

Wird das Alter demokratischer?

Altern als soziales und individuelles Schicksal

Pasqualina Perrig-Chiello

Teil I

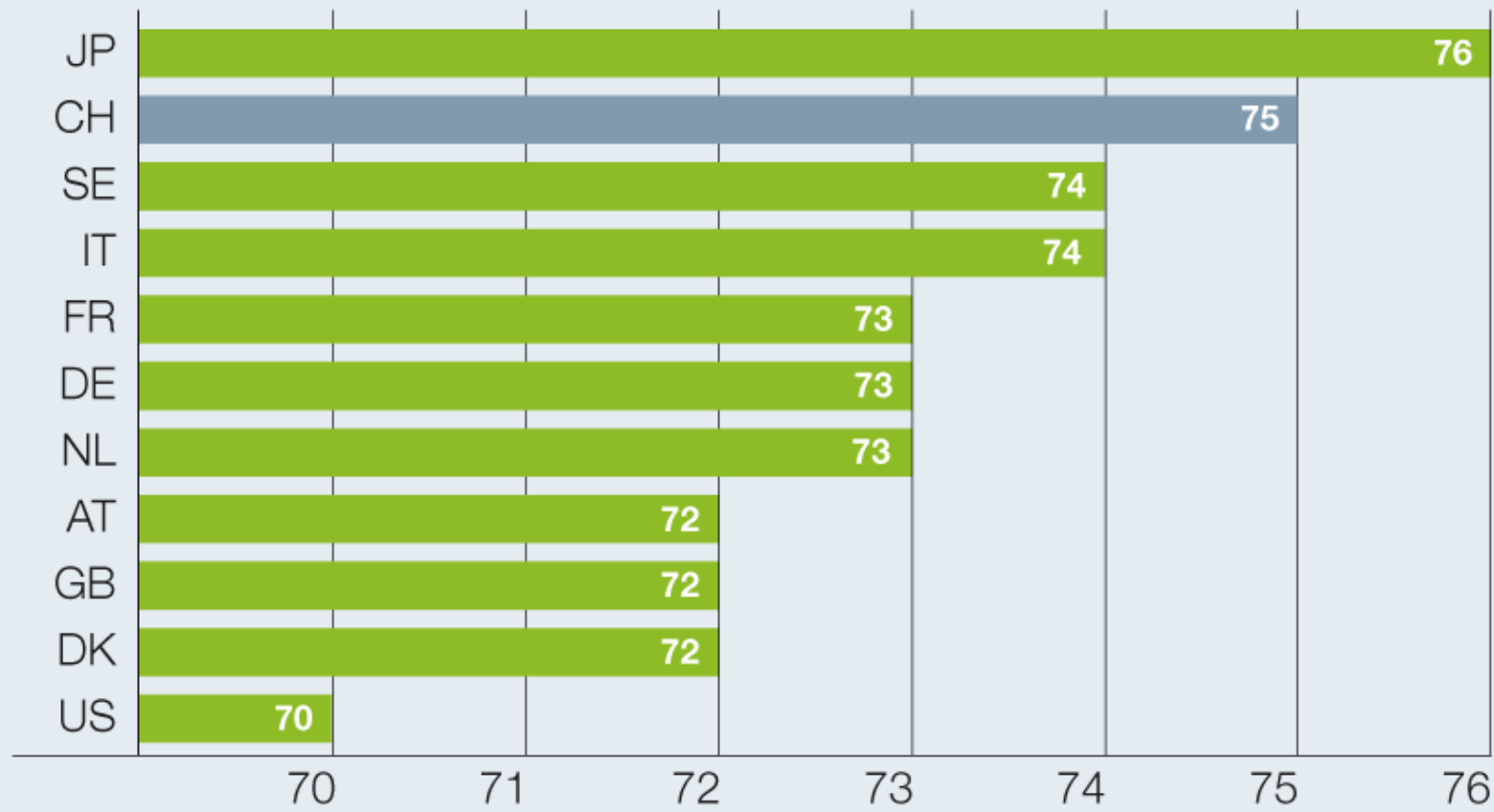
Das Alter ist demokratischer geworden

- > Objektive Indikatoren des guten Alterns wie körperliche Gesundheit, Lebenslänge aber auch Lebenszufriedenheit zeigen, dass die *Lebensqualität* älterer Menschen sich in den letzten Jahrzehnten massiv verbessert hat.
- > Diese neuen Rahmenbedingungen erlauben es einer Mehrheit in der modernen Vier-Generationengesellschaft, gesund, aktiv und zufrieden zu altern.
- > Die neue Generation von älteren Menschen hat denn auch ein neues und buntes *Bild des Alters* geschaffen: gesund, gut ausgebildet, aktiv, partizipativ und fordernd.

Lebenserwartung bei guter Gesundheit in der Schweiz

...weltweit eine der höchsten

Bevölkerung, Total bei Geburt (in Jahren)



Quelle: WHO World Health Statistics, 2010.

