

## **Eigenständiges Leben im Alter – neue Konzepte für die höheren Jahre**

*Nichts ist dem Menschen unerträglicher als völlige Untätigkeit, also ohne Leidenschaften, ohne Geschäft, ohne Zerstreuungen, ohne Aufgabe zu sein. Dann spürt er seine Nichtigkeit, seine Verlassenheit, sein Ungenügen, seine Abhängigkeit, seine Ohnmacht, seine Leere. Alsogleich wird dem Grunde seiner Seele die Langeweile und die Düsternis, die Trauer, der Kummer, die Verzweiflung entsteigen.*

*Blaise Pascal, Pensées*

Auf dem 1. Internationalen Symposium über „Körperliche Aktivität im Alter“, das im Jahre 1968 unter der Schirmherrschaft der UNESCO in Tel Aviv<sup>1)</sup> stattfand, wurde belegt, daß Körperübungen ein signifikantes Modifizierungsmaß für den naturgegebenen Ablauf des Alterns darstellen: regelmäßiges körperliches Training verlangsamt den Abbau der Form, der Funktion und des Gesundheitszustandes. Die Belege sind eindrucksvoll. Männer, die keinen Sport treiben, überschreiten schon nach ihrem 30. Lebensjahr den höchsten Grad ihrer körperlichen Leistungsfähigkeit; mit dem 55. Lebensjahr wird nur noch ein Drittel des früheren Maximalwertes gemessen. Anders diejenigen, die sportliche Aktivitäten nicht aufgeben; sie können bis zum 40., ja bis zum 50. Lebensjahr ihre Leistungsfähigkeit konstant halten, zum Teil sogar noch vergrößern. Carl Diem stellt auf Grund derartiger Befunde fest: „Sport ist eine Methode, 30 Jahre lang 20 Jahre alt zu bleiben.“<sup>3)</sup>

Der Organismus ist darauf angewiesen, daß alle seine Teile durch die regelmäßige Inanspruchnahme der Funktionen leistungsfähig gehalten werden. Wo das nicht der Fall ist, tritt Degeneration ein. So unterliegen Muskelpartien sehr rasch der Atrophie, werden sie nicht in Übung gehalten. Nämliches gilt für die Intelligenzkräfte. Eine ihre Äußerungen sind jene Fähigkeiten, die als soziale Geschicklichkeiten beschrieben werden; der gesamte Fundus, den ein Mensch gelernt, sich angeeignet hat, um mit anderen leben und wirken zu können. Auch diese müssen nicht nur entwickelt werden, sie müssen geübt, erweitert, angepaßt werden, damit eine Person an den gesellschaftlichen Prozessen teilnehmen kann und in diese integriert bleibt.

Die Frage, in welchem Maße die Aufrechterhaltung sozialer Geschicklichkeiten in den höheren Jahren den Alternsprozess günstig beeinflusst, ist ein Gegenstand des besonderen Interesses der Gießener Forschungsgruppe für Gerontologie. In ihren bisherigen Untersuchungen fanden sich zahlreiche Hinweise dafür, daß unmittelbare Teilnahme an und Mitwirkungen in der umgebenden Gesellschaft ebenfalls „ein signifikantes Modifizierungsmaß“ für den naturgegebenen Ablauf des Alterns darstellen. Daraus resultiert eine Hypothese, der in verschiedenen Projekten nachgegangen wird, daß nämlich die Aufrechterhaltung sozialer Integration eine wesentliche Bedingung für die Stabilität und Kontinuität einer Biographie ist. So ist nicht uninteressant, daß regelmäßige sportliche Aktivitäten weit überwiegend in formalen oder informellen Organisationen — Sportvereinen oder Lauftreffs zum Beispiel — stattfinden, also innerhalb sozialer Gebilde. Es steht zu vermuten, daß diesem Zusammenhang eine viel größere Bedeutung zukommt, als auf den ersten Blick angenommen wird. So fanden wir, daß bei einem kontrollierten Versuch, sportliche Spiele in einer Wohnanlage für ältere Personen einzuführen, in der Rangfolge der Motive, an dem Experiment teilzunehmen, das soziale Moment vor dem Moment „körperliche Übung“ rangierte. Teilnehmer äußerten zum Beispiel, Ehrgeiz müsse beim Mittun schon dabei sein, oder aber, man wolle natürlich auch einmal gewinnen.<sup>4)</sup> Ein Programm für körperliche Übungen, wie es in diesem Fall angeboten wurde, wird also nicht nur wegen der Trainingsmöglichkeit frequentiert. Sich zum gemeinsamen Tun zu vereinen, um dabei auch im Wettbewerb um Reputation sich selber zu versuchen, vielleicht gar zu bewähren, war den Beteiligten so wichtig wie die körperliche Anstrengung.

