

**François Höpflinger ([www.hoepflinger.com](http://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 demographische 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) Demographischer 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. Die Jugend wird zur demographischen Minderheit, wogegen Zahl und Anteil älterer Menschen deutlich ansteigen. Ein entscheidender Einflussfaktor der unmittelbaren demographischen Zukunft der Schweiz ist das Altern der geburtenstarken Jahrgänge (Baby-Boom-Generationen), die selbst wenige Kinder zur Welt brachten (vgl. Perrig-Chiello, Höpflinger 2009). Erst mit dem Absterben der geburtenstarken Jahrgänge wird die demographische Alterung der Bevölkerung wieder rückläufig sein (wenn auch auf einem hohen Niveau). Seit den 1970er Jahren wird die demographische 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.

**Schweiz: Aktualisiertes Bevölkerungsszenario 2010-2060 (mittleres Szenario)**

Erwartete zahlenmässige Entwicklung der älteren und alten Bevölkerung (in 1000)

	2010	2020	2030	2040	2050	2060
Altersgruppe:						
- 65-79 J.	961.5	1'199.7	1'429.5	1'526.9	1'430.5	1472.2
- 80-89 J.	317.9	383.9	537.5	633.5	758.5	691.8
- 90 J. u.ä.	63.8	103.5	147.9	230.6	327.1	379.2

Quelle: Bundesamt für Statistik 2010 (Szenario A-00-2010)

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 (vgl. Ryter, Barben 2012). 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 waren 2010 in der Schweiz zwar 63% der 85-89-jährigen Männer verheiratet, gegenüber nur 17% der gleichaltrigen Frauen.

### Durchschnittliche Lebenserwartung in der Schweiz

	Durchschnittliche Lebenserwartung				
	bei Geburt	im Alter von:			
		60 J.	70 J.	80 J.	90 J.
<b>A) Männer:</b>					
1889/1900	45.7	12.5	7.6	4.1	2.2
1958/63	68.7	16.2	10.0	5.5	2.8
1997/98	76.5	20.6	13.1	7.3	3.9
1999/2000	76.9	20.8	13.3	7.4	3.9
2012	80.5	23.2	15.2	8.4	3.8
<b>B) Frauen:</b>					
1889/1900	48.5	13.0	7.7	4.2	2.4
1958/63	74.1	19.2	11.7	6.1	3.1
1997/98	82.5	25.0	16.5	9.1	4.3
1999/2000	82.6	25.0	16.5	9.1	4.3
2012	84.7	26.5	17.8	10.0	4.4

Quelle: Schweiz. Sterbetafeln, Statistische Jahrbücher der Schweiz

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 (vgl. Jagger et al. 2011). 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. Die bedeutende Mehrheit älterer Frauen und Männer von Heute schätzen ihre Gesundheit als gut bis sehr gut ein. Ein zentraler Pfeiler dieser Entwicklung ist eine gut ausgebaute und qualitativ hoch stehende Alters- und Gesundheitsvorsorge.

### Subjektive Gesundheit im höheren Lebensalter 1992-2012

	% - die ihre Gesundheit als gut bis sehr gut einstufen Zuhause lebende Personen					
	Männer			Frauen		
	55-64 J.	65-74 J.	75+	55-64 J.	65-74 J.	75+
1992	80%	76%	72%	81%	70%	63%
1997		79%	72%		68%	62%
2007	82%	80%	68%	82%	75%	63%
2012	76%	75%	64%	77%	72%	61%

Schweiz. Gesundheitsbefragungen (gewichtete Stichproben)

#### 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, auch weil diese Generationen während ihrer Jugendjahre und ihrem Erwachsenenalter andere gesellschaftliche Rahmenbedingungen vorfanden als ihre Eltern. Die ersten Nachkriegsgenerationen (Baby-Boomers) der Schweiz 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 eine Generation, die stark von einer globalisierten Jugendkultur geprägt wurde. Sie waren zur Zeit ihrer Jugend und ihres jungen Erwachsenenalters zudem 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 (vgl. Perrig-Chiello, Höpflinger 2009).

