

Einleitung: Die stille Altersrevolution

Gesetzlich vorgeschriebener Renteneintritt mit 70 Jahren, 560 Euro Einheitsrente, Massenquartiere mit Feldbetten für kranke Alte, Seniorenheime in Billiglohnländern – mit diesem düsteren Bild der alternden Gesellschaft von morgen schockierte die ZDF-Dokumentation *2030 – Aufstand der Alten* im Januar 2007 die Zuschauer. Noch drastischer malt der Giessener Soziologe Reimer Gronemeyer den künftigen Umgang der Gesellschaft mit dem Alter aus. Seine Schreckensvisionen reichen von der Enteignung aller über 70-Jährigen über amtlich festgelegte »Ablebe-Termine« für Hochbetagte bis hin zum staatlich zertifizierten Suizidhelfer für gebrechliche alte Menschen.¹

Solche Zukunftsbilder sind sicherlich stark überzogen, doch die darin ausgedrückte Problematik ist durchaus real: Das künftige Altersgefüge der deutschen Bevölkerung setzt den Sozialstaat, die Wirtschaft, das Gesundheitswesen und die Gesellschaft enorm unter Druck. Schon heute gibt es hierzulande mehr ältere als jüngere Menschen: 25,9 Prozent über 60-Jährige stehen 21,1 Prozent unter 20-Jährigen gegenüber. Für das Jahr 2030 hat das Statistische Bundesamt vorausgerechnet, dass die Zahl der 60-Jährigen und Älteren voraussichtlich um rund ein Drittel steigen wird. Die Zahl der über 80-Jährigen könnte sich sogar um über 55 Prozent erhöhen – von derzeit 4,1 auf 6,4 Millionen Menschen.

Heute beträgt das Durchschnittsalter der Deutschen 42 Jahre, im Jahr 2050 dürfte es voraussichtlich bei 50 Jahren liegen. Fast 40 Prozent der Deutschen werden dann 60 Jahre und älter sein, und die Zahl der über 80-Jährigen wird sich bis dahin verdreifacht haben – von knapp vier auf zehn Millionen. Im Jahr 2060 wird den Berechnungen zufolge jeder siebte Deutsche 80 Jahre oder älter sein. Zu diesem Zeitpunkt leben nur noch 65 bis

70 Millionen Menschen in Deutschland, heute sind es noch etwa 82 Millionen.²

Die Zahlen der Wiesbadener Statistiker bestätigen einen Trend, der schon länger anhält: Die deutsche Bevölkerung schrumpft und wird immer älter. Wie in den meisten Industrieländern ist die Lebenserwartung im 20. Jahrhundert auch bei uns um mehr als 30 Jahre gestiegen.³ Seit 1960 hat sich die Zahl der 89-Jährigen fast verdreifacht, die der über 99-Jährigen sogar mehr als verzehnfacht. Die Bundespräsidenten werden in Zukunft viel zu tun haben. Heinrich Lübke brauchte 1965 nur 224 Glückwunschkarten für 100-jährige Bundesbürger zu unterschreiben, aktuell warten über 4000 solcher Jubilare auf den Geburtstagsgruß aus dem Bundespräsidialamt, und weitere 7000 Deutsche haben ihren 100. Geburtstag längst hinter sich.⁴ Diese stille Altersrevolution schreitet weltweit bereits seit mehr als einem Jahrhundert voran. Seit 1850 erhöht sich die Lebenserwartung regelmäßig um drei Monate pro Jahr.⁵ Allen Prognosen zufolge wird es in 40 Jahren 16-mal so viele Hundertjährige geben wie heute.⁶ Eine derartige Verschiebung des Altersgefüges hat es in der Geschichte der Menschheit niemals zuvor gegeben. Den Umgang damit müssen wir also erst noch lernen. Zum Beispiel müssen wir uns von der tief verinnerlichten Gewissheit verabschieden, dass die Schultern der kommenden Generation stets breiter sind als die der Eltern- und Großelterngeneration. Es liegt auf der Hand, dass die Umkehr der Bevölkerungspyramide nicht ohne Folgen für die Sozialversicherungssysteme, die Arbeitswelt und das Renteneintrittsalter bleibt. Wir werden also Sozialstaat, Arbeit und Ruhestand neu denken müssen.