Die Frage, welche Faktoren den Alternsprozess günstig beeinflussen, welche ein eigenständiges Leben bis in die hohen Jahre verbürgen, kann nur beantwortet werden, wenn auch die soziologischen Aspekte Berücksichtigung finden und zwar in viel höherem Maße, als das derzeit geschieht. Zwar kann nachgewiesen werden, daß Personen, die ein hohes oder sehr hohes Alter erreichen, die Nachkommen von Eltern oder Großeltern sind, die ebenfalls ein hohes Alter erreichten. Aber sicher ist auch, daß noch die besten genetischen Voraussetzungen für ein besonders langes Leben zerstört werden, wenn man das verliehene Potential durch exaltierte Lebensweisen ruiniert. Nikotin, Alkohol, Freßsucht oder Arbeitswut sind Risiken, die auch die allerbesten Konditionen zerreiben; sie sind physisch und sozial bedingt, Folgen mißlungener Anpassungen an die Umwelt.

### *Die Divergenz der sozialen Bedingungen*

Befriedigendes Alter hängt also davon ab, wie ein Mensch das Gesamt der ihm verliehenen körperlichen und psychischen Kräfte und sozialen Fähigkeiten nutzt, übt und in Gang hält. In der Realität zeigt sich jedoch, daß eine

Majorität der Erwachsenen im höheren Lebensalter diesen Zusammenhang nicht ins Kalkül zieht. Im Gegenteil, die Vorstellung über Alter heißt „Ruhestand“, Vernachlässigung der Anstrengungen, die für die Aufrechterhaltung einer menschlichen Existenz über lange Zeit nötig sind. Der beschauliche Lebensabend wird gewünscht; das Adjektiv „aktiv“ will dazu nicht passen. Rückzug aus der Gesellschaft, soziales Disengagement heißt die Zielrichtung, ohne daß die Auswirkung einer solchen Maxime bewußt wird. Ruhestand könnte daher als sozialer Selbstmord bezeichnet werden, dem der biologische Tod etwas später folgt.

Es gibt allerdings auch Tendenzen, die höheren Jahre nicht mehr als Ruhestand zu verstehen. So notierte Hans Thomae schon vor Jahren, er beobachte eine Emanzipation der Erwachsenen im höheren Lebensalter. Die Erhebungen der Forschungsgruppe für Gerontologie bieten dafür Bestätigungen.<sup>5)</sup> Eine offenbar wachsende Minderheit von Personen jenseits von 60 oder 65 Jahren folgt den Mustern eines Lebens im Alter nicht mehr, auf die der Begriff Ruhestand paßt. Das meint nicht nur jenes Fünftel, das nach Überschreiten der gesetzlichen Altersgrenze den vollen Tag, halbtags oder mehr gelegentlich einem Beruf, einer Erwerbsarbeit nachgeht. Das meint auch jene vielen Älteren, die einen zugedachten Lehnstuhl ungenutzt lassen und Gelegenheiten gefunden haben, ein eigenständiges Leben zu führen. Sie kompensieren den Verlust sozialer Rollen, indem sie neue erlernen. Dabei stoßen sie häufig auf Schwierigkeiten, weil die Übernahme neuer Rollen nur dann erfolgreich ist, wenn die entsprechenden sozialen Geschicklichkeiten erlernt worden sind und sich in den Prüfungen des täglichen Lebens bewähren.