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. Entsprechend hat sich auch der Gebrauch neuer Technologien - wie Internet - bei neuen Generationen älterer Menschen rasch durchgesetzt (vgl. Schelling, Seifert 2010).

### Internet-Anschluss zuhause im Alter in der deutschsprachigen Schweiz 2003 und 2013

	Altersgruppe:				
	60-64	65-69	70-74	75-79	80+
2003	41%	27%	11%	13%	3%
2013	69%	71%	60%	34%	12%

Quelle: Age Wohnumfragen 2003 und 2013

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 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 bedeutsamen Neugestaltung später Lebensphasen (vgl. auch Karl 2012). 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.

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.

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

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

Quelle: 1990: Winterthur Versicherungen (Hrsg.) (1990) Unsere neuen Senioren, Winterthur  
 2000: Ernest Dichter SA, Institut für Motiv- und Marktforschung (2000) Senioren 2000. Eine neue Generation auf dem Weg zur Selbstverwirklichung, Zürich: Ernest Dichter SA  
 2008 und 2012: European Social Value Survey (eigene Auswertungen, gewichtete Daten).

Faktisch zeigt sich damit eine gewisse sozio-kulturelle Verjüngung neuer Rentnergenerationen (was eine Gleichsetzung von demographischer Alterung und gesellschaftlicher Überalterung grundsätzlich in Frage stellt). Die Ausdehnung einer teilweise auf jung ausgerichteten Lebensweise bis weit ins Rentenalter führt allerdings zu zwei gegensätzlichen Trends:

Einerseits entstehen dadurch vermehrte Möglichkeiten, sich auch in der zweiten Lebenshälfte neu auszurichten. Die Pensionierung bedeutet nicht mehr Ruhestand und Rückzug, sondern sie ist eine Lebensphase mit vielfältigen und bunten Möglichkeiten, um sich beispielsweise auch wohnmässig neu einzurichten (vgl. Höpflinger 2009a). Das Alter ist nicht eine Phase nur von Defiziten und Verlusten, sondern auch eine Phase, wo sich neue Chancen ergeben und bisher vernachlässigte Kompetenzen – etwa bezüglich sozialer Kontakte, Gartenarbeiten, Bildung usw. – ausgelebt werden können.

Andererseits entstehen damit neue soziale Zwänge, das sichtbare körperliche Alter zu verdrängen oder gar zu bekämpfen. Lebenslanges Lernen, möglichst lange Aktivität, aber auch ein möglichst langer Erhalt der körperlichen Gesundheit und Fitness werden zu neuen Normvorstellungen eines ‚erfolgreichen Alterns‘. Die ‚anti-aging‘-Bewegung – als Bestrebung, das körperliche Altern aufzuhalten oder zumindest zu verzögern – verstärkt den Druck, sich möglichst lange ‚jung‘ zu geben (vgl. Stuckelberger 2008).

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 Modellen aktiven und kompetenzorientierten Alterns führt zu einer verstärkten Dynamik der späteren Lebensphase, die historisch neu ist.

Zweitens kommt es zwar zu einer demographischen Alterung der Bevölkerung, durch tiefe Geburtenraten einerseits (demographische Alterung von unten) und erhöhte Lebenserwartung älterer Frauen und Männer andererseits (demographische Alterung von oben). Aber dieser demographischen 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 verwenden (vgl. Höpflinger 2012).

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.

### Nach der Pensionierung

Die Lebenszufriedenheit vieler Frauen und Männer ist nach der Pensionierung ebenso hoch, wenn nicht sogar höher, als vor der Pensionierung. Nach einer Zeit der Anpassung gelingt es den meisten Männern und Frauen gut, sich in diese neue Lebensphase einzuleben (und Vorstellungen von einem ‚Pensionierungsschock‘ erweisen sich weitgehend als Mythos).

