

ZUM THEMA:**LEGENDEN ÜBER DAS ALTER – UND WARUM SIE FALSCH SIND****ALTERN IN DEUTSCHLAND (1 – 9)**

Schriftenreihe Nova Acta Leopoldina in der Wissenschaftlichen Verlagsgesellschaft, Stuttgart 2009

J. Ehmer, O. Höffe (Hrsg.):

BILDER DES ALTERNS IM WANDEL

Band 1. 244 S., € 24,00. ISBN: 978-3-8047-2542-3

U. M. Staudinger, H. Heidemeier (Hrsg.):

ALTERN, BILDUNG UND LEBENSLANGES LERNEN

Band 2. 279 S., € 24,00. ISBN: 978-3-8047-2543-0

A. Börsch-Supan u. Mitarb. (Hrsg.):

PRODUKTIVITÄT IN ALTERNDEN GESELLSCHAFTEN

Band 3. 157 S., € 24,00. ISBN: 978-3-8047-2545-4

St. Beetz u. Mitarb. (Hrsg.):

ALTERN IN GEMEINDE UND REGION

Band 4. 210 S., € 24,00. ISBN: 978-3-8047-2546-1

U. Backer-Gellner, St. Veen (Hrsg.):

ALTERN, ARBEIT UND BETRIEB

Band 5. 157 S., € 24,00. ISBN: 978-3-8047-2544-7

U. Lindenberg u. Mitarb. (Hrsg.):

ALTERN UND TECHNIK

Band 6. (In Vorbereitung für Herbst 2009). ISBN: 978-3-8047-2547-8

K. Kochsiek (Hrsg.):

ALTERN UND GESUNDHEIT

Band 7. 302 S., € 24,00. ISBN: 978-3-8047-2548-5

J. Kocka u. Mitarb. (Hrsg.):

ALTERN: FAMILIE, ZIVILGESELLSCHAFT, POLITIK

Band 8. 343 S., € 24,00. ISBN: 978-3-8047-2549-2

Empfehlungen der Akademien-Gruppe Altern in Deutschland (Hrsg.):

GEWONNENE JAHRE

Band 9. 102 S., € 12,00. ISBN: 978-3-8047-2550-8

Der römische Senator Cato der Ältere hatte Recht: Alle wollen es werden, keiner will es sein: alt. Er musste wissen, wovon er sprach, wurde er doch mit seinen über 90 Jahren dreimal so alt wie der Durchschnitt damals im Imperium Romanum.

Heute sind 90 Jahre zwar das vierte Lebensalter (früher gab es nur drei), doch selten ist das beileibe nicht mehr. Deutschland hat sogar rund 10.000 über Hundertjährige (Japan ein Vielfaches davon).

Im Grunde ist das ein Traum, ein unerfüllbarer Traum für alle Generationen vor uns. Denn noch zu Beginn des 20. Jahrhunderts betrug die Lebenserwartung der Frauen in Deutschland bei ihrer Geburt 48 und die der Männer sogar nur 45 Jahre. Heute liegt sie bei 82 und 77. Anfangs war es nur die erfolgreich gemeisterte Säuglings- und Kindersterblichkeit. Heute steigt besonders die Lebenserwartung der Älteren kräftig an. Um 1900 hatten 60-Jährige im Durchschnitt noch 13 bis 14 Jahre zu leben, heute stehen ihnen rund 23 weitere Jahre zur Verfügung (25 für Frauen und 21 für Männer). Der Trend wird sich fortsetzen, wahrscheinlich. Nach heutigen(!) Prognosen werden in 40 Jahren 60-jährige Männer im Durchschnitt noch weitere 26 Jahre vor sich haben, 60-jährige Frauen sogar 30 Jahre, also nicht weniger als die Hälfte ihrer bis dahin durchlebten Lebenszeit.

Immer mehr Menschen erreichen also ein hohes Altern, und das bei akzeptabler körperlicher und geistiger Leistungsfähigkeit. Dabei ist die Zeit der Erwerbsarbeit gesunken: Von den 60- bis 65-Jährigen ist heute in Deutschland nur noch jeder Vierte erwerbstätig, im weiteren Altersverlauf auf wenige Prozent schrumpfend.

