

**Festveranstaltung zum  
Internationalen Tag der älteren Menschen  
Hamburg, 1. Oktober 2015**



# **Die Rolle der Generationen in einer Gesellschaft des langen Lebens**

## **Solidarität, gegenseitige Verantwortung**



**Prof. Dr. Dr. h.c. mult. Ursula Lehr**  
Bundesministerin a.D.  
Inst.f. Gerontologie • Univ. Heidelberg  
Vorsitzende der BAGSO



# Leben in einer Gesellschaft des längeren Lebens

**Es gilt, unsere Gesellschaft zu gestalten ,  
gemeinsam mit der jüngeren, der mittleren  
und der älteren Generation!**

**Wir sollten Generationenkonflikte nicht herbeireden  
oder weiter schüren. Nur gemeinsam können wir die  
Herausforderungen der Zukunft meistern.**

**Jüngere, Mittelalterliche und Ältere haben  
zugleich Gebende und Nehmende  
zu sein, Lehrende und Lernende**

**Gegenseitiges Verständnis  
ist gefragt und sollte  
gefördert werden!**



# Leben in einer Gesellschaft des längeren Lebens

## Die Rolle der Generationen in einer Gesellschaft des längeren Lebens Solidarität, gegenseitige Verantwortung

- I. **Fakten zu einer Gesellschaft des längeren Lebens**
- II. **Das veränderte Verhältnis zwischen den Generationen**
- III. **Zur Frage der Rolle der Generationen: einander helfen, füreinander da sein**

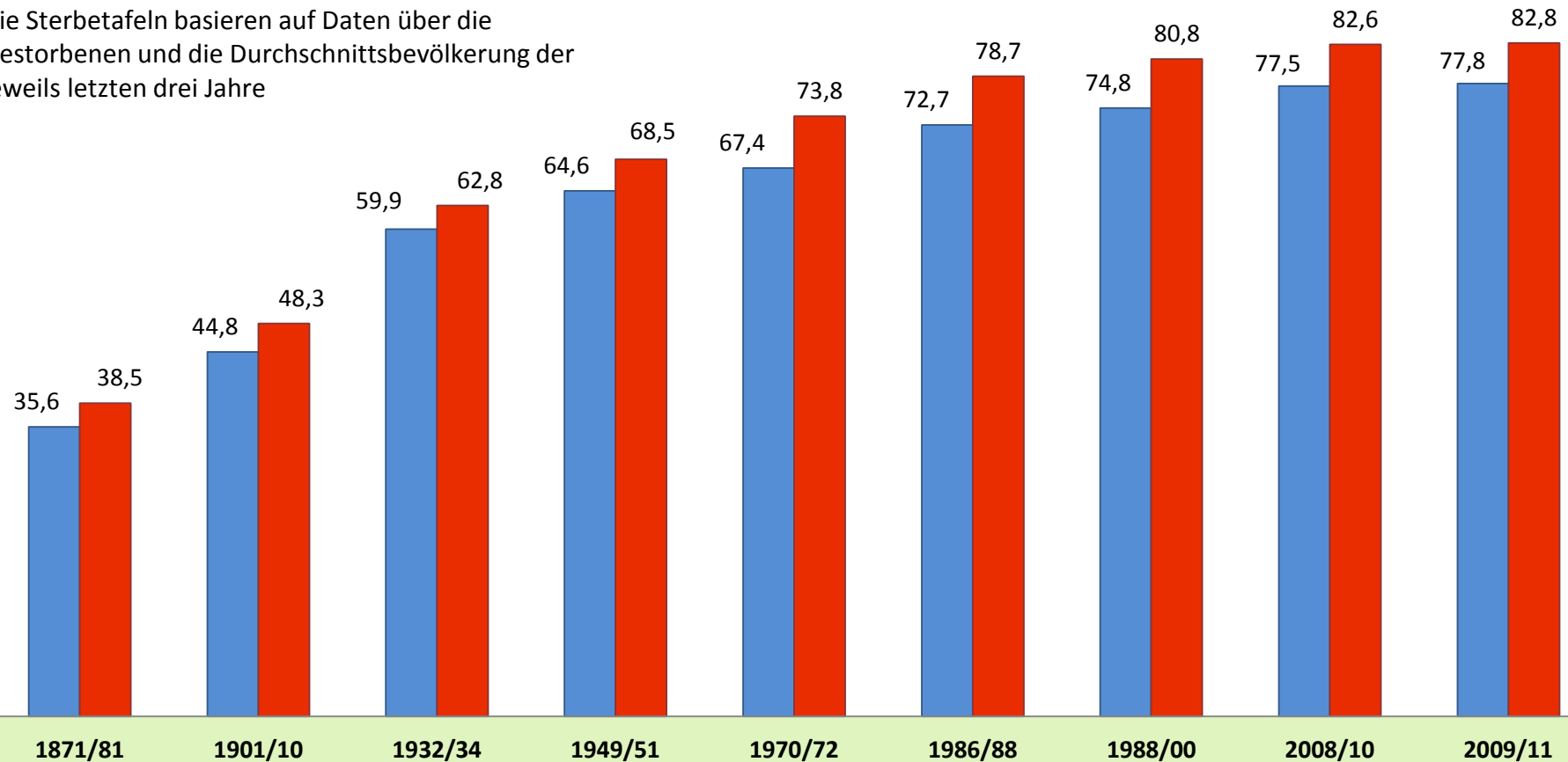
# Leben in einer Gesellschaft des längeren Lebens

## demografische Fakten : zunehmende Langlebigkeit

### Lebenserwartung in Deutschland

■ Männer ■ Frauen

Die Sterbetafeln basieren auf Daten über die Gestorbenen und die Durchschnittsbevölkerung der jeweils letzten drei Jahre

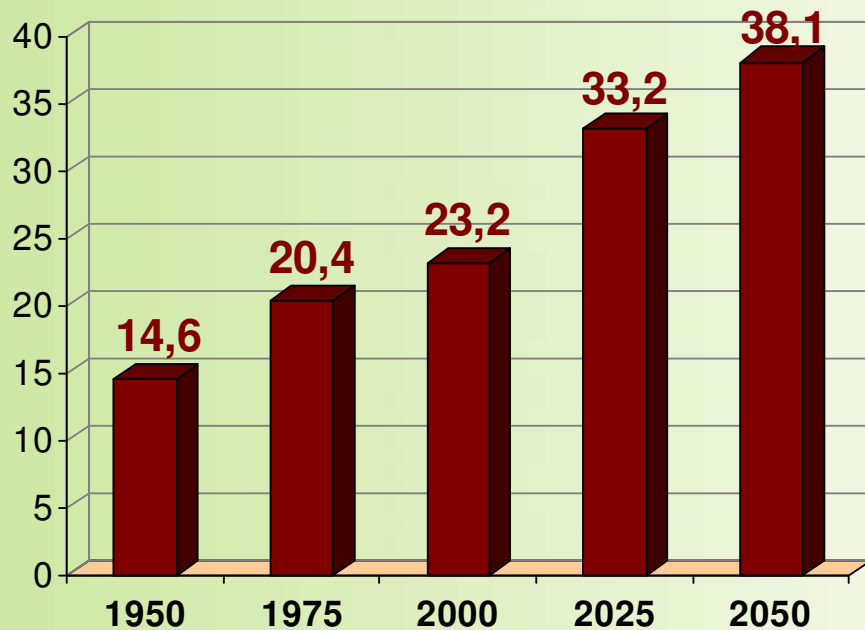


Quelle: Statistisches Bundesamt

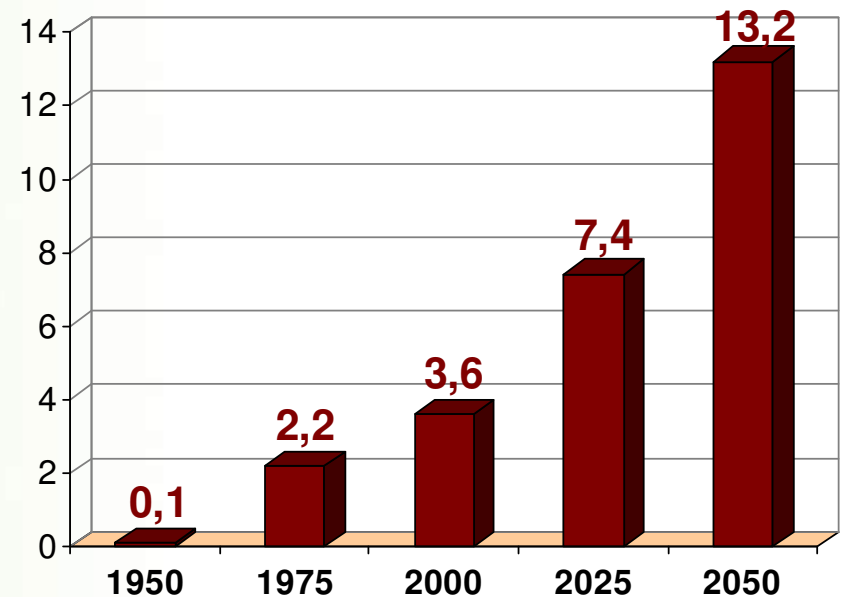
# Leben in einer Gesellschaft des längeren Lebens

