Zeitschrift: Intercura : eine Publikation des Geriatrischen Dienstes, des Stadtärztlichen Dienstes und der Psychiatrisch-Psychologischen Poliklinik der Stadt Zürich

Herausgeber: Geriatrischer Dienst, Stadtärztlicher Dienst und Psychiatrisch-Psychologische Poliklinik der Stadt Zürich

Band: - (2001-2002)

Heft: 76

Artikel: Senioren 2000 : eine neue Generation auf dem Weg zur Selbstverwirklichung

Autor: Doebeli, Hans Peter

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-790259

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 06.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Senioren 2000: Eine neue Generation auf dem Weg zur Selbstverwirklichung

Eine Repräsentativumfrage der Ernest Dichter AG, Zürich, unter 900 Personen im Alter von 50 – 80 Jahren von Hans Peter Doebeli (Auszug)

Die Befragung erfolgte unter der Leitung von Joerg Honegger in persönlichen Interviews durch externe Mitarbeiter des Dichter Instituts. Die Zielpersonen wurden mittels Quoten-Randomverfahren nach folgenden Vorgaben repräsentativ ausgewählt: Personen im Alter zwischen 50 und 80 Jahren, welche sich subjektiv als gesund bezeichnen, davon je gleich grosse Gruppen Männer und Frauen nach den Kriterien: je 1/3 zwischen 50 und 59, 60 und 69 sowie 70 und 80 Jahren, in den Sprachregionen Deutschschweiz (2/3), Westschweiz (1/4) sowie Südschweiz (1/10).

Generationenwechsel verstärkt das dynamische Element

Die neue, auf den jüngsten Umfrage-Ergebnissen basierende Senioren-Typologie zeigt gegenüber jener, die vor neun Jahren erarbeitet wurde, eine klare und massive Verstärkung des aktiven und dynamischen Elements. Tatsächlich hat sich das Verhältnis zwischen den statischen und den dynamischen Senioren von 25:75 Prozent im Jahre 1991 auf 38:62 Prozent im Jahre 2000 verschoben.

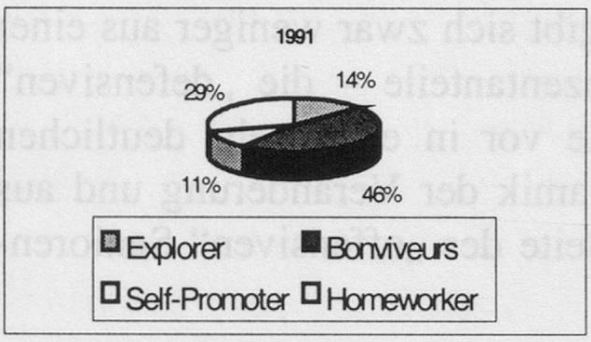
Diese deutliche Umschichtung – würde es sich um Wahlen handeln, spräche man von einem Erdrutsch – lässt ein neues, in seinen Grundzügen wesentlich optimistischeres Seniorenbild erkennen, das sich von den „Lebensabend"-Vorstellungen früherer Zeiten immer mehr verabschiedet. Das neue Bild ergibt sich zwar weniger aus einer statischen Betrachtungsweise der Prozentanteile – die „defensiven" Senioren befinden sich hier nach wie vor in einer sehr deutlichen Überzahl – als vielmehr aus der Dynamik der Veränderung und aus der Umschichtung, die auch auf der Seite des „offensiven" Senioren-Segments stattgefunden hat.