#### Lebenszufriedenheit und Glücklich sein in der zweiten Lebenshälfte 2012

*Lebenszufriedenheit 2012 (auf Skala 0-10): Mittelwerte:*

Altersgruppe:	45-54	55-64	65-74	75+	N:
Schweiz	8.1	8.2	8.6	8.3	1491
Deutschland	7.3	7.6	7.9	8.0	2949
Grossbritannien	7.0	7.3	7.8	7.8	2256
Schweden	7.8	7.9	8.3	8.0	1842
Spanien	6.6	6.7	7.2	7.4	1883
Polen	6.8	6.8	6.8	7.3	1842
Bulgarien	4.3	4.1	4.0	3.8	2250

*Glücklich sein 2012 (How happy are you?) (auf Skala 0-10): Mittelwerte:*

Altersgruppe:	45-54	55-64	65-74	75+	N:
Schweiz	8.1	8.2	8.1	7.9	1489
Deutschland	7.5	7.7	7.9	7.8	2948
Grossbritannien	7.3	7.4	8.1	8.1	2263
Schweden	7.8	7.9	8.1	7.8	1844
Spanien	7.3	7.5	7.6	7.7	1884
Polen	7.8	7.9	8.1	7.8	1875
Bulgarien	5.4	5.0	4.9	4.6	2229

Quelle: European Social Survey 2012 (gewichtete Daten, eigene Auswertungen)

Dennoch gibt es verschiedene Situationen, die einen Wechsel vom Berufsleben in die Pensionierung erschweren. So ergeben sich mehr Schwierigkeiten mit der Pensionierung bei Menschen:

- die wenig ausserberufliche Kontakte und Interessen pflegten. Wer sich zu lange ausschliesslich auf den Beruf konzentriert, hat mehr Mühe, wenn dieser wegfällt. Auch eine zu starke Konzentration auf die Partnerbeziehung - unter Vernachlässigung anderer Kontakte (Freunde, Nachbarschaft) - kann die Umstellung auf die Pensionierung behindern, da ein 24-stündiges Zusammensein nicht einfach ist.
- die einen luxuriösen Lebensstil pflegen, den sie sich dank hohem Erwerbseinkommen leisten konnten. Ein Einkommensrückgang nach der Pensionierung kann zu Schwierigkeiten führen, sofern der Lebens-, Konsum- und Freizeitstil nicht den neuen Gegebenheiten angepasst wird.
- die Mühe damit haben, dass sie mit ihrem Beruf an sozialem Status einbüßen. Wer an Macht und Status während des Berufslebens gewohnt ist, hat mehr Mühe mit der Tatsache, dass die Pensionierung mit einem Statusverlust (oder Verlust an Statussymbolen - wie Firmenluxusauto, eigene Sekretärin, repräsentatives Büro, Schlüsselgewalt) verbunden ist.

- d) die in Berufen tätig waren, wo die Arbeit sozusagen von ‚ausßen‘ kam, und man nicht selbst aktiv und initiativ sein musste, um beschäftigt zu sein. Diesen Personen kann es schwerer fallen, nach der Pensionierung eine eigene Tagesstruktur zu schaffen (da jetzt niemand mehr da ist, der befiehlt, was zu tun ist).

Als Faktoren, welche einen geglückten Übergang vom Berufsleben in die nachberufliche Lebensphase, begünstigen, gehören umgekehrt:

- a) eine genügende wirtschaftliche Absicherung. Der Ausbau des Rentensystems der letzten Jahrzehnte hat wesentlich zur Ausdehnung eines aktiven und gesunden Rentenalters beigetragen.
- b) gute soziale Beziehungen, wobei weniger die Quantität als die Qualität der Beziehungen bedeutsam ist. Eine tragfähige Partnerbeziehung hilft bei Problemen, aber auch gute Beziehungen zu Angehörigen, Freunden, Kollegen oder Nachbarn erhöhen die Chancen für ein gutes Rentenalter.
- c) keine starken gesundheitlichen Einschränkungen oder Beschwerden. Negativ wirken sich vor allem gesundheitliche Einschränkungen aus, die das alltägliche Leben direkt beeinträchtigen. Genügend Bewegung und eine angemessene Ernährung sind gerade im Rentenalter wichtig, um im Alter möglichst lange von einer gesunden Lebenszeit profitieren zu können.
- d) eine befriedigende Tagesstruktur durch als sinnvoll erachtete Tätigkeiten und Aktivitäten auch nach Ende des Erwerbslebens.

