

Generationen in Beziehung

Vorlesungsreihe des Zentrum für Gerontologie der Universität Zürich
WS 2000/2001, Mi 16-18, Rämistrasse 69

8. November 2000

Generationen im Austausch – Gesellschaftliche Beiträge älterer Menschen

Hans Rudolf Schelling

Hans im Glück

Das Märchen "Hans im Glück" der Gebrüder Grimm handelt von Tauschbeziehungen. In der Grimm'schen Fassung tauscht Hans nach und nach jeweils wertvollere gegen wertlosere Gegenstände ein, bis er am Schluss gar nichts mehr hat. Als er zuletzt auch die Steine verliert, ruft er aus: "So glücklich wie ich, gibt es keinen Menschen unter der Sonne".

Was die Geschichte interessant macht, ist die Tatsache, dass er diesen fortwährenden Wertverlust nicht etwa bedauert, sondern sich jedes Mal freut, etwas für ihn im Moment Wichtiges, Wertvolleres eingetauscht zu haben. Als Zuhörer oder Leser des Märchens bedauern wir wahrscheinlich den armen Tölpel, der sich von allen hereinlegen lässt und es auch im Nachhinein noch nicht einmal merkt.

Die Tauschpartner von Hans sind immer ältere Menschen als er. Wie alt genau, sagen uns die Gebrüder Grimm zwar nicht, doch gehören sie sicher einer älteren Generation an.

Dass sich die Geschichte in Tat und Wahrheit ganz anders – nämlich mit umgekehrten Vorzeichen – zugetragen habe, haben wir das letzte Mal von François Höpflinger gehört.

Doch vielleicht spielt das gar keine Rolle? Gibt es denn einen objektiven Massstab für Wert? Versuchen wir einmal, Hans nicht als Tölpel, sondern als jungen Menschen zu sehen, der weiss, was er will ("Rational Choice Theorie"). Nehmen wir seine Freude über die ungleichen Tausch-Transaktionen ernst. Oder sollen wir ihm wirklich raten, unglücklich zu sein?

In jedem Tausch sind beide Partner zufrieden, glauben, das grosse Los gezogen zu haben. Also eine typische "Win-win"-Situation.

Das Ziel sollte sein, eine solche Win-win-Situation ohne anschliessende Frustration auch im Austausch zwischen den Generationen zu erreichen.

Davon möchte ich heute sprechen, besonders von den Gewinnen älterer Menschen durch freiwillige prosoziale Tätigkeiten.

Austauschtheorie

Der Status älterer Menschen hängt wesentlich davon ab, welchen Beitrag sie an eine Gesellschaft leisten können bzw. welcher Beitrag ihnen zugeschrieben wird. Dabei ist es wohl zweitrangig, ob dieser Beitrag in Form ökonomischer oder kultureller Werte erfolgt.

Mit Leistungen und Gegenleistungen beschäftigt sich eine Theorie, die ursprünglich aus der Ökonomie stammt: die Austauschtheorie.

Die Austauschtheorie nimmt an, dass Menschen ihren Nutzen aus Tauschverhältnissen optimieren wollen; dass sie also möglichst viel erhalten und dafür möglichst wenig geben wollen. Die Theorie enthält aber eine implizite moralische Komponente – eine Leistung ganz ohne eigene Gegenleistung zu beanspruchen, wäre nicht legitim, sondern Diebstahl. Austausch setzt das Einverständnis beider Seiten mit dem Wertverhältnis zwischen den ausgetauschten Gütern voraus.

Seit den 60er Jahren hat die Austauschtheorie auch Einzug in die Psychologie gehalten (Homans, 1968; Blau, 1967; zit nach Schneider, 1974). Eine Vielzahl sozialer Interaktionen können als Tauschbeziehungen verstanden werden. Ausgetauscht werden nicht nur materielle Güter und Dienstleistungen in der Wirtschaft, sondern auch Hilfe, Freundlichkeiten, Liebe, Ideen, Konzessionen, usw.

Die Reziprozitätsnorm verlangt, dass man früher oder später einen Ausgleich für einen bestimmten Aufwand erhält. Dieser braucht aber nicht unmittelbar, nicht in gleicher Form und nicht an eine feste Abmachung gebunden zu erfolgen. Eine kulturell festgelegte, stillschweigende Übereinkunft genügt häufig.

