

Thomas Klie
Wen kümmern die Alten?

Schriftenreihe Band 1440

Thomas Klie

Wen kümmern die Alten?

Auf dem Weg in eine
sorgende Gesellschaft

Prof. Dr. Thomas Klie, geboren 1955, ist Professor an der Evangelischen Hochschule Freiburg und leitet das Zentrum für zivilgesellschaftliche Entwicklung Freiburg/Hamburg sowie das Institut für angewandte Sozialforschung, Alter, Gesellschaft, Partizipation in Freiburg. Er ist Mitglied der 7. Altenberichtscommission der Bundesregierung.

Diese Veröffentlichung stellt keine Meinungsäußerung der Bundeszentrale für politische Bildung dar. Für die inhaltlichen Aussagen trägt der Autor die Verantwortung.

Bonn 2014

Lizenz Ausgabe für die Bundeszentrale für politische Bildung
Adenauerallee 86, 53113 Bonn

© Pattloch Verlag GmbH & Co. KG, München 2014

Umschlaggestaltung: Naumilkat – Agentur für Kommunikation und
Design, Düsseldorf

Umschlagfoto: © Photocase/Cattari Pons

Satz: im Verlag

Druck und Bindung: CPI books GmbH, Leck

ISBN 978-3-8389-0440-5

www.bpb.de

Inhalt

Achtung Alter!

- Eine Einführung 7

- 1 »Wenn ich alt bin, werde ich Lila tragen
und einen roten Hut ...«
Späte Freiheiten und Verletzlichkeiten 15

- 2 »Über der gewonnenen Zeit hängt eine Bedrohung«
»Pflegefall« und Demenz
als Schreckensszenario 29

- 3 »In guten wie in schlechten Tagen«
Die Familie als größte Pflegestelle der Nation –
und ihre neuen Dienstboten 47

- 4 Zukunftsmarkt Pflege
Darf sich Pflege rechnen? 68

- 5 Pflege nach Noten – die Logik der Pflegeindustrie?
Die Ökonomisierung der Pflege und die Moral ... 88

- 6 »Schafft die Heime ab!«
Geht es nicht auch ohne Pflegeheim? 99

- 7 Eine Gesellschaft des langen Lebens organisieren
Sind Caring Communities
ein Weg in die Zukunft? 113

- 8 »Einer trage des anderen Last«
Ausweg Sterbehilfe? 131

9	Könige im Exil? Sinnfenster für ein Leben mit Demenz	150
10	Alternde Gesellschaft und Sorge – Testfall für das Subsidiaritätsprinzip? Die geteilte Verantwortung als Leitbild	169
11	Aufstand der Alten? Aufbrüche zu neuen Formen des Wohnens und Sorgens	194
12	»Weiter so« geht nicht. Aber wie geht es weiter? Warum die Pflegeversicherung dringend reformiert werden muss	209
13	»Wir sitzen in einem Boot« Caring Community als Paradigma für eine nachhaltige Pflegepolitik	236
	Literatur	243
	Dank.	255

ACHTUNG ALTER!

Eine Einführung

Die Idee der Kindheit ist eine der großen Erfindungen der Renaissance, »vielleicht ihre menschlichste«, formulierte Neil Postman (Postman 1992). Erst im 19. Jahrhundert wurde sie zur gesellschaftlich ausgestalteten eigenen Lebensphase, vor allem weil junge Menschen nicht mehr als »kleine Erwachsene« gesehen wurden und ihnen Raum zur Entwicklung und Entfaltung ihrer Persönlichkeit gegeben wurde.

Im 21. Jahrhundert haben wir die Chance und sind wir herausgefordert, der historisch noch jüngeren Lebensphase Alter – die von Erwerbsarbeit befreit ist – eigenständig Gestalt zu geben. Vielleicht auch mit dem Ziel, die Idee und die Wirklichkeit des Alters als menschenfreundliche Aufgabe des beginnenden dritten Jahrtausends zu begreifen!

Wir sind auf dem Weg in eine Gesellschaft des langen Lebens. Wir empfinden es als Geschenk, unser Alter leben zu können. Noch nie ging es einer Generation Älterer so gut wie der heutigen. »Hauptsache, gesund, alles andere kannst du vergessen«, lässt Peter Gaymann zwei alte Männer an einem Kneipentisch im DEMENSCH-Kalender 2014 sagen. Dieser Wunsch ist längst kein frommer mehr: Die meisten älteren Menschen erfreuen sich vergleichsweise guter Gesundheit. Die Gesundheits- und Anti-Aging-Industrie kümmert sich um sie. Fitnesscenter für die Älteren sprießen aus dem Boden, und es ist gut

so, dass sich die ältere Generation um ihre körperliche und geistige Aktivität bemüht – solange nicht alle Gedanken um die eigene Gesundheit kreisen. Auch das Engagement für andere, ob in Familie, Freundeskreis oder politisch, kulturell, sozial, hält gesund, psychisch und physisch. Dennoch lässt sich nicht leugnen: Das Geschenk des langen Lebens wird für viele mit zunehmendem Alter von gesundheitlichen Einschränkungen und chronischen Beschwerden geprägt. Die Biologie ist keine Freundin des Alters. Das Alter und das Älterwerden lehren uns, dass wir unsere Vorstellungen von Gesundheit ändern müssen. Für Hans-Martin Rieger ist Gesundheit die Kraft und Fähigkeit zum Menschsein (Rieger: 2013). Eine Vorstellung von Gesundheit, wie sie von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) formuliert wurde, passt hingegen nicht recht zum Alter: »... ein Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlergehens und nicht nur das Fehlen von Krankheit oder Gebrechen« (WHO 1946). Viele Menschen haben die Kraft zum Menschsein auch angesichts mancher gesundheitlicher Ärgernisse. Sie meistern ihr Alter. Es bleibt aber für viele die Furcht vor einem Alter, das begleitet wird von Demenz und Pflegebedürftigkeit und unter Rahmenbedingungen gestellt ist, die die Kraft zum Menschsein nehmen.

