



VorSORGE –

Wie die Bevölkerung auf den demografischen Wandel vorbereitet ist

VorSORGE –

Wie die Bevölkerung auf den demografischen Wandel vorbereitet ist

Autor:innen:

Thomas Nice
Frederick Sixtus
Catherina Hinz

Berlin-Institut für Bevölkerung
und Entwicklung

Inhalt

1	Der demografische Wandel und seine Folgen	6
1.1	Die Mehrheit unterschätzt die Folgen des demografischen Wandels	11
2	Finanzielle Altersvorsorge	14
2.1	Altersvorsorge treibt die meisten um	16
2.2	Mögliche Strategien der finanziellen Vorsorge – und wer sie nutzt	16
2.3	Ohne Vorsorge droht finanzielle Unsicherheit im Alter	27
3	Pflege und soziale Vorsorge	31
3.1	Mehrzahl der Menschen ahnt Herausforderungen in der Pflege	33
3.2	Mögliche Strategien zur Pflegevorsorge – und wer sie nutzt	33
3.3	Ohne finanzielle und soziale Absicherung kann die Pflegelücke nicht kompensiert werden	47
4	Lokale Versorgungslage	49
4.1	Die Zufriedenheit mit der Pflegeversorgung hängt auch vom Wohnort ab	51
4.2	Mögliche Strategien zur Sicherung der Pflegeversorgung auf dem Land – und wer sie nutzt	52
4.3	Defizite in der Pflegeversorgung können nur teilweise kompensiert werden	63
5	Berufswelt	65
5.1	Erwerbsarbeit belastet schon heute fast die Hälfte der Berufstätigen	67
5.2	Mögliche Strategien für ein längeres Berufsleben – und wer sie nutzt	67
5.3	Längeres Erwerbsleben für viele kaum zu bewältigen	79
6	Wer ist resilient, wer vulnerabel?	80
6.1	Handlungsbedarfe	87
	Literaturverzeichnis	93
	Impressum	99

1 Der demografische Wandel und seine Folgen

Der demografische Wandel verändert längst das alltägliche Leben in Deutschland. Wer durch die Fußgängerzone spaziert, blickt vielerorts in immer ältere Gesichter.¹ Termine bei Handwerker:innen lassen Wochen auf sich warten, weil die Fachkräfte fehlen.² Und Kommunen – vor allem in strukturschwachen ländlichen Regionen – sehen sich gezwungen, ganze Wohnblöcke abzureißen, weil immer weniger Menschen dort leben.³

Neben diesen unmittelbaren Veränderungen wirkt der demografische Wandel aber auch auf das Funktionieren der Sozialsysteme, auf die medizinische Versorgung oder den Arbeitsmarkt. So entstehen neue Anforderungen an die Lebensplanung der Einzelnen. Eine ältere alleinstehende Frau erwägt womöglich den Umzug aus dem alten Einfamilienhaus auf dem Land in eine kleine städtische Erdgeschosswohnung, in der sie angesichts gut erreichbarer Läden, Arztpraxen und kultureller Angebote weiterhin selbstbestimmt leben kann. Ein Krankenpfleger bildet sich eventuell mit Anfang Fünfzig weiter, damit er weniger körperlich anstrengende Tätigkeiten in der Verwaltung übernehmen kann und nicht aus gesundheitlichen Gründen vorzeitig in den Ruhestand wechseln muss. Und jüngere Leute stellen vielleicht fest, dass im Freundeskreis immer öfter ETFs, Aktienanlagen und andere Formen privater Altersvorsorge Thema sind.

1 Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung (2021). Durchschnittsalter der Bevölkerung in Deutschland (1871–2019). bit.ly/3OVhIRN (03.08.22).

2 Tertton, C. (2022). Handwerk mit Gegenwind. Ukraine-Krieg erheblicher Risikofaktor. Konjunkturbericht (1). Berlin: Zentralverband des deutschen Handwerks.

3 Braun, R., Schwede, P. & Rachowka, A. (2020). Künftige Wohnungslösungen in Deutschland. Regionale Besonderheiten und Auswirkungen: Bundesinstitut für Bau-, Stadt- und Raumforschung; empirica ag.

Die Bevölkerung altert

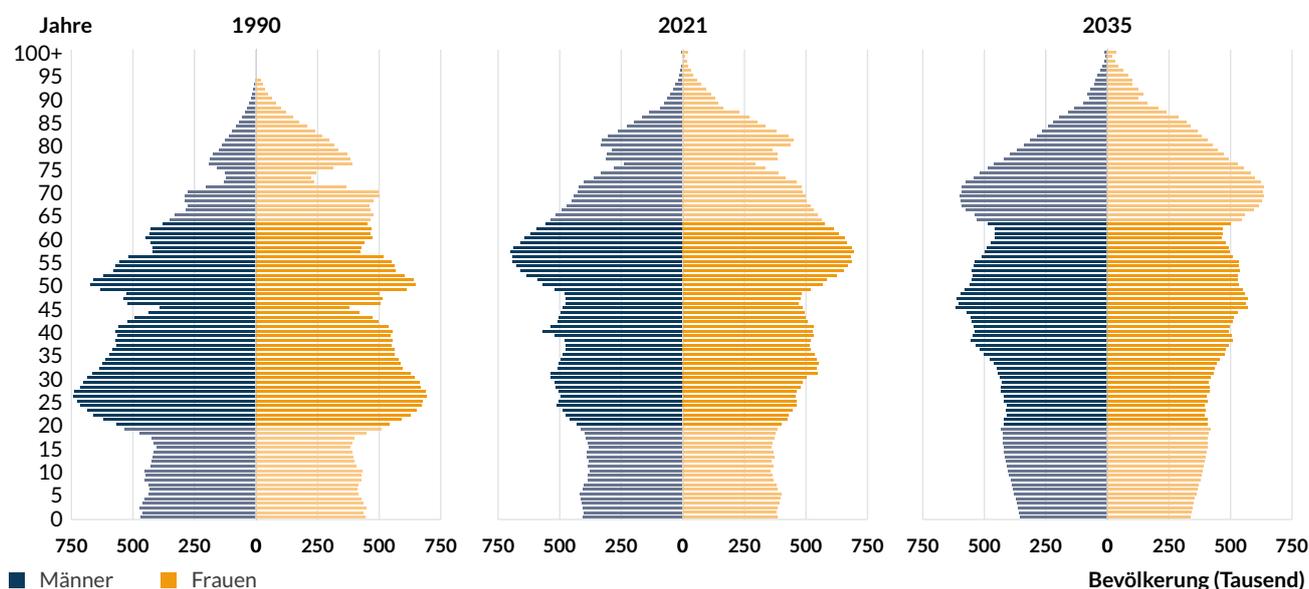
Niedrige Geburtenzahlen bei gleichzeitig steigender Lebenserwartung haben in den letzten Jahrzehnten dazu geführt, dass die Gesellschaft altert (siehe Abbildung 1.1). Die Zahl der Jüngeren und Erwerbsfähigen sinkt, die der Senior:innen steigt. Zur Wiedervereinigung 1990 waren 15 Prozent der Bevölkerung über 65 Jahre alt, inzwischen sind es 22 Prozent.⁴ Diese Entwicklung beschleunigt sich: Bis zum Jahr 2035 treten knapp dreißig Prozent der heute Erwerbspersonen in den Ruhestand ein, weil die besonders geburtenstarke Babyboomer-Generation nach und nach das Rentenalter erreicht.⁵ Aus den Bildungsinstitutionen rücken deutlich weniger Personen ins Erwerbsleben nach. Und so wird die Bevölkerung im erwerbsfähigen Alter von 15 bis 64 Jahren voraussichtlich von heute rund 54 Millionen bis 2035 auf 50 Millionen schrumpfen. Die seit etwa einem Jahrzehnt vergleichsweise hohe Zuwanderung aus dem Ausland mildert das Schrumpfen der erwerbsfähigen Bevölkerung ab. Die gesellschaftliche Alterung kann sie aber nicht aufhalten.⁶

4 Statistisches Bundesamt (2022). Bevölkerung: Deutschland, Stichtag, Altersjahre. Tabelle 12411-0005. bit.ly/3Qj0Ar4 (15.12.22).

5 Statistisches Bundesamt (2022). 12,9 Millionen Erwerbspersonen erreichen in den nächsten 15 Jahren das gesetzliche Rentenalter (Pressemitteilung Nr. 330 vom 4. August 2022). bit.ly/3p2zS9S (08.08.22).

6 Statistisches Bundesamt (2022). 15. koordinierte Bevölkerungsvorausberechnung. Vorausberechneter Bevölkerungsstand: Deutschland, Stichtag, Varianten der Bevölkerungsvorausberechnung, Geschlecht, Altersjahre. Tabelle 12421-0002. bit.ly/3Fgpa7o (15.12.22).

ABBILDUNG 1.1 Weniger Erwerbsfähige, mehr Rentner:innen



Bevölkerungszahl nach Altersjahr, 1990, 2021 und 2035 (Prognose*), in Tausend
 Datengrundlage: Statistisches Bundesamt 2022c und 2022b.

| BertelsmannStiftung

Die Altersstruktur der deutschen Gesellschaft verändert sich. Im Vergleich zu 1990 stehen heute etwa 1,7 Millionen weniger Erwerbsfähige dem Arbeitsmarkt potenziell zur Verfügung. Gleichzeitig ist die Zahl der Menschen im Ruhestandsalter um mehr als sechs Millionen gestiegen. Dabei ist absehbar, dass sich diese Entwicklung fortsetzt: Bis 2035 wächst die Zahl der Senior:innen voraussichtlich um weitere vier Millionen. Dann ist mehr als jede:r Vierte in Deutschland über 65 Jahre alt. Die Bevölkerungsgruppe der Hochbetagten ab 85 Jahren wächst noch rasanter. Ihre Zahl hat sich seit 1990 von 1,2 Millionen auf 2,7 Millionen mehr als verdoppelt. Bis 2035 wird sie voraussichtlich auf 3,2 Millionen und bis 2050 sogar auf rund fünf Millionen steigen.

* Die hier verwendeten Prognosen beziehen sich auf die 15. koordinierte Bevölkerungsvorausberechnung des Statistischen Bundesamts auf Basis des Jahres 2021. Wir beziehen uns auf die Variante „moderate Entwicklung der Geburten, Lebenserwartung und Wanderungssaldo“. Für die Annahmen zur Bevölkerungsvorausberechnung, s. Fußnote 6.

Herausforderungen für Gesellschaft und Individuen

Der demografische Wandel birgt vielfältige gesellschaftliche Herausforderungen. Das betrifft zunächst die Absicherung der Menschen im Alter. Immer weniger Erwerbstätige müssen eine wachsende Zahl von Älteren versorgen. Das belastet insbesondere die Finanzierung des Sozialstaats: Die Beiträge der Beschäftigten zur Sozialversicherung decken die Kosten der Rente nicht mehr. Transfers zwischen den Generationen reichen immer weniger aus, um die finanzielle Sicherheit der Senior:innen zu gewährleisten. Dabei dehnt sich die Lebensphase der Rente immer weiter aus, weil das Renteneintrittsalter nicht mit der steigenden Lebenserwartung Schritt hält. Für viele Erwerbstätige wird die gesetzliche

Rente allein nicht mehr ausreichen, um im Alter den gewohnten Lebensstandard zu halten.

Für die allermeisten Menschen bedeutet eine längere Lebenserwartung zwar zusätzliche Jahre guter Gesundheit, aber im sehr hohen Alter steigt auch der Pflegebedarf erheblich an. Wenn es mehr Hochbetagte gibt, werden auch mehr Personen Unterstützung im Alltag benötigen. Weil die Menschen in den vergangenen Jahrzehnten im Schnitt weniger Kinder bekommen haben und der Nachwuchs im Erwachsenenalter immer seltener am gleichen Ort wie seine Eltern wohnt, fehlen aber häufig Angehörige, die sich regelmäßig um pflegebedürftige Familienmitglieder kümmern können. Ebenso mangelt es zunehmend an Fachkräften, die professionelle Pflegearbeit

leisten könnten. Wer pflegebedürftig wird, kann sich also nicht ohne Weiteres darauf verlassen, angemessen versorgt zu werden. Insbesondere in strukturschwachen ländlichen Regionen altert die Bevölkerung vielerorts besonders schnell, was den Bedarf an Pflegeangeboten in die Höhe treibt und gleichzeitig bedeutet, dass Erwerbsfähige fehlen, die familiäre oder professionelle Pflege leisten könnten.

Nicht zuletzt verändert sich die Arbeitswelt. Die Politik hat bereits das Renteneintrittsalter erhöht, um einerseits dem Fachkräftemangel entgegenzuwirken. Andererseits trägt sie damit der steigenden Lebenserwartung Rechnung, die dazu führt, dass Senior:innen im Schnitt immer länger Renten beziehen, die finanziert werden müssen. Unternehmen sind zunehmend auch auf ältere Beschäftigte angewiesen, um ihren Arbeitskräftebedarf halbwegs zu decken. Die meisten Berufstätigen kommen so nicht um ein längeres Erwerbsleben herum – auch wenn ältere Berufstätige es schwerer haben, mit körperlichen und psychischen Belastungen umzugehen.

Vielfältige Strategien im demografischen Wandel – aber nicht für alle

Die Folgen des demografischen Wandels treffen somit nicht allein den Sozialstaat, die Kommunen oder Unternehmen, sondern in besonderer Weise auch die einzelnen Bürgerinnen und Bürger. Mit zahlreichen Strategien können diese aber den vielfältigen Herausforderungen begegnen und ihr Leben in einer alternden Gesellschaft individuell gestalten. Zum Beispiel kann im Pflegefall eine Kombination aus familiärer Unterstützung, professioneller Pflegearbeit und ehrenamtlichen Angeboten eine gute Betreuung ermöglichen. Wer privat finanziell vorsorgen möchte, kann unabhängige Beratungsangebote nutzen und in die Produkte von Versicherern und Banken investieren. Und Beschäftigte können sich am Arbeitsplatz bei ihren Vorgesetzten für ein altersgerechtes Arbeitsumfeld starkmachen. Das erfordert Eigeninitiative – heißt aber nicht, dass jede:r auf sich allein gestellt ist. Vielmehr kann ein ganzes Netzwerk an Angehörigen und Freund:innen, Kolleg:innen, sozialen Einrichtungen, staatlichen Stellen und privaten Dienstleistern bei der Absicherung und Vorsorge helfen.

Die vorliegende Studie analysiert, wie Einzelne den Folgen des demografischen Wandels begegnen können. Dafür hat das Institut für Demoskopie Allensbach (IfD Allensbach) im August 2022 eine repräsentative Stichprobe von Menschen im Alter zwischen 16- und 70 Jahren dazu befragt, ob sie Maßnahmen ergriffen haben, mit denen sie die Folgen des demografischen Wandels auf ihr Leben abfedern und gesellschaftliche Teilhabe auch im Alter sichern können.

Die Auswertung dieser Befragung zeigt, dass viele Menschen schon privat für das Alter vorsorgen, sich Gedanken darüber machen, wie sie damit umgehen wollen, wenn sie im Alter mit körperlichen Einschränkungen zu kämpfen haben, am Arbeitsplatz auf ihre Gesundheit achten und noch viele weitere Strategien verfolgen, um sich in der alternden Gesellschaft zu behaupten. Allerdings sind nicht alle Bevölkerungsgruppen gleichermaßen in der Lage, sich auf die Zukunft individuell vorzubereiten. Zum Beispiel fehlt vielen das Geld, um in einen Wertpapierplan, Fonds oder andere Formen der Altersvorsorge zu investieren. Nicht alle kennen Menschen, die sich im Pflegefall um sie kümmern könnten. Vielen fehlt das Wissen darüber, welche Hilfsmittel und Technologien ihnen im Alter nützen würden, falls sie mal nicht mehr so mobil sind. Und Berufstätige in körperlich besonders anstrengenden Berufen haben oft kaum eine Möglichkeit, ihre Gesundheit zu schonen. Der sozio-ökonomische Status, das Geschlecht, der Wohnort oder mitunter auch der Familienstand sind eng damit verknüpft, wie gut die Einzelnen gerüstet sind, den Folgen des demografischen Wandels zu begegnen.

Immer wieder zeigen Untersuchungen, welche dramatischen sozialen Folgen das hat. Menschen, die lange im Niedriglohnsektor gearbeitet haben, haben ein hohes Risiko der Altersarmut – ebenso wie alleinstehende Frauen, die ihre Erwerbsarbeit zur Betreuung der Kinder oder Pflege der Eltern unterbrechen.⁷ Wer wenig Geld verdient und über keinen hohen Bildungsabschluss verfügt, wird im Schnitt bereits in einem jüngeren Alter pflegebedürftig.⁸ Und Angestellte in körperlich anstren-

7 Geyer, J., Buslei, H., Gallego-Granados, P. & Haan, P. (2019). Anstieg der Altersarmut in Deutschland: Wie wirken verschiedene Rentenreformen? Gütersloh: Bertelsmann Stiftung.

8 Geyer, J., Haan, P. W. de, Kröger, H. & Schaller, M. (2021). Pflegebedürftigkeit hängt von der sozialen Stellung ab. DIW Wochenbericht, 88(44), S. 727–734.

genden, unterdurchschnittlich bezahlten Jobs scheiden häufiger vor dem Renteneintrittsalter aus dem Berufsleben aus als Manager:innen, Beamte und andere Erwerbstätige mit höherer beruflicher Stellung.⁹

Wir konzentrieren uns in dieser Studie auf vier Lebensbereiche, in denen die Folgen des demografischen Wandels schon heute spürbar sind. Gleichzeitig entscheidet sich gerade in diesen Bereichen, wie gut die Menschen im Alter an der Gesellschaft teilhaben können:

9 Bäcker, G. (2022). Alterssicherung in Deutschland. Aus Politik und Zeitgeschichte: Rente.

- finanzielle Altersvorsorge ist notwendig, um auch im Ruhestand genügend Geld zur Verfügung zu haben und den Lebensstandard zu halten,
- Vorsorge für den Pflegefall hilft, auch im Alter sozial integriert, fit und gut versorgt zu sein, wenn Unterstützung im Alltag notwendig ist,
- nur wenn am Wohnort ein ausreichendes Angebot medizinischer Versorgung sowie notwendiger Infrastruktur vorhanden ist und die Wohnsituation den Bedürfnissen Älterer gerecht wird, können die Menschen im Alter selbstbestimmt leben und im Krankheits- oder Pflegefall die benötigte Unterstützung erhalten

Glossar

- **Erwerbsfähig** sind alle Menschen im Alter von 15 bis unter 65 Jahren, unabhängig davon, ob sie tatsächlich berufstätig oder erwerbslos sind.
- **Geringverdiener:innen** hat das IfD Allensbach auf Grundlage des monatlichen Haushaltsnettoeinkommens für verschiedene Familienkonstellationen ermittelt. Dazu zählen: Alleinlebende mit weniger als 1.250 Euro, Alleinerziehende mit weniger als 1.500 Euro, Paare ohne Kinder mit weniger als 2.500 Euro und Paare mit Kindern mit weniger als 3.000 Euro.
- Der **sozio-ökonomische Status** definiert sich aus einer Kombination vier individueller Merkmale: das Niveau der Schul- und Berufsbildung, der Berufskreis, das Nettoeinkommen des Hauptverdieners im Haushalt und eine Einschätzung der sozialen Schicht nach Eindruck der Interviewer:innen bei der Befragung. Auf Grundlage dieser Merkmale ist es möglich, gesellschaftliche Gruppen zu bilden, die sich jeweils in ihren sozialen und wirtschaftlichen Ressourcen ähneln. In dieser Studie unterscheiden wir drei Gruppen – Menschen mit hohem, mittlerem und niedrigem sozio-ökonomischen Status.
- **Resilienz** beschreibt in diesem Kontext die Fähigkeit von Individuen, die Folgen des demografischen Wandels auf ihr Leben in diversen Bereichen bewältigen zu können. Dafür wird vor allem das Verhalten der Menschen berücksichtigt, mit dem sie sich bewusst oder unbewusst auf das eigene Alter vorbereiten.
- **Strategien** verstehen wir hier als Verhaltensweisen, mit denen Menschen die Folgen des demografischen Wandels auf ihr Leben abmildern. Dabei ist weniger wichtig, ob es sich um eine bewusste Reaktion auf die gesellschaftliche Alterung handelt oder ob die Betroffenen aus anderen Gründen handeln. Zum Beispiel kann für viele Menschen Spaß am Sport als Ausgleich zum Job die wichtigste Motivation dafür sein, im Alltag aktiv zu bleiben. Viele denken gerade in jungen Jahren nicht darüber nach, dass sie dadurch auch das Risiko einer frühen Pflegebedürftigkeit reduzieren. Dennoch leisten sie damit einen wichtigen Beitrag, um im Alter erst später auf Unterstützung angewiesen zu sein.
- **Vulnerabilität** bezeichnet hier ein erhöhtes Risiko von Individuen, den Folgen des demografischen Wandels ausgesetzt zu sein, ohne dass sie in der Lage sind, entsprechende Strategien zu verfolgen.

ABBILDUNG 1.2 Der demografische Wandel wirft individuelle Fragen auf



Quelle: eigene Darstellung

| BertelsmannStiftung

Der demografische Wandel verändert die Gesellschaft in verschiedenen Lebensbereichen und fordert damit jede:n Einzelne:n heraus, darauf zu reagieren. Eine gute Vorsorge kann auf vielfältige Weise dazu beitragen, im Ruhestand den gewohnten Lebensstandard zu halten, möglichst lang körperlich und geistig fit zu bleiben und auch im Alter selbstbestimmt zu leben.

- und in einer alter(n)sgerechten Arbeitswelt können viele Menschen auch bis in ein höheres Alter erwerbstätig sein.

Können Menschen die Herausforderungen des demografischen Wandels in einem Bereich nicht bewältigen, stehen sie schnell auch anderswo vor Problemen. Menschen, die zum Beispiel starker körperlicher Belastung im Job ausgesetzt sind, müssen häufiger vor der steigenden Regelaltersgrenze aus dem Erwerbsleben austreten. Sie zahlen dann kürzer in die Rentenkasse ein, können vermutlich auch privat weniger Geld für die Altersvorsorge zurücklegen und laufen letztendlich Gefahr, im Alter in finanzielle Bedrängnis zu geraten. Und wer aufgrund eines geringen Einkommens nicht finanziell für das Alter vorsorgen kann, wird im Ruhestand vermutlich auch nicht die Summen für einen teuren altersgerechten Umbau des eigenen Zuhauses aufbringen können und muss unter Umständen früher als gewollt die vertrauten vier Wände verlassen.

Die folgenden Kapitel zeigen jeweils für die vier ausgewählten Bereiche, wie der demografische Wandel Einzelne trifft und mit welchen Strategien diese den Herausforderungen begegnen können. Die Bevölkerungsbefragung zeigt auf, wie viele Menschen in verschiedener Weise vorsorgen und welche Bevölkerungsgruppen dabei häufig außen vor bleiben. Auf diese Weise beschreiben wir Gruppen, die besonders resilient beziehungsweise vulnerabel gegenüber den Folgen des demografischen Wandels sind. Kapitel 6 geht schließlich auf die Schnittmengen zwischen den einzelnen Lebensbereichen ein und fragt danach, welche Gruppen über verschiedene Dimensionen hinweg besonders vulnerabel sind. Zuletzt leiten wir aus den Befunden Empfehlungen ab, wie Politik, Unternehmen oder zivilgesellschaftliche Akteure eine breitere Bevölkerungsschicht dabei unterstützen können, sich auf den demografischen Wandel vorzubereiten.

1.1 Die Mehrheit unterschätzt die Folgen des demografischen Wandels

Nur wer eine Vorstellung davon hat, was mit dem demografischen Wandel auf jede:n Einzelne:n und die Gesellschaft als Ganze zukommt, kann sich angemessen darauf vorbereiten. Der demografische Wandel ist jedoch keine disruptive Veränderung, die schlagartig ins Bewusstsein der Menschen dringt, sondern er verändert die Bevölkerungsstruktur nur langsam und über Jahrzehnte. Wie sehr nehmen die Menschen diese Veränderungen wahr? Und erkennen sie die gesellschaftliche Bedeutung dieser Entwicklung sowie die individuellen Herausforderungen, die sie mit sich bringt?

Unsere Befragung lässt den Schluss zu, dass das bisher nur bedingt der Fall ist. Nur jede:r Zehnte gibt an, sich intensiv mit den Folgen des demografischen Wandels auseinanderzusetzen. 45 Prozent sagen, das Thema beschäftigt sie, allerdings nicht so sehr. Ähnlich viele sagen, der demografische Wandel beschäftigt sie gar nicht. Insbesondere Jüngere treibt die Alterung der Gesellschaft kaum um, dafür interessiert sich eine Mehrheit der Älteren zumindest teilweise dafür (siehe Abbildung 1.3). Die Auseinandersetzung mit dem demografischen Wandel hängt auch mit dem sozio-ökonomischen Status zusammen. In den mittleren und unteren sozialen Schichten schenkt fast die Hälfte der Befragten dem Thema gar keine Aufmerksamkeit. In den höheren sozialen Schichten liegt der Anteil bei etwa einem Drittel.

Dass sich die Mehrheit der Bevölkerung nur bedingt mit dem demografischen Wandel beschäftigt, geht damit einher, dass bisher nur eine Minderheit dessen Folgen in ihrem Alltag wahrnimmt. Nur rund jede:r Vierte beobachtet im persönlichen Umfeld Auswirkungen des demografischen Wandels (siehe Abbildung 1.4). Seit 2014 ist deren Anteil sogar gesunken. Etwas mehr als die Hälfte meint hingegen, gar

Methodik

Für die Analyse der Resilienz im demografischen Wandel haben wir zunächst eine umfassende Literaturrecherche durchgeführt, um potentielle individuelle Strategien im Umgang mit den Folgen der gesellschaftlichen Alterung zu identifizieren. Diese Strategien haben wir nach vier Lebensbereichen zusammengefasst: finanzielle Altersvorsorge, Pflege und soziale Vorsorge, Pflege auf dem Land und Berufswelt.

