

# Leseprobe

## 1 Die heutigen 65- bis 85-Jährigen: Lebensgefühl und materielle Lebenssituation

**W**ar vor 100 Jahren die verbleibende Zeit jenseits des 65. Lebensjahrs noch auf wenige Jahre begrenzt, kann ein heute 65-jähriger Mann im Durchschnitt damit rechnen, noch 17 Jahre zu leben, eine 65-jährige Frau sogar 20 Jahre. Bis 2060 wird sich dieser Zeitraum nochmals um durchschnittlich rund fünf Jahre verlängern (12. koordinierte Bevölkerungsvorausberechnung des Statistischen Bundesamtes). Mit der Lebenserwartung hat die Vitalität der Älteren zugenommen, da sich die Altersschwellen, ab denen die Vitalität nachlässt, deutlich verschoben haben. Die Mehrheit der 65- bis 85-Jährigen blickt denn auch positiv auf ihren jetzigen Lebensabschnitt und fühlt sich noch nicht zu alt dafür, ihr Leben zu genießen.

## 1.1 Positiver Blick auf den derzeitigen Lebensabschnitt

Die große Mehrheit der 65- bis 85-Jährigen fühlt sich jünger, als es ihrem tatsächlichen Alter entspricht. Annähernd zwei Drittel, 65 Prozent, geben als gefühltes Alter weniger Jahre an, als in ihrem Ausweis stehen. Selbst von den 80- bis 85-Jährigen fühlt sich die Hälfte (51 Prozent) jünger, als sie sind. Im Durchschnitt liegt das gefühlte Alter der 65- bis 85-Jährigen um rund zehn Jahre unter dem biologischen Alter (Abbildung 1.1).

In der deutlichen Abweichung des subjektiven Lebensalters vom tatsächlichen Alter manifestiert sich die ausgesprochen positive Bewertung der eigenen Lebensumstände, der physischen wie mentalen Stärke der Mehrheit der 65- bis 85-Jährigen, wie sie im Laufe der nachfolgenden Kapitel noch ausführlich dokumentiert werden wird. Gut jeder dritte 65- bis 69-Jährige fühlt sich jünger als 60. Auch bei den 70- bis 74-Jährigen taxieren noch 15 Prozent ihr gefühltes Alter auf unter 60 Jahre, immerhin weitere 25 Prozent auf 60 bis 64 Jahre. Von den 75- bis 79-Jährigen stuft sich jeder Fünfte noch mehr als zehn Jahre jünger, also unter 65 Jahre, ein. Unter den 80- bis 85-Jährigen sind es dann allerdings nur noch 13 Prozent, die sich mehr als zehn Jahre jünger, also unter 70 Jahre alt, fühlen (Tabelle 1.1).

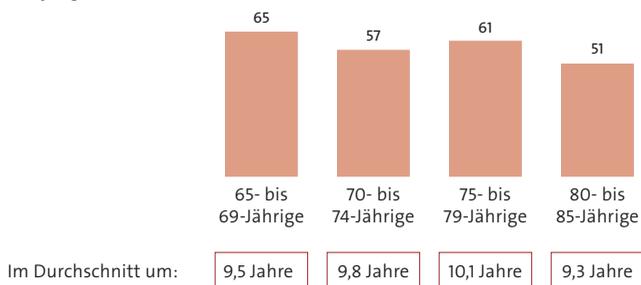
In den qualitativen Tiefeninterviews, die im Rahmen der Generali Altersstudie 2013 ebenfalls durchgeführt wurden, zeigten die Befragten nicht selten Überraschung über dieses Auseinandergehen ihrer Vorstellung vom Alter und ihrer Selbstwahrnehmung. Zwar empfinden viele ihren Körper und ihr Aussehen inzwischen durchaus als alt. Deutlich jünger als ihr Äußeres erleben sie jedoch den »inneren Menschen«:

\* Insgesamt wurden 28 Tiefeninterviews geführt, woraus 20 für ausführliche Porträts ausgewählt wurden (vgl. Kapitel 7). Die Zitate wurden teilweise sprachlich und grammatikalisch überarbeitet, um eine bessere Lesbarkeit zu erzielen. Daher können für gleiche Textpassagen mitunter leichte sprachliche Unterschiede zwischen den Zitaten im Haupttext und den Porträts auftreten.

### Abb. 1.1 Die deutliche Mehrheit fühlt sich jünger, als es ihrem tatsächlichen Alter entspricht

Frage: »Sie kennen ja bestimmt die Redensart ›Man ist so alt, wie man sich fühlt.‹ Wie alt fühlen Sie sich, welches Alter würden Sie nennen?« (Angaben in %)

Es fühlen sich jünger, als sie tatsächlich sind



Basis: Bundesrepublik Deutschland, 65- bis 85-jährige Bevölkerung

Quelle: Generali Altersstudie 2013

»Alt fühle ich mich gar nicht. Man sieht nicht mehr so toll aus. Das ist alles nicht mehr, aber vom Kopf her oder von meiner Einstellung zu vielen Dingen fühle ich mich gar nicht alt.«

Frau, 75 Jahre, mit Partner

»Eigentlich fühle ich mich wie ein Lausbub (lacht). Das biologische Alter kann man nicht leugnen, das weiß man. Aber ich fühle mich wie in den 40ern, 50ern.« Mann, 65 Jahre, mit Partnerin

»Man wird, was ich empfinde, im Herzen nie alt, man muss nur einige Veränderungen mehr oder weniger wehrlos hinnehmen. Und wenn man dann in den Pass guckt: ›Das kann doch nicht wahr sein!‹ Ich habe noch so viel Ideen und Pläne, und ich bin bis jetzt noch nicht gewillt, Abstriche zu machen.«

Frau, 67 Jahre, alleinstehend

»Ich fühle mich jünger, als ich bin. Eindeutig. Meine Vorstellung von jemand, der 70 ist und wie ich mich fühle, das sind fast zwei Welten.« Mann, 70 Jahre, mit Partnerin

**Tab. 1.1 Subjektives Altersgefühl nach Altersgruppen**

Basis: Bundesrepublik Deutschland, 65- bis 85-jährige Bevölkerung

Angaben in %	65- bis 69-Jährige	70- bis 74-Jährige	75- bis 79-Jährige	80- bis 85-Jährige
<b>Es fühlen sich</b>				
jünger als 60 Jahre	35	15	7	3
60–64 Jahre	30	25	13	6
65–69 Jahre	12	17	19	4
70–74 Jahre	2	15	22	21
75–79 Jahre	x	1	12	17
80–85 Jahre	1	2	3	19
86 Jahre und älter	x	1	1	3
Im Durchschnitt (in Jahren)	<b>57,5</b>	<b>62,2</b>	<b>66,9</b>	<b>73,2</b>
Unmöglich zu sagen, keine Angabe	20	24	23	27
x = Anteil unter 0,5 Prozent				

Quelle: Generali Altersstudie 2013

»Zehn Jahre jünger fühle ich mich. Ich versuche auch, mich so zu geben. Als Greis fühle ich mich noch längst nicht. Mich freut es immer, wenn eine Verkäuferin im Geschäft zu mir sagt:  
»Danke schön, junger Mann.« Mann, 80 Jahre, alleinstehend

Nur eine Minderheit bringt eine Übereinstimmung von Lebensalter und Lebensgefühl zum Ausdruck:

»Mein Körper erinnert mich an mein Alter.«

Mann, 73 Jahre, mit Partnerin

»Ich passe auf mich auf. Ich fühle mich gut körperlich, manches geht natürlich nicht mehr so leicht. Ich fühle mich so alt, wie ich halt bin. Ich kann ja noch die Einkäufe selber tragen.«

