

Navigationspfad: Startseite

## 57% haben für ihren Lebensabend nicht vorgesorgt



### Zwei Drittel der berufstätigen Best Agers verdrängen ihre Zukunft

67% der berufstätigen Best Agers (50 . 65 Jahre) haben sich bisher noch kaum Gedanken über die Zeit nach der Pensionierung gemacht, so das Ergebnis der aktuellen Silver Living Studie "Die Bedürfniswelt der Best Agers". Nur rund ein Drittel der Best Agers (32%), die noch nicht in Pension sind, hat sich einigermaßen intensiv mit der Zukunft im Ruhestand auseinandergesetzt. erklärt DDr. Paul Eiselsberg, Senior Research Director von IMAS International, der die Studie wissenschaftlich geleitet

hat. "De facto verdrängen also rund zwei Drittel der berufstätigen Best Agers den letzten Lebensabschnitt

### Gedanken über die Zeit nach der Pensionierung

Betrachtet man die gesamte Gruppe der Best Agers, so hat rund ein Viertel (23%) bereits über den Ruhestand nachgedacht, während dies bei rund der Hälfte der Best Agers (48%) noch nicht der Fall war. Erwartungsgemäß steigt mit steigendem Alter die Auseinandersetzung mit der Zeit nach der Pensionierung. Jene, für die eine mögliche Pflegebedürftigkeit im Alter ein Problem darstellt, machen sich überdurchschnittlich häufig Gedanken über die Zeit nach der Pensionierung.

### Best Agers sind gefordert nicht zu verdrängen

"Wir erleben einen vorhersagbaren demografischen Ausnahmezustand, weil bis Ende 2030 mehr als drei Millionen ÖsterreicherInnen den 60. Geburtstag hinter sich haben werden und die Anzahl der Hochbetagten noch dynamischer wächst", konstatiert Walter Eichinger, Geschäftsführer Silver Living, dem Marktführer für Betreutes Wohnen in Österreich. "Die Best Agers sollten schleunigst über ihre Zukunft nachdenken. Denn sonst werden leider viele den Punkt verpassen, an dem sie noch selbst entscheiden können, wie sie ihren Lebensabend verbringen wollen. Die schlechteste Alternative ist nichts zu tun und darauf zu vertrauen, dass sich schon alles irgendwie ergeben wird. Ein Grund für die Passivität in dieser Altersgruppe sei, dass bei den Best Agers eine sehr hohe Zufriedenheit mit der aktuellen Lebenssituation vorhanden ist. Und man vertraut darauf, dass sich daran auch im höheren Alter nichts ändern wird. Ebenso müssten die Verantwortlichen der Länder einmal Klartext sprechen, aber offensichtlich sind diese mit der Problemflut überfordert.

### Es fehlt die Vorstellung, wie man in Würde altert

"Grundsätzlich meint Verdrängung, dass Gedanken und Gefühle, die besonders unangenehm sind und drohen, uns zu überfordern, nicht wahrgenommen werden", erläutert Prim. Dr. Kurosch Yazdi Vorstand Klinik für Psychiatrie am Kepler Universitätsklinikum. "Insofern stellt Verdrängung einen Schutzmechanismus dar, um kurzfristig das Funktionieren der Psyche zu stabilisieren. Derartige Schutzmechanismen nennt man Abwehrmechanismen und Verdrängen ist einer davon. Dass die Menschen älter werden und irgendwann (hoffentlich) alt sein werden, ist etwas Natürliches und sollte uns eigentlich nicht überfordern. Denn kulturell sollten wir uns so entwickelt haben, dass wir als Individuen und als Gesellschaft damit umgehen können. Yazdi weiter: "Die Tatsache, dass viele Menschen zwischen 50 und 65 Jahren sich kaum Gedanken über ihr Leben im Alter machen, zeigt aber, dass dieses Thema angstbesetzt oder zumindest äußerst unangenehm ist. Der Psychiater geht davon aus, dass das Altern "verdrängt" werde, weil eine Vorstellung fehle, wie in Würde gealtert werden kann.

