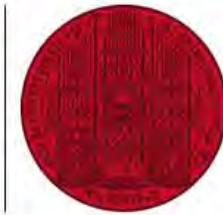




NETZWERK
ALTERNS-
FORSCHUNG



UNIVERSITÄT
HEIDELBERG
ZUKUNFT
SEIT 1386

Brauchen ältere Menschen jüngere Menschen – und umgekehrt?

**Prof. Dr. Hans-Werner Wahl
Netzwerk Alternsforschung & Psychologisches Institut, Universität
Heidelberg**

Vortrag Evangelische Stadtakademie Darmstadt, 03.02.2026

Vielen Dank für die Einladung!

Einige relevante
Rahmenbedingungen für eine
Betrachtung der Beziehungen von
alten und jungen Menschen

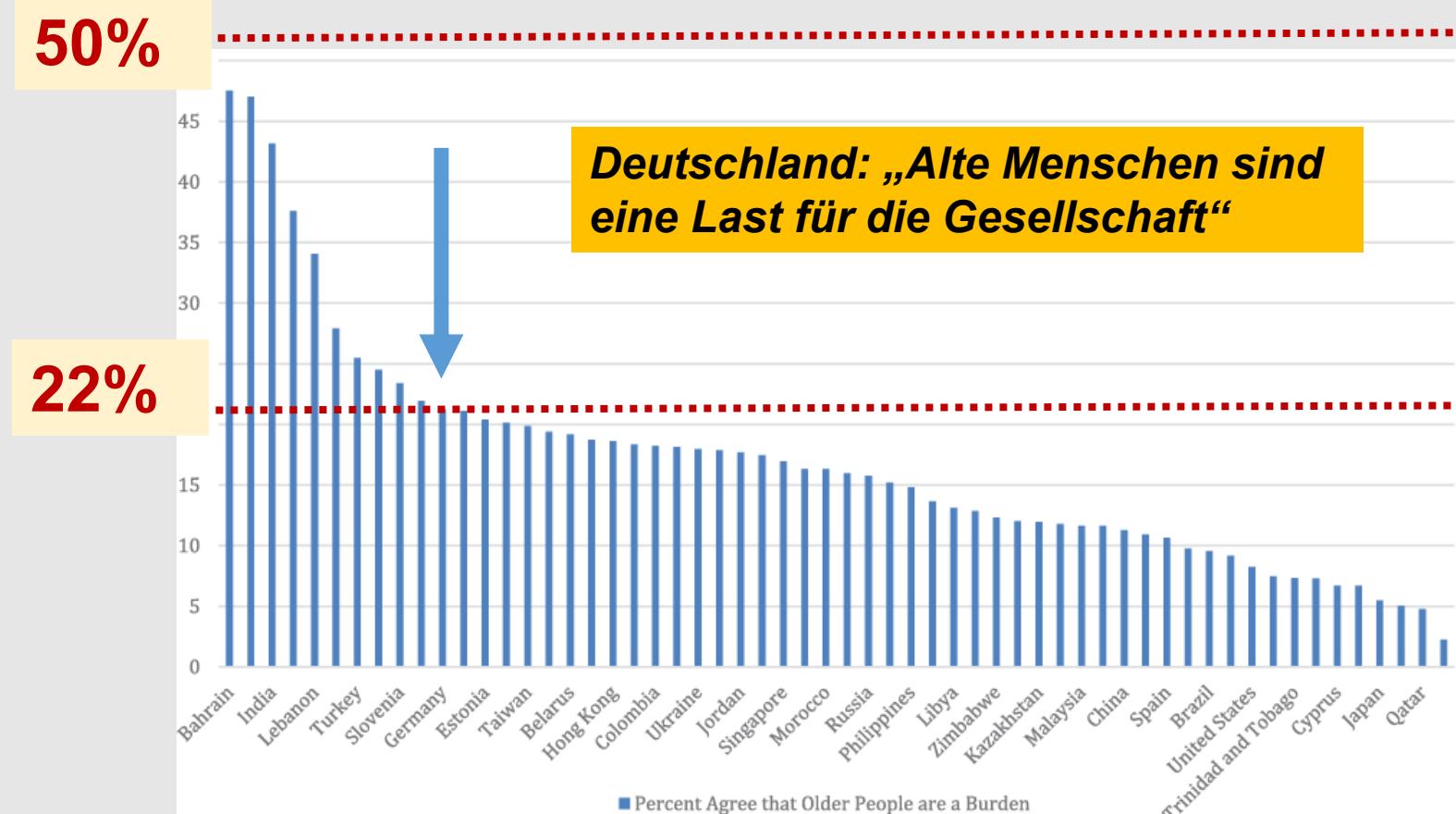
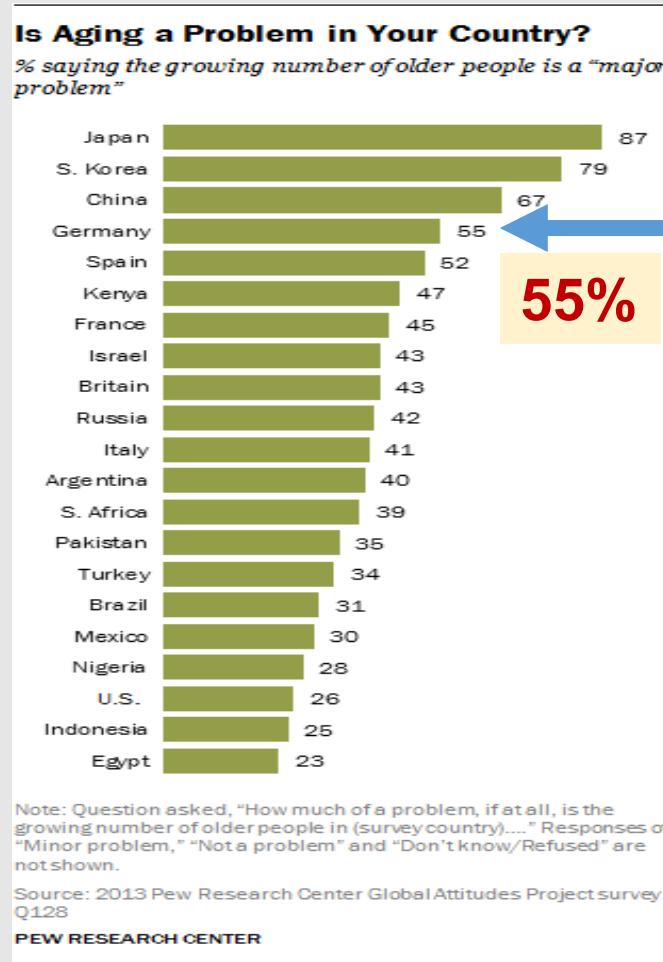
„Verbleibende“ Lebenserwartung nach chronologischen Altersstufen



