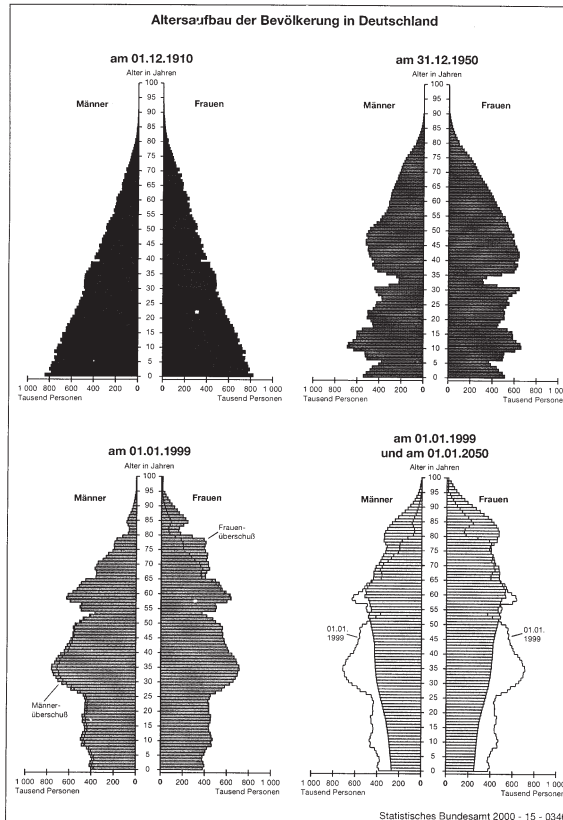


# Von der Pyramide zum Pilz

## oder - warum das Alter zu einer großen Herausforderung wird

Schaubild 4



Die Altersstrukturen kehren sich um, die Lebenserwartung hat sich verändert. Noch vor relativ kurzer Zeit (gemessen an der Geschichte) lernten wir in der Schule über die „Dynamik der Alterspyramide“. Das war ein feststehender Begriff, denn diese Form war sozusagen von der Natur vorgegeben. Danach nimmt die Zahl der Menschen natürlicherweise ab, je älter sie werden.

### A: Fakten



Heute allerdings stehen wir vor völlig anderen Gegebenheiten. Die Alterspyramide hat ihre Form verloren, sie ist - bedingt durch Kriege und menschliche Eingriffe - an einigen Stellen sehr stark eingekerbt (Alterstanne). Besonders auffallend sind aber die immer schmäler werdende Basis und die Herausbildung eines Kopfes. Es entwickelt sich immer deutlicher die Form eines Pilzes. Bedingt ist diese Entwicklung durch den Geburtenrückgang, relativ späte Schwangerschaften und durch eine enorme Lebensverlängerung. Heute hat ein Kind eine über 30 Jahre höhere Lebenserwartung als ein Kind, das vor hundert Jahren zur Welt kam. Selbst gegenüber 1970 hat sich die durchschnittliche Lebenserwartung um etwa 7 Jahre erhöht. (1) Dies betrifft hauptsächlich Frauen. Eine Untersuchung der Forschungsstelle für Sexualwissenschaft und Sexualpädagogik der Universität Landau trägt den Titel „Der Tod als Männerfreund“. Dort wird festgestellt, dass Jungen und Männer bei den Sterbefällen bis zum 70. Lebensjahr deutlich dominieren, erst danach wird die Zahl der Frauen bei den Sterbefällen höher.

In Deutschland gibt es seit 1972 weniger Geburten als Todesfälle, und das trotz hoher Migrantenzahlen. Die Entwicklung von der „Alterspyramide“ über die „Tanne“ zum „Pils“ ist auch in den anderen europäischen Ländern zu beobachten. Im Vergleich mit den anderen EU-Staaten werden bei uns trotzdem zu wenige Kinder geboren, so dass wir den Stand der natürlichen Bevölkerungsentwicklung nicht halten. Im Zeitalter der schnellen technologischen Entwicklungssprünge sind Einsatzwille, Spontaneität, Flexibilität und Offenheit für Neues gefragt. Erfahrung hingegen, das Kapital der Alten, zählt nicht, wenn sich technologische Entwicklungssprünge nicht mehr in Jahrzehnten, sondern in Monaten vollziehen.

