Das Alter ist

„Man ist nie zu alt, um Neues zu lernen. Ich selbst bin mit 66 Jahren das beste Beispiel dafür“, sagt Dr. Dietmar Eisenhammer, Volkswirt im Ruhestand (Foto, 2009). Als ehrenamtlicher Berater stellt er Wissen und Erfahrung aus fast 30 Berufsjahren bei Freiwilligen-Einsätzen in Europa zur Verfügung, zum Beispiel in einem Baucamp in Italien.

Ansichtssache

Holz sägen, Feuer machen, Hühner füttern, Kartoffeln pflanzen – eine Bäuerin krempelt die Ärmel auf und macht die Arbeit, die sie wohl ihr ganzes Leben lang getan hat. Die Fotografin Evi Lemberger nahm das Bild „Frau Brandl, Eggersberg“ 2007 für die Serie „Between then and now“ auf.

Oma mit Dutt und Opa mit Hosenträgern auf der Ofenbank – so sieht das Alter nur im Bilderbuch aus. Denn mit 60, 70 oder gar 80 stehen viele Menschen noch mitten im Leben. Fotos aus einem Wettbewerb der Nationalen Akademie der Wissenschaften Leopoldina zeigen, was Menschen in einer älter werdenden Gesellschaft mit den gewonnenen Jahren machen. Von **Ursula M. Staudinger** und **Katja Patzwaldt**

Das Altern beschäftigt jeden persönlich und die Gesellschaft insgesamt. Gegenwärtig stellen wir die Weichen zur Bewältigung des demografischen Wandels. Alte wie junge Menschen haben neue Ansprüche hinsichtlich der Gestaltung ihres langen Lebens. Die Nationale Akademie der Wissenschaften Leopoldina hat sich deshalb nicht nur aus wissenschaftlicher Sicht mit den Chancen und Herausforderungen des „Alterns in Deutschland“ beschäftigt, sondern zusätzlich die Ausstellung „Neue Bilder vom Alter(n)“ initiiert *(siehe Kasten „Der Wettbewerb und die Ausstellung auf Seite 28)*. Die Schirmherrschaft hat das Bundesministerium für Bildung und Forschung.

Drei Jahre lang widmete sich die Akademiengruppe „Altern in Deutschland“, getragen von der Leopoldina und der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften acatech, der Frage, ob die steigende Lebenserwartung und der wachsende Anteil älterer Menschen an der Bevölkerung eher eine Belastung darstellt – für die Sozialsysteme, unseren Wohlstand und das individuelle Leben – oder ob darin Chancen liegen für Mensch und Gesellschaft. Mehr als zehn Disziplinen, darunter Informatik, Psychologie, Ökonomie, Geschichtswissenschaft, Philosophie und Medizin, kamen zu dem Ergebnis, dass die gewonnenen

STATEMENTS

„Das Bild vom Alter trägt maßgeblich dazu bei, wie alt ein Mensch werden will“

Ältere Menschen sind heute mehr und mehr aktiv und bringen sich in die Gesellschaft ein. Das spiegelt sich im Leopoldina-Fotoprojekt wider. Im Mittelpunkt stehen unterschiedliche Lebensentwürfe und Perspektiven des Altwerdens. Denn das Bild, das eine Gesellschaft vom Alter hat, trägt maßgeblich dazu bei, wie alt ein Mensch werden will und von welcher Qualität seine zweite Lebenshälfte ist. Es ist Zeit, dass wir uns in Bildung und Forschung, in der Arbeitwelt, bei der Gestaltung unserer Wohnviertel wie auch der Gesundheitsversorgung verstärkt auf den Wandel unserer Gesellschaft einstellen. Es gilt, Wissen über das Altern zu vermitteln – insbesondere über Möglichkeiten, diesen Prozess positiv zu gestalten. Nicht nur die Wirtschaft braucht qualifizierte und erfahrene Mitarbeiter, die in allen Lebensaltern zu Neuerungen fähig und bereit sind; das gilt ebenso für Familien, für Gemeinden, für Freiwilligeninitiativen, für politische Vereine, für Schulen und nicht zuletzt auch für Wissenschaft und Forschung.

