

Zeit im Alter

Heike Lipinski

Die Lebenserwartung ist in den letzten Jahrzehnten angestiegen. Dadurch steht im Alter, in der nachberuflichen Phase, mehr Lebenszeit zur Verfügung. Ältere Menschen nutzen diese Zeit in verschiedener Weise: Zeit für Muße und persönliche Hobbies, Zeit für die Familie und bürgerschaftliches Engagement nehmen dabei den größten Raum ein. Insbesondere letzteres kann in Zeiten des demografischen Wandels eine wichtige gesellschaftliche Ressource darstellen.

Unterschiedliche Zeitpotenziale im Lebensverlauf

„Keine Zeit“ – eine häufige Klage in unserer Gesellschaft. Beschleunigung und Verdichtung der Zeit prägen unsere Gesellschaft. Insbesondere die Lebensmitte ist durch die sogenannte „Rushhour of Life“ geprägt. Ausbildung und berufliche Ambitionen, Familiengründung, Hausbau und die möglicherweise notwendige Fürsorge für die eigenen Eltern ballen sich. Die

persönliche Souveränität über die Zeit wird zudem von externen Zeitgebern beschränkt. Dabei spielt die Arbeitswelt eine maßgebliche Rolle. Erst in der Lebensphase des Alters – insbesondere nach dem Austritt auf dem Berufsleben – ergeben sich wieder größere zeitliche Freiräume, die selbstbestimmt gestaltet werden können.

Längere Lebenserwartung = mehr Zeit im Alter

Durch den Anstieg der Lebenserwartung steht mehr Lebenszeit zur Verfügung. „Gewonnene Jahre“ wie Medien dies gern betiteln. In den letzten 150 Jahren hat sich die Lebenserwartung in Deutschland mehr als verdoppelt. Die Lebenserwartung für Mädchen, die heute geboren werden, liegt durchschnittlich bei rund 83 Jahren, für Jungen bei rund 77 Jahren.¹ Männer, die das 65. Lebensjahr erreicht haben, dürfen noch eine weitere Lebenszeit von 17 Jahre erwarten, Frauen von knapp 21 Jahren. Und nicht nur die Lebenserwartung hat sich verlängert, auch die gesunde Lebenszeit ist angestiegen. Wer das 60. Lebensjahr erreicht hat, darf sich als Mann in Deutschland durchschnittlich noch auf 15 gesunde Lebensjahre freuen, als Frau auf fast 18 Jahre (Tabelle 1).



Dipl.-Soziologin Heike Lipinski ist Referentin im Referat „Sozialwissenschaftliche Analysen, Familienforschung Baden-Württemberg“ des Statistischen Landesamtes Baden-Württemberg.



Der 6. Altenbericht der Bundesregierung ist im November 2010 erschienen. Er befasst sich mit Altersbildern in der Gesellschaft. Er will die Vielfältigkeit des Alters dokumentieren und realistische und differenzierte Bilder dieser Lebensphase in der Öffentlichkeit kommunizieren und verbreiten. Er ist unter <http://www.bmfsfj.de/RedaktionBMFSFJ/Abteilung3/Pdf-Anlagen/bt-drucksache-sechster-altenbericht,property=pdf,bereich=bmfsfj,sprache=de,rwb=true.pdf> (Abruf am 25. Juni 2012) abzurufen. Der 8. Familienbericht der Bundesregierung trägt den Titel „Zeit für Familie“. Er dokumentiert die Wichtigkeit des Politikfeldes Familienzeitpolitik und ist unter <http://www.bmfsfj.de/RedaktionBMFSFJ/Abteilung2/Pdf-Anlagen/Achter-familienbericht,property=pdf,bereich=bmfsfj,sprache=de,rwb=true.pdf> (Abruf am 25. Juni 2012) im Internet nachzulesen.