Eine austauschtheoretische Interpretation von Generationenverhältnissen könnte so aussehen: In statischen Gesellschaften leisteten die Alten ihren Beitrag, indem sie den Jungen Wissen, Weisheit und praktische Arbeit in Haus und Hof lieferten. Dafür konnten sie von seiten der Jungen die Sorge um ihr körperliches und psychisches Wohl in Anspruch nehmen.

Heute sind obsoletes Wissen und Mitarbeit im hochautomatisierten Kleinhaushalt nicht mehr gefragt. Andererseits sind die Alten aufgrund ihrer Renten auch nicht mehr auf die materielle Unterstützung der Jungen angewiesen. Der Austausch beschränkt sich daher in vielen Fällen auf befriedigende Interaktionen mit den Kindern, die diese als Gegenleistung für die in der Kindheit empfangenen Aufwendungen in der Regel gerne zu leisten bereit sind (Martin, 1971; zit. nach Schneider, 1974).

Die Beziehungen zwischen den Generationen sind auf diese Weise entlastet, laufen unter bestimmten Bedingungen aber auch eher Gefahr auseinanderzubrechen (z. B. bei liebloser Erziehung, geringen emotionalen Investitionen der Eltern).

Die Austauschtheorie bietet für die Sozialgerontologie einen sehr fruchtbaren Erklärungsrahmen. Sie bietet z. B. eine Erklärung für negative Bewertungen und geringe Sozialkontakte alter Menschen, deren Macht und Ressourcen bezüglich anderen Generationen eher gering sind. Ein Austausch erscheint aus der Sicht der Jungen als wenig lohnend; eine gleichwertige Gegenleistung unwahrscheinlich. Auch aus Sicht der Älteren ist der Mangel an Gegenleistungsmöglichkeiten ein Handicap für ein ausgeglichenes Austauschverhältnis.

Die Theorie bietet aber auch Anhaltspunkte für Interventionen: Wenn alte Menschen sozial als nützlich bewertete Aufgaben übernehmen, haben sie damit ein Tauschmittel, das ihre Position in der Gesellschaft stärkt.

Soziale Partizipation und Lebenszufriedenheit

Die Ergebnisse von repräsentativen Untersuchungen zu den alltäglichen Tätigkeiten älterer Menschen sind eindeutig: Der Lebensraum und die Aktivitäten ziehen sich mit steigendem Alter der Akteure immer mehr auf die eigene Wohnung und deren unmittelbare Umgebung zurück. Eher passive Tätigkeiten wie Medienkonsum (Zeitung, Fernsehen, Radio etc.) bleiben gleich oder nehmen sogar zu, während Tätigkeiten mit sozialem Bezug abnehmen. In vielen Bereichen reduziert sich die Aktivität erst ab etwa 80 Jahren; dann, wenn bei vielen gesundheitliche Einschränkungen ein grösseres Ausmass erreichen.

*Abb. 1: Oft ausgeübte Alltagstätigkeiten, nach Alter
(Altersumfrage Kanton Schaffhausen 1998, N=431)*

Wie zu erwarten, ist die Aktivität der Ältesten in vielen Bereichen geringer als diejenige jüngerer Gruppen. Die Unterschiede sind dort am stärksten, wo eine Tätigkeit mit grösseren körperlichen Anstrengungen oder mit altersbezogenen Rollenerwartungen verbunden ist (Rückzug aus familiären und gesellschaftlichen Rollen).

Ob dieser Rückzug immer ganz freiwillig ist, muss indessen offen bleiben; immerhin scheint die Zufriedenheit mit der Freizeitgestaltung nicht vom Alter abzuhängen (SH98, Frage 65). Andererseits ist die Zufriedenheit mit der Achtung, die andere einem entgegenbringen, im höheren Alter etwas geringer, was durchaus auch mit dem Rollenverlust zu tun haben kann.

Soziale Tätigkeiten wie die Teilnahme am öffentlichen Leben, Einsatz für andere Menschen usw. bringen einen gesellschaftlichen Prestigegewinn und korrelieren mit der Kontaktdichte, mit Lebensfreude und Zuversicht, unabhängig vom Alter und Geschlecht. Dieser Befund lässt sich leicht aus der Perspektive der Austauschtheorie interpretieren. Ausserfamiliäre soziale Tätigkeiten sind prestigeträchtiger, da sichtbarer. Dies ist austauschtheoretisch von Vorteil.