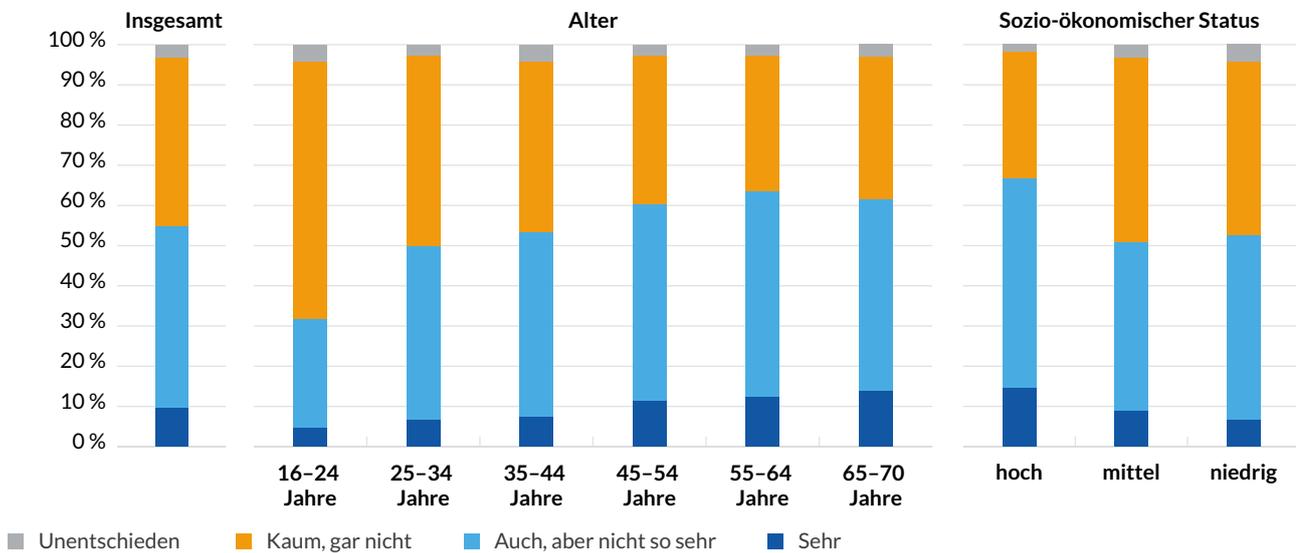
Daraufhin haben wir einen Katalog mit etwa vierzig Fragen entwickelt, die individuelle Verhaltensweisen in diesen Bereichen ermitteln. Damit hat das IfD Allensbach im August 2022 insgesamt 1.234 persönliche Interviews geführt. Die Teilnehmenden wurden mit einem Quotenverfahren ermittelt, sodass die Stichprobe hinsichtlich der Verteilung nach Geschlecht, Altersgruppen, Erwerbsstatus und Berufsstellung repräsentativ für die 16- bis 70-jährige Bevölkerung in Deutschland steht. Da wir die Vorsorgestrategien von Personen untersuchen, die erst in der Zukunft in Rente gehen, umfasst unsere Stichprobe keine älteren Teilnehmenden. Um möglichst differenzierte und statistisch verlässliche Aussagen treffen zu können, wurde die Hauptstichprobe um ergänzende Stichproben von Ostdeutschen und Geringverdiener:innen aus ländlichen Regionen aufgestockt.

Jede:r Befragte erhielt entsprechend der Bevölkerungsdaten des Mikrozensus 2021 ein Gewicht, da einige Gruppen relativ zur Bevölkerung in Deutschland in der Stichprobe über- oder unterrepräsentiert sind. Die vorliegende Auswertung basiert auf den gewichteten Daten dieser Gruppe.

Ergänzend zu diesen Ergebnissen haben wir Beispiele guter Praxis identifiziert, die die einzelnen Strategien veranschaulichen und innovative Ansätze aufzeigen. Dafür haben wir mit Vertreter:innen der ausgewählten Projekte Hintergrundgespräche geführt, um einen persönlichen Einblick in die Erfolge sowie Herausforderungen ihrer Arbeit zu bekommen.

Für weitere methodische Hinweise, siehe das Begleitmaterial zur Studie auf [\[LINK\]](#).

ABBILDUNG 1.3 Wie sich Menschen mit dem demografischen Wandel beschäftigen



Anteil an den 16- bis 70-Jährigen, nach Altersgruppe, in Prozent (n = 1.234)

| BertelsmannStiftung

Frage: „Wie sehr beschäftigt Sie das Thema ‚Demografischer Wandel‘, also dass es bei uns immer mehr ältere und immer weniger jüngere Menschen gibt? Würden Sie sagen, das beschäftigt Sie ...“

nichts davon mitzubekommen. Gewachsen ist dagegen der Anteil der Personen, die sich unsicher sind, ob der demografische Wandel ihr Lebensumfeld bereits betrifft. Dabei hat die Alterung der Gesellschaft in dem Zeitraum weiter an Fahrt aufgenommen.

Die ostdeutsche Bevölkerung nimmt die Folgen des demografischen Wandels etwas stärker wahr als die westdeutsche. Insbesondere die Bewohner:innen ländlicher Regionen Ostdeutschlands spüren den Wandel. Von dort sind in den vergangenen Jahrzehnten besonders viele junge Leute weggezogen, der demografische Wandel trifft sie besonders heftig.¹⁰ Allerdings geht auch im Osten nur eine Minderheit davon aus, dass der demografische Wandel sich in Zukunft auf ihr persönliches Umfeld und ihr tägliches Leben auswirken wird (siehe Abbildung 1.5).

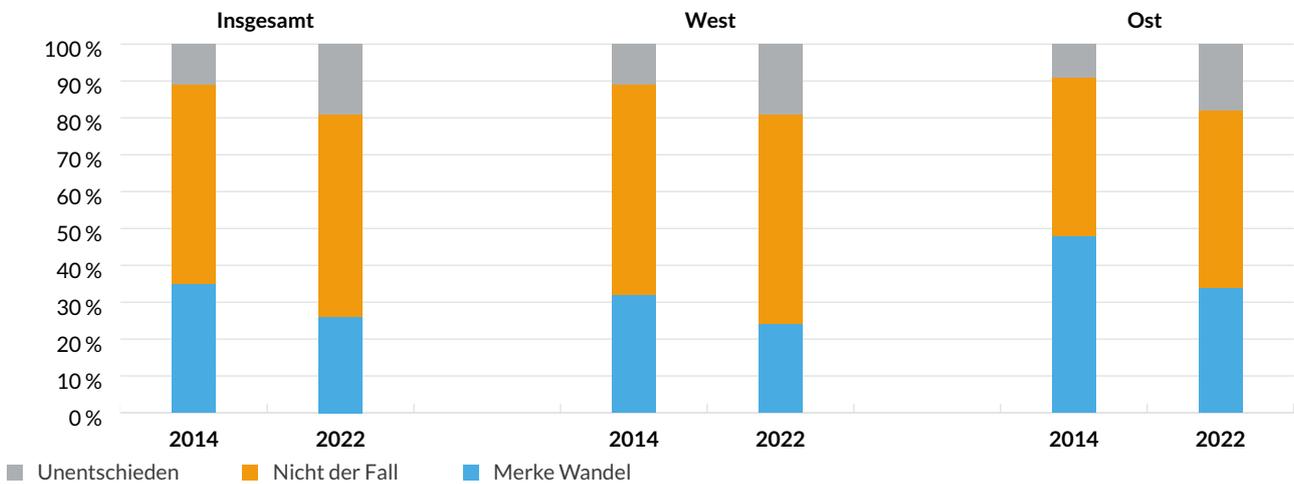
In West- sowie Ostdeutschland erwartet nur knapp ein Viertel der Bevölkerung, dass der demografische Wandel ihr Leben sehr stark oder stark verändern wird.

Der demografische Wandel scheint im öffentlichen Bewusstsein zuletzt eher in den Hintergrund gerückt zu sein. Die Befragung fand in einer ereignisreichen Zeit statt: Die Welt kämpfte noch gegen eine Pandemie, als Bundeskanzler Olaf Scholz in der Folge des russischen Überfalls auf die Ukraine eine Zeitenwende beschwor. Die Menschen plagten angesichts zweistelliger Inflationsraten Zukunftsängste und viele fürchteten, dass wegen ausbleibender russischer Gaslieferungen die Heizungen im Winter kalt bleiben würden. Diese Entwicklungen überlagerten den vergleichsweise abstrakten und schwer zu greifenden demografischen Wandel. In Umfragen stuften viele Befragte diese akuten Herausforderungen als bedeutsamer ein.¹¹

10 Slupina, M., Dähler, S., Reibstein, L., Amberger, J., Sixtus, F., Grunwald, J. et al. (2019). Die demografische Lage der Nation. Wie zukunftsfähig Deutschlands Regionen sind: Berlin-Institut für Bevölkerung und Entwicklung.

11 Forschungsgruppe Wahlen (2022). Wichtige Probleme in Deutschland - seit 01/2000. bit.ly/3j8Zi5P (15.11.22).

ABBILDUNG 1.4 Wer den demografischen Wandel spürt



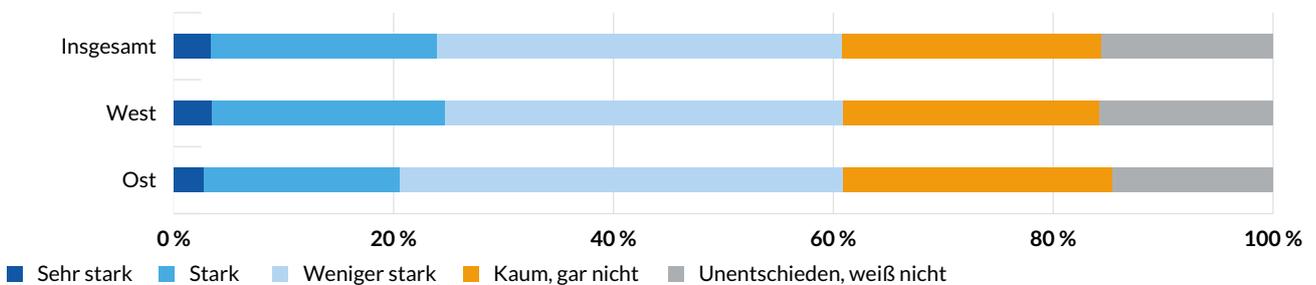
Quelle: IfD Allensbach 2014.

| BertelsmannStiftung

Anteil an den 16- bis 70-Jährigen, nach Region und Jahr, in Prozent (2014: n = 1.503; 2022: n = 1.234)

Frage: „Wie ist das bei Ihnen am Wohnort bzw. in der Region: Merken Sie da schon etwas vom demografischen Wandel, oder ist das nicht der Fall?“

ABBILDUNG 1.5 Welche Auswirkungen die Menschen vom demografischen Wandel auf ihr Umfeld erwarten



Anteil an den 16- bis 70-Jährigen, nach Region, in Prozent (n = 1.234)

| BertelsmannStiftung

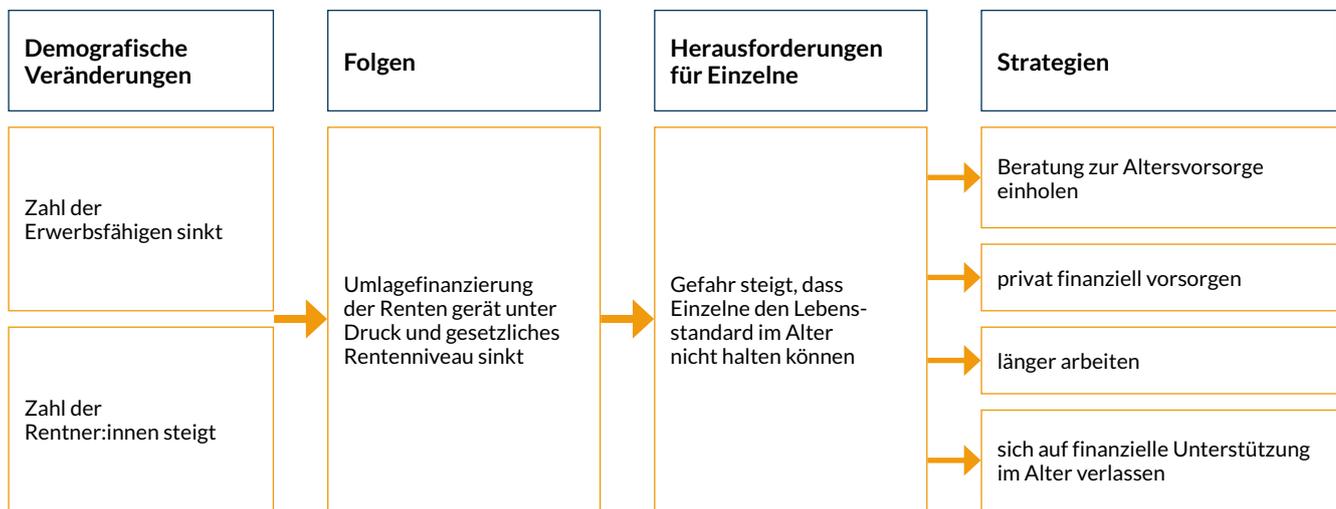
Frage: „Wenn es immer mehr Ältere und immer weniger Jüngere gibt, wie stark wird sich das auf Ihr persönliches Umfeld, auf Ihr tägliches Leben auswirken? Würden Sie sagen ...?“

Zwar scheinen nur wenige Menschen die große übergreifende demografische Entwicklung überblicken zu können. Direkt zu den konkreten Folgen der gesellschaftlichen Alterung gefragt, äußern aber viele, dass sie sich durchaus mit den Folgen der gesellschaftlichen Alte-

rung auseinandersetzen. Viele nehmen die Herausforderungen für die finanzielle Altersvorsorge, die pflegerische Versorgung und die Berufswelt wahr und sagen, dass diese Veränderungen auch für ihr eigenes Leben relevant sind.

2 Finanzielle Altersvorsorge

Auf einen Blick:



In Deutschland finanziert größtenteils ein Umlageverfahren die Rente, der sogenannte Generationenvertrag: Beschäftigte zahlen Beiträge in die Rentenversicherung, die unmittelbar an die Rentenempfänger:innen fließen.¹² Im Zuge des demografischen Wandels verteilen sich die Beiträge zur Alterssicherung allerdings auf immer weniger Schultern (siehe Abbildung 2.1). Im Jahr 1990 kamen auf eine:n Rentner:in rund fünf Erwerbsfähige. Heute sind es nur noch etwa drei.¹³ Und bis 2035 werden voraussichtlich zwei Erwerbsfähige eine Rente finanzieren müssen.¹⁴ Das Umlageverfahren kann so die wachsende

Zahl an Senior:innen immer schlechter finanziell versorgen. Der Bund muss jedes Jahr mehr Steuergelder zuschießen, um die Lücke zwischen Rentenbeiträgen und -ansprüchen zu füllen.¹⁵ Gleichzeitig steigen die Beitragssätze der Sozialversicherungen immer weiter. Eine Studie im Auftrag der Bertelsmann Stiftung schätzt, dass ohne eine Reform des Rentensystems Erwerbstätige bis 2035 22 Prozent ihres Einkommens in die gesetzliche Rentenversicherung einzahlen müssten.¹⁶

12 Ebert, T. (2018). Die Zukunft des Generationenvertrags. Bonn: bpb, Bundeszentrale für politische Bildung.

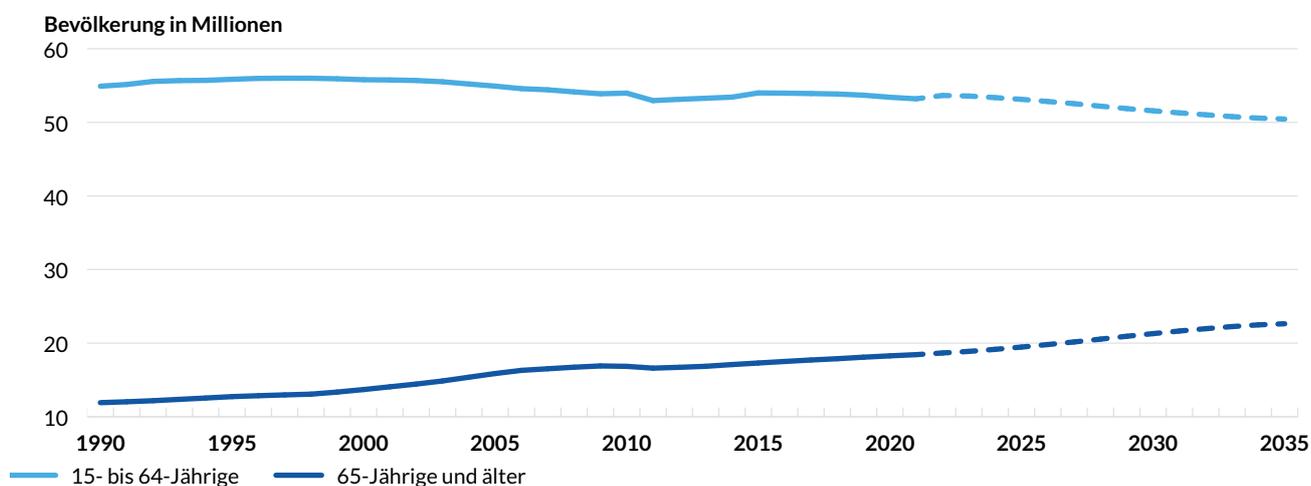
13 Statistisches Bundesamt (2022). Bevölkerung: Deutschland, Stichtag, Altersjahre. Tabelle 12411-0005. bit.ly/3Qj0Ar4 (15.12.22).

14 S. Fußnote 6.

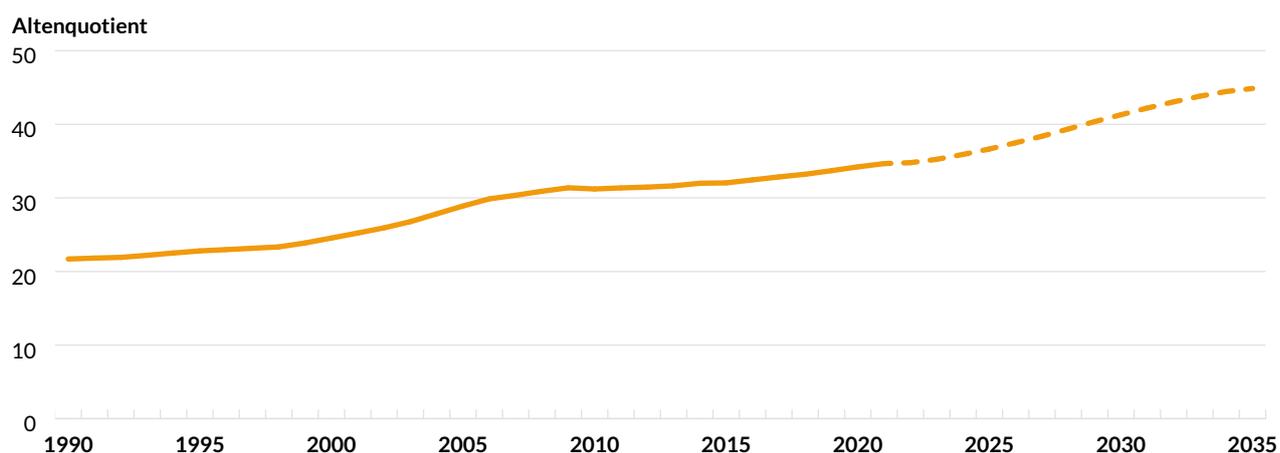
15 Ragnitz, J., Rösel, F., Thum, M. & Werding, M. (2021). Die teure Bilanz der Rentenpakete der vergangenen Jahre. ifo Dresden berichtet, 28(05), S. 3–6.

16 Werding, M. (2021). Demografische Alterung und öffentliche Finanzen. Wie geht es nach der Covid-19-Krise weiter? Gütersloh: Bertelsmann Stiftung.

ABBILDUNG 2.1 Die Erwerbsfähigen werden weniger, die Rentner:innen mehr



Zahl der 15- bis 64-Jährigen und der über 65-Jährigen, in Millionen, 1991 bis 2035 (Prognose)



Über 65-Jährige pro hundert 15- bis 64-Jährige, 1991 bis 2035 (Prognose)
 Datengrundlage: Statistisches Bundesamt 2022c und 2022b.

| BertelsmannStiftung

In fast jedem Jahr seit der Wiedervereinigung ist die Zahl der Rentner:innen gestiegen, während die Zahl der Erwerbsfähigen zurückgegangen ist. Das zeigt auch der Altenquotient. Er gibt das Verhältnis der Personen im Rentenalter ab 65 Jahren zu hundert Menschen im erwerbsfähigen Alter von 15 bis 64 Jahren wieder. 1990 lag der Altenquotient bei etwa 22. Heute müssen 100 Erwerbsfähige bereits 35 Rentner:innen versorgen. Und bis 2035 steigt der Altenquotient voraussichtlich weiter auf 45.

Nicht nur steigt jedes Jahr die Zahl der neuen Ruheständler:innen, sie werden auch immer älter. Während der durchschnittliche Ruhestand 1990 noch 15,4 Jahre, konnten Senior:innen 2021 auf im Schnitt 20,5 Jahre Rentenbezüge hoffen.¹⁷ Die Politik hat die gesetzliche

¹⁷ Deutsche Rentenversicherung (2022). Rentenversicherung in Zeitreihen 2022. Durchschnittliche Rentenbezugsdauer.

Regelaltersgrenze für den Renteneintritt lange nicht daran angeglichen. Sie lag bis 2012 bei 65 Jahren, seitdem wird sie stufenweise auf 67 Jahre erhöht und liegt aktuell bei 65,8 Jahren.¹⁸

¹⁸ Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung (2021). Renteneintrittsalter. bit.ly/3pmofaZ (08.08.22).

Das Rentenniveau – also welchen Anteil des durchschnittlichen Arbeitslohns die Rente beträgt – hängt zu einem großen Teil davon ab, wie sich die Rentenzahlungen im Verhältnis zu den Sozialversicherungsbeiträgen entwickeln. Obwohl die Zahl an Erwerbstätigen infolge von guter Konjunktur, Arbeitsmarktreformen, vergleichsweise hoher Zuwanderung und einer höheren Beschäftigung von Frauen in den letzten Jahren gestiegen ist, ist die Zahl der Bezieher:innen von Altersrenten noch schneller gewachsen. Das hat dazu geführt, dass das Rentenniveau Jahr für Jahr gesunken ist. Inzwischen erhalten Rentner:innen, die 45 Jahre in die Rentenkasse eingezahlt haben, 48 Prozent ihres durchschnittlichen Lohns über die gesetzliche Rente. Vor zwanzig Jahren lag das Rentenniveau noch etwa fünf Prozentpunkte höher.¹⁹ Künftig sinkt die gesetzliche Rente weiter. Neue Rentner:innen haben dadurch immer weniger Kaufkraft als frühere Jahrgänge.²⁰

2.1 Altersvorsorge treibt die meisten um

Unsere Befragung zeigt: Die Mehrheit der Bevölkerung erkennt das sinkende Rentenniveau als Risiko für ihren Lebensunterhalt im Alter. Nur wenige Menschen im Erwerbsalter erwarten, dass die gesetzliche Rente allein ausreicht, um im Alter ihren Lebensstandard zu halten. Lediglich acht Prozent der 16- bis 70-Jährigen, die noch keine Rente erhalten, vertrauen auf den Staat, die Rente zu sichern und sind der Meinung, dass sie sich selbst nicht zusätzlich um die Altersvorsorge kümmern müssen. 41 Prozent glauben dagegen sogar, die staatliche Rente sei unabhängig von der Höhe ihrer Rentenbeiträge in Zukunft sowieso nur noch eine Grundsicherung, die sie durch private Vorsorgeformen ergänzen müssen. Vor allem Personen, deren Ruhestand noch Jahrzehnte entfernt liegt, blicken pessimistisch auf die Höhe ihrer späteren staatlichen Rente (siehe Abbildung 2.2).

Insgesamt machen sich drei Viertel der Menschen bereits vor dem Ruhestand Gedanken um ihr Alterseinkommen. Mit dem Alter steigt das Interesse an der Alters-

¹⁹ Deutsche Rentenversicherung (2022). Rentenversicherung in Zeitreihen 2022. Entwicklung des Standardrentenniveaus.

²⁰ Burret, H. & Ehrentraut, O. (2019). Altersvorsorgebedarf im Zeitverlauf. Gesetzliche Renten und Zusatzvorsorge für Versicherte verschiedener Generationen. Berlin: prognos AG, Gesamtverband der Deutschen Versicherungswirtschaft e. V.

vorsorge. Während fast die Hälfte der 16- bis 24-Jährigen angeben, sich keine Gedanken um die Altersvorsorge zu machen, sind es unter 55- bis 64-Jährigen nur noch 16 Prozent. Dabei gibt es nur geringe Unterschiede zwischen Männern und Frauen oder zwischen den sozialen Schichten, wenn es darum geht, wie sehr Menschen sich mit ihrer Rente beschäftigen.

2.2 Mögliche Strategien der finanziellen Vorsorge – und wer sie nutzt

Die gesetzliche Rente erreicht zwar die breite Mehrheit der Gesellschaft, aber der demografische Wandel führt zu Einschnitten im Rentenniveau. Folge ist, dass heute Erwerbstätige den Lebensstandard im Alter nur mit zusätzlicher Vorsorge halten können. Wer sorgt privat vor und wer läuft hingegen Gefahr, dass das spätere Alterseinkommen nicht ausreicht?

