

Anleitung zum Unruhestand

Mit Namen wie „Silver Surfer“ oder „Babyboomer“ können sich die „neuen Alten“ genauso wenig identifizieren wie mit dem Rentnerdasein ihrer Eltern. Eine Suche nach Lebensmodellen für Elderlys.

Text von Doris Neubauer



Erntezeit. „Ich habe für mich längst entschieden, nie mit dem Arbeiten aufzuhören“, mit diesen Worten begrüßt mich Leopold Stieger zum Gespräch. „Es ist in den Menschen nicht drin, sich auszuruhen“, ist sich der 75-Jährige sicher und stellt selbst den lebenden Beweis für agiles Altern dar. Er ist damit einer von 33,8 Prozent aller Österreicher, die im Ruhestand noch erwerbstätig sind – bezahlt oder ehrenamtlich wie Stieger. Seit neun Jahren setzt sich der ehemalige Personalentwickler mit seiner Vernetzungs- und Informationsplattform Seniors4success für Menschen rund um den Pensionsantritt ein. Für die wachsende Gruppe jener „neuen Alten“ also, die als Teil der demografischen Entwicklung in den nächsten Jahren unsere Industriegesellschaften auf den Kopf stellen wird.

„Dritte Lebensphase“

„Die Lebenserwartung der Mitteleuropäer steigt alle 24 Stunden um sechs ...“, Stieger macht eine dramaturgische Pause, „in meinen Seminaren frage ich dann: Meinen Sie um sechs Sekunden, Minuten oder Stunden? Es sind tatsächlich Stunden. Die Uhr tickt so schnell weiter. Die 80-Jährigen sind heute schon dreimal so viele wie vor 30 Jahren, das ist ungeheuerlich.“

Eine 70-jährige ehemalige Autohändlerin, die im schnittigen Oldtimer die Welt umrundet, der 65-jährige Alpinist, der den Montblanc besteigt, oder der 68-jährige Rentner, der über sein „wundervolles Kaff“ Neviges bei Düsseldorf bloggt und jetzt mit dem Grimme Online Award ausgezeichnet wurde – sie sind nur ein paar Beweise dafür, dass ältere Menschen längst nicht aufs Abstellgleis gehören. Und doch: „Unsere Lebensphasen sind in Beton gemeißelt“, beginnt Stieger ebendiese auf Papier zu malen, „zuerst die Ausbildung, da lernen wir etwas. Dann haben wir den Beruf, da leisten wir etwas, und dann sind wir müde und gehen in den Ruhestand. Dieses Bild ist nicht aus den Köpfen zu bekommen, aber es stimmt nicht mehr.“ Längst teilt sich diese ursprünglich letzte Phase des Lebens in zwei: Die bisherige dritte Periode des Ausruhens wird zur vierten und letzten. Davor jedoch

erleben wir eine neue Zeit, eine, die es nie zuvor gegeben hat. Sie ist so neu, dass sie nicht einmal einen Namen hat. „Dritte Lebensphase“ wird sie von vielen genannt, aber das ist weder ein befriedigender noch attraktiver Begriff. „Silver Surfer, 50 plus, Senioren ... wenn ich die Menschen frage, wie diese Periode heißen könnte und wie sie genannt werden möchten, dann fühlt sich keiner angesprochen“, bestätigt Stieger, der sich am ehesten als Neustarter versteht.

Ebenso fraglich wie ihr Name ist auch die Rolle dieser neuen Alten. Statt ältere Menschen wie früher als Ratgeber oder Erfahrene besonders zu achten, wird heute verjüngt, wo es nur möglich ist – vor allem auch von den Betroffenen selbst. „Gerade die jungen Alten wollen erst einmal leben und erleben“, analysiert die deutsche Trendforscherin Corinna Langwieser, die in ihrem Buch „Länger leben, länger lieben“ das Lebensgefühl der zwischen 1946 und 1964 Geborenen in Deutschland beschreibt. Dazu gehört auch jugendliches Freizeit- und Konsumverhalten. Dass die über 50-Jährigen zu den kauffreudigsten Kundengruppen gehören, das hat auch die Wirtschaft erkannt. Nur wie sie das Potenzial der liquiden Älteren ansprechen soll, das weiß sie nicht. „Die Verwirrung ist noch groß“, sagt Trendforscherin Langwieser. Wie wollen die über 50-Jährigen angesprochen werden? Wie alt dürfen die Alten aussehen?