*Tabelle 1: Tätigkeiten/Merkmale und Ressourcen
(Seniorenfrage Kanton Graubünden 1985/86, N=675)*

Anhand der Daten aus einer amerikanischen Längsschnittstudie (Harlow & Cantor, 1996) konnte nachgewiesen werden, dass dieser Zusammenhang nicht nur auf den Gesundheitszustand oder auf Persönlichkeitseigenschaften zurückzuführen ist, sondern dass soziale Partizipation effektiv die Lebenszufriedenheit fördert.

Die aktuelle allgemeine und soziale Lebenszufriedenheit hängt in erster Linie von der früheren Lebenszufriedenheit ab; es besteht demnach eine starke Kontinuität. Dann aber folgen bereits Aspekte der sozialen Beteiligung wie Besuche, Teilnahme an kulturellen Veranstaltungen, Reisen, etc. Weitere positive Einflussfaktoren auf die Zufriedenheit sind Kontaktfreude, Betätigung in Gemeinschaftsdiensten (z. B. organisierte und spontane Nachbarschaftshilfe) sowie die Mitgliedschaft in sozialen Organisationen.

Einflüsse auf die allgemeine Lebenszufriedenheit, nach Stärke des Einflusses:

1. Frühere Lebenszufriedenheit (5 Jahre zuvor)
2. Soziale Partizipation/Aktivitäten (Besuche, Teilnahme an kulturellen Veranstaltungen, Reisen, etc.)
3. Kongenialität (Extraversion, Kontaktfreude)
4. Betätigung in Gemeinschaftsdiensten (organisierte und spontane Nachbarschaftshilfe etc.)
5. Gesundheit (allgemein, Selbstbeurteilung)
6. Nutzung von Massenmedien (lesen, fernsehen, etc.)

Einflüsse auf die Zufriedenheit mit dem sozialen Leben, nach Stärke des Einflusses:

1. Frühere Zufriedenheit mit dem sozialen Leben (5 Jahre zuvor)
2. Soziale Partizipation/Aktivitäten (Besuche, Teilnahme an kulturellen Veranstaltungen, Reisen, etc.)
3. Kongenialität (Extraversion, Kontaktfreude)
4. Mitgliedschaft in sozialen Organisationen

Die Gesundheit und die Vitalität haben keinen signifikanten Effekt.

Quelle:

Harlow, Robert E. & Cantor, Nancy. (1996). Still participating after all these years: A study of life task participation in later life. Journal of Personality and Social Psychology, 71, 1235-1249.

Fazit: Wer erfolgreich an der Gesellschaft partizipieren, also teilhaben will, sollte im Rahmen seiner Kräfte auch "teil-geben", d.h. seinen Teil beitragen.

Gesellschaftlicher Wandel der Partizipation

Die Aktivität der älteren Generation hat in den letzten Jahrzehnten deutlich zugenommen; sowohl was die individuelle Freizeitgestaltung als auch sozial partizipative und prosoziale Tätigkeiten betrifft. Dies wird einerseits auf höhere soziale Kompetenzen, andererseits auf die bessere Gesundheit zurückgeführt; beides klare Kohorteneffekte. Wer bereits in früheren Jahren aktiv war, behält diesen Lebensstil auch im Alter möglichst lange bei. Umgekehrt werden sich Inaktive im Alter kaum zu neuen Betätigungsfeldern anregen lassen. Im hohen Alter wird indessen eine aktive Lebensgestaltung zunehmend schwieriger; die Grenze hat sich aber nach oben verschoben.

Freiwilligenarbeit älterer Menschen

Es wird geschätzt, dass 55- bis 74-Jährige in der Schweiz rund 35 Millionen Stunden Freiwilligenarbeit pro Jahr leisten, entsprechend einem Gegenwert von 500 Millionen Franken. Nimmt man Haus-, Familienarbeit und informelle Hilfe dazu, erhöht sich die Schätzung auf 17 bis 26 Milliarden Franken. (NFP 32 "Alter").

Das Potential an zusätzlichen Arbeitsleistungen von jungen Alten ist beträchtlich; in Befragungen geben sehr viele an, dass sie unter geeigneten Bedingungen bereit wären, Dienste anzubieten (Schelling, 1999). In der Praxis leisten Frauen bisher deutlich mehr freiwillige Arbeitsstunden innerhalb und ausserhalb der Familie als Männer.