T1

Verbleibende Lebensjahre der 65-Jährigen im internationalen Vergleich 2010

Land	Frauen	Männer
	Jahre	
Frankreich ¹⁾	23	19
Spanien	23	19
Italien ²⁾	22	18
Deutschland ³⁾	21	17
Vereinigtes Königreich ¹⁾	21	18
EU-27 ²⁾	21	17
Polen	20	15
Rumänien ¹⁾	17	15

1) 2009. – 2) 2008. – 3) Nationale Sterbetafel 2008/2010.
Datenquelle: Statistisches Bundesamt.

1 Alle im Beitrag genannten Zahlen beziehen sich auf Deutschland.

Das Lebensalter, in dem man sich befindet, sagt nicht mehr zwingend etwas über Aktivität und Möglichkeiten der selbstständigen Lebensführung oder körperlichen Fitness aus. Ein Bild vom Alter, das vorwiegend Gebrechlichkeit und Hilfebedürftigkeit assoziiert, gehört der Vergangenheit an. Ältere Menschen sind heute gesünder denn je und selbst hochaltrige Personen nur zu einem gewissen Prozentsatz körperlich stark eingeschränkt. Körperliche Gebrechlichkeit oder geistige Einschränkungen wie Demenz betreffen nicht die Mehrheit der älteren Menschen, sondern sind in vielen Fällen auf eine kurze Lebensphase innerhalb der Hochaltrigkeit beschränkt. In der Altersgruppe der 70- bis 75-Jährigen war 2009 nur jeder zwanzigste pflegebedürftig, erst bei den über 90-Jährigen lag der Anteil dann bei fast 60 %.

Die nachberufliche Phase hat sich verlängert

Eine Konsequenz der verlängerten Lebenserwartung ist, dass sich die nachberufliche Phase ausgedehnt hat. Das Rentenzugangsalter lag 1960 bei 60 Jahren. Danach konnte man noch mit einer Lebenszeit von 15 Jahren rechnen. Heute ist die Zahl der zu erwartenden Lebensjahre in der nachberuflichen Phase mit durchschnittlich 20 Jahren um ein Drittel höher, Tendenz steigend. Selbst bei einer Heraufsetzung des Renteneintrittsalters verbleiben noch mehr Lebensjahre als früher, die ohne berufliche Verpflichtungen ausgestaltet werden können (Schaubild 1).

Unterschiedliche Erwartungen an die Zeit im Alter

Während sich in der Lebensmitte die Zeit verdichtet, ist das Alter für die meisten Menschen eine Lebensphase mit Zeitpotentialen. Wie planen Menschen diese Lebensphase? Drei Erwartungshaltungen werden am häufigsten formuliert:²

- Mehr persönliche freie Zeit für Ruhephasen, Hobbys und Reisen
- Zeit mit der Familie verbringen,
- Bürgerschaftliches Engagement in verschiedenster Form.³

Besonders wichtig ist dabei der Wunsch, die Zeit selbstbestimmt zu gestalten. Menschen wollen sich von den zeitlichen Zwängen der Lebensmitte ein Stückweit lösen und Zeit individuell jenseits externer Verpflichtungen nach persönlichen Vorstellungen planen.

Zeit für Familie ist im Alter wichtig⁴

Fast jeder Zweite möchte im Alter mehr Zeit mit der Familie verbringen. Ältere Menschen pflegen enge Bindungen zu ihren Angehörigen. Über 80 % haben mindestens einmal wöchentlich Kontakt zu ihren erwachsenen Kindern. Nur bei 7 % findet dieser seltener als monatlich statt. Besonders intensiv ist der Kontakt, wenn die erwachsenen Kinder jünger oder die Enkel noch klein sind.

Insgesamt hat sich die Beziehungshäufigkeit zwischen den Familienmitgliedern seit Mitte der 1990er-Jahre kaum verändert. Und dies, obwohl die Wohnentfernung zu den erwachsenen Kindern im Durchschnitt größer geworden ist. Nur bei 16 % der älteren Menschen wohnt eines ihrer erwachsenen Kinder in unmittelbarer Nachbarschaft. Am häufigsten ist die Situation anzutreffen, dass das erwachsene Kind zwar nicht im selben Ort lebt, die Erreichbarkeit aber maximal 2 Stunden beträgt. Nur rund 14 % müssen mehr Wegezeit investieren. Die gestiegene räumliche Entfernung hat zur Konsequenz, dass persönlich miteinander verbrachte Zeit seltener geworden ist und durch telefonischen Kontakt und die Nutzung moderner Kommunikationsmedien kompensiert wird.