Wird für mich gesorgt sein, wenn ich Hilfe benötige? Und dies unter menschenwürdigen Bedingungen? Diese Fragen wissen viele Bundesbürger nicht zu beantworten. Und dann kommen die Bilder des Schreckens: Dieter Hallervorden mag sich nicht vorstellen, in ein Pflegeheim zu ziehen, und lässt in seinem Film »Sein letztes Rennen« Paul, den ehemaligen Marathonläufer, vor seiner Depression im Alter »weglaufen«. Was aber, wenn man nicht mehr weglaufen kann?

Es gibt die Geschichten der Vernachlässigung älterer

Menschen. Gestern und heute. Ich erinnere mich noch an eine Nachbarin in meiner Kindheit. Ihr Mann hatte mir als Zehnjährigem seine Geige vermacht. Die Nachbarin wurde immer »tüddeliger« und verwirrter (Alzheimer und Demenz waren damals noch nicht die üblichen »Diagnosen«) und lebte über Jahre in einem abgedunkelten Raum, eingeschlossen und vor der Nachbarschaft mehr oder weniger versteckt. Dreißig Prozent der zu Hause versorgten Menschen mit Demenz sind heute von abgeschlossenen Haustüren und von Fixierungen betroffen. Nicht nur in Deutschland. Da ist zum Beispiel Dimitri, der Automechaniker in dem griechischen Dorf, das zu einer Art zweiten Heimat für mich geworden ist. Es waren seinerzeit gerade die alten Menschen, die mich bei meinen Reisen durch Griechenland faszinierten – mit ihrer Ausdrucksstärke, mit ihrer Präsenz im öffentlichen Raum, ihrer Ruhe und Gelassenheit. Nun sehe ich, wie Dimitri, der früher unsere Autos reparierte, kaum beachtet in seinem kleinen Haus lebt und in seinem »Dreck« verkümmert. Die Vernachlässigung kann so nah, in unserem Lebensumfeld geschehen. Der Bericht über kollektive Vernachlässigung in Heimen, aber auch im eigenen Zuhause, füllen immer wieder die Gazetten, und sie sind nicht erfunden. Wir alle kennen die vielfältigen Formen gesellschaftlicher Vernachlässigung und Ausgrenzung alter Menschen. Die wenigsten Staaten der Welt haben eine staatlich garantierte Alterssicherung. So wird von den Vereinten Nationen eine Charta der Rechte alter Menschen gefordert, in der das, was in Deutschland selbstverständlich erscheint, für alle alten Menschen zum Ziel erklärt wird: eine Grundsicherung im Alter, Schutz vor Misshandlung und Gewalt sowie gesellschaftliche Teilhabe. Es ist aber vor allem eine kulturelle Herausforderung, die Würde verletzlicher und gebrechlicher alter Menschen zu wahren. Schon die Zehn Gebote im Alten

Testament fordern die Achtung der Alten und etablieren eine Moral, die die Schutzbedürftigkeit alter Menschen reflektiert. In anderen Kulturkreisen treffen wir auf vergleichbare Forderungen. Die Achtung vor dem Alter ist auch in China ein Thema. Konfuzius hat in vielen »Belehrungen« die Kinder dazu aufgefordert, ihre Eltern immerfort zu ehren. Die Ehrfurcht vor dem Alter gilt als wichtige Grundlage aller Moral und eines funktionierenden Staatswesens. In dieser Tradition wurde im Jahre 2013 ein Gesetz verabschiedet, das dem »Schutz der Rechte der älteren Menschen« dient. Kinder und Enkel werden darin verpflichtet, ihre Eltern häufig zu besuchen und nach ihnen zu schauen. Ein erstes Gerichtsurteil zwingt eine Tochter, ihre Mutter mindestens alle zwei Monate zu besuchen. Nun mag man daran zweifeln, dass man Elternliebe gesetzlich verordnen kann. Alle Regelungen zur Achtung der Älteren verweisen aber darauf, dass die Ambivalenzen der Gesellschaft gegenüber den alten Menschen zeitlos und universell sind. In einer Gesellschaft des langen Lebens, angesichts der großen Zahl älterer Menschen und der zunehmenden Zahl von auf Hilfe Angewiesenen stellt die Achtung vor alten Menschen eine besondere Herausforderung und Leistung dar. Und dies in mehrfacher Hinsicht: politisch, fiskalisch, fachlich und kulturell.

Weltweit wurde das Leitbild des aktiven Alters ausgegeben. Die produktiven und kreativen Seiten des Alters werden zum Glück erkannt und auch von vielen Bürgerinnen und Bürgern angenommen. Wir alle können einen wichtigen Beitrag dazu leisten, dass sich die Altersbilder in der Gesellschaft ändern und wir differenzierter über das Älterwerden und das Altsein miteinander im Gespräch sind. Differenzierte Altersbilder tragen dazu bei, dass wir die Potenziale des Alters erkennen und nutzen, wo immer möglich.

Unser Wissen über das Alter widerlegt viele Vorurteile und Stereotypen: von wegen »altes Eisen«, von wegen nicht mehr dazulernen können. Es gilt, den weit verbreiteten Bildern vom (passiven) Ruhestand, vom »Pflegefall«, von der »Alterslast« entgegenzutreten. Es bleibt aber die Frage der »Sorge«: »Who cares?« Sie gehört in den nächsten Jahren auf die politische Agenda. Wer kümmert sich um die alten Menschen, die allein nicht zu-rechtkommen, wenn sie krank sind, die zu vereinsamen drohen, die Hilfe benötigen? In unserer auf Leistung orientierten Gesellschaft, die von uns eine hohe Flexibilität in der Lebensführung und im Lebenslauf verlangt, ist es nicht einfach, die Sorge für Menschen, die verletzlich sind, zu gestalten und sicherzustellen.