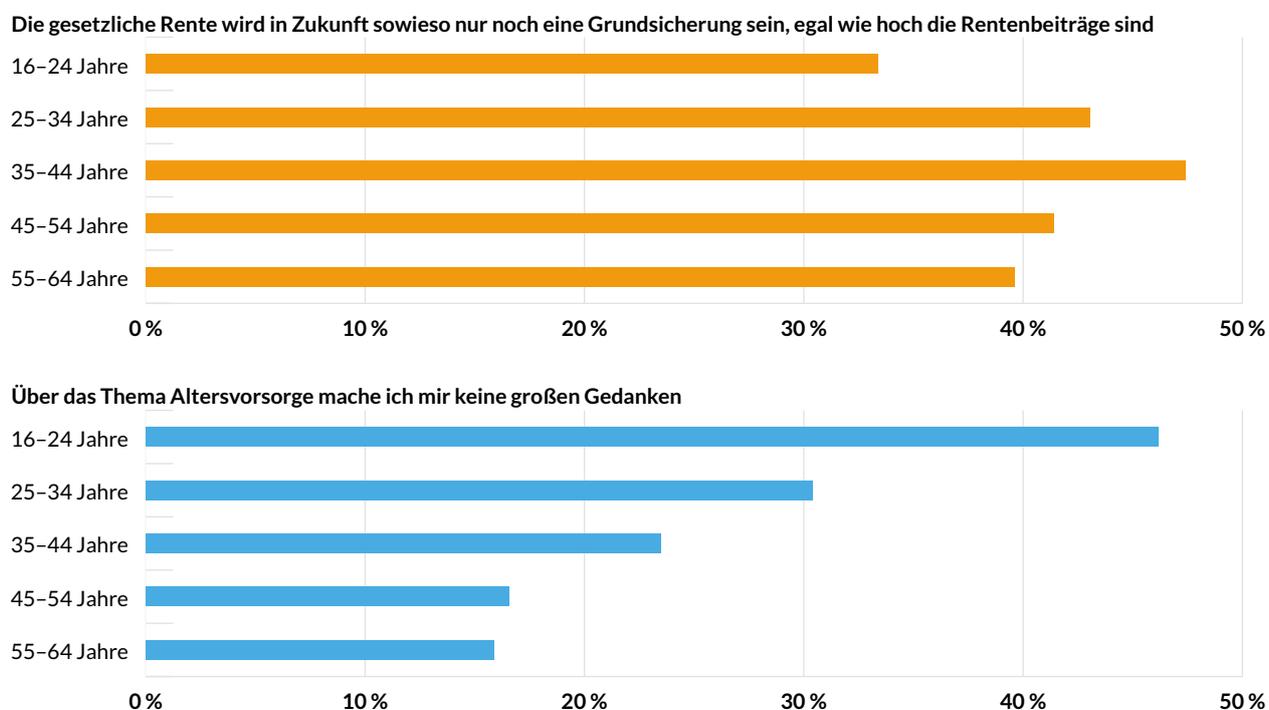
A) Beratung zur finanziellen Altersvorsorge einholen

Ein erster wichtiger Schritt zur Sicherung eines ausreichenden Alterseinkommens ist, sich darüber schlau zu machen, welche zusätzlichen finanziellen Vorsorgestrategien die gesetzliche Rente ergänzen können. Die Altersvorsorge basiert in Deutschland für die meisten Angestellten auf einem Drei-Säulen-System: erstens der gesetzlichen Rentenversicherung oder der Beamtenversorgung, zweitens den staatlich-geförderten betrieblichen Vorsorgeformen und drittens auf individuellen Anlageformen wie Riester-Verträgen, Aktien, Staatsanleihen, Immobilien oder privaten Rentenversicherungen.²¹ Wer sich über passende Vorsorgeformen informieren möchte, kann sich bei Anbietern wie der Deutschen Rentenversicherung oder den Verbraucherzentralen der Bundesländer unabhängig und professionell beraten lassen. Diese Stellen helfen, zunächst die zu erwartende Höhe der Altersversorgung zu ermitteln und dann zu bestimmen, welche Vorsorgeformen ergänzend zur gesetzlichen Rente am besten zu Einkommen, Lebensphase und späteren Wünschen für den Ruhestand passen.

Eine solche Beratung hilft dabei, effektiv vorzusorgen. Denn Finanzprodukte wie Aktien oder Staatsanleihen

²¹ S. Fußnote 9.

ABBILDUNG 2.2 Wer pessimistisch auf die gesetzliche Rente blickt und sich Gedanken um die Altersvorsorge macht



Anteil an den 16- bis 70-Jährigen, die noch keine Rente erhalten, nach Altersgruppe, in Prozent (n = 1.009)

| BertelsmannStiftung

Frage: „Hier ist einmal einiges aufgeschrieben, was uns andere über das Thema Altersvorsorge gesagt haben. Was davon würden auch Sie sagen?“

unterscheiden sich gehörig in der Rendite, die sie abwerfen.²² Außerdem können sich Anlegewillige darüber informieren, inwiefern der Staat private Vorsorgeformen fördert. Zum Beispiel können Erwerbstätige bestimmte Rentenversicherungen von der Steuer absetzen. Diese sind dann möglicherweise besonders attraktiv für die Altersvorsorge.²³

Wer sich beraten lässt, genießt oft nicht nur finanzielle Vorteile, sondern blickt auch gelassener in die eigene Zukunft. Studien zeigen, dass sich die Beratung zur Altersvorsorge positiv auf die Psyche auswirken kann: Wer sich zur Rente gut informiert fühlt, geht sicherer und

glücklicher auf den Ruhestand zu.²⁴ Die Unwägbarkeiten des Alterns scheinen eher zu bewältigen zu sein.

Wer lässt sich zur Altersvorsorge beraten?

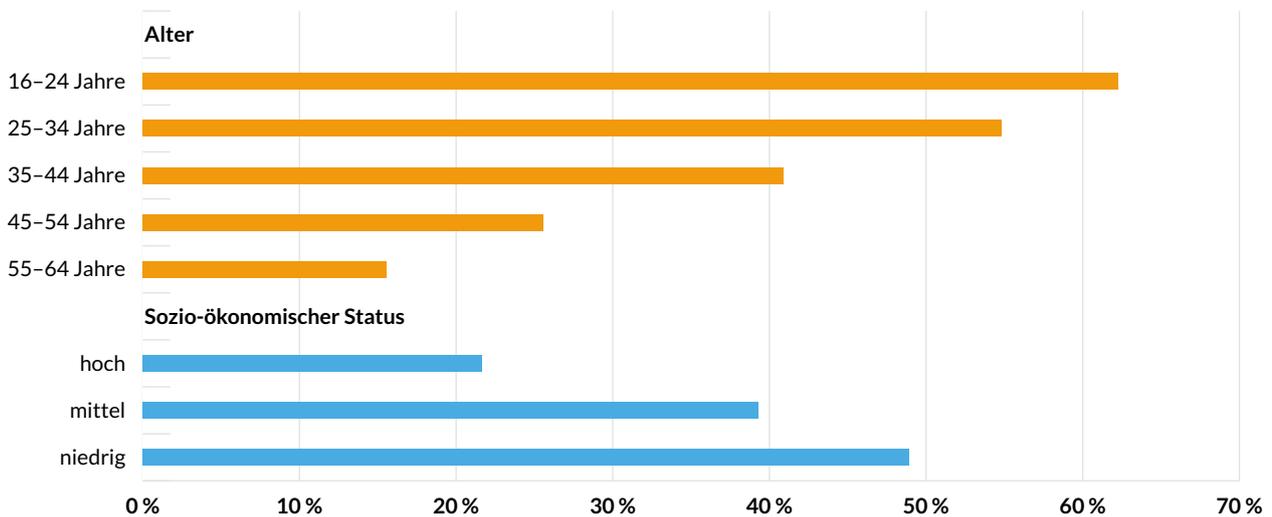
Zwei von drei Erwerbsfähigen gaben in unserer Befragung an zu wissen, wie viel Geld ihnen im Alter zur Verfügung stehen wird. Vor allem junge Menschen in der Ausbildung oder am Beginn ihres Berufslebens tun sich schwer damit, ihre spätere Rente zu beziffern (siehe Abbildung 2.3). Während weniger als die Hälfte der 25- bis 34-Jährigen in der Lage ist, die eigenen Alterseinkünfte zu schätzen, trifft das nur auf jede:n Fünfte:n 45- bis

22 Deutsches Aktieninstitut & Verbraucherzentrale Bundesverband (2021). Kapitalgedeckte Altersvorsorge mit Aktien! 120 Jahre Aktien und Staatsanleihen im Renditevergleich.

23 Kochskämper, S. (2016). Die Förderkulisse der privaten Altersvorsorge: Status quo und Reformoptionen. IW-Report (23).

24 Noone, J., O'Loughlin, K. & Kendig, H. (2013). Australian baby boomers retiring 'early': Understanding the benefits of retirement preparation for involuntary and voluntary retirees. Journal of Aging Studies, 27(3), S. 207–217.

ABBILDUNG 2.3 Wer die Alterseinkünfte nicht abschätzen kann



Anteil an den 16- bis 64-Jährigen, die noch keine Rente erhalten, nach Altersgruppe beziehungsweise sozio-ökonomischem Status, in Prozent (n = 1.009)

| BertelsmannStiftung

Frage: „Hier ist einmal einiges aufgeschrieben, was uns andere über das Thema Altersvorsorge gesagt haben. Was davon würden auch Sie sagen?“; Antwort: „Ich habe keinen Überblick darüber, wie hoch meine Einkünfte im Alter sein werden“

64-Jährigen zu. Neben dem Alter spielt auch die Schichtzugehörigkeit eine wichtige Rolle: Nur 22 Prozent der 16- bis 64-Jährigen mit hohem, aber 49 Prozent jener mit einem niedrigen sozio-ökonomischen Status gaben an, nicht um die Höhe ihrer Alterseinkünfte zu wissen.

Nur eine Minderheit der Befragten hat sich dagegen schon einmal professionell zur Altersvorsorge beraten lassen. Nur jede:r Siebte zwischen 16 und 70 Jahren hat hierzu schon einmal Expert:innen der Deutschen Rentenversicherung oder anderer Anbieter aufgesucht, in der Gruppe der 50- bis 70-Jährigen immerhin jede:r Fünfte. Das ist naheliegend, da das Thema Altersvorsorge an Relevanz gewinnt, wenn der Ruhestand näher rückt. Hinzu kommt, dass jüngere Generationen zunehmend über andere Kanäle Informationen zu Themen wie Altersvorsorge und Geldanlage einholen. Sie bemühen eher Online-Angebote, anstatt persönliche Beratungsangebote zu nutzen.²⁵

Nur wer sich eine private Altersvorsorge leisten kann, wird sich zu dem Thema auch beraten lassen. Vielen Jüngeren fehlt hierzu noch das nötige Einkommen: Nach Abzug aller regelmäßigen Ausgaben bleiben jüngeren Menschen zwischen 20 und 29 Jahren im Schnitt weniger als 300 Euro pro Monat zur freien Verfügung, ab Mitte 40 bleiben dagegen im Schnitt über 450 Euro (siehe Abbildung 2.4). Zeit in kluge Anlagestrategien zu investieren, lohnt sich vor allem dann, wenn auch ausreichend finanzielle Mittel für die Anlage zur Verfügung stehen. Denn es ist aufwändig, sich auf dem unübersichtlichen Finanzmarkt über die vielfältigen Anlageprodukte zu informieren.²⁶

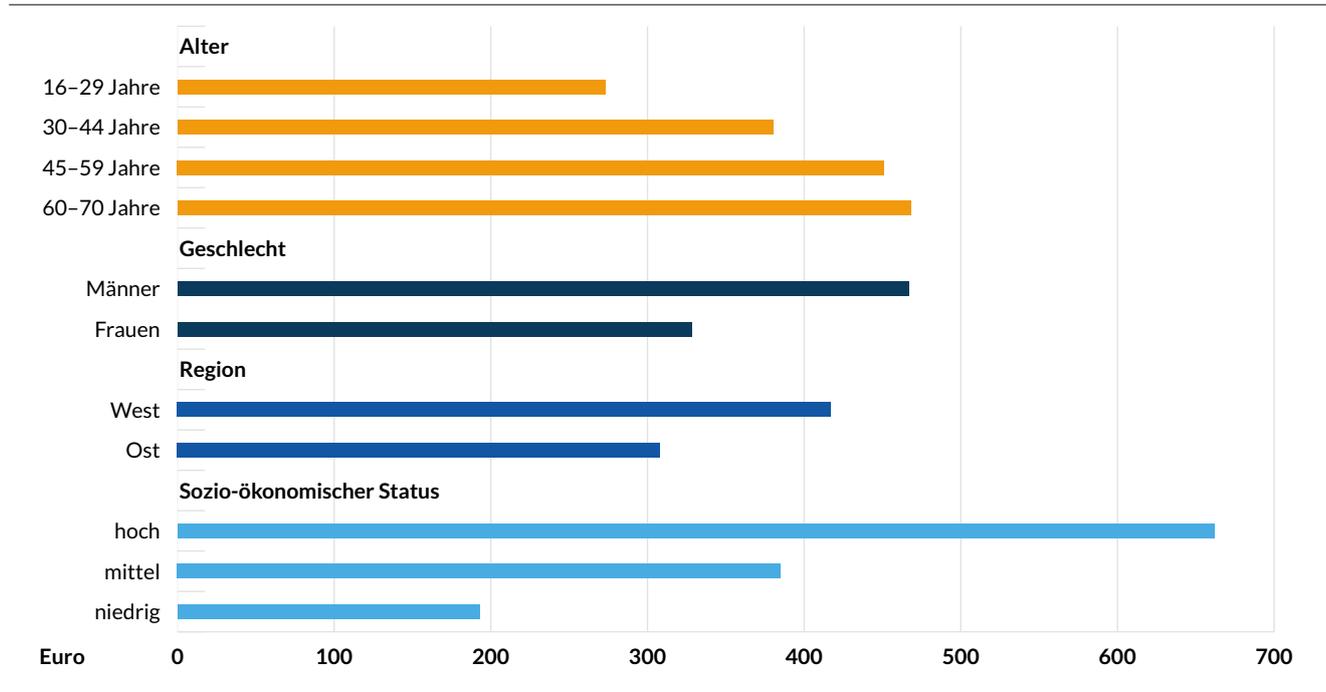
Die unteren Schichten nutzen kaum Vorsorgeberatung

Unter Menschen mit einem niedrigen sozio-ökonomischen Status hat nur etwa jeder Zwölfte Beratungsange-

25 Fisch, J. E., Labouré, M. & Turner, J. A. (2019). The Emergence of the Robo-advisor. In Agnew, Julie, Mitchell Olivia S. (Hrsg.), *The Disruptive Impact of FinTech on Retirement Systems*. Oxford University Press.

26 Walter, M. & Welbers, L. (2017). Wie „ticken“ Kleinanleger auf dem Finanzmarkt? Einblicke in ein qualitatives Forschungsprojekt. *Vierteljahrshäfte zur Wirtschaftsforschung*, 86(4), S. 67–82.

ABBILDUNG 2.4 Wie viel Geld Menschen monatlich zur Verfügung haben



Anteil an den 16- bis 70-Jährigen, nach Altersgruppe, Geschlecht, Region beziehungsweise sozio-ökonomischem Status, in Prozent (n = 1.234) | BertelsmannStiftung

Frage: „Wie viel Geld bleibt für Sie durchschnittlich im Monat übrig? Wenn Sie jetzt einmal von Ihrem Einkommen alle laufenden Kosten wie Miete, Heizung, Kleidung, Essen und Trinken abziehen. Wie viel Geld haben Sie dann ungefähr noch, mit dem Sie persönlich machen können, was Sie wollen?“

bote zur Altersvorsorge genutzt. Sozio-ökonomisch Bessergestellte haben hingegen im Schnitt mehr als doppelt so häufig Hilfe aufgesucht (siehe Abbildung 2.5). Vor allem die Höhe des Einkommens und des vorhandenen Vermögens ist für eine Vorsorgeberatung bedeutsam, sodass sie für viele Menschen mit niedrigem Einkommen entsprechend wenig relevant ist. Ein Ergebnis, das dabei heraussticht: Geringverdiener:innen in Ostdeutschland suchen besonders selten Vorsorgeexpert:innen auf – dort ist es nur jede:r Zwanzigste. Diese Gruppe verfügt neben dem geringen Einkommen besonders selten über nennenswertes Vermögen wie Ersparnis oder eine eigene Wohnung.

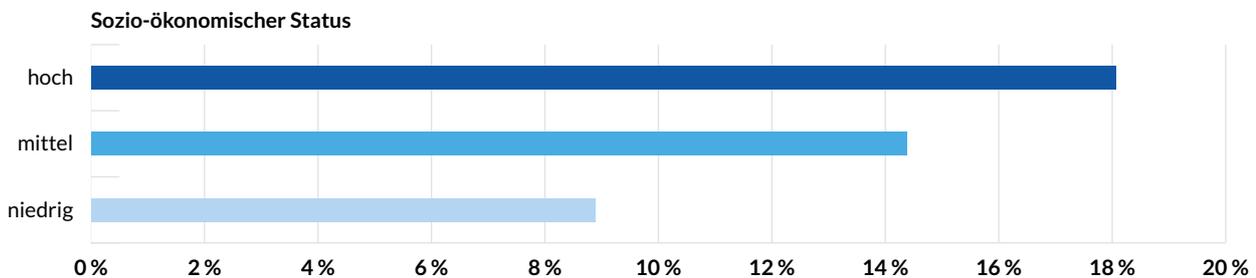
Menschen mit hohem sozio-ökonomischen Status verfügen in der Regel außerdem über mehr Finanzwissen, so dass sie den Nutzen einer professionellen Beratung eher

einschätzen können.²⁷ Studien zeigen, dass Menschen mit geringem Einkommen darüber hinaus aus psychologischen Gründen oft Finanz- und Anlageberatung meiden.²⁸ Wer wenig Geld hat oder verschuldet ist, fühlt sich oft deswegen gestresst und schämt sich dafür. Betroffene setzen sich nicht mit ihrer finanziellen Situation auseinander und versuchen, nicht mit anderen darüber sprechen zu müssen. So nehmen sie möglicherweise auch Angebote zur Vorsorgeberatung seltener in Anspruch. Das kann aber zu einer Spirale führen, in der sich ihre finanzielle Situation immer weiter verschlechtert und die Sorgen um die Altersvorsorge weiter zunehmen.

27 Stolper, O. A. & Walter, A. (2017). Financial literacy, financial advice, and financial behavior. *Journal of Business Economics*, 87(5), S. 581–643.

28 Gladstone, J. J., Jachimowicz, J. M., Greenberg, A. E. & Galinsky, A. D. (2021). Financial shame spirals: How shame intensifies financial hardship. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 167, S. 42–56.

ABBILDUNG 2.5 Wer sich zur Altersvorsorge beraten lässt



Anteil an den 16- bis 70-Jährigen, die noch keine Rente erhalten, nach sozio-ökonomischem Status, in Prozent (n = 1.009)

| BertelsmannStiftung

Frage: „Hier ist einmal einiges aufgeschrieben, was uns andere über das Thema Altersvorsorge gesagt haben. Was davon würden auch Sie sagen?“; Antwort: „Ich habe mich zum Thema Altersvorsorge beraten lassen, z. B. von der Deutschen Rentenversicherung oder einem Anlageberater“

B) Vorsorgeportfolio aufbauen

Auf eine Beratung folgen als nächste Schritte Investitionen in die betriebliche und private Alterssicherung. Zu möglichen finanziellen Vorsorgeformen gehören unter anderem:

- **Betriebsrenten**, die Beschäftigte mit ihren Arbeitgeber:innen vereinbaren können. Dazu zählen Zuschüsse vom Unternehmen sowie die Möglichkeiten für Angestellte, einen zusätzlichen Teil ihres Gehalts in die betriebliche Altersvorsorge zu investieren. Sie bilden damit eine Rücklage für das Alter und genießen Steuervorteile, weil Lohn, der in die betriebliche Altersvorsorge fließt, nicht sozialversicherungspflichtig ist,
- **Finanzprodukte und Geldanlagen** wie Aktien, Fonds und Wertpapiere, die durch Zinsen und Kurssteigerungen bis zur Rente an Wert gewinnen oder Sparkonten, die Zinsen auszahlen,
- **private Renten oder Lebensversicherungen** wie staatlich geförderte Riesterverträge, die ergänzend zur gesetzlichen Rente im Ruhestand monatlich Geld ausschütten,
- **abbezahlte Immobilien**, mit denen im Alter keine Ausgaben für Miete anfallen. Eigentümer:innen können Immobilien im Alter auch verkaufen oder vermieten, um Einkommen zu erzeugen.

Die private Altersvorsorge ist ein Schlüssel, um im Ruhestand den gewohnten Lebensstandard trotz sinkenden Rentenniveaus zu halten. Nur wenn sie schon frühzeitig Geld zurücklegen, bleibt für zukünftige Rentner:innen das Alterseinkommen so hoch wie für jene mit ähnlichem Gehalt aus früheren Generationen. Nach einer Schätzung des Prognos-Instituts müsste etwa eine Person des Jahrgangs 1975, die 2042 bei einem Rentenniveau von 42 Prozent in den Ruhestand geht, mehr als doppelt so hoch privat vorsorgen, wie jemand, der 1960 geboren wurde und 2026 bei einem Rentenniveau von 48 Prozent in Rente geht.²⁹

Wer sorgt wie für das Alter vor?

Unsere Umfrage zeigt, dass 71 Prozent der Befragten vor dem Ruhestand bereits über eine zusätzliche Form der Altersvorsorge neben der gesetzlichen Rente verfügen. Erwartungsgemäß steigt der Anteil mit dem Alter. Für Jüngere liegt die Rente noch in weiter Ferne, für viele gilt es, zunächst die Ausbildung, die erste Wohnung oder die Familiengründung zu finanzieren. Zudem haben Jüngere in der Regel ein deutlich geringeres verfügbares Einkommen, das sie in die Rente investieren könnten. Die durchschnittlich höchsten Summen zahlen die Menschen im letzten Jahrzehnt vor der Rente in die pri-

²⁹ S. Fußnote 9.

vate Altersvorsorge ein. Sie haben dann in der Regel das höchste verfügbare Einkommen. Viele haben etwaige Immobilienkredite abbezahlt und können das Geld anderweitig investieren.

Untere Schichten sorgen weniger vor – betrieblich wie privat

Vor allem die Zugehörigkeit zu einer sozialen Schicht bestimmt mit darüber, wie Menschen ihr Geld anlegen und wie viel sie in ihre Altersvorsorge investieren. Von den Personen mit hohem sozio-ökonomischen Status verfügen 37 Prozent über eine betriebliche Altersvorsorge, unter den Menschen mit mittlerem sozio-ökonomischen Status immerhin noch 29 Prozent. Weniger als halb so viele, nämlich 14 Prozent, sind es unter jenen mit niedrigem sozio-ökonomischen Status (siehe Abbildung 2.6). Laut einer Untersuchung des Deutschen Instituts für Wirtschaftsforschung sind diese großen Unterschiede auch darauf zurückzuführen, dass Beschäftigte mit geringem Einkommen häufiger in kleinen Unternehmen angestellt sind, die keine betriebliche Altersvorsorge anbieten

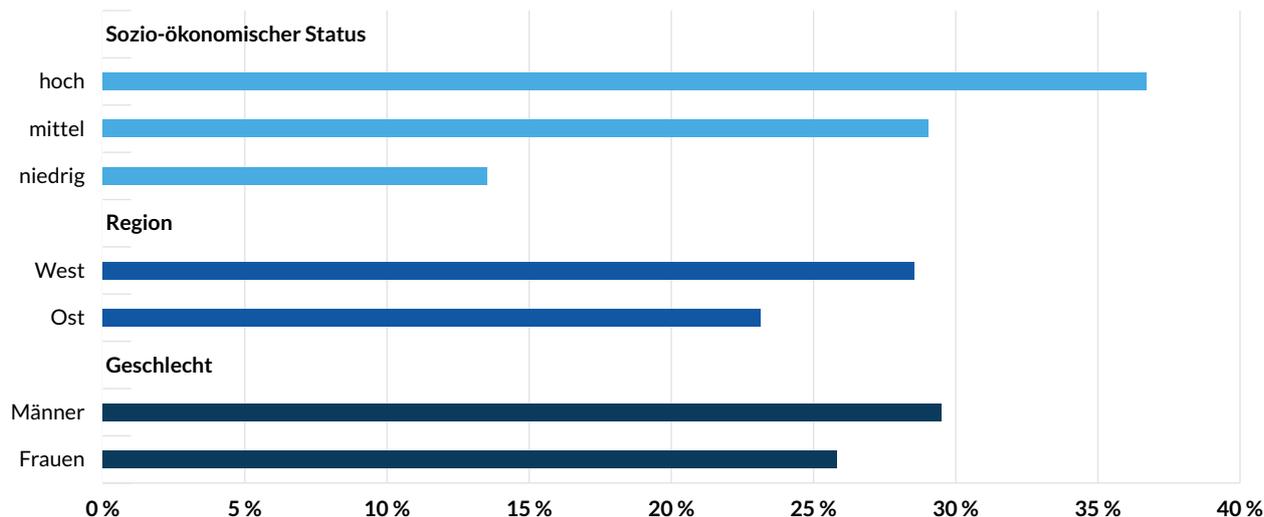
(können).³⁰ Sie profitieren zudem seltener als Menschen aus den mittleren und oberen Schichten von Tarifverträgen, in denen oft eine Betriebsrente mitverhandelt wird.

Angehörige der mittleren und oberen Schichten sorgen auch deutlich häufiger privat vor. Zwei Drittel der Personen mit hohem sozio-ökonomischen Status, die noch keine Rente erhalten, haben Geld angelegt, drei Viertel besitzen eine Renten- oder Lebensversicherung und zwei Drittel eine Immobilie (siehe Abbildung 2.7). Dagegen verfügt nur jede:r Vierte mit niedrigem sozio-ökonomischen Status über Anlagen oder eine Immobilie und jede:r Dritte über eine Versicherung zur Altersvorsorge. Sie nutzen zudem im Schnitt bloß eine Anlageform für ihre private Vorsorge. Personen mit hohem sozio-ökonomischen Status geben an, dass sie ihr Geld im Schnitt in mehr als vier (der zwanzig häufigsten) Anlageformen investieren.

Menschen mit niedrigem sozio-ökonomischen Status investieren vor dem Ruhestand durchschnittlich 56 Euro

³⁰ Geyer, J. & Himmelreicher, R. K. (2021). Charakteristika der Entgeltumwandlung: Wer sorgt in welchem Umfang für das Alter vor? DIW Discussion Papers. (1929).