Annette Schavan, Bundesministerin für Bildung und Forschung, Schirmherrin der Ausstellung „Neue Bilder vom Alter(n)“

„Die Grenzen zwischen Jung und Alt verschwimmen“

Eric Clapton, Keith Richards, Jethro Tull – manch eine Rocklegende hat die 60 überschritten und macht taufrische Musik. Im Publikum feiern Grauhaarige in Lederjacken mit ihren Kindern und Enkeln. Auch in anderen Lebensbereichen verschwimmen die Grenzen zwischen Alt und Jung. Viele ältere Menschen stecken voller Energie. Das zeigt sich beispielsweise im Beruf. Unternehmen in Deutschland sind auf die Fähigkeiten der Älteren angewiesen. Im Rahmen der Betrieblichen Gesundheitsförderung unterstützt die AOK Führungskräfte darin, Potenziale älterer Mitarbeiter zu erkennen und mit entsprechender Arbeitsorganisation, Arbeitsplatz- und Arbeitszeitgestaltung die Gesundheit der Beschäftigten zu erhalten. Damit möglichst viele Menschen auch den Ruhestand bei guter Gesundheit erleben, finanziert die AOK die Früherkennung von Krankheiten, gesundheitliche Prävention und medizinischen Fortschritt. Und wenn irgendwann Krankheiten ihren Tribut fordern, kommt die AOK für menschenwürdige Pflege auf. Die Gesundheitskasse engagiert sich für ein positives Bild vom Alter. Wir öffnen deshalb die Räume des AOK-Bundesverbandes gern für die Ausstellung „Neue Bilder vom Alter(n)“. Nur mit einem optimistischen Blick aufs Altwerden können wir die gesellschaftspolitischen Herausforderungen des demografischen Wandels bewältigen.

Jürgen Graalmann, stellvertretender Vorstandsvorsitzender des AOK-Bundesverbandes

Hinter dem Horizont geht’s weiter, mag die Dame mit dem Wellenbrett denken. Die spanische Fotografin Angela Archilla hat sich mit ihrem Bild „Looking for new waves“ (2009) am Wettbewerb der Leopoldina beteiligt. „Die Frau am Strand könnte zur Generation der ersten Surfer gehören“, meint Sabine Aichele-Elsner, Koordinatorin des Wettbewerbs. „Das Foto lässt offen, ob die Dame etwas Neues beginnt oder ihr altes Hobby pflegt.“

Ganz nah und doch so fern: Zwischen den beiden auf dem Sofa liegen zwei Generationen. „Urgroßmutter und Urenkel“ (2010) heißt das Bild der Schweizer Fotografinnen Simone Eberli und Andrea Mantel. Zu sehen sind Andrea Mantels Großmutter und ihr vierjähriger Sohn Wanja.

Jahre vor allem eine Chance bedeuten – wenn wir das Potenzial des Alters nutzen. Dazu müssen wir die Vielfalt an Möglichkeiten im Alter, die Leistungsbereitschaft und -fähigkeit Älterer und den Nutzen ihres Engagements aufzeigen. Die überfällige Revision der Altersbilder ist dafür ein wichtiger Schritt, denn sie wird Menschen jedes Alters motivieren, das Leben aktiv und erfolgreich zu gestalten.

Tradition bremst Potenziale. Das Altern, wie wir es heute kennen und erleben, ist nur eine Momentaufnahme. Menschliche Entwicklung und Altern sind nicht naturgesetzlich festgelegt, sondern entstehen aus der fortwährenden Wechselwirkung zwischen Biologie und Kultur. Altern, auch in seinen biologischen Anteilen, ist durch Einflüsse von Gesellschaft und Individuum veränderbar. Das enorme Veränderungspotenzial sehen wir beispielsweise an der Verlängerung der durchschnittlichen Lebenserwartung um etwa 30 Jahre in den letzten 100 Jahren. Unser Altersbild und die verfügbaren Rollen sind aber noch durch das traditionelle Bild des Alterns geprägt. Sie stammen aus einer Zeit, in der unsere Lebenserwartung, die Qualität des Lebens im Alter und die Verteilung von Aufgaben über die Lebensspanne ganz andere waren als heute und als die, die wir morgen brauchen. Diese Kluft zwischen fundamentalen Veränderungen einerseits und traditionellen Vorstellungen andererseits ist derzeit eine der größten Bremsen für Mensch und Gesellschaft, die wissenschaftlich nachgewiesenen Potenziale des Alters zum Wohle aller zu entfalten.

Negative Sicht verkürzt Leben. Die Veränderbarkeit – Plastizität, wie die Psychologen sagen – des Alterns geht allerdings in beide Richtungen. Einerseits sind die Älteren heute medizinisch jünger als noch die Generation zuvor. Alte Menschen gestalten neue Karrieren, bauen ehrenamtlich Initiativen auf und sind sportlich aktiv. Andererseits zeigen Studien, dass eine negative Sicht auf das eigene Alter das Leben um durchschnittlich sieben Jahre verkürzt, und zwar unabhängig von sozialer Schicht und Gesundheitszustand; denn wenn man nur Schlimmes vom Alter erwartet, verliert man den Willen, dieses Alter zu erreichen. Es gilt gesellschaftlich darauf hinzuwirken, dass der wachsende Anteil immer älter werdender Menschen die Möglichkeit hat, sich einzubringen und dafür Anerkennung erfährt.

