

Anspruch an und Realität des hohen Alters:
Herausforderungen für die Gegenwart und die Zukunft

Jürgen Jentsch und Barbara Eifert

Im Rahmen der ceres-Ringvorlesung „Immer länger, immer besser leben? –
Normwandel in der alternden Gesellschaft“ 2019

Ich freue mich über die Einladung zur heutigen Veranstaltung! Gerne nutze ich die Möglichkeit, aus Sicht der Landessenorenvertretung, des Dachverbands von derzeit 168 kommunalen Seniorenvertretungen in Nordrhein-Westfalen, zum großen, umfänglichen Themenfeld „Alter“ Stellung zu nehmen.

Auf zwei Fragen möchte ich dabei Antworten geben:

1. Was können wir in Bezug auf das Alter derzeit sehen?
2. Was müssen wir zum Alter selbst sowie zu Gesellschaft und Politik auf allen Ebenen, nämlich der kommunalen wie der Landes- und Bundesebene, tun?

Was können wir in Bezug auf das Alter derzeit sehen?

Alter ist ein Wachstumsfaktor

Ja, die Menschheit wird älter. Pro Generation zwischen fünf bis acht Jahre. Zudem spüren wir selbst auch Veränderungen. Denn viele Ältere fühlen sich oft um bis zu 15 Jahre jünger (EURAGE 2011).

Global betrachtet wird vom Megatrend *Silver Society*s gesprochen. Die Hauptaspekte dieses Trends sind die Alterung der Gesellschaft bei gleichzeitig sinkenden Geburtenraten. Dieser Megatrend hat Auswirkungen auf alle Bereiche des Lebens. Der Blick in die kommunale Praxis zeigt: Demografiebeauftragte haben inzwischen umfängliche Querschnittsaufgaben, angefangen von sinkenden Schüler:innenzahlen und gleichzeitigem Ansteigen der älteren Bevölkerung mit den damit verbundenen Veränderungen von Gebäudenutzungen und Wohnungsbedarfen bis hin zur Wasserversorgung bei schrumpfenden Einwohner:innenzahlen.

Wenn wir auf die Landesebene Nordrhein-Westfalen schauen, dann sehen wir diesen Megatrend mit großen regionalen Unterschieden. Den höchsten Anteil alter

Menschen weist dabei das westliche Ruhrgebiet auf. So hatte Mülheim an der Ruhr im Jahr 2015 den höchsten Anteil von Menschen, die 65 Jahre und älter waren, d. h. 23,8 Prozent. In Münster lag dieser Anteil zur gleichen Zeit bei 16,8 Prozent (IT.NRW 2018).

Neben den regionalen Unterschieden sehen wir auch, dass die Unterschiedlichkeit – ebenso wie die in der gesamten Gesellschaft – folglich auch im Alter steigt.

Unterschiedlichkeit im Alter

Auch wenn es „die Alten“ zu keiner Zeit gab, so spiegelt sich im aktuellen Alter und im zukünftigen Alter noch erheblich mehr: die Unterschiedlichkeit der Lebenslagen (Bildung, Ausbildung, Finanzen, Gesundheit etc.) und Lebensstile der Gesellschaft.

Veränderte Altersbilder

Diese Veränderungen in den Altersbildern, also die Vorstellungen darüber, wie das Alter ist und was wir selbst davon erwarten, können wir täglich sehen. So wäre eine alte Frau in der Werbung noch vor 20 Jahren undenkbar gewesen. Und auch im Film und in den Medien ist das Alter angekommen.

So sehen und erleben wir, dass die sogenannte 3. Phase, also das Leben zwischen 60 bis 80 Jahren, nicht nur viele neue Erkenntnisse, sondern auch neue Chancen bietet. Das heißt, das Leben nach der Erwerbs- und aktiven Familienphase birgt viele interessante Perspektiven. Aber daran müssen sich die Betroffenen oft erst selbst noch ein wenig gewöhnen und natürlich brauchen sie manchmal auch Angebote, um

entsprechend mitwirken zu können. Denn erst dann tragen Körper und Geist zum gesellschaftlichen Wohlbefinden bei.

