



# Leben in Fülle

Kirche im demografischen Wandel

## Dossier: Möglichkeiten entdecken

### Altenpastoral inmitten der Ressourcen und Grenzen des Alters

„Altenpastoral vollzieht sich in der Grundhaltung, dass alternde Menschen über individuelle Ressourcen und Erfahrungen verfügen, die es zu entdecken und zu fördern gilt.“ – Mit diesem programmatischen Satz aus den „Leitlinien zur Altenpastoral im Erzbistum Köln“<sup>1</sup> wird der Blick auf die vielfältigen Potenziale gelenkt, über die Menschen im höheren und hohen Alter verfügen und die oftmals angesichts der hier zu erfahrenden Grenzen und Einbußen übersehen werden. Dieses Ineinander von neuen Möglichkeiten und zu respektierenden Verlusten stellt die existentielle Herausforderung des Älterwerdens dar – und sie gibt der Altenpastoral ihr spezifische Aufgabenstellung vor: „Vom Abschluss der Familienphase oder des Berufslebens bis zum Lebensende stellen sich dem älter werdenden Menschen noch vielfältige Herausforderungen, wie z. B. das Entdecken und Gestalten der so oft genannten ‚neuen Freiheit‘, der Umgang mit Zeit und Zeitlichkeit, der Umgang mit Anzeichen des körperlichen Alterns und dem Auftreten von physischen und psychischen Krankheiten, die Gestaltung der sozialen Beziehungen, die Auseinandersetzung mit Verlusten, Abschieden und dem Tod. Altenpastoral begleitet die Menschen in diesem Prozess des individuellen Älterwerdens und schafft die Voraussetzungen dafür, dass sie hierin im Raum der Kirche Beheimatung finden können. Darüber hinaus setzt sich Altenpastoral für geeignete gesellschaftliche und institutionelle Rahmenbedingungen eines gelingenden und menschenwürdigen Lebens bis zum Tod ein. Sie erhebt ihre Stimme beispielsweise gegen Altersdiskriminierung, für Bildungs- und Beteiligungsmöglichkeiten älterer Menschen, für Generationengerechtigkeit sowie für eine menschenwürdige Pflege.“<sup>2</sup>

### Sein Leben auch im Alter gestalten

Unabhängig vom Lebensalter steht jeder Mensch immer wieder vor der Frage, was er/sie aus seinem/ihrer Leben machen will. Manchmal erlebt man hier große Wahl- und Gestaltungsmöglichkeiten, oftmals sind die Entscheidungsspielräume begrenzt. Wie ich mein Leben gestalte, hängt dabei nicht allein an meinem Einfallsreichtum, meinen Kompetenzen und Ideen oder an meinem Durchsetzungsvermögen. Auch die familiäre Situation oder der

---

<sup>1</sup> Erzbistum Köln - Generalvikariat / Hauptabteilung Seelsorge (Hg.), Leitlinien zur Altenpastoral im Erzbistum Köln, Köln 2011, 6.

<sup>2</sup> Ebd., 7.

gesellschaftliche Kontext, in dem ich stehe, hat auf meine Gestaltungsmöglichkeiten Einfluss. Im Alter beeinflussen ganz wesentlich das subjektive und das gesellschaftliche Altersbild die Vorstellungen davon, was es „noch“ aus dem eigenen Leben zu machen gilt (↗ Dossier „Wann ist man eigentlich alt?“). Um es überspitzt zu formulieren: Wird der älter geworden Frau oder dem älteren Mann die Rolle zugewiesen (oder erlebt der Betreffende sein Altersschicksal so), den Rest seiner Tage still und zurückhaltend im Kreis der Kinder und Enkelkinder zu verbringen, dankbar dafür, dass sie/ihn überhaupt jemand versorgt – dann wird diese Frau oder dieser Mann aller Wahrscheinlichkeit nach kein Interesse an bürgerschaftlichem Engagement entwickeln. Andersherum: Wenn in Folge des demografischen Wandels Fachkräfte knapp und die Finanzierung der Renten unsicher werden, dann werden diejenigen einen Druck spüren, länger als eigentlich gewünscht beruflich tätig sein zu müssen, die sich unter Umständen jahrelang schon auf den „wohlverdienten Ruhestand“ gefreut und dabei die eigenen Eltern (und vielleicht auch Großeltern) mit ihren vielfältigen (vermeintlichen oder tatsächlichen) Freiheiten vor Augen hatten.