Mann, 74 Jahre, mit Partnerin

**Tab. 1.2 Eigener Gesundheitszustand entscheidend für subjektives Altersgefühl**

Basis: Bundesrepublik Deutschland, 65- bis 85-jährige Bevölkerung

Jahre*	insgesamt	Eigener Gesundheitszustand		
		(sehr) gut	einigermaßen	nicht besonders / schlecht
65- bis 85-Jährige insgesamt	62,5	59,7	64,8	71,3
65- bis 69-Jährige	57,5	55,3	59,4	63,7
70- bis 74-Jährige	62,2	59,2	63,1	69,3
75- bis 79-Jährige	66,9	64,1	67,6	72,6
80- bis 85-Jährige	73,2	70,0	72,2	78,5

\* Durchschnittliches subjektives Alter in Jahren

Quelle: Generali Altersstudie 2013

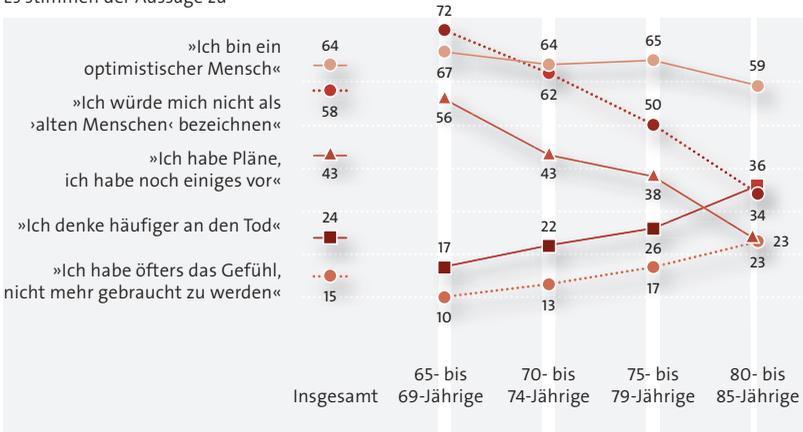
Das subjektive Altersgefühl wird dabei maßgeblich vom eigenen Gesundheitszustand beeinflusst. 65- bis 85-Jährige, die ihren eigenen Gesundheitszustand als »sehr gut« oder »gut« einstufen, fühlen sich rund acht bis zehn Jahre jünger als altersgleiche Personen, die ihren Gesundheitszustand als »nicht besonders« oder »schlecht« einstufen.\* So fühlen sich beispielsweise 70- bis 74-Jährige mit (sehr) gutem Gesundheitszustand im Durchschnitt wie 59; 70- bis 74-Jährige mit schlechter gesundheitlicher Konstitution fühlen sich mit 69 Jahren dagegen kaum jünger, als es ihrem tatsächlichen Alter entspricht. Dieser Unterschied zwischen Älteren mit gutem und schlechtem Gesundheitszustand zeigt sich in ähnlichem Maße in allen Altersgruppen (Tabelle 1.2).

Das niedrigere subjektive Lebensalter der 65- bis 85-Jährigen schlägt sich auch in einer zumeist positiven und aktiven Lebenseinstellung nieder: Rund zwei Drittel sagen von sich, dass sie ein optimistischer Mensch sind. 58 Prozent würden sich nicht als »alten Menschen« bezeichnen. 43 Prozent stimmen der Aussage zu »Ich habe Pläne, ich habe noch einiges vor«. Auf der anderen Seite denken nur 24 Prozent häufiger an den Tod, gerade einmal 15 Pro-

\* Zum Gesundheitszustand der 65-bis 85-Jährigen siehe ausführlich Kapitel 4.1

**Abb. 1.2 Positive und aktive Lebenseinstellung** (Angaben in %)

Es stimmen der Aussage zu



Basis: Bundesrepublik Deutschland, 65- bis 85-jährige Bevölkerung

Quelle: Generali Altersstudie 2013

zent haben das Gefühl, nicht mehr gebraucht zu werden. Während die optimistische Grundhaltung altersübergreifend ähnlich stark ausgeprägt ist, zeigen sich bei den anderen Dimensionen mitunter deutliche Unterschiede zwischen den einzelnen Altersgruppen. Gerade die 65- bis 69-Jährigen erweisen sich als selbstbewusste »Best Ager«, die sich selbst nicht als alte Menschen sehen, sondern vielmehr voller Pläne für die Zukunft sind. Auch von den 70- bis 74-Jährigen mit 62 Prozent und den 75- bis 79-Jährigen mit 50 Prozent sieht eine Mehrheit sich nicht als »alt« an. Erst bei den 80- bis 85-Jährigen wandelt sich das Bild – der Tod rückt stärker ins Bewusstsein, das Altsein wird überwiegend akzeptiert. Lediglich 34 Prozent der 80- bis 85-Jährigen würden sich nicht als alten Menschen bezeichnen, 36 Prozent denken häufiger an den Tod (Abbildung 1.2).

Ausgehend von dem jüngeren subjektiven Lebensalter und der positiven und aktiven Lebenseinstellung können die Älteren ihrem jetzigen Lebensabschnitt viel Positives abgewinnen. Als besonderen Vorteil des Alters sehen viele 65- bis 85-Jährigen die Ver-

langsamung des Lebensrhythmus. Zusammen mit ihr kommt es zu einem Zugewinn an Ruhe und zur Verringerung von Stress, Zwängen und Druck: 63 Prozent erleben den Ruhestand als Phase, in der man weniger Druck und Stress hat, 62 Prozent sind gelassener als früher. Ebenso viele genießen es, nun freier und unabhängiger zu sein und weniger Pflichten zu haben. Auch die Altersklugheit mit ihren Erfahrungen, die einen alles besser überblicken lässt, ist für sehr viele ein Vorzug ihrer derzeitigen Lebensphase (59 Prozent). Die neu gewonnene Zeit ist zwar auch für viele ein Vorteil des Alters, aber gegenüber den »weichen« Facetten von geringerer Bedeutung: Nur gut jeder Zweite freut sich darüber, nicht mehr arbeiten zu müssen, ähnlich viele schätzen die größeren zeitlichen Freiräume, die sie für ihre Hobbys haben. Mehr Zeit für Familie und Partner sind mit 44 Prozent bzw. 37 Prozent eher weniger ausgeprägte Vorzüge, die die 65- bis 85-Jährigen dem Ruhestand zuschreiben (Abbildung 1.3).

Die Vorzüge eines entschleunigten Lebenswandels wurden auch in den qualitativen Tiefeninterviews artikuliert:

»Dass ich nicht mehr mit irgendwelchen Leuten konkurrieren muss, und dass ich viele Dinge gelassener sehe. Ja, dass ich freier bin. Im Denken. Und ich muss mich nur noch um mich selber kümmern.« Frau, 67 Jahre, alleinstehend

»Es ist der Stress nicht mehr da, es ist der Zwang und die Hektik weg. Man muss natürlich streng vermeiden, dass man in ein Loch, in ein Vakuum fällt, und das kann man eigentlich nur ausgleichen, indem man sich für die Dinge interessiert, die den Wert des Lebens ausmachen.« Mann, 75 Jahre, mit Partnerin

Allerdings erschöpfen sich die Vorteile des Alters nur für die wenigsten in einer eher kontemplativen Lebensweise. Vielmehr ist den Befragten an den verstärkten Möglichkeiten zur Selbstorganisation und zu Aktivitäten nach eigenem Gutdünken gelegen:

### Abb. 1.3 Vorzüge des jetzigen Lebensabschnitts

Frage: »Jeder Lebensabschnitt hat ja seine Vorzüge und Nachteile. Was sind für Sie persönlich die Vorzüge Ihres jetzigen Alters, was ist das Schöne daran?« (Listenvorlage; Angaben in %)



