



NETZWERK
ALTERNs-
FORSCHUNG



UNIVERSITÄT
HEIDELBERG
ZUKUNFT
SEIT 1386

Brauchen ältere Menschen jüngere Menschen – und umgekehrt?

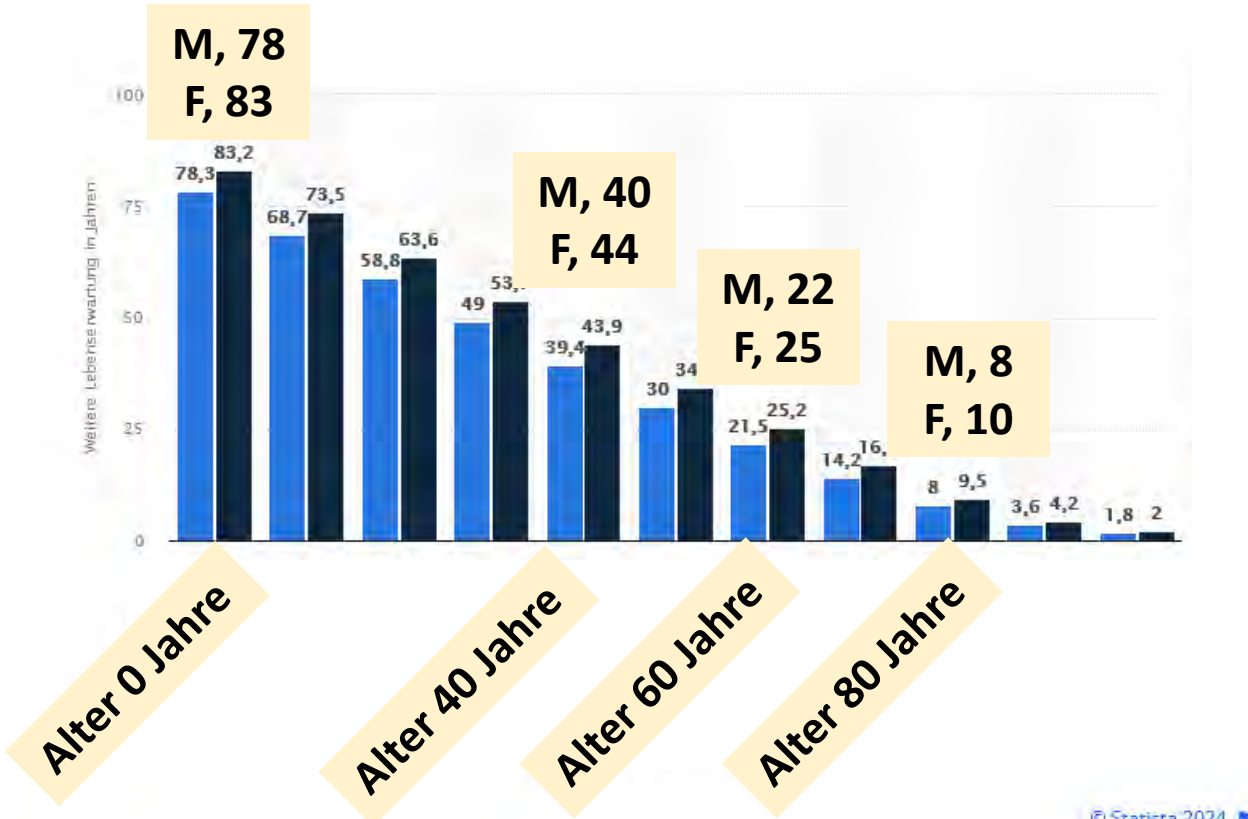
Prof. Dr. Hans-Werner Wahl
Netzwerk Alternsforschung & Psychologisches Institut, Universität Heidelberg

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



[Details zur Statistik](#)

© Statista 2024

[Quellen anzeigen](#)