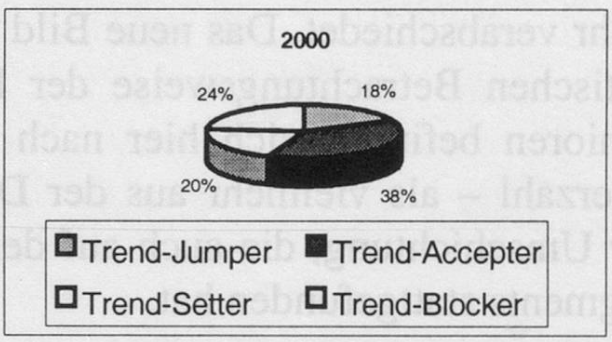
Stellt sich somit die Frage nach den Gründen für diese signifikante Entwicklung. Sie sind weniger in einem Sinneswandel als vielmehr darin zu suchen, dass sich das untersuchte Bevölkerungssegment im Laufe der vergangenen neun Jahre um rund 40% erneuert hat. Tatsächlich sind Leute einer anderen Generation in die Gruppe der 50- bis 80-Jährigen vorgestossen, darunter bereits die ersten Vertreter der „68er"-Generation.

Dies bedeutet, dass allmählich der Wertewandel in dieses Segment des „Dritten Alters" proliferiert und dort beträchtliche mentale Wirkungen zeitigt. Hier liegt einer der wesentlichen Gründe dafür, dass in der neu strukturierten dritten Lebensphase – die sich vom sogenannten „leeren Nest" der früheren Familie bis hin zum vierten und letzten Segment der Hochbetagten erstreckt – nicht nur demografische und soziologische, sondern auch individualpsychologische und mentale Veränderungen sichtbar werden.

Zugleich zeigt dies die grosse Kraft dieser Entwicklung an, die das Potenzial hat, in unserer Gesellschaft spezifische Veränderungen zu bewirken – namentlich in Bezug auf die heute noch bestehende Vorrangstellung der Jugend und die verhältnismässig schwache gesellschaftspolitische Position der „älteren Semester". Hier dürften bereits im Verlaufe der kommenden zehn Jahre erste Gewichtsverschiebungen zu erwarten sein.

Doch wie typisieren sich die neuen Senioren des Jahres 2000 und wie unterscheiden sie sich von ihren Vorgängern? Hier kurz die Kernprofile der neuen Senioren-Typen im Abgleich mit der Typologie aus dem Jahre 1991:





Von den Explorern (14%) zu den Trend-Jumpern (18%)

Gegenüber den Explorern, die 1991 die Spitzengruppe der dynamischen, unternehmungslustigen Senioren bildeten, haben die Trend-Jumper aus dem Jahr 2000 einiges von ihrem Optimismus und ihrem Selbstbewusstsein eingebüsst. Sie besitzen nicht mehr jene Dominanz wie ehedem, vor allem wegen des Umstandes, dass die technischen und gesellschaftlichen Entwicklungen der jüngeren Zeit sie etwas verunsichern.

Die Trend-Jumper haben Angst, in ihrem Drang zum Jungbleiben den Anschluss zu verlieren und von den Ereignissen überholt zu werden. Anderseits bilden sie jedoch nach wie vor ein positives und dynamisches Element in der Szene der aktiven Senioren, auch wenn ihre Unternehmungen und Engagements bisweilen eher aktivistische Züge tragen und nicht immer viel Tiefgang erkennen lassen.

Von den Self-Promotern (11%) zu den Trend-Settern (20%)

Die Führungsrolle in der Senioren-Szene ist von den Explorern an die Trend-Setter übergegangen. War der Self-Promoter von 1991 noch vorwiegend beflissen, elitär und eigensinnig, hat er im Laufe der vergangenen neun Jahre ein ganz anderes Profil erhalten: Er ist zum tonangebenden Jungsenior geworden, der sich bewusst mit dem Alter und dem Älterwerden auseinandersetzt, sich geistig und körperlich fit hält und Wert auf Weiterbildung und kulturelles Engagement legt.

Dieser Senioren-Typ geht seine dritte Lebensphase überlegt und mit einem guten, realistischen Sinn für das Machbare an. Im Gegensatz zu ihren Vorläufern aus dem Jahre 1991 haben die Trend-Setter eine positive Einstellung zum Älterwerden entwickelt. Zugleich stossen sie in ihrer Umgebung auf bessere Resonanz als die ursprünglichen Self-Promoter – namentlich deshalb, weil ihre frühere Verbissenheit grösserer Offenheit und Umgänglichkeit gewichen ist.

