlei Hinsicht anders Alt werden (müssen) als ihre Elterngeneration. Umgekehrt wissen ältere Generationen, dass ihre Erfahrungen für nachkommende Generationen nicht mehr bestimmend sein können. Dies wirkt sich auf die intergenerationellen Beziehungen zwischen erwachsenen Kindern und alternden Eltern aus, indem das Altern der eigenen Eltern für die nachkommende Generation zwar ein Prozess ist, der oft direkte Betroffenheit auslöst, gleichzeitig aber auch den Wunsch, anders alt zu werden.

Lebensphasen im späteren Leben

Da das kalendarische Alter als Kriterium zur Einteilung und Analyse älterer Menschen immer problematischer wird, bemüht sich die gerontologische Forschung vermehrt um eine lebenslaufbezogene Betrachtung. Das Konzept des Lebenslaufs wird heute nicht nur aus entwicklungspsychologischer Sicht bedeutsam, sondern es wird verstärkt auch von Soziologen verwendet, da

moderne Gesellschaften bedeutsame Elemente des Lebenslaufs institutionalisiert haben. Die Ausweitung der nachberuflichen Phase durch vorzeitige Pensionierungen einerseits und durch eine verlängerte Lebenserwartung andererseits hat allerdings dazu geführt, dass die Einteilung in Erwerbstätige und Rentner zu grob geworden ist. Neben der Stellung im Arbeitsmarkt wird deshalb als zweiter wichtiger Aspekt der funktionale Gesundheitsstatus einbezogen. Dies führt zur Klassifikation von vier Phasen im Lebenslauf älterer Erwachsener:

1. Phase 'Letzte Berufsphase und nahende Pensionierung' (Seniorenalter 50+): Zwar sind die Personen in dieser Lebensphase noch erwerbstätig, aber der Übergang in die nachberufliche Phase zeichnet sich ab. Das Alter, in dem die Erwerbstätigkeit endet, kann variieren. Einerseits führen Frühpensionierungen dazu, dass zunehmend mehr Arbeitnehmer schon vor Erreichen des offiziellen AHV-Alters aus dem Erwerbsleben austreten oder ausgeschlossen werden. Andererseits bleiben Männer und Frauen unter Umständen auch nach Erreichen des AHV-Alters weiter erwerbstätig. Noch vor dem AHV-Alter erfolgt häufig auch der Auszug der Kinder, die Geburt erster Enkelkinder, aber auch die Konfrontation mit dem Altwerden, der Pflegebedürftigkeit und dem Sterben der eigenen Eltern.
2. Phase 'Gesundes Rentenalter': Diese Lebensphase ist einerseits durch eine Freisetzung von der Erwerbsarbeit, andererseits durch eine hohe soziale und persönliche Autonomie gekennzeichnet. Relativ gute Gesundheit und hohe soziale Kompetenzen erlauben es, das Rentenalter nach eigenen Bedürfnissen zu gestalten und zu geniessen. Gesundheitliche Probleme und Einschränkungen sind in dieser Phase kaum gegeben. Diese Phase später Freiheit dauert allerdings unterschiedlich lang, und die Dauer des sogenannten dritten Lebensalters ist beispielsweise von den vorhandenen finanziellen und psychischen Ressourcen sowie den körperlichen Belastungen in früheren Lebensphasen abhängig. Allerdings ist das gesunde Rentenalter gesellschaftlich weitgehend unbestimmt und konturlos.
3. Phase 'Fragiles Rentenalter': Diese Lebensphase ist dadurch gekennzeichnet, dass Behinderungen und Einschränkungen zwar ein eigenständiges Leben nicht verunmöglichen, es jedoch erschweren. Funktionale Einschränkungen - wie Gehschwierigkeiten, Hörprobleme usw. - zwingen zu Anpassungen der Aktivitäten (z.B. vermehrte Häuslichkeit, Verzicht auf anstrengende Reisen und Hobbys usw.). Vielfach sind Personen in dieser Phase in einigen Tätigkeiten des Alltags auf externe Hilfe angewiesen (z.B. beim Einkaufen). In dieser Lebensphase müssen - oft bei noch hohen geistigen Fähigkeiten - die Grenzen und Einschränkungen des menschlichen Körpers akzeptiert und bewältigt werden. Es zeigt sich, dass in dieser Lebensphase das psychische Wohlbefinden stark durch die 'mentale Kraft' bestimmt wird. Es ist im fragilen Rentenalter, wo hindernisfreie Wohnungen, aber auch Erleichterungen in der Wohnumgebung - wie rutschfeste Spazierwege oder nahe gelegene Einkaufsmöglichkeiten usw. - besonders zentral werden.
4. Phase 'Alter mit Pflegebedürftigkeit': Diese Lebensphase ist durch gesundheitlich bedingte Abhängigkeit und Pflegebedürftigkeit charakterisiert. In dieser Phase treten häufig auch kognitive Einschränkungen oder gar demenzielle Erkrankungen hinzu. Selbständiges Leben ist kaum mehr möglich, und die Menschen dieser Lebensphase sind selbst bei einfachen Alltagsaktivitäten auf Hilfe anderer Menschen angewiesen. Es ist diese Lebensphase, welche meist angesprochen wird, wenn negative Stichworte zum 'Alter' angeführt werden. Trotzdem ist nicht zu verkennen, dass das Risiko von Pflegebedürftigkeit primär nach dem 80. Altersjahr rasch ansteigt. So sind gut ein Drittel (33-35%) der 85-jährigen und älteren Menschen klar pflegebedürftig.