Doch dieser demografische Wandel ist nicht nur mit unbequemen, sondern auch mit positiven Veränderungsprozessen für die Gesellschaft verbunden. Denn die heutigen Seniorengenerationen unterscheiden sich in vielerlei Hinsicht von vorherigen. Niemand muss befürchten, dass künftig Heerscharen von hilflosen, kranken und bedürftigen Menschen das Bild der Gesellschaft prägen werden. Die Älteren von heute sind überwiegend gut ausgebildet,

materiell abgesichert und körperlich sowie geistig fit. Der OECD-Report *Maintaining Prosperity in an Ageing Society* stellt fest, dass die Gesundheitsunterschiede zwischen den Altersgruppen bis ins achte Lebensjahrzehnt hinein gering sind. Wie in allen Lebensaltern gibt es Gesunde und Kranke, doch der gesunde 70-Jährige ist in der Regel kaum weniger leistungsfähig als der gesunde 55-Jährige.⁷ Für viele Ältere wird deshalb Schaukelstuhl oder Kreuzworträtsel allein keine verlockende Ruhestandsoption sein. Motorradhersteller wie Harley Davidson oder BMW etwa berichten, dass das Durchschnittsalter der Käufer ihrer heißen Öfen inzwischen bei 60 Jahren liegt. Die angestaubte Floskel vom »geruhsamen Lebensabend« ist dieser Generation offenbar fremd. Vielmehr werden die späten Lebensjahre für viele Menschen zu einer Phase des Aufbruchs, in der sie endlich das tun, was sie bislang versäumt haben: die Welt bereisen, sich voll und ganz dem Sport oder dem Hobby widmen, Marathon laufen, ein Studium aufnehmen, sich selbständig machen, auswandern, einer Bürgerinitiative beitreten, als Senior Experte jungen Unternehmern helfen, als Schulpatin ein Kind unterstützen, für die Umwelt aktiv werden, eine Selbsthilfegruppe gründen, Hochbetagte durch den Alltag begleiten, neue Wohnprojekte mit ins Leben rufen. Die Zeit nach dem Erwerbsleben eröffnet unendlich viele Möglichkeiten, die Welt ein kleines Stückchen besser zu machen – für sich und für andere.

Die gestiegene Lebenserwartung ist mit einem Gewinn an aktiver Lebenszeit verbunden, die nicht ziellos abgebummelt wird, sondern sinnvoll und produktiv zu gestalten ist. Diese »gewonnenen Jahre«⁸ erfordern den Entwurf neuer biografischer Projekte und stellen die Frage nach der Beteiligung am gesellschaftlichen Leben neu. Die wachsende Gruppe der Älteren als sozialpolitische Last zu betrachten, greift deshalb zu kurz. Vielmehr verkörpert dieser Teil der Bevölkerung ein bislang noch viel zu wenig beachtetes gesellschaftliches Potenzial. Sowohl aus sozialen als auch aus ökonomischen und schließlich aus politischen Gründen kann unsere Gesellschaft es sich nicht leisten, diese Ressourcen schlicht auszublenden oder auch nur geringzuschätzen. Statt auf die Defi-

zite der alternden Gesellschaft zu blicken gilt es, die Produktivität und Kreativität des Alters in den Mittelpunkt der demografischen Debatte zu stellen.

Die neuen Älteren

In entwickelten Industriestaaten wie Deutschland kann ein heute 50-Jähriger statistisch davon ausgehen, dass vor ihm noch rund drei weitere Lebensjahrzehnte bei relativ guter Gesundheit und hoher Schaffenskraft liegen. Diese Situation stellt nicht nur die Gesellschaft vor neue Herausforderungen, sondern auch jedes einzelne Mitglied der Generation 50plus. Allerdings gibt es für ein gelingendes, produktives und befriedigendes »drittes Alter« bislang kaum Vorbilder, weshalb es auch für Menschen über fünfzig nicht einfach ist, sich zu orientieren und neue Wege für sich selbst zu finden. Und selbst wenn es Vorbilder gäbe, würden sie als allgemeingültiges Rollenmodell wenig taugen, denn sie lassen sich nicht über einen Kamm scheren. Ihre Lebensstile, Wertvorstellungen und Präferenzen sind heute so vielfältig, dass die Älteren nicht mehr als homogene Bevölkerungsgruppe betrachtet werden können. Was sie aber weitgehend eint, ist die Vorstellung, den Ruhestand als aktiven Lebensabschnitt zu gestalten oder als Gelegenheit, etwas Sinnvolles zu tun.⁹ Auch dieses Bewusstsein ist historisch gesehen neu. Bis in die 1960er Jahre betrachtete man den Ruhestand als Erholung vom harten Arbeitsleben, in den 1970ern als Belohnung für ein arbeitsames Leben und ab den 1980ern als bezahlte Freizeit. Inzwischen begreift die Mehrheit der Bevölkerung die Zeit nach dem Erwerbsleben als Möglichkeitsraum, der nach individuellen Plänen aktiv gestaltbar ist.¹⁰ Doch weil der Übergang in diese nachberufliche Phase heute oft geprägt ist von Unsicherheit, Orientierungslosigkeit und Zweifeln, wird der Ruhestand für viele Menschen eine zutiefst zwiespältige Sache. Einerseits empfindet man den Austritt aus dem Berufsleben als willkommenes Geschenk, andererseits aber auch als sozialen und psychischen