## Veränderungen 1950-2015

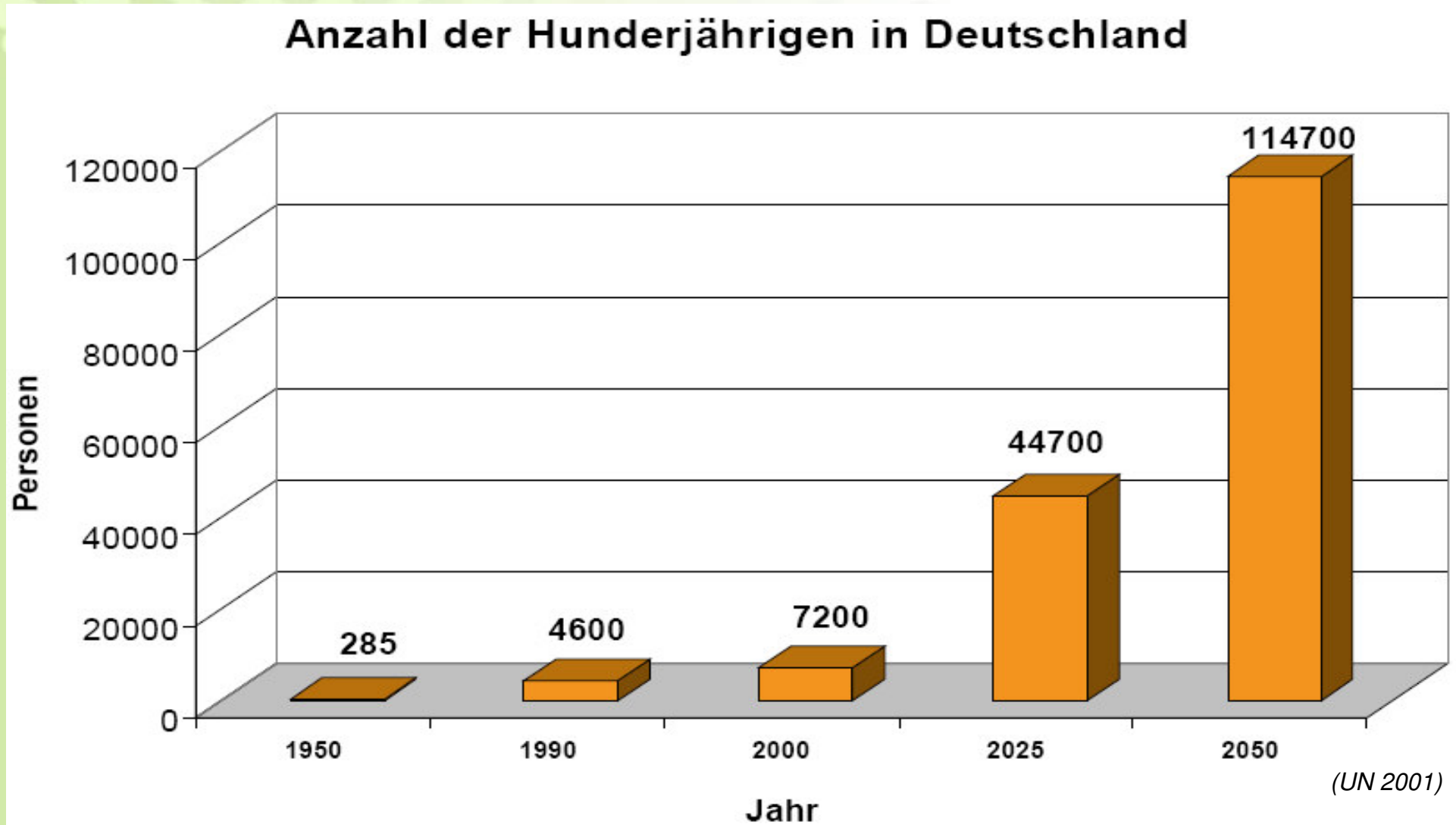
Der Anteil der **über 60jährigen**  
in Deutschland- in %