Die Ausdifferenzierung des Alters führt längerfristig zur Entwicklung von zwei unterschiedlichen Alterskulturen; zwei Alterskulturen mit jeweils völlig anderen Schwerpunkten:

Alterskultur für gesunde Altersrentner und -rentnerinnen: Für aktive, kompetente und gesunde Frauen und Männer in der nachberuflichen Phase sind Teilnahme und Aktivität die Grundlage für ein sinnhaftes und würdiges Leben. Zu einer positiven Alterskultur in dieser Lebensphase gehören

auch vielfältige Kontakte mit anderen Generationen, wie aber auch die Pflicht, sich für andere Generationen einzusetzen. Gleichzeitig sind wir bei dieser Gruppe von Menschen eigentlich in der glücklichen Lage, dass wir auf immer mehr fachliche und soziale Kompetenzen zählen können. Die heutige Lage vieler AHV-Rentner bedeutet eigentlich eine enorme Ausweitung menschlicher Ressourcen und Kräfte.

Im Zentrum einer positiven Seniorenpolitik stehen – neben der wirtschaftlichen Existenzabsicherung – Aspekte von Teilnahme, Engagement und aktiver Solidarität. Eine Seniorenpolitik integriert die älteren Menschen in die Gemeinde ein – etwa durch Seniorenbeiräte usw., sie versucht aber auch die vorhandenen Kompetenzen älterer Menschen kommunal einzubeziehen und zu nützen, sei es in Projekten wie ‚Senioren helfen Hochaltrigen‘, oder ‚Senioren helfen Jungen‘. Viele entsprechende Projekte bestehen bereits (Generationen im Klassenzimmer, Adlatus, Senexpert, Transport- und Besuchsdienste von gesunden älteren Menschen zugunsten hochaltriger Menschen). Eine positive und aktive Seniorenpolitik kann eine zentrale Säule des kommunalen Generationenvertrags werden, indem die Kompetenzen älterer Menschen etwa auch zugunsten der nachkommenden Generationen genützt werden kann. Gleichzeitig hilft sie der sozialen Integration in der nachberuflichen Lebensphase.

Alterskultur für fragile und pflegebedürftige alte Menschen: Für die Minderheit fragiler und pflegebedürftiger alter Menschen - heute zumeist hochaltrige Frauen und Männer - ist eine andere Alterskultur notwendig: Wichtig sind hier Solidarität und Unterstützung, aber auch Rücksichtnahme auf ihre persönlichen Lebenserfahrungen. Wichtig ist in diesem Fall aber auch die Anerkennung der Endlichkeit und der Einschränkungen menschlichen Lebens.

Es ist in diesem Altersbereich, wo unweigerlich ethische Dilemmas zutage treten, etwa zwischen Sicherheit versus Autonomie, zwischen medizinischen Interventionen und einem würdevollen Sterben. Zentral ist bei dieser zweiten Alterskultur eine Abkehr von den üblichen Leistungsbegriffen unserer Gesellschaft, und die Akzeptanz der Grenzen des Machbaren.

Im Zentrum einer Hochaltrigkeitspolitik – zugunsten fragiler und pflegebedürftiger alter Menschen – Unterstützung und Solidarität, aber auch Hilfestellung bei der Erhalt der Selbständigkeit im hohen Alter. Transportdienste, Einkaufshilfe, aber auch Wohnanpassungen und ambulante Pflegedienste können auch im hohen Alter (und bei eingegrenzter Gesundheit) zur Selbständigkeit beitragen. Zentral ist aber auch die Unterstützung pflegender Angehöriger sowie eine gute Versorgungsstruktur bei gesundheitlichen Einschränkungen – wie betreutes Wohnformen – oder bei Pflegebedürftigkeit (wie den Bedürfnissen alter Menschen angepasste Heimstrukturen usw.).

Zum Wandel der Lebensformen im Alter

Im Gegensatz zum Vorurteil vieler Angehöriger jüngerer Generationen ist das Leben im Alters- und Pflegeheim selbst bei betagten Menschen die Ausnahme. So wohnen nur rund 4% aller 65-79-jährigen Personen und 20% der 80-jährigen und älteren Menschen in einem Kollektivhaushalt. Selbst von den 80-jährigen und älteren Menschen ist in der Schweiz somit weniger als ein Viertel in einem Heim oder einem Spital untergebracht. Die überwiegende Mehrheit der älteren Menschen und selbst der Hochbetagten lebt weiterhin in normalen privaten Haushaltungen.

Verteilung der älteren Bevölkerung insgesamt nach Haushaltsgrösse 2008

	Altersgruppe		
	60-69 J.	70-79 J.	80+ J.
Privat: Alleinlebend	24%	33%	43%
Privat: Paarhaushalt	67%	61%	36%
Privat: Drei und mehr Personen	8%	3%	2%
Kollektiv: Alters- und Pflegeeinrichtungen	1%	3%	19%

Wohnumfrage 2008 der Age Stiftung, (N: 1247), vgl. Höpflinger 2009

Ein auffallendes Merkmal der Haushaltssituation zuhause lebender älterer Menschen von heute ist allerdings die klare Konzentration auf Kleinhaushalte mit ein bis zwei Personen. Der überwiegende Teil der AHV-Rentner lebt entweder allein oder zu zweit. Mit steigendem Alter nimmt der Anteil der alleinlebenden Menschen zu, vor allem bei den Frauen.