Ich greife zwei Beispiele heraus: Berufstätige Eltern mit kleinen Kindern rekrutieren für Pflichten der Hausfrau und Mutter in der eignen Familie die Großmütter. Aber diese finden in der Regel die ihnen zugedachte Rolle wenig befriedigend. Die Muster, auf die sie zurückgreifen, passen nicht für die heutige Zeit. Ob es um Probleme der Ernährung, der Haushaltsführung, der Erziehung, der Schule geht, um die Pflege des Kleinst- oder Kleinkindes, es fehlen ihnen die Informationen, die Praktiken, die Einsichten in neue Denkrichtungen, Verständnis für die Welt der Kinder und Jugendlichen, also die sozialen Geschicklichkeiten für die Position einer stellvertretenden Hausfrau und Mutter. Nicht zuletzt deshalb kommt es in solchen Familiensituationen häufig zu Konflikten.

Das andere Beispiel: Der „frische“ Pensionär, der den lange gehegten Wunsch zu realisieren versucht, in der Politik eine Rolle zu spielen, und der entdecken muß, daß ihm der Vorsatz nur gelingen kann, wenn er sich einem schwierigen Lernprozeß unterwirft, um in der erwählten Organisation Fuß zu fassen und Einfluß zu gewinnen. Er mag sich zwar ein Leben lang für Politik interessiert haben und entsprechenden Überblick besitzen,

doch fehlen ihm die Erfahrungen und die Kenntnisse, die nötig sind, um in einer Organisation mit ihren komplexen Verhaltens- und Einstellungsregeln, feingestimmten hierarchischen Unterscheidungen und versteckten oder offenen Positionskämpfen sich zurechtzufinden und durchzusetzen. Er wird bald herausfinden, wie zweckmäßig es gewesen wäre, hätte er sich beizeiten auf die erwünschte politische Altersrolle vorbereitet, hätte er schon in den mittleren Jahren politische Interessiertheit in mithandelndes Interesse umgesetzt.

Beide Beispiele sind unter einem Aspekt vergleichbar und generalisierbar. Jede Übernahme neuer Rollen, sollen sie hinreichend ausgefüllt werden, setzt einen Lernprozeß voraus. Daß die Mehrzahl jener Pläne nicht realisiert wird, die auszuführen sich Menschen für die Zeit nach dem Arbeitsleben vorgenommen haben, liegt daran, daß keine Vorstellungen über die Schwierigkeiten bestehen, neue Aufgaben zu bewältigen.<sup>6)</sup> Das zweite Beispiel macht noch einen anderen Sachverhalt deutlich. Wo nämlich ältere Personen sich gegen den Rückzug aus der Gesellschaft wehren, sei es daß sie Positionen nicht räumen oder daß sie den Rückzug durch den Erwerb neuer Positionen zu kompensieren suchen, müssen sie entdecken, daß ihre Mitwirkung nicht gewünscht wird.

Vor allem zwei Momente bestimmen die Abneigung, Erwachsenen Aufgaben und Verantwortungen bis in die höheren Jahre zu belassen oder zuzuweisen. Der verhältnismäßig knappe Vorrat an Funktionen und Positionen führt zu einem Wettbewerb, bei dem die Jüngeren sich Vorteile zu beschaffen versuchen, indem sie den Älteren unterstellen, ihre Aktivitäts- und Innovationspotentiale seien verbraucht und reichten nicht mehr aus, zukünftige Entwicklungen vorzubereiten.

Das zweite Moment ist das Streben der Gesellschaft nach Kontinuität. Die Sicherung der Zukunft verlangt die jeweils rechtzeitige Erneuerung des Arbeits- und Führungspersonals auf den unterschiedlichen Ebenen und in den verschiedenen Bereichen. Das Risiko des Ausfalls von Personen durch Altersdefekte oder natürlichen Tod muß kalkulierbar bleiben. Die beste Methode der Aufrechterhaltung der sozialen Prozesse scheint darin zu liegen, Alter werdende möglichst frühzeitig aus diesen zu entfernen. Dafür werden Äquivalente angeboten, materielle in Form von Renten, ideelle in Form der Anpreisungen eines wohlverdienten Ruhestandes und eines erholsamen Lebensabends.