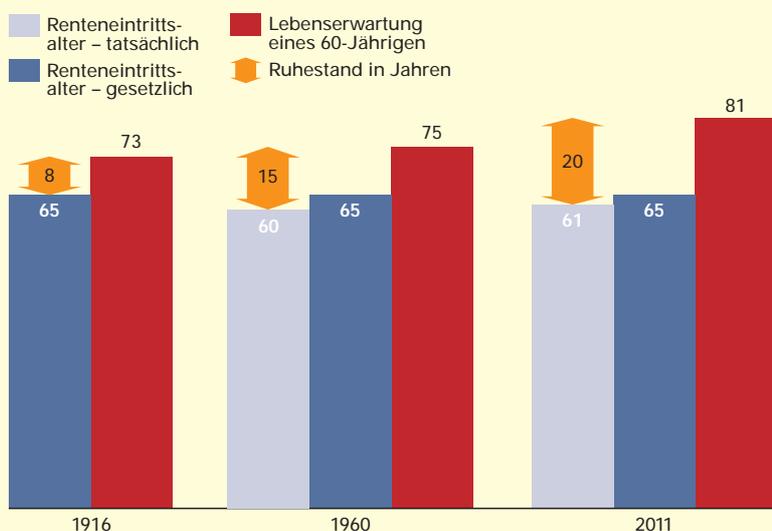
Großer Wert wird auf die Beziehung zu den Enkelkindern gelegt. 80 % bezeichnen das Verhältnis als eng. Über ein Drittel der Älteren hält wöchentlichen Kontakt. Drei Viertel der Großeltern bezeichnen ihre Großelternschaft

2 Forsa-Umfrage: „Altern in Deutschland“ 2012: http://asset3.stern.de/media/pdf/Doppelseiten_Broschuerefors_19.04.2012.pdf, (Abruf am 26. Juni 2012).

3 Die Begriffe bürgerschaftliches bzw. freiwilliges Engagement und Ehrenamt werden im Folgenden synonym verwendet.

4 Motel-Klingenbiel, A., Wurm, S., Tesch-Römer, C. (Hrsg.) Altern im Wandel, Befunde des deutschen Alterssurveys (DEAS), Stuttgart 2010.

S1 Renteneintrittsalter in Deutschland bei Männern



Datenquelle: Familienforschung Baden-Württemberg 2012; Statistik der Deutschen Rentenversicherung.

als wichtig, lediglich für 6 % ist sie unwichtig. Diese Beziehung wird von beiden Seiten geschätzt. Zwei Drittel der jungen Menschen (16 bis 29 Jahre) geben an, dass ihre Großeltern sie geprägt haben und sie von ihnen lernen konnten.

Großeltern wenden viel Zeit für die Betreuung der Enkel auf

Ein besonderer Aspekt gemeinsam verbrachter Zeit zwischen Enkeln und Großeltern ist die Betreuung von jüngeren Enkelkindern. Hier bringen Großeltern ein großes Zeitkontingent ein und leisten mit der so investierten Zeit einen wichtigen Beitrag zur Vereinbarkeit von Beruf und Familie. Jedes dritte Kind unter 6 Jahren wird mindestens an einem Wochentag von den Großeltern betreut. In den ersten 3 Lebensjahren trifft das sogar auf rund die Hälfte aller Kinder zu. Darunter sind überdurchschnittlich viele, deren Mütter erwerbstätig und/oder alleinerziehend sind. Großeltern übernehmen dabei einen Betreuungsumfang von durchschnittlich fast 50 Stunden im Monat (bezogen auf die Altersgruppe der 55- bis 69-Jährigen).