Der Anteil der **über 80jährigen**  
in Deutschland- in %

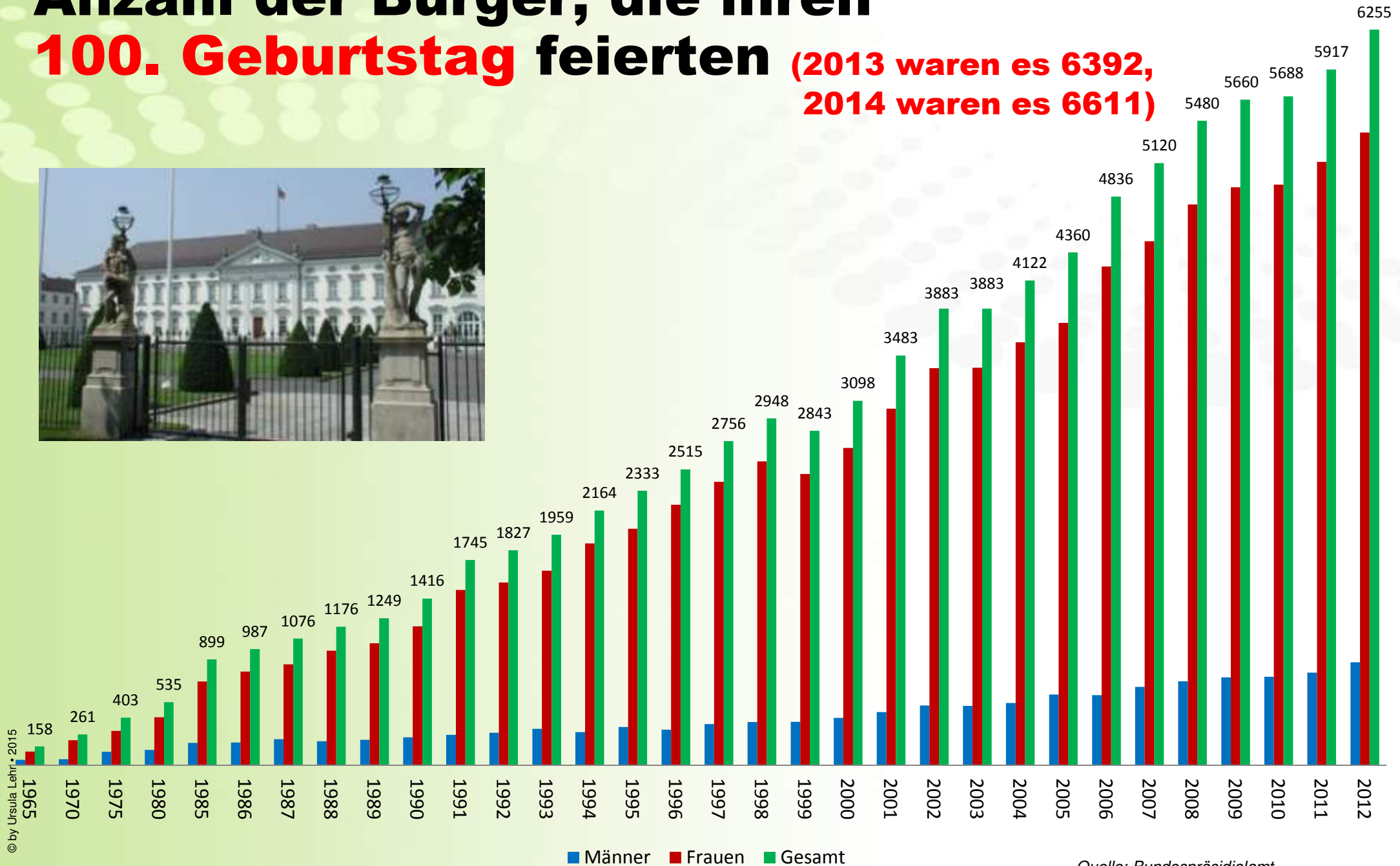


## Über-Hundertjährige in Deutschland



# Leben in einer Gesellschaft des längeren Lebens

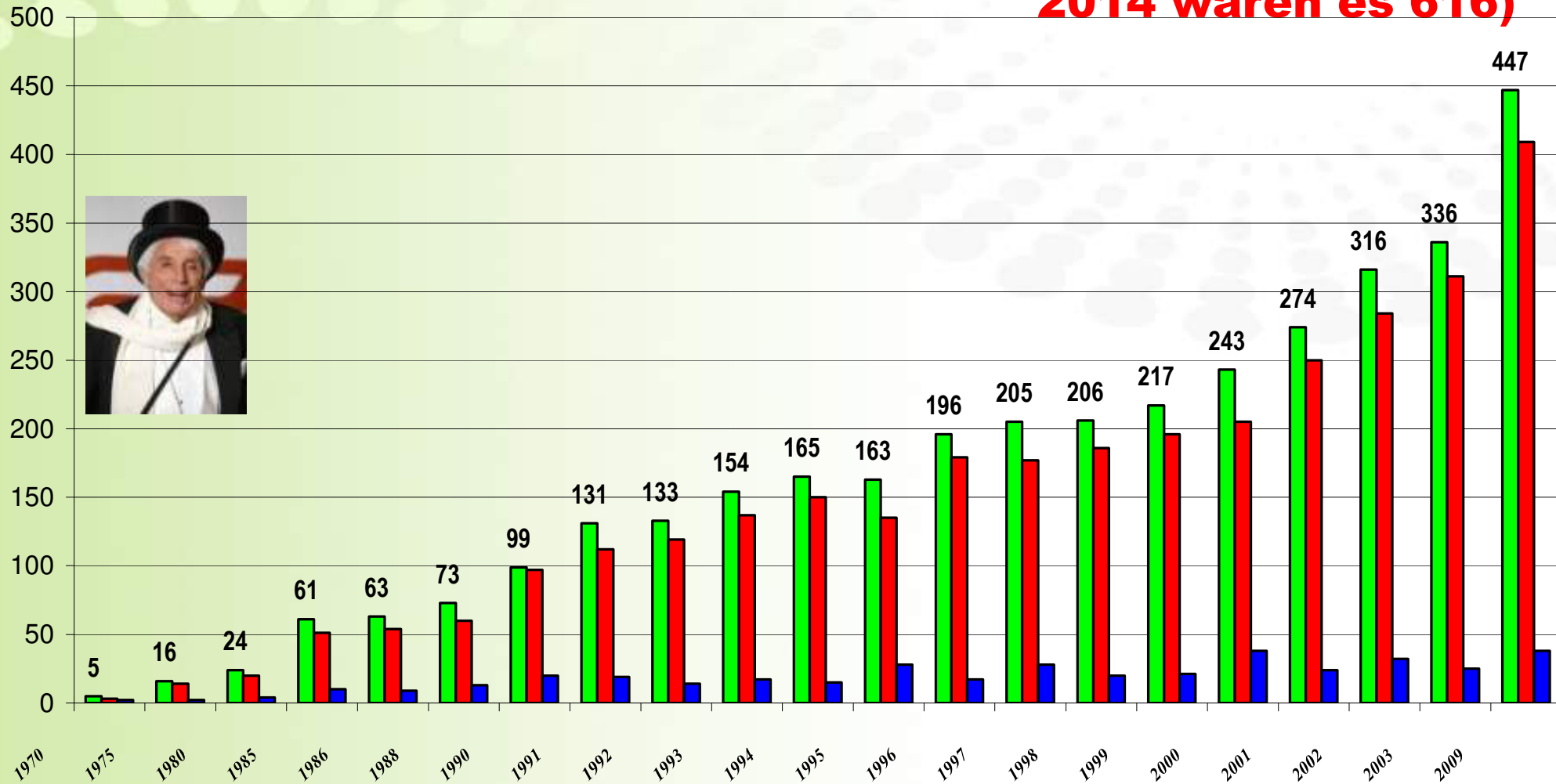
## Anzahl der Bürger, die ihren **100. Geburtstag feierten** (2013 waren es 6392, 2014 waren es 6611)



# Leben in einer Gesellschaft des längeren Lebens

## 105-jährige und ältere Mitbürger in Deutschland

**(2011 waren es 475  
2013 waren es 593  
2014 waren es 616)**





# Leben in einer Gesellschaft des längeren Lebens

**Je älter wir werden, um so weniger sagt die Anzahl der Jahre etwas aus über Fähigkeiten, Fertigkeiten, Verhaltens- und Erlebnisweisen.**

**Altern ist stets das Ergebnis eines lebenslangen Prozesses mit ur-eigensten Erfahrungen.**

**Schulische Bildung, berufliches Training, Lebensstil und Art der Auseinandersetzung mit Belastungen haben Einfluss.**

**Ein generelles Defizit-Modell des Alterns ist infrage zu stellen.**

statt

**ALTERSNORMEN - ALTERNIFORMEN,  
„Altersbilder“**

# Leben in einer Gesellschaft des längeren Lebens

## Das Alter hat viele Gesichter

*Da ist der kompetente, weise ältere Mensch, der noch im hohen Alter alleine seinen Alltag meistert*



# Leben in einer Gesellschaft des längeren Lebens

## Das Alter hat viele Gesichter

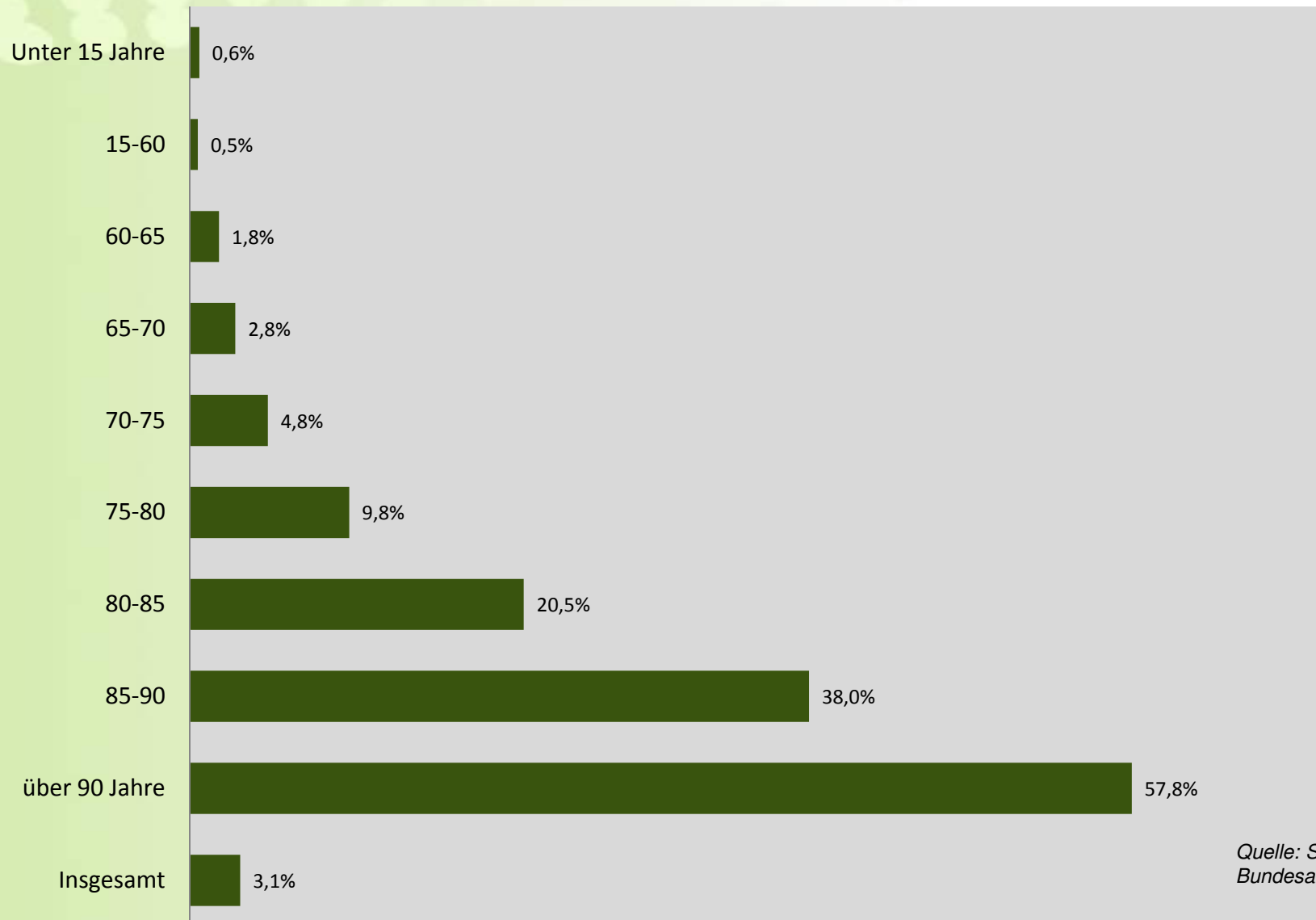
Und da ist der kranke, hilfällige ältere Mensch,  
der auf Hilfe und Unterstützung angewiesen ist



# Altern und Pflegebedürftigkeit

## Anteil der Pflegebedürftigen an der jeweiligen Altersgruppe (2011)

(nicht pflegebedürftig: 80-85: 80%; 85-90: 62%; 90 und älter: 42%)