Wird akzeptiert, daß die Herausforderung der biologischen, psychischen *und* sozialen Kräfte den Alternsprozeß günstig beeinflusst, so ist einsichtig, daß die in unserer Gesellschaft übliche Verfahrensweise der Verabschiedung der Älteren mit den Bedingungen nicht übereinstimmt, die eigenständiges Leben im Alter verbürgen. Zwar ist das Problem der materiellen Armut im Alter weithin gelöst, aber das einer immateriellen, sozialen

Armut, die sich aus dem verordneten Disengagement ergibt, wird vorerst kaum verstanden. Vorschläge für Lösungen haben häufig den Charakter von Anstrengungen ins Leere, weil noch ungeklärt ist, wie die Zäsur zwischen Aktivitätsstand und Ruhestand in einen gleitenden Übergang verändert werden kann. Die Bilder vom „eigenständigen Leben im Alter“ sind undeutlich; sie werden vorwiegend dahin verstanden, daß ältere Personen möglichst lange für sich selber in ihren vier Wänden sollen wirtschaften und leben können. Mag das auch ein wichtiger Aspekt sein, beschreibt er doch nur ein Detail des Problems. Eigenständiges Leben kann schließlich nur meinen, daß Personen im höheren Lebensalter Bedingungen für ihr Dasein vorfinden, die es ihnen erlauben, als Mitglieder der sie umgebenden Gesellschaft nach ihren je verschiedenen Bedürfnissen zu wirken, sich weiter zu entfalten. Die Adjektive „sinnvoll“ und „befriedigend“ geben einen Hinweis darauf, daß es für ein Leben in den höheren Jahren um mehr geht als um unbegrenzte Freizeit, um eine Wahl aus dem Steckenpferd-Angebot, um die Bequemlichkeiten, die Freiheit von Aufgaben und Verantwortungen eröffnen. Befriedigendes Leben im Alter hängt davon ab, daß die körperlichen und geistigen Kräfte möglichst lange intakt bleiben. Deshalb sind Aktivitäten anzubieten, die diese herausfordern.

Damit kommt die Frage auf, worin denn soziales Engagement für Erwachsene im höheren Lebensalter bestehen könnte, wo es Möglichkeiten für entsprechende Aktivitäten gibt. Manche versuchen, Antworten darauf zu erteilen, indem sie Kataloge für sinnvolle und befriedigende Tätigkeiten im Alter zusammenstellen. Das Unterfangen ist gewiß nicht vollständig unnütz, doch hat es etwas von der Methode, sich auf die Lösung von Problemen zu stürzen, ohne sich vorher hinreichend über deren theoretischen Hintergrund zu informieren oder diesen zu schaffen. Das gilt in ganz besonderer Weise für den vorliegenden Fall. Die mittleren Jahre und der Übergang zu den höheren sind noch kein Gegenstand von Theorie und empirischer Forschung.

### *Kalendarisches und soziales Alter*

Bisher wurde kein wissenschaftlich haltbarer Begriff von „Alter“ entwickelt. Es gibt zwar Altersgrenzen etwa für die Ausübung des aktiven oder passiven Wahlrechts oder für die Ausübung einer Erwerbsarbeit, aber diese Grenzen beziehen sich auf die Anzahl der Lebensjahre. Das kalendarische Alter sagt aber wenig darüber aus, an welchem Punkt einer physischen, psychischen und sozialen Entwicklung sich ein Mensch zwischen Anfang bis Ende befindet. Ob ein 18jähriger wahlfähig, ein 24jähriger wählbar, ein 65jähriger pensionsreif sei, wird in vielen Fällen angezweifelt. Das kalendarische Alter wird zum Maß genommen, weil wir bisher keine Indikatoren haben, die es erlauben, Alter objektiv zu messen. Ein Schritt dazu

kann ein Projekt der Forschungsgruppe für Gerontologie sein, mit dem die Veränderungen der sozialen Teilnahmekancen im Übergang von den mittleren zu den höheren Jahren untersucht werden sollen und zwar an der Quantität und Qualität von Rollen, die Personen unterschiedlichen Alters innehaben. Daraus lassen sich Schlüsse über soziales Alter ziehen.