„Die Alten“ gibt es nicht, so die Erkenntnis von Andreas Kaapke, Wirtschaftswissenschaftler an der Dualen Hochschule Baden-Württemberg. Schließlich orientiert sich jemand, der Anfang der 70er auf Open-Air-Festivals im Schlamm getanzt hat, an anderen Werten als jemand, der sich bei Bombenexplosionen Anfang der 40er als Kind in den Schlamm werfen musste. Der Experte plädierte beim Forum für Textilwirtschaft vor Kurzem für einen integrativen, generationsübergreifenden Ansatz: Maßnahmen, die für ältere Kunden hilfreich, für Jüngere aber nicht abschreckend sind. „Das Marketingprojekt einer Versicherung für 60- bis 80-Jährige könnten Pensionisten erstellen“, will auch Leopold Stieger mehrere Fliegen mit einer Klappe schlagen. Denn die

(werbliche) Ansprache ist nicht das einzige Fragezeichen im Umgang mit den neuen Alten. Vielmehr ist offen, wie Firmen das Know-how ihrer älteren Mitarbeiter nutzen und was jeder Einzelne mit den gewonnenen Lebensjahren macht.

Die Hängematte macht krank!

„Die Pension ist für viele eine Flucht aus der Arbeit“, bestätigt Stieger die ernüchternden Ergebnisse einer kürzlich durchgeführten Marketagent-Umfrage im Auftrag von Seniors4success. Und dann? „Die Hängematte macht nicht nur nicht glücklich, sie macht auch krank!“, warnt der engagierte Rentner, der sich vor allem gegen die Zuverdienstgrenze im Ruhestand einsetzt. Er zitiert eine Studie der Universität Zürich mit Sozialversicherungsdaten von 18.000 Männern und 3.000 Frauen aus Österreich. Das Ergebnis: Männer, die ein Jahr früher aus dem Berufsleben ausscheiden, weisen eine höhere Wahrscheinlichkeit auf, noch vor dem 67. Lebensjahr zu sterben. „Wer sich nach der Pensionierung in die Hängematte legt, verschenkt pro Lebensjahr zwei Monate“, fasst Stieger zusammen und plädiert für eine österreichweite Aufklärungskampagne: „Wir wollen Menschen animieren, vorbereitet in Pension zu gehen.“

Zu diesem bewussten Übergang in die dritte Lebensphase gehört vor allem, den eigenen Selbstwert und seine Stärken zu kennen. „Wenn ich in einem Seminar die Zielgruppe frage, was mehr geworden ist, herrscht Stille“, beschreibt Stieger das fehlende Selbstbewusstsein, „dann hebt immer einer die Hand, lächelt und sagt: ‚Die Wehwechen.‘“ Dass Alter aber nicht nur ein Abbauprozess ist und es etwas gibt, was mehr wird, das wollten auch Anna Wanka und Andreas Streinzer mit ihrem Projekt „Silberstreif“ zeigen. Im November 2013 hielten die beiden Mittzwanziger kostenlose Ideenwerkstätten für neun Leute ab. Finanziert wurde das Ganze durch das Preisgeld des Social Impact Award. Der Plan: Menschen im Ruhestand sollten gemeinsam unternehmerische Projekte mit sozialem Fokus umsetzen. Wanka und Streinzer teilten ihr „junges“ Wissen →



„Die Altersgrenzen verschwimmen hier einfach“: Veronika Kritzer-Berger fühlt sich im Wohnprojekt Wien sichtbar wohl – auch weil sie dort nicht nur einen Platz zum Wohnen, sondern im angrenzenden Café einen neuen Einsatzbereich gefunden hat.

über Crowdfunding und andere Möglichkeiten des neuen Wirtschaftens, den Rest der Seminare hielten bereits ältere Trainer. „Wir haben ganz bewusst mit Pensionierten als ‚Vermittlerpersonen‘ zusammengearbeitet, die vom Roten Kreuz im Projekt SLIC zu Workshopleitern ausgebildet wurden“, erklärt mir Anna Wanka, die hauptberuflich in der Altenforschung an der Universität Wien tätig ist, „unsere Teilnehmer haben schon im Berufsalltag zu oft einen Jüngeren vorgesetzt gekriegt. Das kommt nicht gut an.“ Eine sensible Herangehensweise, die sich als erfolgreich erwies. So werden vier der fünf entwickelten Ideen weiter verfolgt oder konnten sogar schon umgesetzt werden, wie die Fibel für Patienten nach einem Unfall, die eine Querschnittsgelähmte erstellt hat und die mittlerweile vom Hilfswerk ausgeteilt wird. Positiv überrascht waren Wanka und ihr Partner aber vor allem darüber, dass mit den Teilnehmern intergenerationelle Freundschaften entstanden sind. Ein Aspekt, der bei einer möglichen Fortsetzung von Silberstreif stärker in den Vordergrund gerückt werden soll: „Wenn wir gemeinsam über die Auswirkungen der Wirtschaftskrise gesprochen haben und darüber, wie sie Alt und Jung aufgenommen haben, das waren die spannendsten Momente“, meint Wanka, „das findet ja sonst kaum statt.“