Die Sorge und Pflege für alte Menschen ist – in der heutigen Dimension – geschichtlich betrachtet neu. Betrug Ende des 19. und Anfang des 20. Jahrhunderts die Zeit der Pflege von Angehörigen in der Regel einige Wochen oder maximal Monate, so sind es heute im Schnitt sieben Jahre. Partner und Familien stellen sich dieser Aufgabe. Der Staat setzt auf sie. Die Pflegeversicherung flankiert die häusliche Pflege mit ihren Leistungen und finanziert die Heime – in die kaum einer will.

Dieses Buch lädt ein, die individuellen und kollektiven Gestaltungsaufgaben, die mit dem Altern und dem Alter in seinen verschiedenen Ausprägungen verbunden sind, in den Blick zu nehmen. Es setzt sich kritisch mit unseren Vorstellungen von Pflegebedürftigkeit und Demenz auseinander und fordert auf, den Gefahren einer zunehmenden Ökonomisierung der Pflege ins Auge zu sehen; es dechiffriert die überbordenden Kontrollen in Heimen und die »Pfleagenoten« als untauglichen Weg einer »Fast Food«-Qualitätssicherung. Es bietet an, sich dem Thema Demenz als einer Ausdrucksform des vulnerablen Alters und eines Wegs aus dem Leben zu öffnen. Es proble-

matisiert die Patientenverfügungen und die Sterbehilfediskussion aus der Sicht von Palliative Care. Es prüft, ob das Subsidiaritätsprinzip als Grundlage für eine faire und nachhaltige soziale Ordnung taugt, und versucht das Leitbild der Caring Community, der »sorgenden Gemeinschaft«, mit Konturen und Inhalt zu versehen. Viele Beispiele werden angeboten, die Mut machen, sich den Gestaltungsaufgaben des Alters zu widmen.

Es ist eine Innovationskultur gefragt, wenn wir eine Gesellschaft des langen Lebens menschenfreundlich gestalten wollen, jenseits von traditioneller Familienpflege und Heimen.

Am Ende steht ein Politikentwurf, der Familien-, Gesundheits-, Teilhabe- und Pflegepolitik miteinander verbindet und dabei den Kommunen eine zentrale Rolle zuweist. Denn »weiter so« geht nicht: Wir brauchen eine neue und zum Teil grundlegend andere »Sorgepolitik« in Deutschland. Das Thema Alter und Pflege ist und bleibt leider ein Randthema. Die Pflegepolitik ist ein Stiefkind der Gesundheitspolitik und tief in die Ambivalenzen der Gesellschaft und der Politik gegenüber dem Thema Alter verstrickt. Die Pflegekassen fristen ihr Dasein neben den dominanten Krankenversicherungen. Kaum jemanden schert es, wenn die Pflegepolitik nicht verfängt, Reformen nicht umgesetzt werden und dabei die vulnerablen alten Menschen auf der Strecke bleiben.

Die Politikempfehlungen und der vorgestellte Politikentwurf münden nicht in vereinfachenden Lösungen, nach dem Motto: »Mehr Geld ins System, endlich ein neuer Pflegebedürftigkeitsbegriff, und dann ist alles in Ordnung.« Die Frage, wie wir für unser Alter und unsere Alten zukünftig sorgen, ist komplizierter und interessanter. Sie gilt uns, jedem Einzelnen von uns, jeder Familie, den Nachbarschaften, den Vereinen und Kirchengemein-

den. In jedem Dorf und jeder Stadt stellt sie sich anders – nach Größe, Kultur, demografischer Perspektive. Wohlfahrtsverbände und Professionelle müssen umdenken und Ministerien und Behörden zu Ermöglichungsinstanzen werden. »Who cares«, das ist unser aller Thema, und es ist selbstverständlich ein Thema für die Politik, die sich nicht heraushalten darf, sondern Voraussetzungen schaffen muss, damit wir uns in guter Weise um das Alter und die Alten kümmern, auf notwendige Unterstützung setzen, Menschenrechte wahren und in fairer Weise Sorgaufgaben zwischen Familien, Staat, Professionellen, Zivilgesellschaft und Institutionen teilen können.

Die Duldsamkeit vieler alter Menschen scheint unbegrenzt: derer, die Sorge für andere tragen, und derer, die der Sorge bedürfen. Sie alle verdienen unsere Anteilnehmende Aufmerksamkeit und Empörungsbereitschaft. Beides sind Voraussetzungen, um das Thema Pflege und Sorge, das kein Gewinnerthema ist, in die Mitte der Gesellschaft zu tragen und nicht Talkshows, Lobbyisten und Kostenträgern zu überlassen. Es gilt, eine Politik der Sorge und Pflege konsequent vom Menschen her zu denken und zu gestalten. Dann mag es gelingen, auch in der modernen Gesellschaft etwas von der Zuversicht im Diesseits zurückzugewinnen, dass wir die Kraft zum Menschsein bewahren können und für uns gesorgt sein wird, wenn wir es ohne Hilfe nicht mehr schaffen, unser Leben eigenständig zu gestalten.