Es ist also Jugend gefragt, die aber immer weniger wird. Schon jetzt sind über 40% unserer Bevölkerung über 50 Jahre alt. In 25 Jahren werden es mehr als 50% sein. (Zum Vergleich: in den Entwicklungsländern sind oft bis zu 50% der Bevölkerung unter 15 Jahre alt.) Ähnliche Entwicklungen wird es in anderen Ländern geben. Die Überbevölkerung, die in den Zukunftsprognosen der 70er und 80er Jahre erschien, wird durch eine vergreisende Gesellschaft abgelöst. Wenn wir einen „normalen

Lebenslauf“ heute betrachten, können wir drei Phasen beobachten: Lernen - volle Leistung im Beruf - Erfüllung (im Alter). Das ändert sich mehr und mehr dahin, dass jede einzelne Lebensphase aus Lernen, Arbeit und Erfüllung bestehen sollte. Das bedeutet, dass auch im Alter Lernen und Aktivität nicht zum Ende kommen.

### B. Soziale Probleme (2)

Familienhilfe, Pflege: Die Familie ist immer noch die entscheidende Stelle für Alltagshilfe und Pflege der Alten. (Nur etwa 5 % der Menschen, die Pflege benötigen, sind zurzeit in Heimen untergebracht.) Meist wird sie allerdings durch den Einsatz einzelner Personen zusammengehalten. Überwiegend lastet diese Arbeit auf den Frauen. Wir müssen damit rechnen, dass sie in Zukunft nicht mehr in gleicher Weise zur Verfügung stehen werden, u.a. deshalb, weil sie vermutlich stärker und länger im Beruf eingebunden sein werden. Das ist durch die gegenwärtige Politik auch so gewollt und wird wichtiger werden, um eine ausreichende Altersversorgung zu gewährleisten. Durch die höhere Lebenserwartung steigt auch das Alter der Personen, von denen diese Pflege erwartet wird. D.h. die Anzahl der zu pflegenden Menschen steigt, der Anteil derjenigen, die die Pflege verrichten können, sinkt.

Hilfsbedürftigkeit und Pflegebedürftigkeit nehmen zu und dauern länger. Ein immer höherer Anteil der Bevölkerung wird an Verwirrtheit leiden. Dies bedeutet, dass aufgrund der geringeren Kinderzahl die Pflege auf immer weniger Frauen (Töchtern) las-



ten wird. Diese werden im Durchschnitt älter sein als früher. Außerdem wird die Pflege der Eltern / Schwiegereltern einen längeren Zeitraum einnehmen als früher.

Generationsprobleme (multikulturelle Probleme im eigenen Volk): Statt drei leben heute bis zu sechs Generationen innerhalb einer Familie. Das führt zu einem Aufeinanderprallen unterschiedlicher Kultur- und Sozialformen. „Konflikte, Zusammenstöße sind vermeidbar, wenn die zentralen Bedürfnisse der Gruppen wahrgenommen und ... sorgfältig ausgehandelt werden und wenn es zusätzlich zu einer wechselseitigen Kulturvermittlung zwischen den Generationen kommt.“ Die Vereinsamung wird stärker werden. Es kommt zu Singularisierung und Feminisierung: d.h. mit zunehmendem Lebensalter steigt die Zahl alleinstehender Frauen.

### C. Was können wir als Christen tun?

„Durch das veränderte Verhältnis von Jung und Alt und die höhere Lebenserwartung ist unsere Gesellschaft in Zukunft verstärkt auf das Miteinander der Generationen angewiesen. Solidarität ..., gegenseitiges Verständnis und Toleranz werden zunehmend als wichtige Ziele in den Blick ... rücken.“ (3) „Die Gesellschaft wird auch in Zukunft nicht auf das Engagement und die Erfahrung der älteren Menschen verzichten können. Daher ist es wichtig, durch geeignete Maßnahmen die Eigenaktivität und die selbständige Lebensführung älterer Menschen zu stärken.“ (4) Im Folgenden möchte ich einige Bereiche auflisten, in denen unser Handeln erforderlich ist. Dabei werde ich nicht auf die Probleme der Rentenversicherung eingehen, da das den Rahmen dieses Artikels sprengen würde.