Während den letzten drei Jahrzehnten lassen sich bezüglich der Lebensform älterer und betagter Menschen vier bedeutsame Entwicklungen festhalten:

Erstens hat sich der Anteil älterer Männer und Frauen klar erhöht, welche in einem Ein-Personen-Haushalt wohnen. Dies hat mit einer verbesserten wirtschaftlichen und sozialen Selbständigkeit sowie einer verstärkten Individualisierung älterer Menschen zu tun. Der Trend zu Ein-Personen-Haushalten ist somit nicht von vornherein negativ zu bewerten, da das Leben im Einpersonenhaushalt den grossen Vorteil aufweist, privaten Freiraum und soziale Beziehungen individuell kombinieren zu können. Eine negative Bewertung dieser Entwicklung ergibt sich nur, wenn das Wohnen in einem Ein-Personenhaushalt von vornherein mit Alleinleben und sozialer Isolation gleichgesetzt wird. Faktisch hat jedoch die grosse Mehrheit älterer Menschen in Ein-Personen-Haushaltungen durchaus gute Kontakte zu Angehörigen, Freunden oder Nachbarn.

Zweitens hat sich der Anteil älterer Männer und Frauen erhöht, welche in einem Paarhaushalt leben. Darin widerspiegelt sich einerseits die hohe Ehefreudigkeit dieser Generationen. Andererseits trägt - wie erwähnt - die höhere Lebenserwartung dazu bei, dass gemeinsames Zusammenleben heute länger dauert als früher.

Drittens hat sich der Anteil älterer Frauen und Männer weiter reduziert, welche mit bzw. bei einem ihrer Kinder wohnen. Gesamtschweizerisch sank der Anteil der 65-jährigen und älteren Menschen, welche mit Kindern zusammenwohnen, zwischen 1960 und 2000 von 27% auf unter 10%. Selbst in ländlichen Regionen ist das Zusammenleben von älterer Menschen und ihren Kindern seltener geworden. Diese Entwicklung hat weniger mit einer abnehmenden Bereitschaft von Kindern zu tun, ihre Eltern bei sich aufzunehmen, als damit, dass heute auch die älteren Menschen ihre persönliche Selbständigkeit hoch bewerten. Entsprechende Studien deuten darauf hin, dass 'Intimität auf Distanz' zwischen Angehörigen die Norm ist. Im Gegensatz zu manchen Alltagsvorstellungen haben sich die Kontakte zwischen den Generationen (Grosseltern-Eltern-Kinder) in den letzten Jahrzehnten eher verstärkt als aufgelöst.

Viertens zeigt sich ein deutlicher Rückgang in Zahl und Anteil sogenannter 'komplexer Haushaltsformen'. Das Zusammenleben mit anderen verwandten Personen (z.B. Geschwister) sowie mit nicht-verwandten Personen ist selten geworden. Das gleiche gilt auch für Mehr-Generationen-Haushalte. Darin widerspiegeln sich wiederum Prozesse der Individualisierung und verstärkten Autonomie älterer und betagter Menschen. Entsprechend der hohen Wertschätzung der individuellen Privatsphäre sind auch Alterswohngemeinschaften selten geblieben. Gesamtschweizerisch sind nur 2% aller Rentnerhaushalte Alterswohngemeinschaften im Sinne des Zusammenlebens nicht-verwandter Personen.

Fünftens hat sich das Alter beim Eintritt in eine Alters- und Pflegeeinrichtung erhöht, und es fand klar ein Wandel von Altersheimen zu Pflegeheimen statt. Im hohen Alter ist und bleibt jedoch ein Wechsel in eine sozio-medizinische Einrichtung häufig.

Häufige Tätigkeiten nach der Pensionierung

Die nachberuflichen Aktivitäten variieren, und je nach individuellen Bedürfnissen, bisherigem Lebensstil, aber auch in Abhängigkeit von Gesundheit und Wohnform, steht mehr ein geruhames oder mehr ein aktives (oder gar hyperaktives) Rentenalter im Vordergrund. ‚Aktiv sein‘, auch im Alter, wird generell empfohlen, aber zentral für die Lebenszufriedenheit im Rentenalter ist, ob das Aktivitätsniveau den eigenen Bedürfnissen und dem eigenen Lebensrhythmus entspricht: Eher passive Menschen sind auch im Rentenalter bei eher passiver Lebensführung zufriedener, wogegen früher aktive Frauen und Männer auch im Alter gezielt aktiv sein wollen.

Der Umgang mit der Pensionierung variiert entsprechend stark, wobei sich – vereinfacht betrachtet – folgende vier Gestaltungsmodelle des nachberuflichen Lebens ergeben:

a) Gestaltungsmodell ‚Weitermachen‘: Die bisherigen beruflichen sowie ausserberuflichen Aktivitäten werden mehr oder weniger unverändert auch im AHV-Alter weiter geführt. Die Pensionierung führt zu wenig Veränderungen und der Übergang ins AHV-Alter wird wenig thematisiert. Dies sind oft Menschen, die schon früher selbständig tätig waren oder die dank hohem sozialen Status auch im AHV-Alter nachgefragt sind (etwa als Beraterinnen, als Verbandspräsidenten, Stiftungsräten, Sportfunktionäre, Künstlerinnen, emeritierte Professoren usw.). Lebenskrisen entstehen bei diesem Modell allerdings, wenn plötzlich gesundheitliche Einschränkungen ein weitermachen verunmöglichen, oder wenn sie – gegen ihren Willen – von jüngeren Menschen verdrängt werden.