Thomas Klie
Freiburg/Liota, im September 2013

»Wenn ich alt bin, werde ich Lila tragen und einen roten Hut ...«

SPÄTE FREIHEITEN UND VERLETZLICHKEITEN

»Aktiv im Alter«, das ist das Leitbild für einen gelingenden Lebensabend. Wir lernen die produktiven Seiten des Alters kennen und schätzen. Gleichwohl: Die Biologie ist keine Freundin des Alters. Wo finden wir Orientierungen für das Älterwerden, die auf die Freiheiten und Verletzlichkeiten des Alters Rücksicht nehmen und die Sorge füreinander einbeziehen?

Wenn ich alt bin, werde ich Lila tragen und einen roten Hut ...«: Seit den 1980ern steht der Anfang des Gedichts von Jenny Joseph für eine neue Generation älter werdender Menschen, die sich nicht zurückziehen und den Ruhestand genießen wollen: Der »Unruhestand« ist das Leitbild für die »neuen Alten«. Es gehe darum, nicht dem Leben Jahre, sondern den Jahren Leben zu geben, verkündete einst Ursula Lehr, die erste und bislang einzige Gerontologin im Amt der Familienministerin. Von wegen Alterslast – heute gilt es, die Lust am Alter zu entdecken. Eine ähnliche Sicht auf das Alter brachte 1983 auch der österreichische Soziologe Leopold Rosenmayr in seinem biografisch inspirierten Buch »Die späte Freiheit« zum Ausdruck. Der Titel ist mittlerweile für viele ältere Menschen zum Programm geworden. Schon Bertolt Brecht hat in seinem Werk »Die unwürdige Greisin« die Geschichte einer alten Frau beschrieben, die ein neues Leben nach dem Tod ihres Mannes beginnt.

Sie bricht mit Konventionen, die ein gesittetes Alter fordern, und beginnt, sich bescheidene Freuden selbstbewusst zu gönnen: ein Glas Rotwein, eine Bekanntschaft, kleine Entdeckungen. Ihre Kinder wollen ihr diese nicht zugestehen, zweifeln sogar ihre geistige Gesundheit an.

Mein frühes »Vorbild« in dieser Hinsicht ist Dorothee Hummel, eine blinde alte Frau, die ich in Hamburg als Schüler über Jahre hinweg besuchte und zu der ich eine ungleiche Freundschaft pflegte. Sie führte eine moderat glückliche Ehe und entdeckte nach dem Tod ihres Ehemannes in einem Heim auf ihre Weise eine kleine späte Freiheit: Sie verliebte sich mit Mitte achtzig – still und ohne Reue. »Wenn dat min Oller weeten wöör, wie goot mi dat hier baben geiht, der wöör sich bannig umkieken.«*

Unsere Sicht auf das Alter ist befreit von Bildern vom Sofa, vom umsorgten Alten. Wir leben heute in einer bunten Altersgesellschaft, in der jede und jeder aufgefordert ist, (auch) aus seinem Alter etwas zu machen: »Sie können mehr Spuren hinterlassen als nur eine Kuhle im Sofa.« Aus der sogenannten Altenfürsorge und Altenhilfe wurden Förderprogramme für aktives Altern. Die Älteren werden als zahlungskräftige und unternehmungslustige Konsumenten umworben. Die Wirtschaftskraft alter Menschen verspricht Binnennachfrage im demografischen Wandel. Alte Menschen bilden die größte Gruppe unter den Kreuzschiff-Reisenden, sie bauen ihre Wohnung um, schaffen kleine Wellness-Inseln in ihren bis dato spröden Badezimmern, kaufen Neuwagen, studieren an den Hochschulen, engagieren sich und fordern politische Einflussnahme. Aus den Pionieren der 1980er Jahre, denjenigen mit dem lila Kleid und dem dazu so gar

* Plattdeutsch: Wenn mein Alter sehen würde, wie gut es mir hier oben auf der Erde geht, würde er sich im Grabe umdrehen.

nicht passenden roten Hut, und den Nonkonformisten des Alters wurden die »Silver Agers«.

»Der Ruhestand kommt später«, überschrieb der Kommunikationsexperte und Publizist Henning von Vieregge sein 2012 erschienenes Buch, in dem er zeigt, wie Manager eine dritte oder vierte Karriere im Alter beginnen können: etwa als Berater oder Mentoren. Alter muss nicht Untätigkeit bedeuten. Der Arbeitsmarkt hat für Ältere immer noch etwas zu bieten. Zivilgesellschaftliche Aktionsformen eröffnen Chancen für neue, sinnstiftende Aufgaben. Auch sind Führungskräfte in der Zivilgesellschaft gefragt, um gemeinsam und generationsübergreifend Gestaltungsaufgaben in einer Gesellschaft des demografischen Wandels zu übernehmen: als Jobcoach, als Pate für Kinder aus bildungsbenachteiligten Milieus, als Seniorpartner in School, als Hospizhelfer oder Patientenbegleiter. Die Wirtschaftskraft Älterer wird geschätzt, ihre Kompetenzen werden beschworen, das Leitbild der Produktivität wird ausgerufen. Als bürgerschaftlich Engagierte sind sie umworben.

Es sind nicht wenige, die diesen neuen Leitbildern des Alters folgen. Die Generali-Altersstudie 2013 macht deutlich, dass knapp 60 Prozent der Älteren angeben, mit ihrem Leben sehr zufrieden zu sein. Das gilt auch für die Hochbetagten, jedoch nicht für alle Älteren. Das Fazit der Studie: Je besser Bildung und Gesundheit sind, je höher der Lebensstandard ist, desto ausgeprägter ist auch die Zufriedenheit.