Allerdings sind die Chancen nicht gleich verteilt. Die Ursachen sind vielfältig. Dazu gehören unterschiedliche Arbeits- und Lebensbedingungen, vor allem aber auch unterschiedliches Gesundheitsverhalten, sprich Rauchen (besonders Mädchen, was in der Kombination „Pille“ und Nikotin für eine steigende Herzinfarkt- und Hirnschlagfrequenz sorgt) sowie Ernährung und Bewegung.

Und schließlich die alarmierende Verschiebung im Altersaufbau der Bevölkerung. Im Jahre 2050, so schätzt man, werden nur noch 15% 20 Jahre und jünger, weniger als die Hälfte zwischen 20 und 60 Jahren und knapp 40% 60 und älter sein. Wir werden weniger (im 19. Jahrhundert 5 Kinder pro Frau, heute nur noch 1,5) – und dabei auch noch älter.

„Auch noch älter“, schon dieser unausgesprochene Tonfall spricht Bände. Wenn von einer „alternden Gesellschaft“ die Rede ist, bauen sich auch gleich die entsprechenden Befürchtungen auf, nämlich Verlust an Produktivität und Innovationskraft sowie Überlastung durch Renten- und Gesundheitskosten, von einem Erlahmen der Reformkräfte ganz zu schweigen. Ist diese pessimistische Sicht begründet? Oder konstruktiver formuliert: Welche Chancen bieten die gewonnenen Jahre und wie lassen sie sich realisieren? Welche Herausforderungen ergeben sich aus dem demographischen Altern und wie soll man mit ihnen umgehen?

Die Situation ist neu (und wird sich nicht nur in Europa, sondern auch in Nord-Amerika, ja sogar in Teilen Asiens so verbreiten) – und damit auch die Frage: Wie geht es weiter? Was können, ja was müssen wir aus der in der bisherigen Menschheits-Geschichte völlig neuen demographischen Situation lernen?

Man muss es der – oft ironisch belächelten, wenn nicht gar beschimpften – „deutschen Mentalität“ lassen; hier beschäftigt man sich vorausdenkend mit Themen, die in Zukunft die meisten Nationen vor unüberwindbare Probleme stellen werden, wenn man sich nicht rechtzeitig und gezielt gewappnet hat. Anfänge finden sich überall,

wenngleich verstreut und selten koordiniert. Einen besonderen und zwar lobenswerten Schwerpunkt haben nun die Akademien-Gruppen „Altern in Deutschland“ gesetzt: ein interdisziplinäres Gremium von wissenschaftlich und praktisch tätigen Experten, 2005 von der Deutschen Akademie der Naturforscher Leopoldina (Nationale Akademie der Wissenschaften) beauftragt und unterstützt von der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften (acatech). Die finanziellen Mittel kamen von der Jacobs Foundation Zürich.

Themenschwerpunkte im Rahmen der Aufgabenbasis „Arbeit und lebenslanges Lernen“ sind Gesundheit, Familie, Zivilgesellschaft und Politik. Außerdem „Altern und Technik“ sowie „Altern in Gemeinde und Region“. Beiträge finden sich außerdem aus Geschichtswissenschaft, Informatik, Medizin, Neurowissenschaften, Ökonomie, Philosophie, Politologie, Psychologie, Rechtswissenschaft und Soziologie sowie Raum-, Regional- und Technikwissenschaften.

Inzwischen liegen die Ergebnisse, die sich vor allem auch an die nicht-wissenschaftliche Öffentlichkeit richten, in Form von 9 Bänden vor (s. o.). Im letzten Band 9 *Altern in Deutschland* geht es um „gewonnene Jahre“. Und dort interessiert vor allem ein Kapitel, das dankenswerterweise gründlich bearbeitet wurde, denn es korrigiert mehrere (negative) Stimmungsbilder in der Allgemeinheit. Gemeint sind die