Das Alter hat ein neues Bild bekommen



- Gesünder, fitter, gepflegter
- Besser ausgebildet
- Finanziell besser gestellt
- Politischer
- Mobiler
- Selbstbewusster
- Individualistischer



Lebenszufriedenheit ein guter Indikator für Demokratisierung

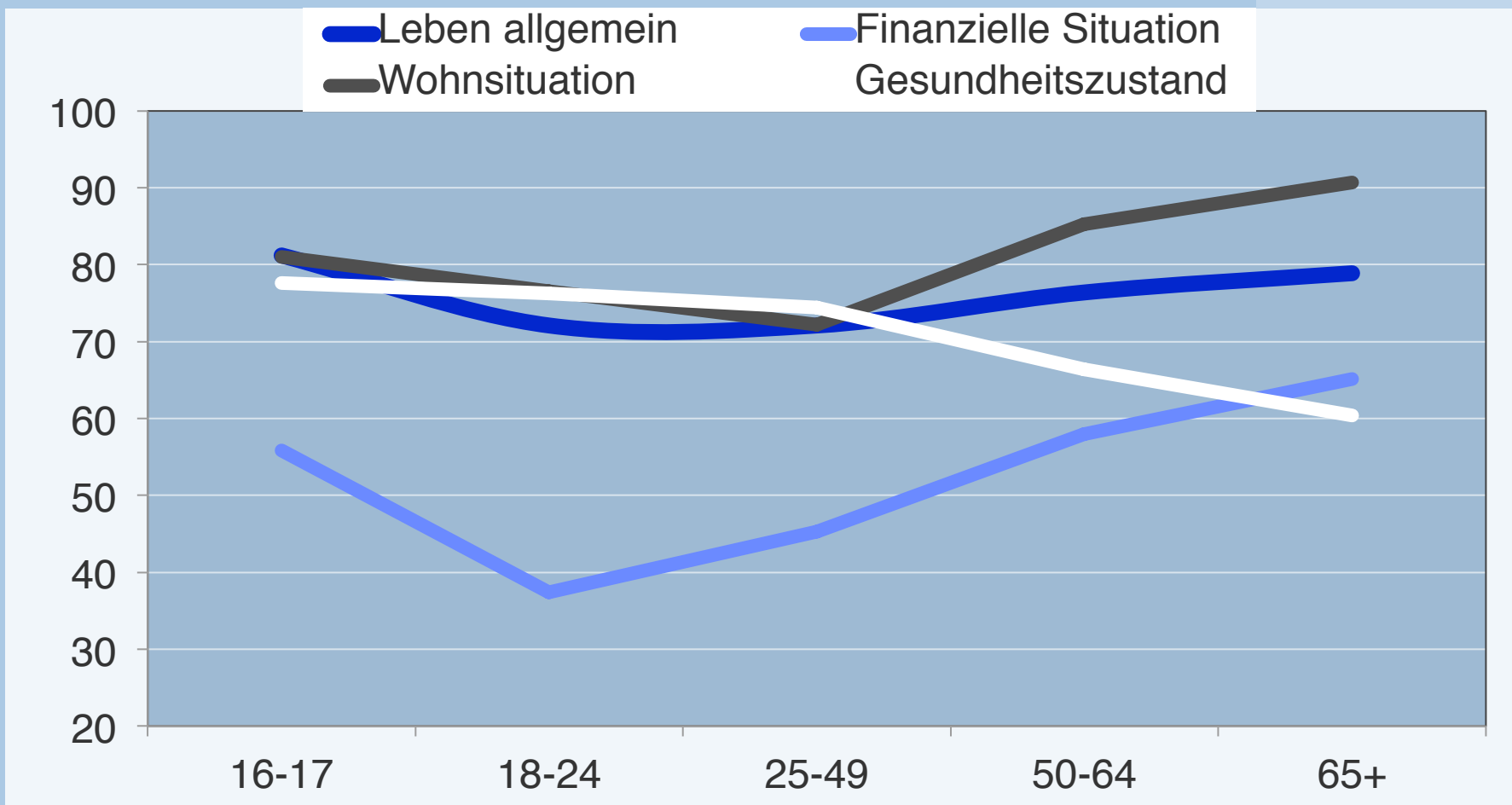
- > Menschen, die in Ländern mit umfassenden demokratischen Institutionen leben, haben eine höhere Lebenszufriedenheit. (Frey, Frey Marti, 2010)
- > Föderative Strukturen bzw. lokale Autonomie erhöhen die Lebenszufriedenheit, weil damit Menschen mehr Chancen haben, ihre Umwelt zu beeinflussen bzw. negativ erlebte politische Entscheide zu verhindern.
- > Die für die Schweiz nachgewiesene hohe Lebenszufriedenheit der Bevölkerung geht nicht zuletzt auf die stark ausgebauten direkten politischen Mitwirkungsmöglichkeiten und die lokale Autonomie zurück.