b) Gestaltungsmodell ‚nachberufliches Engagement‘: Sozial oder politisch stark engagierte Frauen und Männer setzen ihre Kompetenzen und ihr fachliches Wissen oft auch nach der Pensionierung für soziale Aufgaben ein, sei es durch ein starkes Engagement in der Nachbarschaft, bei sozialer Freiwilligenarbeit oder zusammen mit anderen Pensionierten in Seniorenorganisationen usw. Diese Menschen benützen die freie Zeit nach der Pensionierung teilweise gezielt, um neue soziale Aufgaben und Engagements einzugehen. Probleme können sich hier ergeben, wenn sie als freiwillig Tätige nicht ernst genommen werden, oder man ihnen Aufgaben zuweist, die sie unterfordern. Die engagierten älteren Frauen und Männer sind wertvolle Freiwillige, aber sie wünschen anspruchsvolle und selbstbestimmte Aufgaben. Probleme bei dieser Gruppe der Engagierten ergeben sich höchstens im hohen Alter, wenn aus gesundheitlichen Gründen ein starkes soziales Engagement schwieriger wird.

c) Gestaltungsmodell ‚Befreiung‘: Die Zeit der Pensionierung wird als eigentliche Befreiung von der Arbeit (und einem Arbeitszwang) erlebt. Dieses Gestaltungsmodell findet sich am häufigsten bei Menschen, die froh sind, dass ihr Berufsleben zu Ende geht (sei es aufgrund körperlicher Beschwerden, sei es aufgrund einer abhanden gekommenen Berufsmotivation). Auch ältere Invalide oder Langzeitarbeitslose können die Pensionierung als ‚Befreiung‘ erleben, weil sie dadurch nicht mehr legitimieren müssen, weshalb sie nicht ‚arbeiten‘. Viele Menschen in diesem Modell geniessen einfach die neue Lebensphase, um sich in aller Ruhe ihren Hobbys, ihren Freunden und Freundinnen oder Enkelkindern zu widmen. Die Pensionierung wird eher als

entspannte Lebensphase mit individuell gewählten Aktivitäten erlebt. Die einen leben dabei eher geruhsam, zurückgezogen und häuslich, eventuell mit Haustieren, einem Garten sowie viel Fernsehkonsum. Andere wiederum geniessen eine selbstgewählte aktive Freizeit, und sie pflegen handwerkliche Hobbys, oder sie treffen sich mit ehemaligen Berufskollegen und unternehmen Wanderschaften. Bei Frauen dieser Gruppe steht primär eine gute Haushaltsführung (und die Betreuung des Ehemannes) im Zentrum, gekoppelt mit viel Kontakten zu Angehörigen und Freundinnen. Probleme können sich bei dieser Gruppe insofern ergeben, als ein geringes Aktivitätsniveau und geringe Alltagsanforderungen altersspezifische Abbauprozesse beschleunigen kann.

d) Gestaltungsmodell ‚Nachholen‘: Diese Frauen und Männer möchten das nachholen, was sie in und während ihrer Berufs- und Familienzeit nicht verwirklichen konnten, wie etwa grössere Auslandsreisen, sportliche Aktivitäten, Weiterbildung oder auch gezielte Persönlichkeitsentwicklung und Wellness. In einigen Fällen – so etwa bei Grossvätern – wird im engen Kontakt mit Enkelkindern an familialer Verantwortung nachgeholt, dass früher aus beruflichen Gründen bei den eigenen Kindern zu kurz kam. Die Pensionierung wird – zumindest teilweise – als Phase eines neuen Aufbruchs oder zumindest ‚kleiner Aufbrüche‘ gestaltet und erlebt. Probleme können sich hier vor allem ergeben, wenn wirtschaftliche Limiten ein Nachholen verhindern, oder wenn das geplante Nachholen (etwa viel Reisen) mit den Wünschen und Bedürfnissen der Ehepartnerin bzw. des Ehepartners in Konflikt geraten.

Diese vier Gestaltungsmodelle vereinfachen allerdings die Wirklichkeit sehr, da – gerade bei jüngeren Generationen von Pensionierten – zunehmend auch eine Kombination verschiedener Gestaltungsmodelle sichtbar wird (was sich bei der Baby-Boom-Generation noch verstärken dürfte). So möchten etwa Männer einige berufliche Tätigkeiten weiter führen, gleichzeitig aber auch bei den familialen und freundlichen Beziehungen nachholen, und gleichzeitig geniessen sie die Befreiung von Arbeitszwängen. Einige Frauen ihrerseits möchten – durch Weiterbildung – verpasste Bildungschancen nachholen, und gleichzeitig stehen sie etwa im Spannungsfeld neuer familialer Engagements (gegenüber Enkelkindern) und neuen Freiheiten nach einer strengen Familienzeit. Was Haushaltsarbeiten betrifft, möchten sie weiter machen, ohne vom pensionierten Ehemann ständig kontrolliert zu werden, usw.

Gerade neue Generationen älterer Frauen und Männer kombinieren heute diverse Gestaltungsmodelle in individualisierter Form. Beim Übergang in die Pensionierung sind heute bei vielen Menschen – und vor allem bei manchen Männern – allerdings zwei Sachverhalte zu beobachten:

Erstens wird oft mehr geplant als später realisiert. Vor der Pensionierung werden viele Pläne geschmiedet, die später nicht umgesetzt werden; sei es, dass andere Interessen wichtig werden; sei es, dass man sich zuerst einmal von der langjährigen Berufsarbeit erholen möchte. Auch die Tatsache, dass die Welt nicht auf ‚aktive Senioren‘ gewartet hat und dass man im Rentenalter wenig nachgefragt wird, kann entmutigen. Die erste Phase der Pensionierung ist oft eine Phase einer neuen Sinnfindung, und neue Aktivitäten müssen nach und nach entwickelt werden.