Legenden über das Alter und ihre Widerlegung

Das entscheidende Stichwort war, ist und bleibt: Der demographische Wandel (s. o.) und seine Herausforderungen, Vorteile, Nachteile und Chancen. Dabei gilt es auch das Potential der gewonnenen Jahre zu nutzen und vor allem negative Vorstellungen über das Alter zu revidieren. Nachfolgend deshalb einige dieser in der Öffentlichkeit nun doch tiefer als vermutet verwurzelten Vorurteile, Besorgnisse, Einwände:

- **Das Alter beginnt mit 65:** Diese Vorstellung ist zwar alt, stammt sogar aus der Antike, hat sich in Europa vom Mittelalter bis in die Neuzeit gehalten, ist auch in außer-europäischen Kulturen verbreitet – und falsch. Die wenigsten wussten früher genau, wie alt sie waren. Das war für sie auch nicht bedeutsam. In einem modernen Staat, mit industrieller Arbeitswelt und dem Renten-System des 20. Jahrhunderts hat das kalendarische Alter allerdings seinen eigenen Stellenwert. Doch inzwischen ist

dies mehr als fragwürdig geworden: Denn damit wird ignoriert, dass immer mehr Menschen in immer höherem Alter nach wie vor zu einem aktiven und selbstbestimmten Leben fähig sind. Man schaue sich nur einmal um, da gibt es Beispiele in jede Richtung, selbst unter den Hochaltrigen.

- **Wenn man das kalendarische Alter kennt, weiß man viel über eine Person:** Falsch, den je älter wir werden, desto weniger aussagekräftig wird das kalendarische Alter. Das mag vom Kleinkind- bis zum Jugendalter noch zutreffen, nimmt aber schon im mittleren Lebensalter deutlich ab, was entsprechende Rückschlüsse anbelangt. Besonders groß werden die individuellen Unterschiede im „höheren Lebensalter“, wo es dann auch Extrem-Beispiele in beide Richtungen gibt (mit 50 „greisenhaft“ der eine und mit 80 dynamisch der andere).
- **Alte Menschen können nichts Neues mehr lernen:** Das ist einer der verhängnisvollsten Trugschlüsse. Denn so lange der Mensch lebt und nicht durch Krankheit stark beeinträchtigt ist, kann er stets Neues lernen. Das hängt natürlich auch von seinen Ressourcen und den Anreizen ab, die zur Verfügung stehen. Doch lernen Erwachsene besonders dann gut, wenn sie einen konkreten Nutzen erkennen und das neue Wissen gezielt anzuwenden verstehen. Allerdings ist die Bereitschaft zum lebenslangen Lernen auch von der Vorbildung abhängig.
- **Ältere Beschäftigte sind weniger produktiv:** Das muss man differenzieren. Denn Ältere und Jüngere unterscheiden sich in ihren Stärken und Schwächen durchaus. Ältere mögen körperlich weniger kräftig und weniger reaktionsschnell sein, dafür haben sie im Allgemeinen mehr Erfahrung, soziale Fertigkeiten und Alltags-Kompetenz. Produktivität hängt nun aber davon ab, wie diese Fähigkeiten für diese jeweilige Tätigkeit gewichtet sind und wie sie zum jeweiligen Arbeitsplatz passen. Arbeitsteilung und Arbeitsorganisation haben in jedem Alter ihre Vor- und Nachteile. Außerdem unterscheiden sich Jüngere und Ältere auch nicht darin, wie häufig sie Verbesserungen und Innovationen im Betrieb vorschlagen.

Im Übrigen nehmen auch die Krankheitstage nicht zu, obgleich das ein gängiges Vorurteil ist. Ältere Arbeitnehmer fehlen zwar länger, wenn sie einmal krank sind, werden aber seltener krank als jüngere.