Basis: Bundesrepublik Deutschland, 65- bis 85-jährige Bevölkerung

Quelle: Generali Altersstudie 2013

»Ich mache auch manchmal einfach nur die Arbeit, zu der ich Lust habe, und dann bleibt alles andere liegen. Das kann ich mir jetzt erlauben.« Frau, 67 Jahre, alleinstehend

»Da sind die vielen kulturellen Erlebnisse und Ereignisse, die ich verfolgen kann. Es sind auch die sportlichen Möglichkeiten. Und es ist natürlich auch Zeit für die Beziehung zur Partnerin, zu anderen Menschen, zu einer Tätigkeit, die einem selber als sinnvoll erscheint.« Mann, 76 Jahre, mit Partnerin

»Man kann mal abends ein Gläschen trinken, und morgens mal ein paar Minütchen länger liegen bleiben.«

Mann, 77 Jahre, alleinstehend

»Man ist früher viel mehr Zwängen unterlegen. Und man sieht seine Familie aus einer anderen Position. Wenn man laufend in Bewegung und in Arbeit ist, vernachlässigt man das etwas. Man kümmert sich ein wenig mehr um die Familie.«

Mann, 80 Jahre, alleinstehend

Gerade für ältere Befragte gehören auch die meist schönsten, oft aber gleichzeitig etwas wehmütigen Erinnerungen an die Vergangenheit zu den Vorzügen des Alters:

»Ach, das sind die Früchte des Lebens einfahren, sage ich mir. Erinnerungen, die sehr schön und reichhaltig sind. Ich muss immer sagen, ich hätte nicht gedacht, dass man so ein reichhaltiges Leben leben kann.« Frau, 72 Jahre, alleinstehend

»Ich finde es schön, dass man auf ein erfülltes Leben zurückblicken kann, worin ich mit meinem Mann gute Zeiten verlebt habe. Wir sind viel verreist, das ist für mich sehr wichtig.«

Frau, 79 Jahre, mit Partner

»Die Erinnerungen sind eigentlich das Allerschönste. Dass man zurückschauen kann auf eine schöne Zeit, eigentlich auf eine gute Zeit. Dass man sagen kann: ›Ich habe mein Leben wirklich gelebt, es war sehr schön‹, und: ›Ich könnte es eigentlich nicht besser haben, so wie es war, war es gut!«

Frau, 83 Jahre, alleinstehend

»Die Vorzüge im Alter sind auch, dass man demütig geworden ist. Man hat in den Jahren so viel Leid und Trauer gesehen, aber man hat auch sehr viel Ruhe und Gelassenheit gelernt.«

Frau, 85 Jahre, alleinstehend

Selbst wenn viele 65- bis 85-Jährige eine ganze Reihe von Vorzügen ihres derzeitigen Lebensabschnitts benennen können, gibt es natürlich auch Nachteile, die sich letztlich fast alle auf die physische und kognitive Konstitution sowie das Bewusstsein beziehen, dass der letzte Lebensabschnitt begonnen hat. 63 Prozent sehen es als Nachteil des jetzigen Lebensabschnitts an, dass der Körper nicht mehr so mitspielt und einem vieles schwerer fällt. 50 Prozent nennen die zunehmende Vergesslichkeit als Nachteil des Alters, 46 Prozent die Beschwerlichkeit der Alltagsarbeiten, 45 Prozent die erhöhte Wahrscheinlichkeit von schweren Krankheiten, 39 Prozent Seh- und Höreinschränkungen, 35 Prozent die erhöhte Gefahr von Demenzerkrankungen.

Den Gedanken, dass der letzte Lebensabschnitt begonnen hat, empfinden 61 Prozent als Nachteil. Dieses Gefühl wird nicht zuletzt dadurch verstärkt, dass 41 Prozent den Verlust von Freunden und anderen wichtigen Menschen als Nachteil ihres fortgeschrittenen Alters werten.

Andere Nachteile werden von den 65- bis 85-Jährigen im Vergleich dazu seltener wahrgenommen. Am ehesten noch werden die Schwierigkeit, neue Entwicklungen zu verstehen, und der erhöhte Ruhebedarf von 42 bzw. 40 Prozent der 65- bis 85-Jährigen als Nachteil gesehen. Das Gefühl, nicht mehr gebraucht zu werden, nehmen nur 20 Prozent, den geringen Kontakt zu anderen Menschen 18 Prozent als persönlichen Nachteil ihres Alters wahr. Dass man mit der neu gewonnenen Zeit nichts anzufangen weiß und sich langweilt, sehen persönlich ebenfalls gerade einmal 16 Prozent als Nachteil ihres jetzigen Lebensabschnitts (Abbildung 1.4).

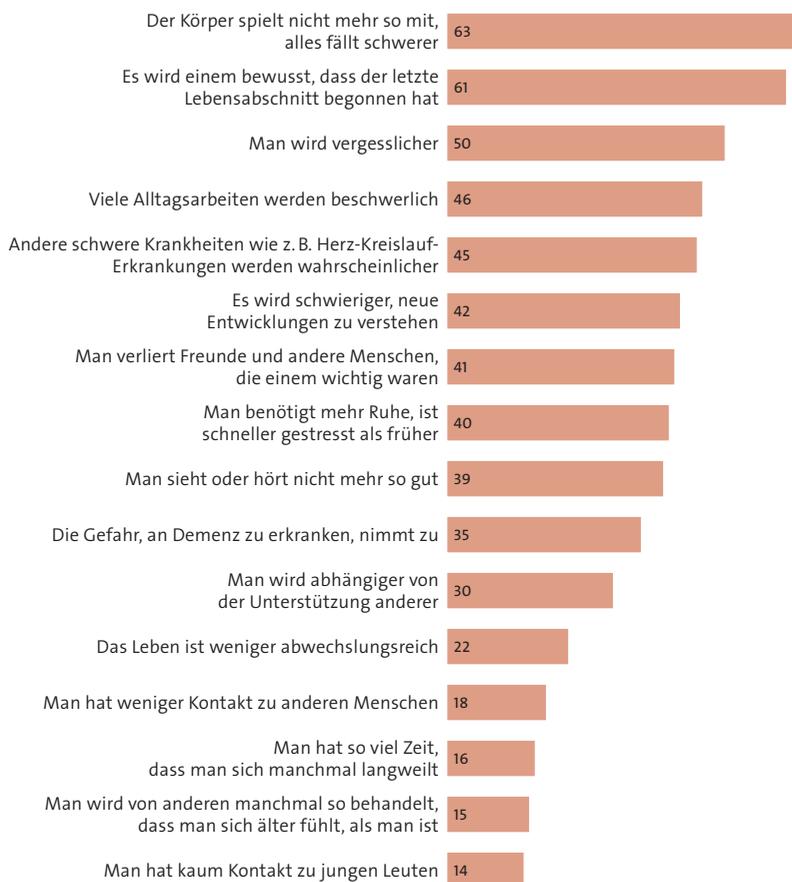
Die Aussagen aus den qualitativen Tiefeninterviews verdeutlichen sehr plastisch die Nachteile, insbesondere die körperlichen Einschränkungen:

»Es ist schon so, dass ich merke, dass ich verschiedene Sachen gar nicht mehr machen kann. Arthrose, und dass ich schlecht höre. Und die Bewegung, die einem dann wehtut.«

Frau, 67 Jahre, alleinstehend

### Abb. 1.4 Nachteile des jetzigen Lebensabschnitts

Frage: »Und was sind für Sie persönlich eher die Nachteile dieses Lebensabschnitts?«  
(Listenvorlage; Auswahl; Angaben in %)