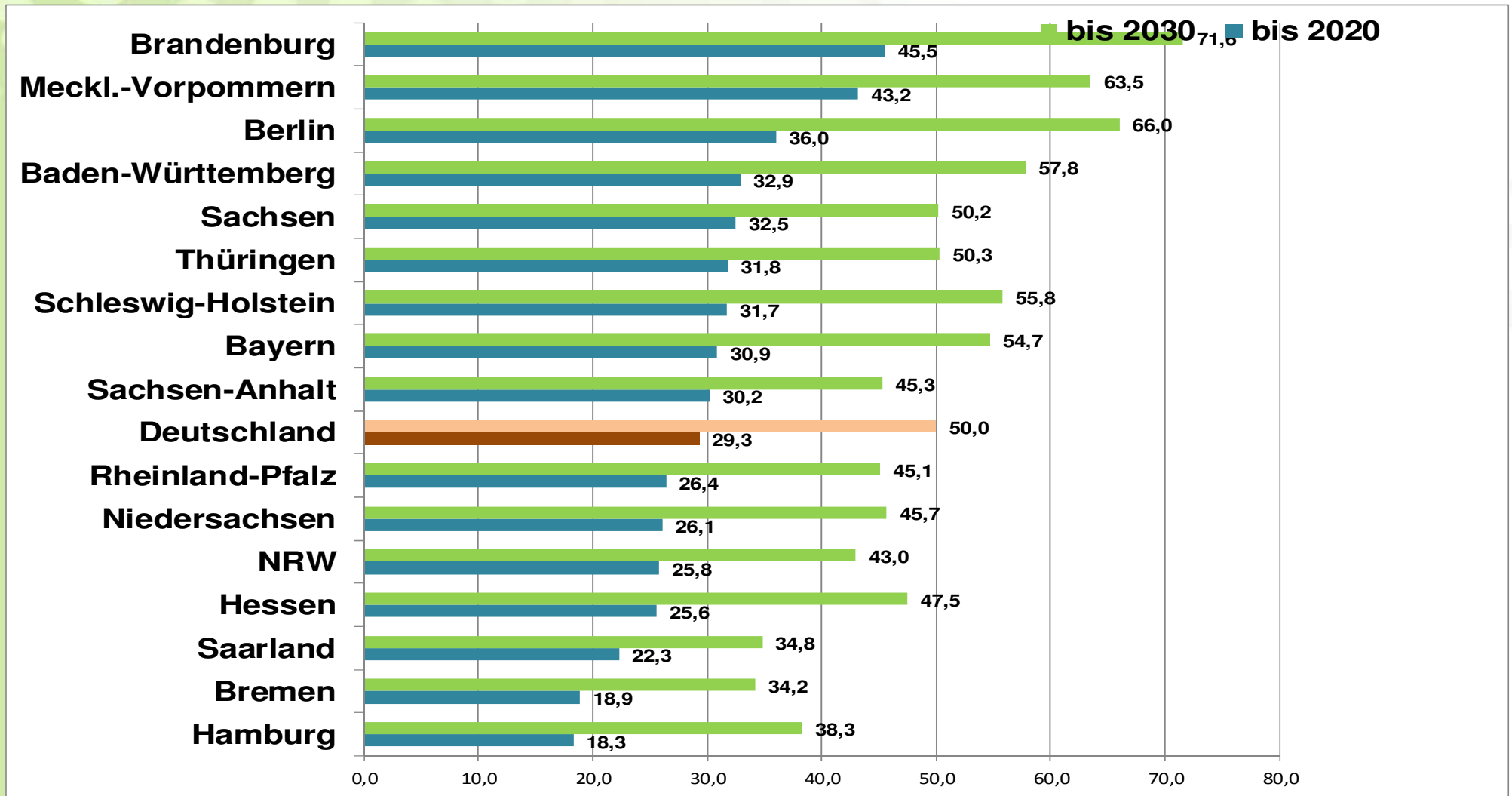


Quelle: Statistisches  
Bundesamt, Pflegestatistik 2011

# Leben in einer Gesellschaft des längeren Lebens

## Anstieg der Pflegebedürftigkeit in den Ländern

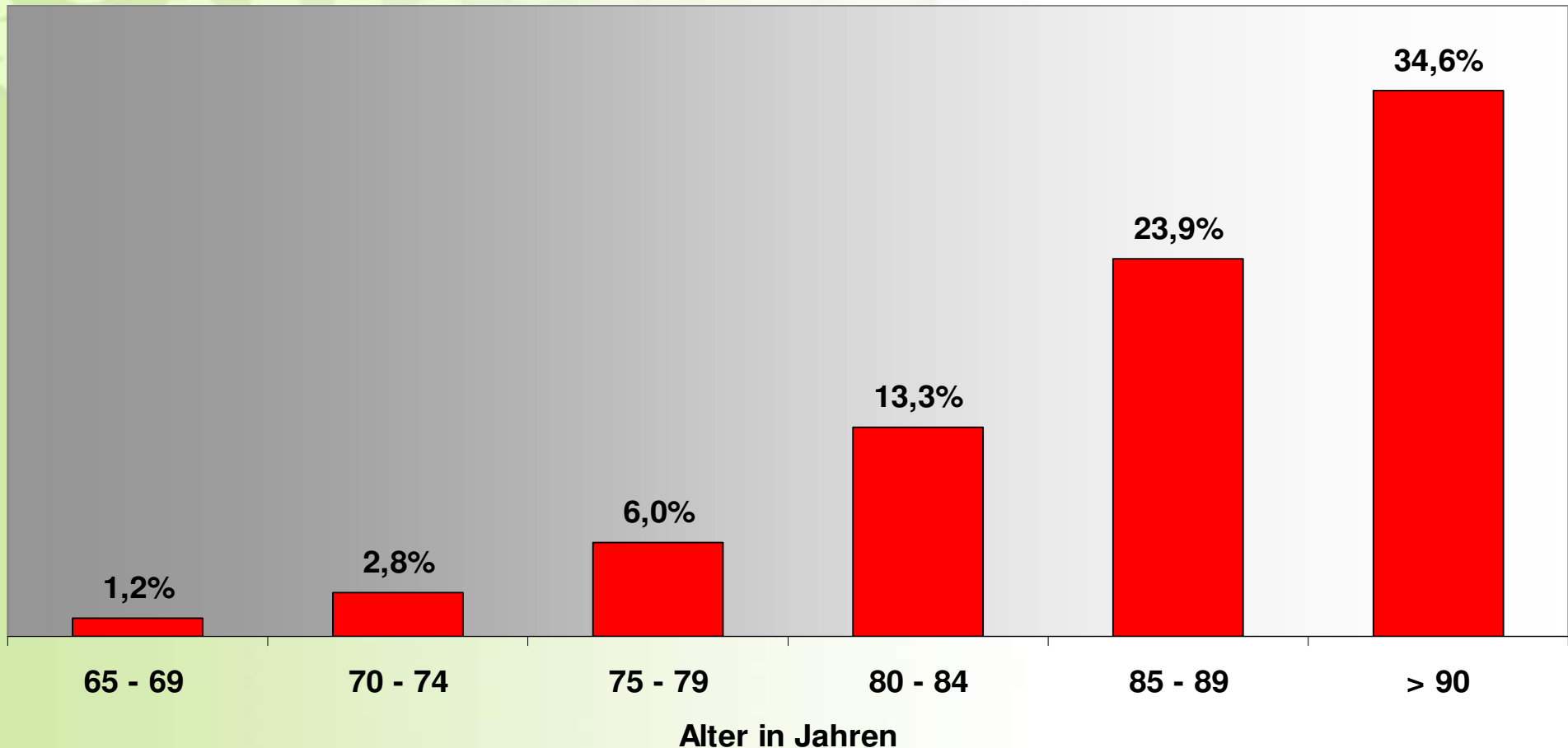
jeweils Zuwachs in Prozent (von 2007 bis 2020 und von 2007 bis 2030)



Quelle: Statistisches Bundesamt, Demografischer Wandel, Heft 2/2010

# Leben in einer Gesellschaft des längeren Lebens

## Anteil der demenziell Erkrankten



**Die Gesamtzahl der demenziell erkrankten Menschen liegt bei 1,0 – 1,4 Mio. (geschätzt). Etwa 50% der Demenzen werden dem Typ Alzheimer zugeordnet.**

# Leben in einer Gesellschaft des längeren Lebens

**Vorsicht vor zu schneller Zuordnung zu „demenziellen Erkrankungen“**

**Sorgfältige Diagnose möglicher **Depressiver Erkrankungen** ist nötig, Depressionen sind therapierbar, sind heilbar – je früher entdeckt, um so erfolgreicher.**

**Abgrenzung demenzieller Erkrankungen von „Pseudodemenz“, die behandelbar ist, oft durch Zustand der Depression ausgelöst:**

**Depression: Ursache oder Folge einer Demenz??**



# Leben in einer Gesellschaft des längeren Lebens

## „Burn out“ und „Bore out“

(2007: Philippe Rothline – Unzufriedenheit auf Grund von Langeweile, Unterforderung)

„Boreout“ von boredom, Langeweile

MERKLE (2012) „Burnout haben die Erfolgreichen; sie bekommen das ganze Interesse. Menschen mit boreout werden weniger beachtet, obwohl sie fast die gleichen Symptome haben: **Niedergeschlagenheit, Antriebslosigkeit, Schlafstörungen und die Unfähigkeit, das Leben zu genießen“ bis hin zur Depressionen.**

Ist zwar ursprünglich auf unterforderte Arbeitnehmer bezogen, **trifft aber auch auf Menschen in der nachberuflichen Phase, auf ältere Menschen zu, die keine Aufgabe haben –und das ist häufig der Fall -**