Alter bedeutet auch nicht farbloses Grau: Jenny Josephs lyrisches Ich will den roten Hut aufsetzen, andere greifen zu Make-up oder gehen zum »Falten-Rock«-Tanz. Wie die Generali-Altersstudie errechnete, tragen knapp 50 Prozent der Frauen im Alter zwischen 65 und 74 Jahren regelmäßig Lippenstift, vor 30 Jahren war es nicht einmal ein Viertel. Man ist unterwegs, pflegt Kontakte

und übt Solidarität mit den Jüngeren: 9,7 Milliarden Euro jährlich werden laut Statistischem Bundesamt von den 65- bis 85-Jährigen an ihre Kinder gezahlt, doppelt so viel wie für die Grundsicherung im Alter im Jahr 2011.

Sich nach Familienphase und Beruf noch einmal ganz neu zu (er)finden, eine neue Heimat zu finden, befriedigende Formen des Lebens und der Gemeinschaft zu entdecken, neue Wohnformen auszuprobieren – das spricht viele älter werdende Menschen an, das trauen sich immer mehr Menschen zu. Vor allem das Interesse an gemeinschaftlichem Wohnen im Alter hat zugenommen.

Mehrgenerationenhäuser und andere Formen des Austausches und der Begegnung fördern das Zusammenleben von Jung und Alt, von Behinderten und Nicht-Behinderten. Diese Lebens- und Wohnformen sind ansprechend und resonanzfähig und machen Lust auf das Alter. Auf die Suche nach neuen Wohn- und Lebensformen machen sich vor allem Frauen, die im Alter häufig allein leben, da Männer durchschnittlich sieben Jahre früher sterben.

Gleichwohl: Die Gestaltungschancen eines produktiven und aktiven Alters sind in der Gesellschaft ungleich verteilt. Wir werden im Alter verschiedener. Die sozialen Unterschiede und die Benachteiligungen im Lebenslauf kumulieren sich im Alter: Wer über einen geringen Verdienst verfügte, wird eine noch geringere Rente erhalten, wer schlechtere Bildungschancen hatte, ist im Alter in der Regel auch weniger gesund. Heute generell von Altersarmut zu sprechen, geht indes völlig an der Realität vorbei. Es sind etwa 420 000 alte Menschen, die die Grundsicherung erhalten. Heute gilt: Es gab noch nie eine Generation älterer Menschen, der es ökonomisch, gesundheitlich und in Bezug auf die subjektive Lebenszufriedenheit so gut ging wie der gegenwärtigen Generation der älteren Menschen. Es ist nicht zu erwarten, dass sich das in Zu-

kunft noch einmal wiederholen wird, da die materiellen Bedingungen sich deutlich verschlechtern werden und Altersarmut wieder viele treffen wird.

In dieser goldenen Zeit des Alters ändern sich auch die Bilder vom Alter. Wir nehmen uns als älter werdende Menschen anders wahr als früher. Ältere fühlen sich subjektiv jünger, als sie sind. Zudem ändern sich die Vorstellungen davon, was als gutes Leben im Alter gilt.

Auf einer Fahrt mit der Bahn nach Bayreuth konnte ich die Neujustierung des Alters mit ihren Ausprägungen studieren: Zwei ältere Herren, jeweils alleinstehend, waren unterwegs, um das Wochenende aktiv zu gestalten, kostengünstig mit dem Bayerticket, für einen geringen Aufpreis in der ersten Klasse. Sie tauschten sich aus über das, was man tun und lassen sollte, um erfolgreich zu altern: aktiv bleiben, den Kontakt mit anderen Menschen suchen – so wie sie es auch in der Bahn taten. Sich bewegen, »damit man nicht steif wird«, geistig wach bleiben, sich für die Zeit interessieren und immer etwas Neues lernen, etwas, womit man sich ein Leben lang noch nicht befasst hat. Das gehe häufig einfacher, als etwas zu verändern, das man bereits gelernt hat. Richtig, kann man da nur beipflichten.

Der Schweizer Gerontologe Urs Kalbermatten hat früh begonnen, seine Vorstellungen vom »Lernen im Alter« in die Praxis umzusetzen: Es geht nicht darum, die Einschränkungen des Alters auszugleichen, sondern die Lebensphase »Alter« als eigenständigen Teil der Biografie zu gestalten. So interessiert und beschäftigt sich Kalbermatten mit Blick auf die nachberufliche Lebensphase mit für ihn ganz neuen Dingen und Themen: Vogelarten, Orchideen. »Der Mensch versteht sich nicht als ein Abgeschlossener, sondern Werdender«, zitiert er Heraklit und lädt ein, im Alter zu neuen Ufern aufzubrechen (vgl. Kalbermatten 2012). Dem schließt sich auch die Evan-

gelische Kirche in Deutschland (EKD) an: »Im Alter neu werden können« heißt die Orientierungshilfe, die sie 2010 präsentierte.

So oder so – ob bezogen auf alte oder neue Fähigkeiten und Kompetenzen – lernen ältere Menschen die aktiven und produktiven Seiten des Alters kennen. Das ist in vielerlei Hinsicht gut so. Denn die hinter den gesetzlichen Regelungen zum Ruhestand stehenden Vorstellungen tragen Diskriminierendes in sich. Ältere Menschen werden faktisch mit einem Arbeitsverbot belegt. So zumindest erleben es viele. Andere können den Ruhestand nicht erwarten. Die Zahl derer, die länger arbeiten als früher, und die Zahl derer, die länger arbeiten möchten, steigt (vgl. Nowossadeck/Vogel 2013).

Warum muss es überhaupt Altersgrenzen geben, fragte sich die sechste Altenberichtscommission. Kann man nicht flexibler mit der Gestaltung des Lebenslaufes umgehen, ein oder zwei Sabbatjahre einlegen und dafür länger arbeiten? Dass ein flexiblerer Umgang mit Altersgrenzen möglich ist, zeigt ein Blick ins Ausland. In Dänemark ist die Regelaltersgrenze inzwischen auf 74 Jahre angehoben worden. Und in Japan ist es selbstverständlich, dass ältere Menschen ihre Rente durch Rentnerjobs aufbessern. Sie arbeiten aber auch, um ihrem Alltag Struktur zu geben. Es gibt Gesellschaften, etwa die der *Cum* im südafrikanischen Buschland, die die Kategorie Alter nicht kennen, da die Menschen so vollständig in Familien- und Verwandtschaftsstrukturen eingebunden sind, dass es auf das Alter, gemessen in Jahren, nicht ankommt.