Zweitens erscheint es häufig – wenn auch nicht immer – sinnvoll, sich nach der Pensionierung einmal genügend Zeit zu geben, um eventuell zusammen mit der Lebenspartnerin bzw. dem Lebenspartner die ‚späte Freiheit‘ vorerst zu geniessen (auch im Sinne einer Erholungsphase bzw. einem Sabbatical nach anstrengenden Erwerbsjahren). Sich zu schnell und zu rasch wieder in neue Verpflichtungen hinein zu begeben, kann sich längerfristig negativ auswirken, etwa weil eine übergangslose nachberufliche Hektik die Anpassung an die neuen Herausforderungen des höheren Lebensalters verhindert und die Entwicklung neuer Chancen jenseits des Erwerbslebens behindert. Wichtig ist es, in der nachberuflichen Lebensphase seinen eigenen Rhythmus und seine eigene Alltagsstruktur zu entwickeln und zu finden.

Einige interessante Ergebnisse vermittelt eine im Juli bis September 2007 durchgeführte repräsentative Telefonbefragung bei 302 Erwerbstätigen und 298 Pensionierten aus der Schweiz.

Zuerst ist einmal interessant, dass Pensionierte ihr ‚alt sein‘ vorerst aufschieben. Erwerbstätige sehen 12 Jahre zwischen Pensionierung und dem ‚Alt sein‘, d.h. sie rechnen durchschnittlich mit 12 aktiven Rentenjahren. Für die befragten Pensionierten hingegen liegt die durchschnittliche Dauer zwischen der Pensionierung und dem eigentlichen ‚Alt sein‘ bei 22 Jahren (was heisst, dass heutige pensionierte Menschen das eigentliche Alt-sein‘ erst bei 85-87 Jahren ansetzen).

Geplante bzw. ausgeübte Beschäftigung nach der Pensionierung, Schweiz 2007		
Befragung 2007		
	302 Erwerbstätige	298 Pensionierte
Zeitdauer zwischen Pensionierung und Zeitpunkt, an dem man sich als ‚alt‘ betrachtet	12 Jahre	22 Jahre
	Nach Pensionierung:	
	geplant	ausgeübt
	Erwerbstätige	Pensionierte
Geplante/ausgeübte Beschäftigung:		
Reisen	50%	24%
Hobby, besondere Interessen	34%	27%
Fürsorge für Familie/Kinder/Enkel/PartnerIn	16%	21%
Freiwillige ehrenamtliche Mitarbeit	14%	15%
Kultur, Lesen	12%	20%
Gesellschaftliches Leben, Freunde treffen	11%	10%
Sport	30%	9%
Eigenes Wohlbefinden	8%	4%
Wandern/Bergwandern	8%	28%
Tagesreisen/Besuche	8%	14%
Gartenarbeit	7%	20%
Besuch der Familie	7%	7%
Interessensgruppen beitreten	6%	10%
Weiterarbeit nach Pensionierung (geplant/ausgeübt)	40%	18%
Zum Vergleich:		
Deutschland	36%	11%
Italien	31%	7%
Frankreich	31%	3%
USA	55%	19%
Quelle: AXA Retirement Scope 2008, Vgl. www.axa-winterthur.ch , www.retirement-scope.axa.com		

Ehrenamtliche Tätigkeiten und Freiwilligenarbeit nach der Pensionierung

Freiwilligenarbeit wird häufig unterschieden in formelle und informelle Tätigkeiten. Formelle Freiwilligenarbeit vollzieht sich innerhalb von Vereins- oder Organisationsstrukturen, etwa Aktivitäten in Sport- und Kulturvereinen, in Kirchen, in politischen, gewerkschaftlichen und sozial tätigen Organisationen. Nicht selten sind hier ehrenamtliche Aktivitäten. Bei der informellen Freiwilligenarbeit handelt es sich hingegen um freiwillige Tätigkeiten ausserhalb von Vereinsstrukturen, wie etwa spontane Nachbarschaftshilfe, das Hüten fremder Kinder oder unorganisierte Einkaufs- und Haushaltshilfe zugunsten hilfsbedürftiger Menschen usw.

In Zusammenhang mit nicht mehr erwerbstätigen älteren Menschen werden freiwillige und ehrenamtliche Arbeiten seit Jahren unter zwei Perspektiven diskutiert:

Gesunde ältere Pensionierte gelten erstens als gesellschaftlich zu nutzende soziale Ressource: Sie können und sollen einen wesentlichen Beitrag zur Bearbeitung ansonsten vernachlässigter oder von

der Versorgung her prekärer gesellschaftlicher Aufgabenbereiche leisten. Dazu gehört auch die Kompensation unzureichender Betreuungsmöglichkeiten kranker, hilfe- und insbesondere pflegebedürftiger alter und hochbetagter Menschen. Zweitens gelten freiwillige und ehrenamtliche Arbeiten als sinnvolle Handlungsperspektive für Frauen und Männer jenseits der Erwerbsarbeit und diesseits der Hausarbeit. Dabei geht es vor allem um als sinnvoll erlebte Möglichkeiten der Beschäftigung im Alter, die dazu dienen, einen Beitrag zur sozialen Integration von Frauen und Männer in der nachberuflichen Lebensphase zu leisten. Flankiert wird dies durch Anlehnung an Diskussionen zum „aktiven und kompetenzorientierten Altern“.

Interessanterweise zeigen die Daten zur Häufigkeit der Freiwilligenarbeit nach Alter allerdings (noch) keine Zunahme des ehrenamtlichen und freiwilligen Engagements in der nachberuflichen Lebensphase. Die Stellung im Erwerbsleben spielt für die Häufigkeit entsprechender Tätigkeiten keine bedeutsame Rolle, und es zeigt sich keine Zunahme des ehrenamtlichen Engagements nach dem Übergang in den Ruhestand. Dies gilt namentlich für formelle Freiwilligenarbeit, und bisher ist es noch (zu) wenig der Fall, dass ein Ehrenamt als ‚Ersatz‘ für den Fortfall der Erwerbstätigkeit aufgenommen wird. Nach der Pensionierung steigt hingegen das informelle Engagement – die informelle Freiwilligentätigkeit – eher an, etwa im Rahmen spontaner Nachbarschaftshilfe.