M: Männer
F: Frauen

statista

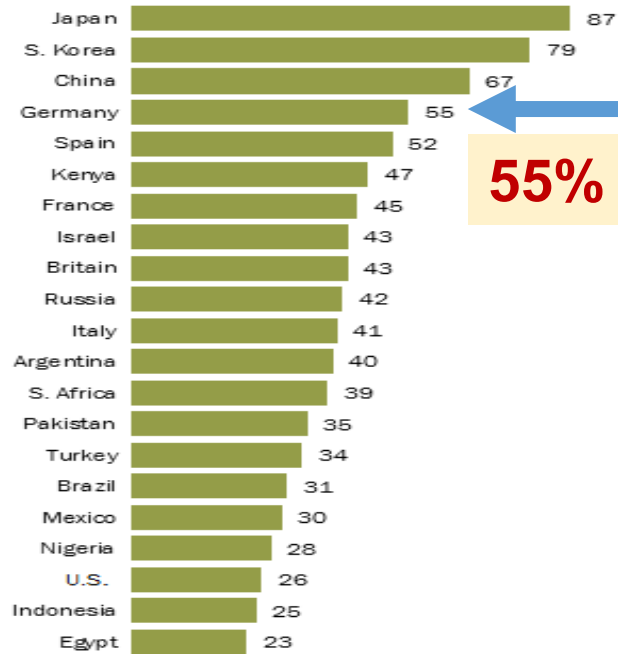
Eine Konsequenz:

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

Alternssichtweisen immer in sozio-kulturelle Bedingungen eingebunden

Is Aging a Problem in Your Country?

% saying the growing number of older people is a "major problem"



Note: Question asked, "How much of a problem, if at all, is the growing number of older people in (survey country)...." Responses of "Minor problem," "Not a problem" and "Don't know/Refused" are not shown.

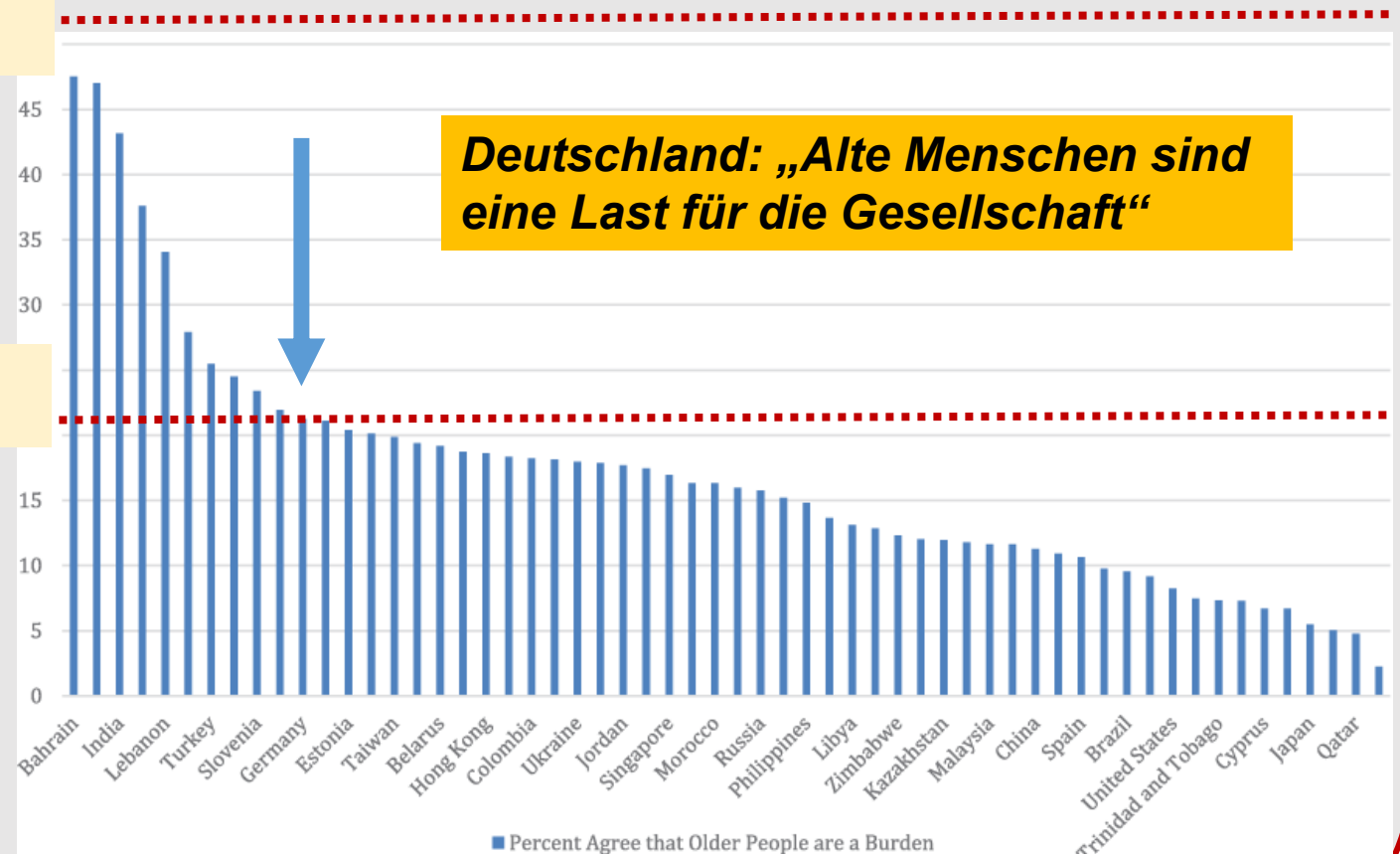
Source: 2013 Pew Research Center Global Attitudes Project survey. Q128

