

Urs Baumann, Marcus Büchel,  
Remo Schneider (Hrsg.)

# **Alter - Chancen und Grenzen**

Bericht zur Tagung  
im Fürstentum Liechtenstein  
am 2. Oktober 2003

# Inhaltsverzeichnis

<b>Autorinnenverzeichnis</b>	<b>11</b>
------------------------------	-----------

## A. Einleitung

<b>1. Eröffnung der Tagung durch den Sozialminister</b> (Hansjörg Frick)	<b>13</b>
<b>2. Grussworte des Bürgermeisters von Vaduz und Präsidenten der Stiftung Liechtensteinische Alters- und Krankenhilfe</b> (Karlheinz Ospelt)	<b>15</b>
<b>3. Einleitung zum Tagesthema durch den Amtsvorstand des Amtes für Soziale Dienste</b> (Marcus Büchel)	<b>17</b>

## B. Tagungsbeiträge

<b>4. Lebensqualität - Alter 2002: Ergebnisse zur Seniorenstudie im Fürstentum Liechtenstein</b> (Urs Baumann, Claudia Thiele-Sauer, Ludwig Feichtinger, Maria-Theresa Barbist)	<b>21</b>
1. Demografische Entwicklung in Liechtenstein	21
2. Projektauftrag für die Seniorenstudie 2002/2003	22
3. Fragestellungen der Repräsentativstudie	23
4. Methode	23
4.1 Zeitrahmen	23
4.2 Stichprobe	23
4.2.1 Quotenplan	23
4.2.2 Abiaufprozedere und Ersatz von Ausfällen	24
4.3 Untersuchungsverfahren	25
4.4 Kritische Diskussion	28
5. Ergebnisse: Repräsentativstudie	27
5.1 Soziodemografische Daten	27
5.2 Gesundheit	29
5.3 Wohnsituation	31
5.4 Soziale Kontakte, Soziale Unterstützung	33
5.5 Zufriedenheit, Zukunft	35
6. Ergebnisse: Heimstudie	36
7. Vergleich der Repräsentativstudie 2002 mit der Studie 1991	37
8. Ergebnisse: Geschlechtsspezifische Unterschiede (Frauen, Männer)	37

9. Ergebnisse: Altersspezifische Unterschiede (-79 Jahre, 80 J. und älter)	38
10. <b>Bilanz</b>	39
11. Literatur	41
<b>5. Erfolgreiches Altern</b> (Horst Mitmansgruber, Urs Baumann)	<b>43</b>
1. Erste Positionsbestimmungen zum "guten" Altern	43
2. Gibt es Wohlbefinden im Alter?	44
3. Prozesse erfolgreichen Alterns: Ziele verfolgen, Ziele aufgeben	47
3.1. Selektive Optimierung mit Kompensation für erfolgreiches Altern	47
3.2. Zwei-Faktoren-Modell der Bewältigung: Assimilation und Akkomodation	50
3.3. Primäre und sekundäre Kontrolle	52
4. Die Rolle der Zeit im Alter	54
4.1. Ältere Menschen treffen weniger Leute: Sozioemotionale Selektivität	54
4.2. Deadlines in der Lebensgestaltung	55
4.3. Das Ende des Lebens und die Orientierung an Vergangenheit und höheren Werten	57
5. Erfolgreiche Alte: Expertinnen in Emotionsregulation	58
6. Literatur	60
<b>6. Psychische und somatische Krankheiten im Alter - Hindernisse für die Lebensqualität?</b> (Andreas Maercker, Anuschka Enzler)	<b>63</b>
1. Physiologische und kognitive Funktionseinbussen	63
2. Somatische Morbidität im Alter	64
3. Schmerzen im Alter	65
4. Psychische Gesundheit im Alter	67
4.1. Depressionen	68
4.2. Demenzen und Mild Cognitive Impairments	69
4.3. Weitere psychische Störungen	71
4.4. Die Zürcher Altersstudie	72
5. Wohlbefindensregulation im höheren Lebensalter	72
6. Psychologische Therapie im Alter	74
6.1. Patientengruppen in der Psychotherapie	74
6.2. Wie sieht die psychotherapeutische Versorgung älterer Menschen aus?	74
6.3. Psychotherapiemotivation	75
7. Zusammenfassende Bilanz	77
8. Literatur	77
<b>7. Bildung im Alter: Ansätze - Erfahrungen - Herausforderungen</b> (Elisabeth Bubolz-Lutz)	<b>80</b>
1. Bildung hat viele Gesichter	80