Die nachberuflichen Aktivitäten von Frauen und Männer variieren stark. Je nach individuellen Bedürfnissen, bisherigem Lebensstil sowie gesundheitlichem Befinden steht mehr ein geruhames oder mehr ein aktives Rentenalter im Vordergrund. ‚Aktiv sein‘, auch nach der Pensionierung, 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 gezielt aktiv verbleiben möchten.

### **Ausdifferenzierung der späteren Lebensphasen – drittes und viertes Lebensalter**

Die erhöhte Lebenserwartung – namentlich älterer Frauen und Männer – sowie zeitweise auch vorzeitige Pensionierungen – haben zu einer zeitlichen Ausweitung der nachberuflichen Lebensphase geführt. Dadurch wurde die klassische Zweiteilung in Erwerbsbevölkerung und Altersrentner zu grob. In zunehmend mehr Diskussionen wird deshalb die ‚Altersbevölkerung‘ weiter aufgegliedert, oft mit behelfsmäßigen Begriffen wie ‚junge Alte‘ (Senioren) gegenüber ‚alte Alte‘ (Betagte). Oft wird heute auch zwischen dem dritten und vierten Lebensalter differenziert, wobei das dritte Lebensalter vor allem jüngere Altersrentner anspricht, wogegen sich das vierte Lebensalter primär auf hochaltrige Menschen bezieht. Neben der Stellung im Arbeitsmarkt wird deshalb zunehmend auch der funktionale Gesundheitszustand als Klassifikationsmerkmal für spätere Lebensphasen eingesetzt. Daraus ergibt sich beispielsweise folgende Klassifikation von Phasen im Lebenslauf älter werdender Erwachsener (vgl. Höpflinger 2009b, Lalive d’Epinay et al. 2008):

*1. Altersphase: Noch erwerbstätige Senioren (50+):* Zwar sind Menschen in dieser Lebensphase noch erwerbstätig, aber der Übergang in die nachberufliche Phase zeichnet sich ab. Frühpensionierungen führen dazu, dass viele Erwerbspersonen schon vor 65 aus dem Erwerbsleben austreten oder ausgeschlossen werden (wobei der Trend zu Frühpensionierungen dazu beigetragen hat, dass Mitarbeitende schon mit 50/55 zu den älteren Arbeitnehmern gezählt werden. Vielfach vor dem Rentenalter erfolgen auch der Wegzug der Kinder sowie die Geburt erster Enkelkinder, und damit das Erleben einer ersten familialen Altersrolle als Grossmutter bzw. Grossvater. Ebenfalls oft vor 65 erfolgt die Konfrontation mit dem Altwerden, der Pflegebedürftigkeit und dem Sterben der eigenen Eltern. Da Menschen in dieser Lebensphase oft – wegen Erwachsenwerden der

Kinder, aber auch dank Erbschaften – ein vergleichsweise hohes frei verfügbares Einkommen aufweisen, sind die noch erwerbstätigen Senioren (50+) eine wichtige Zielgruppe für Immobilien-, Bank- und Wellness-Angebote geworden. Umgekehrt führen Prozesse von Invalidisierung und Langzeitarbeitslosigkeit bei einigen Gruppen älterer Erwerbstätiger aber auch zu erhöhten Risiken gegen Berufsende, die sich negativ auf den Übergang in die nachberufliche Lebensphase auswirken.