PEW RESEARCH CENTER

50%

55%

22%



Deutschland: „Alte Menschen sind eine Last für die Gesellschaft“

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

Louise Bourgeois
(1911 – 2010)



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)



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

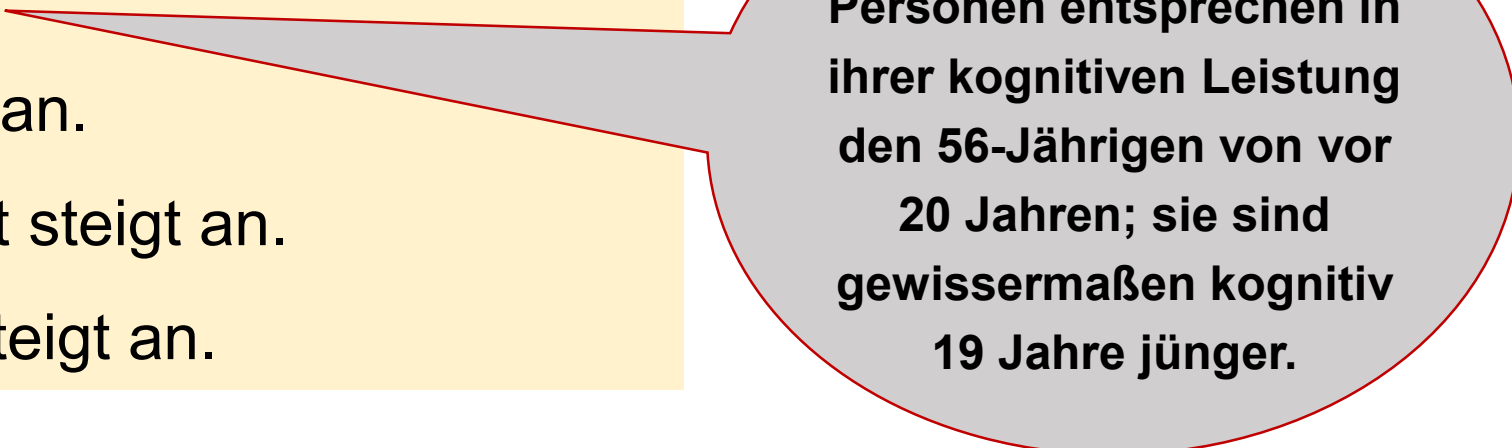
Griechische Antike

- Aristoteles (384-322 v. Chr. = 62 Jahre) **Lasterhaftigkeit des Alters**
 - *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*