Die wirkungsmächtigen Altersbilder, die unseren Blick auf die Potenziale und Defizite prägen und die schon immer unterschiedlich waren, stehen immer in Wechselbeziehungen zu gesellschaftlichen Strukturen und (Un-)Sicherheiten. Als Landessenorenvertretung sind wir in der Gegenwart immer wieder mit negativen Altersbildern, aber auch mit zu hohen Erwartungen an das Alter konfrontiert. Traditionelle negative Altersbilder werden dabei oftmals nicht offen kommuniziert, zeigen sich gleichwohl im Umgang mit uns Älteren. Ein Beispiel: Setzen wir uns als Ältere für ein Thema intensiv ein, landen wir in der Bewertung schnell im Bereich der starrsinnigen Verfolgung eines Ziels. Setzen sich junge Menschen intensiv für ein Ziel ein, wird dies in der Regel als kraftvoll und innovativ bezeichnet. Neben der Konfrontation mit negativen Altersbildern, die vor allem mögliche, aber keinesfalls zwingende Defizite zum Inhalt haben, werden wir andererseits mit extrem positiven Altersbildern konfrontiert, die das Alter in der Konsequenz mehr verleugnen als anerkennen. Als Landessenorenvertretung geht es uns um einen realistischen Blick und Umgang mit der Alterung und dem Alter.

Hochaltrigkeit

Zum Blick auf das Alter gehört auch zwingend das sogenannte 4. Lebensalter, nämlich das der Hochaltrigkeit. Dies ist sowohl gesellschaftlich als auch individuell in den Blick zu nehmen. Was geschieht jenseits des 80. Lebensjahrs?

Manchmal hat man den Eindruck, nicht mehr sehr viel. Aber auch das ist individuell sehr unterschiedlich. Tatsächlich aber werden die Potenziale der sogenannten Hochaltrigkeit oft unterschätzt.

Das liegt nicht allein daran, dass es diese Potenziale möglicherweise nicht gibt, sondern dass diese auch im Falle von Hilfe- und Pflegebedürftigkeit vorhanden sind und sein können. Allerdings werden sie dann oft nicht mehr gesehen!

Das wiederum hat etwas damit zu tun, dass es uns – obwohl sich Altersbilder insgesamt positiv verändert haben – noch immer nicht gelungen ist, auch das sogenannte gebrechliche Alter zu integrieren in unsere Vorstellungen vom Alter. Es wird, wenn wir offen auf die gängige Bewertung des gebrechlichen Alters schauen, mehrheitlich ausgegrenzt. Damit haben wir eine der wesentlichen Aufgaben für die Gegenwart und Zukunft in Bezug auf das Alter bereits vor Augen. Es muss tatsächlich auch nicht nur um die Integration, sondern vielmehr um die Inklusion des möglichen gebrechlichen Alters gehen. Und diese Inklusion fängt in unseren Köpfen an.

Bevor ich nun zur Beantwortung der zweiten Frage komme, lassen Sie mich an dieser Stelle noch zur Beantwortung der ersten Frage „Was können wir über das Alter sagen?“ ergänzend zu den bisherigen Ausführungen festhalten:

- Ältere Menschen sind in der Regel länger fit, d. h., sie sind in der Regel länger gesund, womit sich eine potenzielle Pflegebedürftigkeit weiter in höhere Lebensalter ab 80 Jahren verschiebt
- Alter wird immer später sichtbar und dafür wird viel getan
- Ältere Menschen haben häufiger (als in der Vergangenheit) höhere Qualifikationen, d. h., gut ausgebildete Alterskohorten rücken in die Lebensphase Alter nach

- Ältere Menschen leben mehrheitlich selbstständig, d. h., sie sind nicht pflegebedürftig
- Ältere Menschen werden aber auch immer öfter arm sein, dies ist ein absehbares, bereits heute erkennbares Problem (s. <https://lsv-nrw.de/wp-content/uploads/2018/04/Aktiv-gegen-Armut.pdf>)

Was müssen wir tun und was muss in der Politik auf allen Ebenen, kommunal wie auf der Landes- und Bundesebene, zur Tat werden?