Basis: Bundesrepublik Deutschland, 65- bis 85-jährige Bevölkerung

Quelle: Generali Altersstudie 2013

»Man bringt viel Zeit bei den Ärzten zu.«

Mann, 72 Jahre, mit Partnerin

»Ja, da sind natürlich die gesundheitlichen Probleme, es stellen sich immer mehr Zipperlein hier und da und Verschleißerscheinungen ein, die werden auch immer mehr und intensiver, was einen natürlich dann auch irgendwann mal einschränkt, aber im Moment geht es ja eigentlich noch ganz gut.«

Frau, 73 Jahre, mit Partner

»Die Lunge verzeiht die Zigaretten nicht mehr so sehr. Die Puste wird knapp, die Knochen wollen nicht mehr so. Ich habe eine chronische Bronchitis und Gicht. Es könnte schlimmer sein, aber das behindert mich oft schon.«

Mann, 77 Jahre, alleinstehend

»Die Knochen machen nicht mehr so mit und die Augen werden auch immer schlechter. Ein Hörgerät trage ich auch schon seit vielen Jahren. Die Nachteile sind ganz klar, dass man nicht mehr so viele Nerven hat und es mich sehr schnell sehr unruhig macht, wenn mehrere Personen im gleichen Raum sich unterhalten.«

Frau, 85 Jahre, alleinstehend

Im Zusammenhang mit diesen körperlichen Veränderungen wurde häufig auch die verringerte Leistungsfähigkeit beklagt. Es sei ein Nachteil des Alters, wenn man nun für alles viel mehr Zeit benötige als früher und zu manchen Dingen überhaupt nicht mehr in der Lage sei.

»Dass man auch nicht mehr so diese Energie hat, die Arbeitsenergie. Das merkt man plötzlich oder nicht plötzlich, es kommt schleichend und man erinnert sich, Himmelherrgott, was hast du vor 20 Jahren in derselben Zeit geschafft und mit links, ohne müde zu sein, ohne eine Belastung zu empfinden oder ganz und gar das vor über 40 Jahren.«

Frau, 67 Jahre, alleinstehend

»Man wird immer langsamer. Man nimmt sich manchmal was vor, das wird dann gar nicht fertig gearbeitet, so im Haus und Garten beispielsweise.« Mann, 72 Jahre, mit Partnerin

»Dass viele Tätigkeiten etwas mehr Zeit benötigen als das früher war.« Frau, 74 Jahre, alleinstehend

Folgeschwere Nachteile des Alters sind für viele nicht nur die eigenen Erkrankungen und Einschränkungen, sondern auch Gesundheitsprobleme des Partners oder der Partnerin. Tiefe Einschnitte ergeben sich, wenn eine Pflege notwendig wird oder wenn der geliebte Mensch stirbt:

»Seit einigen Jahren wissen wir, dass mein Mann an Parkinson erkrankt ist und dadurch sind natürlich viele Einschränkungen gegeben und vorprogrammiert. Wir haben früher gerne und viele Reisen gemacht, was natürlich heute nicht mehr möglich ist.« Frau, 79 Jahre, mit Partner

»Vor zwei Jahren ist mein Mann ganz unvorbereitet an einem Herzinfarkt gestorben. Das schreckt einen auf. Für mich war es furchtbar, einen lieben Menschen so schnell zu verlieren.«  
Frau, 68 Jahre, alleinstehend

»Allerdings ist es sehr einsam geworden, seit meine Frau gestorben ist. Ich hatte mir unseren Ruhestand weiß Gott anders vorgestellt! Nichts ist so, wie wir es mal geplant hatten oder vorgesehen hatten.« Mann, 77 Jahre, alleinstehend

Betrachtet man die Vor- und Nachteile differenziert nach den verschiedenen Altersgruppen, wird eine kontinuierliche Verlagerung von den Vorteilen zu den Nachteilen des eigenen Alters erkennbar: Die 65- bis 69-Jährigen sowie größtenteils auch noch die 70- bis 74-Jährigen erkennen in ihrem Alter eher die Vorzüge als die Nachteile, während die 75- bis 79-Jährigen und besonders deutlich die

### Tab. 1.3 Vorzüge des jetzigen Lebensabschnitts nach Altersgruppen

Basis: Bundesrepublik Deutschland, 65- bis 85-jährige Bevölkerung

Angaben in %	65- bis 69-Jährige	70- bis 74-Jährige	75- bis 79-Jährige	80- bis 85-Jährige
<b>Es stimmen der Aussage zu</b>				
Man hat weniger Druck, weniger Stress	65	67	62	52
Man ist gelassener	65	60	65	59
Man ist freier, unabhängiger, hat weniger Pflichten	66	65	59	53
Man hat mehr Erfahrung, überblickt alles viel besser	59	59	60	56
Man muss nicht mehr arbeiten	53	55	50	48
Man hat mehr Zeit für seine Hobbys	58	53	49	33
Man kann mehr Zeit mit seiner Familie, z. B. mit Kindern und Enkeln verbringen	47	46	44	35
Man ist nicht mehr an Urlaubs- zeiten gebunden, kann auch mal länger verreisen	50	49	41	26
Man kann mehr Zeit mit seinem Partner/seiner Partnerin verbringen	43	39	35	25
Man weiß ganz genau, was man will	37	34	37	36
Man hat weniger finanzielle Sorgen als früher	26	33	33	32
Die Familie stellt nicht mehr so viele Anforderungen	28	26	34	29

Quelle: Generali Altersstudie 2013

80- bis 85-Jährigen ihrem Alter eher Nachteile als Vorzüge zuschreiben. Angesichts des sich mit dem Alter signifikant verschlechternden Gesundheitszustands kann dies kaum verwundern. Die jüngeren Älteren können bei guter Gesundheit die Vorzüge des Ruhestands besser genießen und werten aufgrund des bei vielen erst kurz zurückliegenden Berufslebens die neuen Freiräume positiver als diejenigen, die sich im höheren Alter an diese Freiräume be-

reits gewöhnt haben, aber mit dem Alter nun zunehmend auch die Nachteile des Alters, besonders in Bezug auf die Gesundheit, spüren.

So sehen es rund zwei Drittel der 65- bis 69-Jährigen als Vorzug ihres derzeitigen Lebensabschnitts an, weniger Druck und Pflichten zu haben, bei den 80- bis 85-Jährigen sind es mit rund der Hälfte deutlich weniger. Aber auch die Zeit, die man für die eigenen Hobbys oder die Enkel hat, spielt für die jüngeren Älteren eine größere Rolle als für die 80- bis 85-Jährigen. Ähnlich ist es mit der Freiheit, nicht mehr an Urlaubszeiten gebunden zu sein. Dies zählt für die reisefreudigen 65- bis 74-Jährigen mit rund 50 Prozent deutlich häufiger zu den Vorzügen als für die 80- bis 85-Jährigen, deren Reiseaktivitäten bereits deutlich begrenzt sind (Tabelle 1.3).\*

Die meisten Nachteile, die man dem eigenen Lebensabschnitt zuschreibt, nehmen mit steigendem Alter zu. Das wird gerade in Bezug auf die gesundheitlichen Einschränkungen sichtbar: Von den 65- bis 69-Jährigen sehen beispielsweise 51 Prozent die zunehmende Schwerfälligkeit als Nachteil ihres jetzigen Lebensabschnitts an, von den 80- bis 85-Jährigen sind es 80 Prozent. Auch die Beschwerlichkeit der Alltagsarbeiten, die Vergesslichkeit sowie die körperlichen Einschränkungen in Form von Seh- und Hörbeeinträchtigungen werden mit höherem Alter verstärkt betont. Angesichts des hohen Alters rückt bei den 80- bis 85-Jährigen nicht zuletzt das Bewusstsein, dass der letzte Lebensabschnitt begonnen hat, in den Fokus, geprägt durch die Erfahrung des Verlusts von wichtigen Menschen und Freunden, aber auch der Abhängigkeit von der Unterstützung anderer, die mit zunehmendem Alter als Nachteil gesehen wird (Tabelle 1.4).