Eine Konsequenz:

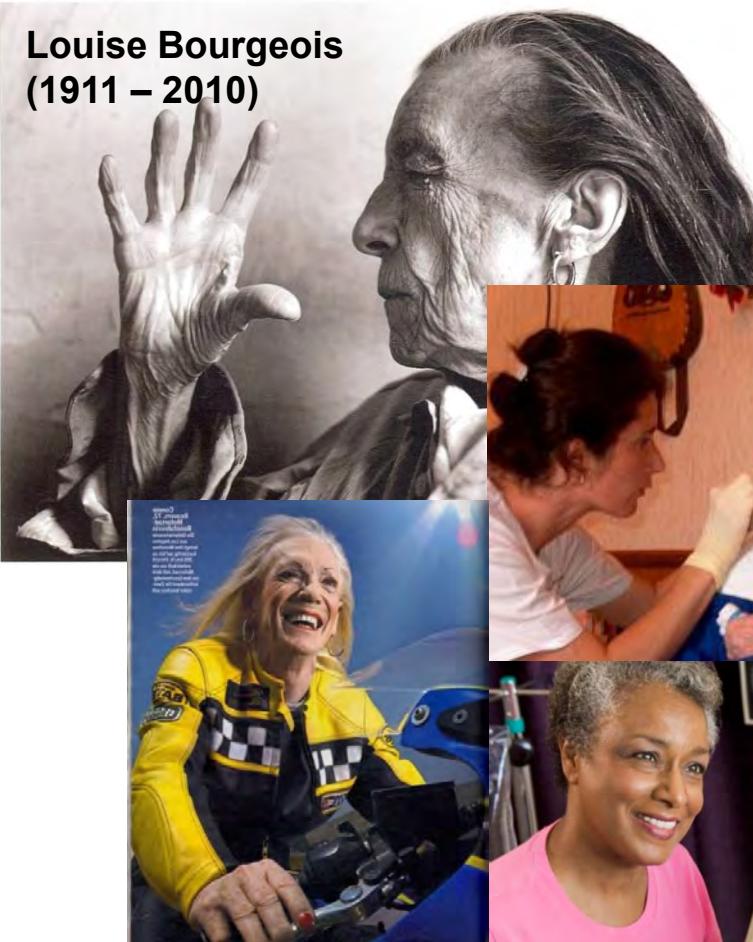
- Innerfamiliäre Beziehungen waren noch nie so lange wie heute: Paarbeziehungen, Kinder-Eltern, Enkel-Großeltern.
- Auch im ausserfamilären Bereich sind sich historisch gesehen noch nie so vielen alte und junge Menschen gleichzeitig begegnet.