Freiwilligenarbeit: Beteiligung der Bevölkerung nach Alter bzw. Geschlecht

		Freiwilligenarbeit in den letzten 4 Wochen						Geschlecht	
		Altersgruppe							
		15-24	25-39	40-54	55-64	65-74	75+	Männer / Frauen	
Total									
	2000	34%	42%	46%	45%	43%	23%	40%	42%
	2004	35%	40%	45%	46%	47%	26%	41%	41%
	2007	32%	38%	43%	42%	44%	23%	37%	39%
Formelle Freiwilligenarbeit									
	2000	23%	26%	31%	28%	19%	9%	30%	20%
	2004	23%	26%	31%	27%	23%	12%	30%	21%
	2007	22%	24%	29%	25%	21%	11%	28%	20%
Informelle Freiwilligenarbeit									
	2000	14%	24%	24%	27%	32%	16%	17%	29%
	2004	15%	23%	23%	28%	34%	17%	17%	29%
	2007	14%	20%	22%	25%	31%	15%	15%	26%

Quelle: Bundesamt für Statistik, Schweizerische Arbeitskräfteerhebung, Modul ‚Unbezahlte Arbeit‘

Als zentrale Motive für eine Freiwilligenarbeit sind – neben altruistischem Verhalten – heute vermehrt auch stärker selbstbezogene Faktoren bedeutsam, wie Zusammensein mit Freunden sowie Spass an der Tätigkeit. Der Anstoss für die Übernahme freiwilliger Arbeiten kommt – trotz oft persönlicher Handlungsmotive – häufig von aussen. Persönliche Kontakte und Netzwerke sind die hauptsächlichsten Einflussfaktoren namentlich für formelle Freiwilligenaktivitäten, wogegen allgemeine Informationen nur in Einzelfällen den Anstoss für die Aufnahme eines sozialen Engagements geben.

Das Potenzial an Freiwilligen ist in der Schweiz weiterhin relativ gross, und nur ein Fünftel der über 15-jährigen Wohnbevölkerung war noch nie freiwillig engagiert. Die viel diskutierten Instrumente zur Förderung der Freiwilligkeit – wie Ausstellen von Ausweisen bzw. Zeugnissen oder eine stärkere Monetarisierung – werden von den aktuell tätigen Freiwilligen kaum als wirksame Mobilisierungsmassnahmen betrachtet. Die Instrumente zur Förderung des freiwilligen Engagements gerade auch bei Pensionierten sind deshalb weniger formelle Zeugnisse und Entschädigung, sondern zentral ist vielmehr eine gute Unterstützung und eine Stärkung der

Mitbestimmung von Freiwilligen bei ihren Tätigkeiten. Dies gilt speziell für Generationen, die gewohnt sind, selbständig zu handeln und zu entscheiden.

Gerade auch bei der Mobilisierung und Förderung von Freiwilligenarbeit nach der Pensionierung bleibt zentral, dass freiwilliges Engagement hauptsächlich im persönlichen Wohnumfeld stattfindet. 82% der entsprechenden Engagements haben eine lokale Ausrichtung. Nur 15% sind auf die gesamte Schweiz bezogen und nur 7% gar global ausgerichtet. Freiwilligenarbeit – jenseits von Beruf und Familie – ist ein wesentlicher Teil der lokalen sozialen Integration (und Versuche, Freiwilligenarbeit zu zentralisieren, dürften zum Scheitern verurteilt sein).

Auch der Freiwilligenmonitor 2006 belegt, dass formell freiwillige Tätigkeit – und vor allem ehrenamtliche Tätigkeiten – mit dem Eintritt ins Rentenalter sinken. Ein Grund ist die geringere beruflich bedingte Integration vieler Menschen nach der Pensionierung (die oft auch aus ehrenamtlichen Tätigkeiten gedrängt werden). Während 22% der 40-64-jährigen Männer ein Ehrenamt bekleiden, sind dies bei den 65-jährigen und älteren Männern nur noch 9% (und bei den Frauen sinkt der Anteil der Ehrenamtlichen von 10% (40-64 J.) auf 3% (65+ J.). Ältere Menschen – und vor allem ältere Frauen – werden auch bei vielen ehrenamtlichen Aufgaben diskriminiert und ausgeschlossen. Dies gilt vor allem für Frauen und Männer, die nicht von einem hohen sozialen Status profitieren können (und auch im Alter sind vor allem akademisch gebildete Männer weiterhin ehrenamtlich tätig).

Wird die informelle Freiwilligenarbeit (ausserhalb von Vereinen und Organisationen betrachtet) ergibt sich – wie schon angeführt – ein anderes Muster: Erstens übersteigt das informelle Engagement in der Schweiz deutlich die Aktivitäten in Vereinen und Organisationen. Zweitens sind hier die Frauen stärker vertreten als die Männer, dies vor allem in der Schweiz. Drittens zeigt sich – im Vergleich zum formellen Engagement – ein verzögerter Rückgang im Alter, und informelles Engagement bleibt auch nach der Pensionierung vorerst auf einem hohen Niveau, und bei der Intensität sind die ‚jungen Rentner‘ besonders aktiv. So sind gemäss Freiwilligen-Monitor 2006 gut 31% der 65-79-Jährigen pro Woche mehr als 5 Stunden freiwillig, aber unorganisiert aktiv (sei es beim Kinderhüten für Dritte, sei es bei der Begleitung alter Menschen usw.). Viertens ist der soziale Status bei informellen Hilfeleistungen und Nachbarschaftshilfe weniger zentral (auch wenn sich einige Bildungsunterschiede zeigen). Insgesamt kann aus den Befunden zur informellen Freiwilligkeit der Schluss gezogen werden, dass der informelle Bereich insbesondere jenen Gruppen gute Möglichkeiten zur freiwilligen Tätigkeiten bietet, deren soziale Integration gerade nicht über den Arbeitsmarkt verläuft.