Perrig-Chiello, Höpflinger, Kübler, Spillmann (i2012) Familienglück – was ist das?
Zürich: NZZ-Verlag

Schweiz 2009

Zufriedenheitsmasse nach Alter

Prozentanteil der Personen mit hoher Zufriedenheit



Quelle: BFS Aktuell (2010) Lebensbedingungen in der Schweiz 2009. Resultate der Erhebung über die Einkommen und die Lebensbedingungen(SILC), Dezember 2010, Neuchâtel

Teil II

Das Alter ist demokratischer geworden, aber...

- > Trotz Demokratisierung des Alters gibt es Ungleichheiten, welche primär auf die unterschiedlichen Lebenslagen der Leute zurückzuführen sind (Armut, Migrationshintergrund, Bildung, Familiensituation,..).
- > Es gibt nach wie vor vulnerable Gruppen aufgrund mangelnder ökonomischer, sozialer und psychischer Ressourcen.
- > Determinanten der Langlebigkeit: zu 65 % der Varianz eine Frage des Lebensstils, Bildung, soziale und finanzielle Lage, 10 % der Erfahrungen der ersten Lebensjahre und 25 % der Gene.

(Vaupel, 2005; Doblhammer-Reiter, 2007; MPI Rostock)

- > Die Solidarität innerhalb und zwischen den Generationen ist immer weniger eine Selbstverständlichkeit.
- > Inter- und intragenerationelle Solidarität hat viel mit verfügbaren Ressourcen zu tun. (Szydlik, Sozialbericht Schweiz 2012)

Herausforderung Mehrgenerationengesellschaft Strapazierte Generationensolidarität?

Kampf der Generationen



DWA

NER

Die gierige Generation

Wie die Alten auf Kosten der Jungen abkassieren



- > Sind die neuen Alten verantwortungslose Egoisten?
- > Leben die Alten auf Kosten der Jungen?

aber....

- > Wer pflegt alte pflegebedürftige Angehörige?
- > Wer hütet Enkelkinder?
- > Wer leistet Freiwilligenarbeit?

>



SwissAgeCare 2010

WER PFLEGT UND BETREUT
ÄLTERE MENSCHEN DAHEIM?