ABBILDUNG 2.6 Wer betriebliche Altersvorsorge nutzt

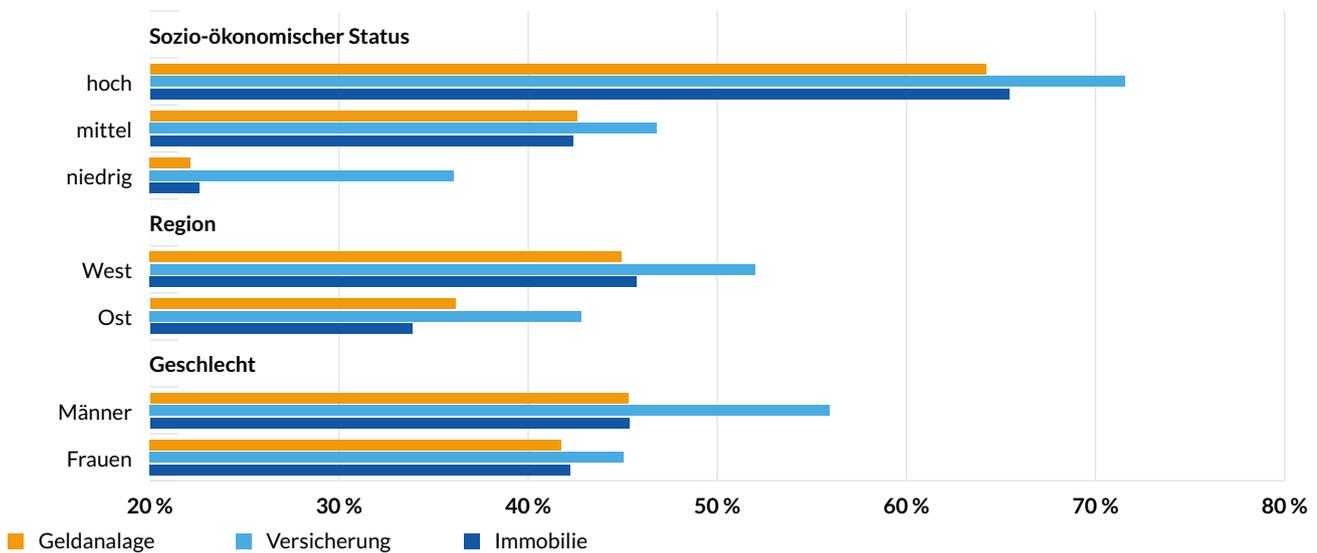


Anteil an den 16- bis 70-Jährigen, die noch keine Rente erhalten, nach sozio-ökonomischem Status, Region und Geschlecht, in Prozent (n = 1.009)

| BertelsmannStiftung

Frage: „Könnten Sie bitte die Liste hier durchsehen und mir sagen, was davon Sie zurzeit haben bzw. was Sie oder Ihr Partner haben?“; Antwort: „Betriebliche Altersvorsorge, Zusatzvorsorge für den öffentlichen Dienst“

ABBILDUNG 2.7 Wer wie privat vorsorgt



Anteil an den 16- bis 70-Jährigen, die noch keine Rente erhalten, nach sozio-ökonomischem Status, Region und Geschlecht, in Prozent (n = 1.009)

BertelsmannStiftung

Frage: „Könnten Sie bitte die Liste hier durchsehen und mir sagen, was davon Sie zurzeit haben bzw. was Sie oder Ihr Partner haben?“

pro Monat in die private Altersvorsorge und damit weniger als halb so viel wie Personen mit mittlerem sozio-ökonomischen Status und nicht einmal ein Drittel dessen, was Menschen aus der Oberschicht im Schnitt monatlich investieren (siehe Abbildung 2.8). Gemessen an ihrem verfügbaren Einkommen stecken sie mit knapp dreißig Prozent durchschnittlich aber einen ähnlichen Teil ihres Geldes in die Altersvorsorge wie Menschen, die mehr Geld zur freien Verfügung haben.

Ostdeutsche haben weniger Vermögen aufgebaut

Menschen aus Westdeutschland sind in der Regel besser abgesichert als aus Ostdeutschland. Im Westen sind 29 Prozent 16- bis - 70-Jährigen, die noch keine Rente beziehen, betrieblich rentenversichert (siehe Abbildung 2.6). In Ostdeutschland sind es sechs Prozentpunkte weniger. Dort besitzen zudem nur 34 Prozent eine Immobilie, im Westen sind es 46 Prozent. Nur etwas geringer ist die Differenz bei Geldanlagen und Versicherungen (siehe Abbildung 2.7). Und wenn Menschen aus Ostdeutschland Geld fürs Alter zurücklegen, dann durchschnittlich ein

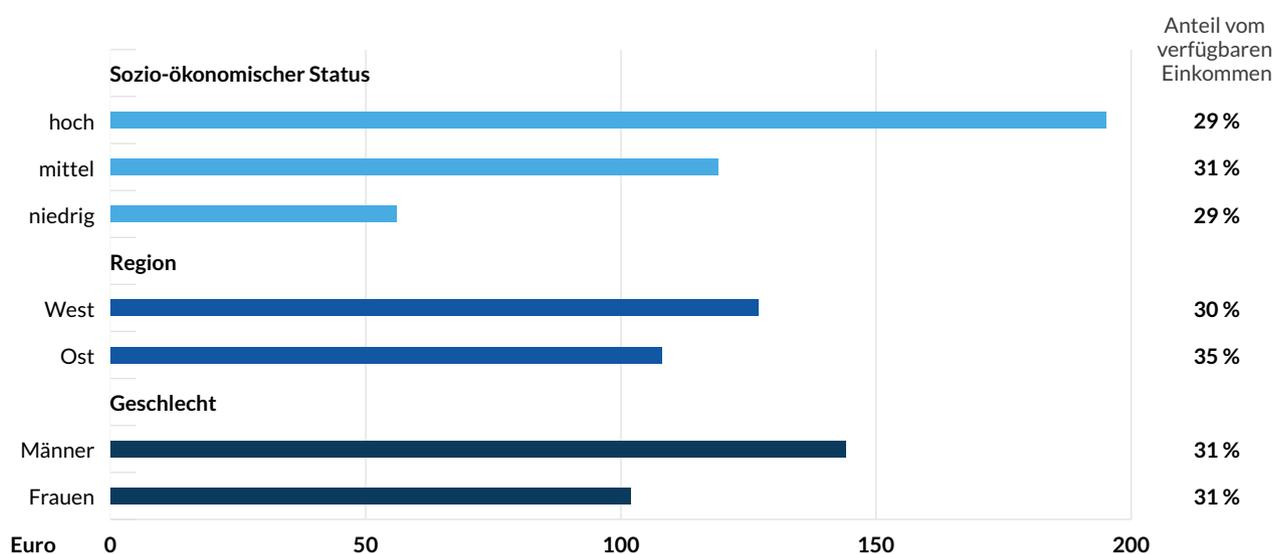
knappes Fünftel weniger pro Monat als im Westen (siehe Abbildung 2.8).

Auch hier lohnt ein Blick auf die verfügbaren Einkommen. Die ostdeutschen Löhne liegen im Schnitt weiterhin deutlich unter den westdeutschen und damit bleibt den Arbeitnehmer:innen am Ende des Monats weniger Geld für die Altersvorsorge. Menschen im Osten bleiben nach Abzug der laufenden Kosten unterm Strich 308 Euro zur freien Verfügung, im Westen über hundert Euro mehr. Berücksichtigt man diese Differenz, stecken Menschen aus Ostdeutschland sogar einen größeren Teil ihres verfügbaren Geldes in die Altersvorsorge.

Paare sorgen oft gemeinsam vor, aber Frauen legen weniger zurück

Danach gefragt, wie man privat für das Alter vorsorgt, zeigen sich nur relativ geringe Unterschiede zwischen den Geschlechtern. Das liegt daran, dass Paare die Altersvorsorge meistens gemeinsam regeln. Ein Blick auf den jeweiligen Betrag der monatlichen Vorsorge zeigt aber eine

ABBILDUNG 2.8 Wer wie viel in die private Altersvorsorge investiert



Monatliche Ausgaben der 16- bis 70-Jährigen, die noch keine Rente erhalten, nach sozio-ökonomischem Status, Region und Geschlecht, in Euro sowie Verhältnis der monatlichen Ausgaben für die Rente zum monatlich zur Verfügung stehenden Einkommen nach Abzug von Regelausgaben, in Prozent (n = 1.009)

| BertelsmannStiftung

Fragen: „Wie viel Euro geben Sie persönlich zurzeit monatlich für Ihre private Altersvorsorge aus?“ und „Wie viel Geld bleibt für Sie durchschnittlich im Monat übrig? Wenn Sie jetzt einmal von Ihrem Einkommen alle laufenden Kosten wie Miete, Heizung, Kleidung, Essen und Trinken abziehen. Wie viel Geld haben Sie dann ungefähr noch, mit dem Sie persönlich machen könne, was Sie wollen?“

größere Differenz zwischen den Geschlechtern. Männer legen im Schnitt deutlich mehr für ihre Altersvorsorge an als Frauen. Letztere investieren Monat für Monat unter dem Strich nur rund siebzig Prozent der Summe, die Männer in die Altersvorsorge stecken. Diese Differenz entspricht wiederum in etwa dem Unterschied bei den durchschnittlichen verfügbaren Einkommen zwischen den Männern und Frauen (zu geschlechtsspezifischen Unterschieden bei der Vorsorge, siehe auch Abschnitt D).

C) Länger arbeiten

Wer mit der gesetzlichen Rente nicht über die Runden kommt und nicht ausreichend anderweitig vorgesorgt hat, kann über die Regelaltersgrenze hinaus arbeiten.³¹ Auch können Arbeitnehmer:innen Rente und Beschäftigung miteinander kombinieren. Um länger im Job zu

bleiben, sollten Beschäftigte schon frühzeitig mit ihren Vorgesetzten darüber sprechen, ob eine längere Anstellung möglich ist. Sie können sich auch bei der Rentenversicherung informieren, wie stark ein verzögerter Austritt aus dem Job ihren Rentenanspruch erhöht. Denn die Versicherungen setzen Anreize, länger zu arbeiten, indem sie mit jedem zusätzlichen Jahr im Erwerbsleben die Rente überproportional anheben.³²

Wer über die Regelaltersgrenze hinaus arbeitet, kann das Alterseinkommen erhöhen und damit den gewohnten Lebensstandard möglicherweise besser aufrechterhalten als über die Altersvorsorge allein. Vor allem in Branchen, die der Fachkräftemangel stark trifft, können erfahrene Senior:innen ihr Wissen einbringen und noch sehr gut

³¹ Dingemans, E. & Möhring, K. (2019). A life course perspective on working after retirement: What role does the work history play? *Advances in Life Course Research*, 39, S. 23–33.

³² Deutsche Rentenversicherung (2022). Rentenaufschub: Länger arbeiten als nötig erhöht die Altersbezüge. bit.ly/3pacAi7 (10.08.22).

verdienen.³³ Doch nicht alle Menschen sind im Alter noch fit genug, um weiter ihrem Beruf nachzugehen, und auch nicht alle Arbeitgeber:innen ermöglichen dies. Wie die Menschen damit umgehen können, beschreibt Kapitel 5.

Wer hat vor, länger zu arbeiten?

Ein verlängertes Erwerbsleben erfreut sich allgemein keiner großen Beliebtheit. Lediglich acht Prozent der Berufstätigen planen, über das gesetzliche Rentenalter hinaus zu arbeiten. Dagegen wollen 28 Prozent schon früher in Rente gehen. Viele sind aber auch noch unentschieden: Ein Viertel der Berufstätigen weiß noch nicht genau, wann sie das Berufsleben beenden möchten. Knapp ein Fünftel will die Entscheidung davon abhän-

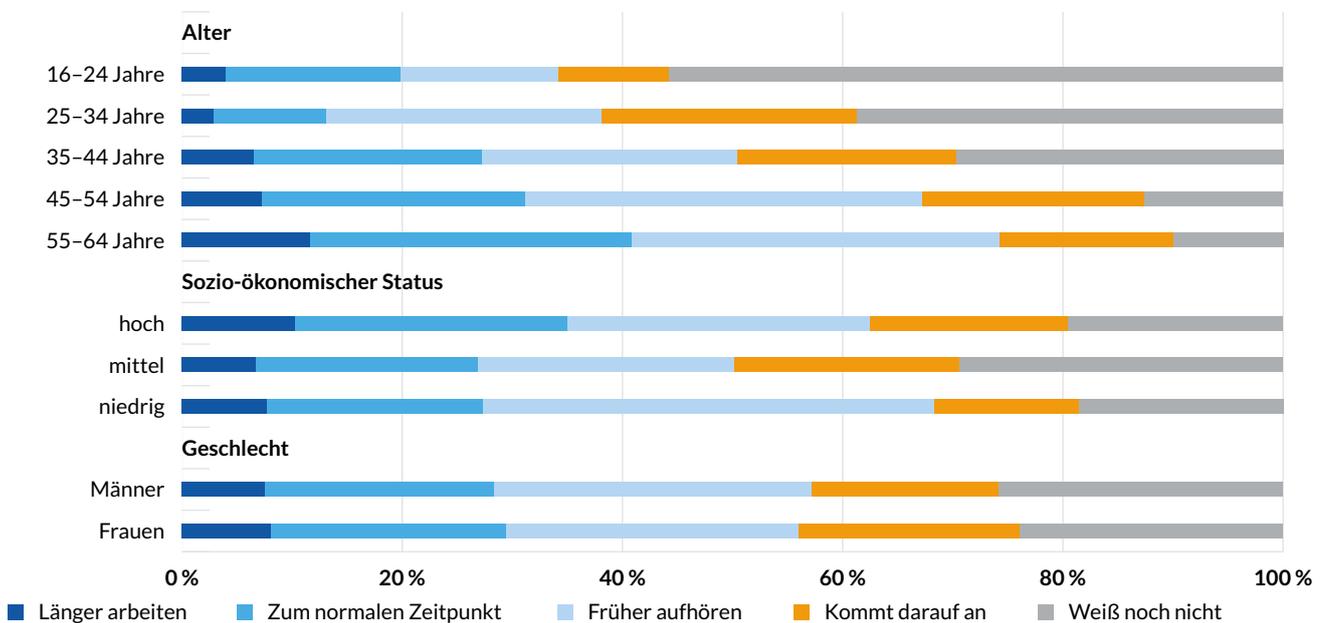
gig machen, wie sich die eigene Leistungsfähigkeit und die Belastung im Job entwickeln. Im Laufe ihrer Karriere werden die Arbeitnehmer:innen immer konkreter in der Planung, ob sie länger arbeiten wollen oder nicht (siehe Abbildung 2.9). Viele entscheiden sich tendenziell dagegen: Unter den 45- bis 64-Jährigen planen nur neun Prozent der Berufstätigen, über die Regelaltersgrenze hinaus zu arbeiten.

Untere Schichten eher zum längeren Erwerbsleben finanziell gezwungen

Etwa zehn Prozent der Bessergestellten aus den oberen Schichten können sich einen späteren Ruhestand vorstellen, im Vergleich dazu nur sieben Prozent der mittleren und acht Prozent der unteren Schichten. In den schwächeren sozialen Schichten dominieren finan-

33 Gordo, L. R., Gundert, S., Engstler, H., Vogel, C. & Simonson, J. (2022). Erwerbsarbeit im Ruhestand hat vielfältige Gründe – nicht nur finanzielle. IAB-KURZBERICHT.

ABBILDUNG 2.9 Wann Menschen in Rente gehen wollen



Anteil an den 16- bis 70-jährigen Berufstätigen, nach Altersgruppe, sozio-ökonomischem Status beziehungsweise Geschlecht, in Prozent (n = 883)

| BertelsmannStiftung

Frage: „Es gibt Menschen, die möchten schon früher als gesetzlich vorgesehen in Rente gehen. Andere wiederum tragen sich mit dem Gedanken, auch im Rentenalter noch einige Jahre weiterzuarbeiten. Wie geht es Ihnen? Würden Sie lieber früher aufhören, oder zum normalen Zeitpunkt, oder länger arbeiten?“

zielle Gründe für ein längeres Erwerbsleben.³⁴ Viele Geringverdiener:innen sind auf den zusätzlichen Verdienst angewiesen, um ihre Rente aufzustocken. In den mittleren und höheren Schichten dominieren eher nichtmonetäre Gründe wie Spaß an der Arbeit, sozialer Kontakt und der Wunsch, geistig fit zu bleiben. Insbesondere Personen aus der Mittelschicht geben oft mehrere Motive gleichzeitig an. Viele, die länger arbeiten möchten, begründen das sowohl mit dem zusätzlichen Einkommen als auch mit Spaß an der Tätigkeit und den sozialen Kontakten. Zwar stützen sich diese Daten nur auf kleine Fallzahlen in der Umfrage. Frühere Untersuchungen bestätigen aber unsere Ergebnisse, etwa die des Instituts für Arbeitsmarktforschung zusammen mit dem Deutschen Zentrum für Altersfragen zur Berufstätigkeit von Rentner:innen.³⁵

Eine Berufstätigkeit im Rentenalter kann helfen, wenn die gesetzliche Rente gering ausfällt und Menschen nicht ausreichend ergänzend vorsorgen konnten. Das gilt insbesondere bei Geringverdiener:innen oder Menschen mit unterbrochenen Erwerbsbiografien, etwa alleinstehenden Müttern. Wer aber allein darauf angewiesen ist, die staatliche Rente im Ruhestand durch eine längere Berufstätigkeit aufzustocken, läuft Gefahr, in die Altersarmut abzurutschen. Denn kaum jemand ist in der Lage, bis ans Lebensende zu arbeiten. Entsprechend geben 38 Prozent der Menschen mit niedrigem sozio-ökonomischen Status an, dass sie es gesundheitlich nicht schaffen werden, länger als vorgesehen zu arbeiten – ein mehr als doppelt so großer Anteil wie in den oberen Schichten (17 Prozent). Kapitel 5 beschreibt, welche Bedeutung die Arbeitsbelastung im Alter erlangt.

D) Auf Unterstützung bauen

Personen, die ihre Altersvorsorge für unzureichend halten, können prüfen, ob Nahestehende ihnen im Alter finanziell unter die Arme greifen können. Insbesondere Menschen mit Unterbrechungen in der Erwerbsbiografie – etwa aufgrund von Langzeitarbeitslosigkeit, Kin-

derbetreuung oder der Pflege eines Angehörigen – sind häufig nicht in der Lage, ausreichend vorzusorgen.³⁶

Wer baut auf Unterstützung?

Die Befragungsergebnisse zeigen, dass fast jede:r Fünfte in Deutschland bei der Altersvorsorge auch auf die Unterstützung des Partners oder der Partnerin baut. Der Anteil ist ab dem Alter von 30 Jahren relativ konstant. In dieser Lebensphase heiratet die Mehrheit der Bevölkerung oder geht langfristige Beziehungen ein. In den hier untersuchten Bevölkerungsgruppen leben jeweils ähnlich viele Menschen mit dem oder der Partner:in zusammen. In Abhängigkeit geraten vor allem Personen, die in Teilzeit arbeiten und nicht ausreichend in die Rentenkasse einzahlen, um später mit ihrer staatlichen Rente auszukommen. Fast 30 Prozent derjenigen, die weniger als 35 Stunden pro Woche arbeiten, geben an, auf Unterstützung im Alter zu bauen.

Vor allem westdeutsche Frauen bauen auf Hilfe

Teilzeitquoten unterscheiden sich insbesondere zwischen den Geschlechtern. 42 Prozent der Frauen arbeiten in Teilzeit, im Vergleich zu 13 Prozent der Männer. Frauen unterbrechen zudem häufiger ihre Erwerbstätigkeit als Männer, zum Beispiel um die gemeinsamen Kinder zu betreuen oder um Angehörige zu pflegen. Außerdem arbeiten Frauen häufiger in schlechter bezahlten Berufen als Männer. Und selbst für vergleichbare Tätigkeiten und bei gleicher Qualifikation werden sie im Schnitt geringer entlohnt als ihre männlichen Kollegen – der sogenannte *Gender Pay Gap*. Eine Analyse der Bertelsmann-Stiftung hat ergeben, dass angesichts dieser Faktoren Frauen im Verlauf ihrer gesamten Berufslaufbahn im Schnitt nur etwas über die Hälfte dessen verdienen, was Männer im Lauf der Karriere erhalten.³⁷

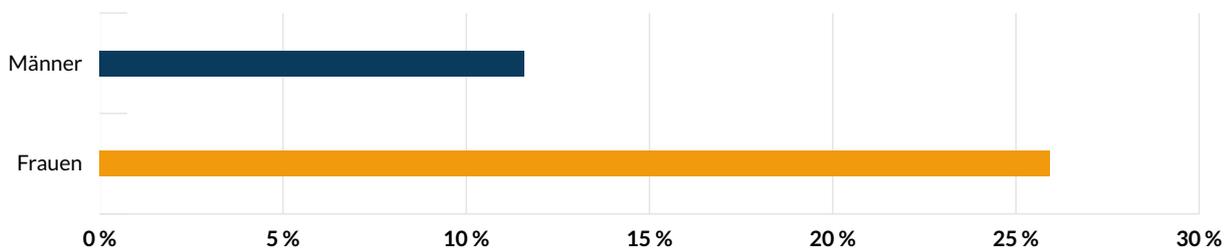
34 Die Ergebnisse zu den Gründen, warum Berufstätige länger arbeiten möchten nach sozio-ökonomischem Status, beruhen auf kleinen Fallzahlen zwischen 13 und 35 Fällen und sind daher unter Vorbehalt zu interpretieren.

35 S. Fußnote 33.

36 Geyer, J., Grabka, M. M. & Haan, P. W. de (2021). 20 Jahre Riester-Rente: Private Altersvorsorge braucht einen Neustart. DIW Wochenbericht, 88(40), S. 667–673.

37 Bönke, T., Glaubitz, R., Göbler, K., Harnack, A., Pape, A. & Wetter, M. (2020). Wer gewinnt? Wer verliert? Die Entwicklung und Prognose von Lebenserwerbseinkommen in Deutschland. Gütersloh: Bertelsmann Stiftung.

ABBILDUNG 2.10 Frauen bauen mehr als doppelt so oft auf Unterstützung



Anteil an den 16- bis 70-Jährigen, die noch keine Rente erhalten, nach Geschlecht, in Prozent (n = 1.009)

| BertelsmannStiftung

Frage: „Hier ist einmal einiges aufgeschrieben, was uns andere über das Thema Altersvorsorge gesagt haben. Was davon würden auch Sie sagen?“; Antwort: „Bei der Altersvorsorge baue ich auf die Unterstützung meines Partners/meiner Partnerin bzw. meiner Familie“

Entsprechend geringer fällt auch die durchschnittliche Rente von Frauen aus. Laut der Deutschen Rentenversicherung erhielten Männer im Jahr 2021 im Schnitt eine gut 50 Prozent höhere Altersrente als Frauen, mit 1.227 im Vergleich zu 807 Euro.³⁸ Gleichzeitig sorgen Frauen während des Erwerbslebens in der Regel weit weniger privat vor. Diese Kombination macht gerade ältere Frauen von ihren Partnern abhängig. Mehr als jede vierte Frau setzt auf Unterstützung durch Angehörige im Alter, aber nur jeder achte Mann (siehe Abbildung 2.10).

In Ostdeutschland sind Frauen etwas seltener von ihren Partnern abhängig als im Bundesschnitt. Berufstätige Frauen sind dort mit 33 Prozent auch seltener in Teilzeit beschäftigt als ihre westdeutschen Kolleginnen mit 44 Prozent. Laut der Statistik der deutschen Rentenversicherung bestehen außerdem kaum Unterschiede bei der durchschnittlichen Altersrente zwischen den Geschlechtern in Ostdeutschland.³⁹ In den westlichen Bundesländern scheint das Familienmodell mit einem männlichen Hauptverdiener und einer Hinzuverdienerin noch stärker verankert zu sein.⁴⁰ Entsprechend müssen insbesondere westdeutsche Frauen auf die Unterstützung ihrer Partner im Alter bauen.

Obere Schichten bauen eher auf Unterstützung

In den oberen sozio-ökonomischen Schichten baut mit 24 Prozent ein etwas größerer Anteil der Menschen auf Unterstützung durch Angehörige als in den Unter- oder Mittelschichten mit 19 beziehungsweise 17 Prozent. Dieses Ergebnis mag auf den ersten Blick überraschen. Zwar ist die Teilzeitquote unter berufstätigen Frauen mit niedrigem sozio-ökonomischen Status (45 Prozent) ähnlich hoch wie bei jenen mit hohem sozio-ökonomischen Status (48 Prozent; mittlerer sozio-ökonomischer Status: 39 Prozent). Sie scheinen sich jedoch seltener darauf verlassen zu können, dass der Partner ausreichend finanzielle Mittel zur Verfügung hat, um sie im Alter zu unterstützen.

Unterstützung durch Angehörige kann dabei helfen, trotz eines geringen Einkommens im Alter einigermaßen den Lebensstandard zu halten und nicht in Altersarmut abzurutschen. Sie führt aber zu einer finanziellen Abhängigkeit und schränkt die Selbstbestimmung im Alter ein. Unvorhergesehene Ereignisse wie ein früher Tod des Partners oder der Partnerin können Abhängige plötzlich vor große finanzielle Probleme stellen. Zudem endet jede dritte Ehe in Deutschland mit einer Scheidung.⁴¹ Wer selbst nicht genügend verdient hat und sich auf Unterstützung durch den oder die Partner:in verlassen musste, ist nach einer Trennung besonders armutsgefährdet.⁴²

38 Statistik der Deutschen Rentenversicherung (2022). Statistikband Rente 2021. Band 224.

39 S. Fußnote 38.

40 Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (2022). Familienleben und Familienpolitik in Ost- und Westdeutschland. Monitor Familienforschung. Monitor Familienforschung (44). Berlin.

41 Statistisches Bundesamt (2022). Maßzahlen zu Eheschließungen 2000 bis 2021. bit.ly/3i2wUBZ (18.11.22).

42 Lenze, A. (2021). Alleinerziehende unter Druck. Rechtliche Rahmenbedingungen, finanzielle Lage und Reformbedarf. Gütersloh: Bertelsmann Stiftung.

Was verdient die Frau? Wirtschaftliche Unabhängigkeit!