**„Wer keine Aufgaben hat, gibt sich auf!“**





# Leben in einer Gesellschaft des längeren Lebens

**Wir klagen über die zunehmenden Zahlen  
Pflegebedürftiger und diskutieren, wie wir mit diesem  
Problem fertig werden**

**aber warum fragen nicht, wie sich  
Pflegebedürftigkeit vermeiden lässt-**

**Es muss und kann weit mehr getan werden, um  
Pflegebedürftigkeit zu verhindern**

**oder wenigstens das Ausmaß der Pflegebedürftigkeit  
so gering wie möglich zu halten!**

**Prävention und Rehabilitation müssen weit  
mehr Bedeutung gewinnen, -auch für Heimbewohner!  
Auch der (demenziell) erkrankte Mensch hat noch  
viele Bereiche von Gesundheit, die gepflegt werden  
müssen!**

***HAMBURG IST VORBILD !!***

# Leben in einer Gesellschaft des längeren Lebens

**Körperliche Aktivität,  
geistige Aktivität und  
soziale Aktivität  
gesunde Ernährung  
sind wesentliche  
Voraussetzungen für ein  
gesundes  
und kompetentes  
Älterwerden;**



**Funktionen, die nicht  
gebraucht werden, verkümmern.**

**Was rastet, das rostet.**

# Leben in einer Gesellschaft des längeren Lebens

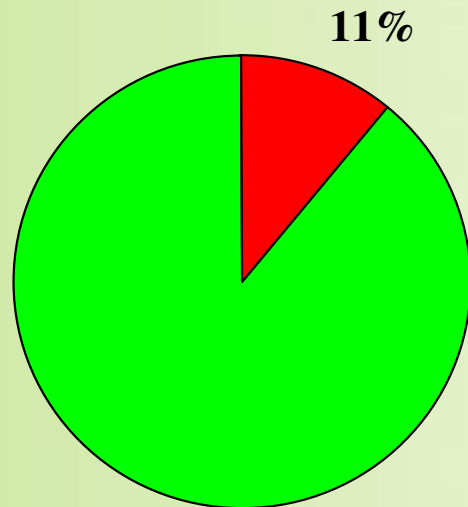
## Die Rolle der Generationen in einer Gesellschaft des längeren Lebens Solidarität, gegenseitige Verantwortung

- I. **Fakten zu einer Gesellschaft des längeren Lebens**
- II. **Das veränderte Verhältnis zwischen den Generationen**
- III. **Zur Frage der Rolle der Generationen: einander helfen, füreinander da sein**

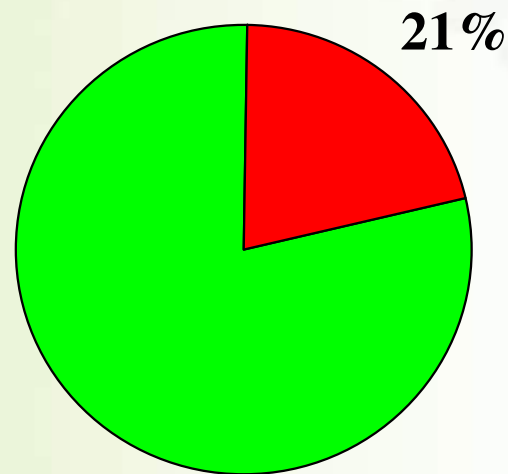
# Leben in einer Gesellschaft des längeren Lebens

**Wir werden weniger**

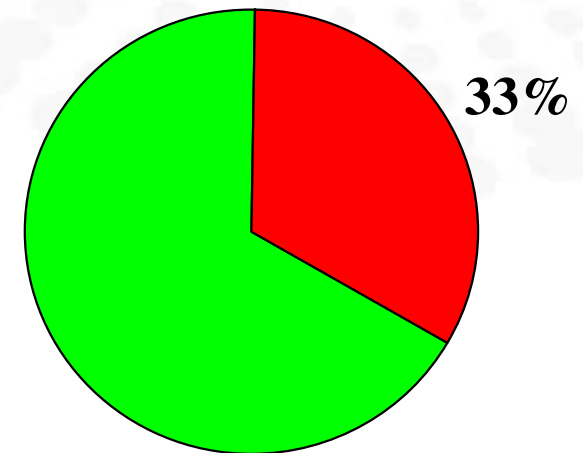
**Immer mehr Frauen in Deutschland bleiben kinderlos**