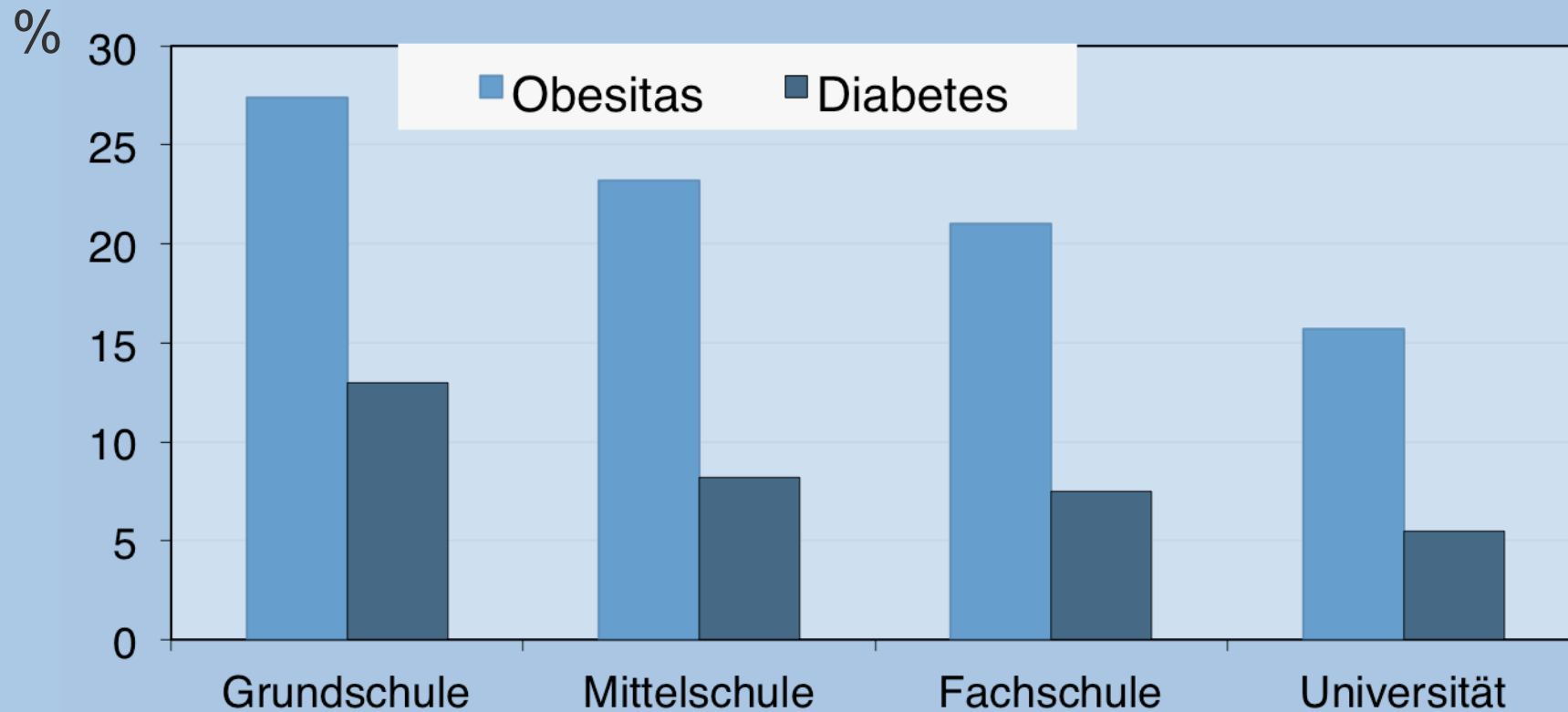


ENGAGIERT.
FREIWILLIG.

Europäisches Freiwilligenjahr 2011

Vulnerabilitätsfaktor Bildung

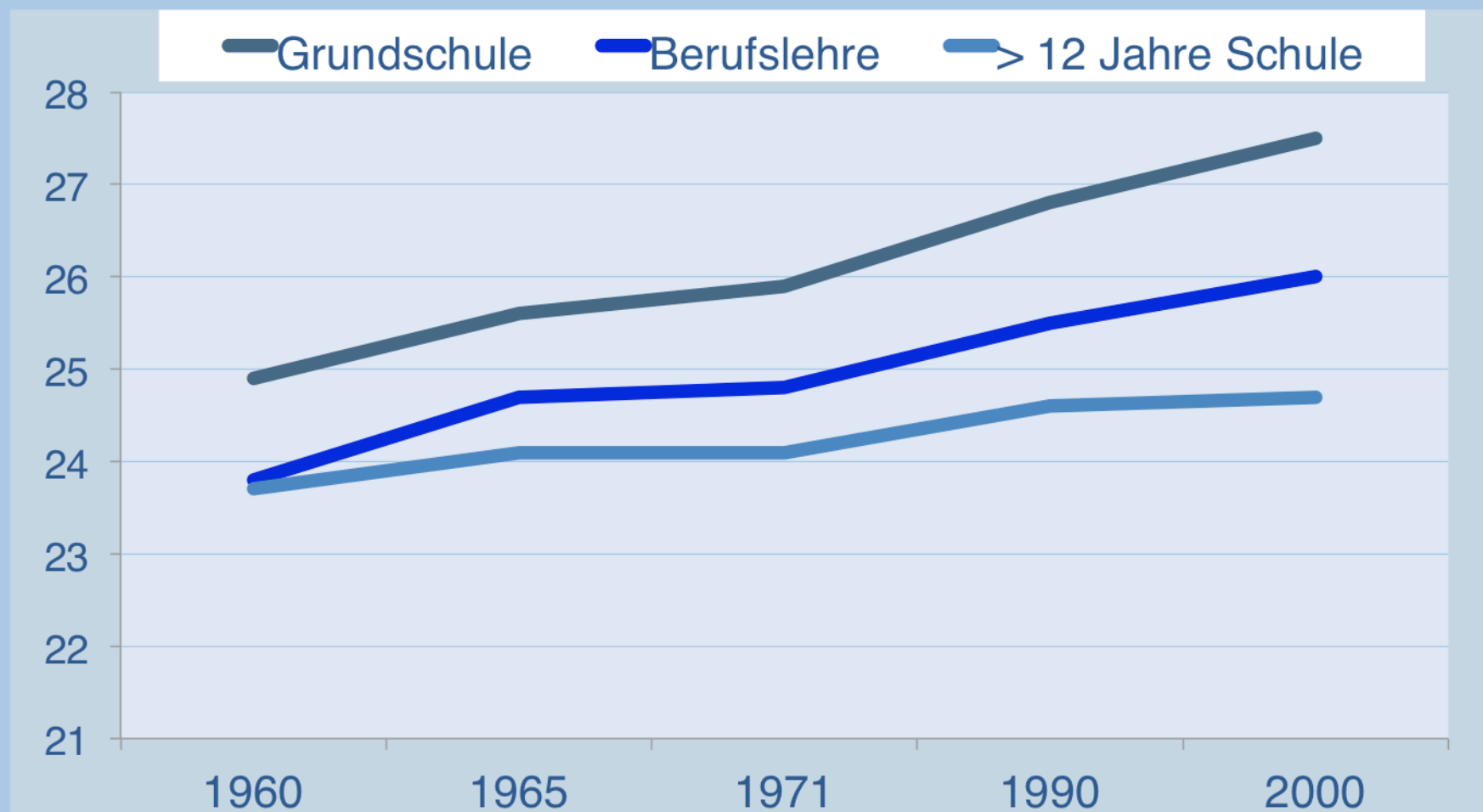
Prävalenz von **Obesitas** und **Diabetes** variiert nach Bildung