*2. Altersphase: Gesundes Rentenalter' (auch Drittes Lebensalter genannt):* Diese – sozial-historisch relativ neue - Lebensphase ist durch eine Freisetzung von der Erwerbsarbeit und dank Ausbau der Altersvorsorge auch häufiger als früher durch eine relativ gute wirtschaftliche Absicherung gekennzeichnet. Dadurch können viele – wenn sicherlich nicht alle – Altersrentner und Altersrentnerinnen der Schweiz von einem relativ langen gesunden Alter profitieren, was es ihnen erlaubt, die erste Phase des Rentenalters autonom nach eigenen Bedürfnissen zu gestalten und zu genießen. Diese Phase ‚später Freiheit‘ dauert sachgemäss 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. Gleichzeitig ist und bleibt das gesunde Rentenalter gesellschaftlich noch weitgehend unbestimmt und konturlos. Allerdings wird gegenwärtig immer stärker versucht, dieser Lebensphase durch neue Modelle eines aktiven, produktiven und kreativen Alters eine klare gesellschaftliche Kontur zu geben, auch um gesunde ältere Menschen gezielt in die gesellschaftliche bzw. intergenerationelle Verantwortung einzubeziehen.

*3. Altersphase: Lebensalter verstärkter Fragilisierung (frailty) (auch Viertes Lebensalter genannt):* Je nach früheren beruflich-biografischen Belastungen und familial-konstitutiven Faktoren treten altersbezogene Einschränkungen und Defizite früher oder später stärker hervor. Bei gesundheitsfördernder Lebensführung erhöhen sich die altersspezifischen Risiken, Defizite und funktionale Einschränkungen heute im Allgemeinen vor allem nach dem 80. Altersjahr. Das fragilisierte Alter – früher auch gebrechliches Alter genannt – ist eine Lebensphase, in der gesundheitliche Beschwerden und funktionale Einschränkungen ein selbständiges Leben nicht verunmöglichen, es aber erschweren (vgl. Lalive d'Epina y et al. 2008. Funktionale Einschränkungen – wie Hörverluste, Seheinsbussen, Gehschwierigkeiten, erhöhtes Sturzrisiko usw. – erzwingen eine Anpassung der Alltagsaktivitäten (wie Verzicht auf anstrengende Reisen oder Autofahren). Frauen und Männer im fragilen Lebensalter sind besonders auf eine gute Passung von Wohnumwelt und noch vorhandenen Kompetenzen angewiesen, ebenso wie sie vermehrt auf externe Hilfe bei ausgewählten Tätigkeiten des Alltags angewiesen sind (z.B. beim Putzen, Einkaufen) (vgl. Höpflinger 2013b). Im fragilen Alter müssen – bei oft noch guten geistig-kognitiven Fähigkeiten – die Grenzen und Einschränkungen eines alternden Körpers bewältigt werden. Es ist in dieser Lebensphase, wo das psychische Wohlbefinden stark durch Faktoren der ‚mental Kraft‘ bestimmt sind, und es ist in dieser Lebensphase, wo gerontologische Modelle der selektiven Optimierung mit Kompensation und Resilienzmodelle besonders relevant werden.

*4. Altersphase: Pflegebedürftigkeit und Lebensende:* Diese Lebensphase ist durch gesundheitlich bedingte Abhängigkeit charakterisiert. Selbständiges Leben ist kaum mehr möglich, und Menschen sind in dieser Lebensphase selbst bei einfachen Alltagsaktivitäten auf die Hilfe anderer Menschen angewiesen. Es ist diese Lebensphase, welche meist angesprochen wird, wenn negative Stichworte zum Alter angeführt werden. Sachgemäß werden nicht alle alten Menschen gegen Lebensende pflegebedürftig, aber das Risiko von Pflegebedürftigkeit – und damit elementarer Abhängigkeit von Anderen – steigt im hohen Alter deutlich an, oft kombiniert mit Multimorbidität. Im hohen Lebensalter steigt namentlich auch das Risiko hirnorganischer Erkrankungen rasch an, und gut ein Drittel der über 90-jährigen Menschen ist demenzerkrankt. Die Tatsache, dass körperlich bedingte Pflegebedürftigkeit heute oft später eintritt, jedoch altersbedingte demenzielle Erkrankungen bisher



