

ALTERNDE GESELLSCHAFT UND SOZIALPSYCHOLOGISCHE FOLGEN EINE SALUTOGENETISCHE PERSPEKTIVE FÜRS ÄLTER WERDEN

Heiner Keupp

Vortrag im Rahmen der 7. Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Gerontopsychiatrie und –psychotherapie am 18.02.2005 in Frankfurt am Main

Die aktuellen gesellschaftlichen Diskurse zu unserer "alternden Gesellschaft" konstruieren vor allem ein demographisches Horrorszenario, das dann mit düsteren Prognosen zu einem Generationenkrieg oder zu einem Zusammenbruch sozialstaatlicher System verkoppelt wird. Gegenwärtig jagen uns Thesen vom „Clash of Generations“ oder vom „biologischen und sozialen Terror der Altersangst“ (so im Klappentext von Frank Schirrmachers „Das Methusalem-Komplott“) Zukunftsängste ein. Da ist vom „demografischen Salto“ die Rede, der die klassische „Bevölkerungspyramide“ von einer „rezausten Wettertanne“ zum „kopflastigen Pilz“ hat werden lassen (Barz et al. 2003, S. 113). Diese Szenarien, deren demographische Basis gar nicht bestritten werden soll, verbreiten eher Panik und Hilflosigkeit, als dass sie auf zentrale gesellschaftliche Veränderungsprozesse und deren Konsequenzen für die Lebensführung im Alter hinweisen und darauf vorbereiten. Hier soll der Schwerpunkt dieses Beitrages liegen. Er will aufzeigen, dass der aktuelle gesellschaftliche Umbruch zu einer historisch neuen Mischung von Chancen und Risiken der Lebensgestaltung führt, die alle Lebensphasen betrifft. Ins Zentrum rückt die Notwendigkeit der "Selbstsorge". Auf der Basis eines salutogenetischen Paradigmas sollen Ressourcen benannt werden, die die Bedingungen gelingender Selbstsorge sind.

Zunächst gebe ich Ihnen eine erste Orientierung auf das, was ich in den Mittelpunkt meiner Überlegungen stellen möchte, nämlich die Kernidee der Salutogenese:

Gesundheit als Basis einer zunehmenden Lebenserwartung ist nur teilweise ein „Geschenk“ der Natur oder der „Segnungen“ der Medizin. Sie ist vielmehr auch Ausdruck gelingenden Lebens. Wir müssen lernen, Gesundheit nicht als einen Zustand der Abwesenheit von Krankheit zu definieren, sondern als einen eigenständigen Prozess der Lebensbewältigung, in dem es um Lebenssinn, soziale Verortung und Ressourcen geht. Dieser Prozess gelingt längst nicht immer perfekt, aber Gesundheit als Lebenskunst bedeutet, den aktiven kreativen Gestaltungspro-

zess des eigenen Lebens ernst zu nehmen. Das ist die zentrale Idee der Salutogenese, die unseren Blick für Ressourcen gelingenden Lebens schärft.

Zur Hinführung zu meiner Thematik nutze ich eine amtliche Autorität in Sachen Gesundheit: Die Weltgesundheitsorganisation. In ihrer Ottawa-Charta aus dem Jahre 1986 heißt es:

"Gesundheit wird von Menschen in ihrer alltäglichen Umwelt geschaffen und gelebt: dort, wo sie spielen, lernen, arbeiten und lieben. Gesundheit entsteht dadurch, dass man sich um sich selbst und für andere sorgt, dass man in die Lage versetzt ist, selber Entscheidungen zu fällen und eine Kontrolle über die eigenen Lebensumstände auszuüben sowie dadurch, dass die Gesellschaft, in der man lebt, Bedingungen herstellt, die allen ihren Bürgern Gesundheit ermöglichen".

Darum also geht es: Um die Gewinnung von Selbstverantwortung für das eigene Leben und um die Bedingungen, die unsere Gesellschaft sichern muss, damit wir diese Selbstsorge auch übernehmen können. Die Idee der Salutogenese passt hervorragend zu dem, was uns die Deutungsangebote sozialwissenschaftlicher Gegenwartsdiagnosen vermitteln.

Zunächst will ich persönlich einsteigen und Ihnen darüber einen Blick auf ein verändertes Alter ermöglichen. Älter werden ist in hohem Maße von unserer Kultur und Gesellschaft abhängig und gerade in den gesellschaftlichen Umbrüchen, die gegenwärtig das Leben aller Menschen betreffen, wird auch das Thema Alter in zentraler Weise berührt. Danach gehe ich auf das Thema Salutogenese ein und komme am Ende unter der so entwickelten Perspektive wieder auf Fragen der Lebensgestaltung im Alter zurück und werde sie am Beispiel Wohnen und bürgerhaftliches Engagement abhandeln.

ÄLTER WERDEN, IST AUCH NICHT MEHR DAS, WAS ES EINMAL WAR!

Lebensstile und Identitäten verändern sich gegenwärtig in dramatischer Weise und die damit verbundenen Vorstellungen vom „guten Leben“. Und natürlich hat auch Auswirkungen auf das älter werden und auf die Lösungen, die wir für Wohnen suchen (müssen), wenn wir unsere Vorstellungen vom „guten Leben“ mit der Frage verbinden, wie wir auch im Alter gut leben und wohnen wollen.

Ich gehöre ja selbst zu der Generation „50 Plus“ oder realistisch „60 – eins“, die sich die Fragen nach ihrem Leben und nach ihrem Wohnen in der noch vor ihnen liegenden Lebenszeit zu stellen hat. Während ich diesen Vortrag vorbereite, ha-

ben meine Frau und ich uns dazu entschlossen, unsere Siedlung am Rande von München nicht zugunsten eines größeren Hauses aufzugeben, was wir uns überlegt hatten, um für die Ergebnisse unserer extensiven Sammlerwünsche auch genügend räumliche Unterbringung zu haben. Nun haben wir uns gegen ein expansive Raumvergrößerungsstrategie entschieden, weil wir versucht haben, unsere eigenen Wohnbedürfnisse in 15 bis 20 Jahren in unsere Planungen einzubeziehen. Werden da die vorhandenen 140 qm nicht voll ausreichen? Somit gehören wir nicht zu den 52,2% der heute 55-jährigen Haushalte, die bis zu ihrem 75. Lebensjahr mindestens noch einmal umziehen wird (vgl. Eichener 2001, S. 180). Wir haben aber noch eine zweite Entscheidung getroffen: Wir werden unser Nachbarhaus erwerben, mit dem wir gedanklich multioptionale Wege verbinden: Unser Sohn hat gerade in München einen Job gefunden und hat mit „Sack und Pack“ wieder bei uns Quartier genommen. Er sucht eine Wohnung auf dem teuersten Wohnungsmarkt der Bundesrepublik. Außerdem können wir unserer Sammelleidenschaften weiter nachgehen, ohne dem „Vermüllungssyndrom“ anheim zu fallen. Zwei Räume in dem Nachbarhaus werden wir nutzen. Und schließlich verbindet sich mit diesem Nachbarhaus die Zukunftsidee, hier vielleicht mal eine selbstorganisierte Servicestation einzurichten, die in einer gut funktionierenden Nachbarschaft, die aber mehrheitlich zur eigenen Generation gehört, Dienstleistungen erbringt, die ein Maximum von Autonomie auch dann noch sichern könnte, wenn das ohne verlässliche Serviceleistungen nicht mehr gehen sollte. Gerade solche Überlegungen gehören heute zunehmend zur eigenen Selbstsorge und gerade in der Notwendigkeit solcher Überlegungen zeigt sich am deutlichsten, was gesellschaftlicher Wandel für unser Thema bedeutet. Ich möchte noch bei meinen eigenen Erfahrungen verweilen und ihnen die gerontologische bzw. gerontopsychiatrische Geschichte meiner Familie rekonstruieren.

Es ist eine Geschichte von Menschen, die die dramatische Geschichte des vergangenen Jahrhunderts in Gestalt einschneidender Veränderungen in ihre Biographie erlebt haben, in erstaunlicher Weise damit fertig geworden sind und dann im hohen Alter von Problemen eingeholt wurden, die sie sich nie vorstellen konnten. Es geht um die beiden Generationen vor mir. Und es geht um Gründe, warum wir deren Vorstellungen über Altwerden und Wohnen im Alter nicht mehr als unser Modell ansehen könne.