(JAMA 2003;289:76)

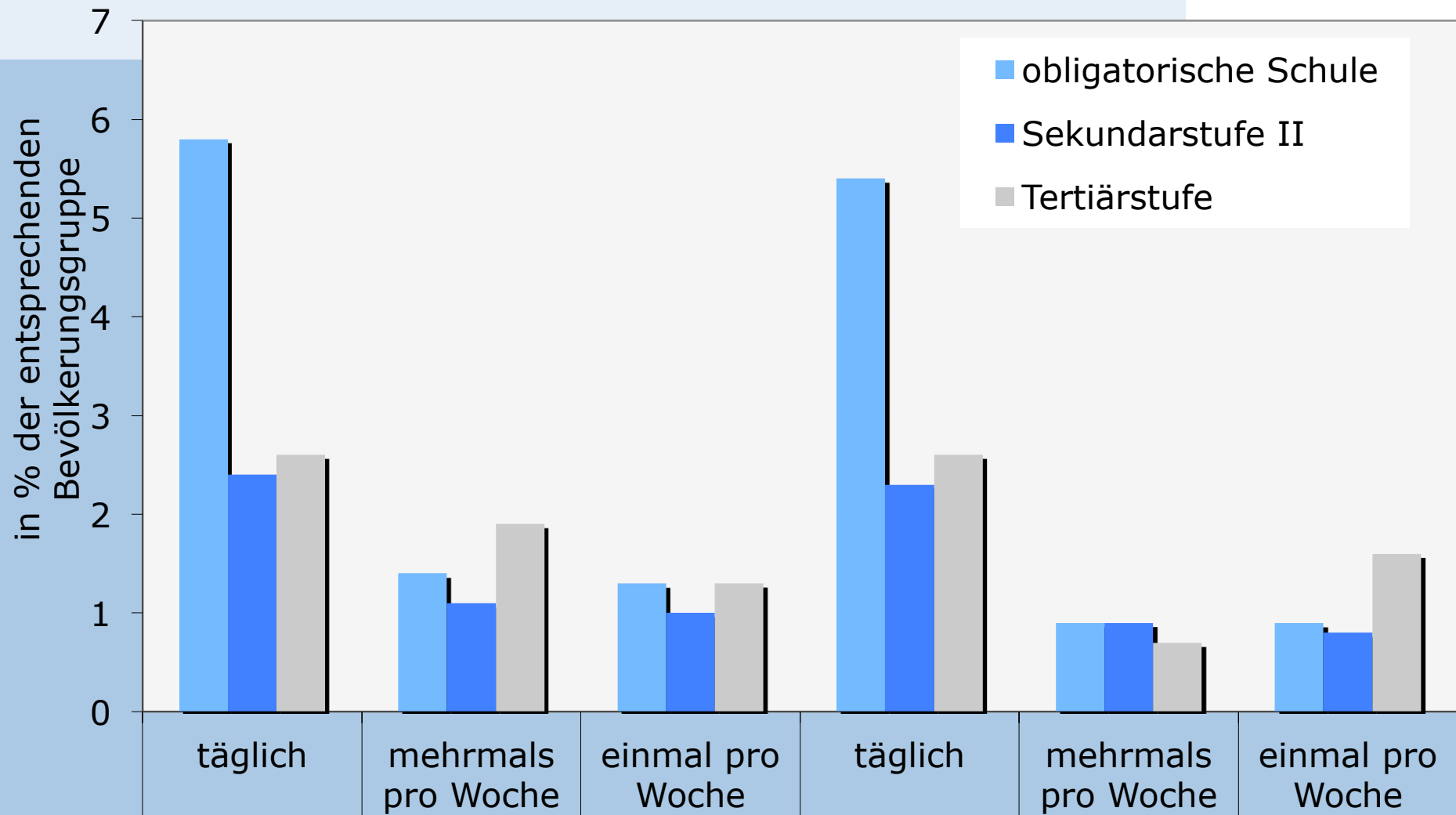
Vulnerabilitätsfaktor Bildung BMI über 40 Jahre und Bildung