„Ein Mann ist keine Altersvorsorge“ – diesem Motto folgt das Projekt „Was verdient die Frau? Wirtschaftliche Unabhängigkeit!“ im Kampf gegen Altersarmut und finanzielle Abhängigkeit von Frauen. Der Deutsche Gewerkschaftsbund rief das Projekt mit Förderung des Bundesministeriums für Familien, Senioren, Frauen und Jugend im Jahr 2014 ins Leben. Interessierte Frauen können Feminare – feministische Online-Seminare – besuchen, um sich zu Möglichkeiten der privaten Altersvorsorge, Rentenversicherung oder Ehegattensplitting zu informieren. Auch über Instagram gibt das Projekt tausenden Followerinnen hilfreiche Informationen und Tipps rund um die Rente an die Hand, damit sie sich auf einen finanziell möglichst selbstbestimmten Ruhestand vorbereiten können. Junge Frauen setzen sich so mit ihren Möglichkeiten der Altersvorsorge auseinander und lernen, dass sie schon früh anfangen sollten, Geld beiseitezulegen. Auch erhalten sie praktische Hinweise zur Karriereplanung. Sie sollen zum Beispiel in die Lage versetzt werden, ein angemessenes Gehalt verhandeln zu können und auf Stolpersteine in der eigenen Erwerbsbiografie vorbereitet zu sein, was sich später auch positiv auf die Höhe ihrer Rente auswirkt. Darüber hinaus bekommen Frauen Hinweise, wie sich die Kinderbetreuung und andere unbezahlte Arbeit im Haushalt möglichst gleichberechtigt mit dem Partner aufteilen lässt. So soll die Kluft in der Altersvorsorge zwischen den Geschlechtern abgebaut werden.

www.was-verdient-die-frau.de,
Instagram: [wasverdientdiefrau_](https://www.instagram.com/wasverdientdiefrau_)

Das trifft insbesondere Frauen mit Kindern, von denen viele nach einer Trennung allein für sich und den Nachwuchs sorgen müssen. 42 Prozent der Alleinerziehenden in Deutschland gelten als arm oder armutsgefährdet, dabei sind über vier von fünf Alleinerziehenden Frauen.

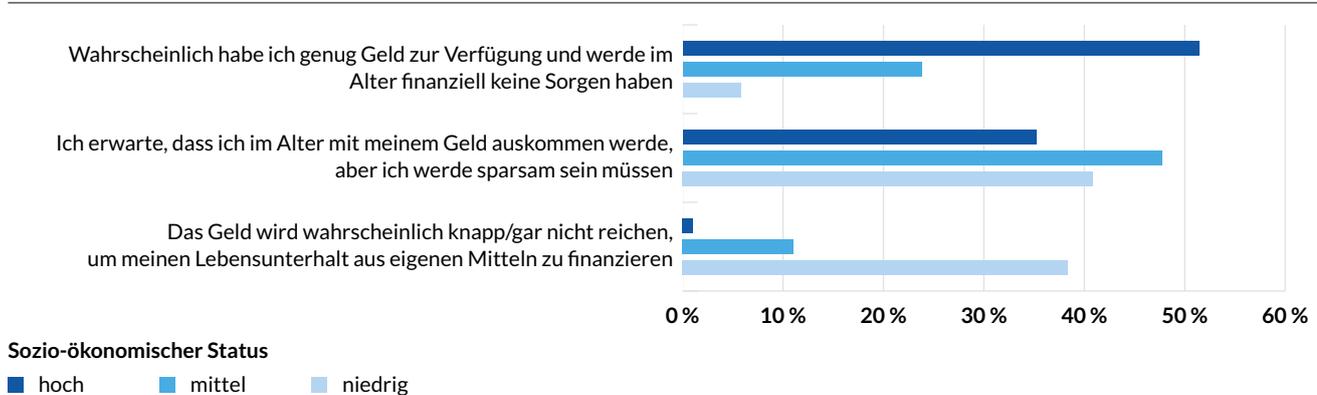
2.3 Ohne Vorsorge droht finanzielle Unsicherheit im Alter

Die Befragungsergebnisse zeigen, dass vor allem jene Erwerbstätige in die private Altersvorsorge investieren können, die gut verdienen, hoch gebildet sind und deren Lebensumstände es erlauben, in Vollzeit zu arbeiten. Dabei scheinen die Menschen ihre finanzielle Situation im Alter relativ realistisch zu bewerten. Wer privat vorgesorgt hat, sieht dem eigenen Ruhestand meist gelassener entgegen. Wer hingegen kaum oder gar nicht in die Vorsorge investieren kann, schätzt das spätere Einkommen auch eher pessimistisch ein. Insbesondere die mittleren Altersgruppen zeigen sich besorgt um ihre Alterseinkünfte. Viele von ihnen konnten noch keine nennenswerten Summen zurücklegen. Gleichzeitig zeichnet sich bei vielen aber schon ab, dass ihre gesetzliche Rente allein voraussichtlich nicht ausreichen wird. In den höheren Altersgruppen ist die Zuversicht dann aber etwas größer, dass die Altersvorsorge ausreicht. Allerdings geht auch von den 55- bis 64-Jährigen nur knapp ein Drittel davon aus, sich im Alter nicht finanziell einschränken zu müssen.

Die unteren sozio-ökonomische Schichten sind besonders besorgt

Vor allem machen sich Personen mit einem niedrigen sozio-ökonomischen Status Sorgen um ihr Auskommen im Alter (siehe Abbildung 2.11). Von ihnen erwarten 39 Prozent, mit dem eigenen Einkommen später im Leben nicht oder nur gerade so über die Runden zu kommen. Solche existenziellen Sorgen machen sich in den mittleren Schichten nur elf Prozent und in den oberen Schichten gerade noch ein Prozent. In ähnlicher Weise hält nur eine von acht Personen mit einem niedrigen sozio-ökonomischen Status ihre bisherige Altersvorsorge für ausreichend. In den mittleren Schichten sagt dies immerhin ein Viertel und in den oberen Schichten

ABBILDUNG 2.11 **Wie Menschen ihre Altersvorsorge einschätzen**



Anteil an den 16- bis 70-Jährigen, die noch keine Rente erhalten, nach sozio-ökonomischem Status, in Prozent (n = 1.009)

| BertelsmannStiftung

Frage: „Wie schätzen Sie Ihre persönliche finanzielle Lage im Alter ein?“

mehr als jede:r Zweite. Eine besonders beruhigende Wirkung scheint dabei der Besitz von Immobilien auszuüben. Eigene Häuser oder Wohnungen können sich jedoch vor allem Angehörige der oberen und mittleren Schichten leisten.

Es sind vor allem Menschen mit einem niedrigen sozio-ökonomischen Status, die (meist berechtigte) existenzielle Bedenken bezüglich ihrer Finanzen im Alter äußern. Zwei Drittel von Ihnen nennen als Ursache für die mangelnde Vorsorge ein zu geringes Einkommen. Knapp die Hälfte von ihnen hat nach eigener Auskunft keinen finanziellen Spielraum für höhere Investitionen in die Altersvorsorge. Private Anlageformen stellen für sie dann keine realistische Option dar.

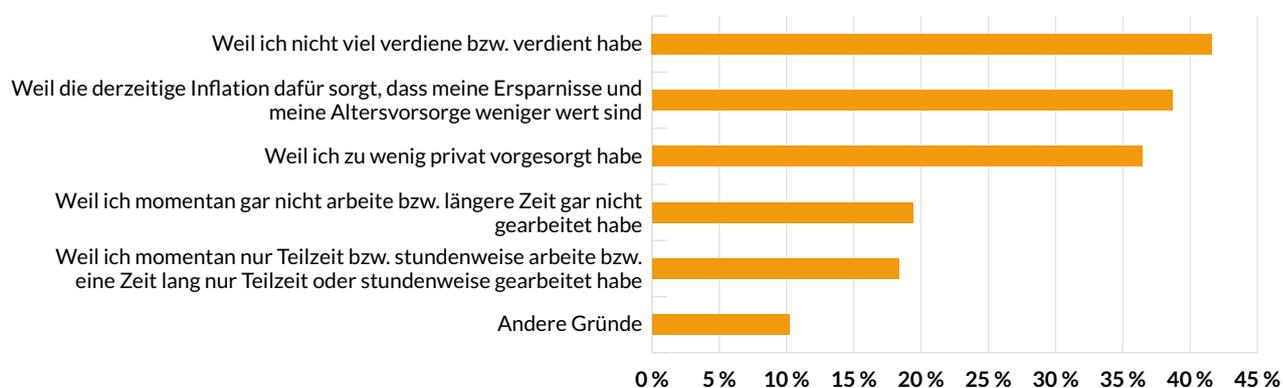
Menschen, die sich keine zusätzliche private Altersvorsorge leisten können, helfen in der Regel auch keine Beratungsangebote zu diesem Thema. Das ist sicherlich mit ein Grund, weshalb derartige Beratungsangebote zur Altersvorsorge bisher kaum dazu beitragen, Ungleichheiten in diesem Bereich zu reduzieren. Im Gegenteil: Sie verstärken sie eher, da vor allem Besserverdienende sie nutzen, um ihr Geld geschickter anzulegen. Wer zwar ein geringes Einkommen bezieht, aber vielleicht trotzdem noch über geringe Möglichkeiten der Vorsorge verfügt, nutzt hingegen kaum Beratungsdienste und erfährt oft nicht von Fördermöglichkeiten, die ihre staatliche Rente

aufstocken könnten. Wer wohlhabend ist, nutzt hingegen eher Beratungsangebote, kann effektiver finanziell vorsorgen und profitiert so langfristig von höheren Erträgen aus Anlagen für den Ruhestand.

Wenn die Rente nicht ausreicht, bleibt mitunter noch die Möglichkeit, über das übliche Renteneintrittsalter hinaus zu arbeiten. Gerade Erwerbstätige mit einem niedrigen sozio-ökonomischen Status arbeiten jedoch überdurchschnittlich oft in körperlich anstrengenden und gesundheitlich belastenden Jobs. Viele können und wollen nicht länger als unbedingt notwendig im Beruf bleiben. Länger zu arbeiten stellt eher in den höheren sozialen Schichten eine Option dar, wenn die Arbeiten körperlich weniger strapaziös sind, eher Sinn stiften und Spaß machen.

Dabei können weniger wohlhabende Menschen nur vergleichsweise selten auf Unterstützung durch Angehörige hoffen, wenn das Geld im Ruhestand nicht ausreicht, denn der oder die Partner:in sowie andere Angehörige stehen häufig vor ähnlichen finanziellen Problemen. Während in den oberen Schichten öfter einer der Eheleute oder Lebensgefährten ausreichend verdient, um den Partner oder die Partnerin auch im Alter mitzufinanzieren, drohen Personen mit geringem Einkommen häufiger herbe Einschränkungen oder sogar Altersarmut.

ABBILDUNG 2.12 Warum viele ihre Altersvorsorge für unzureichend halten



Anteil an den 16- bis 70-Jährigen, die noch keine Rente erhalten und ihre Altersvorsorge für unzureichend halten, in Prozent (n = 365)

| BertelsmannStiftung

Frage: „Und darf ich fragen, wieso Sie das, was Sie für die Altersvorsorge tun bzw. getan haben, für nicht ausreichend halten?“

Viele Frauen machen sich Sorgen um ihre Altersvorsorge

Insgesamt sind Frauen weit öfter als Männer bei der finanziellen Altersvorsorge auf die Unterstützung ihrer Partner angewiesen. Außerdem ist ihr Risiko größer, in Altersarmut abzurutschen. Sie arbeiten häufiger als Männer in Teilzeit und in Berufen mit einem geringeren Einkommen und sie werden für vergleichbare Tätigkeiten im Schnitt schlechter bezahlt. Die gesetzliche Rente, die sich nach den im Erwerbsleben geleisteten Beiträgen bemisst, fällt in der Folge geringer aus. Sie nutzen zudem seltener Formen der betrieblichen Altersvorsorge. Und sie haben weniger Geld zur Verfügung, um in die private Vorsorge zu investieren. Monatlich legen Frauen deutlich weniger zurück als Männer. Gerade 27 Prozent von ihnen halten ihre bisherige Altersvorsorge für ausreichend und damit signifikant weniger als bei den Männern, von denen immerhin 34 Prozent zufrieden sind.

Frauen, die ihre Altersvorsorge für unzureichend halten, begründen dies überdurchschnittlich häufig damit, dass sie nicht genügend verdienen, oder damit, dass sie viel in Teilzeit gearbeitet haben. Ein geringes Einkommen spielt für Männer deutlich seltener eine entscheidende Rolle. Sie stimmt vor allem die zum Zeitpunkt der Umfrage hohe Inflation pessimistisch aufgrund der Befürchtung, dass diese ihre vorhandenen Anlagen auffrisst.

Altersvorsorge und die Sorge vor den Folgen der Inflation

Die Inflation ist zum Zeitpunkt der Befragung im August 2022 nach einem geringen Einkommen der zweitwichtigste Grund, warum Personen, die noch keine Rente beziehen, ihre Altersvorsorge für unzureichend halten. Sie stellt die Bevölkerung vor ein Dilemma: Eigentlich müssten sie mehr in ihre Altersvorsorge investieren, weil ihre Ersparnisse Monat für Monat an Wert verlieren. Aber gleichzeitig steigen die laufenden Kosten, insbesondere für Lebensmittel und Heizen rasant an. Im Umfragezeitraum lag die Inflationsrate bei etwa acht Prozent im Vergleich zum Vorjahresmonat, danach ist sie sogar auf einen zweistelligen Wert gestiegen.

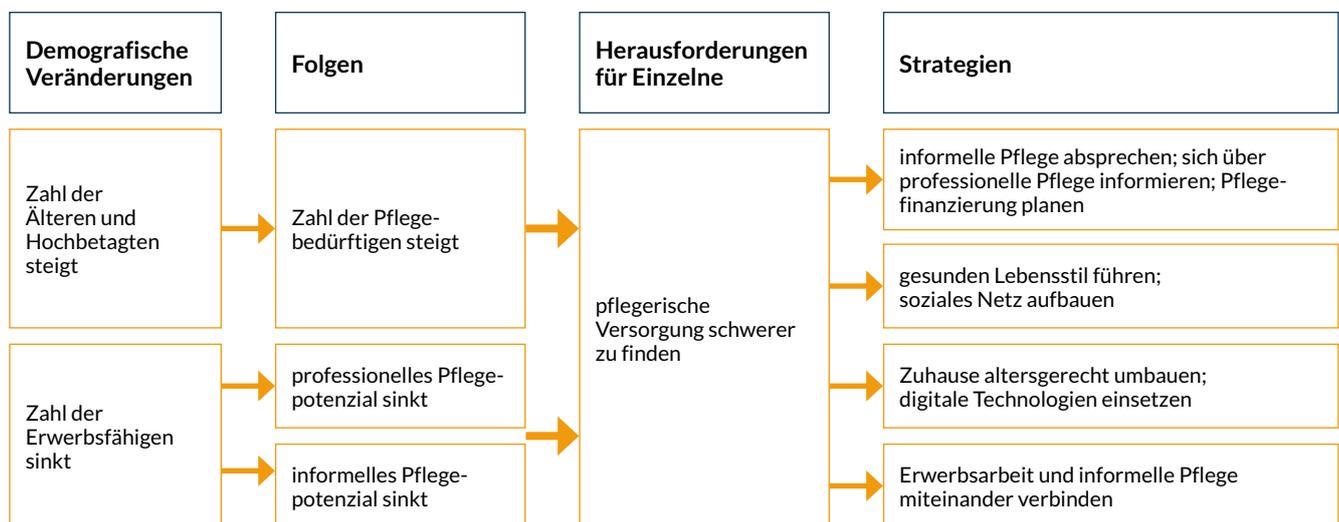
39 Prozent der Personen, die ihre bisherige Altersvorsorge für unzureichend halten, nennen als einen Grund die Inflation. Viele erkennen somit die Gefahr der Teuerung für ihre finanzielle Altersvorsorge. Aber längst nicht alle können gegensteuern. Gut jede:r Dritte, der oder die die Inflation als Bedrohung für die Altersvorsorge sieht, hat schon heute keinen finanziellen Spielraum, um mehr für die Altersvorsorge auszugeben. Aufgrund der steigenden Lebenshaltungskosten wird der Anteil dieser Personen wohl weiter steigen.

In Ostdeutschland gibt sogar rund jede:r Zweite die Inflation als einen wichtigen Grund dafür an, dass das Budget im Alter knapp zu werden droht. Auch in früheren Befragungen haben die Bewohner:innen der östlichen Bundesländer größere Sorgen geäußert als ihre Mitmenschen in Westdeutschland.* Und das nicht ohne Grund: Im Osten liegen die Löhne weit unter dem Westniveau und auch die staatlichen Renten fallen dementsprechend deutlich niedriger aus.

* Berlemann, M. & Enkelmann, S. (2013). Die „German Angst“ – Inflationsaversion in Ost- und Westdeutschland. ifo Dresden berichtet, 20(2), S. 3–9.

3 Pflege und soziale Vorsorge

Auf einen Blick:



Immer mehr Menschen erreichen ein sehr hohes Alter. Die Zahl der Hochbetagten im Alter von 85 Jahren oder mehr hat sich seit 1990 mehr als verdoppelt.⁴³ Ältere bleiben dabei immer länger gesund und aktiv.⁴⁴ Dennoch steigt im sehr hohen Alter die Wahrscheinlichkeit, wegen gesundheitlicher Beeinträchtigungen auf Hilfe angewiesen zu sein.⁴⁵ Während in der Altersgruppe der 70- bis 74-Jährigen weniger als jede:r Zehnte

pflegebedürftig ist, betrifft dies drei von vier der über 90-Jährigen.⁴⁶ Da die Lebenserwartung und die Zahl der Hochbetagten steigen, wächst auch die Gruppe der Pflegebedürftigen – in den letzten zwanzig Jahren hat sie sich von zwei auf über vier Millionen Personen mehr als verdoppelt (siehe Abbildung 3.1).

Viele Menschen sind nach dem Ruhestand sozial stark eingebunden und genießen eine hohe Lebenszufriedenheit. Doch im höheren Alter nimmt die Häufigkeit der sozialen Kontakte in der Regel irgendwann ab.

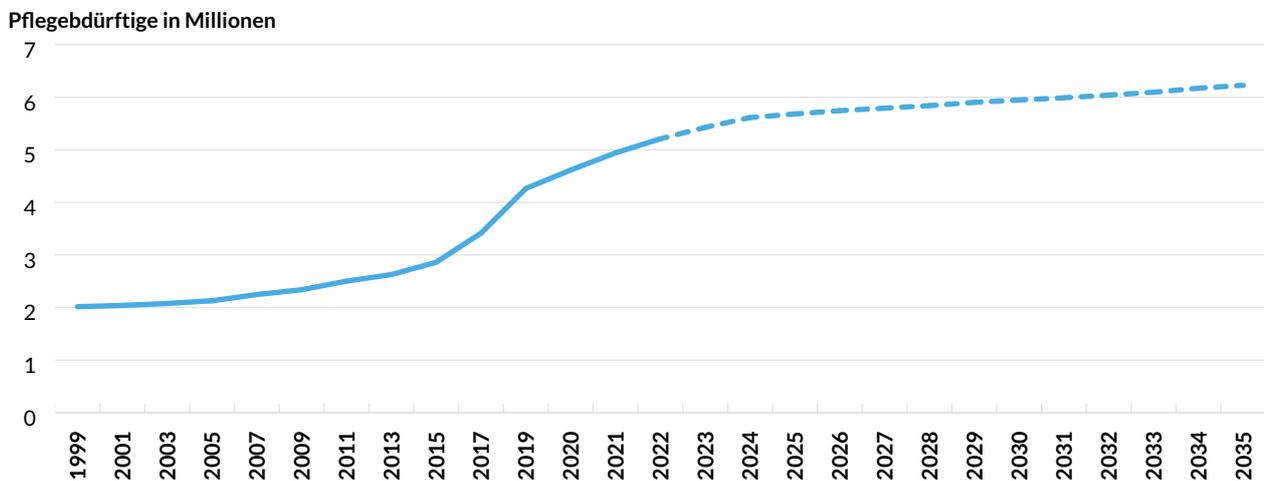
43 S. Fußnote 4.

44 Wolff, J. K., Nowossadeck, S. & Spuling, S. M. (2017). Altern nachfolgende Kohorten gesünder? Selbstberichtete Erkrankungen und funktionale Gesundheit im Kohortenvergleich. In K. Mahne, J. K. Wolff, J. Simonson & C. Tesch-Römer (Hrsg.), *Altern im Wandel*, S. 125–138. Wiesbaden: Springer VS.

45 BARMER Institut für Gesundheitssystemforschung (2021). *Interaktive Grafiken zum Pflegerreport*. bit.ly/3d8BkEV (04.08.22).

46 Statistisches Bundesamt (2022). *Mehr Pflegebedürftige*. bit.ly/3JyTBfx (03.08.22).

ABBILDUNG 3.1 Rasant steigender Pflegebedarf



Menschen mit Pflegebedürftigkeit, in Millionen, 2000 bis 2035 (ab 2021 prognostiziert)
 Datengrundlage: Gesundheitsberichterstattung des Bundes 2022, BARMER 2021

| BertelsmannStiftung

Eine wachsende Zahl Hochbetagter bedeutet mehr Pflegebedürftige. Seit der Jahrtausendwende hat sich die Zahl der Pflegebedürftigen in Deutschland mehr als verdoppelt. Inzwischen sind etwa sechs Prozent der Bevölkerung wegen gesundheitlicher Einschränkungen auf Unterstützung angewiesen. Der BARMER-Pflegereport 2021 prognostiziert bis zu sechs Millionen Pflegebedürftige bis Ende des Jahrzehnts.

58 Prozent der über 85-Jährigen leben allein – vor allem Frauen, von denen viele länger leben als ihre Partner.⁴⁷

Im hohen Alter leiden viele außerdem unter chronischen Krankheiten oder sie sind in ihrer Mobilität eingeschränkt, sodass sie nicht mehr so häufig unter Menschen kommen.⁴⁸ Das sind zentrale Faktoren, die zu sozialer Isolation und Einsamkeit im Alter beitragen. Mit der wachsenden Gruppe an Hochbetagten steigt folglich voraussichtlich auch die Zahl der Menschen, die sich einsam fühlen. Im Jahr 2021 betraf das laut einer Umfrage der Malteser bereits jede:n Fünften über 74 Jahre, von den über 84-Jährigen knapp jede:n Dritten.⁴⁹

Den größten Anteil an der Pflegearbeit leisten nahestehende Angehörige. Vier von fünf Pflegebedürftigen werden unter starker Mithilfe von Partner:innen, Kindern, Freund:innen und Nachbar:innen versorgt.⁵⁰ Die etwa 4,3 Millionen Menschen, die in Deutschland unbezahlte Pflegearbeit leisten, übernehmen vielfältige Aufgaben. Sie waschen, stellen Medikamente bereit und fahren die Pflegebedürftigen zu Terminen. Sie leisten Gesellschaft im Alltag. Und sie helfen, professionelle Pflegeleistungen zu organisieren.⁵¹

Jedoch können immer weniger Menschen für die wachsende Zahl an Pflegebedürftigen sorgen. Ältere Menschen haben heute im Schnitt weniger Kinder als frühere Kohorten. Dazu wohnt der Nachwuchs immer häufiger weit entfernt und kann die Eltern im Alltag nicht so einfach besuchen und ihnen unter die Arme greifen. Laut

47 Statistisches Bundesamt (2021). Fast 6 Millionen ältere Menschen leben allein (Pressemitteilung Nr. 57). bit.ly/3QswCk9 (16.08.22).

48 National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine (2020). Social isolation and loneliness in older adults: Opportunities for the health care system: National Academies Press.

49 Malteser & Forsa (2021). Leben und Einsamkeit im Alter. bit.ly/3C6wr9N (16.08.22).

50 Fischer, B. & Müller, K.-U. (2020). Bessere Vereinbarkeit von Beruf und Pflege kann Zielkonflikt zwischen Renten- und Pflegepolitik lösen. DIW Wochenbericht, 87(46), S. 853–860.

51 Broese van Groenou, M. I. & Boer, A. de (2016). Providing informal care in a changing society. European Journal of Ageing, 13(3), S. 271–279.

Deutschem Alterssurvey wohnten 1996 noch 38,4 Prozent der Menschen in Deutschland am gleichen Ort wie ihre Eltern. 2014 waren es nur noch 25,8 Prozent.⁵²

Veränderungen in der Arbeitswelt erschweren die informelle Pflege zusätzlich. Frauen übernehmen aktuell etwa zwei Drittel der informellen Pflegearbeit, sind aber auch immer häufiger in Vollzeitjobs beschäftigt.⁵³ Es ist eine große Herausforderung, die Pflege der Nahestehenden mit der Erwerbsarbeit und anderen Verpflichtungen – etwa der Kindererziehung – zu verbinden. Die immer längere Lebensarbeitszeit erschwert ebenfalls die informelle Pflege.⁵⁴ Die meisten Pflegenden, die ihre Partner:innen oder hochbetagten Eltern unterstützen, sind selbst bereits über fünfzig Jahre alt. Da Menschen aber immer länger im Job bleiben, schaffen sie mitunter nicht auch noch die Sorgearbeit neben dem Beruf.

Auch mit Blick auf die professionelle Pflegearbeit spitzt sich die Lage weiter zu. Um für die steigende Zahl an Pflegebedürftigen zu sorgen, bräuchte es nach Schätzung des BARMER-Pflegereports bis 2030 1,09 Millionen Pflegekräfte – fast ein Fünftel mehr, als es 2019 tatsächlich gab. Um dieses Ziel zu erreichen, müssten in den kommenden zehn Jahren jährlich über 18.000 Pflegekräfte die Arbeit aufnehmen. Angesichts des demografischen Wandels erscheint dieses Ziel nur schwer erreichbar. Denn schon heute ist der Fachkräftemangel in der Pflege groß: 2021 waren mehr als 20.000 Stellen allein für ausgebildete Altenpflegekräfte unbesetzt, weil Bewerber:innen fehlten. Dabei ist bereits absehbar, dass sich diese Situation weiter verschärfen wird, da die gesellschaftliche Alterung den Pflegesektor überdurchschnittlich hart trifft. Etwa 42 Prozent der Pflegekräfte in Deutschland sind über fünfzig Jahre alt und werden in absehbarer Zeit in den Ruhestand gehen.⁵⁵ Gleichzeitig rücken vergleichsweise wenig junge Berufseinsteiger:innen in den Arbeitsmarkt nach, welche die entstehende Lücke schließen könnten.