Bruch. Wenn der letzte Arbeitstag geschafft, der Arbeitsplatz geräumt und Ausstand gefeiert ist, steht man plötzlich vor der Aufgabe, die zahlreichen Bedürfnisse, die das Arbeitsleben befriedigen konnte, anderweitig zu realisieren. Wie lässt sich der pflichtbefreite Alltag sinnvoll strukturieren? Was tritt an die Stelle der sozialen Kontakte innerhalb des Kollegenkreises? Wie und wo kann man neue Verantwortung übernehmen? Wo findet man die Selbstbestätigung, die bislang der Beruf gebracht hat? Wohin mit der Kreativität und der Schaffensfreude, der Kompetenz und dem Erfahrungswissen? Für immer mehr ältere Menschen lautet die Antwort auf diese Fragen: bürgerschaftliches Engagement. Sie haben erkannt, dass der freiwillige Einsatz für andere unzählige Möglichkeiten zur Selbstverwirklichung bietet, zur Erhaltung und Entwicklung von Kompetenzen, zur sozialen Anerkennung und zur Integration. Dieses Zeitinvestment in die Gesellschaft ist nach individuellen Wünschen und Möglichkeiten »dosierbar« und füllt die »gewonnenen Jahre« mit Zufriedenheit und Sinn. Somit gewinnt das eigene Leben nicht nur an Jahren, sondern die Jahre gewinnen auch an Leben. Und quasi nebenbei verändert solches Engagement auch das Altersbild in der Gesellschaft. Statt die wachsende Zahl der Senioren als Bedrohung zu betrachten, werden sie zunehmend als wertvolle Ressource für den Zusammenhalt der Gesellschaft geschätzt.

Bürgerschaftliches Engagement in Deutschland

In Deutschland ist die Tradition einer aktiven Bürgergesellschaft relativ schwach entwickelt. Seit den Wirtschaftswunderjahren hat der Staat die Organisation sozialer Leistungen weitgehend übernommen. Doch seit etwa einem Jahrzehnt ist die Bereitschaft zum bürgerschaftlichen Engagement wieder gestiegen. Laut dem jüngsten Freiwilligensurvey¹¹ engagiert sich derzeit gut ein Drittel der Bevölkerung im ehrenamtlichen oder bürgerschaftlichen Bereich. Mit etwa 35 Prozent sind die meisten Bürger im Bereich Sport,

Freizeit und Geselligkeit aktiv, mit einigem Abstand folgen die Sektoren Kinder und Jugend, Kirche und Religion, sowie Soziales, Gesundheit und Pflege. Während das Engagement im klassischen Ehrenamt schrumpft, steigt die Zahl der Engagierten in Initiativen, Netzwerken und Selbsthilfegruppen. Damit hat sich die Bandbreite des bürgerschaftlichen Engagements in den letzten Jahren enorm erweitert. Vielfältig sind auch die Motive für bürgerschaftliches Engagement. Hauptbeweggrund ist der Wunsch, sich einzubringen und die Gesellschaft im Kleinen mitgestalten zu wollen. Traditionelle Motivlagen wie christliche Nächstenliebe oder Klassensolidarität verlieren zunehmend an Bedeutung. Das neue Ehrenamt ist eher durch die Verbindung von sozialer Gesinnung, persönlicher Betroffenheit und dem Wunsch nach Selbstverwirklichung geprägt.

