

## Alterssurvey: Tätigkeiten und Engagement in der zweiten Lebenshälfte

02

### Inhaltsverzeichnis

Seite 02

Alterssurvey: Tätigkeiten und Engagement in der zweiten Lebenshälfte

Seite 06

Gastbeitrag: Gerontologie als neuer Hochschultrend?

Voraussetzungen für ein alterswissenschaftliches Profil

Seite 09

Hinweise, Projekte und Modelle

Seite 13

GeroStat – Statistische Daten: Lebenserwartung und Mortalität im Alter

Seite 15

Buch des Monats:  
Kirsten Aner: „Ich will, dass etwas geschieht“ Wie zivilgesellschaftliches Engagement entsteht – oder auch nicht.

Seite 16

Zeitschriftenbibliografie Gerontologie

Seite 23

Im Focus:  
Pflege von Demenzkranken durch Angehörige und Ehrenamtliche

Seite 26

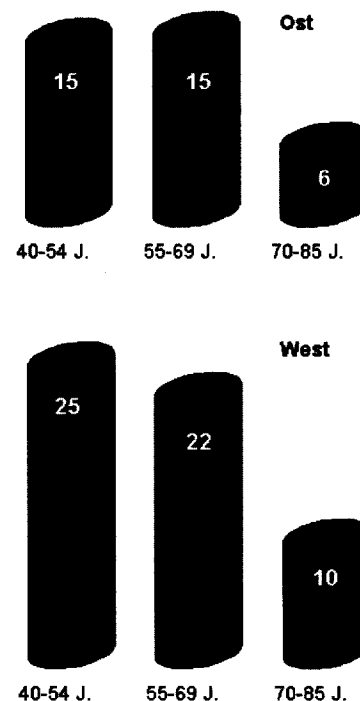
Bibliografie gerontologischer Monografien

Die Frage nach den Tätigkeiten und dem Engagement in der zweiten Lebenshälfte betrifft die Lebenssituation von mehr als der Hälfte der Bevölkerung. Sie umfasst sowohl Aktivitäten in der späteren Erwerbsphase als auch im Ruhestand. Die Bedingungen sind günstig dafür, dass dem Leben im Alter nicht nur zusätzliche Jahre gegeben werden, sondern den Jahren in dieser Phase auch Leben: Im Vergleich zu früheren Generationen haben die jetzigen Älteren eine bessere Bildung, sie sind gesünder und sie haben auch die materiellen Voraussetzungen, um im Ruhestand ein aktives Leben zu führen. Im Alterssurvey ist der Thematik der außerberuflichen Aktivitäten in der zweiten Lebenshälfte ein eigener Abschnitt gewidmet, aus dem einige Ergebnisse im Folgenden vorgestellt werden sollen. Den Zugang zu dieser Thematik soll ein Blick auf verschiedene Theorien der Gerontologie zum „guten“ Altern erleichtern.

### Was ist „gutes“ Altern?

Diese Frage gehört zu den zentralen Punkten der Gerontologie (Alternforschung). Als ein wichtiges Kriterium für „gutes“ Altern wird der Zusammenhang zwischen dem Wohlbefinden älterer Menschen und ihrer sozialen Aktivität betrachtet: Die Disengagementtheorie von Cumming & Henry geht davon aus, dass das höhere Alter mit einem Verlust an sozialen Rollen einhergeht. Ein individuelles Bedürfnis nach Rückzug korrespondiert dabei mit reduzierten gesellschaftlichen Erwartungen an die Älteren. Das gelingende Zusammenspiel beider Faktoren wirkt sich förderlich auf das Wohlbefinden der Älteren aus. Im Gegensatz dazu verfolgt die Aktivitätstheorie den Ansatz, dass im Alter Aktivität und intensive soziale Kontakte zu einer hohen Lebenszufriedenheit beitragen. Die Kontinuitätstheorie von Atchley sieht gutes Altern vor allem als Folge äußerer und innerer Kontinuität der Lebensumstände beim Übergang vom mittleren in das höhere Lebensalter. Auch wenn es also offenbar nicht die eine, abschließende Antwort gibt auf die Frage, welches Niveau von Aktivität und sozialer Einbindung im Alter optimal ist, lässt sich doch ein zentraler Punkt festhalten:

Ein wesentlicher Beitrag für Lebensqualität im Alter ist es, im Rahmen der eigenen Möglichkeiten und Bedürfnisse die vorhandenen Kompetenzen und Ressourcen einzusetzen – für sich selbst und für andere. Eine Facette des guten Alterns ist also der produktive Aspekt des Lebens im Alter. Dazu zählen zunächst alle Aktivitäten, die der Aufrechterhaltung der eigenen Selbstständigkeit dienen und die das Wohlbefinden steigern, wie z.B. das Lernen im Alter. Genauso gehören aber auch Aktivitäten dazu, die einen Nutzen für andere haben, sowohl im nahen Umfeld der Familie als auch im weiteren Rahmen. Die Betreuung von Enkelkindern und das ehrenamtliche Engagement sind Beispiele dafür.



**Abbildung 1:** Diese Abbildung stellt dar, wie hoch die Anteile der sich ehrenamtlich Engagierenden nach Altersgruppen und Region sind (Anteile in Prozent). Das Engagement ist vor allem bei den Altersgruppen unter 70 Jahren in Westdeutschland ausgeprägt. Daten: Alterssurvey Replikationsstichprobe 2002, gewichtet, Ehrenamt: Funktion/ Ehrenamt als Mitglied in Gruppen und Organisationen sowie sonstige Funktionen ohne Mitgliedschaft (Quelle: Alterssurvey – DZA)