

## Könige im Exil oder Domizil – Die Hochaltrigen und ihr Engagement

Sonja Ehret

Wie recht sie doch haben, Schriftsteller wie Arno Geiger oder Jutta Bohnke-Kollwitz, wenn sie das hohe Alter in unserer Gesellschaft zuweilen in der Verbannung verorten, fernab von Heimat, jener Heimat, die das Wärmen- de mitmenschlicher Beziehungen ausmacht. »Eine Königin im Exil«, schrieb die Enkelin von Käthe Kollwitz in ihr Tagebuch. Doch, »sobald sie in ihrem Sessel saß, verlor sich dieser Eindruck wieder. Sie war dann, im Gespräch, wie immer: ganz Aufmerksamkeit und Zuwendung, mit diesen unvergeßlich warmen, braunen, etwas verschleierte Augen« (1). Was Kollwitz' Enkelin damals erkannte, war, dass ihre Großmutter trotz Verletzlichkeit, Gebeugt-Sein und Zerbrechlich-Sein Würde ausstrahlte, »diese unaufdringliche, hoheitsvolle Würde«. Die kann man keinem alten Menschen nehmen, sie wohnt ihm inne.

Ein alter Mensch kann König sein, denn das Alter bringt Reife und Weisheit mit sich. Wenn es gelingt, das Erlebte und Erfahrene zu verwandeln und zum Ausdruck zu bringen, können wir mit Schopenhauer sagen: »Das was ein Geist der Welt zu schenken bestimmt ist, sammelt er schon in der Jugend ein: aber seines Stoffes Meister wird er erst in späten Jahren. In den späteren Jahren können wir mehr auf Andere, ja auf die Welt einwirken; weil wir selbst vollendet und abgeschlossen sind und nicht mehr dem Eindruck angehören; aber die Welt wirkt weniger auf uns. Diese Jahre sind daher die des Tuns und Leistens, jene aber die des ursprünglichen Auffassens und Erkennens« (2). Frau von B., Teilnehmerin der Generali Hochaltrigenstudie (3) drückte dies etwa so aus:

*»Wenn man so lange gelebt hat, muss man irgendetwas gelernt, viel verstanden haben. Ich müsste versuchen, weiterzugeben, was ich selbst verstanden habe und denen zur Verfügung stellen, die es brauchen.«*

Nicht immer aber wird das Wissen der Alten gebraucht oder abgefragt, weniger noch anerkannt oder respektiert. In der Welt nicht mehr zu Hause zu sein, aus der Welt gefallen zu sein oder den Anschluss verpasst zu haben, so beschreiben etwa ein Zehntel der befragten Hochaltrigen ihr Erleben im öffentlichen Raum. Deshalb engagieren sich manche ältere Menschen nicht, »weil man sie vorher auf das Abstellgleis geschoben hat«, so der pflegebedürftige Herr H. aus unserer Studie, der Gast einer Tagespflege ist. Simone de Beauvoirs Gesellschaftskritik scheint nicht allzu viel an Aktualität eingebüßt zu haben, wenn das Abstellgleis zum letzten Ort wird, die Alten bestenfalls noch zu Objekten bevormundender Fürsorge gemacht werden. So lesen wir bei de Beauvoir: »Auf jeden Fall stehen die Alten, sei es dank ihrer Tugend, sei es durch ihre Erniedrigung, außerhalb der Menschheit. (...) Doch wenn man ihre Stimme hörte, müsste man erkennen, dass es eine menschliche Stimme ist« (4).

## Mitverantwortung, Engagement und Teilhabe bei über 85-Jährigen

Bisher wurde das vierte Lebensalter (85+) in seinen spezifischen Möglichkeiten und Grenzen hinsichtlich Mitverantwortung und gesellschaftlichem Engagement nicht thematisiert. Eine zentrale Zielsetzung des Projekts war es, gelungene Formen mitverantwortlichen Lebens im hohen und sehr hohen Alter zu beschreiben und daraus praktische Anforderungen abzuleiten, wie die mitverantwortliche Lebensführung in der letzten Phase des Lebens ermöglicht und gefördert werden kann. Es ging darum, differenziert und anschaulich zu beschreiben, welche Formen der Mitverantwortung im vierten Lebensalter erkennbar sind, welche Formen Menschen dieser Lebensphase gerne zeigen würden, wenn sie dies könnten, wodurch sie sich gehindert fühlen und wie derartige Hindernisse abgebaut werden können.