### *Das vernachlässigte Aktivitätspotential*

Es ist ein weitverbreitetes Vorurteil, Alter wolle in Ruhe gelassen werden, weil die Kräfte nicht reichten, Interessen, Aufgaben und Verantwortungen aufrechtzuerhalten, zu substituieren oder gar neu zu entwickeln. Wird untersucht, was Erwachsene in den höheren Jahren vom Leben erwarten, so ist „Ruhestand“ in der überwiegenden Zahl der Fälle kein Begriff, die notierten Erwartungen oder die ermittelten Haltungen zu beschreiben. Zwar werden Nachfragen, wie man denn mit der Zeit nach dem Rücktritt vom Arbeitsleben zufrieden sei, in der Regel positiv beantwortet; aber die geäußerte Zufriedenheit ist häufig nicht mehr als der Ausdruck für eine einigermaßen gelungene Anpassung an Bedingungen, gegen die anzugehen für zwecklos erachtet wird oder als zwecklos erlebt wurde. In einer repräsentativen Untersuchung der Forschungsgruppe für Gerontologie<sup>7)</sup> wurde unter anderem das Aktivitätspotential von Personen über 65 Jahre ermittelt. Aus den Befunden ergibt sich, daß bei relativer Zufriedenheit mit der nun einmal gegebenen Situation bei der Mehrzahl der Befragten diese als immaterielle Benachteiligung oder als soziale Diskriminierung oder als Zerstörung des Selbstbewußtseins empfunden wird. Deshalb werden Altersgenossen mit Respekt betrachtet, die noch einer Berufsarbeit nachgehen oder die sich öffentliche Verantwortungen aufbürden; die einen Weg gefunden haben, sich dem Dilemma des Ruhestandes zu entziehen. Deshalb werden gängige Weisheiten über Alter mehrheitlich abgelehnt. „Ich habe in meinem Leben genug geleistet, jetzt will ich nichts mehr tun“ — zu einem solchen Satz bekennt sich kaum ein Drittel. Ähnlich die Befunde für andere Altersweisheiten. Sie sind Hinweise insbesondere auch dafür, daß die Erwachsenen im höheren Lebensalter über ein Aktivitätspotential verfügen, das nicht herausgefordert wird.

Auch das Innovationspotential, die Fähigkeit, die Welt und ihre Veränderungen zu verstehen, sich ihren jeweils neuen Bedingungen anzupassen, wird falsch eingeschätzt.<sup>8)</sup> Es läßt sich auch als Lern- und Sozialisationsfähigkeit bezeichnen. Die Annahme, das Innovationspotential der älteren Generationen sei verbraucht, ihr Rückzug aus der Gesellschaft auch aus diesem Grunde angezeigt, wurde nur für eine Minderheit bestätigt. Diese Beobachtungen stehen in Einklang mit Befunden, die Ursula Leer zur Frage der Lernfähigkeit älterer Personen vorgelegt hat.<sup>9)</sup> Sie stellt fest, daß Erwachsene im höheren Lebensalter, sofern sie nicht durch Krankheiten ge-

zeichnet sind, im Vergleich zu Jüngeren in ihrer Lernfähigkeit nicht beeinträchtigt sind. Sie lernen nur anders; sie lernen langsamer, doch behalten sie das Erlernte besser; es fällt ihnen schwer, Einzeldaten zu lernen, es liegt ihnen mehr, Zusammenhänge aufzunehmen. Schließlich ist ihre Lernmotivation höher.

Derlei Beobachtungen rufen immer wieder Erstaunen hervor, weil mit dem Begriff Alter andere Assoziationen verbunden werden: Dekomposition und Destruktion. Friedrich Erbslöh, der Mitbegründer der Gießener Forschungsgruppe, dessen tragischer Tod den Fortgang ihrer Arbeiten so nachteilig beeinflusst hat, wies gelegentlich darauf hin, daß der *eine* alte Tattergreis, den die Öffentlichkeit wahrnimmt, zur Regelaussage von Alter gemacht wird. Subsummiert wird darunter dann alles, was die Grenze um 65 Jahre überschritten hat. Dabei wird nicht gesehen, daß diese Gruppe weder unter soziologischen, noch unter psychologischen, noch unter medizinischen Gesichtspunkten homogen ist, daß in ihr rund 30 Jahrgänge zusammengefaßt werden; *eine* Generation ist das nicht. Übersehen wird schließlich auch, daß nur eine Minderheit sich in einem Zustand befindet, der eine aktive Teilnahme an den sozialen Prozessen verwehrt.