## Aktiv altern

Die länger gewordene Lebensphase „Alter“ verlangt nach Ausgestaltung. Gesellschaft und Politik rufen nach einem „aktiven Alter“ (so hat die Europäische Kommission das Jahr 2012 zum „Europäischen Jahr für aktives Altern und Solidarität zwischen den Generationen“ erklärt). Das lange nicht hinreichend gewürdigte Maß an Erfahrungen, Kreativität und Innovationskraft, über das ältere Menschen verfügen, soll zukünftig verstärkt in die Gestaltung des eigenen Lebens genauso wie in das Gemeinwesen eingebracht werden. Das derzeit viel beschworene „neue Ehrenamt“ und „bürgerschaftliche Engagement“ kann dabei viele Formen haben. Wichtig ist, dass jeder Einsatz zählt und gewürdigt wird. Und dass jede/r selbst bestimmt, wie, in welchem Umfang und wo sie bzw. er sich engagieren möchte. Diese Form sozialer Teilhabe älterer und alter Menschen verlangt weiterhin, dass die Betreffenden nicht nur ihre Zeit und Talente zur Verfügung stellen, sondern aktiv in Planungs- und Entscheidungsprozesse einbezogen sind. Der Nutzen liegt dabei auf allen Seiten: Öffentliche oder private Einrichtung, Unternehmen, Verein oder Kirchengemeinde profitieren von dem engagierten Beitrag, den ältere Menschen leisten. Und die persönliche Zufriedenheit der Älteren selbst ebenso wie deren körperlich-geistige Gesundheit wird gestärkt. Die Bereitschaft zum freiwilligen Engagement wächst in der Gesamtbevölkerung und auch bei den Älteren und Alten. 2009 waren von den 60- bis 69-Jährigen rund 40 Prozent freiwillig tätig, in der Altersgruppe „70 plus“ war es noch jede vierte Person. Ältere Menschen sind laut Statistik besonders häufig im kirchlichen und sozialen Bereich tätig. Sie kümmern sich z. B. um gesundheitlich beeinträchtigte bzw. höher betagte Seniorinnen und Senioren. Damit tragen ältere Menschen selbst dazu bei, Schwierigkeiten zu begegnen, die die Alterung der Bevölkerung mit sich bringt.

## Alters-Möglichkeiten

Die zunehmende Aufmerksamkeit, die älteren Menschen im Zuge des demografischen Wandels zukommt, ist eine große Chance für eine neue Wertschätzung der Potenziale und der Würde des Alters. Diese gilt es gesellschaftlich wie persönlich neu zu entdecken. So wurde beispielsweise der

besondere Wert älterer Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer in den letzten Jahrzehnten oftmals eher vernachlässigt und stattdessen auf Vorruhestandsregelungen o. ä. gesetzt. Dabei verfügen Ältere mit ihren langjährigen Erfahrung, dem reichen Faktenwissen und einer fundierten Handlungskompetenz über bedeutsame Potenziale für viele Betriebe und Organisationen – mit denen sie darüber hinaus auch noch überdurchschnittlich hoch identifiziert sind, wenn sie dort viele Jahre gearbeitet haben. Inzwischen wird um viele Menschen, die in Rente oder Pension gehen könnten, von Arbeitgeberseite geworben. Ihre Kreativität, die auf Erfahrung und gewachsener Gelassenheit fußt, will man nicht verlieren und versucht von daher, diese Stärken für altersgemischte Teams zu erhalten.

Ein anderer Weg, auch im Älterwerden neue Möglichkeiten der Lebensgestaltung zu entdecken, ist das weite Feld des „Lebenslangen Lernens“, z. B. durch Besuch von Weiterbildungsseminaren, der Aufnahme eines (Senioren-)Studiums oder dem informellen Lernen mittels Mediennutzung. Im Jahr 2007 gaben mehr als die Hälfte der 55- bis 64-Jährigen und gut 40 Prozent der 65- bis 80-Jährigen an, einen dieser Lernwege beschritten zu haben. Lebenslanges Lernen wird ohne Zweifel in Zukunft weiter an Bedeutung gewinnen, denn die Altersgruppe der Älteren verfügt im Vergleich zu früheren Generationen im Durchschnitt über einen höheren Bildungsstand und eine höhere Vertrautheit im Umgang mit Bildungsangeboten. Diese werden für veränderte und verlängerte Bildungsbiografien genutzt, was wiederum die individuelle und gesellschaftliche Sicht auf die Lebensphase „Alter“ verändern dürfte.