Besonders aktiv im freiwilligen Engagement ist die Altersgruppe der 30- bis 55-Jährigen, seltener betätigen sich junge Erwachsene und Senioren ab 70 Jahren. Die Generation der 55- bis 69-Jährigen engagiert sich jedoch genauso stark wie der Bevölkerungsdurchschnitt, in den Bereichen Soziales, Gesundheit und lokales Bürgerengagement sogar überdurchschnittlich. Noch ist das traditionelle Ehrenamt in Vereinen oder Verbänden für Ältere die häufigste Form, aber zunehmend sind sie auch in Nachbarschafts- oder Bürgerinitiativen, bei Organisationen wie Amnesty International, in Selbsthilfegruppen, Bildungseinrichtungen oder Seniorengenossenschaften tätig. Aufgrund seiner Vielfalt und Dynamik ist das bürgerschaftliche Engagement älterer Menschen ein Feld mit hohem Zukunftspotenzial, zumal die zivilgesellschaftlichen Aktivitäten dieser Bevölkerungsgruppe in den vergangenen Jahren überdurchschnittlich gestiegen sind. Insgesamt hat sich die Bereitschaft zum Engagement sowohl in der Gesamtbevölkerung wie auch bei Älteren erhöht. Bis zu 25 Prozent der Generation 50plus wären zu entsprechendem Engagement bereit, wenn sich dafür eine gute Gelegenheit bieten würde. Offenbar existiert hier ein hoher Bedarf an Information, Beratung und Kommunikation. Gerade die Älteren wissen oft nicht, wohin sie sich mit ihrem Wunsch

nach Bürgerengagement wenden sollen. Und vielleicht fehlt auch manchen von ihnen der Mut, von sich aus aktiv zu werden. Dieses bislang weitgehend ungenutzte Potenzial gilt es künftig zu heben, nicht nur zum Nutzen der Gesellschaft, sondern auch zum Wohl der Älteren selbst, die durch bürgerschaftliches Engagement mehr Lebensqualität gewinnen und den Übergang zwischen Erwerbsphase und Ruhestand besser meistern können.

Einladung zum Engagement

Laut dem Engagementatlas 2009¹² kann sich ein gutes Drittel der Bürger eine freiwillige Arbeit im Dienst der Gesellschaft gut vorstellen, sei aber noch nicht aktiv darauf angesprochen worden. Vielleicht liegt es in der Natur des Menschen, dass er sich mit seiner Hilfsbereitschaft öffentlich nicht aufdrängen, sondern lieber darum gebeten werden möchte. »Wenn ich für irgendetwas zu wenige Bürgerhelfer habe, werde ich mit der Methode des Klinkenputzens etwa bei jeder dritten Klinke fündig«, meint der Mediziner und Soziologe Klaus Dörner, der sich für einen Bürger-Profi-Mix im sozialen Hilfesystem einsetzt.¹³

In diesem Sinne möchten wir mit unserem Buch »Klinken putzen«, alle Leserinnen und Leser dazu einladen, ihre Talente, Fähigkeiten, Erfahrungen und Träume für andere Menschen zu aktivieren. Wir möchten sie dafür gewinnen, die alternde Gesellschaft ein Stück weit mitzugestalten. Und wir möchten sie dazu anregen, die Zeit des Übergangs in das »dritte Alter« zur Entdeckung Ihres ganz persönlichen Engagementprojekts zu nutzen.

Wir zeigen konkrete Beispiele, Handlungsfelder und Wege, wie und wo sich ältere Menschen sinnvoll engagieren und zugleich verwirklichen können, in der Hoffnung, dass sich viele Leser davon inspirieren und motivieren lassen. Dieses Buch soll aber auch dazu beitragen, Barrieren abzubauen, die das Engagement der Älteren bislang erschweren oder verhindern. Deutschland ist kein altersfreundliches Land. Obwohl sich das Altersbild in unserer

Gesellschaft wandelt, wird Alter oft noch gleichgesetzt mit einem Mangel an Leistungsfähigkeit, Kreativität und Innovationskraft. Deshalb stoßen ältere Menschen, die sich bürgerschaftlich engagieren wollen, mitunter auf Desinteresse, Vorurteile und Unverständnis. Auf lokaler Ebene, in Wohlfahrtsverbänden und anderen zivilgesellschaftlichen Organisationen wird oftmals immer noch verkannt, welche wertvollen Beiträge Engagierte im »dritten Lebensalter« leisten können. Deshalb verstehen wir dieses Buch auch als Appell, die Skepsis gegenüber den Potenzialen des Alters abzuliegen und die Engagementbereitschaft der Älteren zu fördern und zu aktivieren. Das gilt übrigens auch für Unternehmen, die generell noch viel zu selten über den Ruhestand ihrer Mitarbeiter hinaus denken. Dabei könnten gerade sie wichtige Beiträge für eine Vorbereitung auf ein engagiertes nachberufliches Leben leisten. Heute und erst recht in Zukunft müssen sich Unternehmen darauf einstellen, deutlich mehr ältere Menschen zu beschäftigen. Die Personalentwicklung wird nicht umhin kommen, diesem wachsenden Teil der Belegschaft mehr Aufmerksamkeit zu widmen. Arbeitgeber, die den demografischen Wandel erfolgreich bewältigen, fördern die speziellen Bedürfnisse und Ressourcen ihrer älteren Mitarbeiter und ebnen ihnen Wege, sich mit ihrem Wissen und ihren Erfahrungen einzubringen – sowohl in das wirtschaftliche als auch in das gesellschaftliche Geschehen. Und dies idealerweise auch über das normale Berufsleben hinaus: durch Freistellungen für freiwilliges Engagement während der Berufszeit und durch rechtzeitige Vorbereitung auf Mitwirkung jedweder Art auch in der nachberuflichen Phase.