Mein Großvater ist 88 Jahre alt geworden. Er ist im Kreis seiner Familie gestorben. Die letzten fünf Lebensjahre sind aus den geordneten Bahnen seines mehr als acht Jahrzehnte geformten Lebens ziemlich herausgefallen. Er fand sich oft im Zeitschema seines eigenen Lebens nicht mehr zurecht, sein Gedächtnis fiel immer

mehr aus und in unserem oberfränkischen Dorf hat er sich bei seinen Spaziergängen oft verlaufen. Aber alle im Dorf kannten ihn und ich sehe ihn noch stolz auf dem Bulldog eines Bauern sitzen, der ihn irgendwo aufgelesen hatte und ihn nach Hause brachte. Er konnte uns nicht verloren gehen. Er war in ein Netzwerk eingebunden, das seine altersbedingten Defizite wahrnahm und ihn dort unterstützte, wo er alleine nicht mehr zurechtkam. Im engeren Rahmen der Großfamilie war ein noch engeres Netz da, auf das sich Opa Tag und Nacht verlassen konnte. Vor allem war es meine Großmutter, die in loyalem traditionellem Frauenselbstverständnis feinnervig und aufopferungsvoll ihren Mann bis in seine Todesstunde begleitete. Sie selbst ist 90 geworden und war selbständig und geistig hellwach bis zu ihrem eigenen Tod im Beisein ihrer beiden Töchter. Sie starb im Haus meiner Eltern.

Und meine Eltern? Nach etwa 30 Jahren Leben und Arbeiten in einem alten fränkischen Pfarrhaus haben sie sich entschlossen, ihre Wohn- und Lebensform möglichst auch über das 68. Lebensjahr meines Vaters hinaus zu verlängern. Sie bezogen wiederum ein leerstehendes altes fränkisches Pfarrhaus, mit mehreren Treppen und einer Anzahl von Zimmern, die vor allem ihren fünf Kindern und deren Familie jederzeit einen Besuch ermöglichte. Das ging etwa zehn Jahre ganz gut. Doch dann verlor meine Mutter zunehmend ihre Alltagskompetenz. Ihr Gedächtnis verließ sie immer häufiger. Mein Vater vollzog einen erstaunlichen Rollenwechsel. Er, der für mich immer der Inbegriff eines verwöhnten Paschas war und der dafür auch immer noch hervorragende ideologische Erklärungen mit der Natur der Frau und der Natur des Mannes hatte, stieg zunehmend in die Niederungen der alltäglichen Lebens- und Küchenführung herunter. Doch unsere Bedenken wuchsen. Meine Geschwister und ich fragten uns voller Sorge, wie lange das noch gut gehen kann. Wir lebten alle so, daß es unmöglich war, dass die Eltern bei einem von uns über längere Zeit und gar in einem pflegebedürftigen Zustand hätten leben können. Außerdem wollten sie es nicht, liebten ihre Freiheit und wollten von einem Altenheim überhaupt nichts hören. In unserer Generation und bei unserer Hilflosigkeit im Umgang mit dem Altwerden unserer Eltern, wird fast durchgängig sichtbar, wie radikal sich unsere Lebensformen in den letzten Jahrzehnten verändert haben. Wir sind fast alle auf öffentliche Hilfe angewiesen, für immer mehr Situationen. Seit ich mich selbst intensiver mit gerontopsychologischen Fragen beschäftige wird mir auch zunehmend deutlich, dass mein Großvater und auch meine Mutter als psychisch alterskrank zu bezeichnen wären. Das erschreckt mich und zeigt mir auf, daß in einer Gesellschaft, in der die Menschen immer älter werden auch alterspsychiatrische Störungen immer mehr zunehmen, ja in gewissem Umfang auch ‚normal‘ werden. Die Menschen mit den psychi-

schen Störungen sind zumindest im hohen Alter immer weniger "die anderen", für die wir uns dann professionelle Lösungen ausdenken, das sind wir prospektiv auch selber. Und wir müssen uns einfach klarmachen, daß sie in unseren (post-)modernen Lebensformen nicht mehr so normalisiert und aufgefangen werden können, wie ich das am Beispiel meines Großvaters beschrieben habe.

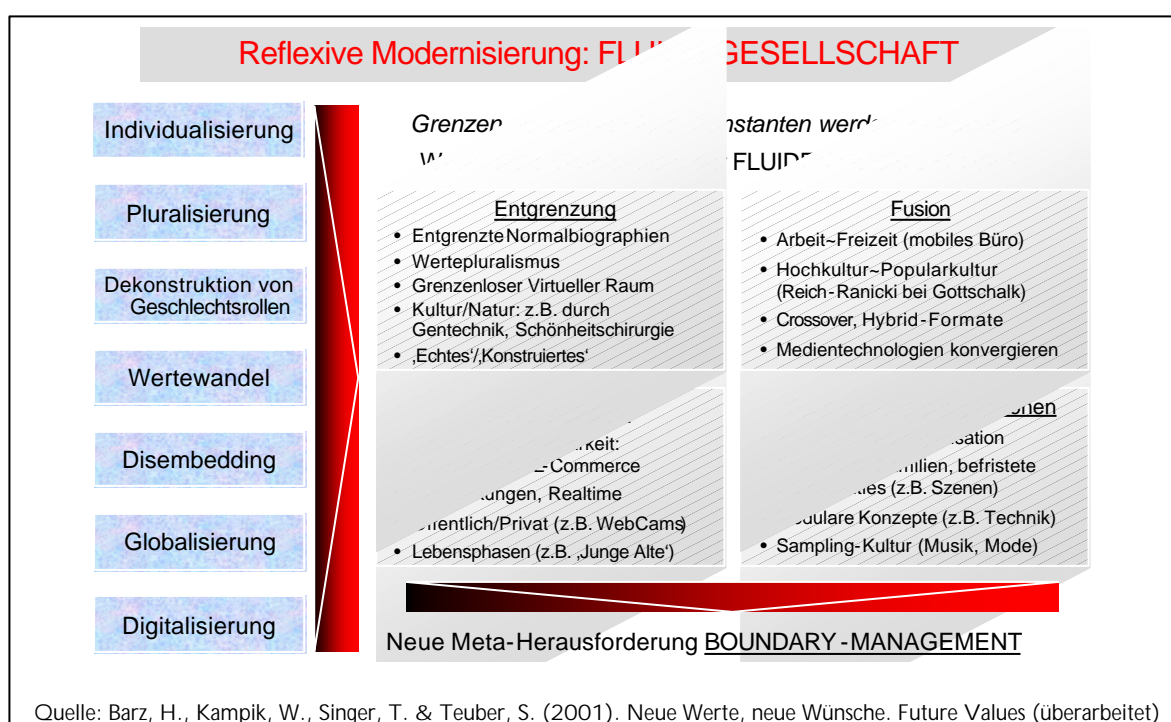
Nach einem schweren Herzanfall musste dann mein Vater für eine Woche in eine Klinik und jetzt war ganz klar, daß meine Mutter ihr Leben überhaupt nicht mehr allein würde managen können. Für die eine Woche konnte sie zu meiner Schwester nach Nürnberg, die Lehrerin hatte Pfingstferien. Vater kam aus der Klinik heim und wenige Tage danach stürzte meine Mutter und brach den Oberschenkelhals. Die Folge waren vier Wochen Krankenhaus und die schwere Entscheidung meines Vaters, die eigene Selbständigkeit aufzugeben und ein Appartement in einem neugebauten Altenheim zu beziehen. Eigene Möbel, das geliebte Klavier und ein Teil der manisch zusammengetragenen Briefmarkensammlung zogen mit. Es war der Ort, an dem mein Großvater Direktor eines Diakonissenmutterhauses war, die Schwestern des Altenheims kamen alle von dort, die älteren unter ihnen sprachen noch voller Hochachtung von ihm. Insofern hatten es die Eltern vergleichsweise gut. Die jüngste Schwester meines Vaters, ebenfalls Diakonisse, kam fast jeden Tag einmal vorbei. Trotzdem habe ich vor allem bei meinem Vater Merkmale von Hospitalismus, von Altersdepression und von Demoralisierung beobachtet. Ihm fehlte seine Lebenssouveränität, seine langen Waldspaziergänge, sein Garten etc. Meine Mutter war total auf ihn angewiesen, die Demenz schritt rapide voran. Sie hatten einen liebevollen Umgang miteinander. Aber hatte mein Vater genügend Chancen, ein Stückchen eigenes Leben zu leben? Seine Briefmarken packte er nicht aus. „Lass mir noch Zeit“, war seine Antwort auf meine Fragen. Aber seine Zeit war abgelaufen. Er hinterließ eine Frau, die körperlich noch ganz gut beieinander war, aber immer wieder vergaß, daß ihr Mann nicht mehr lebt. Aber ohne ihn konnte und wollte sie nicht mehr leben. Psychisch verabschiedete sie sich immer mehr vom Leben. Es war erneut ein Umzug erforderlich: Sie wurde auf die hervorragend geführte Pflegestation verlegt. Zweieinhalb Jahre überlebte sie meinen Vater. Nach einem Gehirnschlag verlor sie fast vollständig ihre Sprachfähigkeit und das letzte Jahr war sie absoluter Pflegefall und wir konnten nur noch darauf hoffen, daß wir bei unseren Besuchen die große Distanz, die zwischen ihr und der realen Welt entstanden war, durch vertraute Wortmelodien und den Körperkontakt überwinden konnten.