Basler Studie, Stähelin et al., 2004



Vulnerabilitätsfaktor Bildung + Geschlecht

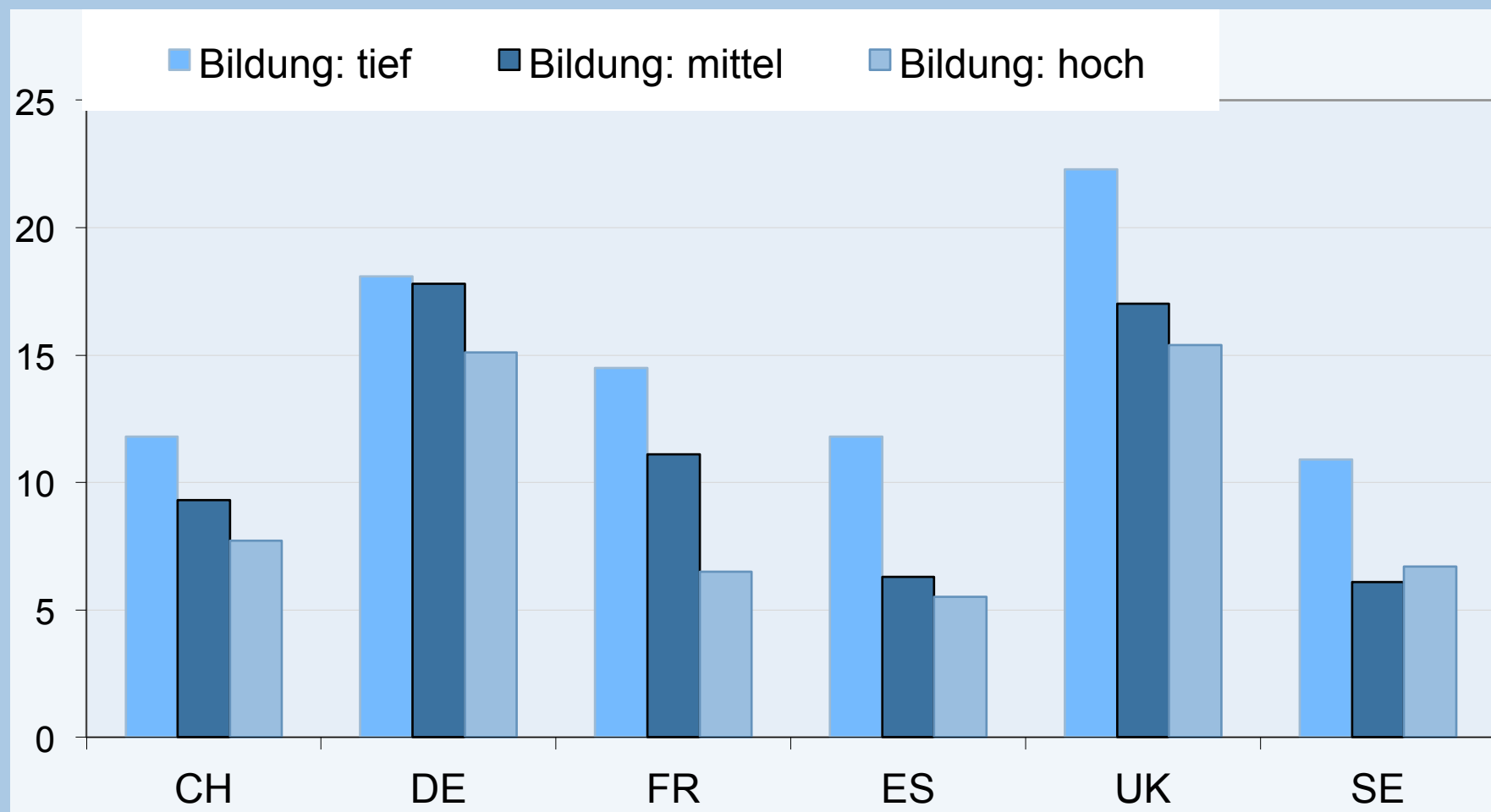
Medikamentenkonsument bei Frauen



Vulnerabilitätsfaktor Bildung

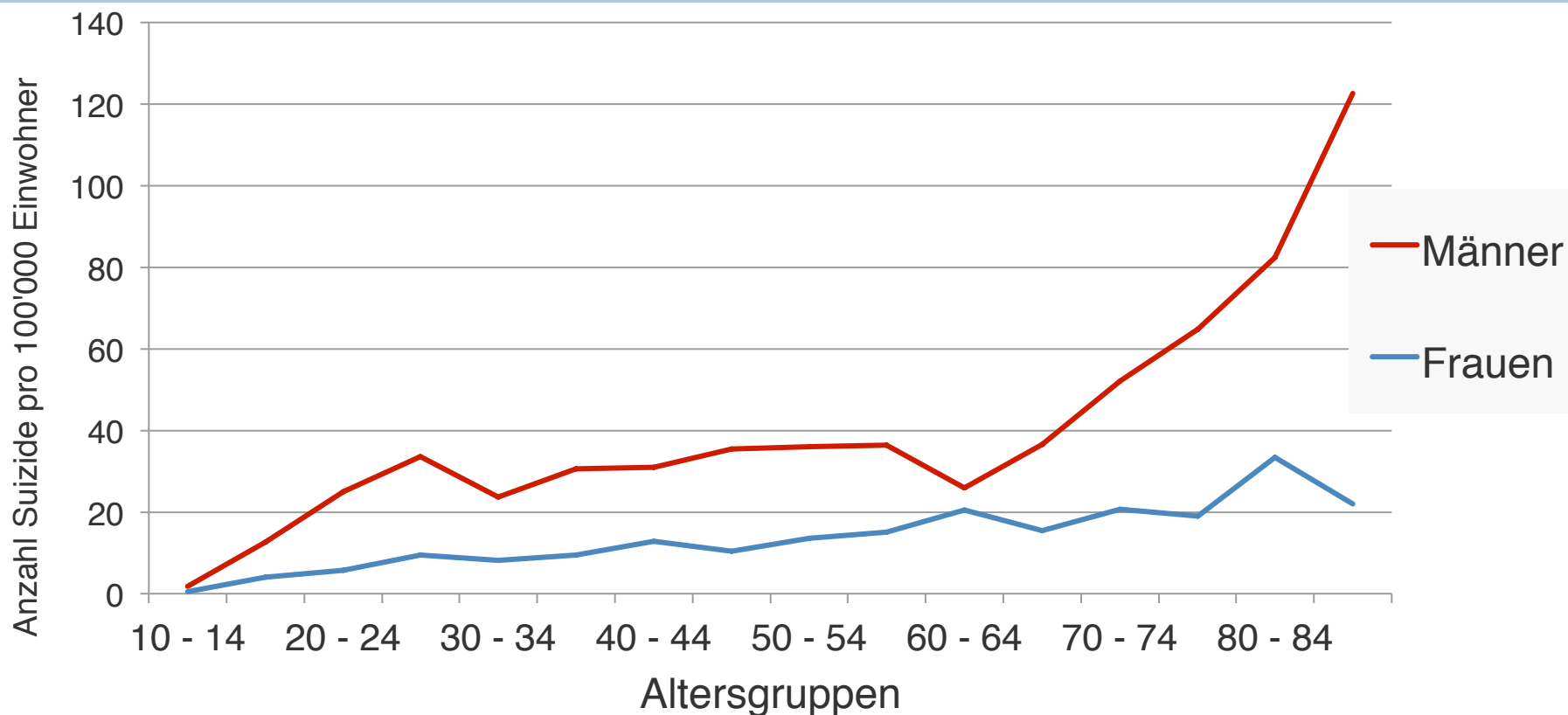
Soziale Isolation

Wenig persönliche Aussenkontakte nach Land und Bildung
2009



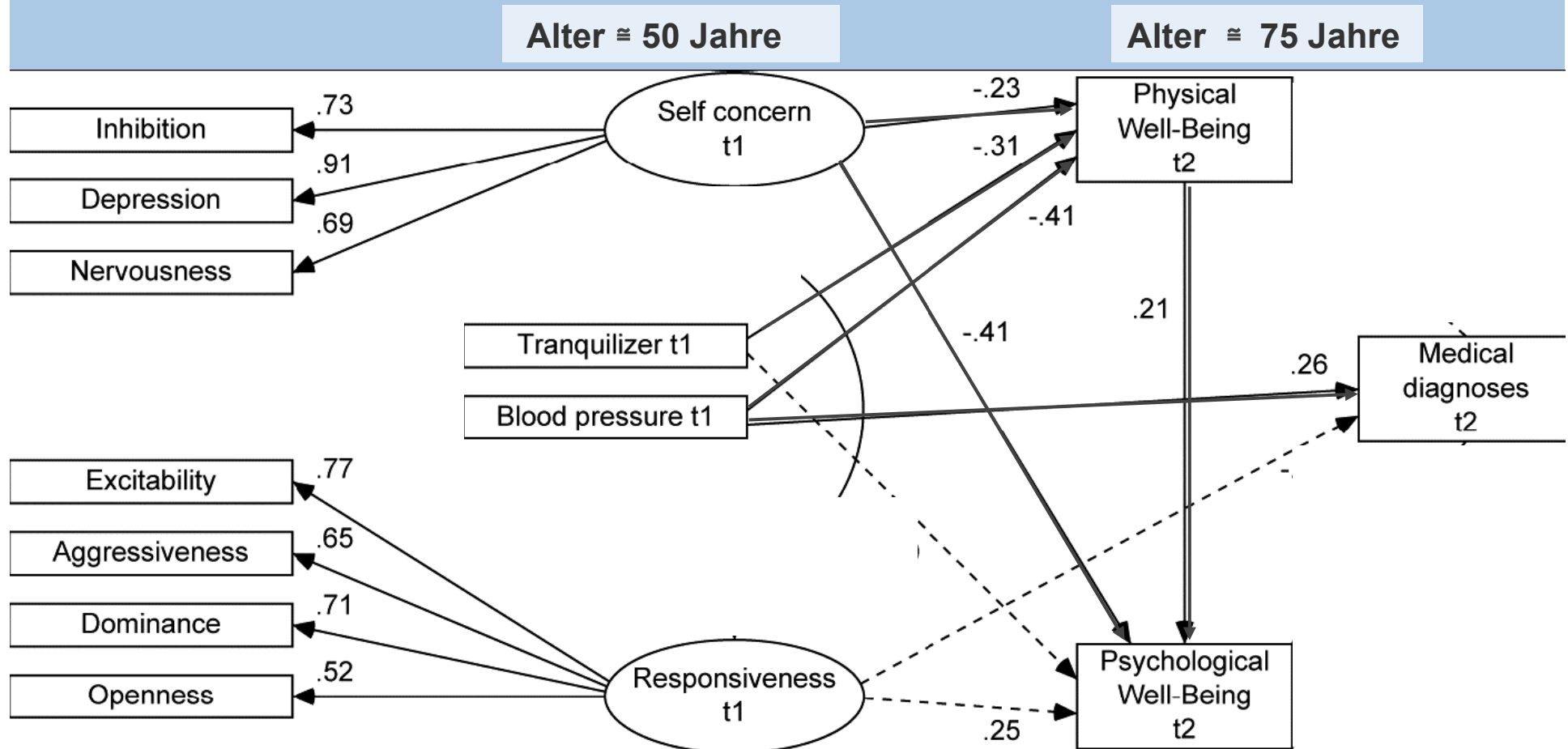
Vulnerabilitätsfaktor Geschlecht

Suizid : hochaltrige Männer als Risikogruppe



Lebensstil und Persönlichkeit als Langzeitprädiktoren eines guten Alters

Gesundheit und Wohlbefinden im Alter können 25 Jahre vorher vorausgesagt werden!



N = 140

Perrig-Chiello et al., 2009, European Journal of Ageing

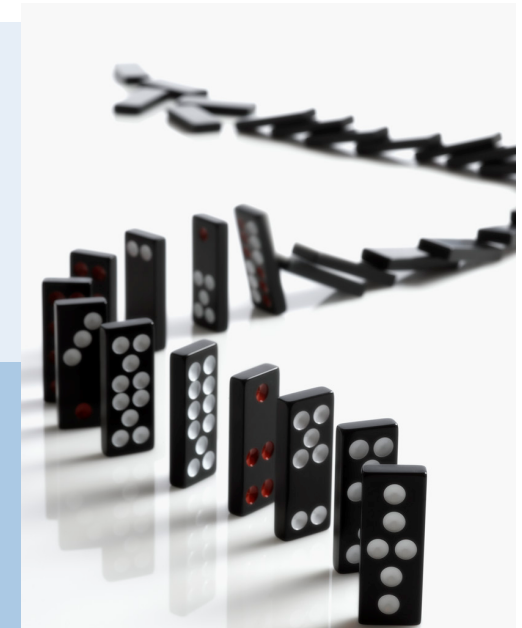
Vulnerabilitätsfaktor **Frühkindliche Erfahrungen**

- > Ernährungsmängel im Mutterleibe begünstigen die spätere Anfälligkeit für chronische Krankheiten.