Ein wichtiges Merkmal der von den Älteren übernommenen Betreuungszeit ist ihre flexible Ausgestaltung. Während institutionelle Betreuung zumeist an feste Öffnungszeiten gebunden ist, übernehmen Großeltern auch Betreuung in Notfällen, in Betreuungslücken oder zu ungewöhnlichen Zeiten. Damit stellen Großeltern nach den Eltern und institutionellen Angeboten die drittwichtigste Betreuungsalternative dar. Aktiv betreuende Großeltern sind überdurchschnittlich oft weiblich und häufiger in der Mittel- und Oberschicht zu finden.

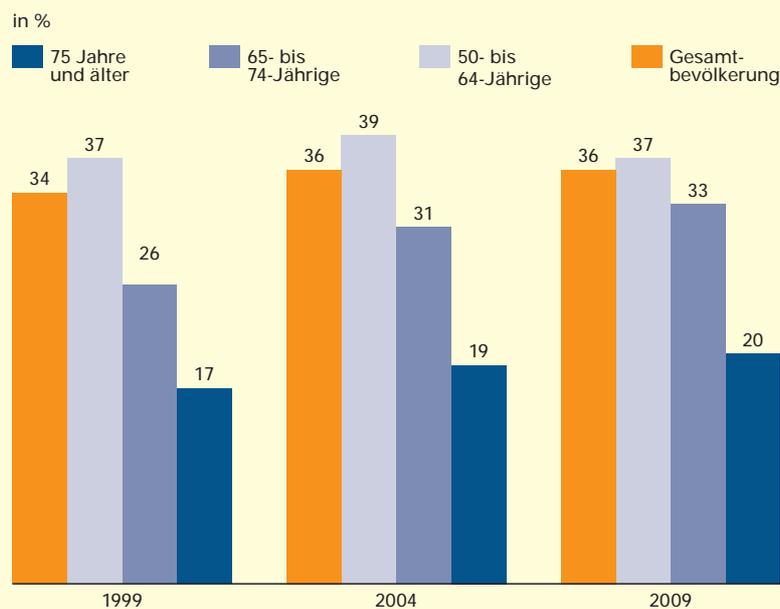
Zeit in die Gesellschaft einbringen: Bürgerschaftliches Engagement älterer Menschen

Neben der Zeit für ihre persönlichen Interessen ist es für viele ältere Menschen eine Option, ihre Zeit im Alter dazu zu nutzen, gesellschaftlich aktiv zu sein und sich bürgerschaftlich zu engagieren⁵ (*Schaubild 2*).

Ältere Menschen engagieren sich kaum weniger als die Gesamtbevölkerung. Allerdings muss nach Altersgruppen unterschieden werden. Besonders aktiv ist die Gruppe der 50- bis 64-Jährigen, die zu großen Teilen noch beruflich eingebunden ist. Das erklärt sich unter anderem dadurch, dass Berufstätigkeit Gelegenheitsstrukturen für ehrenamtliches Engagement bietet. Diejenigen, die einer Erwerbstätigkeit nachgehen, sind in allen Altersgruppen deutlich

S2

Engagementquoten in Deutschland 1999, 2004 und 2009 nach ausgewählten Altersgruppen



Datenquelle: Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, Monitor Engagement, Nr. 4, März 2011.

Statistisches Landesamt Baden-Württemberg

482 12

engagierter im Ehrenamt als Nichterwerbstätige, obwohl man bei diesen größere zeitliche Ressourcen vermuten könnte. Gleichzeitig ist bei Erwerbstätigen die Engagementquote zwar am höchsten, aber der Engagementumfang mit 15 Stunden pro Monat am geringsten.

Bei der Gruppe der 65- bis 74-Jährigen liegt der Engagementanteil knapp unter dem Bevölkerungsdurchschnitt. Dafür wird mit durchschnittlich 18 Stunden im Monat die meiste Zeit im Monat für ehrenamtliches Engagement aufgewendet. In der Altersgruppe der 75-Jährigen und Älteren ist eine deutliche Abnahme des Engagements feststellbar, was vermutlich den zunehmenden gesundheitlichen Einschränkungen geschuldet ist. Aber auch bei ihnen ist immerhin noch jeder Fünfte bürgerschaftlich aktiv. Unter den Engagierten jenseits des 50. Lebensjahres sind mehr Männer als Frauen. 2009 waren 37 % der Männer in dieser Altersphase, aber nur 29 % der Frauen ehrenamtlich engagiert.