Grundlegende Betrachtungen der Lebensspannenpsychologie

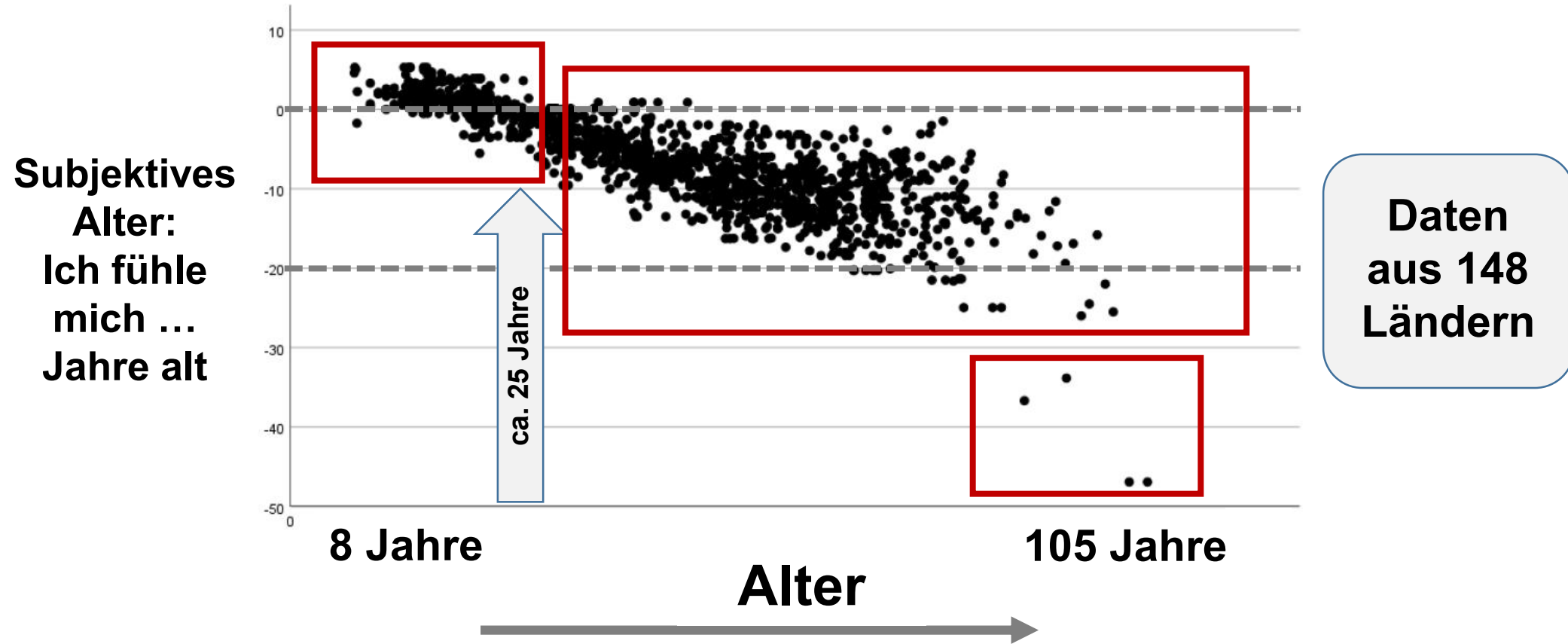
- **Frühes Leben:** Das Expansive, Produktive, Offene, Disruptive, Ungewohnte, Überraschende, experimentierende (psychosoziales Moratorium; Erikson), das lernende System, das qualitativ voranschreitende...
- **Mittleres Leben:** Genießen des Erreichte, Das Generative, das sich neu orientierende, das 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?

Vieldiskutierte theoretische Ansätze

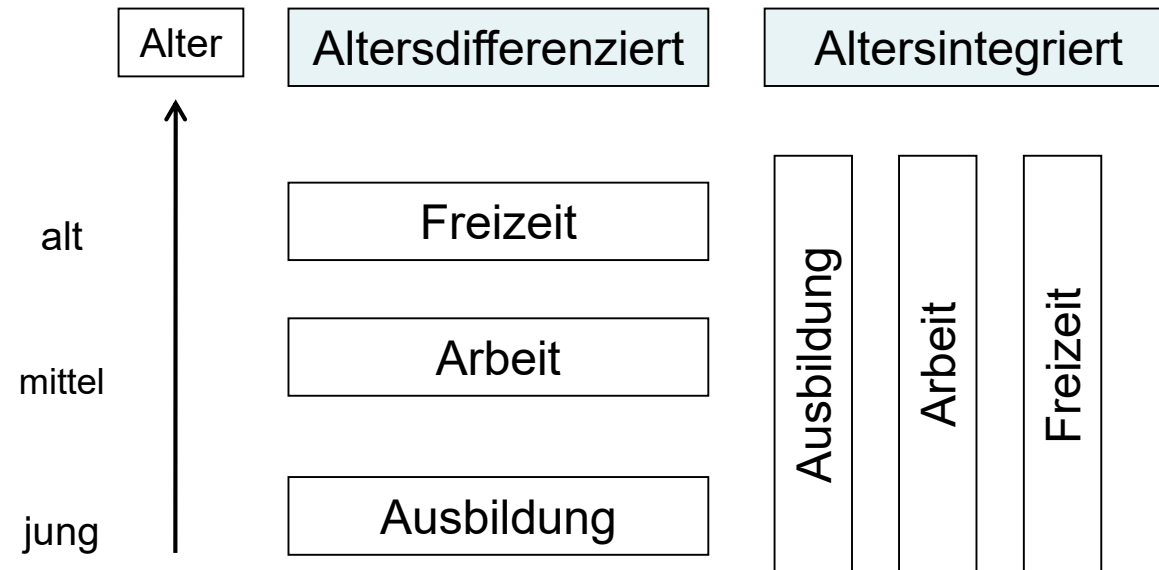
- Disengagement-Theorie
- Altersstratifizierung und die hinterher hinkende Gesellschaft („structural lag“)
- Generationenambivalenz