Wenn man so will, repräsentieren meine Eltern ein Übergangsmodell. Die Vorstellung von ihrer letzten Lebensphase war noch von dem Modell geprägt, das sie

meinen Großeltern ermöglicht haben, das aber für sie nicht mehr tragfähig war und sie hatten für sich kein Alternativmodell im Kopf oder gar Sorge dafür getragen, dass es dann für sie auch trägt. Der Übergang zur Reflexiven Moderne ist nicht vollzogen worden. Am ehesten noch zukunftsfähig war der unbändige Wunsch nach Autonomie, aber er war nicht verbunden mit einer Idee und vor allem einer Praxis der Selbstsorge. Ich denke das ist der zentrale Unterschied zu unserer und den nächsten Generationen. Anthony Giddens hat den Prozess der Modernisierung als einen des „disembedding“ beschrieben, der uns aus Lebensmodellen ausquartiert, die für Generationen normalisiert waren. An die Stelle der traditionellen Konzepte treten aber nicht neue, die nach einem Prozess der Normalisierung und der sozialstaatlichen und wohnungspolitischen Absicherung wieder für einige Generationen tragfähige Modelle für die letzte Lebensphase garantieren. Es wird keine einfachen Antworten auf Fragen geben, wo ich wohnen werde, wie ich wohnen werde und wie ich für mich sicherstellen kann, dass diese Fragen in Übereinstimmung mit meinen Vorstellungen vom „guten Leben“ beantwortet werden können.

SINGULARISIERUNG UND PLURALISIERUNG DER LEBENSFORMEN IN EINER „FLUIDEN“ GESELLSCHAFT

An den aktuellen Gesellschaftsdiagnosen hätte Heraklit seine Freude, der ja alles im Fließen sah. Heute wird uns ein „fluide Gesellschaft“ oder die „liquid modernity“ (Bauman 2000) zur Kenntnis gebracht, in der alles Statische und Stabile zu verabschieden ist.



Wenn wir uns der Frage zuwenden, welche gesellschaftlichen Entwicklungstendenzen die gesellschaftlichen Lebensformen der Menschen heute prägen, welche Auswirkungen sie auf das Älterwerden haben, dann knüpfe ich an dem Gedanken des „disembedding“ oder der Enttraditionalisierung an. Dieser Prozess lässt sich einerseits als tiefgreifende Individualisierung und als explosive Pluralisierung andererseits beschreiben. Diese Trends hängen natürlich zusammen. In dem Maße, wie sich Menschen herauslösen aus vorgegebenen Schnittmustern der Lebensgestaltung und eher ein Stück eigenes Leben gestalten können, aber auch müssen, wächst die Zahl möglicher Lebensformen und damit die möglichen Vorstellungen von Normalität und Identität. Peter Berger (1994, 83) spricht von einem "explosiven Pluralismus", ja von einem "Quantensprung". Seine Konsequenzen benennt er so: *"Die Moderne bedeutet für das Leben des Menschen einen riesigen Schritt weg vom Schicksal hin zur freien Entscheidung. (...) Auf's Ganze gesehen gilt ..., daß das Individuum unter den Bedingungen des modernen Pluralismus nicht nur auswählen kann, sondern das es auswählen muß. Da es immer weniger Selbstverständlichkeiten gibt, kann der Einzelne nicht mehr auf fest etablierte Verhaltens- und Denkmuster zurückgreifen, sondern muß sich nolens volens für die eine oder andere Möglichkeit entscheiden. (...) Sein Leben wird ebenso zu einem Projekt - genauer, zu einer Serie von Projekten - wie seine Weltanschauung und seine Identität"* (1994, 95).

Individualisierung und Pluralisierung der Lebensformen lassen sich sehr gut an der Entwicklung privater Haushalte aufzeigen (näheres dazu bei Glatzer 2001). Wir können eine stetige Verkleinerung der Haushalte und eine ungebremste Zunahme von Einpersonenhaushalten beobachten und damit haben wir einen wichtigen Grund für den ständig steigenden Wohnungsbedarf. Von 12 Millionen Haushalten um 1900 sind wir 100 Jahre später bei 31 Millionen Haushalten angelangt. Die Verkleinerung der durchschnittlichen Haushaltsgröße ist neben der Bevölkerungszunahme dafür vor allem verantwortlich, ein Prozess, der als Singularisierung der Lebensformen beschrieben werden kann. Um 1900 bestand ein Haushalt durchschnittlich aus 4,5 Personen, heute sind wir bei 2,2 Personen angelangt und die Fachleute halten diesen Trend für nicht gebremst. Vor allem die Anzahl der bewusst oder erzwungenermassen allein lebenden Personen nimmt weiter zu. 38% aller Haushalte sind Einpersonenhaushalte.

Die Pluralisierung der Haushalte hat zu einer Überwindung des „Ehezentrismus“ und hin zu einem „Netz von Lebensformen“ (Hefft 1997) geführt. In eine Min-

derheit ist längst die vierköpfige Familie geraten, es gibt die wachsende Anzahl von Stieffamilien oder "Patchworkfamilien", in denen sich nach Trennung und Scheidung unvollständig gewordene Familienbruchstücke zu neuen Einheiten verbinden, Kinder über die Zeit gelegentlich mit zwei, drei "Vätern und Müttern" arrangieren müssen. Es gibt die Ehen auf Zeit und ohne Trauschein, die bewusst auf Kinder verzichten. Es gibt die bewusst alleinerziehenden Frauen und Männer und es gibt die Wohngemeinschaften in vielfältigsten Konstellationen. Das alles sind Varianten von Familie.

Die Pluralisierungsprozesse ergeben schon deshalb ein noch komplexeres Bild, weil es im Lebenslauf eines Individuums im häufiger zu einem Wechsel zwischen verschiedenen Haushalts- und Familienformen kommt. Auch in diesem Prozess ist die Fluidität der spätmodernen Gesellschaft begründet.

Als ein weiteres Merkmal der „fluiden Gesellschaft“ wird die zunehmende Mobilität benannt, die sich u.a. in einem häufigeren Orts- und Wohnungswechsel ausdrückt, von dem natürlich vor allem die jüngeren Altersgruppen betroffen sind, die in ihrer Ausbildungs- und Berufseinstiegsphase immer häufiger im globalisierten Raum ihren Wohnort wechseln oder zwischen zwei Wohnungen pendeln. Aber auch die älter werdenden Menschen sind längst nicht so ortstabil wie es der klassische Satz ausdrückt: „Einen alten Baum verpflanzt man nicht“. Nach einer Modellrechnung der Schader-Stiftung zieht mehr als die Hälfte (52,23%) der 55jährigen Menschen in Ein- oder-Zweipersonen-Haushalten in Mietwohnungen bis zu zum Alter von 75 Jahren mindestens noch einmal um; bei Eigentümerhaushalten sind es immerhin auch etwa ein Viertel (23,48%), die noch mindestens einmal die Wohnung wechselt (Heinze et al. 1997, S. 17). Insgesamt geht die Schader-Stiftung von 65% mobilen Haushalten bei der Altersgruppe der 55 bis 75jährigen Mieterhaushalte aus.

MOBILITÄT: Leben in Bewegung



In der Fluiden Gesellschaft stellt Beweglichkeit eine zentrale *Anforderung*, *aber auch Chance* dar.

„Unterwegs sein“ als Synonym für Flexibilität und Erlebnissuche
Besonders in den jungen Segmenten der Gesellschaft wird sich mobil sein, nicht nur in räumlicher sondern auch in biographischer, beruflicher, geistiger und sozialer Hinsicht als Wert an sich weiter etablieren.

Mobilisierung der Alltagswelt:
Transportable miniaturisierte Module
und Tools verleihen Unabhängigkeit.

Auch für ältere Menschen gehört ‚mobil
sein‘ immer mehr zu einem modernen
Selbstverständnis.

- Mobile Online-Dienste per Handy, Telematik im Automobilbereich
- ‚Wearables‘ im Bekleidungsbereich für die Technomaden des 21. Jahrhunderts
- Steigendes Interesse für Neuwagen, an Reisen, Weiterbildung, Senioren-Universitäten, Internet.

Quelle: Barz, H., Kampik, W., Singer, T. & Teuber, S. (2001). Neue Werte, neue Wünsche. Future Values. Düsseldorf/Berlin: Metropolitan.

Individualisierung, Pluralisierung und Mobilität gehören also zu den Normalerfahrungen in unserer Gesellschaft. Sie beschreiben strukturelle gesellschaftliche Dynamiken, die die objektiven Lebensformen von Menschen heute prägen. Doch wir müssen in der Analyse noch einen Schritt weitergehen, wenn wir begreifen wollen, auf welchem Lebensgefühl die unterschiedlichen Vorstellungen vom guten Leben, Wohnen und Älterwerden aufrufen. Doch auch hier gibt es in der Werte-, Lebensstil- und Milieuforschung wichtige Hinweise.