Zuwachs beim Ehrenamt. Die ausgedehnte und veränderte Lebensphase im letzten Drittel ist historisch ohne Präzedenz. Wir leben länger als je zuvor in der Menschheitsgeschichte, und das bei besserer Gesundheit und Fitness. Die Lebenserwartung hat sich in nur 150 Jahren mehr als verdoppelt. Jedes zweite in 2050 geborene Mädchen wird über 100 Jahre alt werden. Gleichzeitig werden weniger Kinder geboren, und die Struktur im Altersaufbau der Bevölkerung verschiebt sich, sodass die Alten das Land stärker prägen werden. Schon jetzt leben in Deutschland mehr Menschen über 60 als unter 20 Jahren. Die Kultur wird immer entwicklungs- und auch alternsfreundlicher: Eine gesündere Lebensweise (mehr Bewegung, gesunde Ernährung, Verzicht auf Rauchen und Alkohol), bessere medizinische Versorgung und Prävention, abwechslungsreiche Lebensläufe und

Sebastian Marek hat das Bild „Großstadtpensionäre“ am 2. Weihnachtsfeiertag 2009 auf einem Streifzug durch Berlin aufgenommen. Gemeinsam einsam – so kommentiert der Fotograf seinen Blick in ein Café.

WETTBEWERB UND AUSSTELLUNG

Die Nationale Akademie der Wissenschaften Leopoldina rief Ende 2009 in einem Wettbewerb dazu auf, neue Bilder mit gesellschaftlichen und persönlichen Vorstellungen vom Alter(n) einzureichen. Sie öffnete damit die Arbeit der Akademiengruppe „Altern in Deutschland“ für den gesellschaftlichen Dialog. Von über 400 Fotos wählte eine Fachjury 82 aus und präsentiert sie in einer Ausstellung. Die Fotos stammen von 61 Fotografen, sowohl Profis als auch Amateure. Den ersten Preis erhielt Gerhard Weber für die Aufnahme „Ursula und Siegfried M.“ zum Thema Sexualität im Alter. Den zweiten Preis vergab die Jury an Anna Mutter für das Bild einer Clownin. Platz drei erreichte David Lohmüller mit „Strike – Seniorenbowling mit Nintendo Wii“ von 2009, das Senioren beim Computerspiel zeigt (links). Ebenfalls Platz drei belegte Daniela Risch mit der Serie „Helga“ von 2008.

Vom 19. Januar bis 16. April 2011 gastiert die Ausstellung im Atrium des AOK-Bundesverbandes, Rosenthaler Straße 31, 10178 Berlin. Öffnungszeiten: werktags und sonntags von 10 bis 16 Uhr, samstags geschlossen.
Katalog: Neue Bilder vom Alter(n), hg. von Ursula M. Staudinger, Deutsche Akademie der Naturforscher Leopoldina – Nationale Akademie der Wissenschaften, Halle (Saale), Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft mbH Stuttgart, Nova Acta Leopoldina, 2010.
Mehr Infos: www.altern-in-deutschland.de, www.artae.de > projects

lebenslanges Lernen, verbreitete optimierende Technik sorgen dafür, dass man die geistige und körperliche Leistungsfähigkeit bis ins hohe Alter erhalten kann. Die biologische Basis des Alters hat sich zu unseren Gunsten verändert. Die Mediziner sagen uns, dass die Funktionstüchtigkeit des Organismus eines durchschnittlichen 60-Jährigen heute vergleichbar ist dem eines höchstens 55-Jährigen der Generation zuvor. Es ist unsere Kultur, die diese biologische Verjüngung von einer Generation zur nächsten bewirkt hat. Zusammen mit einer geschickten Arbeitsorganisation führen diese Faktoren dazu, dass schon heute ältere Arbeitnehmer nicht weniger leisten, sondern unter Umständen produktiver sind als jüngere. Jedoch wird dieses Potenzial unternehmerisch immer noch zu wenig genutzt. Wenn die „jungen Alten“ nicht mehr berufstätig sein können, sehen sie das Ehrenamt als Alternative. Es erreicht gegenwärtig die höchsten Zuwachsraten just unter den 60- bis 70-Jährigen.