Zu bemerken ist, dass das Engagement stark an Vereinszugehörigkeit gebunden ist, was aber auf alle Altersgruppen zutrifft. Mit zunehmendem Alter werden – neben Vereinen – Kirchen und religiöse Vereinigungen als Träger ehrenamtlichen Engagements relevant. Bei den Hochbetagten nehmen auch Parteien und Gewerkschaften eine große Rolle ein.

5 Die im Folgenden dargestellten Ergebnisse zum bürgerschaftlichen Engagement beruhen auf dem im Auftrag des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) durchgeführten Freiwilligensurvey 2009 (Hauptbericht des Freiwilligensurvey 2009, München, 2010). Die auf die ältere Bevölkerung bezogenen Ergebnisse sind entnommen aus BMFSFJ, Monitor Engagement – Wie und wofür engagieren sich ältere Menschen?, Ausgabe Nr. 4, Berlin, 2011. Es gibt in Deutschland weitere Studien (zum Beispiel Alterssurvey), die das Thema aufgegriffen haben. Sie unterscheiden sich in der Definition des Begriffs „Bürgerschaftliches Engagement“ oder in der Abgrenzung der Altersgruppen. Daher sind ihre Ergebnisse zum Teil abweichend.

Engagement älterer Menschen hat zugenommen

Aus dem Vergleich der Ergebnisse der seit 1999 durchgeführten Freiwilligensurveys zeigt sich, dass der Anteil älterer Menschen, die sich zu einem freiwilligen Engagement entschließen konnten, deutlich zugenommen hat. Die größte Steigerung findet man bei den 65- bis 74-Jährigen. In den letzten 10 Jahren ist der Anteil der Engagierten in dieser Altersgruppe um 7 Prozentpunkte angestiegen, bei den 75-Jährigen und Älteren um 3 Prozentpunkte. Beide Werte sind im Vergleich zum Anstieg des ehrenamtlichen Engagements in der Gesamtbevölkerung, das bei 2 Prozentpunkten liegt, überdurchschnittlich.

Entwicklungen, die diesen Anstieg begünstigt haben, sind neben einer längeren gesunden Lebenserwartung auch die Tatsache, dass durch die gesunkene Zahl an Enkelkindern und die gewachsene räumliche Entfernung zu den eigenen Kindern familiäre Verpflichtungen abnehmen und Ältere sich in anderen Bereichen gewinnbringend einbringen möchten.

Das bürgerschaftliche Engagement älterer Menschen spiegelt ein gewandeltes Bild vom Alter wider. Das Alter ist keine Lebensphase, in der man sich aus der Gesellschaft in den Ruhestand verabschiedet, sondern bietet neue Zeiträume, sich in der Gesellschaft aktiv einzubringen. Das bestätigt der 6. Altenbericht. Neue Bilder vom Alter begünstigen bürgerschaftliches Engagement, gleichzeitig bietet bürgerschaftliches Engagement Möglichkeiten für Ältere, neue Rollenbilder auszuprobieren.

Soziales und Gesundheit bevorzugte Engagementbereiche

Die Vorstellungen älterer Menschen, wie ihr Engagement aussehen soll, sind unterschiedlich: Der eine möchte eine Patenschaft für Auszubildende übernehmen und dabei seine beruflichen Erfahrungen einbringen, der andere Gymnastik für Gleichaltrige anbieten, während der Dritte sich als Lesepate bei den Jüngsten im Kindergarten am Wohlsten fühlt (Tabelle 2).