Letztlich geht es um die Frage: Was ist das Alter wert in einer Nützlichkeitsgesellschaft?

Zunächst schauen wir auf die individuelle Ebene

Da gilt es, sich im Zeitalter der Wahl dem eigenen Alter zu stellen, die Auseinandersetzung damit zu wagen. Der Soziologe *Reimer Gronemeyer* hat mit dem Titel seines Buches dazu gesagt, dass das Alter das Schönste und zugleich das Dümmste sei, was einem passieren könne (Gronemeyer 2014). Da ist etwas dran, und jeder, der das Altern spürt, der nimmt auch die Janusköpfigkeit dieser Lebensphase wahr.

Im gesamten Prozess des Alterns kann sich aufgrund mannigfaltiger Lernprozesse in Bezug auf berufliche Expertise und persönliche Fähigkeiten sowie Erfahrungen und

Reifungen eine hohe Kompetenz in der Lebensphase Alter spiegeln. Werden diese Kompetenzen in das Zusammenleben der Generationen und in das Gemeinwesen eingebracht, wirken sie auch hier bereichernd.

Um den früheren Sprint der Lebenszeit hin zu einem Marathon der Lebenszeit zu bewältigen, brauchen wir die Auseinandersetzung auf der individuellen wie auf der gesellschaftlichen und politischen Ebene. Auf diesen Ebenen erfordert die Gestaltungsaufgabe Alter ein Denken und Handeln in einer historisch vorbildlosen Situation. Zudem erfordert diese Gestaltungsaufgabe aufgrund des Umfangs der Entwicklung und der Vielfalt der Möglichkeiten aktive, engagierte Menschen, Konzepte, Teilhabe und Strukturen.

Suche nach neuen Rollen *im* und *für* das Alter

Auf der individuellen sowie gesellschaftlichen Ebene ist für das Alter, das in der Gegenwart in vielen Bereichen bei ökonomischer Sicherheit frei sein kann, die Suche nach einer Rolle im Alter bedeutsam.

Wie wollen wir leben, wenn wir älter werden und alt geworden sind? Welche Rolle sollen, wollen wir ausfüllen? Diese Fragen bewegen viele Menschen in dieser Lebensphase. Und sie erfordern eine aktive Auseinandersetzung, Entscheidungen in Anbetracht vieler Möglichkeiten, etwa bei ehrenamtlichen Tätigkeiten.

Obwohl uns einige Journalisten und manche Medien immer wieder weismachen wollen, wie schwer doch das Altern ist, so ist es letztlich *nur* ein ganz natürlicher Lebensprozess, der allerdings mit vielen Unsicherheiten einhergeht. Annehmlichkeiten können allerdings ebenso dazugehören. So sind ältere Menschen beispielsweise oft weitaus glücklicher als junge Menschen. Denn Alter kann Inspiration, Gelassenheit und Stärke bedeuten. Und man braucht ja nicht mehr alles

so ernst zu nehmen. Das Alter ist vielgestaltig, und dies lässt sich nur schwer zu einer realistischen Perspektive zusammenfassen. Das Alter erscheint dabei wie ein unbekanntes Land – wer noch nicht dort war, kann nur annähernd darüber berichten.

Zum Alter und seiner Vielgestaltigkeit gehören auch das Loslassen und das Sich-öffnen-Können. Sich lösen und verabschieden von Vergangenen und sich öffnen für neue, künftige Perspektiven. Krankheiten und Pflege liegen ja oftmals erst in der Zukunft, in der sogenannten Hochaltrigkeit, die derzeit noch ab 80 Jahren beginnt. Bekannt ist, dass mit dem Beginn der Hochaltrigkeit das Risiko von Hilfe- und Pflegebedürftigkeit steigt.

Für die umfängliche Lebensspanne Alter gilt es, den vielen neuen Herausforderungen mit offenen Augen zu begegnen. Und das ist der beste Fall, der eintreten kann, nämlich der, bei dem sich der Mensch den Herausforderungen dieser Lebensphase mit all ihren Unsicherheiten, aber auch mit ihren Möglichkeiten stellt. Allerdings müssen wir gerade im Alter weitgehend selbst dafür sorgen, uns zu orientieren, Aufgaben zu finden, und letztlich auch dafür, nicht aufs Abstellgleis zu gelangen.

