

# Inhalt

1. Einleitung .....	11
2. Die Altersphase im menschlichen Lebenslauf.....	21
2.1 Was ist das „Alter“ – eine oder mehrere Lebensphasen? .....	21
2.2 Historische Entwicklung: Die Differenzierung der Lebensphase Alter .....	23
2.3 Die demographische „Revolution“ – Zur Entwicklung von Altersstrukturen und Altersgruppen .....	30
2.3.1 Langfristige Entwicklungstendenzen der Altersstruktur.....	30
2.3.2 Zusammensetzung der Altersbevölkerung.....	36
2.3.3 Zukünftig zu erwartende Entwicklung der Lebensphase Alter .....	46
2.3.4 Gesellschaftliche Auswirkungen der veränderten Altersstruktur .....	50
2.4 Soziale Kriterien zur Abgrenzung der Lebensphase Alter .....	54
2.4.1 Gesellschaftliche Bestimmungsfaktoren für Alter.....	54
2.4.2 Altersbilder .....	57
2.4.3 Berufliche Ausgliederung in Rente oder Pension.....	60
2.4.4 Familiäre und partnerschaftliche Veränderungen.....	67
2.4.5 Veränderungen sozialer und generationaler Beziehungen... ..	74
2.5 Lebens(ver-)lauf und Lebensphase Alter .....	77
2.6 Alter(n), soziale Ungleichheit und Geschlecht.....	83
2.6.1 Soziale Ungleichheit im Alter.....	83
2.6.2 Das Alter ist weiblich: Auswirkungen.....	88
2.7 Körperliche und psychische Alternsprozesse .....	92
2.7.1 Biologisch-körperliche Veränderungen.....	93
2.7.2 Psychische Leistungsfähigkeit und Veränderungen im Alter.....	97
2.8 Hochaltrigkeit.....	104
2.9 Lebenserwartung, Krankheiten im Alter und Todesursachen .....	108
2.9.1 Lebenserwartung.....	108
2.9.2 Krankheiten im Alter (Morbidity) .....	109
2.9.3 Todesursachen (Mortality).....	112
2.9.4 Zusammenfassung .....	114
2.10 Alter als eigenständige Lebensphase? Zur Variabilität des Alters.....	115

3. <i>Theoretische Konzepte zur Analyse der Lebensphase Alter ...</i>	118
3.1 Gerontologie als Alter(n)ssozialwissenschaft und Theorien der Alter(n)ssoziologie im Überblick.....	119
3.2 Aktivitäts-, Disengagement- und Kontinuitätsthesen: Lebens- alter als gesellschaftliches und individuelles Strukturprinzip.....	123
3.2.1 Aktivitäts- oder Ausgliederungsthese .....	124
3.2.2 Disengagementansatz .....	128
3.2.3 Kontinuitätsthese .....	132
3.2.4 Gesamteinschätzung von Aktivitäts-, Disengagement- und Kontinuitätsansatz.....	134
3.3 Austauschtheorie als funktionalistisch-ökonomisch und verhaltenstheoretisch orientiertes Konzept.....	137
3.4 Interaktionistische Theorieansätze: Stigma Alter und Alterssubkultur.....	144
3.4.1 Symbolischer Interaktionismus und Stigmatisierungsansatz .....	144
3.4.2 Alter als Stigma .....	147
3.4.3 Subkulturtheorie .....	152
3.5 Ansätze zur Soziologie der Altersgruppen, Kohorten und Generationen und ihre Entwicklung in der Altersschichtungstheorie .....	154
3.5.1 Altersgruppen, Kohorten und Generationen .....	155
3.5.2 Altersschichtung und -strukturierung nach Riley .....	157
3.6 Lebensphasen, Lebenszyklus, Lebenslauf und Altern – der dynamische Ansatz.....	160
3.6.1 Lebensphasen und Lebenszyklus.....	160
3.6.2 Lebenslauf und Alter .....	161
3.6.3 Höheres Alter als Teil von Lebenslauf und Altersgliederung .....	163
3.7 Strukturwandel des Alters – ein Ansatz zur Binnenstrukturierung des Alters.....	166
3.8 Politökonomischer Ansatz und soziale Ungleichheit im Alter ....	169
3.8.1 Politische Ökonomie des Alter(n)s.....	169
3.8.2 Das Konzept der „Lebenslage“.....	170
3.8.3 Alter(n) als „soziales Problem“?.....	172
3.9 Ansätze der psychologischen und sozialpsychologischen Gerontologie.....	174
3.9.1 Kritische Lebensereignisse .....	175
3.9.2 Anpassung an das Alter als kognitives Problem.....	176
3.9.3 Alter als „soziales Schicksal“? .....	177
3.9.4 Erfolgreiches Altern: Selektive Optimierung im Alter durch Kompensation.....	180
3.9.5 Alter und Umwelt – Ökologische Gerontologie .....	184
3.10 Zur weiteren Perspektive – Schlussfolgerungen.....	187