PLURALISIERTE VORSTELLUNGEN VOM „GUTEN LEBEN“ : WERTEWANDEL, LEBENSSTILE UND MILIEUS

Unsere Vorstellungen vom „guten Leben“, also unsere zentralen normativen Bezugspunkte für unsere Lebensführung, haben sich in den letzten 30 Jahren grundlegend verändert. Es wird von einer "kopernikanischen Wende" grundlegender Werthaltungen gesprochen: "Dieser Wertewandel musste sich in Form der *Abwertung* des Wertekorsetts einer (von der Entwicklung längst ad akta gelegten) religiös gestützten, traditionellen *Gehorsams- und Verzichtsgesellschaft* vollziehen: Abgewertet und fast bedeutungslos geworden sind 'Tugenden' wie 'Gehorsam und Unterordnung', 'Bescheidenheit und Zurückhaltung', 'Einfühlung und Anpassung' und 'Fester Glauben an Gott'" (Gensicke 1994, S. 47).

In der Untersuchung von Barz et al. (2001) wird dieser Wertewandel so schematisiert:

Entwicklungen im Bereich der Werte 1950 - 2000

50er

60er

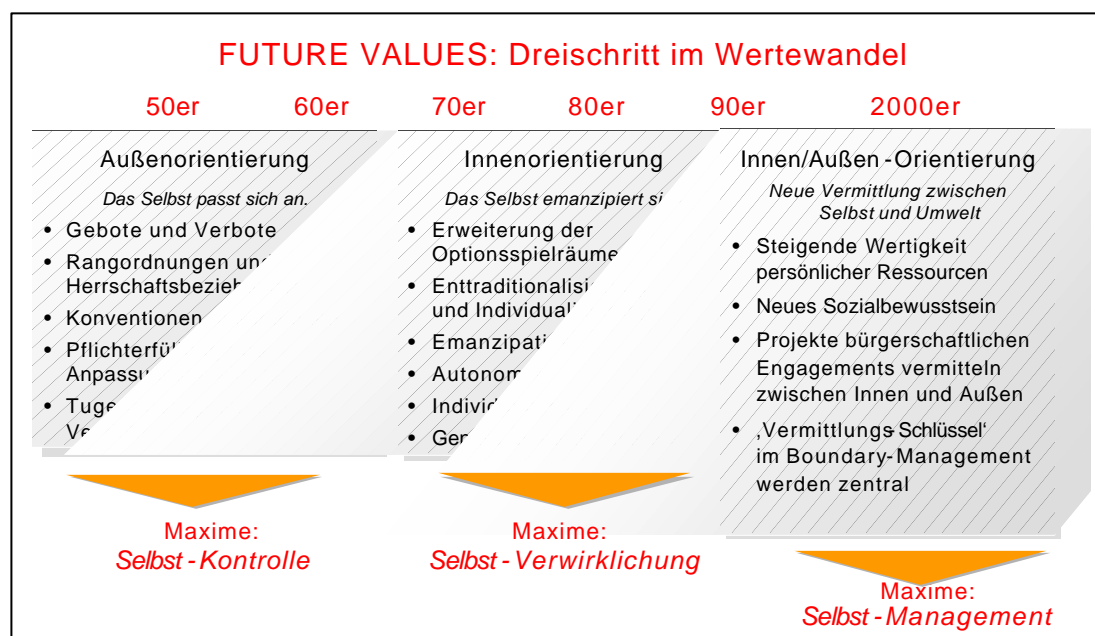


70er

80er

90er

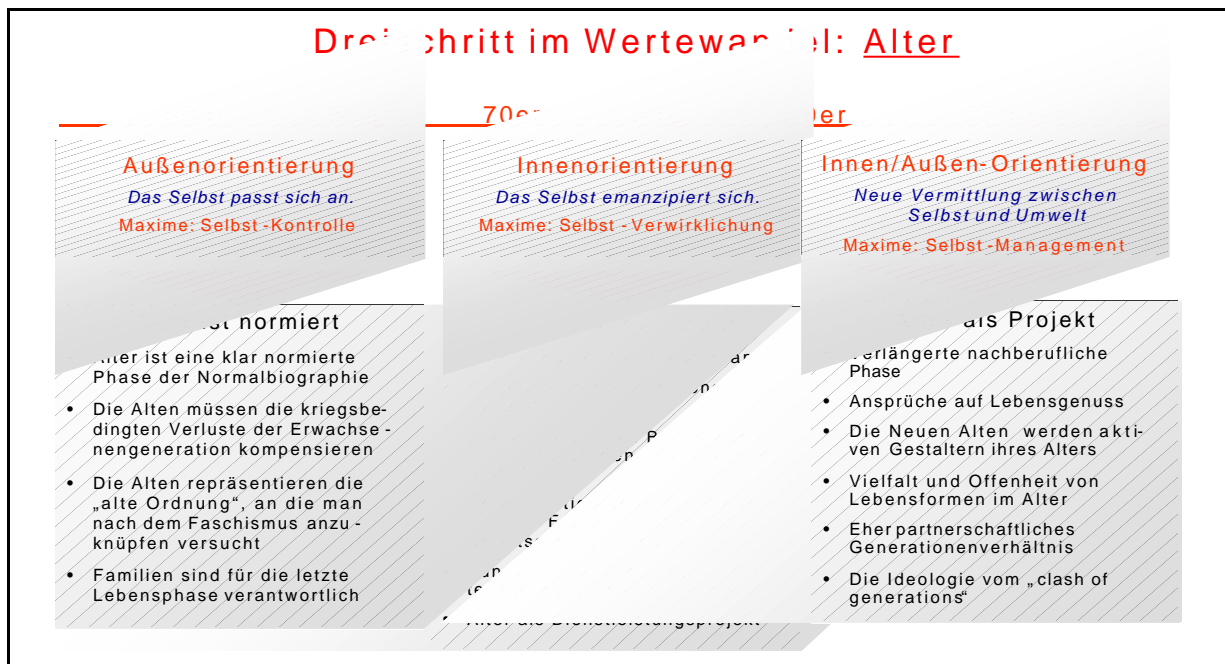
Der Wertewandel lässt sich in ein Drei-Phasen-Modell übertragen und dann auf unterschiedliche Phänomene, von dem Thema der Identitätsfindung bis zu veränderten Vorstellungen vom Alter, übertragen.



Da Wertorientierungen wichtige Bezugspunkte für unsere alltägliche Identitätsarbeit bilden, denn sie drücken ja aus, was uns wichtig ist, was wir erreichen wollen und wer wir sein und werden wollen, lässt sich dieser Drei-Schritt im Wertewandel auch auf die Identitätsbildung und deren Veränderungen übertragen:



Wenn man Alter unter Aspekten der alltäglichen Identitätsarbeit betrachtet, dann wird wichtig, dass Individuen für sich herausfinden müssen, was für sie authentisch und tragfähig ist. Bei dieser Passungsarbeit spielen die gesellschaftlichen Vorstellungen vom Alter werden eine zentrale Rolle. Und diese Vorstellungen lassen sich auch wieder als Dreischnitt modellieren:



Der beschriebene Wertewandel macht das Alter zu einem individuellen Projekt, das in eine politisch-gesellschaftliche Situation eingebettet ist, die zwar Optionsspielräume eröffnet, aber auch Grenzen setzt. Diese Grenzen sind weniger durch normierte

Vorstellungen gezogen, was altersgemäß ist, sondern sie werden durch Ressourcen bestimmt, auf die eine Person zurückgreifen kann.