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

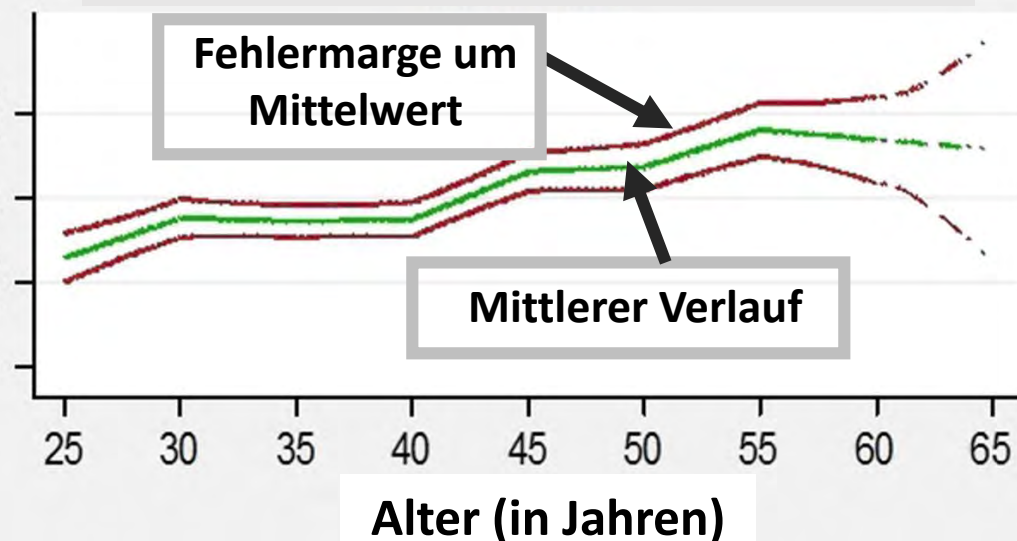
Spätes Arbeitsleben: Mittleres Lebensalter als Herausforderung



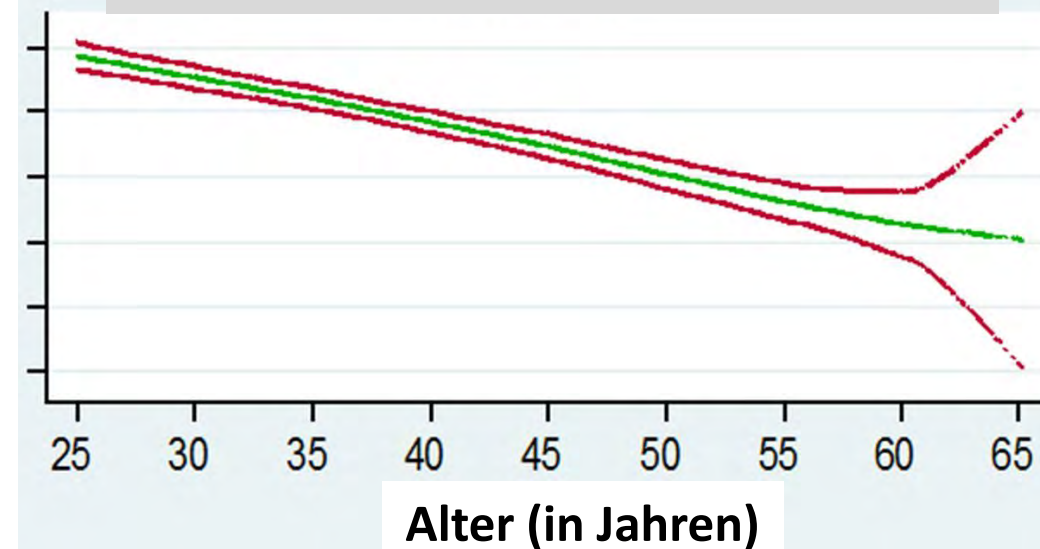
- Lebensbilanzierungen: Wo stehe ich?
 - Langfristige Lebensziele können der Korrektur bedürfen.
 - Umstellungen im psycho-physischen Gleichgewicht (Geschlechtshormone, Wechseljahre).
 - Zeitperspektive: Verbleibende Lebenszeit tritt mehr ins Bewusstsein.
 - Vernachlässigte Lebensziele („Träume“) können 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.

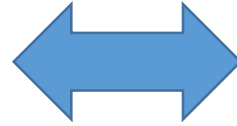
Intergeneratives Handeln hat positive „Breitband-Effekte“

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 Klimawandels (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