<i>4. Lebenslagen und soziale Probleme</i>	
<i>älter und alter Menschen</i> .....	191
4.1 Einkommen und Armut im Alter.....	193
4.1.1 Voraussetzungen von Einkommen im Alter.....	193
4.1.2 Zur Einkommenssituation im Alter.....	196
4.1.3 Armut im Alter.....	201
4.2 Gesundheit, Erkrankungen und Wohlbefinden im Alter.....	204
4.2.1 Körperliche Erkrankungen im Alter.....	204
4.2.2 Psychische Erkrankungen.....	206
4.2.3 Wohlbefinden im Alter.....	208
4.3 Arbeitsformen und gesellschaftliche Partizipation.....	209
4.3.1 Nachberufliche Tätigkeitsformen.....	210
4.3.2 Erwerbsarbeit im Ruhestand.....	213
4.3.3 Andere Formen gesellschaftlicher Partizipation.....	216
4.3.4 Integration in formale Organisationen und politische Partizipation.....	221
4.3.5 Fazit.....	223
4.4 Familie, Partnerschaft und Generationenbeziehungen.....	223
4.5 Soziale und Netzwerkbeziehungen im Alter.....	230
4.6 Wohnen im Privathaushalt.....	233
4.6.1 Aktionsräumliches Verhalten und Umweltbezug.....	234
4.6.2 Wohnbedürfnisse.....	236
4.6.3 Wohnformen und Wohnsituation.....	238
4.6.4 Wohnsituation älterer Migranten.....	240
4.6.5 Umzugsmotive und Umzugsbereitschaft.....	241
4.6.6 Wohnraumanpassung und wohnbegleitende Dienstleistungen.....	243
4.7 Wohnen und Leben im Altersheim.....	246
4.7.1 Formen institutionalisierten Wohnens und demographische Merkmale der Bewohner.....	247
4.7.2 Umzug in ein Heim.....	249
4.7.3 Lebensbedingungen im Heim.....	251
4.7.4 Soziale Beziehungen in Heimen.....	254
4.8 Abweichendes Verhalten im Alter und Gewalt gegen Ältere.....	256
4.8.1 Abweichendes Verhalten.....	256
4.8.2 Gewalt gegen alte Menschen.....	260
4.9 Altern in der Migration: Lebenslagen älter und alter Ausländer.....	265
4.10 Zusammenfassung: Zur Differenzierung von Lebenslagen und sozialen Problemen im Alter.....	269
<i>5. Soziale Unterstützung im Alter</i> .....	273
5.1 Politik und Sozialpolitik für ältere Menschen.....	274
5.1.1 Sozialpolitik für ältere Menschen.....	276
5.1.2 Sozialpolitik und „alternde Gesellschaft“.....	282
5.1.3 Altenhilfepolitik.....	287

5.2	Formelle und informelle Unterstützungssysteme im Alter.....	290
5.2.1	Zwischen Selbständigkeit und Hilfebedürftigkeit: Unterstützungsbedarf im Alter.....	291
5.2.2	Formelle Unterstützungssysteme: Öffentliche soziale und gesundheitliche Versorgungsangebote.....	297
5.2.3	Informelle Unterstützungssysteme: Private Pflege und weitere Hilfen.....	307
5.2.4	Zum Verhältnis von professioneller und familiärer Unterstützung.....	312
5.3	Weitere Interventionen und Hilfen bei sozialen und gesundheitlichen Problemlagen.....	314
5.3.1	Vorbereitung auf Ruhestand und Alter.....	315
5.3.2	Altenarbeit und Soziale Arbeit mit alten Menschen.....	318
5.3.3	Sterben und Sterbebegleitung.....	324
5.4	Krankheitsprävention und Beratungsangebote im Alter.....	331
5.4.1	Formen der Prävention und Gesundheitsförderung.....	332
5.4.2	Beratungsangebote für alte Menschen und deren Angehörige.....	338
6.	<i>Zusammenfassung: Lebensphase Alter und Altersstrukturwandel</i> .....	343
	Glossar.....	353
	Literatur.....	359