Die Engagementbereiche älterer Menschen sind andere als die des Bevölkerungsdurchschnitts. Bei den 50- bis 64-Jährigen finden wir noch eine weitgehend ähnliche Verteilung. Jeweils ein Viertel der Engagierten ist in den Feldern Sport und Bewegung und/oder Soziales und Gesundheit aktiv. Bei den 65-Jährigen und Älteren sind die Präferenzen anders. Gesundheit und Soziales rücken deutlicher an die erste Stelle als bevorzugte Engagementbereiche. Das Engagement im kirchlichen und religiösen Umfeld nimmt prozentual zu. Es liegt bei den 75-Jährigen und Älteren bei 33 %.

Rund 40 % der 65- bis 74-Jährigen haben keine besondere Zielgruppe als Adressaten ihres Engagements im Auge. Auch wenn sich viele ältere Menschen in der Hausaufgabenbetreuung, in Kitas oder als Leihgroßeltern engagieren, ist das Interesse mit Kindern zu arbeiten mit rund 10 % deutlich geringer als beim Durchschnitt aller Engagierten (rund ein Drittel). 29 % der 65- bis 74-Jährigen und 38 % der über 74-Jährigen ist es jedoch ein Anliegen, speziell ihre eigene Altersgruppe zu unterstützen: Ältere Menschen wollen sich für ältere Menschen engagieren.

T2

Engagierte und Engagementbereiche*) in Deutschland 2009 nach ausgewählten Altersgruppen

Engagementbereiche	Alle Engagierten	50- bis 64-Jährige	65- bis 74-Jährige	75 Jahre und älter
	%			
Freizeit, Geselligkeit	13	15	14	18
Kultur, Musik	14	17	18	14
Schulen, Kindergarten	19	12	5	8
Kirche, Religion	19	20	22	33
Sozial- und Gesundheitsbereich	21	24	35	34
Sport, Bewegung	28	26	24	17

*) Mehrfachnennungen möglich.
Datenquelle: BMFSFJ, Monitor Engagement, Nr. 4, März 2011.

Zeit im Alter für die Gesellschaft einbringen

„Die gewonnenen Lebensjahre im Alter schenken uns Freiheit: Die Freiheit, von vielen äußeren Zwängen entlastet, unsere Fähigkeiten weiter zu erproben und weiterzugeben. (...) Die Verantwortung, unser Leben, solange irgend möglich, selbst zu gestalten und unsere Fähigkeiten so einzusetzen, dass das individuelle Glück des längeren Lebens auch ein Glück für das Gemeinwohl bleibt oder wird.“ Mit diesen Worten hat Bundespräsident *Joachim Gauck*, die Teilnehmenden des deutschen Seniorentages 2012 in Hamburg angesprochen und für eine aktive Gestaltung der Lebensphase des Alters gewonnen.

Bundespolitisch werden bereits seit einiger Zeit durch verschiedene Initiativen das aktive Altern sowie das Engagement älterer Menschen für

die Gesellschaft gefördert. Projekte wie „Aktiv im Alter“ tragen ihre Botschaft bereits im Titel. Das Aktionsprogramm der Mehrgenerationenhäuser oder der Freiwilligendienst aller Generationen (64 % der Engagierten waren älter als 50 Jahre) haben Möglichkeiten des Engagements Älterer insbesondere auch unter generationsübergreifendem Fokus geschaffen.

Der in diesem Jahr veröffentlichte 8. Familienbericht setzt sich mit dem Thema „Nachhaltige Zeitpolitik“ auseinander. Er stellt die Frage, wie zeitliche Arrangements so gestaltet werden können, dass in jeder Lebensphase ausreichend Zeit zur Verfügung steht. Insbesondere die Lebensmitte, die durch eine besondere Zeitverdichtung geprägt ist, soll entzerrt werden. Eine Option ist die Umverteilung zeitlicher Ressourcen, zwischen den Geschlechtern und zwischen den Generationen. Dabei wird davon ausgegangen, dass Potentiale und zivilgesellschaftliches Engagement älterer Menschen eine Rolle bei der familienentlastenden Umverteilung von Zeit spielen können. Zwei Vorschläge sind in der Diskussion: eine großzügiger nutzbare Großelternzeit als Instrument zur besseren Vereinbarkeit von Beruf und Familie und eine stärkere Beteiligung Älterer an der Pflege von Menschen in ähnlichem Alter im Rahmen des bürgerschaftlichen Engagements.