Eine wichtige Voraussetzung für bürgerschaftliches Engagement ist das Bewusstsein für die Risiken und Chancen der alternden Gesellschaft. Deswegen geht es uns hier nicht nur um die unzähligen Möglichkeiten, sondern auch um die dringliche Notwendigkeit eines breit angelegten Engagements von Freiwilligen. Als Folge einer alternden und schrumpfenden Gesellschaft zeichnen sich bereits heute schon gewaltige soziale Probleme ab, die mit den herkömmlichen Mitteln des Sozialstaates nicht lösbar sind.

Ein Land, in dem die Mehrheit der Bevölkerung schon bald über 50 Jahre alt sein wird, bleibt nur dann vital, wenn diese Mehrheit auch mehr Verantwortung übernimmt – für das eigene Wohlergehen und für das der Gesellschaft.

Insel der Seligen

Die Inselgruppe Okinawa im Süden Japans ist für die außergewöhnlich hohe Lebenserwartung ihrer Bevölkerung berühmt. Auf Okinawa leben weltweit die meisten Hundertjährigen, die durchschnittliche Lebenserwartung für Frauen liegt bei 86, die der Männer bei 78 Jahren. Wissenschaftliche Untersuchungen haben außerdem festgestellt, dass die Hochbetagten in überdurchschnittlich guter gesundheitlicher Verfassung sind, was auf verschiedene Gründe zurückgeführt wird: Zum einen essen die alten Menschen auf Okinawa viel Fisch und selbstangebautes Gemüse, zum anderen sind sie äußerst aktiv und unternehmen viel miteinander – von Kochkursen über gesellige Tanzvergnügen bis hin zum gemeinsamen Fischen. Deshalb hätten die Alten viel »ikigai«, was übersetzt so viel heißt wie: etwas zu haben, für das es sich lohnt, morgens aufzustehen. In der Vorstellungswelt dieser Menschen gibt es ein Leben ohne Aufgaben oder Ziele nicht, infolgedessen kommt auch das Wort »Ruhestand« in ihrem traditionellen Dialekt nicht vor. Im Alter die Hände in den Schoß zu legen, ist für sie undenkbar. Welch ein Unterschied zu unseren Gepflogenheiten: Den ganzen Tag freut man sich auf den Feierabend, die ganze Woche auf das Wochenende und das ganze Leben auf den Ruhestand. Wer hatte nicht schon das Gefühl, dass er seinen oft ungeliebten Job am liebsten an den Nagel hängen würde, um das entpflichtete Leben in vollen Zügen zu genießen.

Die Autorin, Beraterin und Okinawa-Expertin Ulla Rahn-Huber hat die Inselbewohner besucht und sich mit deren Lebensphilosophie auseinandergesetzt. Sie hat erfahren, dass die Alten dort nicht nur äußerst gerne, sondern auch – im Vergleich zu uns –

ganz anders arbeiten. Ihr Motto lautet: »Gelassenheit und Freude« und »Jeder hilft jedem«.

Ein Leben in Einsamkeit können sich die alten Menschen von Okinawa nicht vorstellen, Gemeinschaft wird bei ihnen ganz groß geschrieben. Viele von ihnen leben ohnehin in Großfamilien und generell nach dem Grundsatz der Gegenseitigkeit, die in ihrer Sprache »yuimaru« genannt wird. Für sie gilt der Leitsatz: Jeder ist für sich selbst, aber gleichermaßen auch für die Gemeinschaft verantwortlich. Deshalb gehören Nachbarschaftshilfe und ein großer Freundeskreis zur gelebten Realität. Ulla Rahn-Huber gibt in ihrem Buch zwar zu bedenken, dass die Lebensumstände auf Okinawa mit den unseren nicht zu vergleichen sind, und dass das Leben der Alten viel beschaulicher und übersichtlicher ist als in unserer westlichen Leistungsgesellschaft, und doch meint sie: »Mit ein bisschen Fantasie lässt sich vieles von dem übertragen, was sich auf dem Archipel seit Jahrzehnten als Erfolgsrezept eines langen Lebens bewährt hat. Lernen wir von den Hundertjährigen! Damit auch wir eines Tages von uns sagen können: Wir sind die glücklichsten Alten der Welt.«¹⁴