Die Studie teilt sich in zwei Studienarme, eine repräsentativ angelegte Fragebogenstudie (N=2500 Einrichtungen der Altenhilfe mit einer Rücklaufquote von 32 Prozent) und eine aussagekräftige Interviewstichprobe, in der daseinsthematische Interviews nach der bewährten Methode der biographischen Exploration geführt wurden (5). Bei dieser Stichprobe handelt es sich um 400 Personen, die zumeist in ihrer Wohnung, aber auch in Pflegeeinrichtungen, einige wenige auch telefonisch, biographisch exploriert wurden. Die Dauer dieser Gespräche lag zwischen 90 und 150 Minuten. Die Kontaktaufnahme gelang über Presseaufrufe oder Institutionen der Altenhilfe. Der Anteil der Pflegebedürftigen liegt in dieser Studie bei 21 Prozent (in der Population der 85- bis 90-Jährigen bei 38 Prozent und der über 90-Jährigen bei 58 Prozent), der Anteil der Heimbewohner liegt bei 15 Prozent (in der Population der 85- bis 90-Jährigen bei 14,2 Prozent (!), sowie der über 90-Jährigen bei 26,5 Prozent), das heißt die häuslich versorgten Pflegebedürftigen werden in unserer Studie etwas weniger erreicht. Zudem ist der mittlere und höhere Bildungsstand überrepräsentiert. Tatsächlich kann man von einer aussagekräftigen und zukunftsweisenden Studienpopulation sprechen, in der 51 Prozent der Befragten in irgendeiner Weise engagiert sind in Vereinen, Verbänden, gemeinnützigen Einrichtungen, Bildungseinrichtungen, politischen Parteien oder Kirchen. Dies schließt auch das Engagement von Pflegebedürftigen in Institutionen ein, so z. B. die regelmäßige Klavierbegleitung im Singkreis eines Pflegeheimes. Bemerkenswert ist, dass 12 Prozent aller Befragten sich erstmalig im Alter von 80 bis 85 Jahren engagierten. Der heuristische Wert dieser Studie gilt dem Hinweis auf Potenziale des hohen Alters, die sich durch künftig veränderte optimierende Umwelten ergeben können.

## Die Teilstichprobe mit Fokus Engagement und Beteiligung im öffentlichen Raum

In einer Teilstichprobe von N=75 Personen wurde neben der ausführlichen Erhebung daseinsthematischer Engagemententwicklung über den Lebenslauf zusätzlich der Fragebogen Valuation of life eingesetzt, der das Ausmaß von Bindung an das Leben misst und damit Aussagen zu Lebensbewertung und Integrität erlaubt, die über Lebensqualität hinausgehen (6).

Vier grundlegende Orientierungen zum Engagementverhalten konnten festgestellt werden. Bei diesen Orientierungen handelt es sich um Einstellungen und Motive, die sich aus der individuellen daseinsthematischen Entwicklung ergeben haben.

### Geistiges Engagement (10 Prozent der Stichprobe)

Personen, die dieser Gruppe zuzuzählen sind, engagieren sich geistig für Andere, für ein Land, eine Völkergemeinschaft, einzelne Menschen oder Gruppen. Sie leben in geistiger Weltgestaltung. Dabei ist dieses Engagement so stark, dass diese Menschen es sich wünschen, dass ihr Engagement von der Gesellschaft abgerufen wird, was jedoch nicht der Fall ist. Deshalb empfinden dieser Gruppe zugehörige Personen ihr Leben nicht als nützlich. Viele erscheinen weltabgewandt, enthoben, entrückt. Ihr Tätigwerden darf nicht darüber hinwegtäuschen, dass die daraus resultierende Produktivität, die ein Zeichen von Selbst- und Weltgestaltung darstellt, offenbar auf wenig Interesse in der Gesellschaft trifft. Das Leben wird nicht als nützlich empfunden.