### Vorsorge, Testament etc.

Durch die Gesetzgebung sind - zum Schutz der Betroffenen - Regelungen erstellt worden, die es den Familienangehörigen oft schwer machen, Einfluss zu nehmen auf wichtige Entscheidungen die

Eltern betreffend. Darum ist es gut, wenn wir uns rechtzeitig mit den Problemen auseinandersetzen. Wir müssen eigene Entscheidungen dann treffen, wenn wir es noch können. Um denen, die uns nahe stehen, größtmögliche Hilfe zu geben, ist es gut, die Person/Personen schriftlich festzulegen, denen wir vertrauen und Entscheidungen anbefehlen möchten.

### Ehrenamt

Hier gibt es viele Bereiche, in denen wir uns als Senioren und als Gemeinden betätigen können. Da ist unsere Kreativität gefragt. Einige Gedanken dazu:

1. Mir ist aufgefallen, dass sich viele im Rentenalter zurückziehen. Nun kann man sich dem zuwenden, was man immer schon tun wollte. Oft hieß und heißt es, die „Alten“ sollten sich rechtzeitig zurückziehen, um den Jungen Platz zu machen. Es ist sehr wichtig, dass wir früh anfangen, die Jugend mit einzubeziehen. Wie sieht aber die Belastung aus? Wenn immer mehr Senioren in unserem Volk leben, die Last der Arbeit aber auf immer weniger Jungen ruht, außerdem auch die Familie ihr Recht fordert: Müssen wir nicht insofern umdenken, dass gerade die, die nach ihrer Pensionierung noch fit sind, bestimmte Aufgaben weiter übernehmen müssen? Nur gemeinsam können wir die Aufgaben bewältigen, die anstehen.

2. Es ist noch nicht lange her, dass die PISA-Studie einige Aufregung auslöste. Unser Bildungswesen schneidet im internationalen Vergleich schlecht ab. Unsere Kinder leiden darunter. Das ist unter anderem auch an dem Rückgang der Lesefähigkeit zu beobachten. G. Tiphan schreibt über die Auswirkungen auf unsere Gemeinden. (5) Es ist zu beobachten, dass die Zahl derer, die in der Bibel lesen, zurückgeht. Es entsteht eine Unsicherheit in Bezug auf die Inhalte unseres Glaubens. Haben wir hier nicht ein weites Feld, auf dem sich auch die Senioren betätigen können? Es kostet Mühe, diese Kontakte aufzunehmen. Nur selten gelingt es, aber ich meine, es würde sich lohnen, Hilfen zu geben zum gemeinsamen Erleben von Jungen und Alten.

3. Wer nicht mehr im Arbeitsprozess eingebunden ist kann Zeit „verschenken“: Zeit für unsere Kinder, Enkel, für die Geschwister und Mitmenschen. Insbesondere auch da, wo es z.B. in der Pflege kaum noch Möglichkeiten gibt zum Gespräch, weil die Minuten gerechnet werden.

4. Ich meine, dass wir auch darin umdenken müssen, dass mit 65 viele Aufgaben enden. Das Potential, das durch höhere Lebenserwartung und bessere Lebensqualität im höheren Alter vorhanden ist, dürfen wir in unseren Gemeinden nicht ungenutzt lassen. Daraus ergibt sich aber ein Problem: Sollen die „Jungen“ dann noch später an Aufgaben in der Leitung kommen? Es wird zunehmend wichtiger werden, dass jeder Einzelne nach seinen Gaben und Möglichkeiten eingesetzt wird, unabhängig vom Alter, und dass wir als die Älteren bewusst die Jungen annehmen - auch mit ihren anderen