Dabei ist die Suche nach der Rolle des Alters tatsächlich eine der größten Herausforderungen, die das Leben bereithält und an uns stellt. Eine echte Aufgabe, zu deren Lösung Auseinandersetzung, Disziplin, wirtschaftliche Sicherheit und persönliches Vermögen (im sozialpsychologischen Sinne) gehören.

Kompetenzen weiterentwickeln

Eine der gegenwärtigen großen Veränderungen in unserem Leben ist die zunehmende Digitalisierung aller Lebensbereiche. Neue Kulturtechniken halten mit

der Digitalisierung Einzug und erfordern eine kritische Anpassung gerade im Alter. Als analoge Kinder fällt es vielen nicht leicht, sich auf die Digitalität einzulassen. Dies gilt, auch wenn die so lauthals gepriesene, aber in der Ausführung noch so mangelhafte digitale Welt derzeit noch die Rolle eines unaufgeregten Randprodukts spielt. *Noch* – denn natürlich bedeuten neue Verfahrenstechniken auch Veränderungen und Verluste, zum Beispiel von qualifizierten und gut bezahlten Arbeitsplätzen. Ob sie dann irgendwann einmal unsere Welt angenehmer und auch für alle besser gestalten können, diese neuen digitalen Möglichkeiten, bleibt abzuwarten. Sicher ist, dass das, was technisch möglich ist, auch umgesetzt wird, unabhängig davon, ob es wirklich hilft oder nicht. Ein durch Computer gesteuerter Roboter ist als Allround-Dienstleister bei der Pflege heute noch kaum vorstellbar. Aber vielleicht entstehen ganz andere Möglichkeiten, um weiteres sinnvolles Leben zu ermöglichen? Ethische Fragen liegen dabei quasi auf dem Tisch. Und in der Tat, gerade wir Älteren sollten sie stellen. Wer, wenn nicht wir? Wir diskutieren diese Fragen in unseren Seminaren, bei denen wir Digitalkompetenz vermitteln. Wir vermitteln solche Kompetenzen, damit alte Menschen weiter an der Gesellschaft partizipieren können. Wir stellen Fragen nach dem Sinn und Nutzen digitaler Techniken und des zunehmenden Einsatzes von Logarithmen in allen Lebensbereichen. Kompetenzvermittlung in der Nutzung und Beurteilung digitaler Möglichkeiten sind unsere Handhabungen von Prozessen, die wir nicht aufhalten können. Darin liegt unsere Verantwortung und Aufgabe. Dabei versuchen wir diejenigen mitzunehmen, die sich den Veränderungen stellen, und diejenigen, die nicht mehr auf dem digitalen Weg mitgehen wollen, nicht auszugrenzen. Wir empfehlen unseren Mitgliedern, die Verantwortung zum Kompetenzerwerb in diesem Bereich anzunehmen. Verpflichten können und wollen wir niemanden, wohl aber überzeugen im Sinne der Teilhabemöglichkeiten als alter Mensch in der digitalen

Gegenwart und Zukunft. Wir bedienen in diesem Sinne sowohl digitale Zugänge als auch analoge. So gibt es bei uns in der Landesseniorenvertretung Nordrhein-Westfalen noch immer eine Printausgabe unserer Zeitung, die dreimal im Jahr erscheint. Fast schon ein Alleinstellungsmerkmal, das sich großer Nachfrage erfreut. Auf unserer Homepage kann die Zeitung parallel gelesen werden (s. https://lsv-nrw.de/wp-content/uploads/2020/11/7114343_Zeitung-NRW-111.pdf).