Der Faktor ‚verfügbare Zeit‘ ist je nach Form der Freiwilligenarbeit von unterschiedlicher Bedeutung: Gerade im formellen Bereich sind Rentner und Arbeitslose, die über vergleichsweise viel Zeit verfügen, seltener engagiert als beruflich stark ausgelastete Personen. Demgegenüber sind erstere Personengruppen verhältnismässig häufiger im informellen Bereich freiwillig tätig, welche ein flexibleres und punktuelleres Engagement erlaubt. Wichtiger als verfügbare Zeit ist soziale Integration (beruflich, lokal, familial).

Neues Altern zwischen neuen Freiheiten und neuen Verpflichtungen

Die Entwicklung zu einer Gesellschaft langlebiger Menschen, die auch ihre späteren Lebensjahre aktiv gestalten, führt zu neuen Spannungsfeldern zwischen neuen Freiheiten des Alters und neuen sozialen Verpflichtungen im Alter:

Einerseits ergeben sich für mehr – wenn auch längst noch nicht allen – Menschen neue Chancen eines langen gesunden und wirtschaftlich abgesicherten Alters, das neue individualisierte Freiheiten erlaubt. Wirtschaftlich abgesicherte und gesunde Altersrentner und Altersrentnerinnen erleben neuen Möglichkeiten zur Selbstentfaltung und Selbstverwirklichung auch im Alter. Selbstbestimmung und Selbständigkeit werden damit auch für das Alter zu bedeutsamen Leitvorstellungen, und dies wird sowohl sichtbar im Wunsch, möglichst lange selbständig Zuhause zu leben als auch in einer Zunahme in Zahl und Bedeutung selbstorganisierter Seniorengruppen.

Alte Menschen fühlen sich häufiger als eigenverantwortliche Subjekte ihres Handelns, und nicht als Objekte fremdbestimmter Altenarbeit. Mitwirkung und Eigenverantwortung älterer Menschen werden auch in der kirchlichen Altersarbeit zu zentralen Leitmotiven. Gleichzeitig führt ein selbstbestimmtes Altern auch stärker zur Betonung eines selbstbestimmten Sterbens.

Andererseits führen demografische Alterung sowie sozialpolitische Ängste zu Ungleichgewichten des Generationenvertrags zu neuen Überlegungen zur gesellschaftlichen Verantwortung alter Menschen. Dies wird verstärkt durch gerontologische Kompetenzmodelle, die auf vorhandene Kompetenzen und Ressourcen älterer Menschen hinweisen, und Modellvorstellungen eines aktiven oder sogar produktiven Alters postulieren ein hohes Aktivitätsniveau in späteren Lebensphasen als eine bedeutsame Voraussetzung für ein glückliches und erfülltes Altern. Die neue gesellschaftliche Verantwortung des Alters wird namentlich deutlich in Diskursen zur Erhöhung des Rentenalters (,wer länger gesund und kompetent ist, kann und soll auch länger arbeiten) oder in einer Neuaufwertung von bürgerschaftlichem Engagement und Freiwilligenarbeit im Alter. Die nachberufliche Lebensphase – Ruhestand bzw. Phase später Freiheit – wird damit verstärkt auch als Lebensphase neuer sozialer Verpflichtungen definiert.

Die neuen Leitbilder des Alters – in einer Gesellschaft des langen Lebens – orientieren sich insgesamt stark an gesellschaftlichen Modellen eines selbst- und mitverantwortlichen Lebens älterer Menschen. Dabei lassen sich gegenwärtig vor allem vier zentrale Ideologien eines modernen Alterns festhalten:

Erstens zeigt sich das Modell des ‚erfolgreichen Alterns‘, das sich stark auf eine aktive Gestaltung von Lebenszufriedenheit und langjähriger Gesundheit bezieht. Gesellschaftspolitisch hat es vor allem gesundheitsfördernde Ansätze und individuelle Strategien eines aktiven Alterns zur Folge. Daraus können sich neue soziale Verpflichtungen zu lebenslangem Lernen und lebenslang gesunder Lebensführung ergeben.

Zweitens wird immer häufiger das Modell eines ‚produktiven Alterns‘ propagiert. Zentral ist die Idee, dass auch alte Menschen gesellschaftlich wertvolle Leistungen erbringen können (oder erbringen müssen). Sozialpolitisch eingebettet wird dieses Modell in Forderungen nach einer Ausdehnung der Lebensarbeitszeit oder einer Neuaufwertung der Freiwilligenarbeit im Alter (vgl. Höpflinger 2007).

Drittens ist heute auch das Modell eines ‚bewussten und selbstgestalteten Alterns‘ aktuell. Hier geht es um lebenslange Entwicklung und Selbstverwirklichung in einer sich ständig wandelnden Gesellschaft. Sozialpolitisch richtet es sich gegen negative Altersbilder, aber zentral ist vor allem die Idee, dass Altern nicht ein passiv zu erleidender Prozess ist, sondern aktiv zu gestalten ist. Kombiniert mit ‚anti-aging‘-Bestrebungen kann dies aber auch eine Verdrängung des Alters in einer jugendbetonten Gesellschaft beinhalten.