Einen gar nicht hoch genug anzusetzenden Beitrag zum Zusammenhalt der Generationen und damit zum Wohl unserer Gesellschaft leisten ältere Menschen durch die vielfältigen Unterstützungsleistungen, die sie in die eigenen (und zunehmend auch in „wahlverwandte“) Familien einbringen. Ihre Beziehungen zu Familienangehörigen sind oftmals bis weit in das hohe Lebensalter und nicht selten sogar bis zum Lebensende von Gegenseitigkeit bestimmt. Hatte man lange Zeit vor allem die Hilfen im Blick, die jüngere Familienangehörige für die Älteren leisten, so wird zunehmend sichtbar, wie viel Hilfe von den Älteren zu den Jüngeren fließt. Etwa ein Drittel der 60- bis 69-Jährigen gibt an, Kinderbetreuung zu leisten und damit oftmals die Berufstätigkeit der Mütter zu ermöglichen. Der Gewinn dieses Generationentransfers liegt auf der Hand: Den Kindern erschließt sich ein weiterer Erfahrungs- und Erlebnisraum. Kindheitserfahrungen mit den Großeltern können im weiteren Lebensverlauf die Einstellungen gegenüber älteren Menschen beeinflussen und zur späteren Unterstützung der dann selbst altgewordenen Eltern motivieren. Für die große Mehrheit der Großeltern ist die Kinderbetreuung sinnstiftend und eine Bereicherung ihres Lebens.

## **Reiche Rentner/innen, arme Rentner/innen**

Das Ausmaß der Möglichkeiten zur eigenen Lebensgestaltung wie zum Engagement für andere hängt nicht zuletzt von den eigenen finanziellen Spielräumen ab. Wie viel Geld ein älterer Mensch zur Verfügung hat, ist dabei nicht nur das Ergebnis seiner individuellen Berufsbiografie und der von ihm mehr oder weniger frühzeitig getroffenen Vorsorgeentscheidungen. Die im Alter vorhandenen finanziellen Ressourcen hängen auch von wirtschaftlichen, politischen und nicht zuletzt demografischen Rahmenbedingungen ab. So finden sich deutliche Einkommensunterschiede zwischen älteren Menschen in den neuen und alten Bundesländern. Auch die finanzielle Situation vieler Frauen stellt sich schlechter da als die der meisten Männer.

Vergleicht man das Armutsrisiko zwischen verschiedenen Altersgruppen und über die letzten Jahre hinweg, so sind Personen jenseits des 65. Lebensjahres gegenwärtig keinem besonderen Armutsrisiko ausgesetzt. Im Gegenteil: Sie verfügen über erhebliche finanzielle Ressourcen, die sie nicht selten auch zur materiellen Unterstützung ihrer Kinder und Enkelkinder verwenden. Das zur Verfügung stehende Geld macht ältere Menschen auch zur begehrten Zielgruppe beispielsweise von Tourismus oder Gesundheitswirtschaft.<sup>3</sup>

## Möglichkeiten entdecken – Verantwortung tragen

Spätestens seit dem Fünften Altenbericht der Bundesregierung, der im Jahr 2005 unter dem Titel „Potenziale des Alters in Wirtschaft und Gesellschaft – Der Beitrag älterer Menschen zum Zusammenhalt der Generationen“ veröffentlicht wurde, gilt im Hinblick auf ältere und alte Menschen das politische Leitbild eines mitverantwortlichen Lebens. Hiermit wird sowohl die Verpflichtung des Einzelnen angesprochen, durch eine selbstverantwortliche Lebensführung Potenziale auszubilden und für sich selbst und andere zu nutzen, als auch der Staat aufgefordert, für Rahmenbedingungen zu sorgen, die jeder und jedem Einzelnen – auch im fortgeschrittenen Alter – eine angemessene Ausbildung und Verwirklichung von Potenzialen ermöglichen. Leitend ist die Überzeugung, dass nur auf der Grundlage von realen gesellschaftlichen Gestaltungsmöglichkeiten, einer gesellschaftlichen Anerkennung der Potenziale des Alters und eines glaubwürdigen Appells an ihre Solidarität ältere Menschen auch die Motivation zu mitverantwortlichem Handeln empfinden und sich entsprechend für andere einsetzen werden.

Was hier als gesellschaftspolitisches Ziel formuliert wird, trifft eine der Grundfragen der persönlichen Lebensgestaltung im Alter: Möchte man auch im Alter noch aktiv sein und sich in die Pflicht nehmen lassen, sich für andere und die Gesellschaft zu engagieren? Oder will man seinen Ruhestand selbstbestimmt im Sinne von „ungestört“ genießen? Aktuelle empirische Untersuchungen lassen vermuten, dass ein auf Muße und Genuss ausgerichtetes Leben gegenwärtig die dominierende Einstellung zur Lebensgestaltung im Alter darstellt.<sup>4</sup> Engagement und Einsatz für die Belange anderer und das Gemeinwohl stehen demgegenüber noch immer unter dem Vorzeichen von Fremdbestimmung und Zwang. Gewarnt werden muss in diesem Zusammenhang vor einer „Moralisierung“ der Lebensführung im Alter, die im Windschatten von Aufrufen zu verstärktem ehrenamtlichen Engagement oder familialen Betreuungsleistungen den Prozess des Alterns insgesamt in Frage zu stellen droht. Wenn „einfach alt zu werden“ immer weniger toleriert wird, dann gerät das Altwerden mehr und mehr zu einer Frage individuellen Bemühens bzw. Scheiterns.<sup>5</sup>

---

<sup>3</sup> Vgl. Andreas Kruse, *Alter – Was stimmt? Die wichtigsten Antworten*, Freiburg/Br. 2007, 61–70.