Vorstellungen. Wir dürfen auch hier nicht übersehen, dass sie durch Zeitstress, durch die größere Anzahl der „Alten“, die nicht mehr arbeiten, eine höhere Belastung bewältigen müssen. „Um selbstverantwortliches und selbständiges Handeln und Leben so lange wir möglich zu sichern, ... (müssen) wir das ... Engagement älterer Menschen unterstützen und dazu ermutigen, neue Tätigkeits- und Wissensfelder zu erschließen.“ (6) L. Rosenmayr sagt: „Im Alter können sich zusätzlich ... sehr hochwertige neue Fähigkeiten herausbilden.“ Das macht Mut. Ich muss an Mose denken, der mit 80 Jahren den Auftrag bekam, die Israeliten aus Ägypten zu führen. Übrigens ist das auch ein Hinweis, dass wir nicht erst heute ein hohes Alter erreichen können. In unseren Gemeinden können wir dazu Mut machen, Seminare und Kurse zu besuchen, und dafür Unterstützung geben.

Eine wichtige Aufgabe ist es, schon früh anzufangen Flexibilität zu fördern. Annahme und Anerkennung anderer Alterskulturen, anderer Verhaltensweisen, Einstellungen und Vorlieben hilft uns, einander verstehen zu lernen.

### Wohnen

„Man“ möchte so lange wie möglich in der eigenen Wohnung leben, auch unabhängig von Freunden und Verwandten. Wir sollten rechtzeitig planen, was wir wollen. Es besteht die Tendenz, unangenehme Themen aus dem Weg zu gehen. (z.B. Nachdenken über Wohnformen: Individuelles Wohnen, Wohneinheiten, betreutes Wohnen, selbst oder extern organisiertes Wohnen). Immer stärker wird auch bei den Senioren das Bedürfnis nach Selbständigkeit, nach der eigenen Wohnung. Auf der einen Seite steht die Angst vor der Einsamkeit, aber abhängig zu sein von den Kindern. In deren Wohnung integriert sein möchte man eigentlich auch nicht. Die Angst davor, dass eines Tages eine Abhängigkeit eintritt, oft bedingt durch Krankheit, lässt uns davor zurückschrecken, rechtzeitig zu planen und uns mit diesem

Problem zu befassen. Und doch ist es wichtig. Wer sich dieser Aufgabe stellt, wächst und reift daran und wird ein zufriedeneres Alter erleben, weil er weiß, was er sich wünscht.

Annahme des eigenen Alters wird durch aktives Gestalten der Lebensumstände sicher gefördert. Doch besteht immer wieder die Gefahr, dass wir uns und anderen beweisen wollen, dass wir doch noch recht jung sind. Selbstgestaltung des eigenen Lebens und der Arbeit für Senioren in der Gemeinde ist ein wichtiger Punkt. Dadurch werden viele Gaben und ein aktives Leben gefördert und unterstützt. Durch die wachsende Anzahl älterer Menschen werden sie immer mehr zu einer Zielgruppe in unseren Gemeinden neben der Jugend. Durch missionarische Gemeindegemeinschaft könnten wir noch viele dazu gewinnen. Stellen wir uns darauf ein? Wollen wir das überhaupt? Hier liegt ein großes Tätigkeitsfeld besonders für jüngere Senioren. Sie können und sollen diese Arbeit selbst gestalten und unterstützen.

Hilfestellung bei Generationskonflikten: Das Fördern der Kommunikation zwischen den Generationen ist wichtig. Das bedeutet Mühe, ein Eingehen auf die andere Person, Arbeit an mir (uns) selbst und die Bereitschaft, mich auf den anderen einzulassen. L. Rosenmayr erwähnt das und spricht davon, dass die Familie die innere Sprachfähigkeit, Entängstigung und Befähigung zur Mitteilung zurückgewinnen muss. Als Christen sind wir dazu aufgerufen, in unseren Familien neu das Abenteuer zu wagen, miteinander zu sprechen, zu diskutieren, miteinander Dinge zu erleben. Seelsorgerliche Begleitung wird mit höherem Alter nötig werden. Dabei gilt es, den älteren Menschen und den Angehörigen Hilfestellung zu geben bei zunehmenden Erkrankungen, bei Wesensveränderungen, Gedächtnisstörungen, bei Schwierigkeiten im Miteinander, bei Sterbenden und Trauernden.