Altenpolitik als Rahmen mit Fort- und Rückschritten

Bei der Gestaltungsaufgabe Alter muss das Rad nicht neu erfunden werden. So gab es da einmal, es war im Jahr 2009, einen bekannten Landespolitiker im Land Nordrhein-Westfalen. Der wollte mit seiner Landesregierung in der Altenpolitik einen ressortübergreifenden Perspektivwechsel einleiten. Da war die Rede von einer aktiven Gesellschaft des langen Lebens. Man wollte miteinander ressortübergreifend in den Dialog treten, um so Verantwortung für diese Gesellschaft zu übernehmen. Dafür sollten Rahmenbedingungen für mehr Selbstbestimmung und Mitgestaltung geschaffen werden. Dazu sollten sich auch alle gesellschaftlichen und politischen Bereiche weiter öffnen, damit das Selbstbestimmungsrecht älterer Menschen in allen Lebenslagen geachtet und gesichert wäre. Dabei stand das Ziel für mehr Selbstständigkeit und Lebensqualität im Alter im Fokus. Altersgerechte Wohnumfelder mit barrierefreien Wohnungen sowie innovative Wohn- und Betreuungskonzepte nahmen dabei einen zentralen Stellenwert ein.

Was ist aus diesen Rahmenbedingungen und Leitlinien als damals betiteltem rotem Faden in der Seniorenpolitik in unserem Land geworden?

Wir haben den Eindruck, statt solcher umfänglichen Ansätze erleben wir derzeit eher einen Abbau als eine weitere notwendige Umsetzung. Bisherige finanzielle Förderungen für mehr Qualität im Alter werden nach einem umfänglichen Verständnis abgebaut. Zurück bleibt ein seniorenpolitisch ungefüllter Raum. „Seniorenpolitik“ erscheint allein auf „Pflege“ reduziert, und dies spiegelt sich auch in den Kommunen. Nicht dass wir die Bedeutung des Themas „Pflege“ in Abrede stellen möchten. Aber Pflege macht eben nur einen Teil des Altwerdens aus. Daneben gibt es viele andere Bereiche, aber vor allem diese doch enorme freie Zeit vieler alter Menschen. Wenn man weiß, dass ab 65 Jahren oft noch 20 und mehr Jahre auszufüllen sind, braucht diese Zeit Gestaltung mittels individueller Fähigkeiten, Entscheidungen und Bereitschaften zum Beispiel zum gesellschaftlichen Engagement. Gesellschaftlich braucht es Orte, Angebote und Strukturen, um Gestaltung sowie Selbstwirksamkeitserfahrungen jenseits von Erwerbsarbeit zu ermöglichen. So kann das Alter auch ein Gewinn für das Gemeinwohl sein. Was für enorme Möglichkeiten! Hier gibt es einen Handlungs- und Gestaltungsbedarf, den es endlich politisch zu fördern und zu begleiten gilt. Dafür setzen wir uns ein, denn nur mit allen Kräften lässt sich die Gestaltungsaufgabe Alter im Sinne einer solidarischen Gesellschaft für alle Generationen positiv lösen.

Dabei wollen wir als Seniorenvertretungen mitreden, wenn es um unser Umfeld geht. Denn wir Älteren haben im Generationenverbund ein Recht auf eine lebenswerte, ja sogar eine lebenswerte nachbarschaftliche Wohnumgebung. Da geht es um Barrierefreiheit – stolpern kann übrigens auch jeder junge Vater mit Kinderwagen. Da geht es ferner um eine vernünftige Stadtplanung mit entsprechenden Treffpunkten, in denen man sich austauschen, ja sogar gegenseitig helfen kann. Und das unabhängig vom Alter. Da geht es auch um Mobilität mit einem preiswerten ÖPNV, den sich auch die alten Armen, aber auch die jungen Menschen leisten können. Auch im Sinne

eines wirksamen Klimaschutzes. Da geht es um bezahlbare Besuche der kulturellen oder anderer interessanter Einrichtungen. Da geht es aber vor allem um die wohnortnahen Einkaufs- und Ärzteneinrichtungen. Dazu gehört die Apotheke, aber auch die Sparkasse, in der man seine finanziellen Angelegenheiten regeln kann. Alle Angelegenheiten, die von der Kommunalpolitik bestimmt werden und an deren Entscheidungen Ältere beteiligt werden wollen. All diese Aktivitäten sind Beiträge zur Lösung der Gestaltungsaufgabe Alter.