*Frau R.:*

*»Geistig engagierte ich mich für ein Land.(...) Ich wünsche mir, dass der Mensch sich seiner Verantwortung bewusst wird, dass er klug genug ist, seinen eigenen Weg zu entscheiden und nicht sein Inneres verkommen zu lassen. Wir leben jetzt im Übergang.(...) Meine Weltabgewandtheit steigt.«*

*Herr Dr. M.*

*»Ich übersetze ein Buch für die Nachkommen der Sudetendeutschen. Es soll vielen zu Gute kommen, doch ich weiß nicht, ob es jemals gedruckt wird. Wenn nicht, soll es verfaulen. (...) Ich wünsche mir, dass das was die Älteren produzieren, nicht das Mitleid der Öffentlichkeit erregt.«*

### Punktuelles Engagement (20 Prozent der Stichprobe)

In dieser Gruppe wird Engagement nur punktuell geleistet, weil man entweder

- a) von Familienaufgaben so stark absorbiert war, dass kaum Zeit für anderes blieb,
- b) die eigene Autonomie und das Selbstständigkeitsstreben zu stark im Vordergrund stehen oder
- c) ein Rückzug aufgrund von Enttäuschungen bei bereits geleistetem Engagement stattgefunden hat.

Oftmals deuten Personen der beiden letztgenannten Gruppen ihr Leben als nützlich für sich selbst, jedoch als weniger nützlich für andere.

*Frau T.:*

*»Ich hab viele gepflegt in der Familie [Mutter, Schwiegermutter, Mann]. Ich habe das gewollt (...) ich bin nicht ungeschickt im Pflegen. (...) Dass ich anderen etwas gebe und dafür nichts verlange, das hat man gemerkt. Ich habe die Gabe, dass ich sagen kann, jetzt nicht.«*

Frau T. engagiert sich punktuell in einem Sportverein und mit Geldspenden an Wohltätigkeitsorganisationen. Aufgrund des (selbstverantwortlich) auferlegten familiären Engagements kann sie nur wenige gesellschaftliche Engagementgelegenheiten nutzen.

### Prosoziales Engagement (30 Prozent der Stichprobe)

In dieser Gruppe finden wir vorzugsweise Personen, die sich in Institutionen engagieren und sich teilweise mit

deren Ideen identifizieren, so dass sie sich als Teil dieser Organisation wahrnehmen und deren Leitbilder inkorporieren. Diese Menschen sind tätig in Wohlfahrtsverbänden und Kirchengemeinden, erhalten Bürgermedaillen oder Begegnungsstätten werden nach ihrem Namen benannt. Wenn wir heute von Ehrenamt und bürgerschaftlichem Engagement sprechen, meinen wir zumeist Menschen, die dieser Gruppe zugeordnet werden.

Frau W. ist seit 50 Jahren in der Kirchengemeinde tätig:

*»Ich bin in das Ehrenamt hineingewachsen.«*

Frau F. sieht, ausgelöst durch eine Grenzsituation, Pflege und Tod des Mannes, plötzlich die Not in den Heimen, hat ihre »soziale Ader entdeckt« und hilft mehrmals wöchentlich in einem Pflegeheim bei der Betreuung der Pflegebedürftigen. Die nie zuvor ehrenamtlich Tätige beginnt etwas Neues im Alter von 80 Jahren. Aber sie reflektiert selbstverantwortlich ihre Mitverantwortung:

*»Ich könnte noch mehr tun, aber will das jetzt nicht, weil ich auch Ruhe für mich brauche.«*

Je nach Grad der Identifikation finden sich positive Einflüsse auf das Wohlbefinden dieser Personen. Sie empfinden ihr Leben in der Regel als nützlich. Die Motivation ist zwar hoch, aber das Engagement macht nicht den alleinigen Lebensinhalt aus. Dies ist aber der Fall in der folgenden Kategorie.