Elders for Change

Wie stark das Interesse der Älteren an den Ideen der Jungen und der Zukunft ist, das haben auch Ira Mollay, Mutmacherei, und Martin Kirchner von Pioneers of Change festgestellt. Motiviert durch Gespräche mit Betroffenen, haben die beiden Veränderungs-Coaches spontan Menschen der Generation 50 plus zu einem Treffen eingeladen und sie gefragt, was sie zum gesell-

schaftlichen Wandel beitragen können beziehungsweise was sie dafür benötigen. Über 20 Leute zwischen 47 und 72 Jahren sind gekommen – und waren überrascht, wie viele Gleichgesinnte es in der Generation gibt. Das Ergebnis des ersten Abends war eindeutig: „Der Wunsch nach einer Plattform, einer Möglichkeit der Vernetzung und nach Möglichkeiten, sich sinnvoll einzubringen, ist stark vorhanden gewesen“, so Mollay, „es ging gar nicht so sehr darum, die eigene Idee zu verwirklichen, sondern die Erfahrung in ein Projekt einbringen. Darüber hinaus war die Neugier auf diese junge, neue Szene an Veränderern enorm.“ Es folgten weitere Abende, bei denen unter anderem in der Gruppe Potenzialanalysen durchgeführt wurden. Das ist erst der Anfang: Entstanden ist die Idee einer Workshop-Reihe zum Mutmachen und Mitmachen, Arbeitstitel „Elders for Change“. Ein Format, in dem Ältere mit Jungen verbunden werden können, das in verschiedenen Regionen funktionieren und auf verschiedene Zielgruppen – Arbeitsuchende zum Beispiel – angewendet werden kann. Ab Herbst soll das Pilotprojekt an den Start gehen, derzeit ist das Team auf der Suche nach Finanzmitteln.

„Jetzt krieg ich ein neues Haus“

„Alte Leute sind gefährlich, sie haben keine Angst vor der Zukunft“, das Bild von drei alten Frauen auf der Parkbank lädt nicht gerade in die Wohnung von Veronika Kritzer-Berger ein. Es ist mit Humor zu nehmen, wie vieles bei der 62-Jährigen. „Ich habe eine enorme Portion Energie“, die Selbstbeschreibung glaubt man der blondhaarigen Dame mit Perlmutterhohrungen und lila Flatterkleid sofort, „und die kann ich hier einfließen lassen.“ Letzteres war ein Grund, dass sich die pensionierte

Physiotherapeutin entschieden hat, im Dezember 2013 eine kleine Wohnung im Gemeinschaftshaus Wohnprojekt Wien zu beziehen. Ein großes Haus kann sie sich mit ihrer geringen Pension nicht leisten, bei 500 Quadratmetern Gemeinschaftsfläche – von Küche bis Gästeappartements – aber kein Problem: „Hier kann ich mir mehr leisten als woanders.“ Mit diesen Überlegungen ist sie nicht allein: Immer mehr suchen im Alter nach einer Alternative zum Wohnen daheim und können inzwischen aus einer Reihe von Modellen von generationsübergreifenden Häusern bis zur Alten-WG wählen.

Veronika Kritzer-Berger hat aber nicht nur ihr soziales Netz, sondern auch ihr Tätigkeitsfeld im Wohnprojekt gefunden: Jeder Bewohner und jede Bewohnerin des Hauses bringt sich in unterschiedliche



Alter ist kein Abbau-, sondern ein Veränderungsprozess: Bei den Ideenwerkstätten des Projekts „Silberstreif“ konnten acht Menschen im Ruhestand gemeinsam an ihren unternehmerischen Ideen arbeiten.

Arbeitsbereiche ein. Neben dem Garten und der Organisation der Feste ist die Salzburgerin im Ecklokal aktiv und betreibt mit acht weiteren „kreativen, verrückten Leuten“ den Bioladen samt Kaffeehaus. Eine Arbeit, bei der die Grenzen der Generationen verschwinden, meint Veronika und weiß für sich ganz genau, wie sie ihre dritte Lebensphase nennen würde: „Erntezeit: Das, was man gesät hat, geht auf.“ Es ist kein Wunder, dass sie mit dieser Einstellung keine Angst vor der Zukunft hat.