Alternssichtweisen immer in sozio-kulturelle Bedingungen eingebunden



Peterson, L., & Ralston, M. (2017). Valued elders or societal burden: Cross-national attitudes toward older adults. *International Sociology*, 32(6), 731-754.
<https://doi.org/10.1177/0268580917726943>

Altern und junge Menschen: So divers wie nie zuvor



Um die Lebenslagen und Einstellungen der jungen Generation in Deutschland zu verstehen, braucht es eine differenzierte Betrachtung

Ältere lesbische, schwule und bisexuelle sowie trans* und inter* Personen (LSBTI*-Personen)



2026

Facetten der Betrachtungen der Beziehungen von alten und jungen Menschen (Generationenbeziehungen)

- Konzept der „Generationen“
- Blicke in die Evolution
- Blicke in die Antike
- Psychologie der Lebensspanne
- Ältere werden immer jünger und gleichzeitig älter

Generationenbegriff

- **Generationenlagerung** (Mannheim, 1928): Unterschiedliche Geburtskohorten haben unterschiedliche Prägungen erfahren. Stehen sich in Gesellschaften gegenüber, treten parallel in den unterschiedlichen Situationen auf.
- **Generationenzusammenhang** (Mannheim, 1928): Gemeinsamkeiten schaffen, Erzeugung von kollektiven Deutungen, erst Selbstreflexion zur eigenen Generation führt zu Gemeinsamem.
- Generationenfolge als grundlegend für **soziale Erneuerung**, aber auch Bewahrung des Erreichten.
- **„Generation Cleansing“**: Die „Alten“ müssen den „Jungen“ Platz machen, sonst würde gesellschaftliche Entwicklung scheitern.



Evolution, Generationen, Alter

- Erhalt der Spezies als „Super-Motivation“.
- Alter (postreproduktive Phase) nicht interessant für Evolution.
- Aber: „Großelternthese“ – Großeltern können durch Erfahrung und Emotionalität „fit“ machen.



https://de.video.search.yahoo.com/yhs/search?fr=yhs-trp-013&ei=UTF-8&hsimp=yhs-013&hspart=trp&p=J%C3%A4ger+und+Sammler+Evolution+Bilder&type=Y21_F163_226255_101623#id=2&vid=85b5749e9c3863dc85c76019ec2ae141&action=click

Griechische Antike

- Gesetze von Solon (7./6. Jahrhundert v. Chr.)
 - *Verleihung von relativ viel Macht an Ältere*
 - *Ausspielung von Macht im Areopag (höchster Gerichtshof im alten Griechenland)*
- Platon (427-347 v. Chr. = 80 Jahre)
 - *Insgesamt eher positives Altersbild*
 - *„Die Ältesten müssen befehlen, die Jungen gehorchen“* (zit. nach S. d. Beauvoir, 1977, S. 93);
 - *Bedeutung der Lebensführung in Jugend und frühem Erwachsenenalter*
 - *Eigenverantwortung in der Altersgestaltung*
 - *In gewisser Weise bereits Lebensspannenperspektive*

Tugendhaftigkeit
braucht Alter

Griechische Antike

- Aristoteles (384-322 v. Chr. = 62 Jahre)
 - *Insgesamt eher negatives Altersbild*
 - *Streitsüchtigkeit im höheren Alter („Rhetorik“)*
 - *Hochwertigkeit des mittleren Alters; nur dieses vereine die Vorteile der Jugend und des Alters*
 - *Alter trotz höherer Erkenntnis und Weisheit eher Phase des Abbaus als dominante Deutungsgestalt*
 - *Alte von der Macht ausschließen*