nicht verhindert werden können, führt dazu, dass der Anteil an hochaltrigen Pflegebedürftigen mit hirnorganischen Einschränkungen zunimmt, was besondere Herausforderungen für Pflege und Sterbebegleitung bedeutet. Der Trend verläuft gegenwärtig in Richtung einer verstärkten Polarisierung von Pflegebedürftigkeit im (hohen) Alter: Neben einer grossen Zahl alter Menschen, die kurz vor ihrem Tod eine Phase der Pflegebedürftigkeit erfahren, zeigt sich auch eine steigende Zahl von langjährig pflegebedürftigen Menschen (etwa Alzheimer Patienten ohne kardio-vaskuläre Risiken).

### Häufigkeit von Pflegebedürftigkeit und demenzieller Erkrankungen im Alter

Altersgruppe:	70-74	75-79	80-84	85-89	90+
Alltagsbezogen pflegebedürftig:					
Deutschland (2009)	5%	10%	20%	38%	59%
Schweiz (2008)	4%	6%	13%	26%	55%
Demenzielle Erkrankungen					
Europäische Länder (2009)	4%	7%	16%	26%	43%

Quelle: Demenzielle Erkrankungen. EuroCoDe 2009, Pflegebedürftigkeit Schweiz: Höpflinger, Bayer-Oglesby, Zumbrunn 2011, Pflegebedürftigkeit Deutschland: Pflegestatistik 2009.

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 (vgl. [www.intergeneration.ch](http://www.intergeneration.ch)).

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 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 (vgl. Meireis 2013). 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.).

### **Wohnwandel im Alter – bedeutsame Unterschiede nach Geschlecht und Lebensalter**

Während zu Beginn der 1970er Jahre mehr als ein Viertel der zuhause lebenden über 65-Jährigen in einem Haushalt mit drei und mehr Personen wohnten, sind dies gegenwärtig kaum noch fünf Prozent. Das Wohnen mit Dritten (Untermietsverhältnisse, Nichtfamilienhaushalte), aber auch das Zusammenleben mit erwachsenen Kindern, haben an Bedeutung weiter eingebüsst. Der Anteil der zuhause lebenden 80-jährigen und älteren Menschen, die mit einem ihrer Kinder im gleichen Haushalt leben, hat sich seit 1970 von 15% auf 2% reduziert (vgl. Perrig-Chiello, Höpflinger et al. 2008).

In den letzten Jahrzehnten haben vor allem zwei Haushaltsformen im Alter eine verstärkte Verbreitung erfahren:

Erstens hat sich – trotz erhöhter Scheidungshäufigkeit – der Anteil älterer und alter Menschen erhöht, welche in einem Paarhaushalt leben, weil im Alter gegenwärtig noch ehe- und familienfreundliche Jahrgänge dominieren. In neueren Generationen ergeben sich allerdings mehr Zweit- und Drittbeziehungen. Da Frauen insgesamt länger leben und Männer oftmals eine jüngere Frau ehelichen, leben alte Männer häufiger in einer Partnerschaft als gleichaltrige Frauen. Dies wird verstärkt, dass Männer auch im Alter häufiger eine neue Partnerschaft eingehen als Frauen. Die Lebensformen von Frauen und Männer unterscheiden sich im Alter deshalb erheblich.

#### **Partnerships im Alter nach Geschlecht in der Schweiz 1970 und 2010**

Verheiratete Personen (inkl. eingetragene Partnerschaften)

		65-69	70-74	75-79	80-84	85-89	90+
Männer	1970	79%	73%	64%	52%	37%	25%
	2010	77%	78%	77%	72%	63%	46%
Frauen	1970	49%	37%	25%	14%	7%	3%
	2010	62%	56%	45%	31%	17%	6%

Quelle: Bundesamt für Statistik (Zivilstandsregister).