Wir »fröhlichen Gerontologen« (Zimmermann 2012, S. 80) sollten aber auch mit einer gewissen Skepsis dem Lobgesang auf das aktive Alter entgegentreten und darüber nachdenken, inwieweit die Leitbilder des »Active Aging«,

die inzwischen weltweit gelten, tatsächlich für ein gutes Leben bürgen. Die ständige Betonung der Potenziale des Alters kann auch als unterwerfende Macht und Bürde empfunden werden. Die Älteren sind aufgefordert, sich stets aktiv, produktiv und erfolgreich auf die Herausforderungen des modernen Lebens einzustellen. Auch im Alter noch erfolgreich sein müssen? Was ist mit denen, die dazu nicht in der Lage sind, deren Lebenssituation es schwer oder gar nicht zulässt, Potenziale zu nutzen, oder deren Handlungsspielräume aus finanziellen, aus familiären oder gesundheitlichen Gründen geringer sind? Muss ich mein Leben bis ins hohe Alter aktiv führen? Was geschieht mit all denjenigen, denen es an solcher Leistungsfähigkeit mangelt?

In der Forderung bzw. im Vorschlag des populären Philosophen Richard David Precht, ein Pflichtjahr für Senioren einzuführen (Precht 2012), wird deutlich, wie sehr das Alter durch Appelle, sich aktiv und nützlich zu verhalten, belagert wird. Späte Freiheit heißt eben auch, wie Bertolt Brecht es ausgeführt hat und wie es im anarchisch anmutenden Gedicht von Jenny Joseph zum Ausdruck kommt, das Leben im Alter nicht (allein) in einen Nützlichkeitsbezug stellen zu müssen. Auch das ist ein Aspekt der späten Freiheit: eigensinnig und weltfern leben zu dürfen.

Es ist ein verkürzter und oberflächlicher Blick auf das Alter, wenn nur das als ein gutes Leben im Alter gilt, was erfolgreich, produktiv und aktiv ist. Es gibt auch einen anderen Modus der Aktivität, der sich nicht im Reisen, im Engagement, in der geistigen Vitalität messen lässt. Das gilt insbesondere für das hohe Alter, in dem die verletzlichen Seiten des Lebens immer deutlicher werden. Das Leitbild des produktiven Alters steht in der Gefahr, die ökonomischen Kategorien von Erfolg und Scheitern allzu sehr zu betonen. Was ist das Alter wert, wenn es

nicht mehr erfolgreich ist, wenn es »unproduktiv« wird und ökonomische Ressourcen bindet? Dann sind wir bei der »Alterslast«, beim »Rentnerberg« und beim »Pflegefall Deutschland«. Schon lange wird die Problematik eines ambivalenten Altersbildes beschworen (vgl. Zeman 1997): hier die jungen Alten, dort die alten Alten, hier das dritte, dort das vierte Lebensalter, hier die Produktiven, dort die Unproduktiven. Ein solches Gegenüber ist gefährlich, da es in einem weiteren Sinne die konstruktive Auseinandersetzung mit der Vielgestaltigkeit des Alters behindert.

Andreas Kruse, einer der wichtigsten Gerontologen in Deutschland, widmet sich in bedeutsamer Weise den Entwicklungsaufgaben im hohen Alter und erschließt damit ein tieferes Verständnis von Alter und Altwerden, das in der Lage ist, das Gegenüber von positiven und negativen Altersbildern in ihren Wirkungen zu überwinden (vgl. Kruse 2013). Nur wenn wir das schaffen, gelingt uns individuell und kulturell ein wertschätzender Umgang mit dem hohen Alter und ein Reifungsprozess beim Älterwerden. Wir müssen bei aller Freude über die gewonnenen Lebensjahre zur Kenntnis nehmen, dass unsere genetische Disposition es uns nicht leicht macht mit dem Alter, insbesondere mit dem hohen Alter. Paul B. Baltes hat die drei Prinzipien der Unvollendetheit der individuellen, lebenslangen Entwicklung eines Menschen so beschrieben: Der genetische Evolutionsvorteil wird im Lebenslauf geringer, der Bedarf an Kultur nimmt zu, und die Effektivität von Kultur nimmt ab (vgl. Baltes 1999).

Auch wenn ein heute 75-Jähriger in seinem biologischen Alter und seiner Fitness einem 65-Jährigen vor 30 Jahren entspricht, bleibt es dabei, dass die biologischen Umbauprozesse, die mit dem Alterungsprozess verbunden sind, unsere Fähigkeiten in sensorischer, in

kognitiver und in körperlicher Hinsicht beeinträchtigen. Auch wenn die Biologen inzwischen die Alterungsprozesse entziffern können, von der Unsterblichkeit und dem Alter eines Methusalem bleiben wir weit entfernt. Daran ändern auch die Biologen und Anti-Aging-Protagonisten nichts, die eine Lebenserwartung von 120 bis 150 Jahren versprechen. Zwar steigt die Lebenserwartung in Deutschland jedes Jahr um drei Monate. Doch die Auswirkungen des Alters auf die Fitness des Organismus bleiben davon weithin unberührt. Wir müssen lernen, mit der biologischen Uhr in uns zu leben und mit veränderten Fähigkeiten und neuen Interessen und Themen das Altern zu lernen. Das gelingt vielen Menschen in guter Weise und hat etwas mit Lebenskunst zu tun. Der von mir sehr geschätzte Konrad Maier liebte das Wandern in den Alpen und entdeckte notgedrungen aufgrund einer Herzerkrankung die nordfriesischen Inseln. Letztere gewährten ihm einen größeren Radius an Mobilität und bescherten ihm im Alter neue Naturerfahrungen. Die bewusste Entscheidung, sich für neue Dinge zu interessieren, eröffnet neue Erfahrungen und Lernfelder.