*1950 Geborene*



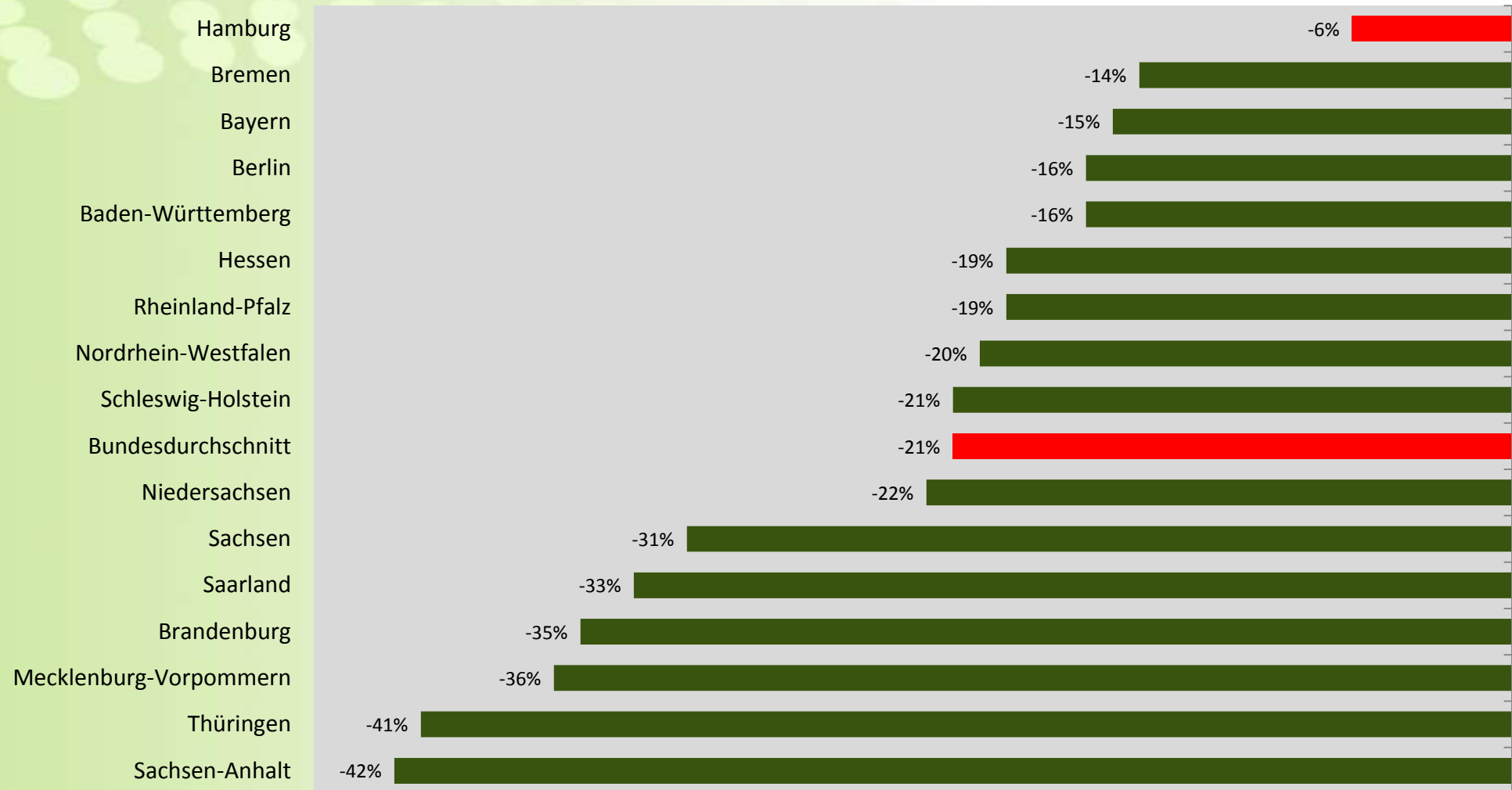
*1960 Geborene*



*1965 Geborene  
(Schätzung)*

# Leben in einer Gesellschaft des längeren Lebens

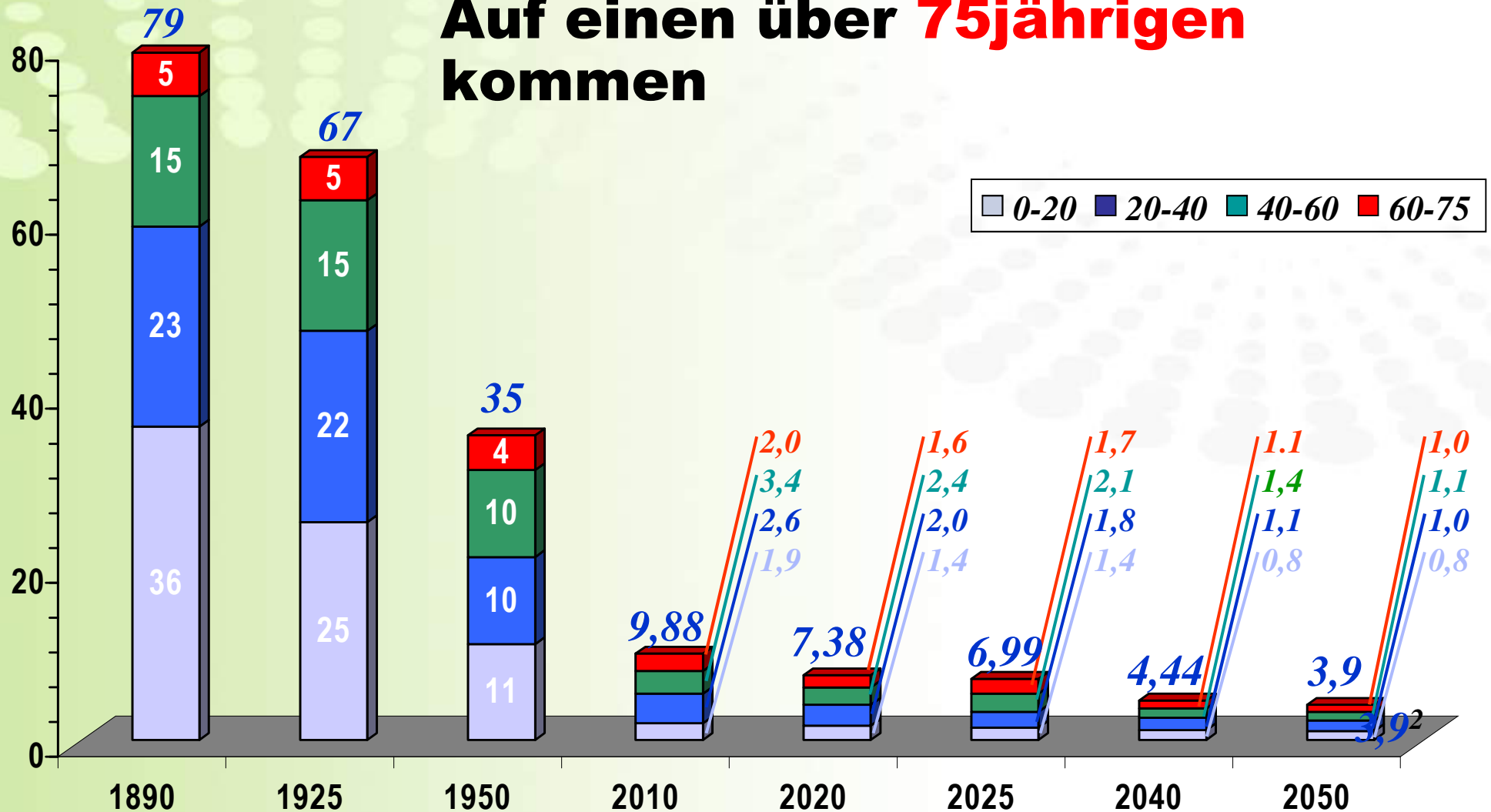
## Veränderung der Bevölkerungszahl nach Bundesländern, 2060 gegenüber 2010 in %



Quelle: Ergebnisse der 12. koordinierten Bevölkerungsvorausberechnung nach Ländern. Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung

# Leben in einer Gesellschaft des längeren Lebens

## Auf einen über 75jährigen kommen



Quelle: Destatis 2009,

Schätzung aufgrund der **12.** koordinierten Bevölkerungsvorausberechnung

## **Familienbilder früher:**

ein Großelternpaar  
umgeben von einer Schar von Enkeln



## **heute:**

der Einzelnenkel umgeben von  
4 Großeltern, **2 Urgroßeltern**  
(und manchmal noch von  
einigen „Stiefgroßeltern“)



**Vom 3-Generationen-Haushalt  
zum 1- Personen- Haushalt**

# Leben in einer Gesellschaft des längeren Lebens

## Die Rolle der Generationen

Das veränderte Verhältnis zwischen den Generationen

**Belastete Generation: die „Mittlere G.“  
„The woman in the middle“, die  
„sandwich-generation“**

**Hat nicht nur für die Kinder und evtl.  
Enkel zu sorgen, sondern oft auch für die  
alten Eltern und sogar Großeltern**

**Oft sind keine Geschwister da, mit denen  
man sich die Sorge um die Eltern teilen  
kann; manchmal sind auch noch die  
Wohnorte weit entfernt**



# Leben in einer Gesellschaft des längeren Lebens

**Das veränderte Verhältnis zwischen den Generationen**

**Der 3-GENERATIONENVERTRAG  
entwickelt sich zum  
4- (oder gar) 5-Generationenvertrag**

**1900: durchschnittliche Lebenserwartung 45 Jahre;  
Berufsanfang mit 15 Jahren;  
Altersrente ab 70 Jahre  
(2% der Bevölkerung)**

**2000: durchschnittliche Lebenserwartung etwa 80 Jahre;  
Berufsanfang mit 25 Jahren;  
Berufsende etwa 59/60 Jahre  
(ca. 20% der Bevölkerung)**

# Leben in einer Gesellschaft des längeren Lebens

## **Der „Generationenvertrag“ besagt:**

**Diejenigen, die im Arbeitsleben stehen, haben (mit Steuern und Abgaben) für die aufzukommen,**

**- die noch nicht im Berufsleben stehen (Schule, Ausbildung) und**

**- die nicht mehr im Berufsleben stehen, (Rentner – manchmal 2 Generationen)**

**1900: 15-70j. bezahlten für kurze Ausbildungszeiten und kurze Zeit Rente**

**2000: 25-60j. Bezahlten für lange Ausbildungszeiten und lange Rentenzeiten**

## DIE Altersgrenze

**Bismarck 1889:**

**„ Dem Arbeiter das Recht auf Arbeit zu geben,  
solange er gesund ist;  
die Pflege zu sichern, wenn er krank ist und ihm  
Versorgung zu sichern, wenn er alt ist.“**

**Doch:**

**Wann ist der Mensch alt?**

**Wenn er noch mehr als ein Viertel  
seines Lebens vor sich hat?**

# Leben in einer Gesellschaft des längeren Lebens

Mittlerweile ist nicht nur die **Lebenserwartung gestiegen**

- der **Gesundheitszustand** hat sich verbessert,
- die **Arbeit hat sich verändert**  
„from muscle-work to brain-work“ (RILEY,1992),
- die **Arbeitszeit hat sich verkürzt**  
(von der 60-,48-,45-40-Stundenwoche auf 38 Stunden;  
von der 6-Tage-Woche auf die 4 1/2-Tage-Woche  
von 12 Tagen Jahresurlaub (einschl. Samstage)  
zu einem 31-Tage-Jahresurlaub, Samstage nicht  
gezählt.)

**Die gesunde Lebenszeit hat zugenommen und gleichzeitig hat sich das Arbeitsleben verkürzt:**

**Freie Zeit für Familie, zur Mitgestaltung und  
Mitwirkung in der Gesellschaft ist gewonnen!  
Nutzen wir sie!**

**Wir müssen die  
Beschäftigungsfähigkeit erhalten**

**Durch**

**- Ausbau der betrieblichen  
Gesundheitsfürsorge**

**sowie**

**- Qualifizierung, lebenslanges  
Lernen**

**und**

**Korrektur des negativen  
Altersbildes**

# Leben in einer Gesellschaft des längeren Lebens

*Ursula von der Leyen: 2009*

**„Die Jüngeren  
rennen zwar schneller -  
aber die Älteren  
kennen die Abkürzung“**



**Eine Flexibilität der Altersgrenze  
ist notwendig!**



# Leben in einer Gesellschaft des längeren Lebens

## Die Rolle der Generationen in einer Gesellschaft des längeren Lebens Solidarität, gegenseitige Verantwortung

- I. **Fakten zu einer Gesellschaft des längeren Lebens**
- II. **Das veränderte Verhältnis zwischen den Generationen**
- III. **Zur Frage der Rolle der Generationen: einander helfen, füreinander da sein.**

## **Generationensolidarität:**

- **Die Jugend von heute ist anders als die Jugend von gestern und vorgestern;**
- **Auch die Alten von heute sind anders als die Alten von gestern und vorgestern;**

**Jugend und Alter, eine jede Generation,  
ist geprägt durch ihre Zeit**

**und konfrontiert mit den spezifischen  
Herausforderungen und Chancen ihrer Zeit,  
die nun einmal sehr unterschiedlich sind.**



## **Generationensolidarität :**

**Wir „alten Alten“, „jungen Alten“ und „Mittelalten“ sollten die Probleme der „jungen Erwachsenen“ und die der Jugend der heutigen Zeit, die teilweise eine ganz andere Sprache sprechen, sehen und verstehen lernen, -**

**aber auch die Jugend muss lernen, die Eltern- und Großelterngeneration, die jeweils durch eine ganz andere Zeit geprägt wurde, zu verstehen.-**