Altersumfrage Schaffhausen: Hilfeleistungen

Im Kanton Schaffhausen führte ich 1998 im Auftrag der Pro Senectute eine repräsentative Befragung bei selbständig wohnenden Menschen ab 60 Jahren durch (N=431). Eine ähnliche Befragung hatten wir schon zehn Jahre zuvor durchgeführt.

Neben vielem anderem war dabei auch die eigene Hilfeleistung an andere Menschen ein Thema.

Doch vorerst ein Ergebnis zum Verhältnis zwischen Alt und Jung. Die Generationenbeziehungen standen in der Schaffhauser Umfrage nicht im Zentrum, aber in einzelnen Fragen wurde das Thema auch angesprochen. So wurde etwa allgemein gefragt, ob man eigentlich gerne Kontakt zu jungen Menschen hätte.

Abb. 2: Gerne Kontakt zu jungen Menschen, nach Erhebungszeitpunkt (Altersumfragen Kanton Schaffhausen 1988/1998, N=507 bzw. 431)

Die überwiegende Mehrheit, rund vier von fünf Befragten, wünscht Kontakte über die Generationengrenzen hinweg, die meisten sind dabei aber eher zurückhaltend.

Im Vergleich zu 10 Jahren früher hat diese Zurückhaltung anscheinend zugenommen; damals sagten 26 %, sie würden den Kontakt aktiv suchen, und 51 % meinten, sie hätten solche Kontakte gerne, aber sie würden sich nicht aufdrängen. Wenn man nur „Ja“ und „Nein“ unterscheidet, hat sich indessen nichts verändert.

Der Austausch zwischen den Generationen muss nicht unbedingt direkt erfolgen; erfolgversprechender erscheint mir ein indirekter Austausch etwa im Sinne einer Entlastung von jüngeren Familienangehörigen etwa bei Betreuungsaufgaben. Dazu nun die wichtigsten Resultate.

Bereitschaft zu eigenen Hilfeleistungen

Ein erfreulich grosser Teil der Befragten, über zwei Drittel, ist „sicher“ bereit, selber innerhalb der Familie und im Bekanntenkreis Hilfe zu leisten, wenn das notwendig ist. Weitere gut 20 % könnten sich das unter Umständen vorstellen. Diese Anteile unterscheiden sich weder

nach Geschlecht noch nach andern Merkmalen wesentlich. Einzig sehr alte Menschen sind dazu etwas weniger in der Lage.

Abb. 3: Bereitschaft, innerhalb der Familie oder bei Bekannten Hilfe zu leisten, nach Geschlecht (Altersumfrage Kanton Schaffhausen 1998, N=431)

Abb. 4: Bisherige aktive Hilfeerfahrung, nach Geschlecht (Altersumfrage Kanton Schaffhausen 1998, N=431)

Sehr viele, fast 60 %, haben dies auch schon in die Praxis umgesetzt, haben also schon entsprechende Hilfe über eine gewisse Zeit geleistet. Allerdings zeigen sich hier deutliche Geschlechtsunterschiede: Männer haben dies erst zu 43 % getan, Frauen zu rund 70 %. So gesehen besteht also noch ein grosses Potential, das auf Umsetzung wartet. Erstaunliches tritt zutage, wenn man die bisherige Hilfe nach dem Zivilstand der Befragten unterteilt: Am meisten Hilfe geleistet haben die Ledigen (87 %), gefolgt von den Verwitweten (62 %). Allerdings macht die geringe Zahl der ledigen Befragten eine Verallgemeinerung fragwürdig. Trotzdem ist das Ergebnis nicht unplausibel: Die meisten Ledigen sind Frauen, die in ihrem sozialen Netz auf diese Weise tätig geworden sind.

Indessen gilt für Männer wie für Frauen gleichermassen: Wer bereits früher Hilfe geleistet hat, ist eher auch bereit, es wieder zu tun. 80 % der Personen, die Hilfe geleistet haben, wären „sicher“ zu weiteren Hilfeleistungen bereit. Von den Menschen ohne entsprechende Erfahrungen sind es rund 55 %.

Nutznieser der geleisteten Hilfe waren vor allem die eigenen Eltern oder Schwiegereltern, der/die Ehepartner/in sowie Nachbarn und Freunde/Bekannte. Bei den Ledigen bewegt sich auch die Hilfe an Geschwister in der gleichen Grössenordnung.