Es geht aber nicht nur um die Kompensation unserer eingeschränkten körperlichen Leistungsfähigkeit, auch die emotionale Dimension des Lebens, die in uns Menschen evolutionsbiologisch im Alter angelegt ist, nimmt zu. Emotionales Wohlbefinden wird für viele Menschen im Alter wichtiger als das Erreichen bestimmter Ziele. Auch das Bedürfnis, sich für das Wohlergehen anderer Menschen einzusetzen, gewinnt an Bedeutung und gleicht die begrenzte Selbstentfaltung aus, die in anderen Bereichen des Lebens spürbar ist. Diese veränderte Vorstellung von einem guten Leben wird insbesondere im sogenannten vierten Lebensalter wichtig, der Zeitspanne ab dem 80. oder 85. Lebensjahr, in der die Verletzlichkeit des Menschen zunimmt. Das dritte Lebensalter, von rela-

tiver Gesundheit und körperlicher Leistungsfähigkeit geprägt, beginnt mit dem Ausscheiden aus der Erwerbsarbeit und reicht bis zum 80. oder 85. Lebensjahr. Die mit dem dritten Lebensalter häufig verbundene relativ gute Gesundheit zeigt im Übrigen, dass es gerontologisch keine verallgemeinerbare Begründung einer Altersgrenze von 65 Jahren gibt. So wie sich Kinder höchst unterschiedlich entwickeln – was jahrgangsbezogene Schulklassen als nicht sehr sinnvoll erscheinen lässt –, sind generell unterstellte Leistungsminderungen ab einem Alter von 65 Jahren unzutreffend. Ab 80 oder 85 nehmen Erkrankungen, die im Alter typischerweise auftreten, zu. Erst mit 80 bis 85 wird das, was in Deutschland als Pflegebedürftigkeit beschrieben wird, die Einschränkung in der Selbstständigkeit, zu einem verbreiteten Phänomen. Auch die Wahrscheinlichkeit, an einer Demenz zu erkranken, nimmt erst im sehr hohen Alter zu. Dabei ist es nur etwa die Hälfte der Hochaltrigen, die von Demenz und Pflegebedürftigkeit betroffen ist.

Wie gelingt es mir, meine Identität zu bewahren, wenn die Verletzlichkeit zunimmt und der Körper zum Ärgernis wird? Ursula Lehr, inzwischen über 80 Jahre alt, formulierte es in einem taz-Interview wie folgt: »Natürlich war es früher anders, ich hatte zum Beispiel keine Probleme mit den Haaren – man sollte dieser Zeit nicht nachtrauern. Man nimmt diese kleinen Einschränkungen in Kauf. Die Alternative wäre schließlich, unter der Erde zu sein« (Gräff 2013). Es ist eine Leistung, zu sich zu stehen, sich im hohen Alter zu akzeptieren. Und ob dies gelingt, hängt ganz wesentlich davon ab, wie uns andere Menschen sehen und wie die Gesellschaft mit hochaltrigen Menschen umgeht. Die Auseinandersetzung mit den verletzungsanfälligen Seiten des eigenen Lebens ist nach Erikson eine Quelle des Wachstums der Persönlichkeit (vgl. Erikson 1997). Die Verarbeitung des Wechselspiels

zwischen Integrität und Verzweiflung, zwischen Vertrauen und Verlassenheit gehört zu den Themen, die mit dem hohen Alter und der menschlichen Existenz untrennbar verbunden sind. Das darf nicht überspielt oder ignoriert werden.

Gerade mit Blick auf die Endlichkeit des Lebens stellt sich die Frage, wie sich im hohen Lebensalter bzw. gegen Lebensende eine sinnerfüllte, über das eigene Ego hinausreichende Lebens- und Weltbetrachtung gewinnen lässt. Die Experten sprechen in diesem Zusammenhang von »Generativität«. Die Bereitschaft, sich etwa für Kinder und Enkelkinder zu engagieren, ist Ausdruck dieses Ringens um Generativität, die Bereitschaft und den Wunsch, einen Beitrag zum Fortbestand der Familie, der Gemeinschaft oder der Gesellschaft insgesamt zu leisten. Die Liebe in die Zukunft zu tragen und sich um zukünftige Generationen zu kümmern, mit allem, was für künftige Generationen wertvoll sein könnte, ist ein weiterer positiver Aspekt der Generativität. Vielfach konzentriert sie sich auf die eigene Familie, sie erschöpft sich aber keineswegs darin. Das Engagement für andere, die Anteilnahme an gesellschaftlichen Entwicklungen, die Investition in die Zukunftsfähigkeit der Gesellschaft, das Engagement für Nachhaltigkeit, ist Verwirklichung von Generativität. Sie ist eine Entwicklungsaufgabe des Menschen.