#### *Die Notwendigkeit der Antizipation von Alter*

Sollen Erwachsene im höheren Lebensalter künftig nicht mehr von den sozialen Prozessen ferngehalten oder als deren Teilnehmer vernachlässigt oder ignoriert werden, so ist in ein Konzept von Sozialisation als Vorbereitung auf immer neue Lebensphasen aufzunehmen, was unter dem Thema „Vorbereitung auf das Alter“ derzeit bereits erprobt wird. Da die Vorbereitung auf eine neue Situation stattfinden muß, ehe diese eintritt, muß sie vor dem Übergang von den mittleren zu den höheren Jahren beginnen. In einer Weise geschieht das längst: die Rentenversicherung sorgt für die materiellen Bedürfnisse. Unbefriedigt bleiben jedoch immaterielle Lebensbedürfnisse älterer Personen, wenn auch sehr viele nicht in der Lage sind, das auszudrücken. Immerhin wächst die Minderheit, die sich gegen die Grenzen wendet, die ihnen gezogen sind. Das Verlangen nach sinnvollem, befriedigendem Leben, nach Eigenständigkeit im Alter ist offenbar stark genug, um die Öffentlichkeit zu veranlassen, Gelegenheiten dafür anzubieten, mögen diese auch zu eng beschrieben werden. Im Prinzip impliziert die Zielsetzung die Aufrechterhaltung guter physischer Befindlichkeit und sozialer Anpassungsfähigkeit; aber diese setzt voraus, daß die verliehenen Kräfte des einzelnen über den Augenblick hinaus gefordert werden, in welchem das Arbeitsleben als Erwerbstätigkeit beendet wird. Es hätte sich demnach ein „Arbeitsleben“ anzuschließen, dessen Ziel nun nicht mehr „Erwerb“ wäre, aber eben doch Arbeit<sup>10)</sup> im Sinne der Nutzung der gegebenen physischen Kräfte und der erlernten sozialen Geschicklichkeiten,

wozu auch gemeinsames Handeln mit anderen gehörte. Dabei sei jedem freigestellt, ob er bereit ist, sich herausfordern zu lassen. Aber die Verweigerung der Teilnahme an den sozialen Prozessen ist aufzuheben und zwar nicht nur im Interesse der Betroffenen, sondern auch im Interesse der Gesellschaft, die sich die Verschwendung sozialer Energien nicht leisten kann. Die Schwierigkeiten, mit denen „Vorbereitung auf das Alter“ zu tun hat, liegen darin, daß die Antizipation des Lebens in den höheren Jahren schwer gelingt. Das hat verschiedene Gründe. Alter und Aktivität in einem Atemzug zu nennen, ist noch ungewöhnlich. Die Vorstellungen richten sich vorerst noch auf Ruhestand; die Neigung, sich auf die Tage nach dem Erwerbsleben vorzubereiten, ist in den mittleren Jahren gering. Daß damit Probleme verbunden sein könnten, wird in der Regel erst deutlich, wenn die Realität des Ruhestandes sich nähert, wenn gefragt wird, wie die Zeit des Lebensabends ausgefüllt werden soll.

Die Motivation, sich auf das Alter vorzubereiten, ist auch deswegen nur schwach, weil die Ziele der Sozialisationsanstrengungen unzureichend formuliert sind. Sich auf die Ausübung von Steckenpferden einzuspielen, kann nur wenig Interesse wecken. Rechtzeitig um die Qualität der eignen physischen Konstitution besorgt zu sein, wird zwar verstanden, doch fehlt der Anreiz, sich beizeiten den Unbequemlichkeiten zu unterziehen, die damit verbunden sind. Wo Alter als Defekt gilt, erscheint es wenig einladend, sich mit dem zukünftigen eignen zu beschäftigen. Die Rolle, die Alter spielt, ist niederdrückend.