- **Alte Menschen wollen mit moderner Technik nichts zu tun haben:** Da verwundert es einen immer wieder, wie selbst sehr alte Menschen moderne Technik-Angebote nutzen, wenn man sie ihnen (durchaus geduldig) erklärt und – sehr wichtig! – wenn ihnen das den eigenen Alltag erleichtert. Denn alters-gemäße Technik kann die Auswirkungen alterungs-bedingter Einbußen und Einschränkungen vermeiden, hinauszögern, ausgleichen und abschwächen. Das geht von Alltags-Aufgaben bis zur Überwachung der Vitalfunktionen. Außerdem ist die moderne Technik ein Tor zur Welt, selbst wenn man körperlich reduziert sein sollte. Beispiel: Der ältere Mensch und das Internet!
- **Die Alten nehmen den Jungen die Arbeitsplätze weg:** Das ist ein komplexes Kapitel, doch eines ist sicher: Die verstärkte Beschäftigung älterer Arbeitnehmer steht nicht grundsätzlich in Konkurrenz zu einer verstärkten Beschäftigung jüngerer Arbeitnehmer. Im Gegenteil: Sie kann sie sogar fördern. Einzelheiten würden hier zu weit führen. Eines aber spricht eine deutliche Sprache: In den OECD-Ländern mit hoher Frühverrentungsquote (z. B. Frankreich und Italien), durch die eigentlich Arbeitsplatz frei und verfügbar werden sollten, ist die Jugend-Arbeitslosigkeit nicht besonders niedrig, sondern besonders hoch...
- **Volkswirtschaften mit alter Bevölkerung sind zum Nullwachstum verdammt:** Die Arbeitsproduktivität sinkt keineswegs mit dem Alter der Beschäftigten. Durch verstärkte Aus- und Weiterbildung und erhöhten Einsatz von Maschinen und Computern kann sie sogar weiter verbessert werden. Ob wir in Zukunft das gleiche Wirtschaftswachstum wie heute oder ein Nullwachstum haben werden, hängt eher von unseren Anstrengungen ab, höhere Beschäftigungsquoten zu erzielen und die Beschäftigten besser aus- und weiterzubilden.
- **Steigende Lebenserwartung bedeutet mehr Krankheit und Pflege:** Gesundheitliche Einschränkungen und chronische Behinderungen im Alter haben sowohl bei Männern als auch Frauen im Vergleich zu früheren Jahren abgenommen. Die durchschnittliche gesunde Lebenszeit jenseits des 65. Lebensjahres ist allein in der Dekade der 1990er um 2½ bzw. 1½ Jahre gestiegen (Männer/Frauen). Beeinträchtigungen werden seltener und können mithilfe moderner technischer und medizinischer Verfahren auch besser ertragen werden. Damit ist die Lebensqualität trotz chroni-

scher Krankheit und/oder Behinderung besser als früher. Auch hat das Risiko, pflegebedürftig zu werden, in Deutschland in den letzten Jahren abgenommen.

- **Prävention und Rehabilitation können im Alter nichts mehr bewirken:** Beides ist in allen Lebensphasen, natürlich aber vor allem im Alter unerlässlich und effektiv. Alte Menschen profitieren davon besonders, man denke nur an Schlaganfall, Herzinfarkt oder Sturzfolgen. Präventiv geht es insbesondere um gesundes Ernährungsverhalten, mehr körperliche Aktivität und weniger Genussgifte. Die individuelle Leistungsfähigkeit ist keine statische Eigenschaft. Sie kann und muss durch Aktivität und Lebensweise erhalten bzw. wiederhergestellt werden. Das trifft Junge wie Alte gleich.
- **Altern führt zu geringer Mobilität:** Wer heute viel unterwegs ist, wundert sich ständig, in jeder Ecke dieser Welt auf ältere Menschen zu treffen, ob rüstig, begrenzt aktiv oder gar behindert. Ältere Menschen sind vielfältig mobil, wenngleich sich die Mobilitäts-Zwecke verändern. Wohnortwechsel beispielsweise ist natürlich seltener gewünscht und notwendig. Andere Mobilitäts-Angebote, richtig aufeinander abgestimmt, werden aber gerne und reichlich genutzt. Manchmal könnte aber die entsprechende Infrastruktur auch besser für eine Gesellschaft aller Altersstufen eingerichtet sein. Da die Älteren zunehmen, und damit ihre „bezahlten Bedürfnisse“, wird sich hier aber einiges ändern, was den Mythos von „Altern führt zu geringerer Mobilität“ noch gegenstandsloser macht.
- **Alte Menschen fallen ihren Angehörigen zur Last:** Hier muss man besonders umdenken, sollte man zuvor etwas einseitig und unflexibel gedacht haben. Denn insgesamt unterstützen alte Menschen ihre Angehörigen in der Regel mehr, als sie von ihnen unterstützt werden. Das geschieht nicht nur finanziell, sondern auch in Form praktischer Hilfe, z. B. im Haushalt oder durch Betreuung der Enkelkinder. Wer das nicht so richtig begreift, hat vielleicht das Glück, in dieser Hinsicht keine Bedürfnisse zu haben, aber das hat ja bekanntlich seine eigenen Nachteile.