### Individuum, Familie und Gesellschaft sind überfordert

Yazdi differenziert zwischen drei Ebenen in der Überforderung:

Das Individuum: Auf der Seite des Individuums besteht die berechtigte Sorge, dass mit dem Altern körperliche und geistige Gebrechen im Sinne von Erkrankungen dazu führen könnten, dass man in seiner Selbstwirksamkeit deutlich eingeschränkt wird. Für viele Menschen ist aber das Gefühl von

Selbstwirksamkeit sehr stark mit Selbstvertrauen und auch Sinnfindung verbunden. Es ist also nachvollziehbar, dass der Gedanke, durch Krankheit ans Bett gefesselt zu sein oder sich nicht mehr erinnern zu können (bei Demenz) dazu verführt, sich gar nicht mehr mit dem Thema Altern zu beschäftigen. Die Familie: Früher konnten sich die meisten Menschen darauf verlassen, dass sie im Familienverband alt werden. Aber heute haben die meisten Familien nur noch 1 bis 2 Kinder. Und ein Kind kann sich nicht um zwei alternde Menschen kümmern und nebenbei noch berufstätig sein oder eigene Kinder großziehen. Dadurch entsteht der Eindruck, als würden die Alten ihrer Familie zur Last fallen. Die Jungen verdrängen die Zukunft Ihrer Eltern, weil sie sich mit der Betreuung und Pflege zuhause überfordert sehen. Die Eltern verdrängen ihre eigene Zukunft, weil sie nicht zur Last fallen wollen, aber ihre Vorstellung vom Altern auch nicht kompatibel ist mit einem Alterspflegeheim.

Die Gesellschaft: Auf der gesellschaftlichen Ebene ist nur jung und sexy ein Thema. Der alternde Mensch soll bitte gefälligst möglichst jung tun: er soll körperlich fit sein, voller Freude und Motivation, leistungsfähig, mit moderner Technik und sozialen Medien umgehen können, sich jugendlich anziehen und dank Viagra auch noch Sex haben. "Dass für manche ältere Menschen all das tatsächlich möglich ist, ist wunderbar%", sagt Yazdi. "Aber die vielen, die mit diesen Leistungsansprüchen nicht mithalten können, werden nicht gerne gesehen, weil sie die Gesellschaft schmerzvoll an ihre überzogenen Ansprüche erinnern." Somit verdränge die Gesellschaft die Probleme, die mit dem Altern verbunden sein können.

Yazdi ergänzend: "Leider wird gerade durch die individuelle, familiäre und gesellschaftliche Verdrängung das Problem erst recht schlimmer: Viele Menschen treffen nicht rechtzeitig Vorkehrungen, um im Alter ein gesichertes und auch sinnerfülltes Leben haben zu können. Damit wird die Lebensqualität im Alter weitgehend dem Zufall überlassen. Manchmal kommt es aber zu einem point of no return, wenn z.B. der Lungenkrebs ausgebrochen ist, weil nicht rechtzeitig daran gedacht wurde, mit dem Rauchen aufzuhören". Zudem sei das Altern ein großes Thema in den Medien. Aber dabei geht es fast immer nur um das Jungbleiben im Alter, was absurd ist. "Eigentlich sollten wir uns Gedanken machen um die Absicherung unserer körperlichen und psychosozialen Gesundheit, die neben Sport und Ernährung auch familiäre und finanzielle Themen sowie das Wohnen und die Betreuung/Pflege im Alter einschließt", erklärt Yazdi.

### **57% haben noch keine Vorsorge für den Lebensabend getroffen**

"Zwei Fünftel der Best Agers (39%) haben bereits eine Form von Vorsorge für ihren Lebensabend getroffen, bei drei Fünftel der Befragten (57%) war dies hingegen noch nicht der Fall", erläutert Eiselsberg. Wiederum zeigt sich ein Altersgefälle, wonach die Befragten zwischen 50 und 54 Jahren am seltensten für ihren Lebensabend vorgesorgt haben und die "Älteren" zwischen 60 und 65 Jahren am häufigsten. Personen, welche derzeit in einem Mietverhältnis leben, haben deutlich seltener Vorbereitungen fürs Alter getroffen als ihre sozialen Gegengruppen. "Personen, für welche das Problem einer möglichen Pflegebedürftigkeit im Alter eine große Rolle spielt, haben überdurchschnittlich häufig bereits fürs Alter vorgesorgt", ergänzt Eiselsberg.