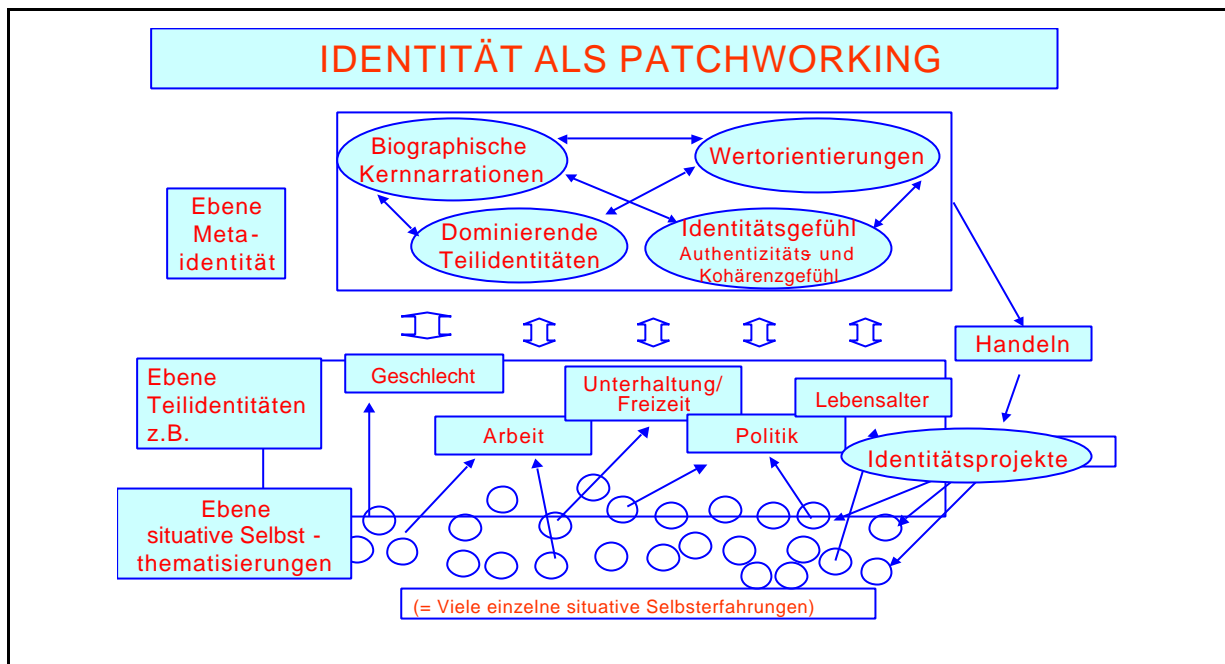
Die Wertewelt ist jeweils auch ein zentraler Rahmen für meine Identitätskonstruktion: „Aufgrund meiner Identität weiß ich, worauf es mir mehr oder weniger ankommt, was mich tiefgreifend berührt und was eher nebensächlich ist“ (Taylor 2002, S. 271). Insofern kann es nicht überraschen, dass auch die Bezugspunkte für die Identitätsentwicklung vom Wertewandel zentral betroffen sind.

Wie könnte man die Aufgabenstellung für unsere alltägliche Identitätsarbeit formulieren? Hier eine knappe Antwort: Im Zentrum der Anforderungen für eine gelingende Lebensbewältigung stehen die Fähigkeiten zur Selbstorganisation, zur Verknüpfung von Ansprüchen auf ein gutes und authentisches Leben mit den gegebenen Ressourcen und letztlich die innere Selbstschöpfung von Lebenssinn. Das alles findet natürlich in einem mehr oder weniger förderlichen soziokulturellen Rahmen statt, der aber die individuelle Konstruktion dieser inneren Gestalt nie ganz abnehmen kann. Es gibt gesellschaftliche Phasen, in denen der individuellen Lebensführung die bis dato stabilen kulturellen Rahmungen abhanden kommen und sich keine neuen verlässlichen Bezugspunkte der individuellen Lebensbewältigung herausbilden. Gegenwärtig befinden wir uns in einer solchen Phase.

Meine These bezieht sich genau darauf:

Ein zentrales Kriterium für Lebensbewältigung bildet die Chance, für sich ein innere Lebenskohärenz zu schaffen. In früheren gesellschaftlichen Epochen war die Bereitschaft zur Übernahme vorgefertigter Identitätspakete das zentrale Kriterium für Lebensbewältigung. Heute kommt es auf die individuelle Passungs- und Identitätsarbeit an, also auf die Fähigkeit zur Selbstorganisation, zum "Selbsttätigwerden" oder zur „Selbsteinbettung“. Das Gelingen dieser Identitätsarbeit bemisst sich für das Subjekt von Innen an dem Kriterium der Authentizität und von Außen am Kriterium der Anerkennung.

In unserem eigenen Modell (Keupp et al. 2002) lässt sich der innere Zusammenhang der genannten Prozesse darstellen.



RESSOURCEN FÜR DIE INDIVIDUELLE IDENTITÄTSARBEIT

Sicher keine vollständige Liste, aber doch besonders wichtige Ressourcen für gelingende Identitätsarbeit und Lebensbewältigung sollen abschließend dargestellt werden:

- Herstellung eines kohärenten Sinnzusammenhangs.
- Die Fähigkeit zum „boundary management“.
- Sie brauchen „einbettende Kulturen“.
- Sie benötigen eine materielle Basissicherung.
- Sie benötigen die Erfahrung der Zugehörigkeit.
- Sie brauchen einen Kontext der Anerkennung.
- Sie brauchen zivilgesellschaftliche Basiskompetenzen.

❖ *Lebenskohärenz*

In einer hochpluralisierten und fluiden Gesellschaft ist die Ressource „Sinn“ eine wichtige, aber auch prekäre Grundlage der Lebensführung. Sie kann nicht einfach aus dem traditionellen und jederzeit verfügbaren Reservoir allgemein geteilter Werte bezogen werden. Sie erfordert einen hohen Eigenanteil an Such-, Experimentier- und Veränderungsbereitschaft. Im Rahmen der salutogenetisch ausgerichteten Forschung hat sich das „Kohärenzgefühl“ (sense of coherence) als ein erklärungsfähiges Konstrukt erwiesen (vgl. Antonovsky 1997). Dieses Modell geht von der Prämisse aus, dass Menschen ständig mit belastenden Lebenssituationen konfrontiert werden. Der Organismus reagiert auf Stressoren mit einem er-

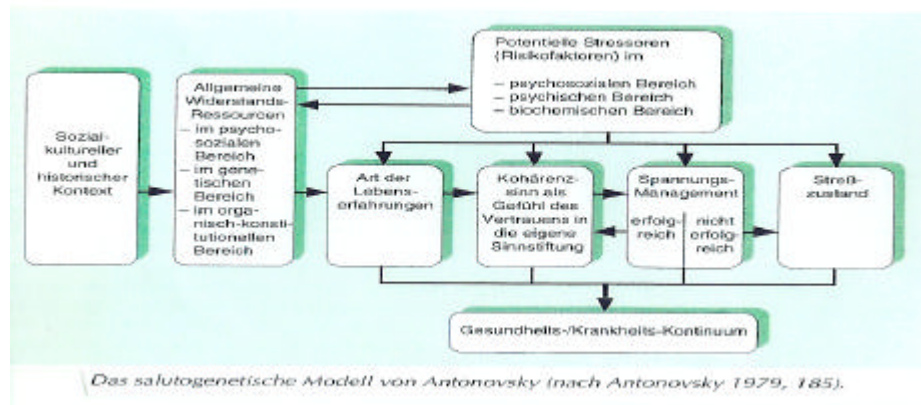
höhten Spannungszustand, der pathologische, neutrale oder gesunde Folgen haben kann, je nachdem, wie mit dieser Spannung umgegangen wird. Es gibt eine Reihe von allgemeinen Widerstandsfaktoren, die innerhalb einer spezifischen soziokulturellen Welt als Potential gegeben sind. Sie hängen von dem kulturellen, materiellen und sozialen Entwicklungsniveau einer konkreten Gesellschaft ab. Mit organismisch-konstitutionellen Widerstandsquellen ist das körpereigene Immunsystem einer Person gemeint. Unter materiellen Widerstandsquellen ist der Zugang zu materiellen Ressourcen gemeint (Verfügbarkeit über Geld, Arbeit, Wohnung etc.). Kognitive Widerstandsquellen sind "symbolisches Kapital", also Intelligenz, Wissen und Bildung. Eine zentrale Widerstandsquelle bezeichnet die Ich-Identität, also eine emotionale Sicherheit in bezug auf die eigene Person. Die Ressourcen einer Person schließen als zentralen Bereich seine zwischenmenschlichen Beziehungen ein, also die Möglichkeit, sich von anderen Menschen soziale Unterstützung zu holen, sich sozial zugehörig und verortet zu fühlen. Der israelische Gesundheitsforscher Aaron Antonovsky hat diesen Gedanken in das Zentrum seines "salutogenetischen Modells" gestellt. Es stellt die Ressourcen in den Mittelpunkt der Analyse, die ein Subjekt mobilisieren kann, um mit belastenden, widrigen und widersprüchlichen Alltagserfahrungen produktiv umgehen zu können und nicht krank zu werden.

WAS IST SALUTOGENESE?