52 Mahne, K. & Huxhold, O. (2017). Nähe auf Distanz: Bleiben die Beziehungen zwischen älteren Eltern und ihren erwachsenen Kindern trotz wachsender Wohnentfernungen gut? In K. Mahne, J. K. Wolff, J. Simonson & C. Tesch-Römer (Hrsg.), *Altern im Wandel*, S. 215–230. Wiesbaden: Springer VS.

53 Statistisches Bundesamt (2022). Erwerbstätigenquoten 1991 bis 2021. bit.ly/3BSXJAU (09.09.22).

54 S. Fußnote 50.

55 Statistisches Bundesamt (2021). *Gesundheitspersonal: Deutschland, Jahre, Beschäftigungsverhältnis, Altersgruppen, Berufe im Gesundheitswesen*. Tabelle 23621-0003. bit.ly/3QaLzad (10.09.22).

3.1 Mehrzahl der Menschen ahnt Herausforderungen in der Pflege

Schon heute erleben viele Menschen in ihrem sozialen Umfeld, welche Herausforderungen das Thema Pflege mit sich bringt. Rund zwei von fünf Menschen haben Nahestehende, die aktuell pflegebedürftig sind oder hatten in den letzten zwanzig Jahren Pflegebedürftige im Familien- oder Freundeskreis. Mit zunehmendem Alter steigt der Anteil der Personen mit Kontakt zu Pflegebedürftigen (siehe Abbildung 3.2). Rund ein Viertel der 30- bis 44-Jährigen kennt oder kannte Betroffene im näheren Umfeld, vermutlich häufig die eigenen Großeltern. Bei den 60- bis 70-Jährigen ist es bereits eine knappe Mehrheit. Von ihnen mussten viele bereits miterleben, wie die eigenen Eltern pflegebedürftig wurden.

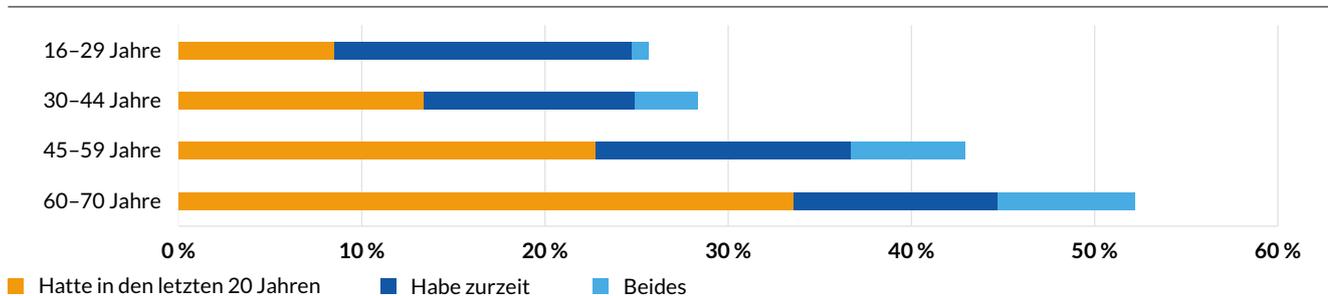
3.2 Mögliche Strategien zur Pflegevorsorge – und wer sie nutzt

Der demografische Wandel führt dazu, dass die Zahl der Pflegebedürftigen steigt, während gleichzeitig die Zahl der jüngeren Menschen schrumpft, die potenziell familiäre oder professionelle Pflege leisten könnten. Das Risiko steigt, dass Einzelne im Pflegefall nicht die Versorgung und Fürsorge erhalten, die sie bräuchten. Wie können Menschen die Pflegebedürftigkeit hinauszögern und so lange wie möglich eigenständig leben? Und wie können sie eine ausreichende Unterstützung sicherstellen, falls der Pflegefall eintritt?

A) Für möglichen Pflegebedarf planen

Wer früh für eine mögliche Pflegebedürftigkeit planen will, kann sich zunächst mit Nahestehenden über gegenseitige Erwartungen und realistische Möglichkeiten der Unterstützung im Alltag austauschen. Die Vorsorgenden können dann gemeinsam die jeweiligen Ängste und Wünsche formulieren und abschätzen, inwiefern die Angehörigen informelle Pflege neben ihren Jobs, Kinderbetreuung und anderen Verpflichtungen leisten können. Das ermöglicht es etwa zu planen, wo die Angehörigen im Alltag Unterstützung durch ambulante Pflegedienste benötigen werden. Ebenso lässt sich dabei besprechen, welche Alternativen wie Nachtpflegedienste oder gemeinschaftliche Wohnformen in der Region in Frage kommen.

ABBILDUNG 3.2 Wer Pflegebedürftige im nahen Umfeld hat



Anteil an den 16- bis 70-Jährigen, nach Altersgruppe, in Prozent (n = 1.234)

| BertelsmannStiftung

Frage: „Haben Sie zurzeit pflegebedürftige Familienangehörige, Freunde oder Bekannte, oder hatten Sie in den letzten 20 Jahren pflegebedürftige Familienangehörige, Freunde oder Bekannte, oder weder noch?“

Wer frühzeitig plant, kann bei einem Schicksalsschlag schnell reagieren – sei es ein Unfall, ein Schlaganfall oder eintretende Demenz. Studien zeigen, dass eine frühzeitige Kommunikation, bei der Ältere und ihre Angehörigen über die Bedürfnisse der anderen Bescheid wissen, beide Seiten entlastet.⁵⁶ Wer sich schon früh damit auseinandersetzt, wie er oder sie auf eine mögliche eigene Pflegebedürftigkeit reagieren möchte, entwickelt zudem ein stärkeres Gefühl der Selbstwirksamkeit und der Kontrolle über das eigene Schicksal.⁵⁷ Personen, die sich entsprechend vorbereiten, altern ruhiger und sind besser in der Lage, eine Pflegebedürftigkeit zu akzeptieren. Wer sich dagegen mit dem Thema Pflege nicht beschäftigt, fühlt sich eher machtlos und hat ein höheres Risiko, im Pflegefall mit Depressionen zu kämpfen.⁵⁸

Professionelle Pflege gibt es nicht umsonst. Wer sich auf einen möglichen Pflegebedarf vorbereiten will, sollte sich daher auch Gedanken über die Finanzierung machen. Optionen sind hier etwa private Pflegezusatzversicherungen,

die teilweise staatlich gefördert werden, oder die Rücklage von Vermögenswerten für den Notfall. Betroffene können damit im Pflegefall den Eigenanteil bezahlen, der nicht durch die gesetzliche Pflegeversicherung gedeckt ist.⁵⁹ Wer nicht ausreichend für den Pflegefall vorgesorgt hat, muss sich auf die staatliche Mindestsicherung – die sogenannte „Hilfe zur Pflege“ – verlassen.⁶⁰ Das schränkt die Möglichkeiten ein, über die eigene Betreuung zu entscheiden, zum Beispiel die Wahl eines ambulanten Pflegedienstes oder eines bestimmten Pflegeheims.

Wie bereiten sich Menschen auf einen Pflegefall vor?

Nur eine Minderheit in der Bevölkerung hat bereits etwas unternommen, um einen Pflegefall im Alter besser bewältigen zu können (siehe Abbildung 3.3). In der Altersgruppe der 50- bis 59-Jährigen hat lediglich jede:r Vierte schon Maßnahmen ergriffen, auch unter den 60- bis 70-Jährigen nur jede:r Dritte. Besonders selten befasst sich mit dem Thema Pflege, wer bisher keine Pflegebedürftigkeit im unmittelbaren Umfeld erlebt hat.

Rund jede:r zweite 50- bis 70-Jährige, der oder die bereits Maßnahmen für den Pflegefall ergriffen hat, hat eine private Pflegezusatzversicherung abgeschlossen,

56 Zwar, L., König, H.-H., van der Leeden, C., Lüthmann, D., Oey, A., Wiese, B. et al. (2021). Do oldest old individuals perceive receipt of informal care as a restriction or support of their autonomy? *Aging & Mental Health*, S. 1–12.

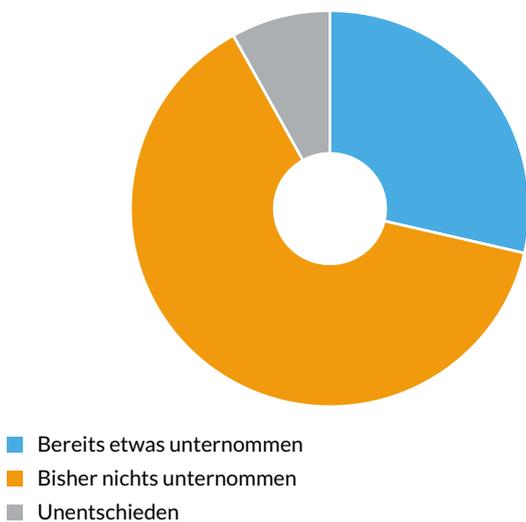
57 Park, J., Fung, H. H., Rothermund, K. & Hess, T. M. (2020). The impact of perceived control and future-self views on preparing for the old age: Moderating influences of age, culture, and context. *The Journals of Gerontology: Series B*, 75(5), e18–e28.

58 Sörensen, S., Mak, W., Chapman, B., Duberstein, P. R. & Lyness, J. M. (2012). The relationship of preparation for future care to depression and anxiety in older primary care patients at 2-year follow-up. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 20(10), S. 887–894.

59 Kochskämper, S., Neumeister, S. & Stockhausen, M. (2020). Unspezifische Vorsorge – reicht es für die Pflege? Untersuchung anhand der Daten des sozio-oekonomischen Panels. IW-Report. (44).

60 Statistisches Bundesamt (ohne Jahr). Hilfe zur Pflege (7. Kapitel SGB XII). bit.ly/3V6aFc1 (10.10.22).

ABBILDUNG 3.3 Wer etwas für den Pflegefall unternimmt



Anteil an den 50- bis 70-Jährigen,
in Prozent (n = 593)

| BertelsmannStiftung

Frage: „Haben Sie bereits etwas unternommen, um sich auf die Situation, pflegebedürftig zu werden, vorzubereiten, oder haben Sie bisher nichts unternommen?“

gut jede:r Dritte legt Geld für den Pflegefall zurück (siehe Abbildung 3.4). Private Pflegezusatzversicherungen spielen für 50- bis 59-Jährige eine größere Rolle, 60- bis 70-Jährige legen eher Geld als Absicherung beiseite. Das liegt möglicherweise daran, dass einige Zusatzversicherungen eine Höchstaltersgrenze zur Einschreibung oder eine Wartezeit von bis zu fünf Jahren zwischen Abschluss der Versicherung und Auszahlung festlegen. Denn wer sich erst spät für eine Versicherung entscheidet, könnte unter Umständen schon früher pflegebedürftig werden.

Darüber hinaus haben sich gut ein Drittel der 50- bis 70-Jährigen, die bereits etwas für die eigene Pflegebedürftigkeit unternommen haben, informiert, welche Pflegemöglichkeiten es für sie zu Hause gibt, zum Beispiel mit ambulanten Pflegediensten oder Pflegekräften, die im eigenen Haus oder der eigenen Wohnung unterkommen. Vor allem 60- bis 70-Jährige machen sich zu Leistungen in der eigenen Häuslichkeit an ihrem Wohnort schlau. Und während nur fünf Prozent der 50- bis 59-Jährigen bereits professionelle Beratungsangebote

zur Pflege in Anspruch genommen haben, hat sich knapp ein Viertel der 60- bis 70-Jährigen beraten lassen.

Ein Drittel der 50- bis 70-Jährigen, die bereits etwas für den Pflegefall unternommen haben, hat außerdem mit Angehörigen über ihre Wünsche und Erwartungen zur Unterstützung im Alter gesprochen. Zur Frage, wer die eigene Pflege im Alter einmal übernehmen sollte, hat allerdings die große Mehrheit in der Altersgruppe eine ganz klare Vorstellung. 62 Prozent der 50- bis 70-Jährigen denken, dass der oder die Partner:in zumindest einen Teil der Pflege übernimmt. 46 Prozent schätzen, dass die eigenen Kinder auch beteiligt sein werden und 13 Prozent rechnen mit der Hilfe weiterer Angehöriger. Insgesamt gehen knapp drei Viertel der 50- bis 70-Jährigen davon aus, dass Angehörige ihre Pflege ganz oder teilweise übernehmen.

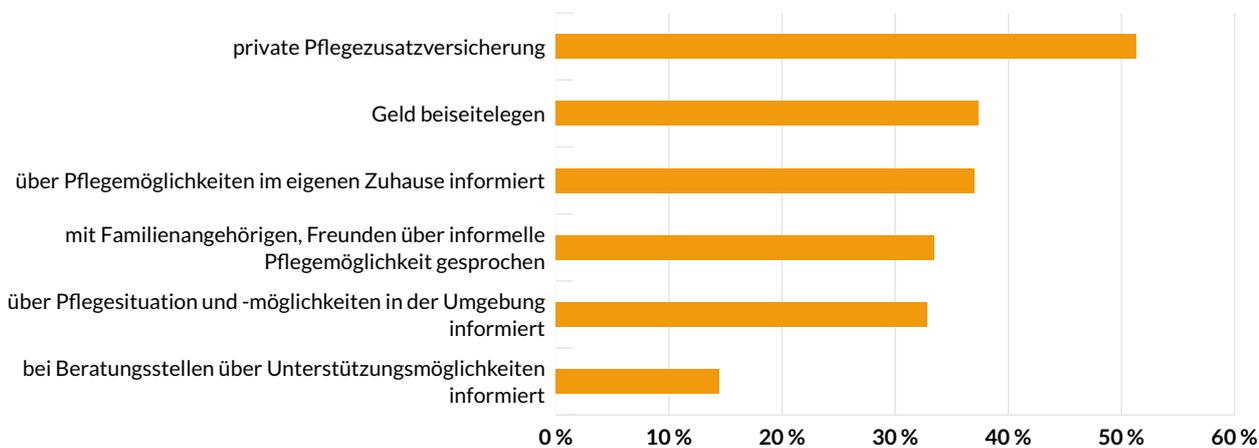
Die unteren Schichten bereiten sich besonders selten auf den Pflegefall vor

Je höher die sozio-ökonomische Schicht, desto häufiger sorgen Menschen für den Pflegefall vor. Mehr als jede:r Dritte 50- bis 70-Jährige mit hohem sozio-ökonomischen Status hat bereits etwas für den Pflegefall unternommen, unter jenen mit niedrigem sozio-ökonomischen Status ist es nicht einmal jede:r Vierte (siehe Abbildung 3.5)

Der Anteil der 50- bis 70-Jährigen mit hohem sozio-ökonomischen Status, die über eine Pflegezusatzversicherung verfügen, ist mehr als dreimal so hoch wie bei Menschen mit niedrigem sozio-ökonomischen Status.⁶¹ Hinzu kommt, dass die Menschen in den unteren Schichten auch deutlich seltener als in den oberen Schichten davon ausgehen, im Pflegefall auf die Unterstützung ihrer Partner:innen zählen zu können. Während etwa die Hälfte der 50- bis 70-Jährigen mit niedrigem sozio-ökonomischen Status im Pflegefall Unterstützung durch den oder die Partner:in erwartet, sind es bei jenen mit hohem sozio-ökonomischen Status mit knapp drei Vierteln erheblich mehr.

61 Die Ergebnisse zu den 50- bis 70-Jährigen, die bereits etwas für den Pflegefall getan haben, nach sozio-ökonomischem Status, beruhen auf kleinen Fallzahlen zwischen 39 und 86 Fällen und sind daher unter Vorbehalt zu interpretieren.

ABBILDUNG 3.4 **Wie sich Ältere auf einen Pflegefall vorbereiten**



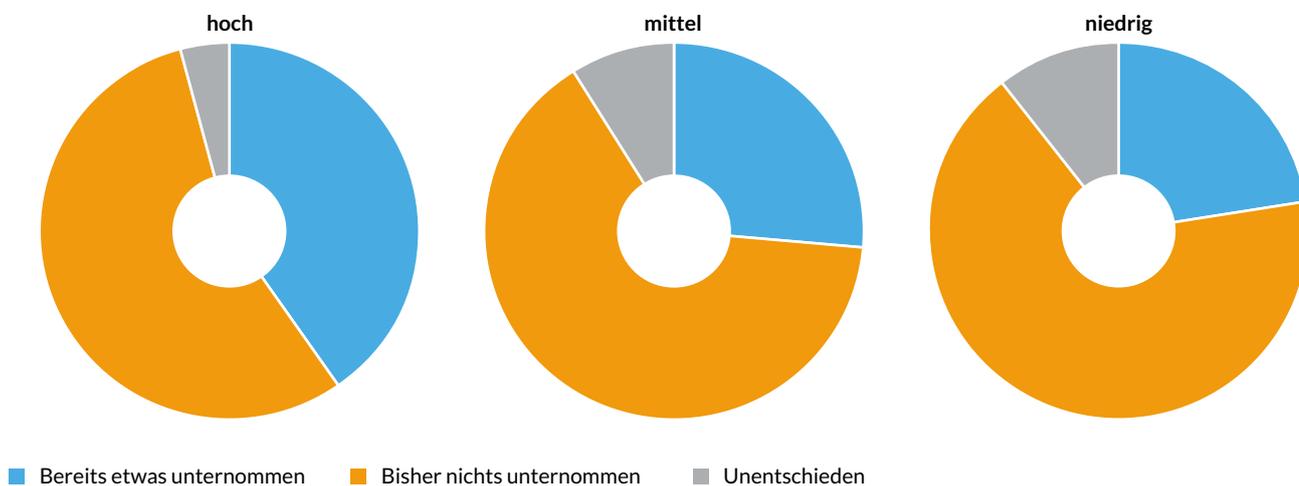
Anteil an den 50- bis 70-Jährigen, die bereits etwas für einen möglichen Pflegefall unternommen haben, in Prozent (n = 170)

BertelsmannStiftung

Frage: „Und was haben Sie unternommen, um sich für den Fall vorzubereiten, dass Sie einmal pflegebedürftig werden sollten? Bitte sagen Sie es mir nach dieser Liste.“ (Mehrfachantworten möglich)

ABBILDUNG 3.5 **Wer sich auf einen Pflegefall vorbereitet**

Sozio-ökonomischer Status



Anteil an den 50- bis 70-Jährigen, nach sozio-ökonomischem Status, in Prozent (n = 593)

BertelsmannStiftung

Frage: „Haben Sie bereits etwas unternommen, um sich auf die Situation, pflegebedürftig zu werden, vorzubereiten, oder haben Sie bisher nichts unternommen?“

Pflegestützpunkte: einfache, schnelle und kostenlose Beratung rund um Alter und Pflege

Der Pflegefall fordert Betroffene und ihre Angehörigen nicht nur emotional, sondern auch organisatorisch enorm heraus. Welche Leistungen stehen einem nach den Sozialgesetzbüchern zu? Wo findet man einen passenden Pflegedienst? Welche Wohnformen gibt es, wenn das selbstständige Leben in der eigenen Wohnung nicht mehr möglich ist? Pflegestützpunkte bieten eine Anlaufstelle und beraten rund um Pflege und Alter. In fast allen Bundesländern gibt es solche Beratungsstellen. Die Finanzierung ist unterschiedlich und erfolgt aus Mitteln der Bundesländer, der Pflegekassen oder aus einer Kombination beider Quellen.

Allein in Berlin verteilen sich 36 Pflegestützpunkte über die Stadt, drei in jedem Bezirk. Diese bieten kostenlose und individuelle Beratungen an – persönlich, am Telefon und neuerdings per Video und Chat. Die Berater:innen sind mit den lokalen Trägern von Pflegeleistungen in ihren Stadtteilen vernetzt. Sie verfügen sowohl über fachliches Wissen zu Pflegeleistungen als auch über einen guten Überblick dazu, welche Unterstützungsmöglichkeit es vor Ort gibt. Sie kennen auch die besonderen Herausforderungen in ihren Vierteln. In Berlin ist zum Beispiel für viele Pflegbedürftige Deutsch nicht die Muttersprache. Die Stützpunkte bieten daher zusätzlich Informationen auf Türkisch, Arabisch und zahlreichen weiteren Sprachen an. Die Mitarbeitenden kennen Probleme wie den knappen Wohnraum, der dazu führt, dass viele Geringverdiener:innen mit Mobilitätsbeschränkung große Schwierigkeiten haben, eine bezahlbare barrierefreie Wohnung zu bekommen. Oft kann der Umzug dank Beratung zur Anpassung der Wohnung bei Pflegebedürftigkeit vermieden werden. Sollte ein Umzug unvermeidbar sein, suchen die Mitarbeitenden gemeinsam nach Lösungen, damit Menschen in den Kiezen bleiben können, die sie oft schon seit Jahrzehnten bewohnen – auch wenn das immer schwieriger wird.

www.pflegestuetzpunkteberlin.de

Dabei geben 14 Prozent der unteren sozio-ökonomischen Schichten an, Angst zu haben, im Pflegefall nicht durch Angehörige unterstützt zu werden – das ist nur bei sieben Prozent der Mitglieder der mittleren sozio-ökonomischen Gruppe und drei Prozent der oberen Gruppe der Fall. Entsprechend gehen die Erwartungen zur Notwendigkeit stationärer Pflege auseinander. 22 Prozent der Menschen mit niedrigem sozio-ökonomischen Status erwarten, einmal in ein Pflegeheim ziehen zu müssen, dagegen nur 14 Prozent mit hohem sozio-ökonomischen Status.

Frauen fürchten besonders um Absicherung im Pflegefall

Frauen sorgen sich deutlich häufiger als Männer, im Pflegefall nicht ausreichend versorgt zu sein. In der Altersgruppe der 50- bis 70-Jährigen betrifft dies 43 Prozent der Frauen, aber nur 35 Prozent der Männer. Als häufigsten Grund geben sie an, dass ihnen die finanziellen Mittel fehlen. Entsprechend verfügen sie auch seltener über eine private Pflegezusatzversicherung. Während von den 50- bis 70-jährigen Männern 17 Prozent eine solche Versicherung abgeschlossen haben, sind es nur zwölf Prozent der Frauen.

Jede Zehnte Frau befürchtet außerdem, nicht die nötige Unterstützung von Angehörigen zu bekommen. Nur etwa halb so viele Männer teilen diese Sorge. Sie bauen überdurchschnittlich häufig auf die Pflege durch die Partnerin (siehe Abbildung 3.6). Studien zeigen, dass tradierte Geschlechternormen die Pflegeerwartungen prägen, mit Frauen in der zugeschriebenen Rolle der „Sorgenden“.⁶² Oft sind Frauen auch jünger als ihre Partner, so dass sie womöglich erst zu einem späteren Zeitpunkt pflegebedürftig werden. Frauen zählen deutlich häufiger auf die Unterstützung durch ihre Kinder oder andere nahestehende Personen als Männer. 13 Prozent der 50- bis 70-Jährigen Frauen

62 Floridi, G., Quashie, N. T., Glaser, K. & Brandt, M. (2022). Partner care arrangements and well-being in mid- and later life: The role of gender across care contexts. *The Journals of Gerontology: Series B*, 77(2), S. 435–445.

haben schon einmal mit Familienangehörigen oder Freund:innen darüber geredet, unter Männern nur halb so viele.

Überhaupt scheinen Kinder für viele in gewisser Weise noch immer eine Form der Altersvorsorge darzustellen. Eltern blicken häufig gelassener in die Zukunft als Kinderlose. Während sich jede zweite Person im Alter zwischen 50- bis 70-Jahren ohne Nachwuchs Sorgen um die Versorgung im Pflegefall macht, beschäftigt dies nur rund jede dritte Person mit Kindern.

B) Bewegung und Begegnung

Zwei zentrale Strategien helfen, Pflegebedürftigkeit vorzubeugen: ein gesunder Lebensstil und sozialer Austausch.⁶³

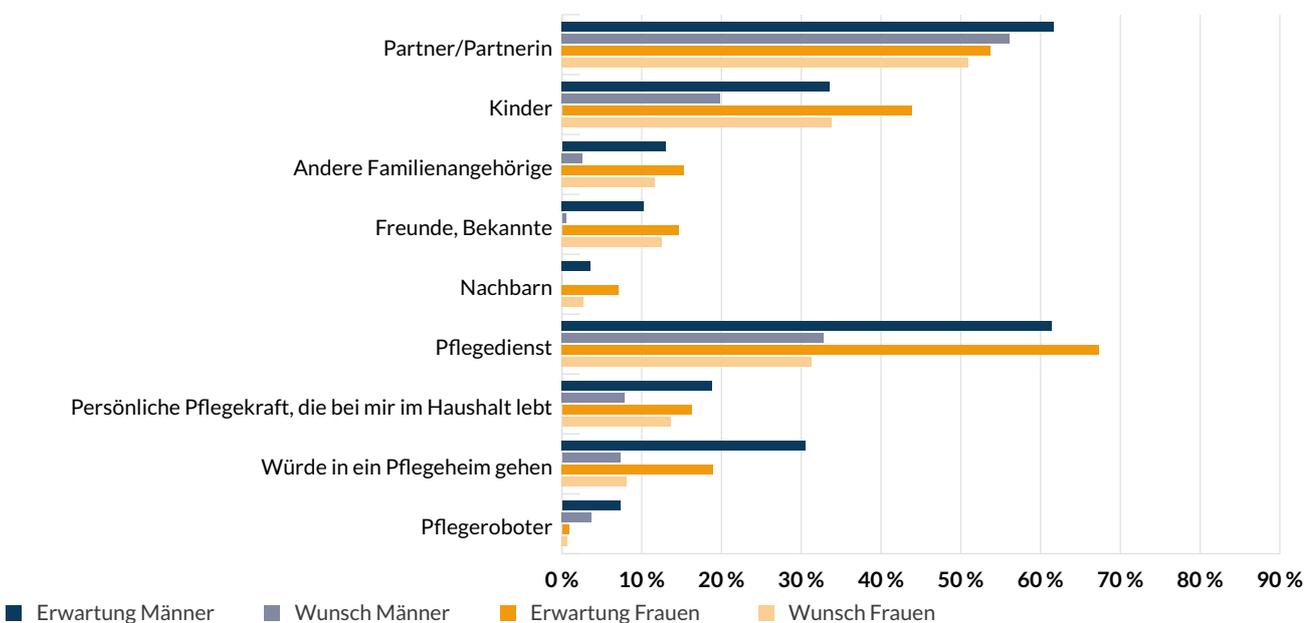
Um die körperliche und psychische Gesundheit zu erhalten, ist es wichtig, ausreichend Sport zu treiben, sich bewusst zu ernähren, Stress zu vermeiden, die kognitiven Fähigkeiten zu trainieren und regelmäßige ärztliche Vorsorgeuntersuchungen durchzuführen. Diese Maßnahmen können nachweislich die Pflegebedürftigkeit hinauszögern.⁶⁴ Menschen, die gesund leben, bleiben länger mobil und leiden erst später an Krankheiten, die typischerweise im Alter auftreten, wie Demenz, Diabetes und Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

Auch wer das soziale Miteinander pflegt, sorgt vor. Sozialen Austausch finden die Menschen etwa, wenn sie sich mit ihren Angehörigen und Freund:innen treffen, über die Arbeit Kontakte knüpfen oder sich im Verein oder in

63 Müller, B. & Ellwardt, L. (2020). Soziale Netzwerke und gesundheitliche Ungleichheiten im Alter. In A. Klärner, M. Gamper, S. Keim, N. Vonneilich, I. Moor & H. von der Lippe (Hrsg.), Soziale Netzwerke und gesundheitliche Ungleichheiten, S. 227–253. Springer VS, Wiesbaden.