### **Nur ein Viertel hat sich mit der Wohnsituation im Alter auseinandergesetzt**

Auch mit der Wohnsituation im Alter haben sich die österreichischen Best Agers noch vergleichsweise selten auseinandergesetzt: Erst ein Viertel der Befragten (26%) hat sich damit sehr oder einigermaßen intensiv beschäftigt, drei Viertel (74%) haben sich hingegen diesbezüglich noch kaum Gedanken gemacht. Hierzu zählen wiederum 50 bis 54-Jährige überdurchschnittlich stark.

Als Informationsquelle für Möglichkeiten des Wohnens im Alter wurde hauptsächlich auf Gespräche mit Freunden oder der Familie gesetzt und weniger auf konkrete Anlaufstellen wie Hilfsorganisationen oder Anbieter derartiger Wohnformen. Dementsprechend wurden auch nur von einer Minderheit jener, die sich bereits mit der Wohnsituation im Alter auseinandergesetzt haben, konkrete Angebote eingeholt, während dies bei der großen Mehrheit bislang noch nicht der Fall war.

Befragte, die die Wohnsituation im Alter gedanklich ausgeblendet haben, nennen hierfür vor allem drei Gründe: Das Vorhaben, den Lebensabend in der aktuellen Wohnsituation verbringen zu wollen, sich diesbezüglich noch keine Gedanken machen zu wollen oder sich dafür noch zu jung zu fühlen. Auch wird mehrheitlich der Aussage zugestimmt, dass man so etwas nicht wirklich planen kann.

### **Prioritäten: Finanzielle Absicherung und Lebensalter in den eigenen vier Wänden**

In den Augen der Best Agers sind zwei Aspekte im Leben von älteren Menschen besonders wichtig: Einerseits, dass man im Alter finanziell abgesichert ist (73%) und andererseits, dass man auch den Lebensabend in den eigenen vier Wänden verbringen kann (61%). Das Konzept des Betreuten Wohnens

scheint somit ein zentrales Bedürfnis anzusprechen. Auf einer weiteren Ebene folgt der Wunsch nach menschlichem Kontakt, also jemanden in der Nähe zu haben, mit dem man täglich reden kann (54%) und jemanden zu haben, der einen pflegt (53%). Eines scheint für die Best Ager hingegen von geringerer Bedeutung: Als älterer Mensch die Möglichkeit zu haben, bei Kindern oder Verwandten zu wohnen. Für Frauen, Angehörige höherer sozialer Schichten, Berufstätige sowie Bewohner des ländlichen Raums, ist es überdurchschnittlich essentiell, den Lebensabend in den eigenen vier Wänden verbringen zu können.

### **Erwartung an Senioreneinrichtungen: Selbstständigkeit, ärztliche Betreuung, Pflegebetreuung**

Die Best Ager haben eine klare Erwartungshaltung in Bezug auf Einrichtungen für ältere Menschen und nennen drei Kerndriver: Selbstständigkeit (73%), ärztliche Betreuung (68%) und Pflegebetreuung (67%). Auf einer weiteren Ebene folgen eine gute Infrastruktur in der näheren Umgebung und permanente Ansprechpartner. Gesellschaftliche Aspekte, wie Geselligkeit, Aktivitäten oder Gemeinschaftsräume, rangieren erst im unteren Bereich der Prioritätenliste. "Aus der täglichen Praxis wissen wir aber, dass diese Punkte erst dann für Senioren wichtig sind, wenn sie nicht abgedeckt werden", ergänzt Walter Eichinger.