Hilfeleistungen gegenüber bisher Unbekannten

Wäre man bereit, kleinere Hilfsdienste auch gegenüber Personen, die man noch nicht kennt, zu erbringen? Ja, rund 80 % könnten sich das vorstellen; je 40 % mit Sicherheit bzw. unter gewissen Umständen. Frauen neigen stärker zu „sicher“, Männer zu „vielleicht, unter Umständen“. Nein zu solcher Hilfe sagen rund 20 %, also gut doppelt so viele wie bei der Frage nach der Hilfsbereitschaft in der Familie und im Bekanntenkreis.

Abb. 5: Hilfeleistung an bisher Unbekannte, nach Geschlecht (Altersumfrage Kanton Schaffhausen 1998, N=431)

Auch bei der Hilfe gegenüber bisher Unbekannten spielt es eine erhebliche Rolle, ob man schon früher betreuungsbedürftigen Menschen inner- oder ausserhalb der Familie Hilfe geleistet hat. 46 % der früheren HelferInnen wären „sicher“ auch dazu bereit, hingegen „nur“ 28 % derjenigen, die das noch nie über längere Zeit getan haben.

Gegenstand solcher Hilfsdienste könnten vor allem Dinge sein wie Botengänge, Gesellschaft leisten, Spazierbegleitung. Weniger beliebt sind eigentliche Pflegeaufgaben. Frauen sind dazu eher bereit als Männer; diese würde dafür eher Aufgaben übernehmen wie Transportdienste, Rat geben, Rollstuhl schieben. In diesen Präferenzen zeigen sich natürlich auch die geschlechtsspezifischen Rollen, die Dinge, die Frauen und Männer üblicherweise tun und sich zutrauen.

Abb. 6: Art der Hilfe an bisher Unbekannte, nach Geschlecht (Altersumfrage Kanton Schaffhausen 1998, N=431)

In der Rangfolge der möglichen Hilfeleistungen zeigen sich erstaunlich geringe Differenzen zwischen bisherigen HelferInnen und Nicht-HelferInnen. Besonders gross scheint die Bereit-

schaft der Nicht-HelferInnen in den Bereichen Botengänge, Gesellschaft leisten, Spazierbegleitung sowie Transporte/Taxidienste zu sein; im letzteren sogar grösser als diejenige der bisherigen HelferInnen. Hier handelt es sich um „niederschwellige“ Hilfsangebote, die kaum Körperkontakt erfordern und wenig Intimität mit sich bringen.

Abb. 7: Art der Hilfe an bisher Unbekannte, nach bisheriger Hilfe-Erfahrung (Altersumfrage Kanton Schaffhausen 1998, N=431)

Umstände und Bedingungen der Hilfeleistung

Was sind nun die „Umstände“, die für Hilfeleistungen entscheidend sein könnten? In erster Linie, dass die Hilfe von den Betroffenen überhaupt gewünscht wird. Aber auch, dass es sich um eine nahestehende Person handelt, dass man den Zeitpunkt selber wählen kann und dass man Unterstützung und Vorbereitung von Fachleuten erhält. Als am wenigsten wichtig erscheint eine finanzielle Entschädigung; 96 % bezeichnen das als weniger wichtig.

Abb. 8: Wichtigkeit der Umstände einer Hilfeleistung (Altersumfrage Kanton Schaffhausen 1998, N=431)

Die Anforderungen und Wünsche bezüglich der Umstände einer Hilfeleistung unterscheiden sich kaum zwischen bisherigen HelferInnen und Nicht-HelferInnen. Einzig die Selbstbestimmung der Einsatzzeit und die Unterstützung durch Fachleute werden durch HelferInnen etwas stärker gewichtet (Unterschied nicht signifikant).

Der hohe Stellenwert, der professioneller Unterstützung zukommt, zeigt, dass mit geeigneten Massnahmen von seiten entsprechender Institutionen das Potential freiwilliger und familiärer Hilfe noch besser ausgeschöpft werden könnte. Voraussetzung dafür ist eine Struktur, welche die Verbindung zwischen den potentiellen Helferinnen und Helfer einerseits und den Hilfesuchenden andererseits herstellt. Ausserhalb der Familie ist dabei an Organisationen der Nachbarschaftshilfe und entsprechende Vermittlungszentralen zu denken. Innerhalb der Familie, wo der Kontakt an sich bereits besteht, könnten Unterstützungs-, Entlastungs- und Beratungsangebote einerseits bisher nicht Helfende dazu motivieren, es einmal zu versuchen, andererseits die Helfenden so weit entlasten, dass sie ihre Arbeit mit geringeren Verlusten oder gar mit einem Gewinn an Lebensqualität erbringen können. Vielversprechend ist eine Kombination familiärer, ausserfamiliärer freiwilliger und professioneller Betreuung. Den Professionellen käme dabei die wichtige Aufgabe zu, die Hilfe mit zu koordinieren und nötigenfalls Supervision zu leisten.