Das Erlernen neuer Geschicklichkeiten und Verhaltensinhalte für eine nächste Lebensphase impliziert jedoch, daß neue Rollen eingeübt werden, die zu einem gegebenen Zeitpunkt gegen wahrgenommene getauscht werden müssen. Die Beschäftigung mit Steckenpferden, die Ausfüllung ewiger, unbegrenzter Freizeit, die Abwesenheit von Pflichten und Aufgaben bieten keine Rolleninhalte. Tragfähige Altersrollen, für die sich spezifischen Lernprozessen zu unterwerfen lohnte, gibt es kaum. Vorbereitung auf das Alter, wenn es als ein Gegenstand von Sozialisation betrachtet werden soll, müßte demnach von konkreten Vorstellungen darüber ausgehen, für welche möglichen Rollen neue Geschicklichkeiten zu erlernen wären, um ein sinnfälliges Leben im Alter, Eigenständigkeit also, zu sichern. Es müßten Äquivalenzrollen erkennbar werden, um Beweggründe hervorzubringen, sich in den sogenannten besten Jahren Lernanstrengungen für die Zukunft zu unterziehen.

Unter einem solchen Aspekt ist die Idee der Alterssozialisation, wenn Vorbereitung auf das Alter diese meint, hoch bedeutsam, übrigens auch im Sinne der Verwirklichung gleicher Chancen. Denn befriedigendes Alter, so läßt sich an Hand von Befunden darstellen, ist abhängig von sozialen Lebenslagen.<sup>11)</sup> Die Angehörigen der oberen Mittelschicht sind erheblich

begünstigt, weil sie viele Gelegenheiten haben, Altersrollen zu übernehmen, die ihre Kräfte herausfordern.

In diesem Zusammenhang ein Beispiel zugleich für Äquivalenzrolle und schichtspezifischen Vorteil: Die Forschungsgruppe für Gerontologie hat ältere Personen zur Teilnahme an Seminaren aufgefordert, deren Aufgabe es ist, Forschungsprojekte vorzubereiten. Angeregt wurde der Versuch durch ein Vorbild: die „Université Pour Le Troisième Age“ in Toulouse.<sup>12)</sup> Die Gießener Seminare hatten einen über alle Erwartungen starken Zulauf; um die Seminare der Zahl der Teilnehmer nach zu begrenzen, wurden hohe Anforderungen gesetzt. Nach acht Monaten ist festzustellen, daß die Teilnahmefrequenz ungewöhnlich hoch geblieben, unentschuldigtes Fernbleiben von den Veranstaltungen selten, die Bereitschaft zur Mitwirkung — Übernahme von Protokollen, Referaten, Sammlung von Informationen, Diskussionsbeteiligung — ungebrochen stark ist. Die Fähigkeit, sich mit schwierigen Themen auseinanderzusetzen, nimmt zu; der zu beobachtende Lernprozeß überrascht, was den Zuwachs an Wissen ebenso meint wie den Zuwachs an Sicherheit für methodisches Vorgehen, Kommunikation und Zusammenarbeit. Das Wichtigste: die Ergebnisse der Arbeiten — sie sind noch nicht abgeschlossen — werden realisierbare Forschungsprojekte hervorbringen.

Dieser Erfolg beruht darauf, daß die Mitglieder der Seminare — durchweg Angehörige eher der oberen als der mittleren Mittelschicht — nicht erst im Alter, sondern schon viel früher Lernprozesse durchlaufen haben, die ihnen jetzt erlauben, in Bereichen mitzuarbeiten, die mit ihren früheren Tätigkeiten in keinerlei Beziehung stehen.

Seniorenräte, die es inzwischen in mehreren Städten der Bundesrepublik als kommunale Gremien für die Wahrnehmung der Interessen und Wünsche und Sorgen der älteren Mitbürger gibt, sind ein weiteres Beispiel. Inzwischen wurde angeregt, man sollte derlei Organe der Mitwirkung auf allen Verwaltungsebenen bis herauf zum Bund einrichten. Im Sinne von Eigenständigkeit derjenigen, die die Gesellschaft als „Alte“ klassifiziert, könnte die Institution der Seniorenräte eine Art Wegweiser für Teilnahme an öffentlicher Verantwortung sein, mit der Erwachsene in den höheren Jahren durch ihre Vertreter für die Lösungen der eigenen spezifischen Probleme Beiträge leisten. Damit träte an die Stelle von Entmündigung, wie sie derzeit praktiziert wird — in Fürsorglichkeit und Betreuung gekleidet —, tatsächlich Eigenständigkeit.