\* Vgl. zur Reisefreudigkeit der älteren Generation auch Kapitel 2.1

**Tab. 1.4 Nachteile des jetzigen Lebensabschnitts nach Altersgruppen**

Basis: Bundesrepublik Deutschland, 65- bis 85-jährige Bevölkerung

Angaben in %	65- bis 69-Jährige	70- bis 74-Jährige	75- bis 79-Jährige	80- bis 85-Jährige
<b>Es stimmen der Aussage zu</b>				
Der Körper spielt nicht mehr so mit, alles fällt schwerer	51	61	70	80
Es wird einem bewusst, dass der letzte Lebensabschnitt begonnen hat	53	61	64	70
Man wird vergesslicher	37	51	57	63
Viele Alltagsarbeiten werden beschwerlich	33	43	52	67
Andere schwere Krankheiten wie z. B. Herz-Kreislauf-Erkrankungen werden wahrscheinlicher	40	49	47	45
Es wird schwieriger, neue Entwicklungen zu verstehen	35	44	43	51
Man verliert Freunde und Menschen, die einem wichtig waren	29	41	47	56
Man benötigt mehr Ruhe, ist schneller gestresst als früher	36	40	40	49
Man sieht oder hört nicht mehr so gut	27	38	42	56
Die Gefahr, an Demenz zu erkranken, nimmt zu	32	38	35	38
Man wird abhängiger von der Unterstützung anderer	18	26	37	48
Das Leben ist weniger abwechslungsreich	17	21	25	28
Man hat weniger Kontakt zu anderen Menschen	15	16	20	27
Man hat so viel Zeit, dass man sich manchmal langweilt	13	15	17	22
Man wird von anderen manchmal so behandelt, dass man sich älter fühlt, als man ist	14	13	18	15
Man hat kaum Kontakt zu jungen Leuten	10	13	15	20

Quelle: Generali Altersstudie 2013

## 8 Zusammenfassung der wichtigsten Ergebnisse

**D**ie Ergebnisse der Generali Altersstudie stützen sich auf eine repräsentative Befragung von 4197 Personen im Alter von 65 bis 85 Jahren, die das Institut für Demoskopie Allensbach im Auftrag des Generali Zukunftsfonds durchgeführt hat.\* Die wichtigsten Ergebnisse im Überblick:

### Verschiebung von Altersschwellen

Die Generation der 65- bis 85-Jährigen fühlt sich im Durchschnitt zehn Jahre jünger, als es dem tatsächlichen Lebensalter entspricht, und führt weit überwiegend ein sehr aktives Leben, in dem Familie, eigene Interessen und Hobbys, aber auch bürgerschaftliches Engagement eine große Rolle spielen. Die Langzeitanalyse zeigt, dass sich die Altersschwellen, ab denen sich Interessenshorizont, Aktivität und Innovationsoffenheit deutlich vermindern, in den letzten zwei Jahrzehnten um rund zehn Jahre nach hinten verschoben haben. Während die Gesellschaft strukturell altert, hat sich die ältere Generation gleichsam verjüngt und kompensiert damit einen Teil der Auswirkungen der demografischen Entwicklung (vgl. Kapitel 1.2).

\* Die Interviews im Umfang von rund einer Stunde wurden mündlich-persönlich (face-to-face) durchgeführt. Die Ergebnisse sind repräsentativ für 15,24 Millionen deutschsprachige 65- bis 85-Jährige in der Bundesrepublik Deutschland (vgl. Anhang A1 zur Methodik).

Die Ergebnisse der Generali Altersstudie zeigen die hohe Leistungsfähigkeit der heutigen 65- bis 85-Jährigen, die auch im Alter noch deutlich vitaler sind als ihre Vorgänger-Generationen. Die Unterschiede innerhalb der Gruppe der 65- bis 85-Jährigen verlaufen weniger entlang von Altersgrenzen, also zwischen »jüngeren« und »älteren Alten«. Sie basieren vielmehr auf Unterschieden in Einkommen, Bildung und vor allem dem individuellen Gesundheitszustand. Wie das Leben im Alter verläuft, ist damit überwiegend nicht schicksalhaft vorgezeichnet, sondern in hohem Maße Ergebnis eines selbst entwickelten Lebensentwurfs.

## Positive Sicht auf das eigene Alter

Die heute 65- bis 85-Jährigen können ihrem derzeitigen Lebensabschnitt denn auch viel Positives abgewinnen: Als besonderen Vorteil des Alters sehen viele von ihnen die Verlangsamung des Lebensrhythmus, Verringerung von Stress, Zwängen und Druck und einen Zugewinn an Ruhe – verbunden mit mehr Zeit für sich selbst, die Familie und den Partner bzw. die Partnerin. Als Nachteile des eigenen Alters werden vor allem von den »älteren Alten« die zunehmende Beeinträchtigung der physischen wie kognitiven Konstitution sowie das Bewusstsein, dass der letzte Lebensabschnitt begonnen hat, gesehen. Mehr als die Hälfte der 65- bis 85-Jährigen würden sich nicht als »alten Menschen« bezeichnen (vgl. Kapitel 1.1).

Die 65- bis 85-Jährigen sind mit ihrem Leben ausgesprochen zufrieden. Ihre summarische Lebenszufriedenheit stuft die ältere Generation auf einer Skala von 0 bis 10 bei einem hohen durchschnittlichen Wert von 7,4 ein. Die Lebenszufriedenheit hängt dabei kaum vom Alter ab, sondern vielmehr von Faktoren wie einer hohen Bildung, hohem Einkommen und einer guten gesundheitlichen Konstitution (vgl. Kapitel 1.3).

## Alltagsgestaltung im Alter

Die 65- bis 85-Jährigen führen häufig noch ein sehr aktives, von der überwiegenden Mehrheit auch als sehr abwechslungsreich empfundenenes Leben. Im Durchschnitt sind die 65- bis 85-Jährigen an fünf von sieben Tagen außer Haus unterwegs, selbst die 80- bis 85-Jährigen verlassen noch an durchschnittlich rund 4 Tagen pro Woche die eigene Wohnung bzw. das eigene Haus. 68 Prozent der 65- bis 85-Jährigen haben ein eigenes Auto oder können auf eines zurückgreifen, wenn sie es brauchen. Damit hat sich die Automobilität in den zurückliegenden gut 25 Jahren in dieser Altersgruppe in beeindruckendem Maße erhöht: Waren 1985 beispielsweise nur 10 Prozent der 75- bis 79-Jährigen aktive Autofahrer mit eigenem Pkw im Haushalt, ist es heute rund jeder zweite 75- bis 79-Jährige. Aber nicht nur im Alltag, auch darüber hinaus hat die Mobilität der älteren Generation zugenommen. 65- bis 85-Jährige verreisen heute deutlich häufiger als Mitte der 1980er Jahre (vgl. Kapitel 2.1).

Zurückhaltend sind die heute 65-Jährigen und Älteren allerdings noch bei der Nutzung digitaler Medien und moderner Kommunikationsmittel. Erst 26 Prozent zählen zu den Internetnutzern, von den 14- bis 64-Jährigen sind es 85 Prozent. 3 Prozent der 65-Jährigen und Älteren sind Mitglied in einem sozialen Netzwerk im Internet. Ein Handy besitzen 55 Prozent, von den 14- bis 64-Jährigen besitzt praktisch jeder ein Handy (vgl. Kapitel 2.2).