64 Elwood, P., Galante, J., Pickering, J., Palmer, S., Bayer, A., Ben-Shlomo, Y. et al. (2013). Healthy lifestyles reduce the incidence of chronic diseases and dementia: evidence from the Caerphilly cohort study. PloS one, 8(12).

ABBILDUNG 3.6 Welche Art der Pflege sich Männer und Frauen wünschen – und welche sie erwarten



Anteil an den 50- bis 70-Jährigen, nach Geschlecht, in Prozent (n = 593)

| BertelsmannStiftung

Fragen: „Einmal angenommen, Sie würden pflegebedürftig und wären auf die Hilfe von anderen angewiesen. Was denken Sie, wer würde sich wohl um Sie kümmern, wer würde Sie wohl pflegen?“; „Und was wäre Ihnen am liebsten?“ (Mehrfachantworten möglich)

der Nachbarschaft engagieren.⁶⁵ Ein starkes soziales Netz ist eine wichtige Grundlage für Zufriedenheit und Unterstützung im Alter.⁶⁶ Freund:innen, Familien und sorgende Nachbar:innen leisten seelische Unterstützung, wenn jemand krank ist oder einen Trauerfall erlebt hat. Sie helfen im Notfall auch mal finanziell aus. Und sie unterstützen einander beim Einkaufen und bei der Bewältigung alltäglicher Aufgaben. Wer sozial eingebunden ist, bleibt nachweislich länger gesund und hat eine höhere Lebenserwartung.

Sozial isolierte Menschen leiden dagegen häufiger unter Depressionen und schlafen schlechter, sie nehmen nicht so zuverlässig Medikamente ein und achten weniger auf eine gesunde Lebensweise.⁶⁷

Wer kümmert sich um die körperliche und psychische Gesundheit?

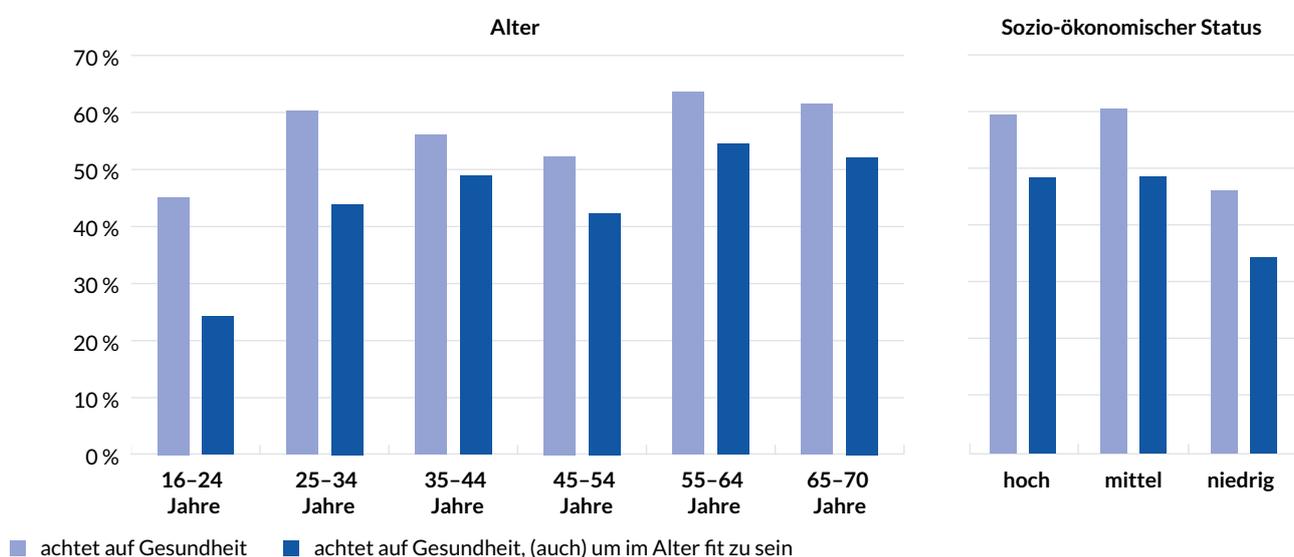
Die Befragung lässt große Abweichungen im Gesundheitsbewusstsein der Bevölkerung erkennen. 57 Prozent der 16- bis 70-Jährigen geben an, sehr stark oder stark auf ihre Gesundheit zu achten. 37 Prozent kümmern sich hingegen weniger um eine gesunde Lebensführung, fünf Prozent laut eigener Angabe sogar überhaupt nicht. Die Mehrheit der Personen, die auf ihre Gesundheit achten, tut das (auch), um möglichst lange im Leben fit zu bleiben (siehe Abbildung 3.7). Schon in der Gruppe der 35-

65 Müller, W. & Strünck Christoph (2020). Potenziale für präventive Pflege. Wie Selbstständigkeit im Alter besser gefördert werden kann. In Bundeszentrale für politische Bildung (Hrsg.), Pflege. Praxis, Geschichte, Politik (APuZ, Band 10497), S. 289–303. Bonn.

66 Böger, A., Huxhold, O. & Wolff, J. K. (2017). Wahlverwandtschaften: Sind Freundschaften für die soziale Integration wichtiger geworden? In K. Mahne, J. K. Wolff, J. Simonson & C. Tesch-Römer (Hrsg.), Altern im Wandel, S. 257–271. Wiesbaden: Springer VS.

67 Perissinotto, C. M., Cenzer, I. S. & Covinsky, K. E. (2012). Loneliness in older persons: a predictor of functional decline and death. Archives of Internal Medicine, 172(14), S. 1078–1084.

ABBILDUNG 3.7 Wer auf die eigene Gesundheit achtet



Anteil an den 16- bis 70-Jährigen, nach Altersgruppe beziehungsweise sozio-ökonomischem Status, in Prozent (n = 1.234)

| BertelsmannStiftung

Fragen: „Was würden Sie ganz generell sagen, wie stark achten Sie darauf, gesund zu leben? Würden Sie sagen ...“; „Neulich sagte jemand, ‘Ich achte auch deshalb darauf, gesund zu leben, weil ich im Alter fit sein möchte.’ Spielt dieser Gedanke bei Ihnen auch eine Rolle, warum Sie darauf achten, gesund zu leben, oder spielt dieser Gedanke für Sie eigentlich keine Rolle?“

bis 44-Jährigen achtet fast die Hälfte der Befragten auf die Gesundheit, um bis ins Alter fit zu sein.

Schichtzugehörigkeit als Determinante des Gesundheitsbewusstseins und der sozialen Kontakte

Sozio-ökonomische Faktoren beeinflussen, wie gesund Menschen altern können. 60 Prozent der Menschen in den mittleren und höheren Schichten achten stark oder sehr stark auf ihre Gesundheit, im Vergleich zu 46 Prozent in den unteren sozialen Schichten. Neben vielen weiteren Faktoren wie der Belastung im Job, der Wohnumgebung oder der Einkommenssicherheit erklärt das Gesundheitsverhalten die großen Unterschiede im Gesundheitszustand je nach sozio-ökonomischem Status. Die Studie „Gesundheit in Deutschland“ des Robert-Koch-Instituts zeigt, dass Menschen mit niedrigem sozio-ökonomischen Status ihre Gesundheit im Mittel deutlich schlechter einschätzen als jene mit mittlerem oder hohem sozio-ökonomischen Status.⁶⁸ Langfristig führt dies auch zu Unterschieden beim späteren Pflegebedarf. Zum Beispiel zeigen Untersuchungen, dass für Geringverdienende sowohl das Risiko der Pflegebedürftigkeit signifikant höher ist, als auch, dass sie im Schnitt sechs Jahre früher pflegebedürftig werden als Menschen mit hohem Einkommen.⁶⁹

Noch etwas deutlicher fallen die schichtspezifischen Unterschiede mit Blick auf Einsamkeit aus. 31 Prozent der 50- bis 70-Jährigen mit niedrigem sozio-ökonomischen Status befürchten, sie könnten im Alter vereinsamen. Diese Sorgen machen sich dagegen nur 23 Prozent der Personen mit mittlerem und lediglich 15 Prozent derjenigen mit hohem sozio-ökonomischen Status (siehe Abbildung 3.8). Untersuchungen zeigen: Das Alter an sich macht nicht einsam, sondern begleitende Umstände wie Mobilitätseinschränkungen, Krankheit und Pflegebedürftigkeit. Einsamkeit hängt in allen Lebenssituationen mit Ausgrenzungserfahrungen zusammen. Solche Erfahrungen machen zum Beispiel Menschen, die über wenig Einkommen verfügen, chronisch krank sind oder im Lebensverlauf wenige Kontakte hatten, wie etwa al-

68 Heidemann, C., Scheidt-Nave, C., Beyer, A.-K., Baumert, J., Thamm, R., Maier, B. et al. (2021). Gesundheitliche Lage von Erwachsenen in Deutschland – Ergebnisse zu ausgewählten Indikatoren der Studie GEDA 2019/2020-EHIS. *Journal of Health Monitoring*, 6(3), S. 3–27.

69 S. Fußnote 8.

Leihgroßeltern in Fulda: Sozialer Austausch zwischen Generationen

Soziale Kontakte nehmen in der Regel im höheren Alter ab.* Im Landkreis Fulda können Senior:innen etwas dagegen tun und sich als Leihgroßeltern engagieren. Ein Projekt vermittelt sie an interessierte Familien mit jungen Kindern, mit denen sie ehrenamtlich zwei bis drei Stunden pro Woche verbringen können. 2011 hat sich der Treffpunkt Aktiv des Landkreises Fulda mit dem Verein Miteinander Füreinander Oberes Fuldatal e. V. dafür zusammengetan. Nach einer zehnstündigen Schulung über Kommunikation, rechtliche Grundlagen und erste Hilfe können sich die Leihgroßeltern mit den Kindern oder mit den Familien treffen. Sie spielen dann gemeinsam, backen, spazieren oder lesen aus einem Buch vor. Durch den Kontakt mit den Kindern fühlen sich die Älteren wertgeschätzt und sie kommen in regelmäßigen sozialen Austausch. Auf der anderen Seite profitieren auch die Familien vom generationenübergreifenden Austausch – insbesondere, wenn die eigenen Großeltern weiter weg wohnen: Eine win-win-Situation für Jung und Alt.

www.rffs.de/leihgroßeltern

* Haag, S. & Niederberger, M. (2021). Einsamkeit bei Leihgroßeltern. *Prävention und Gesundheitsförderung*, S. 1–7.

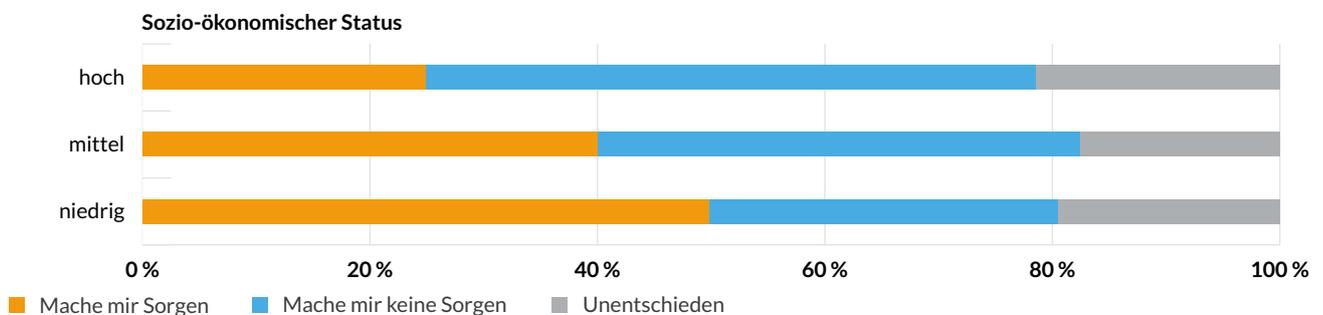
leinstehende Frauen, die sich vor allem um Kinder und Haushalt gekümmert haben.⁷⁰

C) Altersgerecht wohnen

Ein altersgerecht gestaltetes Haus oder eine altersgerecht gestaltete Wohnung erlauben es, auch mit kör-

70 Neu, C. & Müller, F. (2020). *Einsamkeit. Gutachten für den Sozialverband Deutschland*. Berlin: Sozialverband Deutschland e. V.

ABBILDUNG 3.8 Wer sich Sorgen um Einsamkeit im Alter macht



Anteil an den 50- bis 70-Jährigen, nach sozio-ökonomischem Status, in Prozent (n = 593)

| BertelsmannStiftung

Frage: „Machen Sie sich Sorgen darüber, dass Sie im Alter einsam sein könnten, oder machen Sie sich darüber keine Sorgen?“

perlichen Einschränkungen im Alter weiterhin selbstbestimmt zu leben und sich im vertrauten Umfeld selbstständig zu bewegen. Je nach Bedarf können Hilfsmittel wie Treppenlifte, leicht erreichbare Küchengeräte, ebenerdige Duschen und breite Flure für den Rollator sinnvoll sein. Wer frühzeitig Wohnung oder Haus altersgerecht einrichtet, hat bessere Voraussetzungen, um später im Leben die gewohnten Routinen sicher in den eigenen vier Wänden zu bewältigen.⁷¹ Eine altersgerechte Wohnung reduziert auch das Risiko häuslicher Unfälle – insbesondere aufgrund von Stürzen.⁷² Wer sein Zuhause entsprechend umbauen will, kann sich zum Beispiel bei der gemeinnützigen Organisation Bundesarbeitsgemeinschaft Wohnungsanpassung, den Krankenkassen oder einer Wohnungsberatungsstelle der Kommune informieren, welche Maßnahmen sinnvoll sind.⁷³

„Smarte“ Lösungen können Menschen helfen, körperliche, kognitive oder psychische Defizite zu kompensieren und Belastungen zu reduzieren. Um Stürze und andere Verletzungen zu vermeiden, kann etwa eine automatisierte Beleuchtung helfen, indem sie Stolperfallen sichtbar macht. Wer vergesslich ist, muss vor einer Tür mit

Gesichtserkennung nicht an den Schlüssel denken. Und wer nicht mehr mobil ist, kann mit gut platzierten Not-tasten bei Unfällen schnell Nahestehende informieren. Studien zeigen: Digitale Technologien können dazu beitragen, dass Menschen bis in ein höheres Alter eigenverantwortlich und selbstbestimmt in ihrer gewohnten Umgebung leben können.⁷⁴ Ein Umzug ins Heim ist dann im besten Fall nicht oder erst deutlich später notwendig (siehe auch Kapitel 4 für eine Untersuchung der Offenheit gegenüber technischen Hilfsmitteln).

Viele Ältere können den Aufwand allerdings nicht mehr leisten, ihr Haus altersgerecht umzubauen. Bislang sind nur rund zwei Prozent der Häuser in Deutschland barrierefrei und ein Umbau kann sehr aufwändig sein.⁷⁵ Wer in seiner Mobilität eingeschränkt ist, kann alternativ in eine barrierefreie Wohnung oder ein barrierefreies Haus umziehen – zum Beispiel in einen altersgerechten Neubau oder in einen (ebenerdigen) Bungalow. Ohnehin kann mitunter gerade auch eine kleinere Wohnung attraktiv sein, wenn damit der Aufwand, Ordnung zu halten und zu putzen geringer ist, besonders für Menschen, die nicht mehr so beweglich sind.⁷⁶

71 Creaney, R., Reid, L. & Currie, M. (2021). The contribution of healthcare smart homes to older peoples' wellbeing: A new conceptual framework. *Wellbeing, Space and Society*, 2.

72 Leifels, A. (2020). *Barrierearmer Wohnraum: Bedarf steigt steil – Förderung wirkt*. KfW Research. (285).

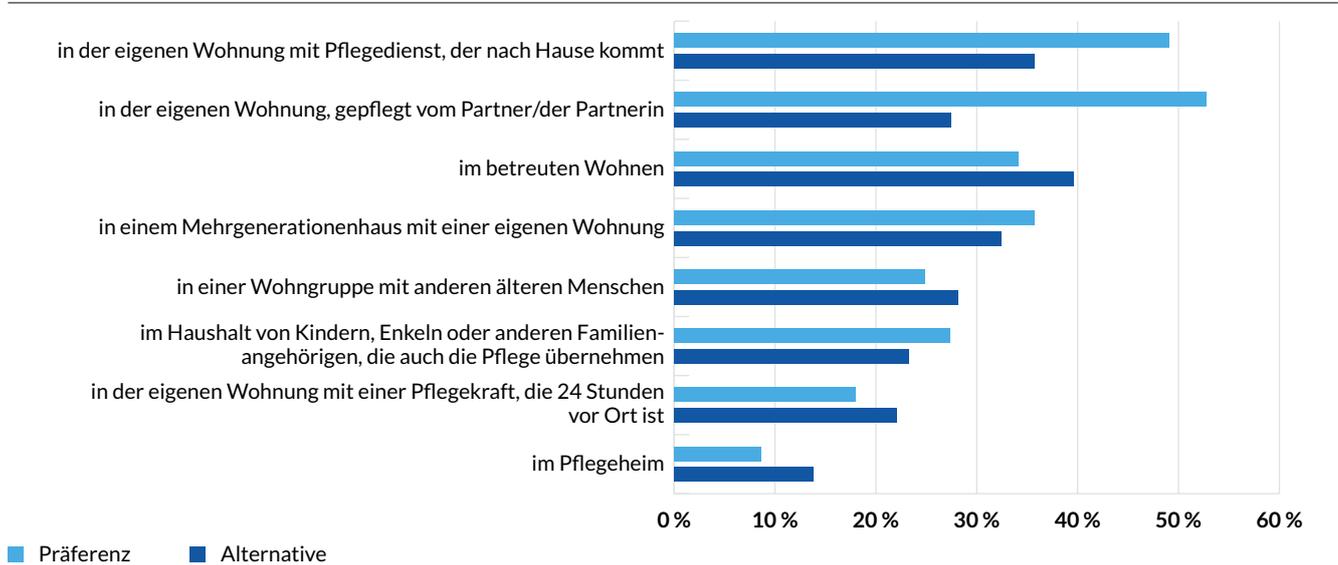
73 Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (2018). *Länger zuhause leben. Ein Wegweiser für das Wohnen im Alter*. Berlin.

74 Ollevier, A., Aguiar, G., Palomino, M. & Simpelaere, I. S. (2020). How can technology support ageing in place in healthy older adults? A systematic review. *Public Health Reviews*, 41(1), S. 26.

75 S. Fußnote 72.

76 Angelini, V. & Laferrère, A. (2012). Residential mobility of the European elderly. *CESifo Economic Studies*, 58(3), S. 544–569.

ABBILDUNG 3.9 Wer wo gepflegt werden möchte



Anteil an den 16- bis 70-Jährigen, in Prozent (n = 1.234)

BertelsmannStiftung

Frage: „Einmal unabhängig von Ihrer derzeitigen Situation: Wenn Sie im Alter einmal nicht mehr selbständig leben können und auf Pflege angewiesen sind: Was von dieser Liste hier wäre Ihnen am liebsten? Wie möchten Sie am liebsten leben, wenn Sie auf Pflege angewiesen sind?“ (Präferenz); „Und wie könnten Sie sich auch noch vorstellen zu leben? Was von dieser Liste wäre für Sie alles in Ordnung?“ (Alternative; jeweils Mehrfachantworten möglich)

Eine weitere Option sind alternative Wohnformen im Alter. Inzwischen gibt es weit mehr als nur das klassische Senior:innenheim. Vielerorts entstehen neue Konzepte, um in Gemeinschaft zu altern: etwa in Mehrgenerationen-Häusern oder Wohngemeinschaften für Senior:innen. Die Bewohner:innen können sich gegenseitig unterstützen und haben zusätzliche Gelegenheiten zur Begegnung im Alltag.⁷⁷ Und wenn nötig, unterstützen professionelle Pflegekräfte die Bewohner:innen bei jenen Aufgaben, die sie nicht mehr selbst bewältigen können.

Wer sorgt für ein altersgerechtes Zuhause?

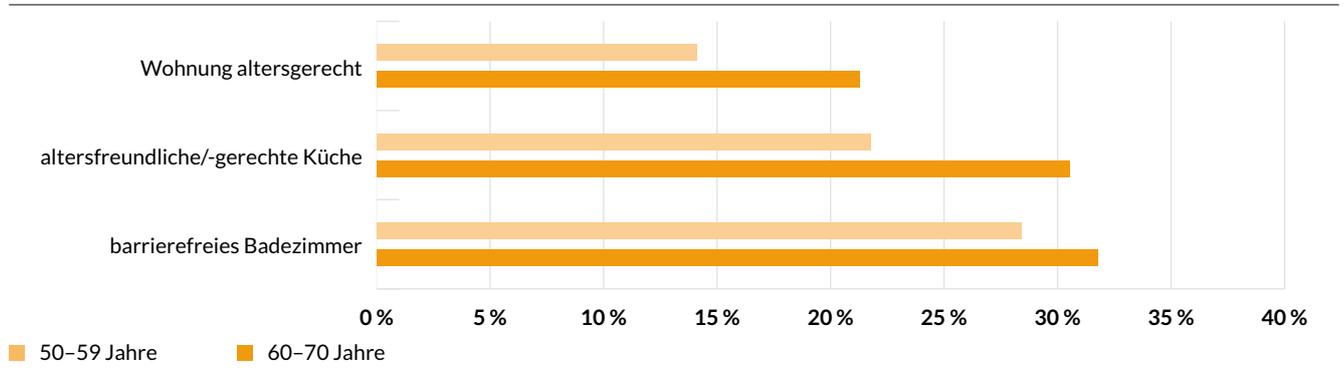
Die Mehrheit der Bevölkerung möchte möglichst lange in der vertrauten Umgebung bleiben, auch wenn sie mal auf Unterstützung angewiesen ist. Die meisten Menschen wünschen sich, in der eigenen Wohnung vom Partner beziehungsweise der Partnerin oder von einem ambulanten Pflegedienst versorgt zu werden (siehe Abbildung 3.9).

77 Wonneberger, E. (2015). Neue Wohnformen. Neue Lust am Gemeinsein? Wiesbaden: Springer VS.

Deutlich weniger Personen wollen im Pflegefall in anderen Wohnformen unterkommen. Nur etwa sieben Prozent der älteren Befragten zwischen 50 und 70 Jahren geben an, dass sie dann am liebsten in ein Pflegeheim ziehen würden. Gefragt nach ihren Erwartungen, geht aber über ein Fünftel davon aus, dass der Umzug in ein Heim im Pflegefall unausweichlich wäre (siehe Abbildung 3.6). Alternative Wohnformen stoßen dafür auf mehr Zustimmung. Über ein Drittel der 50- bis 70-Jährigen kann sich vorstellen, in einem Mehrgenerationenhaus oder im betreuten Wohnen zu leben, wenn die Selbstständigkeit zu stark eingeschränkt ist. Ähnlich viele können sich den Umzug in eine solche Einrichtung zumindest grundsätzlich vorstellen. Diese Präferenzen bilden sich bislang nicht in den tatsächlichen Belegungszahlen derartiger Wohnformen ab: Nur ein sehr kleiner Teil der pflegebedürftigen Älteren kommt tatsächlich in einem Mehrgenerationenhaus oder einer anderen alternativen Wohnform unter.⁷⁸

78 Haumann, W. (2020). Versorgungspräferenzen der deutschen Bevölkerung: die Option der betreuten Wohngruppe. Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie, 53(6), S. 522–530.

ABBILDUNG 3.10 Wer altersgerecht wohnt



Anteil an den 50- bis 70-Jährigen, nach Altersgruppe, in Prozent (n = 593)

| BertelsmannStiftung

Fragen: „Wie schätzen Sie Ihr Haus bzw. Ihre Wohnung ein: Ist dort alles altersgerecht, oder ist das Haus bzw. die Wohnung für ältere Menschen nur eingeschränkt oder gar nicht geeignet, z. B. weil es viele Treppen oder hohe Türschwellen gibt?“, „Hier auf den Karten stehen verschiedene Möglichkeiten, die das Leben und den Alltag im Alter angenehmer machen bzw. erleichtern könnten. Was davon nutzen Sie bereits?“

Allerdings werden alternative Wohnformen aktuell nicht von allen in der Gesellschaft gleichermaßen in Betracht gezogen. 44 Prozent der Menschen mit hohem sozio-ökonomischen Status präferieren ein Mehrgenerationenhaus mit eigener Wohnung, wenn sie einmal pflegebedürftig werden. Unter Personen mit niedrigem oder mittlerem sozio-ökonomischen Status sind es nur 31 beziehungsweise 35 Prozent. Das könnte zum Beispiel daran liegen, dass die Kosten eines Umzugs Menschen mit geringerem Vermögen abschrecken oder dass sie nicht so gut über alternative Wohnformen informiert sind.