Lasterhaftigkeit
des Alters

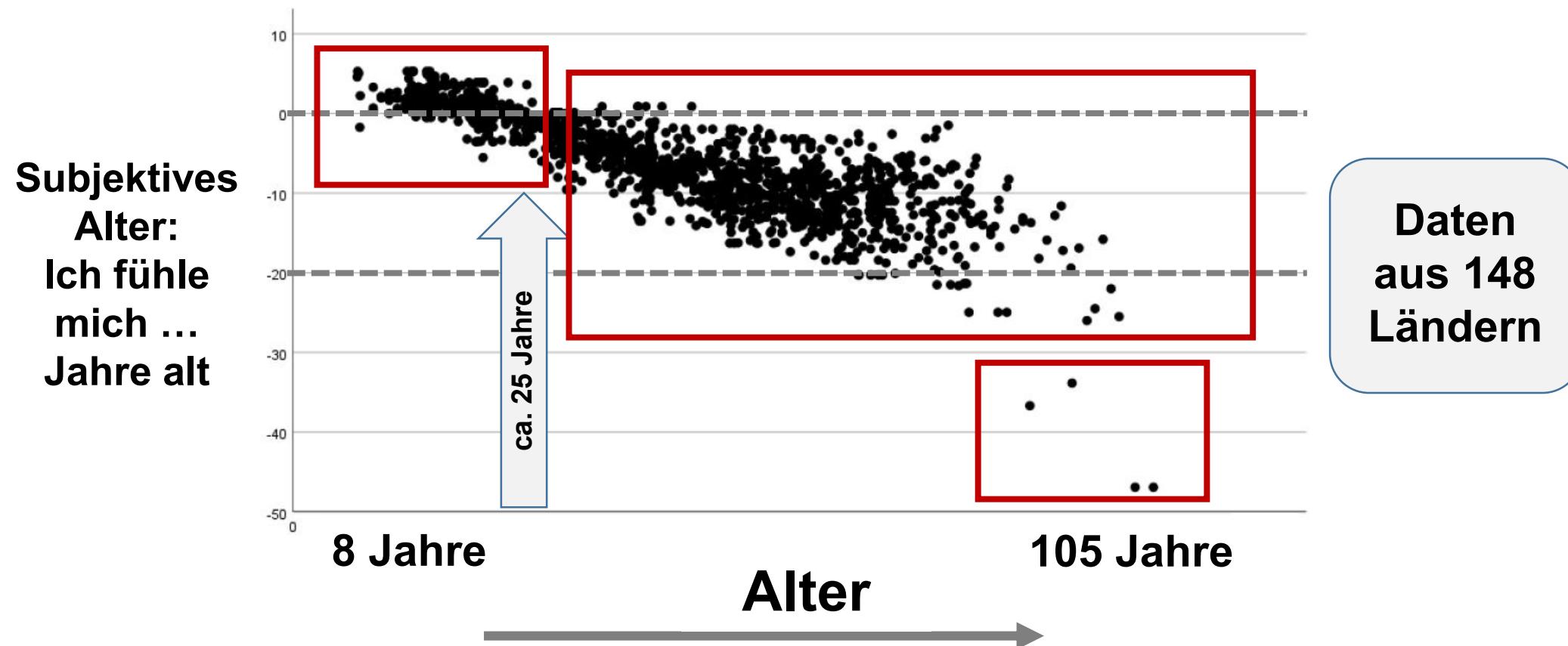
Grundlegende Betrachtungen der Lebensspannenpsychologie

- **Frühes Leben:** Das Expansive, Produktive, Offene, Disruptive, Ungewohnte, Überraschende, experimentierende (psychosoziales Moratorium; Erikson), das lernende System, das qualitativ voranschreitende...
- **Mittleres Leben:** Genießen des Erreichte, Das Generative, das sich neu orientierende, das die Fragilität des Lebens erkennende, das die Arbeitsphase auslätende.
- **Spätes Leben:** Das Bewahrende, das nicht mehr so offene, das Festgelegte, das tradierte, das erfahrene Leben, das fragile Leben, das Grenzgängertum, das Leben des Abschieds.

- Lebenserwartung steigt weiter an.
- Bildungsniveau steigt an (besonders bei alten Frauen).
- Kognitive Leistung steigt an.
- Körperliche Funktionalität steigt an.
- Biologische Robustheit steigt an.

Heute 75 Jahre alte Personen entsprechen in ihrer kognitiven Leistung den 56-Jährigen von vor 20 Jahren; sie sind gewissermaßen kognitiv 19 Jahre jünger.