I. Generation 50plus – Engagement und Perspektiven

1. Keine Lust auf Ruhestand

Das Gerichtsurteil war ein absolutes Novum für Deutschland und sorgte für Schlagzeilen: Carlos R., Haltestellenwärter bei der Hamburger Hochbahn, hatte Anfang 2010 dagegen geklagt, von seinem Arbeitgeber mit 65 Jahren in Rente geschickt zu werden. Er sei noch fit genug für seinen Job, könne nicht verstehen, warum seine Arbeit plötzlich nichts mehr wert sein solle und fühle sich aufgrund seines Alters diskriminiert, argumentierte er. Das Gericht gab ihm – zumindest in erster Instanz – Recht, und Carlos R. durfte zurück an seinen Arbeitsplatz. Nun sorgt er wieder im Schichtdienst für Ordnung an den Haltestellen der Hafenstadt und möchte dies auch gerne noch einige weitere Jahre tun. Wohl gemerkt nicht aus finanziellen Gründen, sondern weil er absolut keine Lust auf den Ruhestand hat.¹⁵

Zwar ist davon auszugehen, dass dieser Fall von Rentenverweigerung eher ein exotischer Einzelfall ist. Doch zählte das statistische Bundesamt beim jüngsten Mikrozensus 2007 immerhin 112 000 Arbeiter und 140 000 Angestellte zwischen 65 und 75 Jahren, die weiterhin einer Erwerbsarbeit nachgehen. Zuzüglich der Selbständigen dürften schätzungsweise mehr als 300 000 Deutsche über das gesetzliche Rentenalter hinaus arbeiten.¹⁶ Materielle Gründe spielen für sie eher eine untergeordnete Rolle, den meisten von ihnen geht es darum, im Rentenalter aktiv zu bleiben, ihre Kompetenzen einzubringen und weiterzuentwickeln, Kontakte zu den Kollegen zu halten, Wertschätzung zu erfahren und etwas Sinnvolles zu tun.¹⁷

Abgeflaut ist inzwischen auch der Trend der 1990er Jahre, immer früher in Rente zu gehen. In Deutschland hat sich seit 1999

der Eintritt in den Ruhestand um zwei Jahre nach hinten verschoben. Im Jahr 2009 gingen 41,1 Prozent der arbeitsfähigen Bürger zwischen 60 und 64 Jahren einer Tätigkeit nach, fast doppelt so viele wie zehn Jahre zuvor. Allerdings scheidet die Hälfte der Arbeitnehmer immer noch früher als gesetzlich vorgesehen aus dem Erwerbsleben aus, nur 11,6 Prozent gehen erst mit 65 Jahren in den Ruhestand. Das durchschnittliche Rentenalter liegt in Deutschland bei 63 Jahren, in Dänemark bei 65, in Japan sogar bei 67 Jahren.¹⁸ Das im internationalen Vergleich relativ frühe Ende des Erwerbslebens hängt aber nur bedingt mit den Wünschen der Erwerbstätigen zusammen, denn viele von ihnen würden unter der Voraussetzung einer flexiblen Arbeitszeitgestaltung gerne über den Ruhestand hinaus aktiv bleiben. In einer Studie des Wiesbadener Bundesinstituts für Bevölkerungsforschung gaben immerhin mehr als 47 Prozent der Befragten an, sie würden nach Erreichen des Rentenalters gerne weiterarbeiten – allerdings bei deutlich reduzierter Arbeitszeit.¹⁹ Auch eine Studie des Oxford Institute of Ageing kommt zu dem bemerkenswerten Ergebnis, dass fast die Hälfte der Deutschen im Ruhestand ein neues, aktives Leben beginnen will. Ein Trend, so die britischen Forscher, der in den nächsten Jahren weiter zunehmen wird. Der Tenor solcher Untersuchungen geht klar in eine Richtung: Immer mehr Menschen wollen beweisen, dass sie auch jenseits des Renteneintrittsalters leistungsfähig und leistungswillig sind. Die Aussicht auf ein längeres Leben bei guter Gesundheit lässt das Bedürfnis nach dem inaktiven Ruhestand offenbar schwinden. Was sich da abzeichnet, ist nichts Geringeres als ein Paradigmenwechsel, der heftig an unserem herkömmlichen Bild vom Altern und dem »normalen« Lebenslauf rüttelt.