## Überwiegend gefestigte materielle Situation

Die materielle Situation der älteren Generation ist wesentlich gefestigter als die der Älteren vor 20 oder 30 Jahren. Die 65- bis 85-Jährigen sind heute mit ihrer materiellen Lage zufriedener als jede andere Generation, die finanziellen Spielräume haben sich im Vergleich zu anderen Altersgruppen in den letzten Jahrzehnten überdurchschnittlich entwickelt. 63 Prozent bewerten ihre wirt-

schaftliche Lage als sehr gut oder gut. Die eigene wirtschaftliche Lage wird als ausgesprochen stabil wahrgenommen. Mehr als jeder Zweite wohnt in einer eigenen Immobilie. 67 Prozent wohnen bereits 40 Jahre oder länger an ihrem jetzigen Wohnort. Der ganz überwiegenden Mehrheit steht eine gute Infrastruktur, was beispielsweise Geschäfte des täglichen Bedarfs und die medizinische Versorgung betrifft, in unmittelbarer Umgebung zur Verfügung. Die Zufriedenheit mit der eigenen Wohnsituation und dem Wohnumfeld bewegt sich dementsprechend auf außerordentlich hohem Niveau. Gut jeder zehnte 65- bis 85-Jährige geht auch jenseits des Renteneintrittsalters einer – stundenmäßig meist begrenzten – Arbeit nach.

Wie in der Gesamtbevölkerung ist allerdings auch bei den 65- bis 85-Jährigen eine Auseinanderentwicklung der finanziellen Spielräume in den sozialen Schichten zu beobachten. Die Einschätzung der wirtschaftlichen Lage der eigenen Generation insgesamt wird mehr von der Lage der unteren sozialen Schichten beeinflusst als von der eigenen Situation. Denn die 65- bis 85-Jährigen schätzen die wirtschaftliche Lage ihrer Generation wesentlich schlechter ein, als es ihrer persönlichen Bilanz entspricht. 76 Prozent der 65- bis 85-Jährigen gehen davon aus, dass es den meisten in ihrer Generation wirtschaftlich mäßig bis schlecht geht. Von sich selbst sagen das aber nur 36 Prozent (vgl. Kapitel 1.4 und 1.5).

## Eingebunden in stabile persönliche Netzwerke

Die noch weit verbreiteten Vorstellungen von einer vereinsamten älteren Generation werden von der Generali Altersstudie nicht bestätigt. Die überwältigende Mehrheit hat nicht nur enge familiäre Bindungen, sondern auch einen Kreis von Freunden und Bekannten. Zwei Drittel der 65- bis 85-Jährigen haben noch einen festen Partner. 76 Prozent sind bereits Großeltern, 13 Prozent haben Kinder, aber (noch) keine Enkelkinder. Nur 11 Prozent haben keine

Kinder. 73 Prozent der 65- bis 85-Jährigen mit Kindern sehen diese mehrmals im Monat oder sogar mehrmals in der Woche; der überwiegende Teil der Großeltern hat mehrmals im Monat Kontakt mit den Enkeln. Rund die Hälfte trifft darüber hinaus regelmäßig Freunde und Bekannte, 79 Prozent haben Freundschaften, die schon seit Jahren oder Jahrzehnten bestehen. Entsprechend fühlen sich nur 4 Prozent der 65- bis 85-Jährigen häufig, weitere 19 Prozent manchmal einsam. Überdurchschnittlich ausgeprägt ist das Gefühl der Einsamkeit bei Älteren mit schlechtem Gesundheitszustand und Alleinstehenden (vgl. Kapitel 3.1 und 3.2).

## **Vielfältige gegenseitige Unterstützung innerhalb der Familie**

Die eigene Familie hat für die 65- bis 85-Jährigen einen sehr hohen Stellenwert. Die überwältigende Mehrheit hat zu den eigenen Kindern ein gutes Verhältnis. Die Generationen pflegen in den Familien dabei nicht nur in der Regel einen engen Kontakt, sondern unterstützen sich gegenseitig in eindrucksvollem Maße durch materielle wie immaterielle Leistungen. 65- bis 85-jährige Eltern und Großeltern sind dabei bei weitem nicht nur Empfänger von Unterstützungsleistungen durch ihre Kinder und Enkelkinder. Vielmehr bringen sie in Form von Zeit und Geld auch erhebliche Unterstützungsleistungen in die Familie ein.

Der zeitliche Umfang, in dem die 65- bis 85-jährigen Eltern ihre (erwachsenen) Kinder durch Mithilfe im Haushalt, Betreuung der Enkelkinder oder die Erledigung von Besorgungen entlasten, beträgt durchschnittlich 15 Stunden pro Monat. Hochgerechnet auf alle 15,24 Millionen 65- bis 85-jährigen bedeutet diese individuelle Unterstützung einen Umfang von insgesamt rund 2,4 Milliarden Stunden pro Jahr, was der Arbeitszeit von rund 1,4 Millionen Vollzeitstellen entspricht. Aber nicht nur zeitlich, auch finanziell unterstützen die 65- bis 85-jährigen Eltern ihre Kinder und Enkel-

kinder in erheblichem Umfang. Allein an regelmäßigen Transfers fließen rund 9,7 Milliarden Euro pro Jahr von den Eltern an ihre Kinder und Enkelkinder. Hinzu kommen die außerplanmäßige Unterstützung bei größeren Anschaffungen oder in Notsituationen.

Umgekehrt können sich die Älteren – vor allem mit zunehmendem Alter – auf ihre Familie bei der Erledigung von kleineren Arbeiten im Haushalt, Besorgungen oder Fahrten zum Arzt verlassen. Die Familie stellt für die überwiegende Mehrheit der Älteren zudem ein wichtiges soziales Netz dar. 77 Prozent der 65- bis 85-Jährigen können in schwierigen Lagen auf Unterstützung aus der Familie vertrauen. Partner- und Kinderlose können sich dabei weniger stark auf ihre (entfernteren) Familienmitglieder verlassen, kompensieren dies aber durch außerfamiliäre Netzwerke, so dass rund neun von zehn 65- bis 85-Jährigen in schwierigen Lagen auf Hilfe durch Familie oder andere persönliche Kontakte bauen können (vgl. Kapitel 3.3 und 3.4).

## **Mehrheit erwartet keinen Generationenkonflikt**

Diese konkreten positiven Erfahrungen zwischen den Generationen innerhalb einer Familie schlagen sich auch in der Bewertung des gesellschaftlichen Generationenverhältnisses nieder. Die Wahrnehmung des Generationenverhältnisses wird durch die persönlichen Erfahrungen deutlich stärker geprägt als durch makropolitische Diskussionen über mögliche Konfliktfelder zwischen den Generationen. Nur 19 Prozent der 65- bis 85-Jährigen glauben daher, dass es in den nächsten Jahren zu einem Generationenkonflikt kommen wird, 60 Prozent erwarten dies nicht.

Das bedeutet jedoch nicht, dass es zwischen den Generationen nicht deutliche Unterschiede gibt, beispielsweise in den Wertvorstellungen. So ist die jüngere Generation deutlich hedonistischer in ihrer Lebenseinstellung als die Älteren, für die Familie, soziale Gerechtigkeit oder Religion einen höheren Stellenwert haben. Die

Sicht der 65- bis 85-jährigen Großeltern auf ihre Enkel ist deutlich positiver als das Gesamtbild, das die 65- bis 85-Jährigen von der jüngeren Generation insgesamt haben. So halten beispielsweise 59 Prozent der Großeltern ihre Enkel für leistungsbereit; diese Eigenschaft wird aber nur 29 Prozent der Jugendlichen und jungen Erwachsenen insgesamt zugeschrieben (vgl. Kapitel 3.5).