Botschaft: Altern scheint immer „jünger“ zu werden.



Botschaft: Sich deutlich jünger fühlen „funktioniert“ bis ins höchste Alter

Studie:

German Ageing Survey ($n = 14,928$; about 50% female), 40-85 years at intake, up to 7 observations over 24 years.

- Je 10-Jahresschritte Rückgang des subjektiven Alters um 2%.
- Galt für den gesamten untersuchten Altersbereich.
- Sich-jünger-Fühlen blieb auch stabiler bis ins hohe Alter.
- Bildungseffekte schwächten sich im Laufe der Zeit ab.

Botschaft: Wir werden immer älter und fühlen uns immer jünger.

**Botschaft: Wir sollen / können sehr deutlich älter werden bereits in naher Zukunft:
Die „Longevity“-Medizin**



Iris Apfel, Der Spiegel,
23.11.2019

- 2023 *Dublin Longevity Declaration*
- “imagine a world where we control aging”
- “achieving control over our most inevitable biological outcome—age-related morbidity and mortality.”
- Skepsis ist angebracht.

Resümee

- Ältere werden immer „jünger“.
- Kaum jemand fühlt sich heute noch „alt“.
- Bewegen sich die „Alten“ äusserlich und innerlich immer mehr auf die Jungen zu?
- Wird die Generationenfrage (der „Generationenkonflikt“) quasi auf natürlichem Wege verschwinden?

Vielfach diskutierte theoretische Ansätze

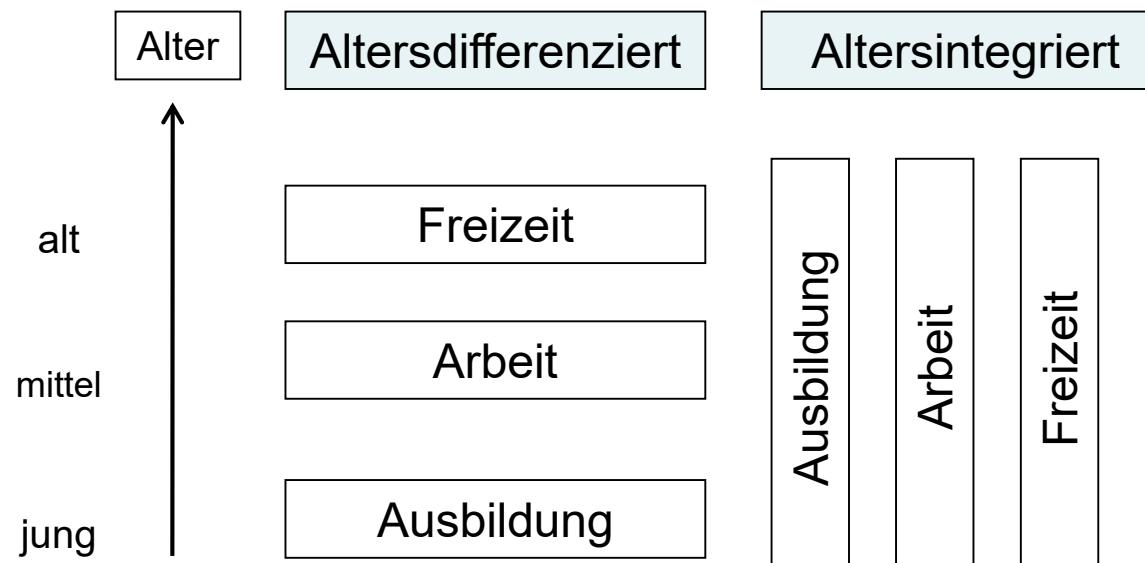
- Disengagement-Theorie
- Altersstratifizierung und die hinterher hinkende Gesellschaft („structural lag“)
- Generationenambivalenz

Disengagement-Theorie (1960er Jahre)

- Rückzug aus wichtigen gesellschaftlichen Rollen.
- Disengagement ist entlastend für Ältere und Jüngere.
- Prozess des Disengagements geschlechtsspezifisch (Männer: Rückzug aus instrumentellen Rollen; Frauen: aus sozial-emotionalen Rollen).
- Disengagement wird von Individuum und Gesellschaft ausgelöst und ist für beide adaptiv.

Altersstratifizierung und „Structural Lag“ (1970er Jahre)

- Der demografische Wandel verändert längst unsere Gesellschaft massiv, aber tradierte sozialstaatliche Institutionen hinken hinterher (z.B. Bildung nur für das frühe Leben, „Alter“ als Freizeit und „unproduktive“ Zeit).