- Das Konzept stammt von dem israelischen Gesundheitsforscher Aaron Antonovsky.
- Sein "salutogenetisches" Denkmodell (abgeleitet vom lateinischen Begriff 'saluto' für Gesundheit) formuliert eine Alternative zu Pathogenese, also zur Entstehung von Krankheiten.
- Gefragt ist nicht, was macht krank, sondern wie es Menschen schaffen, gesund zu bleiben, trotz unterschiedlicher gesundheitlicher Belastungen.
- Von besonderer gesundheitsförderlicher Bedeutung sind die Widerstandsressourcen einer Person. Dazu zählen:
 - Körperliche Resistenzbedingungen
 - Psychische Ressourcen
 - Materielle Ressourcen
 - Psychosoziale Ressourcen
- Von besonderer Relevanz ist der "Kohärenzsinn", die Fähigkeit, in seinem Leben Sinn zu entdecken oder zu stiften

Dieses Modell geht von der Prämisse aus, dass Menschen ständig mit belastenden Lebenssituationen konfrontiert werden. Der Organismus reagiert auf Stressoren mit einem erhöhten Spannungszustand, der pathologische, neutrale oder gesunde Folgen haben kann, je nachdem, wie mit dieser Spannung umgegangen wird. Es

gibt eine Reihe von allgemeinen Widerstandsfaktoren, die innerhalb einer spezifischen soziokulturellen Welt als Potential gegeben sind. Sie hängen von dem kulturellen, materiellen und sozialen Entwicklungsniveau einer konkreten Gesellschaft ab. Mit organismisch-konstitutionellen Widerstandsquellen ist das körpereigene Immunsystem einer Person gemeint. Unter materiellen Widerstandsquellen ist der Zugang zu materiellen Ressourcen gemeint (Verfügbarkeit über Geld, Arbeit, Wohnung etc.). Kognitive Widerstandsquellen sind "symbolisches Kapital", also Intelligenz, Wissen und Bildung. Eine zentrale Widerstandsquelle bezeichnet die Ich-Identität, also eine emotionale Sicherheit in bezug auf die eigene Person. Die Ressourcen einer Person schließen als zentralen Bereich seine zwischenmenschlichen Beziehungen ein, also die Möglichkeit, sich von anderen Menschen soziale Unterstützung zu holen, sich sozial zugehörig und verortet zu fühlen.



Antonovsky zeigt auf, dass alle mobilisierbaren Ressourcen in ihrer Wirksamkeit letztlich von einer zentralen subjektiven Kompetenz abhängt: Dem "Gefühl von Kohärenz". Er definiert dieses Gefühl so: "Das Gefühl der Kohärenz, des inneren Zusammenhangs ist eine globale Orientierung, die ausdrückt, inwieweit jemand ein sich auf alle Lebensbereiche erstreckendes, überdauerndes und doch dynamisches Vertrauen hat" (1987, S. 19), dass 1) die Anforderungen es wert sind, sich dafür anzustrengen und zu engagieren (Sinnebene); 2) die Ressourcen verfügbar sind, die man dazu braucht, um den gestellten Anforderungen gerecht zu werden (Bewältigungsebene), und 3) die Ereignisse der inneren und äußeren Umwelt strukturiert, vorhersehbar und erklärbar sind (Verstehensebene).

KOHÄRENZSINN: DAS HERZSTÜCK DER SALUTOGENESE

Kohärenz ist das Gefühl, dass es Zusammenhang und Sinn im Leben gibt, dass das Leben nicht einem unbeeinflussbaren Schicksal unterworfen ist.

Der *Kohärenzsinn* beschreibt eine geistige Haltung:

- ° Meine Welt ist verständlich, stimmig, geordnet; auch Probleme und Belastungen, die ich erlebe, kann ich in einem größeren Zusammenhang sehen (Verstehensdimension).
- ° Das Leben stellt mir Aufgaben, die ich lösen kann. Ich verfüge über Ressourcen, die ich zur Meisterung meines Lebens, meiner aktuellen Probleme mobilisieren kann (Bewältigungsdimension).
- ° Für meine Lebensführung ist jede Anstrengung sinnvoll. Es gibt Ziele und Projekte, für die es sich zu engagieren lohnt (Sinndimension).
- ° Der Zustand der Demoralisierung bildet den Gegenpol zum Kohärenzsinn.

Die Bedeutung des Kohärenzgefühls bzw. die Schwierigkeit, dieses aufzubauen, zeigt sich auch, wenn wir wieder den Blick auf das Älterwerden beziehen. Da sehen wir große Unterschiede zwischen verschiedenen Gruppen von älter werdenden Menschen:

Typen von älter werdenden Menschen (55 – 70 Jährige):

Typus	Lebensmotto	Anzahl	%
Die „neuen Alten“	„Das war zwar schon immer so, aber warum soll es so bleiben?“	2,4 Mill.	25%
Die „zufriedenen Alten“	„Das war schon immer so, und das soll auch so bleiben!“	2,9 Mill.	31%
Die „defensiven Alten“	„Das war schon immer so, und das darf sich auch ändern!“	2,6 Mill.	28%
Die „resignierten Alten“	„Das war schon immer so, und es ist auch nicht zu ändern!“	1,4 Mill.	16%

Quelle: Infratest Sozialforschung/SINUS/H.Becker (1991). Die Älteren. Zur Lebenssituation der 55 bis 70jährigen.

In einer späteren Studie im Auftrag der Schader-Stiftung sind ähnliche Muster identifiziert worden. In ihr sind noch differenzierte Indikatoren für den Lebensstil einbezogen worden und auch das Wohnen hat spezielle Berücksichtigung gefunden.

Lebensstilgruppen älter werdender Menschen (55 – 70 Jährige):

Typus	Zentrale Merkmale	%
Gemeinschaftsorientierte	positives Allgemeinbefinden; geringes Interesse an Wohnungs- und wohnumfeldbezogenen Aktivitäten; hohe kommunikative Aktivitäten mit Gleichgesinnten; mittlere materielle Ausstattung; 70% wohnen zur Miete.	35,5%
Familienorientierte	Allgemeinbefinden sehr gut; hohe Familien- und PartnerInnenorientierung; durchschnittliche materielle Absicherung; 55% sind Mieter.	31,2%
Aktive Ältere	erlebnisorientiertes Freizeitverhalten; überdurchschnittliche materielle Absicherung; starke PartnerInnen- und Familienorientierung; hohe Wertschätzung einer schönen Wohnung; 52% sind Wohnungseigentümer.	20,8%
Resignierte Ältere	eher negatives Lebensgefühl und Allgemeinbefinden; passives Freizeitverhalten; im Vergleich zu den anderen Gruppen geringere Bildungsabschlüsse (93% Volks-/Hauptschulabschluss); geringer materieller Spielraum; kleine Wohnungen; 86% wohnen zur Miete.	12,5%

Quelle: R.G.Heinze et al.: Neue Wohnung auch im Alter. Schader Stiftung 1997.

Diese Typologien zeigen unterschiedliche Segmente der älter werdenden Bevölkerung, die sich vor allem in bezug auf ihre Selbstdeutungen und ihr Zutrauen zu ihrer eigenen Selbstwirksamkeit unterscheiden. Vermutlich unterscheiden sie sich auch erheblich in ihrem Kohärenzgefühl, was noch in einem künftigen Forschungsprojekt zu untersuchen wäre. In bezug auf einige der im weiteren zu explizierenden Ressourcen dürften sich klare Unterschiede ergeben.

❖ *Boundary management*

In einem soziokulturellem Raum der Überschreitung fast aller Grenzen wird es immer mehr zu einer individuellen oder lebensweltspezifischen Leistung, die für das eigene „gute Leben“ notwendigen Grenzmarkierungen zu setzen. Als nicht mehr verlässlich erweisen sich die Grenzpfähle traditioneller Moralvorstellungen, der nationalen Souveränitäten, der Generationsunterschiede, der Markierungen zwischen Natur und Kultur oder zwischen Arbeit und Nicht-Arbeit. Der Optionsüberschuss erschwert die Entscheidung für die richtige eigene Alternative. Souverän alt werden, heißt, seine eigenen Grenzen zu finden und zu ziehen, auf der Ebene der Identität, der Werte, der sozialen Beziehungen und der kollektiven Einbettung.

❖ *Soziale Ressourcen*

Neben familiären Netzwerken sind berufliche, freizeitbezogene oder Freundschaftsnetzwerke eine wichtige Ressource. Im Rahmen der Belastungs-Bewältigungs-Forschung stellen soziale Netzwerke vor allem einen Ressourcenfundus dar. Es geht um die Frage, welche Mittel in bestimmten Belastungssituati-

onen im Netzwerk verfügbar sind oder von den Subjekten aktiviert werden können, um diese zu bewältigen. Das Konzept der „einbettenden Kulturen“ (Kegan 1986) zeigt die Bedeutung familiärer und außerfamiliärer Netzwerke für den Prozess einer gelingenden Identitätsarbeit. In solchen Netzwerken können Lebensalternativen angeregt und erprobt werden. In ihnen geht es um Ermutigung zu eigenwilligen Wegen, aber auch um Rückmeldung zu Plänen, Projekten, Entscheidungen, die nicht den eingefahrenen Normalitätsmodellen folgen. Ein zweiter Aspekt kommt hinzu: Netzwerke bedürfen der aktiven Pflege und ein Bewusstsein dafür, dass sie nicht selbstverständlich auch vorhanden sind. Für sie muss etwas getan werden, sie bedürfen der aktiven Beziehungsarbeit und diese wiederum setzt soziale Kompetenzen voraus. Sind diese Kompetenzen im eigenen Sozialisationsmilieu nicht aktiv gefördert worden, dann werden die „einbettenden Kulturen“ auch nur ungenügend jene unterstützende Qualität für eine souveräne Lebensgestaltung erzeugen können, die ihnen zukommen sollte.