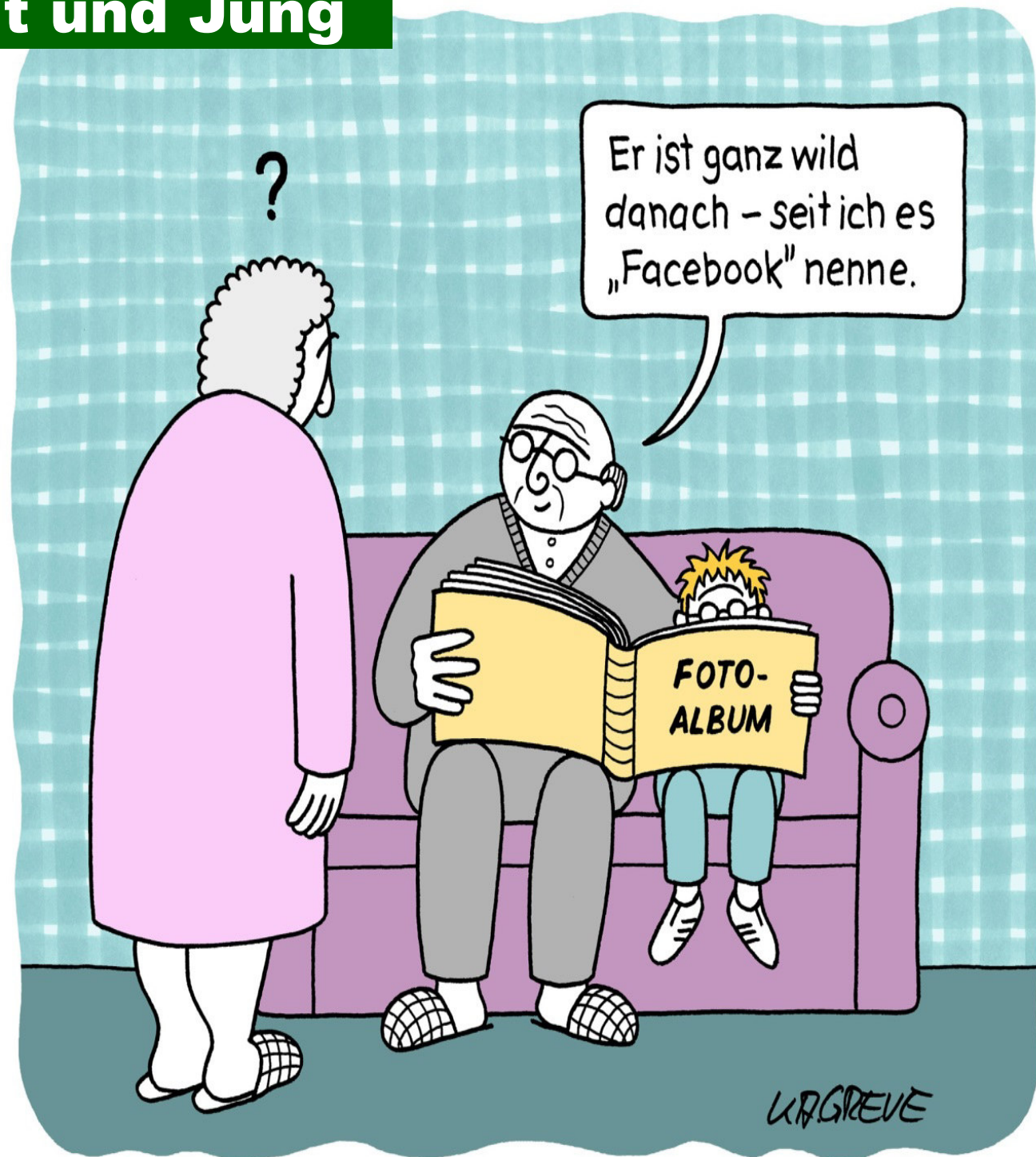
## 1. Preis

### „Fünf Follower“

Detlef Beck

**„Follower“ sind z.B. beim Kurznachrichtendienst Twitter diejenigen, die regelmäßig einem Thema in den sozialen Netzwerken folgen. Die Übertragung auf den Straßenverkehr trifft das Thema haargenau.**

# Alt und Jung



## 2. Preis

„Fotoalbum“

Katharina Greve

**Auch hier spielen die neuen Medien eine Rolle. Die Autorin zeigt uns einen pfiffigen Senior, der weiß, wie er seinen Enkel begeistern kann.**



Illustration: Sabine Voigt/ Idee und Text: Redaktion KölnerLeben

# Leben in einer Gesellschaft des längeren Lebens

## Gegenseitiges Verständnis ist gefragt

### Gegenseitiges Verständnis stärkt Generationensolidarität und vermindert Generationenkonflikte:

- Im familiären Bereich ist eine Solidarität zwischen den Generationen heute nicht infrage zu stellen.
- Generationenkonflikte in der Familie haben in den letzten Jahrzehnten eher abgenommen als zugenommen.
- Generationen in den Familien entwickeln weitaus mehr Aktivitäten und helfen sich im Bedarfsfall, unterstützen sich gegenseitig mehr als ihnen im medialen Alltag zugetraut werden:.
- **Presse, Funk und Fernsehen verstehen es immer wieder, diese Art des Zusammenlebens als überholt, unattraktiv und nicht zeitgemäß darzustellen.**  
**Hier wünschen wir uns eine sachlichere Berichterstattung!**



# Leben in einer Gesellschaft des längeren Lebens

➤ **Wir brauchen die Älteren in der Wirtschaft, in der Politik, in der Verwaltung.**

**Freilich, wir brauchen auch die Ideen der Jüngeren, ihre Dynamik, ihren Schwung, ihr Drängen nach Veränderung,**

**- aber wir brauchen auch den Rat der Erfahrenen, die sorgsam zwischen gegebenen Möglichkeiten und Grenzen abwägen.**

***Wir brauchen das Miteinander der Generationen!***

# Leben in einer Gesellschaft des längeren Lebens

**Ende der 50er Jahre begann die Seniorenarbeit in Deutschland mit der Frage:**

**„Was kann die Gesellschaft für die Senioren tun?“**

**Doch die Senioren haben sich geändert: sind gesunder, kompetenter, **wollen und können mitgestalten und mitwirken** – wenn man sie nur lässt. Noch verbreitete negative Altersbilder stehen dem manchmal entgegen.**

**Heute müssen wir auch fragen:**

**„Was können die Senioren für die Gesellschaft tun?“**

**und sie tun schon sehr viel!**

## Senioren übernehmen - **Mitverantwortung**

sehen die Herausforderungen in unserer Gesellschaft des langen Lebens, engagieren sich:

**bürgerschaftliches Engagement**

auch zur Entlastung jüngerer Generationen.

Sie stellen fest:

**Das „Gefühl, gebraucht zu werden“,  
korreliert mit einer Lebensqualität im Alter.**

**„Der Mensch, der keine Aufgabe hat, gibt  
sich auf“**



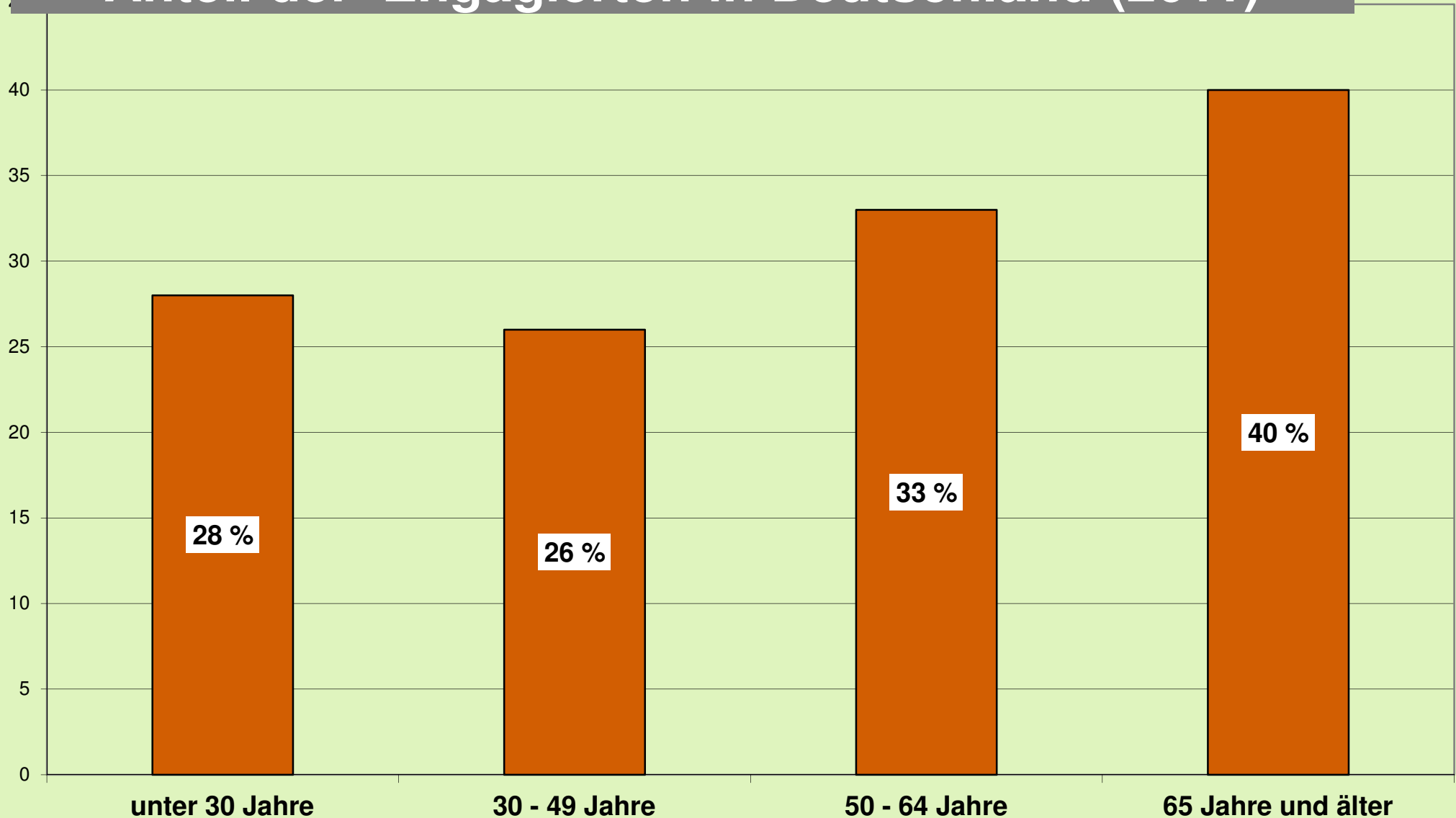
## **Bürgerschaftliches Engagement: Gewinn für die Gesellschaft - Gewinn für den Einzelnen**