Zweitens hat sich der Anteil älterer Männer und Frauen erhöht, die in einem Einpersonenhaushalt wohnen (wobei Frauen im Alter vor allem allein leben, weil ihr Partner verstorben ist). Allerdings ist die Zunahme im Anteil an alten Personen in Einpersonenhaushalten nicht mit einer gleichläufigen Zunahme von vereinsamten alten Menschen verbunden, da viele alleinlebende alte

Männer und Frauen enge familiäre, freundschaftliche und nachbarschaftliche Kontakte pflegen. Einsamkeit im Alter ist nicht selten, aber der Anteil der vereinsamten alten Menschen hat sich in den letzten Jahrzehnten eher reduziert als erhöht.

Insgesamt zeigt sich bei selbständig wohnenden älteren und alten Menschen eine starke Konzentration auf Kleinst- und Kleinhaushalte. Allerdings haben in den letzten zwei Jahrzehnten gemeinschaftliche Formen von Leben und Wohnen auch im Alter einen verstärkten Aufschwung erfahren, was in zwei neuen Wohntrends sichtbar wird (vgl. auch [www.zukunftswohnen.ch](http://www.zukunftswohnen.ch), [www.age-stiftung.ch](http://www.age-stiftung.ch)): Erstens entstanden und entstehen vermehrt Altershausgemeinschaften. Dabei handelt es sich bei den allermeisten altershausgemeinschaftlichen Projekten um Wohnformen, welche privates Wohnen (durch eigene Wohneinheit mit Bad und Küche) mit gemeinschaftlichen Begegnungsräumen kombinieren. Zweitens äussern mehr ältere Frauen und Männer den Wunsch nach generationengemischten Kontakten, auch in der Nachbarschaft. Dies kann indirekt gepflegt werden, indem eine zentrale Wohnlage – in einer intergenerationell belebten Stadt – gewählt wird, anstelle einer Seniorenresidenz in Randlage. Daneben werden vermehrt generationengemischte Wohnprojekte – wie Mehrgenerationenhäuser oder –siedlungen angedacht, geplant und gebaut. Die bisher realisierten Altershausgemeinschaften und Mehrgenerationenhäuser erweitern die Vielfältigkeit des Leben und Wohnen im Alter.

#### **Verteilung der älteren Bevölkerung nach Haushaltsgrösse: Deutschsprachige Schweiz 2013**

	Alter:		
	60-69 J.	70-79 J.	80+ J.
Privat: Alleinlebend	38%	40%	53%
Privat: Paarhaushalt	55%	56%	28%
Privat: Drei und mehr Personen	6%	3%	1%
Kollektiv: Alters- und Pflegeeinrichtungen	1%	2%	18%

Quellen: Wohnumfrage 2013 der Age Stiftung, (N: 1249) sowie Statistik sozialmedizinischer Einrichtungen

Im hohen Lebensalter – und gegen Lebensende – wird Wohnen in einer Alters- und Pflegeeinrichtung häufiger. Während 2010 erst 9% der 80-84-Jährigen in einem Alters- und Pflegeheim lebten, waren es schon gut 21% der 85-89-Jährigen und von den über 90-Jährigen lebten 42% in einer stationären Einrichtung. Dank einer langen Tradition einer kommunalen Sozial- und Altershilfe leben und sterben in der Schweiz vergleichsweise mehr alte Menschen in einer Alters- und Pflegeeinrichtung als in den allermeisten anderen europäischen Ländern. Speziell im Vergleich zu den Nachbarländern Deutschland, Frankreich, Österreich und Italien ist das Pflegesystem alter Menschen der Schweiz durch eine ausgebaute stationäre Pflege charakterisiert. Die Pflegerealität der Schweiz zeigt mehr Gemeinsamkeiten mit nordeuropäischen Ländern, während in den kulturellen Normen eine starke Nähe zu familienbasierten Pflegemodellen vorherrscht (vgl. Haberkern 2009, Höpflinger 2013a).

## **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. Backes 2006).

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.