- Diskriminierende Altersgrenzen würden entfallen – in jeder Richtung.
- Scheint auch nach den Bedürfnissen nachfolgender Generationen zunehmend erwünscht („Gen Z“).

Generationenambivalenz (Kurt Lüscher, ab 1990er Jahre)

- Kontinuität und Wandel in Generationenbeziehungen.
- Generationenbeziehungen sind eine „Gestalt“, eine gewisse Dauerhaftigkeit.
- Ambivalenz bedeutet **gleichzeitig** erfahrene Gegensätze:
- Generationenambivalenz in der Beziehungseinschätzung: Ambivalenzen drücken sich im alltäglichen Miteinander oder auch in generelleren Annahmen aus.
- Bewusstsein von Ambivalenz. Ambivalenzerfahrungen werden wahrgenommen und erlebt.
- Umgang mit Ambivalenz. Auswirkungen von Generationenambivalenz auf das Miteinander der Generationen. Möglichkeiten der Gestaltung.



Aus: Mey, G. (Hrsg.).(2005). Jung und alt. Perspektiven im städtischen Raum. Köln: Kölner Studien Verlag.

Resümee

- Das tradierte „Die Alten sollen den Jungen Platz machen“ und das ist gut für beide Seiten liegt hinter uns.
- Dennoch hängt unsere Gesellschaft noch stark den alten Generationenbildern hinterher.
- Es könnte dennoch auch „eingebaute“ Spannungen in den Generationenbeziehungen geben. Generationenambivalenz als unausweichlich?

Brauchen alte Menschen junge Menschen – und umgekehrt? Beispielhafte Bereiche und Befunde

- Spätes Arbeitsleben
- Generationenmiteinander und Generativität
- Klimawandel

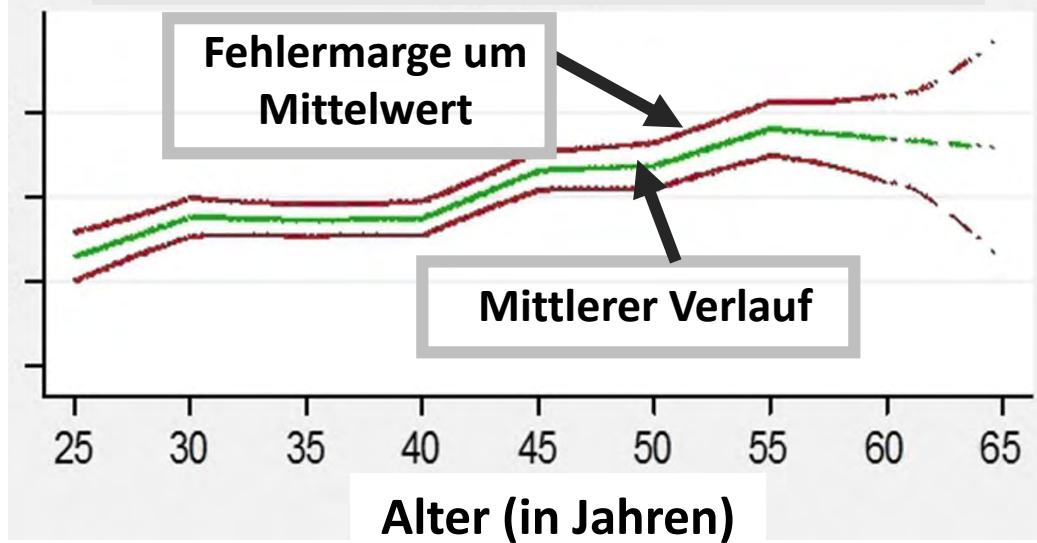
Spätes Arbeitsleben: Mittleres Lebensalter als Herausforderung