Bereitschaft für mehr Engagement bei Älteren vorhanden

Der entscheidende Punkt, ob es gelingt, ältere Menschen noch stärker als bisher in die Bürgergesellschaft einzubinden, ist die Frage, ob bei diesen die Bereitschaft zur Übernahme weiterer freiwilliger Aufgaben vorhanden ist. Das scheint nach Ergebnissen des Freiwilligensurveys 2009 der Fall zu sein. Über ein Drittel der bereits en-

gagierten Personen zwischen 65 und 74 Jahren wäre bereit, ihr Engagement auszuweiten. Von denen, die bisher noch nicht bürgerschaftlich engagiert waren, sind immerhin 10 % in dieser Altersgruppe auf jeden Fall bereit, sich zu engagieren, 41 % wären es vielleicht. In den letzten 10 Jahren kann eine stetig anwachsende Bereitschaft, selbst ein freiwilliges Engagement zu übernehmen, festgestellt werden.

Fazit

Ältere Menschen wollen ihre Zeit für persönliche Interessen und den Kontakt zu ihrer Familie nutzen. Sie sind aber auch in großem Maße bereit, sich aktiv in die Gesellschaft einzubringen. Für sie sollten Möglichkeiten zum Engagement vorgehalten werden, die von den Rahmenbedingungen und den Inhalten ihren Interessen entgegenkommen.

Alter wird mit dem Wunsch verbunden, die eigene Zeit selbstbestimmt zu gestalten. Daher sollte bürgerschaftliches Engagement in dieser Altersgruppe nicht als verpflichtende Norm diskutiert werden, sondern eine freiwillige attraktive Option bleiben, um die Zeit im Alter sinnvoll zu nutzen. *Ursula Lehr*, Bundesfamilienministerin von 1988 bis 1991, formulierte es auf einer Veranstaltung im Herbst 2011 so: „Wir brauchen kein Pflichtjahr für Senioren. (...) Diejenigen, die sich engagieren, sollten sich möglichst engagieren können in einem Bereich, der Spaß macht. Das ist ganz wichtig.“⁶ ■

Weitere Auskünfte erteilt

Heike Lipinski, Telefon 0711/641-29 56,
Heike.Lipinski@stala.bwl.de

⁶ <http://www.erfahrung-ist-zukunft.de/SharedDocs/DE/Artikel/Engagement/Ehrenamt/2011024-veranstaltung-aktives-alter.html?nn=10424>, (Abruf am 25. Juni 2012).

kurz notiert ...

Späte Vaterschaft im Trend

Das durchschnittliche Alter der Mütter bei der Geburt eines Kindes ist seit Ende der 1970er-Jahre stetig angestiegen. 1980 lag dieses Durchschnittsalter in Baden-Württemberg erst bei 27 Jahren, im Jahr 2000 bereits bei 30 Jahren und 2010 sogar bei gut 31 Jahren. Parallel hierzu sind auch die Väter bei der Geburt ihrer Kinder im Schnitt immer älter geworden. 2010 waren die verheirateten Männer bei der Geburt ihrer Kinder bereits 35 Jahre alt, im Jahr 2000 waren sie im Schnitt noch 1,6 Jahre jünger.

Am häufigsten sind baden-württembergische Männer im Alter von 30 bis 34 Jahren (nochmals) Vater geworden: Bei fast jeder dritten Geburt zählten die Väter zu dieser Altersgruppe. Auffällig ist die relativ hohe Anzahl von Geburten, bei denen die Väter relativ alt waren. So gab es 2010 bereits mehr Väter, die bei der Geburt ihrer Kinder mindestens 45 Jahre alt waren, als Männer, die im Alter von höchstens 26 Jahren Vater geworden sind. Immerhin 276 Väter waren bei der Geburt ihrer Kinder sogar 55 Jahre oder älter, 5 Männer wurden im Alter von mindestens 70 Jahren (nochmals) Vater. ■