- > Stress während der Schwangerschaft kann DNA-Veränderungen nach sich ziehen (Tyrka et al., 2012).

Kindheitsbelastungen als Prädiktoren für Depression im Alter

- > Verlust der Mutter
- > Scheidung der Eltern
- > Körperlicher / sexueller Missbrauch

Erhöhen das Risiko für eine Depression bis ins höhere Lebensalter, am ehesten aufgrund von „chain effects“ als aufgrund überdauernder Effekte



Teil III

Gutes Altern – ein soziales aber auch ein individuelles Schicksal

Das Alter könnte und sollte noch demokratischer werden!

- > Gesellschaftliche und kulturelle Faktoren haben eine lebensverlängernde Wirkung: gute medizinische Versorgung, materieller Wohlstand, körperliches und kognitives Training, gesunde Lebensführung.
- > Auf gesellschaftlicher Ebene müssen vermehrt ungleiche Ressourcen statt Alters- und Generationenunterschiede thematisiert werden.
- > Die Solidarität innerhalb und zwischen den Generationen muss nicht nur gefordert, sondern auch gesellschaftlich und politisch unterstützt werden.
- > Ein gutes Altern ist nicht nur soziales Schicksal, sondern in entscheidender Weise von der Selbstverantwortlichkeit des Einzelnen abhängt.
- > Ob soziales oder individuelles Schicksal - die Weichen zum guten Altern werden in der Kindheit gelegt. Das ist nicht nur eine familiale, sondern auch eine gesellschaftliche Verpflichtung!

Zwei Forschungsprojekte auf den Spuren der Demokratisierung des Alters und der Vulnerabilität über die Lebensspanne



<http://www.lives-nccr.ch/>



Demokratisierung des Alters (Uni GE, BE, LAU)
• Befragung von 4'200 Personen 65+ aus den Kantonen GE, VS, BE, BS, TI
• Unterstützt durch Pro Senectute Schweiz

http://cig.unige.ch/recherches/vlv_de.html