❖ *Materielle Ressourcen*

Auch wenn uns die Armutsforschung zeigt, dass vor allem Kinder und Jugendliche überproportional hoch von Armut betroffen sind und Familien mit Kindern nicht selten mit dem „Armutsrisko“ zu leben haben, gibt es nach wie vor auch verdeckte oder offene Altersarmut. Hier holt uns immer wieder die klassische soziale Frage ein. Die Fähigkeit zu und die Erprobung von Projekten der Selbstorganisation sind ohne ausreichende materielle Absicherung nicht möglich. Die Folgen von Hartz IV können wir noch nicht exakt benennen, aber dieses sozialpolitische „Modernisierungsprogramm“ wird neue Armutslage schaffen. Wenn wir von Henning Scherf und seiner Ehefrau hören, was sie sich für ein tolles genossenschaftliches Wohnprojekt in der besten Bremer Innenstadtlage realisiert haben, dann wird sofort klar, dass hier neben einem wachen Kopf und Innovationsfreude auch die gegebene materielle Basis eine zentrale Voraussetzung war.

❖ *Zugehörigkeitserfahrungen*

Die gesellschaftlichen „disembedding“-Erfahrungen gefährden die unbefragt selbstverständliche Zugehörigkeit von Menschen zu einer Gruppe oder einer Gemeinschaft. Die „Wir-Schicht“ der Identität – wie sie Norbert Elias nennt – , also die kollektive Identität wird als bedroht wahrgenommen. Es wächst das Risiko, nicht zu dem gesellschaftlichen Kern, in dem sich dieses „Wir“ konstituiert, zu gehören. Die Soziologie spricht von Inklusions- und Exklusionserfahrungen. Nicht zuletzt an der Zunahme der Migration wird der Konflikt um die symbolische Trennlinie von Zugehörigkeit und Ausschluss konflikthaft verhandelt. Rassistische

Deutungen und rassistisch begründete Gewalt sind Teil dieses „Zugehörigkeitskampfes“.

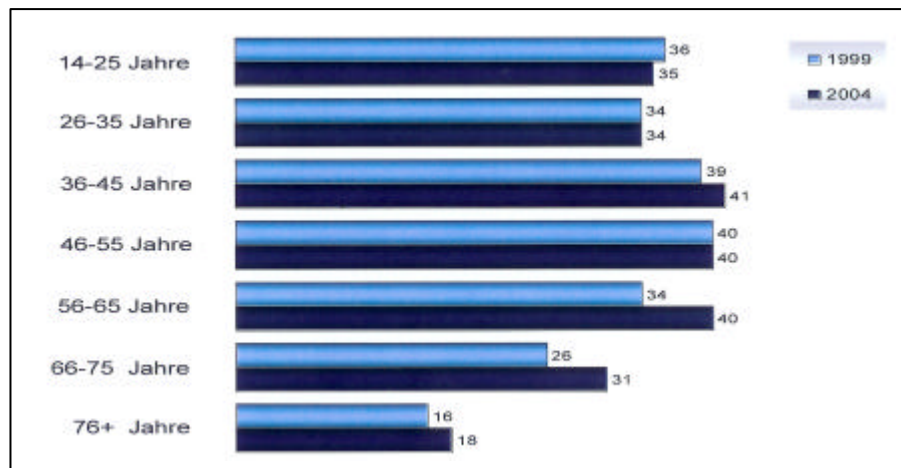
❖ *Anerkennungskulturen*

Eng verbunden mit der Zugehörigkeitsfrage ist auch die Anerkennungserfahrung. Ohne Kontexte der Anerkennung ist Lebenssouveränität nicht zu gewinnen. Auch hier erweisen sich die gesellschaftlichen Strukturveränderungen als zentrale Ursache dafür, dass ein „Kampf um Anerkennung“ entbrannt ist. In traditionellen Lebensformen ergab sich durch die individuelle Passung in spezifische vorgegebene Rollenmuster und normalbiographische Schnittmuster ein selbstverständlicher Anerkennungskontext. Diese Selbstverständlichkeit ist im Zuge der Individualisierungsprozesse, durch die die Moderne die Lebenswelten der Menschen veränderte und teilweise auflöste, in Frage gestellt worden. Anerkennung muss – wie es Charles Taylor (1993, S. 27) herausarbeitet - auf der persönlichen und gesellschaftlichen Ebene erworben werden und insofern ist sie prekär geworden: "So ist uns der Diskurs der Anerkennung in doppelter Weise geläufig geworden: erstens in der Sphäre der persönlichen Beziehungen, wo wir die Ausbildung von Identität und Selbst als einen Prozess begreifen, der sich in einem fortdauernden Dialog und Kampf mit signifikanten Anderen vollzieht; zweitens in der öffentlichen Sphäre, wo die Politik der gleichheitlichen Anerkennung eine zunehmend wichtigere Rolle spielt." Taylors zentrale These ist für ein Verständnis der Hintergründe von Gewalt und Sucht zentral: Er geht davon aus, „dass unsere Identität teilweise von der Anerkennung oder Nicht-Anerkennung, oft auch von der Verkennung durch die anderen geprägt (werde), so dass ein Mensch oder eine Gruppe von Menschen wirklichen Schaden nehmen, eine wirkliche Deformation erleiden kann, wenn die Umgebung oder die Gesellschaft ein einschränkendes, herabwürdigendes oder verächtliches Bild ihrer selbst zurückspiegelt. Nichtanerkennung oder Verkennung kann Leiden verursachen, kann eine Form von Unterdrückung sein, kann den anderen in ein falsches, deformiertes Dasein einschließen" (S. 13f.).

❖ *Zivilgesellschaftliche Kompetenzen*

Die Realisierung von Ideen der Selbstsorge auch und gerade im Hinblick auf das Alter erfordert zivilgesellschaftliche Kompetenzen. Zivilgesellschaft ist die Idee einer zukunftsfähigen demokratischen Alltagskultur, die von der identifizierten Beteiligung der Menschen an ihrem Gemeinwesen lebt und in der Subjekte durch ihr Engagement zugleich die notwendigen Bedingungen für gelingende Lebensbewältigung und Identitätsarbeit in einer offenen pluralistischen Gesellschaft schaffen und nutzen. Die neuesten Daten aus dem Freiwilligensurvey, der gerade von Infratest ausgewertet wird, zeigen eindrucksvoll, dass immer mehr älter werdende Menschen, die Bedeut-

samkeit zivilgesellschaftlicher Ressourcen entdecken und sich beginnen, in die Gestaltung unserer Gesellschaft einzumischen:



„Bürgerschaftliches Engagement“ wird aus dieser Quelle der vernünftigen Selbstsorge gespeist. Menschen suchen in diesem Engagement Lebenssinn, Lebensqualität und Lebensfreude und sie handeln aus einem Bewusstsein heraus, dass keine, aber auch wirklich keine externe Autorität das Recht für sich beanspruchen kann, die für das Subjekt stimmigen und befriedigenden Konzepte des richtigen und guten Lebens vorzugeben. Zugleich ist gelingende Selbstsorge von dem Bewusstsein durchdrungen, dass für die Schaffung autonomer Lebensprojekte soziale Anerkennung und Ermutigung gebraucht wird, sie steht also nicht im Widerspruch zu sozialer Empfindsamkeit, sondern sie setzen sich wechselseitig voraus. Und schließlich heißt eine „Politik der Lebensführung“ auch: Ich kann mich nicht darauf verlassen, dass meine Vorstellungen vom guten Leben im Delegationsverfahren zu verwirklichen sind. Ich muss mich einmischen. Eine solche Perspektive der Selbstsorge ist deshalb mit keiner Version „vormundschaftlicher“ Politik und Verwaltung vereinbar. Ins Zentrum rückt mit Notwendigkeit die Idee der „Zivilgesellschaft“. Eine Zivilgesellschaft lebt von dem Vertrauen der Menschen in ihre Fähigkeiten, im wohlverstandenen Eigeninteresse gemeinsam mit anderen die Lebensbedingungen für alle zu verbessern. Zivilgesellschaftliche Kompetenz entsteht dadurch, „dass man sich um sich selbst und für andere sorgt, dass man in die Lage versetzt ist, selber Entscheidungen zu fällen und eine Kontrolle über die eigenen Lebensumstände auszuüben sowie dadurch, dass die Gesellschaft, in der man lebt, Bedingungen herstellt, die allen ihren Bürgerinnen und Bürgern dies ermöglichen“ (Ottawa Charta 1986; in: Trojan & Stumm 1992).