## **Dynamik des Alterungsprozesses – die zentrale Rolle der eigenen Gesundheit**

Während die subjektive Bilanz der materiellen Verhältnisse, der Wohnsituation, des Aktivitätsradius und der sozialen Kontakte insgesamt weit überwiegend positiv ausfällt, zeigt die Analyse der einzelnen Jahrgänge, wie stark sich die Lebenssituation und Befindlichkeit in dieser Lebensphase verändern. Jenseits der 75, und verstärkt jenseits der 80, nehmen die physischen Beeinträchtigungen steil zu, während sich der Bekanntenkreis verkleinert und der Aktivitätsradius verengt. Zwar sind die heute 65- bis 85-Jährigen wesentlich gesünder als vergleichbare Altersgruppen früher. Dies ändert jedoch nichts daran, dass die Sorge um die Stabilisierung der eigenen Gesundheit in dieser Lebensphase immer mehr in den Mittelpunkt rückt. Unter den Wünschen für die Zukunft dominiert entsprechend ganz einseitig die Erhaltung der Gesundheit. Der eigene Gesundheitszustand ist neben Einkommen und Bildung in vielen Lebensbereichen der wichtigste Parameter für ein erfülltes Leben im Alter.

Berichten von den 65- bis 69-jährigen noch 53 Prozent über einen (sehr) guten Gesundheitszustand, sind es unter den 80- bis 85-jährigen nur noch 28 Prozent. Bei der Hälfte der 65- bis 85-jährigen hat sich in den zurückliegenden drei Jahren der Gesundheitszustand verschlechtert. Gesundheitliche Probleme beginnen häufig nicht erst im Alter. 65- bis 85-Jährige, die im Verlauf ihres Lebens häufiger krank waren, haben ebenso wie solche, die früher mit Ge-

wichtsproblemen zu kämpfen hatten, einen schlechteren Gesundheitszustand als Ältere, die früher damit nicht zu kämpfen hatten. Gesundheit im Alter unterliegt auch einer hohen Volatilität: Jeder zweite 65- bis 85-Jährige stimmt der Aussage zu »Wie ich mich körperlich und seelisch fühle, ist von Tag zu Tag unterschiedlich«.

Die 65- bis 85-Jährigen sind in vielfacher Weise darum bemüht, sich gesund und fit zu halten. So gehen beispielsweise 56 Prozent mehrmals pro Woche spazieren, auch bei den 80- bis 85-Jährigen sind es noch 50 Prozent. Insgesamt deutlich häufiger als ihre Vorgänger-Generationen treiben die heute 65-Jährigen und Älteren Sport. 1968 haben gerade einmal 5 Prozent der 65-Jährigen und Älteren zumindest gelegentlich Sport getrieben, heute sind es 44 Prozent. Die Daten belegen auch, wie wichtig eine frühe Heranführung an sportliche Aktivität und Bewegung ist. Wer in jungen Jahren nicht an Sport und Bewegung herangeführt wurde, wird sich auch im Verlauf des Lebens kaum mehr dafür begeistern lassen (vgl. Einführung zu Kapitel 4 und Kapitel 4.1).

## Angst vor Verlust der Autonomie

Die überwältigende Mehrheit der 65- bis 85-Jährigen ist darauf ausgerichtet, bei nachlassenden Kräften und gesundheitlichen Problemen ihren eigenen Haushalt aufrechtzuerhalten. 83 Prozent wünschen sich, dass sie möglichst lange unabhängig bleiben können und nicht auf die Hilfe anderer angewiesen sind, 81 Prozent hoffen, nicht pflegebedürftig zu werden. Den Gedanken an eine mögliche eigene Pflegebedürftigkeit versuchen allerdings auch 54 Prozent zu verdrängen.

Die Aufrechterhaltung des eigenen Haushalts erfordert nicht zuletzt eine altersgerechte Wohnsituation. Nur 31 Prozent der 65- bis 85-Jährigen beschreiben ihr derzeitiges Haus bzw. ihre derzeitige Wohnung als altersgerecht, rund zwei Drittel sagen, dass dies nur eingeschränkt der Fall sei. Als wichtige Maßnahmen zur alters-

gerechten Gestaltung der eigenen Wohnsituation werden vor allem barrierefreie Badezimmer, die Vermeidung von Treppen sowie die Möglichkeit, über ein Hausrufsystem bzw. einen Alarmknopf schnell Hilfe rufen zu können betrachtet. Sollte man einmal nicht mehr ohne fremde Unterstützung leben können, gilt der überwiegenden Mehrheit von 59 Prozent der 65- bis 85-Jährigen die eigene Wohnung mit Pflegedienst als erste Wahl, ein eigenes Zimmer oder eine eigene Wohnung im Seniorenheim folgt mit 45 Prozent. In innovative Wohnformen wie eine Senioren-WG oder ein Mehrgenerationenhaus würden 26 Prozent gerne ziehen, zu Familienangehörigen 20 Prozent. Im Falle einer dauerhaften Pflegebedürftigkeit wünscht sich die überwältigende Mehrheit von 67 Prozent eine Pflege durch Partner, Kinder oder andere Familienangehörige. 47 Prozent bevorzugen externe Lösungen durch Pflegedienste, persönliche Pflegekraft oder Pflegeheim (vgl. Kapitel 4.2 und 4.3).

## Erwartungen an Staat und gesellschaftliche Akteure

Die große Mehrheit der 65- bis 85-Jährigen ist überzeugt, dass die meisten Menschen der eigenen Generation ähnliche Forderungen und Anliegen an die Politik haben. In Bezug auf die Bundesregierung gehen 59 Prozent von ähnlichen Anliegen aus, auf kommunaler Ebene vermuten 50 Prozent ähnlich gelagerte Forderungen. Ein bemerkenswert hoher Anteil von 80 Prozent der 65- bis 85-Jährigen hält eine gemeinsame politische Interessenvertretung in Form von speziellen Verbänden auf Bundesebene für erforderlich, auf kommunaler Ebene sehen 51 Prozent die Notwendigkeit einer politischen Interessenvertretung für ältere Menschen, z. B. in Form eines Seniorenbeirats.

Dabei beziehen sich die politischen Prioritäten der älteren Generation keineswegs primär auf die Anliegen der eigenen Generation. Vielmehr sind für die 65- bis 85-Jährigen Themen von Bedeutung, die über den Tag hinaus eine nachhaltige und gerechte Ent-

wicklung der Gesellschaft sicherstellen. So erwarten 74 Prozent der Älteren von der Bundesregierung, die finanzielle Situation speziell von ärmeren Rentnern zu verbessern, 68 Prozent sehen in der Verringerung der sozialen Unterschiede zwischen Arm und Reich eine Hauptaufgabe der Politik, aber auch Preisstabilität, die Bekämpfung der Arbeitslosigkeit oder die Verringerung der Staatsschulden stellen für jeweils rund 60 Prozent der 65- bis 85-Jährigen wichtige politische Aufgaben dar. Die eigenen Belange kommen am deutlichsten darin zum Ausdruck, dass 72 Prozent der 65- bis 85-Jährigen die Sicherung einer ausreichenden Zahl gut ausgebildeter Pflegekräfte zu den politischen Prioritäten zählen, 68 Prozent die bessere finanzielle Ausstattung der Gesundheits- und Pflegeversorgung.