Weitere Studien zu freiwilligen Tätigkeiten

Ein Versuch, die erwähnte Geschlechterbindung der freiwilligen Altersarbeit zu durchbrechen, wurde vor einigen Jahren vom Stadtärztlichen Dienst Zürich unternommen.

Spazierbegleitung von Alzheimerpatienten: Evaluation

Es handelt sich um ein Projekt des Stadtärztlichen Dienstes Zürich, das den vermehrten Einbezug von pensionierten Männern in Betreuungsaufgaben gegenüber dementen alten Menschen zum Ziel hatte. Das Pilotprojekt „SAMES“ (Intervention durch den Stadtärztlichen Dienst Zürich: Angebot der Männerschulung und Einsatz in Spazierbegleitung) beinhaltete eine Grundausbildung freiwilliger älterer Männer für die regelmässige Betreuung von Alzheimerkranken Patienten während einiger Stunden. Durch den Einsatz dieser Helfer sollten die Angehörigen der Kranken, in erster Linie die Ehepartnerinnen, entlastet sowie ihre Rückzugs- und Isolationsgefahr durchbrochen werden. Da Alzheimerkranke oftmals körperlich noch recht leistungsfähig sind, eine körperliche Anstrengung ihr Ruhebedürfnis regulieren kann

und der Kontakt zur Natur die Stimmung positiv beeinflusst, wurde die Begleitung bei Spaziergängen als Einsatzbereich festgelegt. Über mehrere Monate hinweg führten rund 25 Senioren solche Spazierbegleitungen mit Patienten durch, die ihnen durch die Anlaufstelle für Alzheimerfragen sowie die Gerontologische Beratungsstelle Entlisberg vermittelt worden waren.

Das Projekt wurde von einer Lizentiandin und einem Lizentianden (nämlich dem heutigen Koordinator des ZfG, Johann Krempels) der Abteilung Sozialpsychologie evaluiert. Zielgruppen der Evaluation waren die Spazierbegleiter, die pflegenden Angehörigen der Patienten sowie die Partnerinnen der Spazierbegleiter.

Ergebnisse

Zentrale Motive der freiwilligen Hilfe durch die Spazierbegleiter sind die Entlastung der pflegenden Angehörigen und die Förderung verbliebener Fähigkeiten der dementen Patienten.

Bis auf wenige Ausnahmen sammelten die Spazierbegleiter durchwegs positive Erfahrungen während ihrer Einsätze. Der zwischenmenschliche Kontakt zwischen dem Helfer und dem Patienten wurde trotz krankheitsbedingter Kommunikationsschwierigkeiten meistens als angenehm geschildert. Die Männer waren insgesamt sehr zufrieden mit ihrer Tätigkeit. Ihre hauptsächliche Aufgabe, die Angehörigenentlastung, glaubten sie erfüllt zu haben. Von ihren Partnerinnen wurden die meisten freiwilligen Helfer in ihrer Tätigkeit emotional unterstützt. Gesamthaft zeigen die Resultate, dass Männer die Aufgabe einer solchen "niederschweligen" Betagtenbetreuung kompetent wahrnehmen können.

Die pflegenden Ehefrauen der erkrankten Personen bewerteten die Einsätze der Spazierbegleiter als bedarfsgerechte und kompetente Entlastung. Zu ihnen hatten beinahe alle Männer ein gutes Verhältnis. Für die Angehörigen war allein schon der Kontakt zu den freiwilligen Helfern eine wichtige Entlastung, da er ihnen ermöglichte, auch einmal über ihre persönliche Situation sprechen zu können.