2. Bismarcks Rentenkalkül

Was geht morgens auf vier, mittags auf zwei und abends auf drei Beinen? Die Antwort auf dieses Rätsel ist bekannt: Es ist der Mensch – als Kleinkind, im Erwachsenenalter und als Greis. Diese Dreiteilung des Lebenslaufs war für viele Jahrhunderte eine Selbstverständlichkeit. Dementsprechend sah die charakteristische Biografie der Industriegesellschaft für Kindheit und Jugend Bildung, für das mittlere Erwachsenenalter Erwerbsarbeit und für das Alter den Ruhestand ohne Pflichten vor. Allerdings war das Rentnerdasein im Vergleich zu heute meist nur der kurze schwache Schlussakkord eines kräftezehrenden Arbeitslebens. Als Reichskanzler Otto von Bismarck 1889 die gesetzliche Altersvorsorge einführte, setzte er das 70. Lebensjahr als Renteneintrittsalter fest – wohl wissend, dass nur wenige Menschen dieses Lebensalter überhaupt erreichten. Die Lebenserwartung lag damals durchschnittlich bei 45 Jahren und der Beitragssatz bei 1,7 Prozent des Lohns. Wer überhaupt in den Genuss einer Rente kam, konnte lediglich eine geringe Ergänzungszahlung erwarten, mit der die Aufrechterhaltung des gewohnten Lebensstandards keineswegs garantiert war. Die Rente zu Bismarcks Zeiten war eine mildtätige Gabe für eine Minderheit von Bedürftigen. Ein gutes Jahrhundert später ist sie nicht nur zur tickenden Zeitbombe für den Sozialstaat geworden, sondern zunehmend auch zur bürokratischen Fußfessel der individuellen Lebensplanung. Längst haben sich die biografischen Lebensabschnitte den gewonnenen Jahren angepasst. Noch vor wenigen Jahrzehnten hörte das Jungsein mit dem Eintritt in das Erwerbsleben und der Gründung eines eigenen Haushalts auf, heute hält es bis zur Familiengründung zum Teil weit über das 30. Lebensjahr hinaus an.²⁰ Das vitale und aktive mittlere Erwachsenenalter reicht für die Mehrheit der Menschen bis ins siebte Lebensjahrzehnt, danach erst kommt das »echte« Altern mit den allmählichen körperlichen und geistigen Abbauprozessen. Auch die klare und abgrenzende Bestimmung der Lebensjahre für Bildung, Erwerbsarbeit und Rückzug ins Private verschwimmt zunehmend.

Lernen ist längst zum lebenslangen Muss geworden, Phasen der Erwerbsarbeit lösen sich immer häufiger mit – freiwilligen oder unfreiwilligen – Auszeiten ab, und der »geruhsame« Lebensabend vieler rüstiger Rentner ist vollgepackt mit allen möglichen Aktivitäten.

Der gesetzlich garantierte Ruhestand wurde erkämpft, um Menschen, die sich viele Jahrzehnte im industriellen Erwerbsleben verausgabt hatten, noch eine handvoll entpflichteter Lebensjahre zu ermöglichen. Doch heute widerspricht dieses Bild der Realität einer überwältigenden Mehrheit von älteren Menschen. Deshalb gilt es, Abschied zu nehmen von dieser Ruhestandsmentalität der industriellen Gesellschaft.

Lebensjahre und Arbeitszeit

Noch 1960 erstreckte sich das Arbeitsleben eines Mannes in den Industrieländern im Schnitt auf etwa 50 Jahre, bei einer Lebenserwartung von 68 Jahren. Auf Kindheit und Alter verteilt, blieben 18 arbeitsfreie Lebensjahre. Heute ist die durchschnittliche Lebensarbeitszeit auf 37,5 Jahre geschrumpft. Die Lebenserwartung hingegen liegt für neugeborene Jungen bei 77,4 Jahren, für neugeborene Mädchen bei 82,6 Jahren. Das ergibt für die künftige Generation unterm Strich doppelt so viel Lebenszeit, wie Lebensarbeitszeit. Dem Jungen bleiben also fast 40, dem Mädchen sogar mehr als 45 Jahre arbeitsfreies Leben.²¹

Wenn das Durchschnittsalter wie vom Statistischen Bundesamt prognostiziert bis 2050 bei Männern auf 83,5 Jahre und bei Frauen auf 88 Jahre steigt und die Lebensarbeitszeit unverändert bleibt, könnte diese Generation 46 beziehungsweise über 50 Jahre lang ein Leben fern jeglicher beruflicher Pflichten genießen. Die Frage darf gestattet sein, ob ein solches Leben wirklich genussvoll wäre.