Von den Bonviveurs (46%) zu den Trend-Acceptern (38%)

Die genussorientierten Bonviveurs profilierten sich in der Untersuchung von 1991 als Gruppe von Leuten, die ihr Pensionierten-Dasein geniessen wollen – etwa nach dem Motto: „Jetzt haben wir lange genug gearbeitet, jetzt wollen wir es noch etwas gemütlich haben und Nutzen aus unserer Pension ziehen, schliesslich haben wir es redlich verdient." Grosse kulturelle Ansprüche waren damit nicht verbunden, die Bedeutung der Quantität lag über jener der Qualität.

Dieser Typ hat sich mental kaum verändert; er stellt nach wie vor die grösste Gruppe, doch hat sich der Anteil beträchtlich – nämlich um etwa 17% gegenüber 1991 – zurückgebildet. Die Aspekte des „Nicht-mehr-müssens" und des „Sich-gehen-lassens" haben sich dabei eher noch verstärkt. Anderseits fällt auf, dass die älteren Jahrgänge an dieser Gruppe stärker beteiligt sind als die jüngeren. Ins gleiche Bild passt, dass dieser Typ tendenziell einen niedrigeren Bildungsstand aufweist und weniger Mittel zur Verfügung hat als die Repräsentanten der anderen Segmente.

Von den Homeworkern (29%) zu den Trend-Blockern (24%)

Die Homeworker von 1991 waren tendenziell zurückgezogen lebende Schaffer, die ihre Energie auf den eigenen engen Lebensbereich – den Garten oder Schrebergarten, das Haus, das Hobby – konzentrierten und immer etwas zu werkeln hatten. Die defensive Grundhaltung, die darin zum Ausdruck kam, wie auch das Sicherheitsbedürfnis, die konservative Werthaltung und die rückwärtsgerichtete Orientierung, die bei diesem Typus im Mittelpunkt standen, haben sich eher noch verstärkt und eine stark nationalistisch gefärbte Komponente bekommen.

Aus dem Homeworker von einst ist somit der Trend-Blocker geworden, der die aktuellen Entwicklungen zu vermehrter Grenzüberschreitung und Integration nicht positiv sieht und dem es ein Anliegen ist, politisch wie individuell alte Werte zu konservieren. In diesem Segment hat – folgerichtig – der männliche Teil einen

gewissen Überhang. Allerdings befinden sich die Trend-Blocker auf dem Rückzug: gegenüber 1991 hat sich ihre Stärke um nahezu 20% verringert.

Senioren 1991 / Senioren 2000

Die Auswertung der Untersuchung Senioren 2000 zeigt für das Segment der gesunden Senioren zwischen 50 und 80 die folgenden Charakteristiken und – im Abgleich mit der Untersuchung von 1991 – die folgenden Unterschiede in den Konsumpräferenzen:

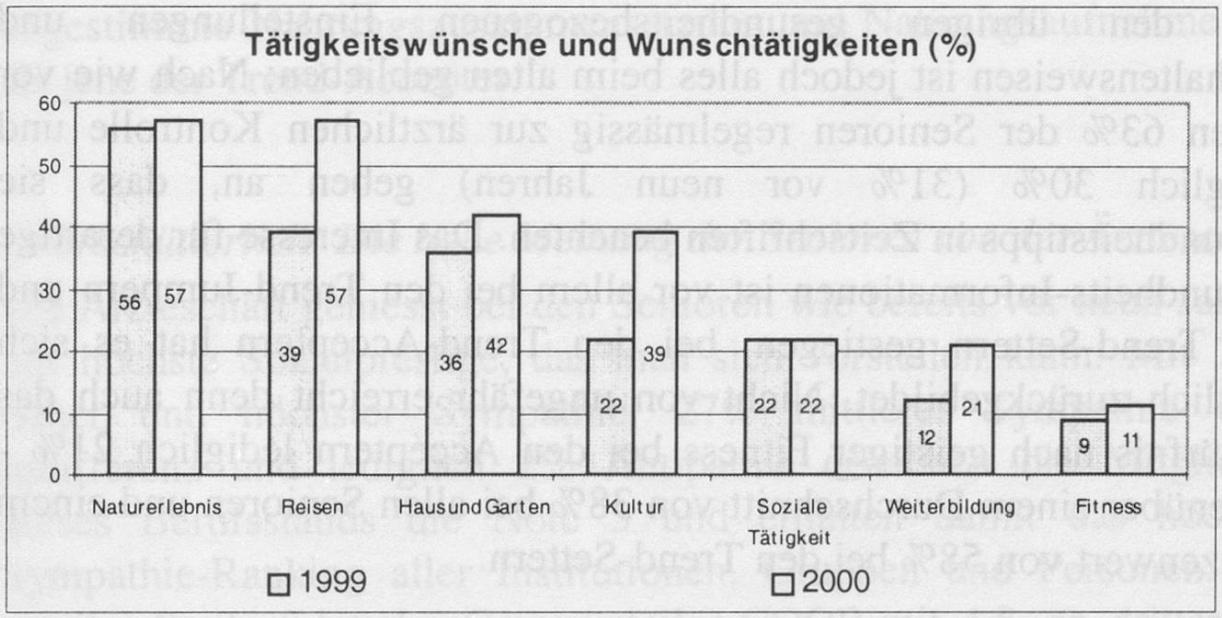
- Die materielle Situation der Senioren hat sich weiter verbessert: 23% der Befragten leben in guten, 62% in mittleren und 15% in eingeschränkten materiellen Verhältnissen. Neun Jahre zuvor betrug der Anteil der Gutsituierten erst 15%, jener der in bescheidenen finanziellen Verhältnissen lebenden Senioren noch 19%.
- Das Interesse für gastronomische Leistungen hat sich beträchtlich verstärkt. Zugenommen hat dabei insbesondere die Anziehungskraft von Speiserestaurants, Restaurationsbetrieben in Einkaufszentren sowie von Pizzerias und von Speisewagen. Häufig besucht werden Speiserestaurants von 38%, Restaurants in Einkaufszentren von 24%, Confiserien von 22% und Quartierrestaurants von 21% der Befragten.
- Im Vergleich zu 1991 haben auch die Reisetätigkeit, die persönliche Weiterbildung, die künstlerische und kulturelle Tätigkeit wie auch die Bereitschaft zur Nutzung moderner elektronischer Medien und Kommunikationshilfen deutlich zugenommen.
- Die Bindung an die Familie hat sich etwas gelockert; im gleichen Zusammenhang hat auch das Interesse am Wohlergehen von Kindern und Enkeln zwar nach wie vor einen sehr hohen, aber doch deutlich geringeren Stellenwert als noch vor neun Jahren. Anderseits ist die Bereitschaft zur Wahrnehmung und Durchsetzung eigener Interessen grösser geworden.

- Beim Aspekt „Wohnsituation“ hat die Bedeutung der Nähe öffentlicher Verkehrsmittel zugenommen, ebenso die Attraktivität des Wohnens auf dem Lande und des Wohnens in der Stadtmitte. Wohnen in Aussenquartieren der Städte wird dagegen als weniger attraktiv empfunden. Gesucht sind dagegen Wohnungen in renovierten Altbauten, die eine deutlich höhere Akzeptanz erreichen als 1991.
- Kaum Veränderungen zeigt dagegen die Einstellung zur Gesundheit und Gesundheitsvorsorge. Immerhin zeigen sich Akzentuierungen bei der Einschätzung der Ernährung sowie bei den sogenannten „Genussgiften“. Bei den letzteren besteht eine erhöhte Bereitschaft zum Verzicht auf das Rauchen und für einen mässigen Alkoholkonsum, während im Bereich der gesundheitsorientierten Ernährung der Kenntnisstand besser geworden ist – ebenso die Disposition, sich diesen Erkenntnissen entsprechend zu verhalten.