### ***Engagement in der (subjektiv erfüllenden) Lebensaufgabe (40 Prozent der Stichprobe)***

Ein sehr hohes Engagementmotiv entsteht in der Regel dann, wenn ein Mensch seine Leitidee (7) im Sinne einer Lebensaufgabe gefunden hat, wenn er diese gestalten und in den Dienst einer Gemeinschaft stellen kann. Diese Menschen finden immer wieder Möglichkeiten in unserer Gesellschaft, sich handelnd auszudrücken. Das Leben der Befragten dieser Gruppe war durch Erfüllung gekennzeichnet und bei ihnen konnten wir die stärkste Bindung an das Leben nachweisen. Krankheit und Verletzlichkeit, obwohl vorhanden, nehmen nur eine Nebenrolle in ihrem Dasein ein. Es wird beabsichtigt, Engagement und Ehrenamt bis zum Lebensende auszuführen, so stark sind diese Menschen mit ihrer Aufgabe verwachsen. Sehr oft ist die ausgeprägte Kohärenz und Integrität das Ergebnis einer lebenslangen Entwicklung. Die sich in dieser Tätigkeit zeigenden geistigen und emotionalen Kräfte wirken auf andere Menschen anziehend. Das Leben wird uneingeschränkt als nützlich empfunden. Die Könige befinden sich in ihrem Domizil. Frau E.:

*»Das ist ein totaler Job. Ich habe großes Glück gehabt. So lange das so bleibt, geht es mir glänzend. Und deshalb kann mich das so auffressen, dass ich für mein Privates keine Zeit mehr habe. Ich habe kein Vermögen und keine dicke Rente. Aber ich habe meine Aufgabe. Sie hält mich lebendig.«*

Engagementformen dieser Art werden in unserer Gesellschaft viel zu wenig gewürdigt und sie wurden bisher auch nicht wissenschaftlich untersucht (8). Jedoch müsste eine solche motivationale Anamnese, die auch

ethisch-moralische, spirituell-religiöse oder biologisch-generative Fragen stellt, vorgenommen werden, um Einwände zu zerstreuen, die Ehrenamt als Instrument verfehlter Sozialstaatspolitik verorten. Wenn wir Ehrenamt oder bürgerschaftliches Engagement als Ausdrucksform des Lebens im Kontext von daseinsthematisch entwickelter Mitverantwortung begreifen lernen, dann verstehen wir etwas vom Leben an sich und was es heißt, dass dieses gestaltbar und verwandelbar bis zum Lebensende bleibt.