Solche Entwicklungsaufgaben des Alters anzunehmen und zu meistern stellt eine besondere Form der Produktivität des Alters dar. Es ist eine besondere Leistung, wenn die Kräfte und die Selbstständigkeit abnehmen, mit Blick auf die eigene Verletzlichkeit, das Selbst zu erhalten, und dies angesichts von Brüchen in der Biografie. Viele sehen die Notwendigkeit, Vorstellungen vom Leben zu korri-

gieren, angesichts des Fragments, das das Leben für die meisten Menschen in vielerlei Hinsicht bleibt. Von grundlegender Bedeutung für den Menschen bleibt das Bedürfnis, dass er sich auch und gerade angesichts dieser Entwicklungsaufgaben ausdrücken kann, sich mitteilen kann, sich in verschiedener Weise zeigen kann. Diese Tendenz zur Selbstaktualisierung geht uns nicht verloren, auch bei einer Demenz nicht. Lebensäußerungen von Menschen mit Demenz sind auch in diesem Sinne »produktiv«.

Das Altern und das hohe Alter sind mit Grenzerfahrungen und Grenzsituationen verbunden, die als Entwicklungspotenziale verstanden werden können. Andreas Kruse formuliert diese Entwicklung im sehr hohen Alter folgendermaßen: »Grenzsituationen des Leidens, des Verlustes, des Sterbens lassen sich als solche nicht verändern, sie erfordern eine Veränderung des Menschen, die auch eine neue Einstellung zu sich selbst und zu seiner Existenz verlangt« (Kruse 2012, S. 53). Kruse verweist hier auf die Erfahrungen des Lyderkönigs Krösus: »Mein Leid, so unerfreulich es war, ist mir zur Lehre geworden. Wenn du meinst, unsterblich zu sein und ebenso über so ein Heer zu gebieten, so wäre es sinnlos, dass ich dir riete. Wenn du dir bewusst bist, selbst ein Mensch zu sein und über andere ebensolche Menschen zu gebieten, so lass dir dieses als Erstes sagen: Es gibt einen Kreislauf der Menschendinge, der lässt mit seinem Umlauf nicht zu, dass immer dieselben im Glück sind« (ebd., S. 54). Eine besondere Leistung älterer Menschen im Umgang mit Grenzsituationen liegt, wie es der Lyderkönig Krösus zum Ausdruck bringt, in der potenziellen Vorbildfunktion, die sie übernehmen, indem sie nachfolgenden Generationen Einblick in die Grenzen des Lebens und in die Fähigkeit zum reflektierten Umgang mit diesen Grenzen geben.

Wir leben in einer Gesellschaft des langen Lebens. In den vergangenen Jahrhunderten konnte man mit einer solchen Perspektive nicht rechnen. Heute dürfen und müssen wir dies tun. Sich mit den An- und Herausforderungen im Lebenslauf auseinanderzusetzen gehört zu den Gestaltungsaufgaben des alternden Menschen. Die mit dem Alter verbundenen Themen der Gesunderhaltung, der Nutzung und Entfaltung der Potenziale, der Lebenskunst im Alter bis hin zum bewussten Umgang mit den Grenzsituationen des Lebens, sind in der Mitte der Gesellschaft angekommen. Das zeigen uns Filme, Bücher und Theaterstücke wie jüngst das Theaterprojekt in Hamburg: *Dem Weggehen zugewandt*. Es gibt kaum mehr eine Party der Generation 50 plus, auf der nicht über pflegebedürftige Eltern, über eigene Vorstellungen des Lebens im Alter oder über Demenz gesprochen wird. Es ist nicht mehr die Toskana allein, nicht die nächste Reise, es sind auch die verletzbaren Seiten des Alters, die zur Sprache kommen. Hierin liegt eine Chance für die gesellschaftliche Aneignung der mit dem Alter verbundenen Entwicklungsaufgaben. Dabei erscheint kulturell besonders bedeutsam, dass die Fragen eines guten Lebens im hohen Alter, der Umgang mit der Hilflosigkeit, die Sorge für sich und den anderen dabei in produktiver Weise aufgegriffen und verarbeitet werden.

Die Themen Sorge, Pflege, hohes Alter dürfen nicht an die Medizin, an die Pflegeheime oder die Pflegeversicherung delegiert werden. Gutes Leben im Alter setzt nicht nur auf Selbstständigkeit. Es akzeptiert auch die vordergründig unproduktiven Seiten des Alters. Die vorausschauende anteilnehmende Verantwortungsübernahme für sich und für andere macht die Qualität menschlichen Zusammenlebens und eine Kultur der gegenseitigen Sorge aus. Sie steht in besonderer Weise unter der Bewährungsprobe der nächsten Jahrzehnte, in denen uns der

demografische und soziale Wandel sehr viele Sorgauf-
gaben auferlegt. Um diese Aufgaben zu meistern, bedarf
es differenzierter Altersbilder und der Vorstellung eines
aktiven und produktiven Alters, verbunden mit der Ak-
zeptanz und der grundlegenden Wertschätzung der Ver-
letzlichkeit des hohen Alters. Im sechsten Altenbericht
der Bundesregierung (vgl. BMFSFJ 2010) haben wir unse-
ren Ausführungen und Empfehlungen vier Dimensionen
einer Anthropologie des Alters vorangestellt, die von
Andreas Kruse grundgelegt wurden (Kruse 2007): die
Selbstständigkeit, für deren Erhalt ältere Menschen zu-
meist viel tun können, die *Selbstverantwortlichkeit*, die
die vorausschauende Verantwortungsübernahme für sich
selbst anspricht, die *Mitverantwortlichkeit*, die sich in
der Fähigkeit, sich in andere hineinzusetzen, ebenso
äußert wie in dem grundlegenden Bedürfnis, öffentliche
Angelegenheiten mitzugestalten, und die *Akzeptanz der
eigenen Abhängigkeit*. Mit ihr wird die besondere Ent-
wicklungsaufgabe des Alters angesichts der Angewiesen-
heit auf die Hilfe anderer, aber auch die Sorgebereitschaft
und -fähigkeit der Gesellschaft angesprochen, um die es
in diesem Buch in besonderer Weise geht.