## Literaturhinweise

- 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.
- Bundesamt für Statistik (2010) Szenarien zur Bevölkerungsentwicklung der Schweiz 2010-2060, Neuchâtel: BfS.
- Erlinghagen, M.; Hank, K. (Hrsg.) (2008) Produktives Altern und informelle Arbeit in modernen Gesellschaften. Theoretische Perspektiven und empirische Befunde, Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- EuroCoDe European Collaboration on Dementia (2009) Prevalence of Dementia in Europe, Workpackage 7/06, Final Report, 7.Aug. 2009 (mimeo.).
- Haberkern, Klaus (2009) Pflege in Europa. Familie und Wohlfahrtsstaat, Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Höpflinger, François (2009a) Einblicke und Ausblicke zum Wohnen im Alter, Zürich: Seismo-Verlag.
- Höpflinger, François (2009b) 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 (2012) Bevölkerungssoziologie. Einführung in demographische Prozesse und bevölkerungssoziologische Ansätze, Weinheim: Beltz Juventa.
- Höpflinger, François (2013a) Angehörigenpflege im Spannungsfeld traditioneller Familienbilder und neuer gesellschaftlicher Realitäten, in: Schweizerisches Rotes Kreuz (Hrsg.) Who Cares? Pflege und Solidarität in der alternden Gesellschaft, Zürich: Seismo-Verlag: 66-81.
- Höpflinger, François (2013b) Das vierte Lebensalter – gesellschaftliche und individuelle Dimensionen, in: Torsten Meireis (Hrsg.) Altern in Würde – das Konzept der Würde im vierten Lebensalter, Zürich: Theologischer Verlag: 41-59.
- Höpflinger, François; Bayer-Oglesby, Lucy; Zumbunn, Andrea (2011) Pflegebedürftigkeit und Langzeitpflege im Alter. Aktualisierte Szenarien für die Schweiz, Bern: Huber
- Jagger, Carol; Weston, Claire, Cambois, Emanuelle et al. (2011) Inequalities in health expectancies at older ages in the European Union: Findings from the Survey of Health and Retirement in Europe (SHARE), *Journal of Epidemiology & Community Health*, 65,11: 1030-1035.
- Karl, Fred (Hrsg.) (2012) Das Altern der ‚neuen‘ Alten. Eine Generation im Strukturwandel des Alters, Münster: Lit-Verlag.
- 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.
- Lalive 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.
- Meireis, Torsten (Hrsg.) (2013) Altern in Würde – das Konzept der Würde im vierten Lebensalter, Zürich: Theologischer Verlag
- Perrig-Chiello, Pasqualina; Höpflinger, François; Suter, Christian (2008) Generationen – Strukturen und Beziehungen. Generationenbericht Schweiz, Zürich: Seismo-Verlag.
- Perrig-Chiello, Pasqualina; Höpflinger, François (2009) Die Babyboomer. Eine Generation revolutioniert das Alter, Zürich: Verlag Neue Zürcher Zeitung.

Ryter, Elisabeth; Barben; Marie-Louise (2012) Das vierte Lebensalter ist weiblich. Zahlen, Fakten und Überlegungen zur Lebensqualität im hohen Alter, Hrsg. Manifestgruppe der GrossmütterRevolution, Zürich (als PDF-File erhältlich via:

[www.grossmuetter.ch/de/projekte/region\\_de/grossmuettermanifest/das\\_vierte\\_lebensalter/](http://www.grossmuetter.ch/de/projekte/region_de/grossmuettermanifest/das_vierte_lebensalter/)

Schelling, Hans Rudolf; Seifert, Alexander (2010) Internet-Nutzung im Alter. Gründe der (Nicht-)Nutzung von Informations- und Kommunikationstechnologien (IKT) durch Menschen ab 65 Jahren in der Schweiz, Zürcher Schriften zur Gerontologie Nr. 7, Zürich: Zentrum für Gerontologie der Universität Zürich.

Stuckelberger, Astrid (2008) Anti-Ageing Medicine: Myths and Chances, Zürich: vdf Hochschulverlag.

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.

letzte Aenderung: 3. Januar 2014

Weitere Studienunterlagen zu Alter/n und Generationenbeziehungen via: [www.hoepflinger.com](http://www.hoepflinger.com)