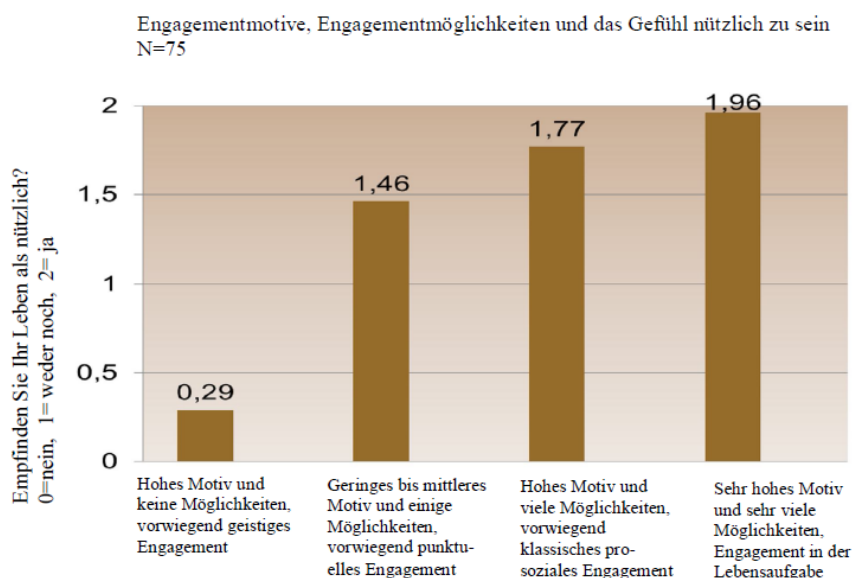


Abb. 1: Das Gefühl nützlich zu sein bei 85-99-Jährigen

Die Abbildung zeigt die signifikanten Unterschiede zwischen den einzelnen Gruppen im Item *Empfinden Sie ihr Leben als nützlich?* aus der Gesamtskala VOL, die die Bindung an das Leben abbildet (9), und einen ähnlichen Verlauf aufweist.

## Fazit

Zur Optimierung des Lebens im hohen und höchsten Alter scheint ein ausgewogenes Verhältnis zwischen Engagementmotiv und Engagementgelegenheiten notwendig zu sein, um Wohlbefinden und gute Lebensbewertung zu erreichen. Lebensbewertung spiegelt sich in Integrität und Lebenssinn. Hohe Werte führen zur Blüte des Alters. Das Gefühl, nützlich zu sein und gebraucht zu werden, ist eine zentrale Größe im Kontext bürgerschaftlicher Aktivitäten. Nicht immer gelingt es Verantwortlichen, geeignete Potenziale beim alten Menschen zu erkennen und zu fördern. Ein Auge auf individuelle, insbesondere daseinsthematische Ressourcen und Potenziale zu richten sowie das nutzbar zu machen für eine Gruppe oder Gemeinschaft, könnte schließlich eine sorgende Gemeinschaft befruchten und begründen.

Zentrale Empfehlungen für das Heben der Schätze des hohen Alters lauten daher:

- Information und Aufklärung über die positive Wirkung von prosozialem Verhalten und Mitverantwortung im (hohen) Alter, die vom psychologischen Standpunkt der Generativität, Offenheit und Integrität eine Entwicklungsnotwendigkeit ausmachen

- Präsentation von Vorbildern in den Medien, mit denen Möglichkeiten und Potenziale des hohen Alters erst anschaulich gemacht werden, diese sollen motivieren und Mut machen
- Lebenslauf- und Lebensweltorientierung als zentrale Komponenten von Mitverantwortung und Engagement stärker in den Fokus nehmen
- stärkere Berücksichtigung von individuellen Fähigkeiten, Interessen und Potenzialen. Entdecken von Kompetenzen und Überführen ins Gemeinwohl
- direkte Ansprache und zugehende Formen finden, um Mitverantwortung zu stärken
- intergenerationelle Zusammenarbeit fördern, Bindung und Mutualität zwischen den Generationen stärken (10)
- Systemveränderungen anstreben: Zusammenführen, Kreativ gestalten, Erneuern

Die Generali Hochaltrigenstudie brachte, 42 Jahre nach dem Essay von Simone de Beauvoir, die empirischen Belege zu den bereits damals erfassten scherenhaften Strukturen des Alter(n)s in modernen Gesellschaften. Sie halten sich beständig. Erinnern wir uns der Worte der großen französischen Schriftstellerin und fassen den Mut zur Veränderung ins Auge.

»Wollen wir vermeiden, dass das Alter zu einer spöttischen Parodie unserer früheren Existenz wird, so gibt es nur eine einzige Lösung, nämlich weiterhin Ziele zu verfolgen, die unserem Leben einen Sinn verleihen: das hingebungsvolle Tätigsein für einzelne, für Gruppen oder für eine Sache, Sozialarbeit, politische, geistige oder schöpferische Arbeit. (...) Das Leben behält einen Wert, solange man durch Liebe, Freundschaft, Empörung oder Mitgefühl am Leben der anderen teilnimmt. Dann bleiben auch Gründe, zu handeln und zu sprechen (11).