2. Von der Altenbetreuung zum selbstbestimmten Lernen - ein Rückblick auf Entwicklungen der Altenbildung	82
2.1 Die 60er Jahre: Altenbildung als Altenhilfe und Fürsorge	83
2.2 Die 70er Jahre: Altenbildung zur Herstellung von Chancengleichheit für benachteiligte alte Menschen	83
2.3 Die 80er Jahre: Altenbildung als "Seniorenbildung" und Kulturarbeit vorwiegend für die "jungen Alten"	84
2.4 Die 90er Jahre: Bildung im Alter als selbstbestimmter "geistiger Aufbruch" der älteren Generation	84
2.5 Heute: "Altersbildung" statt "Altenbildung" - Eröffnung vielfältiger Möglichkeiten	85
3. Miteinander nachdenken, reden und handeln - zu einem erweiterten Verständnis von Bildungsarbeit im Alter und gemeinsam mit Älteren	85
4. Chancen durch Bildungsarbeit im Alter	86
4.1 Bildungsarbeit - eine Chance zur Bereicherung des persönlichen Lebens	86
4.2 Bildungsarbeit - eine Möglichkeit, Gleichgesinnte und Andersdenkende kennenzulernen	87
4.3 Bildungsarbeit - zum Finden neuer Aufgaben und zum Engagement für das Gemeinwohl	87
5. Herausforderungen einer Altersbildung	88
5.1 Bildung für <i>alle</i> Älteren ermöglichen - Aufgabe der Bildungsplaner	88
5.2 Eigene Kompetenzen (an-) erkennen, verbessern und füreinander einsetzen - Aufgabe für die Älteren	88
5.3 "Geragogik" als Disziplin fortentwickeln - Aufgabe für die Wissenschaft	89
5.4 Bildungsinitiativen unterstützen und Bildungsstrukturen aufbauen - Aufgabe der Politik	89
6. Ausblick: Altersbildung der Zukunft	90
7. Literatur	91
<b>8. Gehirnjogging - Versicherung gegen Demenz (Gerald Gatterer)</b>	<b>93</b>
1. Einleitung	93
2. Theoretische Überlegungen für klinisch-psychologische Massnahmen im Alter	94
3. Indikation und Anwendungsbereiche	96
4. Beispiel für unterschiedlicher Ansätze	97
4.1 Klinisch-psychologische Ansätze zur Prävention	97
4.1.1 Trainingsprogramme zum regelmässigen Üben von Basisleistungen der Informationsaufnahme und -Verarbeitung	97
4.1.2 Übungen zur Vermittlung von verhaltensorientiertem Gedächtniswissen und -Strategien und zum Transfer von Strategien in den Alltag	100
4.1.3 Angebote im "Vorfeld" von Gedächtnisleistungen	100
4.2 Psychosoziale Ansätze	100
4.2.1 Klinisch-psychologische Beratung	101

4.2.2 Aktivierungsprogramme	101
4.2.3 Milieutherapie	101
5. Multiprofessionelle Zusammenarbeit	101
6. Bilanz	103
7. Literatur	104
<b>9. Wohnen im Alter (Hans-Werner Wahl, Frank Oswald)</b>	<b>106</b>
1. Wesentliche Botschaften des Kapitels im Überblick	106
2. Bedeutung des Wohnens und Besonderheiten des Wohnens im Alter - der Zugang der ökologischen Gerontologie	107
3. Theoretische Überlegungen zum Wohnen in Privathaushalten im Alter: ein integratives Modell	109
4. Empirische Befunde zum Wohnen in Privathaushalten im Alter	112
4.1 Befunde zu Wohnerleben und wohnbezogener Identität I: Wohnbindung	112
4.2 Befunde zu Wohnerleben und wohnbezogener Identität II: Wohnbedeutungen	114
4.3 Befunde zu Wohn handeln und wohnbezogener Autonomie I: Personkompetenz und Wohnumwelt	115
4.4 Befunde zu Wohnhandeln und wohnbezogener Autonomie II: Maximierung von Kontrolle	115
5. Resümee und Blick in die Zukunft	116
6. Literatur	117
<b>10. Die gesellschaftliche Alterung aus ökonomischer und sozialpolitischer     Perspektive (Ulrike Schneider)</b>	<b>120</b>
1. Die gesellschaftliche Wahrnehmung des Alterns und älterer Menschen	120
2. Gesellschaftliche Alterung und soziale Sicherheit	120
2.1 Die Einkommenssituation älterer Menschen: Fürstentum Liechtenstein und Österreich	120
2.2 Sicherung eines angemessenen Lebensstandards im Alter	123
2.3 Gesundheitsversorgung im Alter	126
3. Produktives Altern	132
3.1 Ältere Arbeitnehmer	132
3.2 Die Älteren im Ehrenamt	133
4. Die Älteren als Konsumentinnen	135
5. Fazit	136
6. Literatur	138