Schlussfolgerungen und Empfehlungen

Insgesamt wurde das Pilotprojekt SAMES von allen Beteiligten als grosser Erfolg bewertet. Da sich aber nur relativ wenige pflegende Angehörige um die Entlastung durch Spazierbegleiter bemühten, sollte diese Zielgruppe verstärkt auf Hilfeangebote durch freiwillige Helfer aufmerksam gemacht werden. Die Spazierbegleiter zeigten sich ihrer Aufgabe durchaus gewachsen und leisteten vielfach Dienste, die über den vorgesehenen Rahmen hinausgingen. Daher sollte auch eine Ausweitung des Tätigkeitsbereichs männlicher Helfer in Betracht gezogen werden. Solche Projekte bedürfen sicherlich der professionellen Koordination und Unterstützung, doch muss hier das Laiensystem der Helfer, nicht das professionalisierte Gesundheitswesen im Zentrum stehen.

Käferberg-Besucherstudie

Eine andere Studie, die in Zusammenarbeit mit dem Stadtärztlichen Dienst entstanden und soeben abgeschlossen worden ist, beinhaltet eine Intervention bei dementen Patienten im Krankenhaus Käferberg. Es sollte herausgefunden werden, ob regelmässige Besuche Freiwilliger bei betagten dementen Menschen deren Wohlbefinden verbessere.

Zur experimentellen Überprüfung wurden 43 PatientInnen in zwei Gruppen unterteilt. Eine davon erhielt während 10 Wochen regelmässigen Besuch, die andere nicht.

Das Ergebnis erfüllte die besten Erwartungen: Die Besuche führten zu einer signifikanten Verbesserung des psychischen, physischen und sozialen Wohlbefindens der PatientInnen.

Für unsere heutige Fragestellung ebenso wichtig ist aber: Auch die HelferInnen/BesucherInnen profitierten klar von den Besuchen. Die Aufgabe wurde von ihnen praktisch einhellig als positiv, bereichernd und beglückend beurteilt. Ihre Stimmung nach den Besuchen war jedes Mal besser als zuvor – mit Ausnahme des letzten Besuchs. Hier spielte vielleicht das Ende der Studie, aber auch der sehr schlechte Gesundheitszustand einer Patientin eine Rolle.

Nebenbei: die meisten BesucherInnen erklärten sich bereit, die Besuche auch nach Abschluss der Studie fortzuführen.

Fazit

Ein Austausch – im Sinne eines zeitübergreifenden gerechten "Handels" von prosozialem Engagement – innerhalb einer Generation und zwischen Generationen führt zu höherem Wohlbefinden.

Zu beachten ist allerdings, dass die jeweils Hilfe Empfangenden die Möglichkeit haben, entweder sich in irgend einer Form zu revanchieren oder das Gefühl zu haben, sie hätten die entsprechende Gegenleistung schon erbracht.

So gibt es vielleicht immer mehr "Hansen im Glück"?!

Vorschlag für einen neuen Gesellschaftsvertrag (Altersbericht)

Altern in der Schweiz: Bilanz und Perspektiven. Bericht der Eidgenössischen Kommission. Bern: EDMZ, 1995

Die eidgenössische Kommission, die den Altersbericht 1995 verfasste, machte einen viel diskutierten Vorschlag für einen neuen Gesellschaftsvertrag (nicht nur Generationenvertrag).

- Aufforderung an RentnerInnen, Solidaritätsaufgaben zu übernehmen (nach freier Wahl und im Rahmen ihrer Möglichkeiten).
- Einsätze sind vertraglich zu regeln.
- Einsätze in oder ausserhalb der Familie.
Z. B. handwerkliche Tätigkeiten, Gutachtertätigkeit, soziale Einsätze, künstlerische und erzieherische Tätigkeiten.
- Normalerweise ohne Entlohnung. keine Konkurrenz zum Arbeitsmarkt.
- Obligatorium oder Freiwilligkeit? Vorschlag: vorerst freiwillig, dann schauen.

Organisation:

- Impuls zu Einsätzen von gesellschaftlichen Vereinigungen aller Art, auch Jugend- und Seniorenorganisationen, öffentlicher Hand.
- Gemeinden: Übertrittsritual in den Ruhestand analog zu Jungbürgerfeiern. Einladung ca. zwei Jahre nach Erreichen des Ruhestands, da RentnerInnen idR. nicht sofort nach Pensionierung neue Aufgaben übernehmen wollen.
- Anlass mit Feier und Informationen über Betätigungsmöglichkeiten.

Gegenleistung für Tätigkeit:

- Gefühl der Integration, der Partizipation durch eigenen Beitrag an Gemeinschaft.
- Kontakte zu andern Menschen, insbesondere auch zu Menschen anderer Generationen.