Wertschätzung und Würde alt gewordener Menschen wird in der Gesellschaft immer mehr hinterfragt. Dazu tragen Unwörter wie „Alten-

schwemme“, „Rentnerberg“, „Demenz-Epidemie“, „Alterslastquote“ u.a. bei. Wie gehen wir damit in den Gemeinden um? Stellen wir uns dem entgegen? Unsere Kinder lernen von uns, wie wir mit unseren Eltern umgehen.

Und eine weitere Frage: Was tragen alt gewordene Menschen in eigener Initiative dazu bei? Auch hier ist ein Miteinander gefordert. Es geht nicht zuerst um ein Einfordern bestimmter Rechte sondern um ein beispielhaftes Vorleben. Mit dem Eintritt ins Rentenalter bekommen wir die Chance eines neuen Anfangs. Es gilt, aktiv den Alltag zu gestalten, sich nicht treiben zu lassen, auch nicht in immer mehr Aufgaben hinein.

### Dass uns werde klein das Kleine und das Große groß erscheine

Alex Funke, ehem. Leiter von Bethel, sagte in seinem Referat über „Wertschätzung und Würde alt gewordener Menschen“ am Jahrestag des Evangelischen Seniorenverbandes: „Wem im Alter gelingt, sein Nachdenken zu konzentrieren auf das Elementare, auf 'uralte', in Jahrhunderten bewährte Spielregeln des Lebens, den kann man beglückwünschen. Früher nannte man es Weisheit, und die traute man den Alten zuallererst zu. Das scheint heute nicht mehr zu gelten. Wir alle, Junge und Alte, muten uns ein Tempo an Entwicklung auf allen Tätigkeitsfeldern zu, das uns überfordert. Nun denn, dann wollen wir uns darauf besinnen: ‚es gibt da Bess'eres auf der Welt als all ihr Schmerz und Lust' (Matthias Claudius).“ Alter bis hin zum Sterben gehören zum Leben, das in Gottes Hand liegt. Es sind Schritte zur Reife, denen wir uns trotz allem Schweren stellen dürfen. Durch Krankheit und Veränderungen verlieren wir nichts von der Würde, die wir haben. Vielleicht wird uns gerade dadurch bewusst, wie wenig wir selbst zu unserem Menschsein beitragen und wie sehr uns Gott liebt und uns unter völlig anderen Gesichtspunkten sieht. In Hiob 5,26 lesen wir: „Du wirst im Alter zu Grabe kommen, wie die Garben eingeholt werden.“



### Schlussüberlegungen

Wenn Gott uns in seine Nachfolge ruft, dann hört der Dienst für ihn nicht plötzlich auf, sondern dauert bis ans Ende unseres Lebens. Er wird verschiedene Formen annehmen, je nach unseren Fähigkeiten, Möglichkeiten und auch unseren Grenzen, die sich im Laufe unseres Lebens nicht nur erweitern, sondern oft auch verengen (z.B. durch Krankheit). Doch bei ihm sind auch diese „Verengungen“ Möglichkeiten, uns ins Weite zu führen. Er gibt uns den Auftrag, einander zu dienen. Das beinhaltet, dass der Dienst, den wir einander tun, nie einseitig sein muss. Ich habe es erlebt, dass ich gesegnet wurde bei der Hilfestellung an Menschen, die körperlich völlig auf andere angewiesen waren, die aber durch die Freude, durch das Gebet die Menschen segneten, denen sie begegneten und ihnen Mut und Freude weitergeben konnten. Bin ich - sind wir - bereit, uns dieser Aufgabe zu stellen?

Renate Buchmüller

### Fussnoten:

- (1) Bevölkerungsentwicklung Deutschlands bis zum Jahr 2050, Ergebnisse der 9. koordinierten Bevölkerungsvorausberechnung, Statistisches Bundesamt.
- (2) Viele Gedanken in diesem Teil habe ich von L. Rosenmayr - „Altern im Lebenslauf“ entnommen, die direkten Zitate sind kursiv gedruckt.
- (3) StGB NRW - Positionspapier; Ziele und Möglichkeiten kommunaler Seniorenpolitik
- (4) dto.
- (5) Die Gefahr des geistlichen Analphabetentums, Die Gemeinde 1/2002
- (6) StGB NRW - Positionspapier; Ziele und Möglichkeiten kommunaler Seniorenpolitik