Stärken nutzen, Schwächen kompensieren. Es fehlt uns immer noch an Vorstellungskraft und Rahmenbedingungen, um der großen Vielfalt des Alterns in allen seinen individuellen wie gesellschaftlichen Facetten Raum zu geben. Das Potenzial des letzten Lebensdrittels, auf das wir als Gesellschaft, aber auch als Einzelne so dringend angewiesen sind, verpufft zum größten Teil ohne die institutionelle und organisatorische Unterfütterung, die es nährt, bündelt und lenkt. Wir wissen aus der Forschung, dass Menschen, die nicht aufhören, sich immer wieder neuen Herausforderungen zu stellen, die dafür auch bereit sind, sich anzustrengen und einzusetzen, erfüllt und gesünder altern. Gesellschaftlicher Wohlstand und Wohlfahrt lassen sich auch

„In meinem Bild geht es um die Rechte der Alten – auch auf Nähe, Liebe, Leidenschaft“, sagt Marco Armborst zum Foto „Kuss“ (2010). Es zeigt seine Eltern.

mit einer alternden Bevölkerung erhalten, wenn mehr Menschen länger arbeiten, sei es im Ehrenamt oder im Erwerb. Das wird nur gelingen, wenn wir die Arbeitswelt so transformieren, dass sie die Stärken jeder Altersgruppe besser nutzt und die Schwächen besser kompensiert. Es geht darum, die Entwicklung jedes Einzelnen durch das Arbeitsumfeld und die Möglichkeit zum Tätigsein zu fördern und nicht zu erschöpfen.

Mehr Zeit für Karriere und Familiengründung. Nicht nur das letzte Lebensdrittel, sondern unser gesamtes Leben wird von Altersbildern geprägt: Vorurteile über das Alter drücken in bizarrer Weise schon auf die mittleren Lebensjahre. So ist es die Furcht der Personalmanager, dass das nahende Rentenalter die Produktivität und die Motivation der Mitarbeiter senke, die sie veranlasst, bereits 45-Jährige für alt zu halten. Solche Signale tragen dazu bei, dass man sich nicht mit dem kalendarischen Alter identifiziert. Würde das höhere Alter in unserer Gesellschaft mit hohem Ansehen und wichtigen sozialen Rollen verknüpft sein, drängten wir uns vielleicht – wie 17-Jährige, die sich danach sehnen, 18 zu werden – auch danach, für unser tatsächliches kalendarisches Alter anerkannt zu werden, statt uns jünger zu wünschen und zu reden.

Das Bewusstsein des längeren Lebens und die vorgelebten Möglichkeiten Älterer ändern auch für jüngere Erwachsene so grundlegende „Wahrheiten“ wie das Verhältnis zur eigenen Gesundheit (sich bewegen, auch wenn man dafür keine Zeit hat, sich gesund ernähren, Stress vermeiden und anderes mehr) und die zeitliche Abfolge oder das Ausmaß von beruflicher Entfaltung, Familiengründung, privater Verwirklichung und sozialem Engagement. Man muss vielleicht nicht mehr alles auf einmal im Turbogang machen, wenn man auch mit 50 noch neue Karriereschritte gehen wird oder weiß, dass man auch eine berufliche Aktivität mit 60 neu beginnen kann.

Gewinn für Mensch und Gesellschaft. Ganz unabhängig von historischen Konstellationen des Alters führt schließlich seine Verknüpfung mit dem Lebensende zu einer abwehrenden Haltung gegenüber dem Älterwerden. Wir werden nicht gerne an unsere Endlichkeit erinnert. Ob es uns gelingen kann, eine Kultur zu schaffen, die auch dies als selbstverständlichen und akzeptierten Teil des Lebens anerkennt, wie es manchen asiatischen Kulturen gelungen ist, bleibt eine offene Frage.

Die steigende Lebenserwartung der Menschen, die bessere Gesundheit und Leistungsfähigkeit der alten Menschen ebenso wie der steigende Anteil Älterer an der Gesamtbevölkerung rückt das Alter in den Blickpunkt der Gesellschaft und ihrer Fotografen. Nutzen wir unsere Fantasie und die Fülle an Möglichkeiten unserer Kultur, um das Altern so zu gestalten, dass die gewonnenen Lebensjahre zu einem echten Gewinn für Mensch und Gesellschaft werden. Diese Sammlung von Bildern vom Altern, so hoffen wir, ist Anlass zum Nachdenken, zur Diskussion und vielleicht sogar zum Handeln. Wir alle entscheiden mit, wie das Altern von morgen aussehen wird. ■

Professor Dr. Ursula Staudinger ist Psychologin und Altersforscherin am Jacobs Center on Lifelong Learning and Institutional Development der Jacobs University Bremen. **Dr. Katja Patzwaldt** ist dort wissenschaftliche Referentin. **Kontakt: K.Patzwaldt@jacobs-university.de**