Wir alle wissen und sehen, dass es gerade in der Seniorenpolitik sehr viel zu tun gibt, damit Menschen auch dann, wenn sie hochaltrig werden, gut und würdig leben können. Und dies unabhängig davon, ob sie hilfe- oder pflegebedürftig sind. Alles, was dazu beiträgt, brauchen wir. Wir brauchen mehr Altenpolitik statt weniger. Es wäre gut, wenn dies insbesondere in Politik und Verwaltung noch mehr Menschen verstehen würden als jene, die es bereits erkannt haben und praktizieren.

Literatur

- Achenbach, Vera von & Eifert, Barbara** (Hrsg.), (2010): Junge Bilder vom Alter, Verlag: Klartext, ISBN: 9783837501780.
- Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) (2010):** Altersbilder in der Gesellschaft. 6. Altenbericht. Berlin: Bundesanzeiger.
- Eifert, Barbara** (2013): Forever young? Resilienz und Akzeptanz des Alterns. der architekt – Zeitschrift des Bundes Deutscher Architekten (BDA), 3, S. 77–79.
- Eifert, Barbara** (2015): Rezension vom 02.07.2015 zu: Reimer Gronemeyer: Altwerden ist das Schönste und Dümme, was einem passieren kann. Edition Körber (Hamburg) 2014. ISBN 978-3-89684-160-5. In: socialnet Rezensionen, ISSN 2190-9245, <https://www.socialnet.de/rezensionen/18243.php> [Datum des Zugriffs 14.01.2021].
- Eifert, Barbara** (2016): Politische Partizipation Älterer – Die Landesseniorenvertretung Nordrhein-Westfalen e. V. mit wissenschaftlicher Beratung. In: G. Naegele, E. Olbermann & A. Kuhlmann (Hrsg.). Teilhabe im Alter gestalten – Aktuelle Themen der Sozialen Gerontologie (S. 355–371). Wiesbaden: Springer VS.

- Eifert, Barbara:** Rezension vom 21.07.2014 zu: Helga Pelizäus-Hoffmeister (Hrsg.): Der ungewisse Lebensabend? In: socialnet Rezensionen, <http://www.socialnet.de/rezensionen/16433.php>
- EURAGE (2011):** Age UK (2011). Grey Matters – A Survey of Ageism across Europe: EU Briefing and Policy Recommendations. London: Age UK, June (25pp). Seiten 6-7, s. <http://www.eurage.com/projects/publications/2011.html>
- Gatterer, H., C. Lanzinger, D. Mock, V. Muntschick, C. Schuldt & C. Varga** (2016): Pro-Aging. Die Alten machen uns jung. Frankfurt a. M.: Zukunftsinstitut.
- Göckenjan, Gerd** (2000): Das Alter würdigen. Altersbilder und Bedeutungswandel des Alters. Suhrkamp, Frankfurt a. M.
- Gronemeyer, Reimer** (2014): Altwerden ist das Schönste und Dümme, was einem passieren kann. Edition Körber (Hamburg) 2014.
- Information und Technik Nordrhein-Westfalen** (IT.NRW), Hrsg. 01/2018: Reihe „Statistik kompakt“ Titel: Alt, arm und allein? Lebensbedingungen und wirtschaftliche Situation der älteren Bevölkerung in NRW.
- NDU Trendreport** (2015): Die „Silver Society“: Chance und Herausforderungen für Unternehmen, [online] https://www.ndu.ac.at/fileadmin/user_upload/Downloads/Forschung/NDU_Trendreport-2015-01_Die-Silver-Society.pdf [16.07.18]
- Schwentker, Björn / Vaupel, James W.** (2011): Eine neue Kultur des Wandels. In: Aus Politik und Zeitgeschichte 10–11/2011, 7. März 2011.
- Thane, Pat** (Hrsg.), (2005): Das Alter – Eine Kulturgeschichte. Primus Verlag, Darmstadt.
- Zukunftsinstitut** (2016): Die digitale Weisheit der Freeager, [online] <https://www.zukunftsinstitut.de/artikel/lebensstile/free-aging-jenseits-des-rentendaseins/> [18.07.18]