Gesundheit geht vor – und das Ego folgt auf dem Fuss

„Persönlich gesund und fit sein“ ist der wichtigste Zukunftswunsch aller Senioren. Gegenüber 1991 ist seine Bedeutung noch leicht geklettert – von 63% auf 70%. Leicht reduziert haben sich anderseits das soziale Engagement sowie die Solidarität mit Gesellschaft und Familie. Die Vorstellung, glückliche Kinder zu haben – 1991 noch an zweiter Stelle auf der Wunschliste – hat sich von 46% auf 39% reduziert, der Wunsch nach gut geratenen Enkelkindern gar von 28% auf 21%.

Auch der Wunsch, einen Lebenspartner zu haben und nicht allein sein zu müssen, ist mit 29% - gegenüber 37% vor neun Jahren – deutlich schwächer geworden. Gestiegen ist umgekehrt – von 32% auf 43% - das Verlangen nach guten Freunden, auf die Verlass ist (und die man sich bekanntlich selber aussuchen kann). Gestiegen ist auch das Interesse für die Genüsse des Lebens und der Wunsch, sich diese leisten zu können. Gesamthaft zeigt sich hier deutlich ein Trend zu weniger Bindungen und mehr Egoismus.



Gesund bleibt, wer sich richtig ernährt

Die Gesundheit des Menschen führt über den Magen. Der Umkehrschluss: Gesundheitsfachleute schätzen, dass gegen 70% aller Krankheiten direkt oder indirekt mit der Ernährung in Zusammenhang stehen. Kenntnisse über diese Zusammenhänge waren bereits 1991 in Seniorenkreisen stark verbreitet. Auf die Frage „Was tun Sie für Ihre Gesundheit?" antworteten damals 78% der Befragten, dass sie vor allem auf ihre Ernährung achten; mittlerweile sind es 86%, die der Ernährung Priorität einräumen. Verstärkt hat sich dieses Engagement vor allem bei den Trend-Jumpern und den Trend-Blockern, etwas zurückgegangen ist es bei den Trend-Acceptern.

Die Dominanz der Ernährung schlägt auch auf die Kräftigungsmittel und Aufbaupräparate durch, die bei den Senioren einst „in" waren: Gegenüber 1991, als sich noch 20% zur Einnahme solcher Mittel bekannten, greifen heute nur noch 11% zu diesen Elixieren. Etwas verstärkt hat sich dagegen – mit Ausnahme der Trend-Accepter – das Gewicht der Nahrungssupplemente, insbesondere der Vitaminpräparate. Diese werden heute vermehrt als Ergänzung und Aufwertung der täglichen Nahrung eingenommen.

Bei den übrigen gesundheitsbezogenen Einstellungen und Verhaltensweisen ist jedoch alles beim alten geblieben: Nach wie vor gehen 63% der Senioren regelmässig zur ärztlichen Kontrolle und lediglich 30% (31% vor neun Jahren) geben an, dass sie Gesundheitstipps in Zeitschriften beachten. Das Interesse für derartige Gesundheits-Informationen ist vor allem bei den Trend-Jumpern und den Trend-Settern gestiegen; bei den Trend-Acceptern hat es sich deutlich zurückgebildet. Nicht von ungefähr erreicht denn auch das Bedürfnis nach geistiger Fitness bei den Acceptern lediglich 21% - gegenüber einem Durchschnitt von 38% bei allen Senioren und einem Spitzenwert von 58% bei den Trend-Settern.

Was ist „gesunde Ernährung"? Die Senioren wissen die Antwort!

Auffällig ist, dass sich bei der Ernährung die Gewichte von der Menge zur Qualität hin verschoben haben: Legten 1991 noch 75% der Befragten das Hauptgewicht auf eine mässige Nahrungsaufnahme wie auch auf das Vermeiden zu grosser Portionen und Mahlzeiten und 71% auf eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung, so haben sich die entsprechenden Vorzeichen praktisch umgekehrt: Heute setzen 83% auf Ausgewogenheit und Reichhaltigkeit und nur noch 61% auf Zurückhaltung beim Volumen.