**Lebensqualität im Alter korreliert mit  
„the feeling of being needed“  
(gebraucht, aber nicht missbraucht zu  
werden); kann therapeutische Funktion  
haben; gegen Einsamkeit, Depression**

**„Langeweile macht krank“**

# Leben in einer Gesellschaft des längeren Lebens

## Anteil der Engagierten in Deutschland (2011)



## Einige BEISPIELE:

- **„Großelterndienste“ in unterschiedlicher Form**
- **Senioren, die Schulabgängern bei der Berufswahl und der Ausbildungsplatzsuche helfen und sie in den ersten Jahren ihres Berufslebens begleiten. (Köln: „Die Paten“)**
- **Seniorpartner in den Schulen helfen, Konfliktsituationen zu entschärfen,**
- **Seniorpartner helfen vor allem auch ausländischen Jugendlichen, sich hier besser zurecht zu finden; sie fördern deren Lese-, Sprach- und Schreibkompetenz.**
- **Einsatz von entsprechend qualifizierten Senioren im Schuldienst, in Zusammenarbeit mit dem SES (als Ergänzung, nicht als Ersatz)**

# Leben in einer Gesellschaft des längeren Lebens

- **Senioren leisten „Hilfe den Helfenden“; stundenweise Ablösung der Angehörigen, der Pflegepersonen;**
- **und- mit besonderer Ausbildung – Einsatz in der Hospizarbeit (hier wäre eine Zusammenarbeit mit der Ärzteschaft und den Kirchen wünschenswert).**
- **Einsatzmöglichkeiten im Rahmen einer Vernetzung mit „familienfreundlichen Betrieben“**
- **Senioren als Experten (SES) erfolgreich in Entwicklungsländern**
- **Senioren, die jungen Existenzgründern zur Seite stehen („Alt hilft Jung“),**
- **Senioren, die anderen - auch Gleichaltrigen - den Zugang zu PC und Internet ermöglichen**
- **Senioren als „Zeitzeugen“**

# Leben in einer Gesellschaft des längeren Lebens

- **Längere Öffnungszeiten der (Pfarr)bibliothek**
- **Öffnungszeiten des Schwimmbads**
- **Begleitedienst für Schulanfänger zur Schule**
- **Besuchsdienste im Krankenhaus („grüne Damen“)**
- **Besuchs- und Begleitedienste in Altenheimen (Begleitung zum Besuch eines Facharztes), eines Museums, einer Theateraufführung)**
- **Hilfen in Behörden, Sparkasse/Postbank/Bank (Sehfähigkeit, zittrige Schrift, Ausfüllen von Formularen):**
- **jetzt: in der Flüchtlingsarbeit**

**Wir wollen das freiwillige Engagement fördern,  
- auch im Sinne der Generationengerechtigkeit -  
aber kein „soziales Pflichtjahr“ für  
Senioren/innen!**









**Wir wollen Motivationen stärken und  
Barrieren ergründen und beseitigen**

**Das Ehrenamt soll „Ergänzungsfunktion“ haben  
und nicht nur „Ersatzfunktion“.**

## Motivationen zur Übernahme einer Tätigkeit







- 👉 **das Gefühl, gebraucht zu werden, etwas Sinnvolles zu tun,**
- 👉 **trainiert eigene Fähigkeiten, erhält sich selbst damit fit**
- 👉 **Kontakt mit anderen Menschen, arbeitet gemeinsam an einer Aufgabe, kann sich aussprechen;**
- 👉 **persönliche Ansprache für einen konkreten Fall;**
- 👉 **Ein Angebot, das den eigenen Interessen entgegen kommt, wird eher angenommen**
- 👉 **Konkrete zeitlich begrenzte Aufgabe**
- 👉 **Erfahrungen ehrenamtlicher Tätigkeit in früheren Lebensabschnitten motivieren stärker**
- 👉 **zeitliche Flexibilität des Einsatzes (leichter Zusage);**
- 👉 **Anerkennung der Tätigkeit; des Erfolges, Zertifikate**

## Barrieren zur Übernahme einer Tätigkeit

-  **keine hinreichende Information**
-  **Zeitprobleme**
-  **finanzielle Probleme**
-  **eine Scheu, sich zeitlich festzulegen**
-  **schwere Erreichbarkeit des Einsatzortes**
-  **der eigene schwankende Gesundheitszustand**
-  **ein negatives Selbstbild,  
man traut sich die Tätigkeit nicht zu,**
-  **eine Scheu speziell „irgendetwas mit Alten“ zu tun. (eine Angst vor dem eigenen Altwerden?)**



## Barrieren, die nicht beim Einzelnen liegen

-  **Verwaltungsvorschriften (z. B. Versicherungsschutz)**
-  **Die Befürchtung, eine ehrenamtliche Tätigkeit würde zum Stellenabbau beitragen**
-  **eine Rivalität zwischen „Professionellen“ und Ehrenamtlichen:**
-  **das negative Altersbild in unserer Gesellschaft**
-  **die Erreichbarkeit des Einsatzortes**
-  **die entstehenden Kosten**

# Leben in einer Gesellschaft des längeren Lebens

## Barrieren abbauen – Motivationen stärken

- ✌ **Schaffung und Verbesserung geeigneter Rahmenbedingungen in den Kommunen (Seniorenräte, Seniorenbüros, Mehrgenerationenhäuser, u.a.);**
- ✌ **Ausbau einer engagement- fördernden Infrastruktur (Vernetzung); „Quartiersarbeit“**
- ✌ **eindeutige Informationen, klares Aufgabenprofil, zeitliche Begrenzung; Projektarbeit**
- ✌ **organisatorische Hilfen (Einsatz einer „Ehrenamtskoordinator/in“)**
- ✌ **Klärung der Versicherungsleistung**
- ✌ **Unkostenerstattung, Auslagenersatz**
- ✌ **Fortbildungsmöglichkeiten anbieten**
- ✌ **Das Verhältnis hauptamtlicher Kräfte und Freiwilliger zu gestalten; klare Absprachen zur Konfliktlösung**

# Leben in einer Gesellschaft des längeren Lebens

**„Gesundheit und Produktivität sind eng miteinander verbunden.**

**Der Verlust des einen zieht den Verlust des anderen nach sich und führt zur "dependency", zur Abhängigkeit.**

**Nicht nur die Gesundheit beeinflusst die Produktivität,  
sondern weit mehr beeinflusst die Produktivität die Gesundheit positiv.“**

**(Robert BUTLER,1982)**

**Darum: Älter werden - aktiv bleiben!**

**Am 25. internationalen Tag  
der älteren Menschen  
ein Dank allen Generationen  
die sich miteinander und  
füreinander  
einsetzen!  
Alles Beste für die nächsten  
25 Jahre!**

# Leben in einer Gesellschaft des längeren Lebens



**Gemeinsam in die Zukunft!**

11. Deutscher Seniorentag - 2.-4. Juli 2015 in Frankfurt a.M.

***Es gilt, gemeinsam  
die Zukunft zu gestalten:***

**Jung und Alt, - alle Generationen,  
Einheimische und Zugezogene,  
Menschen mit und ohne Migrationshintergrund,  
Menschen aller Religionszugehörigkeiten,  
Menschen mit und ohne Einschränkungen,  
Hilfsbedürftige und Helfende**

# Die Rolle der Generationen in einer Gesellschaft des längeren Lebens



Herzliche Einladung



Unser Tag:  
der 1. Oktober



*Danke  
für Ihre  
Aufmerksamkeit!*

2015