Interessanterweise ist es allerdings nicht die Bundesregierung, die aus Sicht der 65- bis 85-Jährigen am meisten für die Interessen und Anliegen der eigenen Generation tun kann, sondern die Wohlfahrtsverbände und die Kommunen. 69 Prozent der Älteren sind der Meinung, dass Wohlfahrtsverbände besonders viel für die Interessen und Anliegen älterer Menschen tun können, 63 Prozent schreiben den Kommunen eine exponierte Rolle zu. Die Bundesregierung folgt mit 56 Prozent erst auf dem dritten Platz, knapp vor den Kirchen mit 49 Prozent.

Die Erwartungen an die Wohlfahrtsverbände richten sich – entsprechend ihrer Tätigkeitsschwerpunkte – vor allem an deren Rolle als Interessenvertretung von sozial schwächeren Bevölkerungsschichten sowie an ihre Rolle in der Pflegeversorgung. Auch bei den Erwartungen an die Städte und Gemeinden steht das Thema Sicherstellung einer hohen Pflegequalität an erster Stelle. Ein weiteres Feld, in dem sich die ältere Generation Unterstützung durch die Kommune wünscht, sind Erleichterungen im Alltag, z. B. im öffentlichen Nahverkehr oder bei Behördengängen (vgl. Kapitel 5).

## Hohes Maß an bürgerschaftlichem Engagement

Die ältere Generation hat aber nicht nur dezidierte Erwartungen gegenüber staatlichen und gesellschaftlichen Akteuren. Die 65- bis 85-Jährigen sehen sich vielmehr auch im Alter selbst noch in der Mitverantwortung, wie sich unser Land und unsere Gesellschaft entwickeln. Nur 32 Prozent sehen die Verantwortung für die künftige Entwicklung der Gesellschaft vor allem als Aufgabe der jüngeren Generation und nicht ihrer eigenen an. 57 Prozent widersprechen dieser Sichtweise und sehen die Verantwortung auch bei der eigenen, älteren Generation. Die Wahrnehmung dieser Mitverantwortung spiegelt sich auch in einem hohen Maß an bürgerschaftlichem Engagement wider.

45 Prozent der 65- bis 85-Jährigen engagieren sich derzeit in einem von elf gesellschaftlichen Bereichen. Schwerpunkte des Engagements stellen der kirchliche Bereich, Freizeit und Geselligkeit, Sport und Bewegung, Kultur und Musik sowie der soziale Bereich dar. Dabei gibt es bei den Bereichen, in denen man sich engagiert, geschlechtsspezifische Präferenzen ebenso wie Unterschiede in Abhängigkeit von der eigenen Bildung, kaum jedoch nach Altersgruppen. Den größten Einfluss auf die Frage, ob man sich überhaupt engagiert, haben Bildung und Gesundheit. Überdurchschnittlich engagiert sind auch Ältere mit einer starken Kirchenbindung und einem große Bekanntenkreis. Soweit es zwischen den Altersgruppen Unterschiede im Niveau des Engagements gibt, sind diese ganz wesentlich auf den sich mit dem Alter verschlechternden Gesundheitszustand zurückzuführen. Gesunde 75- bis 79-Jährige engagieren sich in ähnlichem Maße wie gesunde 65- bis 69-Jährige.

Viele derjenigen, die sich im Alter bürgerschaftlich engagieren, waren auch vor dem Eintritt ins Rentenalter ehrenamtlich bzw. freiwillig engagiert: 43 Prozent der 65- bis 85-Jährigen, die sich heute bürgerschaftlich engagieren, waren früher sehr stark oder stark, 32 Prozent zumindest etwas engagiert. Aber immerhin fast jeder Vierte (23 Prozent) von denjenigen, die sich im Alter engagieren, war früher kaum oder gar nicht engagiert und ist erst nach dem Ein-

tritt ins Rentenalter zum bürgerschaftlichen Engagement gekommen.

Der Umfang des zeitlichen Engagements beträgt – bezogen auf die 65- bis 85-Jährigen, die sich engagieren – rund vier Stunden in der Woche. Hochgerechnet auf die Grundgesamtheit aller 65- bis 85-Jährigen ergibt dies einen zeitlichen Umfang von rund 1,48 Milliarden Stunden pro Jahr, was einer Arbeitszeit von etwa 870 000 Vollzeitbeschäftigten entspricht.

Die Motive für ein bürgerschaftliches Engagement sind breit gefächert. Zunächst einmal muss Engagement Freude machen: Für 70 Prozent der bürgerschaftlich engagierten 65- bis 85-Jährigen steht die Freude an ihrer Tätigkeit im Vordergrund. Ein weiteres Motivbündel ist der moralisch-gesellschaftliche Anspruch an die Tätigkeit. So verbinden beispielsweise 51 Prozent mit ihrem Engagement den Wunsch, anderen zu helfen. Zudem spielt die soziale Komponente eine Rolle. So steht für 44 Prozent bei ihrem Engagement der Kontakt zu anderen Leuten im Vordergrund, für 35 Prozent die Abwechslung zum sonstigen Alltag.

Angesichts des beachtlichen zeitlichen Umfangs ihres bereits vorhandenen Engagements halten die 65- bis 85-Jährigen die Einführung eines sozialen Pflichtjahrs für Senioren mehrheitlich nicht für sinnvoll. Lediglich 25 Prozent stehen einem solchen Vorschlag offen gegenüber, von 59 Prozent wird er hingegen kritisch bewertet.

Bürgerschaftliches Engagement kann aber nicht nur durch zeitlichen Einsatz, sondern auch in Form von Geld erfolgen. 64 Prozent der 65- bis 85-Jährigen haben in den letzten zwölf Monaten diese Form des Engagements gewählt und Geld gespendet. Bezogen auf alle 65- bis 85-Jährigen hat jeder Bürger in dieser Altersgruppe durchschnittlich rund 80 Euro pro Jahr gespendet, was einem Gesamtbetrag von rund 1,2 Milliarden Euro pro Jahr entspricht (vgl. Einführung zu Kapitel 6 und Kapitel 6.1).

## Beachtliches Potenzial für (stärkeres) Engagement vorhanden

Die ältere Generation ist aber nicht nur in beachtlichem Umfang noch bürgerschaftlich aktiv, sondern zeigt auch bemerkenswert große Potenziale für die Ausweitung dieses Engagements. Für knapp jeden Fünften käme es in Frage, sich (noch stärker) zu engagieren. Diese Bereitschaft ist insbesondere in den höheren Bildungsschichten und bei den Unter-75-Jährigen gegeben. Diejenigen, für die ein (stärkeres) Engagement in Frage käme, könnten sich für dieses (zusätzliche) Engagement einen zeitlichen Umfang von rund sechs Stunden pro Woche vorstellen. Rechnet man den potenziellen Umfang des (zusätzlichen) Engagements auf alle 65- bis 85-Jährigen hoch, ergibt sich ein weit gefasstes Potenzial von 873 Millionen Stunden pro Jahr, was rund 510 000 Vollzeitstellen entspricht.

Bei den Voraussetzungen, die aus Sicht derjenigen vorliegen müssen, die sich ein (stärkeres) bürgerschaftliches Engagement vorstellen könnten, steht der inhaltliche Aspekt, dass es sich also um ein interessantes Projekt handelt, für das es sich lohnt, sich zu engagieren, an erster Stelle. Aber nicht nur der Inhalt muss stimmen, auch an andere Voraussetzungen wird ein (stärkeres) Engagement geknüpft. Insbesondere legen die 65- bis 85-Jährigen Wert auf ein hohes Maß an Flexibilität und Autonomie bei der Durchführung der übernommenen Aufgaben. Auch wichtig ist neben der tatsächlichen Ausgestaltung des Engagements der Weg dahin bzw. die Anbahnung dieses Engagements, wie z. B. eine externe Ansprache oder die Verfügbarkeit eines Ansprechpartners, bei dem man sich über Möglichkeiten des Engagements informieren kann (vgl. Kapitel 6.2).