### **Pflegebedürftigkeit im Alter spielt eine gewisse Rolle**

Die Tatsache, im Alter auf Hilfe bzw. Betreuung im Alltag angewiesen zu sein, scheint die 50 bis 65-Jährigen bereits in einem gewissen Ausmaß zu beschäftigen: Für ein Viertel der Befragten (25%) spielt das Problem der Pflegebedürftigkeit eine sehr große Rolle, für weitere 42 Prozent eine mittelmäßige. Für ein Viertel der Best Ager (26%) erweist sich diese mögliche Abhängigkeit hingegen kaum als Problem. Interessanterweise zeigt sich in dieser Dimension kein klares Altersgefälle; Personen zwischen 55 und 59 Jahren geben häufiger an, dass die Betreuung im Alter für sie eine sehr große Rolle spielt, als ihre sozialen Gegengruppen (also sowohl die 50 bis 54-Jährigen als auch die 60 bis 65-Jährigen). Es zeigen sich geschlechterspezifische Unterschiede: Frauen scheinen sich überdurchschnittlich häufig Gedanken über eine mögliche Pflegebedürftigkeit im Alter zu machen.

### **Zuversicht, dass man im Alter von jemandem versorgt wird**

In der Zielgruppe der Best Ager überwiegt die Zuversicht, dass es im Alter jemanden geben wird, der sich um einen kümmert. Im Detail hält dies ein Viertel der Befragten (25%) für sehr wahrscheinlich und ein weiteres Drittel (31%) für einigermaßen wahrscheinlich. Dabei denkt man in erster Linie an Kinder bzw. Enkelkinder oder an den Lebenspartner. Ein Drittel der Befragten (31%) hegt diesbezüglich hingegen Zweifel und befürchtet, dass es eher oder sehr unwahrscheinlich ist, im Alter von jemandem versorgt zu werden.

Dabei zeigen sich Befragte zwischen 60 und 65 Jahren und Mitglieder von Mehr-Personen-Haushalten überdurchschnittlich häufig davon überzeugt, dass man im Falle einer Pflegebedürftigkeit im Alter gut versorgt wird. Auch zeigt sich ein Gefälle in den Bildungs- und sozialen Schichten: Je höher die Bildung bzw. soziale Schicht, desto stärker die Zuversicht, dass sich im Alter jemand kümmern wird. Hinsichtlich des Geschlechtes zeigen sich hingegen nur marginale Unterschiede in der Wahrnehmung. Am pessimistischsten sind Personen, die derzeit alleine im Haushalt leben.

Hoher Kenntnisstand über Betreutes Wohnen, durch Gespräche und Tageszeitungen Der Begriff des Betreuten Wohnens ist in der Gruppe der Best Ager zu einem Großteil bekannt: Zwei Drittel der Befragten (69%) wissen, was unter dem Begriff zu verstehen ist, ein Viertel (25%) hat hingegen keine konkrete Vorstellung davon. Frauen, Personen zwischen 60 und 65 Jahren und Angehörige höherer sozialer Schichten zeichnen sich durch einen überdurchschnittlich hohen Kenntnisstand aus. Als Hauptinformationsquelle für Betreutes Wohnen dienen in erster Linie Gespräche mit Freunden bzw. Bekannten gefolgt von klassischen Medien wie Tageszeitungen und TV sowie Gesprächen mit der Familie.

Betreutes Wohnen wird mit Betreuung, Gemeinschaft und Eigenständigkeit in Verbindung gebracht. Im Bewusstsein der Best Ager wird Betreutes Wohnen vor allem mit drei Aspekten in Verbindung gebracht: (1) Betreuung bzw. Versorgung allgemein (21%), (2) Gemeinschaft und Geselligkeit (20%) und (3) eigenständiges Leben bzw. Betreuung nach Bedarf (19%). Diese Kombination aus Eigenständigkeit und Betreuung wird auch auf einer weiteren Ebene sichtbar, wo "Pflegedienste", "Unterstützung" und die "eigenen vier Wände" genannt werden.