Den Übergang zu einer differenzierteren Betrachtung der Ernährung und der Nahrungsmittel markiert auch die Bedeutung, die den kaltgepressten Ölen – 42% gegenüber 32% vor neun Jahren – wie auch den ungesättigten Fettsäuren (38% gegenüber 23%) beigemessen wird. Zugenommen hat auch die Wichtigkeit, die den Ballaststoffen zuerkannt wird – nämlich von 40% auf 53%. Stärker im Trend liegt im weiteren die Flüssigkeitsaufnahme, die heute von 74% der Senioren (gegenüber 66% vor neun Jahren) als entscheidender Beitrag zur Gesundheit betrachtet wird.

Auch im Ernährungsbereich fallen die Überzeugungen der Trend-Jumper und der Trend-Setter ganz allgemein viel deutlicher zugunsten einer bewussten, auf ernährungsphysiologisch wertvolle Inhalte

abgestimmte Nahrungszusammensetzung und Nahrungsaufnahme aus als jene der Trend-Accepter.

Unerschütterlich: Die hohe Meinung der Senioren von der Ärzteschaft

Die Ärzteschaft geniesst bei den Senioren wie bereits vor neun Jahren das höchste Sozialprestige, das man sich vorstellen kann: Mit 71% hoher und höchster Sympathie, 27% mittlerer Sympathie oder Indifferenz und lediglich 2% Antipathie erreichen die Mitglieder dieses Berufsstands die Note 5 und erhalten damit das höchste Sympathie-Ranking aller Institutionen, Gruppen und Personen. An zweiter Stelle folgt der Grossverteiler COOP mit 4,8, an dritter die Migros mit 4,7 Punkten. 4,6 Punkte erhält die Generation der 20- bis 30-Jährigen, 4,4 Punkte jene der unter 20-Jährigen. Auch damit bestätigt sich das Resultat von 1991, welches ebenfalls grosse Sympathien von Alt zu Jung und ganz Jung aufzeigte.

Signifikant verbessert haben sich die Versicherungen – nämlich von 3,0 auf 3,8 – und die Politiker von 2,8 auf 3,3 Punkte. Offensichtlich wird in der Beurteilung der Politik und ihrer Sympathiewerte deutlich unterschieden zwischen Institutionen und Personen. Verschlechtert hat sich demgegenüber das Ansehen der Kirchenvertreter von 4,0 auf 3,7 und – was angesichts der massiven und nicht enden wollenden Prämienerhöhungen zulasten der älteren Generation nicht zu erstaunen vermag – die Krankenkassen von 4,6 auf 3,7 Punkte.

Wohnen im Alter: Anzeichen für eine Mobilitäts- und Flexibilitätszunahme

Die Antworten auf die Frage nach der bevorzugten Wohnform im höheren Alter zeigen im Vergleich zu 1991 keine bedeutenden Veränderungen. Dennoch lassen sich bei einem differenzierten Abgleich der Detailergebnisse gewisse Ansätze zu höherer Mobilität herauslesen, die parallel zur geringeren Bindung an die Familie verlaufen. So hat das nach wie vor dominierende Interesse für die

Beibehaltung der bestehenden Wohnsituation bis ins hohe Alter von 77% auf 70% leicht abgenommen, während umgekehrt – mit 14% gegen damals 9% - mehr Leute einen Wohnungswechsel in den Süden und damit einen Transfer in eine andere Sprach- und Kulturregion ins Auge fassen.

Umgekehrt hat das ohnehin schon kleine Interesse an Altersheimen weiter abgenommen, und zwar von 9% auf nunmehr 6%. Weniger wichtig ist – mit einer Reduktion von 47% auf 40% - der Aspekt geworden, dass sich die Wohnung in der Nähe des Wohnorts der Kinder oder von Bekannten befinden sollte. Weitgehend unverändert geblieben ist jedoch das Bedürfnis, auf die Hilfe Dritter zurückgreifen zu können, wenn diese gebraucht wird. Anderseits legt eine Mehrheit von 55% der Senioren nach wie vor grossen Wert auf eine möglichst grosse Selbstständigkeit und Unabhängigkeit; bei den Trend-Jumpern und den Trend-Settern hat dieses Bedürfnis leicht zu-, bei den Trend-Acceptern und den Trend-Blockern dagegen leicht abgenommen.