<sup>4</sup> Vgl. Anna Konradt / Klaus Rothermund, *Dimensionen und Deutungsmuster des Alterns. Vorstellungen vom Altern, Altsein und der Lebensgestaltung im Alter*, in: *Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie* 44 (2011) 291–298: 294ff.

<sup>5</sup> Vgl. Stefanie Graefe / Silke van Dyk / Stephan Lessenich, *Altsein ist später. Alter(n)snormen und Selbstkonzepte in der zweiten Lebenshälfte*, in: *Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie* 44 (2011) 299–305: 300.

## Kirche als Raum für Freiheit und Orientierung

Die Altenpastoral und die Pastoral der Kirche insgesamt lebt aus dem Engagement aller Christinnen und Christen. Schon ein flüchtiger Blick in Gemeinden, Verbände und Einrichtungen zeigt, dass ältere Menschen hierbei eine ganz bedeutsame und tragende Rolle spielen. Deren Dienst ist dankbar zu würdigen. Was für „neues Ehrenamt“ und „bürgerschaftliches Engagement“ im Allgemeinen gesagt wurde, hat auch für den kirchlichen Bereich zu gelten. Gerade in der Altenpastoral ist es Aufgabe, älteren Menschen Räume zur Verfügung zu stellen, in denen sie sich mit ihren Fähigkeiten selbst bestimmt einbringen und die sie partizipativ mitgestalten können. Altenpastoral – so die Leitlinien im Erzbistum Köln – knüpft dabei bei den Erfahrungen der alten Menschen an und eröffnet Perspektiven, Kirche als Raum für Freiheit und Orientierung zu erleben.<sup>6</sup>

Auf diesem Weg kann erfahrbar werden, welche „Schätze“ ältere und alte Menschen für die Glaubensgemeinschaft darstellen. Die dem Alter traditionell zugeordnete Weisheit umfasst im und neben dem Lebenswissen auch Glaubenserfahrung und Glaubenstiefe – ohne dass damit die heute mehr denn je sehr individuellen und vielgestaltigen Glaubensbiografien der altgewordenen Frauen und Männer in Abrede gestellt werden sollen (↗ Dossier „im Alter glauben“). Die Sicht der Älteren dazu, was in Leben und Glauben „zählt“, ihre Fähigkeiten mit Unsicherheiten und Ungewissheiten des Lebens umzugehen oder ihre erprobte Praxis der gläubigen Reflexion über grundlegende Fragen des Lebens – dies und viel mehr lässt die Älteren und Alten in den Reihen der Gemeinde so wertvoll und unersetzbar erscheinen. Es ist Aufgabe der Altenpastoral, diesen Schatz des Alters in generationenübergreifender Begegnung und Austausch zu heben: „Im gleichberechtigten Miteinander der Generationen wird eine neue Balance von Geben und Nehmen möglich und es weitet sich der Blick für den je eigenen Wert und Beitrag der verschiedenen Altersgruppen. Dort, wo sich die verschiedenen Generationen begegnen und in Gemeinschaft erfahren, wachsen eine tiefere Lebensgewissheit und ein neuer Sinn für das Eingebettetsein in der Generationenfolge. Ältere Menschen geben Zeugnis für das ganze menschliche Leben.“<sup>7</sup> Kirche lebt und profitiert von daher in ganz wesentlichem Maße von den Potenzialen älterer und alter Menschen, gleichzeitig verwahrt sie sich gegenüber deren Verzweckung oder einem „Leistungsdruck“ im Alter. Mehr noch: In der Wertschätzung der Hochaltrigen und Pflegebedürftigen unterstreicht sie auch solche Potenziale, die auf den ersten Blick nicht zu sehen sind – wie deren Hinweis auf Sinn und Würde nicht-perfektionierten, sondern im Vollsinn endlichen Lebens.

### Autor und Kontakt

Dr. Ulrich Feeser-Lichterfeld  
[info@feeser-lichterfeld.de](mailto:info@feeser-lichterfeld.de)

---

<sup>6</sup> Erzbistum Köln - Generalvikariat / Hauptabteilung Seelsorge (Hg.), Leitlinien zur Altenpastoral im Erzbistum Köln, Köln 2011, 14.

<sup>7</sup> Ebd., 15.