Es ließe sich eine Fülle noch anderer Beispiele für erkennbare Bestrebungen von Gruppen älterer Personen mit den unterschiedlichsten Aktivitäten vorlegen, in denen sich darstellt, was Hans Thomae als „Emanzipation“ der Älteren beobachtete. Sie liegen fast durchweg in der Richtung auf Selbsthilfe: Alter löst Probleme von Alter, Alter vertritt Alter; gerade letz-

teres wäre bedeutsam für eine Bevölkerungsgruppe, die ein Fünftel aller Wahlberechtigten stellt. Diese Beispiele deuten den Rahmen für Konzepte an, durch die die offene oder latente Nachfrage nach Äquivalenzrollen befriedigt werden könnte. Gesucht werden hauptsächlich Möglichkeiten für Aktivitäten zusammen mit anderen Personen, die sinnvolle Ziele haben: das kann physische Rehabilitation sein, Sport, Ausbildung politischer, kultureller, technisch-handwerklicher Interessen, Vorbereitung auf fürsorgerische Mitwirkung, also praktische Hilfen für andere, und dies könnte auch im Rahmen der eignen Familie stattfinden. Was hier nötig ist, sind Hilfen zur Selbsthilfe, Ermunterung für diejenigen, die Aufgaben für ihre Aktivitätspotentiale suchen, Herausforderung der Kräfte, Befähigungen, Erfahrungen, die, wenn nicht abgerufen und angefordert, schnell versiegen.

Die Emanzipation von Alter ist ein Vorgang, der wahrscheinlich langsam, aber stetig voranschreiten wird. Die nachfolgenden Generationen gehen, wie viele Zeichen andeuten, mit anderen Vorstellungen den höheren Jahren entgegen. Dadurch kann die Gleichsetzung von Alter und Ruhestand, Alter und Disengagement in der heute gewohnten Form sich auflösen. Wenn die Zeichen nicht trügen, so kommt eine Zeit, in der Alter als Erlebnis gesucht und angenommen wird.

#### *Anmerkungen:*

- 1) *Biener, K.*: Alterssport. In: Hexagon Roche, 1973, 3.
- 2) *Hollmann, W., Grünewald, B.*: Der ältere Mensch und der Sport. Im Landarzt, 1976, 14.
- 3) Zit. nach *Voigt, D.*: Soziologie in der DDR, Köln 1975, S. 109.
- 4) *Schäfer, K. und Theis, R.*: Darstellung und Analyse eines Versuchs, das sportliche Freizeitangebot im Altenwohnheim „Hölderlinweg“ Gießen zu erweitern. Unveröff. Staatsexamensarbeit an der Justus Liebig-Universität, Gießen 1974.
- 5) *Boetticher, Karl W.*: Geront '73. Studie über den Gesundheitszustand, die Ernährungsgewohnheiten sowie soziale Einstellungen alter Menschen in der Bundesrepublik Deutschland, Gießen 1974, S. 93 ff.
- 6) *Tews, H. P.*: Soziologie des Alters, 1971, Bd. 2, S. 197 ff.
- 7) *Boetticher, Karl, W.*: Aktiv im Alter. Eine Studie zur Wirklichkeit und Problematik des Alterns, Düsseldorf u. Wien, 1975, S. 149 ff.
- 8) ebenda S. 164 ff.
- 9) *Leer, Ursula*: Psychologie des Alterns. In: Bergedörfer Gesprächskreis zu Fragen der freien industriellen Gesellschaft, Protokoll 43, S. 71.
- 10) *Fülgraff, Barbara*: Substitute für Arbeit im Alter. In: *actuelle gerontologie* 8/1972, S. 455.
- 11) *Boetticher, Karl W.*: Geront '73, S. 27.
- 12) *Facultés De Droit Et Des Sciences Économiques, Université Des Sciences Sociales De Toulouse.*