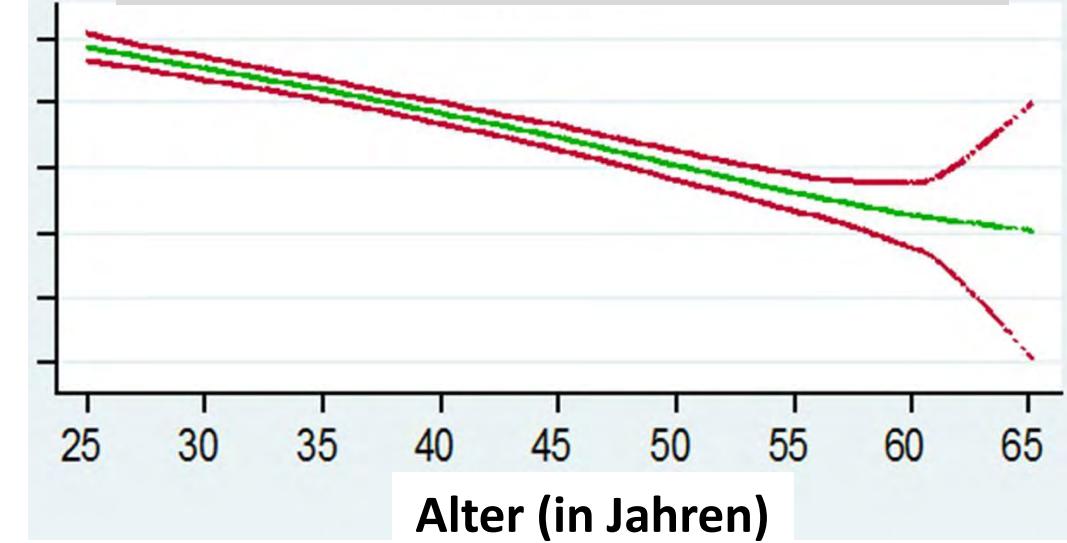
- Lebensbilanzierungen: Wo stehe ich?
 - Langfristige Lebensziele können der Korrektur bedürfen.
 - Umstellungen im psycho-physischen Gleichgewicht (Geschlechtshormone, Wechseljahre).
 - Zeitperspektive: Verbleibende Lebenszeit tritt mehr ins Bewusstsein.
 - Vernachlässigte Lebensziele („Träume“) können auftauchen.
 - Auseinandersetzung mit Endlichkeit nimmt zu.
 - Einschneidende Veränderungen (Familie, Gesundheit, Beruf) können eintreten.
- Erste Altersanzeichen – erste Alters-Selbststereotypisierungen

„Alt“ und „Jung“ in der Arbeitswelt

Anzahl Fehler (je höher Wert auf der Y-Achse, desto mehr)



Schwere der Fehler (je höher Wert auf der Y-Achse, desto schwerer)



Botschaft: Ältere Arbeitnehmer:innen machen zwar mehr, aber häufig weniger gravierende Fehler, sie bringen soziale Kompetenzen ein, sie identifizieren sich stärker mit dem Unternehmen, sie sind eine Antwort auf den Fachkräftemangel.

Einige Antworten:

- Wissen zu Arbeitskompetenzen aktiv zwischen Altersgruppen (Generationen) teilen.
- Didaktisch-methodische Prinzipien der Trainingsgestaltung für ältere Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer als „Softskill“ für alle Generationen.
- Optimale Nutzung von Ressourcen durch „Selektion, Optimierung und Kompensation“.
- Intergenerationen-Arbeitsteams.
- Gegenseitige Stereotype aktiv angehen.
- Miteinander der Generationen als entscheidend für Arbeitsproduktivität für die Zukunft einer alternden Arbeitsgesellschaft.

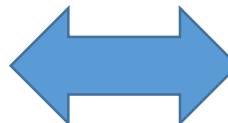
Intergeneratives Handeln hat positive „Breitband-Effekte“

Studie von Kessler und Staudinger (2007):

- 90 ältere Frauen im Alter von 70-74 Jahren und 90 weibliche Jugendliche im Alter von 14-15 Jahren. Intensives Zusammenarbeiten von „Inter-Generationspaaren“ (Ältere mit Älteren; Ältere mit Jüngeren).
- Jüngeren zeigten nach Durchführung der experimentell vorgegebenen Aufgaben ein höheres prosoziales Verhalten. Ältere steigerten zumindest in einigen Indikatoren ihre kognitive Leistungsfähigkeit.
- Dieser Effekt konnte nur in der Jung-Alt-Bedingung, nicht aber in der Alt-Alt-Bedingung beobachtet werden.
- Auch Studien zum Austausch zwischen älteren Menschen und Kindern über längere Zeiträume kommen zu positiven Ergebnissen.

Generativität: Ältere Menschen möchten Lebenserfahrungen und Lebenswissen in unterschiedlichsten Kontexten weitergeben, wo sinnvoll und gewünscht.