Viertens wird – neuerdings – auch das Modell des ‚solidarischen Alterns‘ vermehrt diskutiert. Dabei geht es um Fragen der sozialen Gerechtigkeit unter Gleichaltrigen, aber auch um Fragen der Generationensolidarität zwischen Jung und Alt. Eingebettet wird dieses Modell in Bestrebungen zur Verstärkung der intergenerationellen Solidarität älterer Menschen gegenüber jüngeren Menschen wie auch einer gezeigten Hilfe gesunder alter Menschen gegenüber hilfs- und pflegebedürftigen alten Menschen.

Die aktuellen sozialen Diskurse und Leitbilder modernen Alters bewegen sich somit zwischen individuellen Gestaltungsspielräumen und neuen sozialen Verpflichtungen, und bei genauer Betrachtung beziehen sich viele dieser neuen (Wunsch)-Modelle allerdings primär auf das dritte Lebensalter (Seniorenalter, gesundes Rentenalter). Die vierte Lebensphase (fragiles Alter, Phase der Pflegebedürftigkeit) bleibt davon weniger betroffen. Hier bleiben klassische Defizitvorstellungen noch stärker verankert.

Insgesamt ergibt sich damit ein asymmetrischer Wertwandel des Alters: Einerseits zeigt sich ein starker, auch generationenbedingter Strukturwandel und eine erhöhte Dynamik des gesunden Rentenalters, das gleichzeitig einer verstärkten Individualisierung als auch neuen gesellschaftlichen Verpflichtungen unterliegt. Andererseits konzentrieren sich die traditionellen negativen Bilder zum

Alter immer stärker auf das hohe Lebensalter, wo sich aufgrund altersbezogener Einschränkungen deutliche Begrenzungen individueller Gestaltungsspielräume ergeben und ethisch verantwortungsvolle Solidarität zentraler wird. Das Alter als klare soziale Größe gibt es somit nicht, sondern es zeigen sich unterschiedliche und teilweise gegensätzliche wertmässige und strukturelle Entwicklungen je nach Altersphase.

Ausgewählte Literaturhinweise zum Thema Alter/n

- Backes, Gertrud M. (2006) Widersprüche und Ambivalenzen ehrenamtlicher und freiwilliger Arbeit im Alter, in: Klaus R. Schroeter, Peter Zängl (Hrsg.) (2006) Altern und bürgerschaftliches Engagement. Aspekte der Vergemeinschaftung und Vergesellschaftung in der Lebensphase Alter, Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften: 63-94.
- Backes, Gertrud M.; Amrhein, Ludwig (2008) Potenziale und Ressourcen des Alter(n)s im Kontext von sozialer Ungleichheit und Langlebigkeit, in: H. Künemund, Klaus R. Schroeter (Hrsg.) Soziale Ungleichheiten und kulturelle Unterschiede in Lebenslauf und Alter. Fakten, Prognosen und Visionen, Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften: 71-84.
- Erlinghagen, M.; Hank, K. (Hrsg.) (2008) Produktives Altern und informelle Arbeit in modernen Gesellschaften. Theoretische Perspektiven und empirische Befunde, Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Höpflinger, François (2008) Die zweite Lebenshälfte – Lebensperiode im Wandel, in: Andreas Huber (Hrsg.) Neues Wohnen in der zweiten Lebenshälfte, ETH-Wohnforum, Edition Wohnen 2, Basel: Birkhäuser: 31-42.
- Höpflinger, François (2008) Generationenwandel des dritten Lebensalters – sozio-kulturelle Verjüngung in einer demografisch alternden Gesellschaft, Psychotherapie im Alter, 5. Jahrgang, Nr. 20, Heft 4: 401-412.
- Höpflinger, François (2009) Einblicke und Ausblicke zum Wohnen im Alter, Zürich: Seismo-Verlag.
- 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; Hummel, Cornelia; Hugentobler, Valérie (2006) Enkelkinder und ihre Grosseltern. Intergenerationelle Beziehungen im Wandel, Zürich: Seismo.
- Karl, Fred (2007) Alternforschung: Brückenschlag zu den Jugendstudien der 1950 und 1960er Jahre?, in: Hans-Werner Wahl, Heidrun Mollenkopf (Hrsg.) Alternforschung am Beginn des 21. Jahrhunderts, Berlin: AKA Verlag: 83-98.
- Künemund, Harald (2007) Freizeit und Lebensstile älterer Frauen und Männer – Überlegungen zur Gegenwart und Zukunft gesellschaftlicher Partizipation im Ruhestand, in: Ursula Pasero, Gertrud M. Backes, Klaus R. Schroeter (Hrsg.) Altern in Gesellschaft. Ageing – Diversity – Inclusion, Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften: 231-240.
- Lalivé d'Épinay, Christian; Spini, Dario, et al. (2008) Les années fragiles. La vie au-delà de quatre-vingts ans, Québec: Presse de l'université Laval.
- Perrig-Chiello, Pasqualina; Höpflinger, François; Suter, Christian (2008) Generationen – Strukturen und Beziehungen. Generationenbericht Schweiz, Zürich: Seismo-Verlag.
- Tesch-Römer, Clemens; Engstler, Heribert; Wurm, Susanne (Hrsg.) (2006) Altwerden in Deutschland. Sozialer Wandel und individuelle Entwicklung in der zweiten Lebenshälfte, Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Studienunterlagen zum Thema Altern, Familien, Generationen u.a. auf dem Internet unter: www.hoepflinger.com