Der bereits zitierte Psychiater Klaus Dörner ist davon überzeugt, dass viele Menschen darunter leiden, wenn sie zu viel

sinnfreie Zeit haben. Die Zunahme freier Zeit wird zwar zunächst genossen, jedoch nur bis zu einem absoluten Grenzwert, nach dessen Überschreiten der Genuss in Leiden umschlägt: »Dann braucht man, statt der vom Markt gern angebotenen Psychotherapie, zunächst ein gewisses Maß an sozialer Erdung, eine individuell unterschiedliche Tagesdosis an Bedeutung für andere, um danach die übrige freie Zeit nicht als Fremd-, sondern als Selbstbestimmung wieder genießen zu können. Es scheint also in allen Menschen auch ein mal kleineres, mal größeres Hilfsbedürfnis über die eigene Familie hinaus objektiv zu geben.«²²

3. Altern neu erfinden

»Ruhestand ist eine zynische Formulierung. Ich will nicht in den Ruhestand, in die Ecke geschoben werden, gesagt bekommen: Nun ist es aber genug. Das ist eine völlig irre Desorientierung, dass Alte sich bitte zurückziehen und irgendwie bejuxen lassen sollen, auf Musikdampfern oder speziellen Altentagungen, wo sie dämliche Musik vorgeführt bekommen. Nein! Wir wollen nicht bespaßt werden, sondern wir wollen beteiligt sein, uns einmischen können.« Mit diesen zornigen Worten antwortete Bremens Altbürgermeister Henning Scherf in einem Interview auf die Frage, warum immer mehr Menschen heute anders älter werden wollen als ihre Eltern und Großeltern.²³ Der heute 72-Jährige, der mit seinem eigenen Lebensentwurf und seinen Büchern zum Botschafter des neuen Umgangs mit dem Altern geworden ist, spricht aus, was immer mehr ältere Menschen bewegt. Ihnen wird zunehmend bewusst, dass sie das Altern neu erfinden müssen angesichts der statistisch hohen Wahrscheinlichkeit, nach Erreichen des 60. Lebensjahres noch 25 Jahre lang zu leben. Ein Viertel Jahrhundert Dauerurlaub – das tut keinem gut. Schon Loriot hat in seinem Film *Pappa ante Portas* augenzwinkernd gezeigt, dass der

Mensch im Ruhestand Aufgaben braucht, weil er sonst seinem Umfeld auf die Nerven geht.

Das Adenauer'sche Rentenmodell, ein Leben lang für den Wohlstand arbeiten und sich dann fern jeglicher Verpflichtung darauf ausruhen, hat ausgedient. Nicht nur, weil es für immer weniger Menschen attraktiv ist, sondern auch weil es einer alternden Gesellschaft die materiellen und sozialen Grundlagen entzieht.

4. An der Hand von Vater Staat

Das Bild des »sorgenden Staates« ist tief in den Köpfen der Deutschen verankert – so tief, dass die Mehrheit kaum darüber nachdenkt, ob es überhaupt noch realistisch, zeitgemäß und zukunftsfähig ist. Seine Blütezeit erlebte der Wohlfahrtsstaat in den Wirtschaftswunderjahren. Zu dieser Zeit wuchs die Bevölkerung ebenso stark wie die Wirtschaft, die Arbeitsmärkte waren jung und die Konsumlust hoch. Zwischen 1950 und 1960 hat sich das Brutto-sozialprodukt verdreifacht, das Kapital der Unternehmen mehrte sich, und die Einkommen stiegen beständig. Angesichts dieser Prosperität fiel es der Politik nicht schwer, die sozialstaatlichen Leistungen permanent auszuweiten. Und so wuchs parallel zum Wohlstand auch die Wohlfahrt in Form von immer großzügigeren Ruhestandsbezügen, Arbeitslosenunterstützungen, Krankenversicherungen und immer neuen Sozialprogrammen. Aus den ursprünglich als »Flatrate« angelegten sozialen Sicherungssystemen wurde eine staatliche Rundumversorgung zur Absicherung jedweder Wechselfälle des Lebens.

Der »sorgende Vater Staat« hat seine Kinder so fest an die Hand genommen, dass sie fast verlernt haben, alleine zu laufen. Mit seinem allumfassenden Versorgungsanspruch hat der Sozialstaat die Gesellschaft in eine lähmende Abhängigkeit geführt. Die ebenso umfassende Anspruchshaltung, die die Bürger sich deshalb angewöhnt haben, ist längst nicht mehr aus öffentlichen Kassen zu befriedigen und wird auch nie mehr zu befriedigen sein.²⁴