Und was die finanziellen Leistungen zwischen den Generationen in der Familie und im Geldwert solcher Arbeitsleistungen anbelangt, so sind die Älteren bis zum 80. Lebensjahr(!) die Gebenden, erst dann überwiegt das Nehmen. Denn sie tragen maßgeblich dazu bei, dass junge Erwachsene die Schwierigkeiten des Berufseinstiegs

und der Familiengründung (bzw. beides zusammen) besser meistern können. Darüber hinaus engagieren sich die Älteren auch in beträchtlichem Maße im ehrenamtlichen Bereich, was den Jüngeren weder möglich, nicht selten aber auch unzumutbar erscheint.

- **Ein Kampf der Generationen steht bevor:** Eine besonders unnötige Stimmungsmache. Denn die empirische Forschung zeigt: Weder in Familie und Zivilgesellschaft noch in der Politik nehmen die Gegensätze zwischen den Generationen stärker zu als der Zusammenhalt zwischen ihnen. Außerdem eine ganz einfache Rechnung:

Das Alter ist eine Lebensphase, die eigentlich alle erreichen möchten. Insofern würde man als Junger in einem „Kampf der Generationen“ in gewisser Weise gegen sich selber kämpfen.

- **An den demographischen Wandel muss sich unsere Gesellschaft durch Seniorenpolitik anpassen:** Auch hier sollte man daran denken: Altwerden will, kann und soll eigentlich jeder. Eine Politik für Alte muss sich deshalb auf den ganzen Lebenslauf richten, vom Kleinkind bis zum Greis. Wenn beispielsweise die frühen Bildungsprozesse nicht optimiert werden, rächt sich das ein Leben lang, bis ins hohe Alter hinein. Kümmern wir uns nicht um die Optimierung des Vermögens und damit der Produktivität, so fehlen die Ressourcen zur Finanzierung von Gesundheitsleistungen und Renten im Alter. Verbessert man nicht die Vereinbarkeit von Familie und Beruf, können Frauen nicht am Arbeitsmarkt teilnehmen, wie sie das gemäß ihrer Ausbildung und Leistungsfähigkeit können – und die Produktivität stagniert oder sinkt. Kurz: Wer an die alternde Gesellschaft denkt und ihr das Leben erleichtert, denkt auch an die Jungen, die eines Tages alt werden und die Vorteile dieser Lebensstufe genießen wollen.

Alternde Gesellschaften sind reform-unfähig: Das Gegenteil ist der Fall. Das demographische Altern erhöht sogar den Reformbedarf, was die Reorganisation der Arbeitswelt, des Bildungs-Systems, der sozialstaatlichen Regeln u. a. anbelangt. Und nicht nur den Bedarf, auch den politischen Handlungsdruck (Wähler!). Wenn das be-

griffen (und nicht blockiert) wird, ist und bleibt eine selbst alternde Gesellschaft auch gesellschaftlich dynamisch, d. h. Neuem aufgeschlossen und zur Anpassung bereit.

Bleiben wir zum Abschluss bei einem weiteren antiken Denker, nämlich Solon den Weisen. Und der formulierte es so: „Ich altere wohl, doch täglich lerne ich etwas dazu“. Damit meinte er nicht nur das pure Wissen, sondern alles, was ein gesundes, und damit zufriedenes, gelassenes und dabei doch konstruktives Altern und Alter einschließt. Um beim Titel von Band 9 zu bleiben: Gewonnene Jahre – es liegt in unserer Hand (VF).