Damit, dass man ihnen menschenwürdige Altersheime baut, kann man ihnen nicht die Bildung, die Interessen und die Verantwortung vermitteln, die ihrem Leben einen Sinn gäben. Wie müsste eine Gesellschaft beschaffen sein, damit ein Mensch auch im Alter ein Mensch bleiben kann? Die Antwort ist einfach: Er muss immer schon als Mensch behandelt worden sein. Wenn Bildung (...) ein praktisches und lebendiges Wissen wäre und wenn der Mensch dank dieses Wissens einen ständigen und sich im Laufe der Jahre immer wieder erneuernden Einfluss auf seine Umwelt hätte, dann würde er in jedem Alter ein aktives, nützliches Mitglied der Gesellschaft sein (...), dann würde er nie das Exil kennenlernen.« (12)

## Anmerkungen

---

- (1) Kollwitz 2012, S. 31.
- (2) Schopenhauer 1922, S. 520.
- (3) Alle Zitate von Hochaltrigen in diesem Text stammen von Teilnehmern und Teilnehmerinnen der Generali Hochaltrigenstudie des Instituts für Gerontologie, Universität Heidelberg.
- (4) de Beauvoir 1972, S. 6–7.
- (5) Vgl. Kruse 1987.
- (6) Rott/ Jopp 2012.
- (7) Thomae 1944.
- (8) Dies würde einen daseinsthematischen Zugang erfordern.
- (9) Vgl. Rott/ Jopp 2012.
- (10) Das Projekt »Echo der Generationen – Intergenerationelle Beziehungen stiften – Kontakte zwischen sehr alten und jungen Menschen« versucht dies, auf wissenschaftlicher Ebene zu leisten. Der Forschungsansatz ist von partizipativer Natur. Online unter: <http://www.gero.uni-heidelberg.de/forschung/echo.html>.
- (11) de Beauvoir, 1972, S. 464, Vgl. Hannah Arendt (1960): Vita Activa.
- (12) de Beauvoir, 1972, S. 466

## Literaturverzeichnis

---

Arendt, Hannah (1960): Vita Activa.

de Beauvoir, Simone (1972): Das Alter, Reinbek bei Hamburg.

Kollwitz, Kaethe (2012): Die Tagebücher, München.

Kruse, Andreas (1987): Biographische Methode und Exploration. In: Jüttemann, Gerd/ Thomae, Hans (Hrsg.): Biographie und Psychologie, Heidelberg, S. 119–136.

Kruse, Andreas/ Schmitt, Eric/ Ehret, Sonja (2014): Der Ältesten Rat. Generali Hochaltrigenstudie: Teilhabe im hohen Alter. Universität Heidelberg.

Rott, Christoph/ Jopp, Daniela (2012): Das Leben der Hochaltrigen, Bundesgesundheitsblatt 55, S. 474–480.

Schopenhauer, Arthur (1922): Parerga und Paralipomena. Erster Band, Leipzig.

Thomae, Hans (1944): Das Wesen der menschlichen Antriebsstruktur, Leipzig.

---

## Autorin

**Dr. Sonja Ehret** ist Wissenschaftlerin am Institut für Gerontologie der Universität Heidelberg und beschäftigt sich seit Jahren mit den Stärken und Kräften des Alters, auch bei demenziellen Erkrankungen. Sie ist Vertreterin einer humanistischen Gerontologie und Koordinatorin der Heidelberger Hochaltrigenstudie, die durch den Generali Zukunftsfonds gefördert wird.

## Kontakt

Dr. phil. Sonja Ehret  
Institut für Gerontologie  
Bergheimer Str.20  
69115 Heidelberg  
Tel. 06221 / 548189  
E-Mail: [sonja.ehret@gero.uni-heidelberg.de](mailto:sonja.ehret@gero.uni-heidelberg.de)  
[www.gero.uni-heidelberg.de](http://www.gero.uni-heidelberg.de)

---

## Redaktion

Stiftung Mitarbeit  
Redaktion eNewsletter Wegweiser Bürgergesellschaft  
Eva-Maria Antz, Ulrich Rüttgers  
Ellerstr. 67  
53119 Bonn  
E-Mail: [newsletter@wegweiser-buergergesellschaft.de](mailto:newsletter@wegweiser-buergergesellschaft.de)