Es spricht alles dafür, dass auch die älter werdenden Menschen der vor uns liegenden Zukunft ihr Menschenrecht auf Selbstbestimmung gerade im Zusammen-

hang mit den eigenen „vier Wänden“ nicht aufgeben werden. Sie werden – entsprechend ihren persönlicher, sozialen und materiellen Ressourcen - immer nach Wohnformen suchen werden, die ihren Vorstellungen vom „guten Leben“ nahe kommen. Sie werden an der Gestaltung ihrer Wohnungen und ihres Wohnumfeldes mitwirken wollen. In kaum einem anderen Bereich wird soviel „Eigenarbeit“ erbracht wie im eigenen Wohnungsrevier. Gerade dieser handlungswirksam werdende „Eigensinn“ führt zu offener Pluralität auch von Wohnformen im Alter, die vielleicht von uns Wissenschaftlern typologisiert werden kann, aber die nicht planerisch standardisiert werden sollte.

- In meiner Generation wurde viel mit gemeinschaftlichen Wohnformen experimentiert, aber gerade aus jahrelanger WG-Erfahrung kann der Wunsch nach mehr abgegrenzter Privatheit in Form des *Alleinwohnens* entstehen. Im Wissen darum, dass im höheren Alter dieses Alleinwohnen nicht mehr durch die Unterstützung aus dem eigenen Familiensystem gesichert werden kann, werden sich diese Personen mit der Idee des *Service-Wohnens* auseinandersetzen und sich solche Möglichkeiten suchen.
- Menschen, die einen großen Teil ihres Lebens in deutlich abgegrenzten Familienhaushalten gelebt haben, entscheiden sich im Alter für eine *Alten-WG*, die ihnen ganz neue Erfahrungen einer Gemeinschaftlichkeit ermöglichen, ohne dass ihr Wunsch nach Privatheit missachtet wäre, ja die sogar in dieser Wohnform eine große Ermutigung zur Autonomie sehen.
- Für wieder andere ist das Prinzip der *Senioren-genossenschaften* besonders attraktiv und authentisch, weil es ihnen die Möglichkeit verschafft, einen berechenbaren Beitrag für ihre eigene Zukunft, in der sie vielleicht auf die Hilfe anderer angewiesen sein könnten. Die eigene Vorleistung schafft die Bedingung dafür, dass ich nicht auf die karitative Bereitschaft meiner Umwelt angewiesen bin.

Wie immer die konkrete Gestalt altersgerechter Wohnformen aussehen mag, eines zeichnet sich ab: „Mehr und mehr Menschen beginnen, eigene Alternativen zum Leben im Alter zu entwerfen. Ob Wohngemeinschaft, Hausgemeinschaft oder Genossenschaft, interessanterweise orientieren sich alle diese Projekte an traditionellen Versorgungsbezügen wie Familie, Nachbarschaft oder Dorfgemeinschaft, die jetzt aber bewusst initiiert werden. Aushandlungsprozesse des gemeinsamen Lebens vor allem zwischen Bedürftigkeit und Grenzziehungen müssen nun explizit geführt werden“ (Henckmann 2001, S. 634). Hierbei sollten professionelle Hilfen angeboten werden. „Diese sollte allerdings den Empowerment-Prozess der Betroffenen unterstützen, ohne zuviel Lösungsvorgaben zu machen“ (ebd., S. 635). Dies kommt auch in der Programmatik eines Projektes der Euro-

päischen Kommission zum Ausdruck, das 1993 gestartet wurde und den Titel „Empowerment älterer Menschen“ trägt. Dort heißt es: „Empowerment impliziert Selbstbestimmung, die Fähigkeit, Verantwortung für sich selbst zu übernehmen, eigene Vorstellungen zu formulieren, Entscheidungen zu initiieren und Politik auf allen Ebenen aktiv mitzugestalten. Empowerment betrifft somit die ganze menschliche Existenz: die physische, geistige, spirituelle, kulturelle, soziale, ökonomische wie die politische Dimension“ (Freie Altenarbeit Göttingen 1997, S. 9).

Empowerment meint eine professionelle Philosophie, die natürlich auch auf die Professionellen selbst zur Anwendung kommen muß:

„Empowerment ist eine Grundhaltung, die zugleich alte Menschen wie auch professionell Beschäftigte ermutigt, ihren Horizont zu erweitern und mehr als bislang von Pflegebeziehungen zu erwarten. Dass sich die ‚Machtverhältnisse‘ dabei zugunsten der älteren Menschen verschieben, ist gleichzeitig notwendig und erwünscht: Wir sind davon überzeugt, daß beide Gruppen davon profitieren werden“ (ebd.).

Und weiter heißt es in diesem Programm:

„Empowerment kann ein entscheidender Impuls zur Verbesserung der Lebensqualität älterer Menschen sein - und zwar unabhängig vom Ausmaß der Beeinträchtigungen. Natürlich: alten Menschen ist, auf weitest mögliche Weise, die Chance der Regie über all die Entscheidungen zu erhalten bzw. zurückzugeben, die ihr tägliches Leben betreffen. Ebenso sind die Chancen alter Menschen zu vergrößern, die Gesellschaft mit ihren Fähigkeiten und Erfahrungen bereichern zu können. Dies alles aber bedingt, daß diejenigen, die professionell mit alten Menschen arbeiten, ihre eigenen Einstellungen, Haltungen und ihre Praxis sorgfältig reflektieren. Entscheidend ist, daß konkrete Verfahren gefunden werden, die alte Menschen ermutigen und befähigen, an Entscheidungsprozessen beteiligt zu sein“ (ebd., S. 4).

Am 10. April 2002 konnte man in der „Süddeutschen Zeitung“ eine spannende Reportage über die eine Alten-WG der „Freien Altenarbeit Göttingen“ lesen, das sich auf diese Empowerment-Programmatik bezieht. Eine der 11 Bewohnerinnen hat ihr Projekt so charakterisiert: „Wir sind keine Familie und auch keine klassische WG, eher so ein Team. Ein gruppendynamischer Selbstversuch. Das hält einen lebendig“. Die Bewohnerin ist 83 Jahre, war Psychotherapeutin und nach

meiner Meinung repräsentiert sie einen Typus älter werdender aktiver Menschen, die experimentell an jenen neuen Lebens- und Wohnformen, für die es keine vorgefertigten Schnittmuster gibt, sondern sie selbst entwerfen und realisieren wollen.

LITERATUR

- Antonovsky A. (1987). *Unraveling the mystery of health. How people manage stress and stay well.* San Francisco: Jossey-Bass.
- Barz, H., Kampik, W., Singer, T. & Teuber, S. (2001). *Neue Werte, neue Wünsche. Future Values.* Düsseldorf/Berlin: Metropolitan.
- Bauman, Z. (1992). *Moderne und Ambivalenz. Das Ende der Eindeutigkeit.* Hamburg: Junius.
- Berger, P.L. (1994). *Sehnsucht nach Sinn. Glauben in einer Zeit der Leichtgläubigkeit.* Frankfurt: Campus.
- Freie Altenarbeit Göttingen e.V. (1997). *Empowerment älterer Menschen. Innovative Projekte aus europäischen Ländern.* Göttingen.
- Gensicke, T. (1994). Wertewandel und Familie. Auf dem Weg zur "egoistischen" oder "kooperativem" Individualismus? In: *Aus Politik und Zeitgeschichte*, B 29-30/1994, S. 36 - 47.
- Giddens, A. (1997). *Jenseits von Links und Rechts.* Frankfurt: Suhrkamp.
- Glatzer, W. (2001). *Neue Wohnformen für Junge und Alte.* In: Schader-Stiftung (Hg.): *Wohn:wandel. Szenarien, Prognosen, Optionen zur Zukunft des Wohnens.* Darmstadt: Schader-Stiftung, S. 216 – 227.
- Hefft, G. (1997). *Netz der Lebensformen. Umriss einer neuen Kultur des Zusammenlebens.* In: H.Schützeichel (Hg.): *Nicht für die Ewigkeit – aber auf Dauer. Beziehungs- und Lebensformen in unserer Gesellschaft.* Freiburg: Katholische Akademie Freiburg, S. 88 – 102.
- Neujahr, E. (2004). *Alt sind nur die anderen.* Frankfurt: S.Fischer.
- Osterland, A. (2000). *Nicht allein und nicht ins Heim. Alternative: Alten-WG.* Paderborn: Junfermann.
- Schirmmayer, F. (2004). *Das Methusalem-Komplott.* München: Karl Blessing.
- Taylor, C. (1994). *Quellen des Selbst. Die Entstehung der neuzeitlichen Identität.* Frankfurt: Suhrkamp.
- Weeber, R., Wölfle, G. & Rösner, V. (2001). *Gemeinschaftliches Wohnen im Alter.* Stuttgart: Fraunhofer IRB Verlag.