„Brauchen alte Menschen
junge Menschen?“



„Brauchen junge Menschen
alte Menschen?“

**Intergenerativer Austausch und intergeneratives Handeln
haben positive „Breitband-Effekte“, z.B.**

Jüngere:

- Empathie für Ältere
- Differenzierte Alterssichtweisen
- Horizont- und Wissenserweiterung

Wechselwirkung:

- Kreativität im Lösen von Aufgaben wird größer und reichhaltiger

Ältere:

- Empathie für Jüngere
- Differenzierte Alterssichtweisen
- Kognitive Anregung
- Ressource für Lebensqualität

Einige Antworten:

- Schaffung und Förderung von deutlich mehr Möglichkeiten des Austauschs der Generationen ist notwendig.
- Um Fairness zwischen den Generationen zu erleben, müssen die Leistungen der jungen und älteren Generationen gut sichtbar, nachhaltig und regelmäßig in die Gesellschaft kommuniziert werden.
- Die starke Fokussierung auf die hohen Kosten des sehr hohen Alters und die Rentenbelastung erzeugen ein Ungleichgewicht im Erleben von Generationenfairness.
- Junge und Ältere können nicht selten mehr bewegen als jeweils alleine.

Klimawandel und Altern

- Wichtiger, aber zu starker Fokus auf alte Menschen als Opfer des Klimawandelns (Vulnerabilitätsperspektive).
- Einerseits zeigen zahlreiche Studien, dass eine Abnahme der Bedeutung von Klimabelangen mit dem Älterwerden zu beobachten ist.
- Andererseits zeigen ältere Menschen (im Selbstbericht) ein relativ hohes Ausmaß an klimarelevantem Verhalten in ihrem Alltag (häufig höher als jenes der mittleren Generation).

Wahl, H.-W., & Budnick, A. (2025). Theoriegeleitete Sichtung vorliegender Daten zu Alter(n) und Klimawandel: ein explorativer Beitrag. Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie, 58, 268-274. <https://doi.org/10.1007/s00391-025-02453-1>

Einige Antworten:

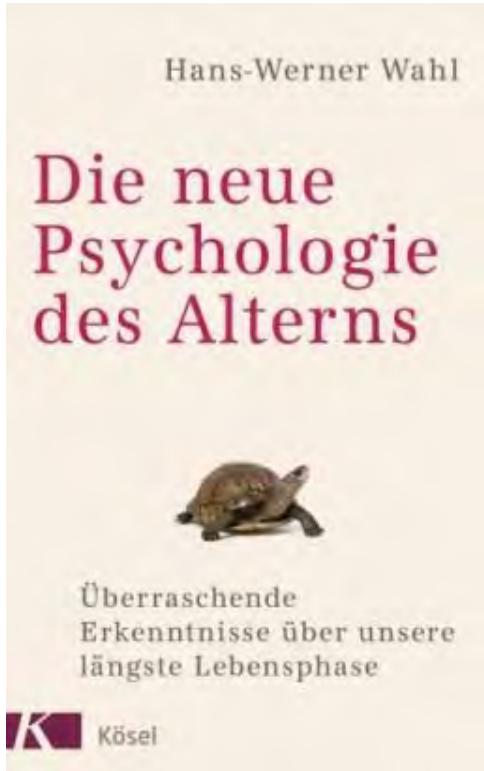
- „Die Boomer sind am Klimawandel schuld“???
- Gemeinsames Handeln der Generationen angesagt.
- Am ehesten zwischen „jung“ und „alt – und dies geschieht ja auch zunehmend.

Brauchen alte Menschen junge Menschen – und umgekehrt? Einige Schlussfolgerungen

- Das Generationenmiteinander hat viele Facetten, auch widersprüchliche und ambivalente.
- Generationenmiteinander einfach verherrlichen, sondern differenziert betrachten.
- Die Produktivität eines verstärkten Miteinander der Generationen wird in unserer Gesellschaft noch in vielen Bereichen unterschätzt.
- Das Generationenmiteinander steht auch vor neuen Herausforderungen (langes Leben und Altern, jung bleiben als Norm, immer längere Parallelität unterschiedlicher Generationen).
- Der früher immer wieder beschworene „Krieg der Generationen“ scheint nicht stattzufinden, aber an der Generationenfairness muss stetig weitergearbeitet werden, um unsere Demokratie zu festigen.

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

wahl@nar.uni-heidelberg.de



2017



2024



2026