Anschließend werden noch unterschiedliche konkrete Leistungen des Betreuten Wohnens genannt, wie die medizinische Versorgung, Unterstützung im Alltag oder die mobile Heimhilfe. Insgesamt scheint somit ein äußerst positives Bild vom Betreuten Wohnen im Bewusstsein der Best Ager verankert zu sein, es werden kaum negative Assoziationen gemacht.

### Potenzial für Betreutes Wohnen liegt bei 27 Prozent

Rund ein Viertel der Befragten (27%) wäre grundsätzlich daran interessiert, später selbst einmal in einer Anlage für Betreutes Wohnen zu leben. Dies ist ein vergleichsweise hoher Wert, wenn man bedenkt, dass sich drei Viertel der Best Agers noch keine Gedanken über ihre Wohnsituation im Alter gemacht haben und diese ihr Interesse am Betreuten Wohnen dementsprechend noch weniger konkret äußern können. 18 Prozent der Befragten geben hingegen zu Protokoll, dass diese Wohnform für sie selbst nicht in Frage käme. Hierbei ist natürlich zu berücksichtigen, dass es sich bei der Frage der Wohnsituation um eine multifaktorielle Entscheidung handelt, welche von unterschiedlichsten Faktoren abhängt, wie dem späteren Gesundheitszustand, der Verfügbarkeit der Angebote in der Nähe, der Betreuung durch die Familie usw. Frauen, Personen zwischen 60 und 65 Jahren, Bewohner des urbanen Raums sowie Menschen, die alleine im Haushalt leben, bekunden überdurchschnittlich hohes Interesse an Betreutem Wohnen.

### 37 Prozent hatten bereits Erfahrung mit einem Pflegefall, die Pflege erfolgte durch Familienangehörige oder ein Pflegeheim

37 Prozent der Befragten hatten in ihrem näheren Umfeld bereits Erfahrungen mit einem Pflegefall, bei 63 Prozent war dies hingegen nicht der Fall. Dabei erfolgte die Pflege in erster Linie durch einen Familienangehörigen oder ein Pflegeheim, teilweise wurde diese auch von einer 24 Stunden Hilfe zu Hause durchgeführt. Betreutes Wohnen oder Krankenhäuser wurden diesbezüglich kaum aufgesucht. Die Pflege wurde vor allem als Belastung bzw. Stress für die Familienangehörigen wahrgenommen. Auf einer weiteren Ebene werden jedoch auch positive Erfahrungen und eine gute Betreuung hervorgehoben. Dennoch wird auch der Wunsch geäußert, selbst einmal nicht in eine derartige Situation kommen zu wollen. Dennoch hat die Pflege . den Befragten zufolge . gut funktioniert, kaum jemand äußert einen explizit negativen Eindruck. Personen, welche jedoch mit der Pflege bereits negative Erfahrungen gemacht haben, zeichnen sich tendenziell durch eine vergleichsweise negativere Grundstimmung aus und messen dem Problem einer möglichen Pflegebedürftigkeit im Alter vergleichsweise größere Bedeutung bei.

Quelle: Reichl und Partner PR

## 1 Kommentar(e)

[nassersepperl](#), 30.06.2016 16:22

### Lebensabend

Puhhh, daß is mir aber zu viel zum lesen.

Ich habe nie darüber nachgedacht, was im Alter sein wird. Ich wußte aber, daß das Alt werden nix gscheites bringen wird und ich habe recht behalten, je älter ich werde, um so beschissener (im wahrsten Sinne des Wortes) wird es. Leichte Anzeichen davon spüre ich schon bei mir. Es kann nur noch schlechter werden, nichts wird mehr besser. Früher sagte man mir "bis du heiratest, ist alles wieder gut", heute beziehe ich das auf das Sterben.

Ich mache mir kaum Gedanken was sein wird und noch kommt, aber wenn ich darüber nachdenke, was immer häufiger der Fall ist, dann überkommt mich das Grauen.

In Würde altern.....gibt es das überhaupt? Meiner Meinung nach nicht, zumindest nicht in unserer kapitalistischen Gesellschaft.

Danke und liebe Grüße Helmut