Der Großteil der Menschen will somit auch im Falle körperlicher Einschränkungen im eigenen Zuhause bleiben. Diesem weitverbreiteten Wunsch steht jedoch ein sehr geringer Anteil altersgerecht umgebaute Wohnungen und Häuser gegenüber. Nur 14 Prozent der Menschen zwischen 50 und 59 Jahren bewerten ihre Wohnsituation als altersgerecht. Dagegen sagen 57 Prozent, ihr Zuhause sei nur eingeschränkt für das Alter geeignet und 24 Prozent bezeichnen ihr Zuhause sogar als überhaupt nicht altersgerecht. Unter 60- bis 70-Jährigen steigt dann der Anteil der Personen, die das häusliche Umfeld als altersgerecht einstufen (siehe Abbildung 3.10). Tatsächlich haben ältere Befragte häufiger ihr Zuhause bereits an eingetretene oder potenzielle Einschränkun-

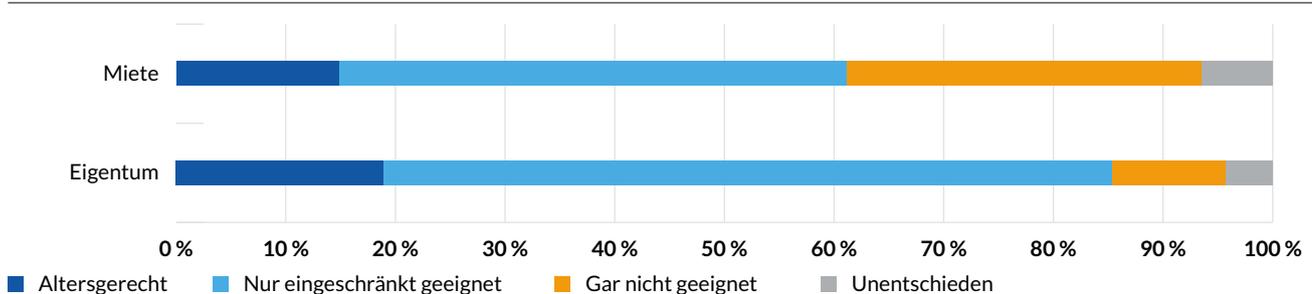
gen ihrer Mobilität angepasst. 31 Prozent der Menschen in ihren Sechzigern kochen bereits in altersfreundlichen Küchen, um sich dabei etwa möglichst selten bücken zu müssen. Ein ähnlicher Anteil hat barrierefreie Badezimmer, in denen sie zum Beispiel ebenerdig in die Dusche steigen können.

Mieter:innen haben weniger Gestaltungsmöglichkeiten

Ob jemand das eigene Zuhause altersgerecht gestaltet, hängt auch mit der jeweiligen Wohnsituation zusammen. Wer im Eigentum lebt, hat eine höhere Motivation, in die Immobilie zu investieren, muss bauliche Maßnahmen nicht mit einem Vermieter abstimmen und läuft auch nicht Gefahr, die Anpassungen irgendwann wieder rückbauen zu müssen. Hinzu kommt, dass Mieter:innen im Schnitt weniger verdienen als Eigentümer:innen. Selbst wenn sie wollten, könnten sich viele Mieter:innen die altersgerechte Gestaltung ihres Zuhauses nicht leisten.⁷⁹ Und so stufen 32 Prozent der Mieter:innen zwischen 50 und 70 Jahren ihre Wohnsituation als gar nicht

79 Kendig, H., Gong, C. H., Cannon, L. & Browning, C. (2017). Preferences and predictors of aging in place: longitudinal evidence from Melbourne, Australia. *Journal of Housing for the Elderly*, 31(3), S. 259–271.

ABBILDUNG 3.11 Wer in einer altersgerechten Wohnung lebt



Anteil an den 50- bis 70-Jährigen, nach Wohnform, in Prozent (n = 1.234)

| BertelsmannStiftung

Frage: „Wie schätzen Sie Ihr Haus bzw. Ihre Wohnung ein: Ist dort alles altersgerecht, oder ist das Haus bzw. die Wohnung für ältere Menschen nur eingeschränkt oder gar nicht geeignet, z. B. weil es viele Treppen oder hohe Türschwellen gibt?“

für ältere Menschen geeignet ein (siehe Abbildung 3.11). Unter Eigentümer:innen sind es dagegen nur zehn Prozent. Gerade mal 14 Prozent der Mieter:innen verfügen über ein barrierefreies Badezimmer, 13 Prozent über eine altersfreundliche Küche – jeweils weit weniger als halb so viel wie bei Haus- oder Wohnungseigentümer:innen. So scheint es nachvollziehbar, dass Eigentümer:innen besonders häufig den Wunsch äußern, später im häuslichen Umfeld gepflegt zu werden.

D) Job und familiäre Pflege verbinden

Wenn jemand pflegebedürftig wird, wirkt sich das nicht nur auf das Leben der unmittelbar betroffenen Personen aus. In den meisten Fällen springen Nahestehende ein und übernehmen informelle Pflegeaufgaben. Dafür müssen sie die zusätzliche Sorgearbeit mit sonstigen Aufgaben wie Beruf und Kinderbetreuung unter einen Hut bringen. Arbeitnehmende können dafür flexible Arbeitsmodelle nutzen, die eine bessere Zeiteinteilung von Job und Pflege ermöglichen.⁸⁰ Angestellte können mit ihren Arbeitgeber:innen klären, inwiefern Teil- oder Gleitzeitmodelle möglich sind. Sie können auch über das Pflegezeitgesetz eine befristete Freistellung vom Job bekommen, wenn sie akut jemandem zur Seite stehen müssen. Das Familienpflegezeitgesetz ermöglicht darüber hi-

naus, für bis zu zwei Jahre die wöchentlichen Arbeitsstunden zu reduzieren, um neben dem Beruf Angehörige zu pflegen.

Auch über ortsunabhängiges Arbeiten – etwa im Homeoffice – können pflegende Angehörige Erwerbs- und Sorgearbeit flexibler miteinander vereinbaren. Untersuchungen mit Haushaltsdaten des Sozio-ökonomischen Panels zeigen, dass Frauen und Männer, die teilweise von Zuhause aus arbeiten, mehr informelle Sorgearbeit übernehmen.⁸¹ Gleichzeitig reduzieren flexiblere Arbeitsmodelle die persönlichen Nachteile der informellen Fürsorge eines Angehörigen, etwa weil Pflegenden nicht die eigene Karriere ganz aufgeben müssen und nebenbei weiter Rentenpunkte sammeln können.

Wer verbindet Sorge- und Erwerbsarbeit?

Rund jede:r Zehnte gibt an, aktuell an der Pflege eines oder einer Angehörigen beteiligt zu sein. Der Aufwand ist für viele nicht mit einer Vollzeitstelle vereinbar: Unter Personen, die aktuell Teilzeit arbeiten oder keiner bezahlten Beschäftigung nachgehen, ist der Anteil der pflegenden Angehörigen etwa doppelt so hoch ist wie unter Personen, die 35 Stunden oder mehr arbeiten.

80 Eggert, S., Teubner, C., Budnick, A. & Gellert, P. (2021). Vereinbarkeit von Pflege und Beruf: generelle und aktuelle Herausforderungen Betroffener. In K. Jacobs, A. Kuhlmei, S. Greß, J. Klaußer & A. Schwinger (Hrsg.), Pflege-Report 2021, S. 59–69. Berlin, Heidelberg: Springer.

81 Samtleben, C., Lott, Y. & Müller, K.-U. (2020). Auswirkungen der Ort-Zeit-Flexibilisierung von Erwerbsarbeit auf informelle Sorgearbeit im Zuge der Digitalisierung. Expertise für den Dritten Gleichstellungsbericht der Bundesregierung. DIW-Berlin.

Frauen leisten den Großteil der familiären Pflegearbeit. 13 Prozent aller Frauen zwischen 16 und 70 Jahren geben an, aktuell eine:n Angehörige:n zu pflegen, im Vergleich zu sieben Prozent der Männer. Dieser Befund deckt sich mit Daten des Sozio-ökonomischen Panels zu den wöchentlichen Pflegestunden: Frauen pflegen häufiger Angehörige als Männer und wenn sie pflegen, investieren sie im Schnitt auch mehr Zeit.⁸² Und so arbeiten laut der vorliegenden Befragung pflegende Frauen mehrheitlich in Teilzeit, während pflegende Männer häufiger ihren Beruf weiterhin in Vollzeit ausüben.

Erwerbstätige Frauen wären auch deutlich häufiger als Männer dazu bereit, ihre Stelle zu reduzieren, um eine:n pflegebedürftige:n Angehörige:n zu unterstützen. Etwas über die Hälfte der erwerbstätigen Frauen würde in diesem Fall „auf jeden Fall“ oder „wahrscheinlich“ weniger Stunden im Beruf arbeiten (siehe Abbildung 3.12). Bei erwerbstätigen Männern liegt deren Anteil nur etwas über einem Drittel. Frauen, die bereits in Teilzeit arbeiten, haben die höchste Bereitschaft, ihre Erwerbsarbeit wei-

82 Kochskämper, S., Neumeister, S. & Stockhausen, M. (2020). Wer pflegt wann und wie viel? Eine Bestandsaufnahme zur häuslichen Pflege in Deutschland. IW-Trends-Vierteljahresschrift zur empirischen Wirtschaftsforschung, 47(4), S. 67–83.

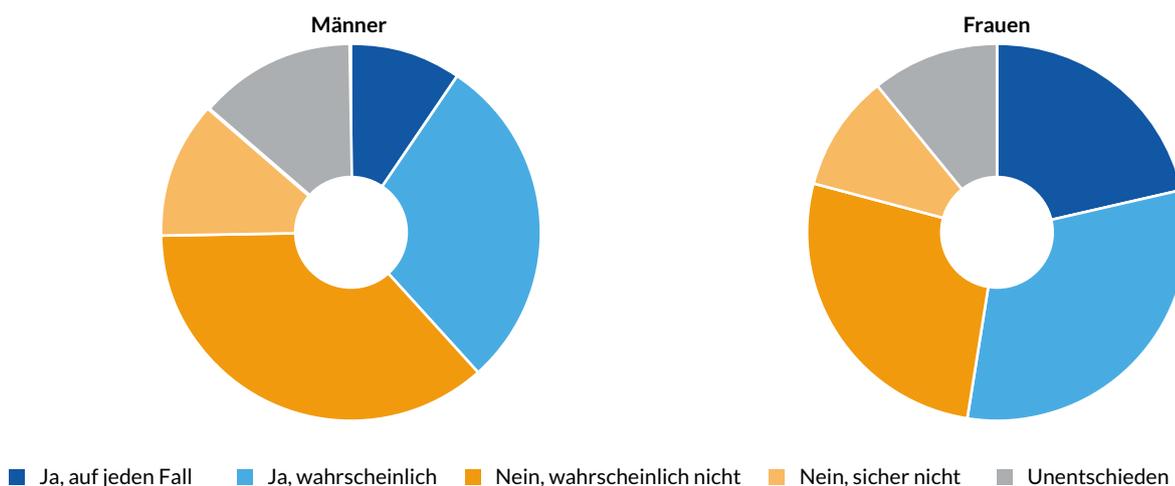
ter zurückzufahren zugunsten von Pflegeaufgaben. Aber auch, wenn nur Vollzeitbeschäftigte betrachtet werden, würden Frauen viel häufiger als Männer in ein Teilzeitmodell wechseln, um Pflege übernehmen zu können – der Unterschied liegt bei über zehn Prozentpunkten.

Sozio-ökonomischer Status bestimmt über Möglichkeiten zur familiären Pflege

Der Anteil der Personen, die aktuell Angehörige pflegen, ist über die sozio-ökonomischen Schichten hinweg relativ ähnlich. Bei der Bereitschaft, zukünftig die Arbeitszeit zu diesem Zweck zu reduzieren, zeigen sich jedoch Unterschiede (siehe Abbildung 3.13). So erklärt sich in den mittleren und oberen Schichten knapp die Hälfte der berufstätigen Befragten „auf jeden Fall“ oder „wahrscheinlich“ dazu bereit. Nur ein knappes Drittel in den unteren sozio-ökonomischen Schichten würde dagegen beruflich zurückstecken.

Noch deutlichere Unterschiede zeigen sich bei den Gründen, weshalb die Menschen ihre Arbeitszeit nicht reduzieren würden (siehe Abbildung 3.14). In den unteren Schichten dominieren finanzielle Gründe – rund

ABBILDUNG 3.12 Wer die Erwerbsarbeitszeit zur Pflege eines Angehörigen reduzieren würde



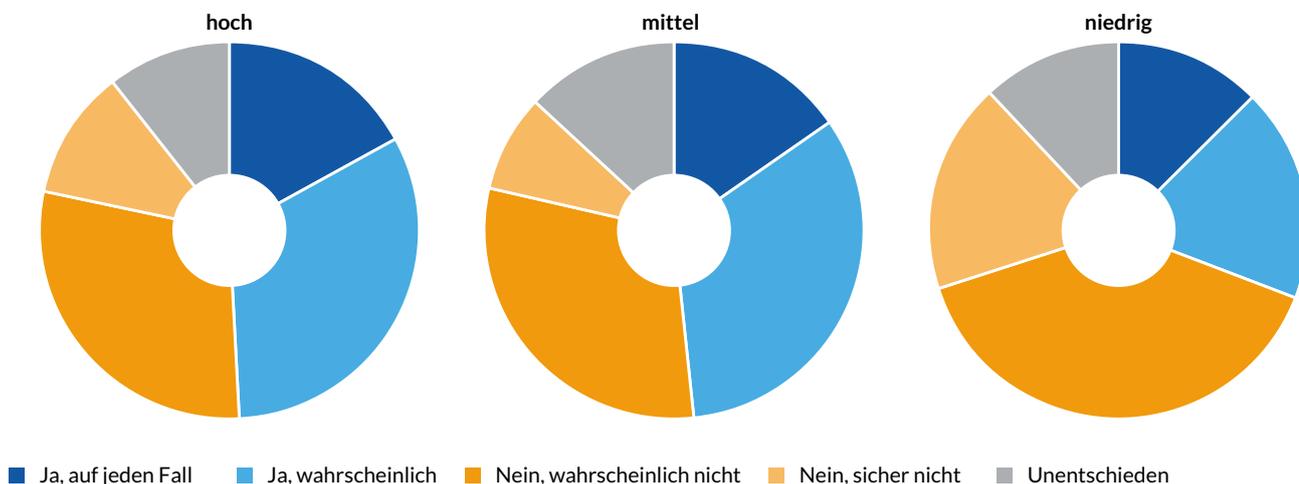
Anteil an den 16- bis 70-jährigen Berufstätigen, nach Geschlecht, in Prozent (n = 883)

| BertelsmannStiftung

Frage: „Könnten Sie sich grundsätzlich vorstellen, Ihre Arbeitszeit zu reduzieren, um einen nahen Angehörigen zu pflegen, falls sich die Situation einmal ergibt? Würden Sie sagen ...“

ABBILDUNG 3.13 Wer die Erwerbsarbeitszeit zur Pflege von Angehörigen reduzieren würde

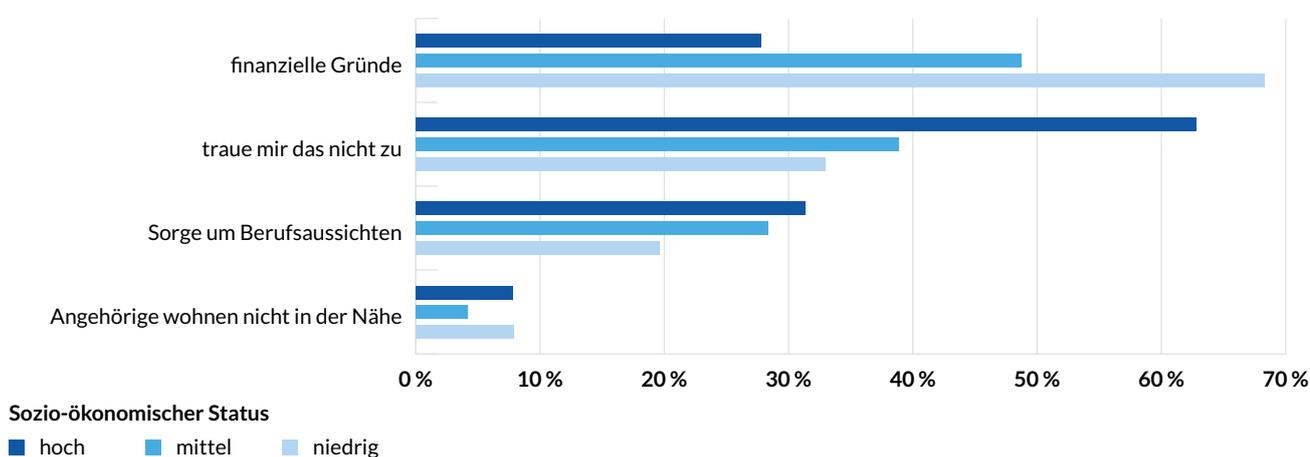
Sozio-ökonomischer Status



Anteil an den 16- bis 70-jährigen Berufstätigen, nach sozio-ökonomischem Status, in Prozent (n = 883) | BertelsmannStiftung

Frage: „Könnten Sie sich grundsätzlich vorstellen, Ihre Arbeitszeit zu reduzieren, um einen nahen Angehörigen zu pflegen, falls sich die Situation einmal ergibt? Würden Sie sagen ...“

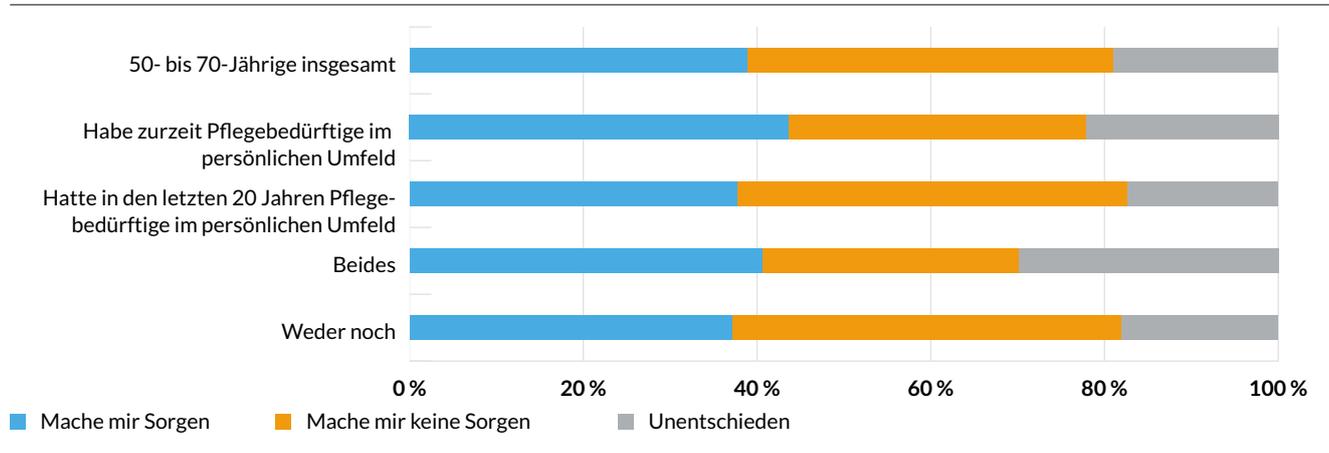
ABBILDUNG 3.14 Warum Menschen nicht ihre Erwerbszeit für familiäre Pflege reduzieren würden



Anteil an den 16- bis 70-jährigen Berufstätigen, die nicht ihre Arbeitszeit für die Pflege eines Angehörigen reduzieren würden, nach sozio-ökonomischem Status, in Prozent (n = 378) | BertelsmannStiftung

Frage: Und warum würden Sie das nicht machen: aus finanziellen Gründen, aus Sorge um Ihre Berufsaussichten, weil Ihre Angehörigen nicht in der Nähe wohnen, weil Sie sich das nicht zutrauen, oder warum sonst?

ABBILDUNG 3.15 Wer sich Sorgen um Unterstützung im Pflegefall macht



Anteil an den 50- bis 70-Jährigen, nach Pflegeerfahrung, in Prozent (n = 593)

| BertelsmannStiftung

Frage: „Machen Sie sich Sorgen, dass Sie im Alter nicht ausreichend versorgt sind, falls Sie einmal pflegebedürftig werden sollten, oder machen Sie sich darüber keine Sorgen?“

drei von vier Befragten gehen davon aus, dass sie es sich nicht leisten könnten, weniger zu arbeiten. In den oberen Schichten könnte sich die Mehrheit eine Verringerung der Arbeitszeit zwar leisten, sie trauen sich die Pflegearbeit aber in erster Linie nicht zu.

3.3 Ohne finanzielle und soziale Absicherung kann die Pflegelücke nicht kompensiert werden

Schon heute sorgen sich gerade Ältere, ob sie im Pflegefall die Unterstützung bekommen würden, die sie bräuchten. Rund zwei von fünf der 50- bis 70-Jährigen fürchten, im Falle einer Pflegebedürftigkeit nicht ausreichend versorgt zu sein (siehe Abbildung 3.15). Ein weiteres Fünftel ist sich über eine ausreichende künftige Versorgung nicht sicher. Personen, die aktuell im Familien- und Freundeskreis miterleben, was Pflegebedürftige mitunter erwartet, sind etwas überdurchschnittlich stark besorgt. Nur 34 Prozent der 50- bis 70-Jährigen, die aktuell pflegebedürftige Nahestehende haben, machen sich keine Sorgen, im Vergleich zu 45 Prozent der Personen, die keine Betroffenen kennen.

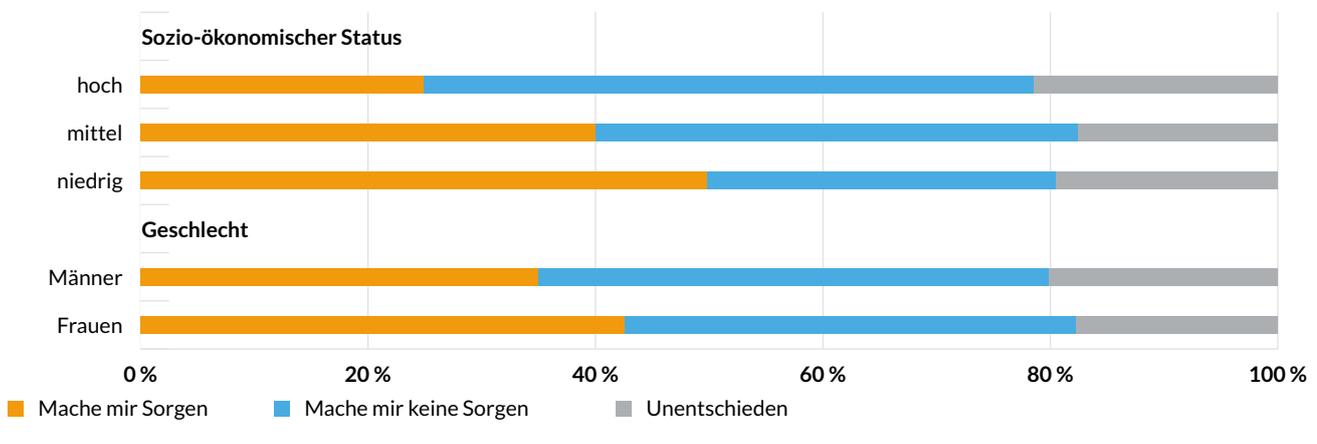
Für die unteren Schichten ist die Pflegelücke besonders groß

Vor allem in den unteren Schichten befürchten viele, nämlich etwa die Hälfte, der 50- bis 70-Jährigen, nicht ausreichend für den Pflegefall vorgesorgt zu haben (siehe Abbildung 3.16). In den oberen Schichten ist der Anteil weniger als halb so groß. Hier haben die Sorgen allerdings andere Gründe: Während die unteren und mittleren Schichten meist nicht wissen, wie sie ihr Leben nach einem Schicksalsschlag finanzieren sollen, weil ihnen Rücklagen und Versicherungen fehlen, beschäftigen die Angehörigen der oberen sozialen Schichten vor allem, ob die Pflegeinfrastruktur vor Ort ihren Bedürfnissen entspricht und ob sie einen passenden Pflegedienst finden.⁸³

Es sind gleich mehrere Faktoren, die das Risiko von Menschen mit niedrigem sozio-ökonomischen Status vergrößern, im Pflegefall nur unzureichend versorgt zu sein. Sie arbeiten häufiger in körperlich belastenden Jobs und haben nicht die gleichen Möglichkeiten wie Menschen mit hohem sozio-ökonomischen Status, ihre Ge-

83 Die Ergebnisse zur Sorge der 50- bis 70-Jährigen um die Folge eines Pflegefalls nach sozio-ökonomischem Status beruhen auf kleinen Fallzahlen zwischen 39 und 86 Fällen und sind daher unter Vorbehalt zu interpretieren.

ABBILDUNG 3.16 Wer sich Sorgen um die Versorgung im Pflegefall macht



Anteil an den 50- bis 70-Jährigen, nach sozio-ökonomischem Status, in Prozent (n = 593)

| BertelsmannStiftung

Frage: „Machen Sie sich Sorgen, dass Sie im Alter nicht ausreichend versorgt sind, falls Sie einmal pflegebedürftig werden sollten, oder machen Sie sich darüber keine Sorgen?“

sundheit vorbeugend zu schützen. Ihr Risiko ist damit höher, einmal pflegebedürftig zu werden, und das auch schon früher im Leben. Sie haben häufig keine Rücklagen, um ihr Zuhause vorausschauend für absehbare Einschränkungen im Alter einzurichten. Sie wohnen zudem überdurchschnittlich oft zur Miete. Viele werden nicht im eigenen Zuhause und in der gewohnten Umgebung alt werden können, sondern irgendwann zum Beispiel in ein Pflegeheim ziehen müssen.

Gerade in den unteren sozio-ökonomischen Schichten können längst nicht alle Menschen die fehlende Vorsorge dadurch kompensieren, dass Verwandte oder Freund:innen sie im Pflegefall auffangen. Sie zweifeln überdurchschnittlich häufig an der Belastbarkeit ihrer sozialen Netze und daran, dass sie sich auf Hilfe von Angehörigen verlassen können. Offenbar zu Recht: Frühere Untersuchungen haben gezeigt, dass Menschen mit einem niedrigen sozialen Status über vergleichsweise schwache soziale Netzwerke verfügen.⁸⁴ Sie haben weniger soziale Kontakte als die Menschen in den oberen Schichten und auch ihre Angehörigen können häufig wenig Unterstützung leisten – zum Beispiel, weil der oder die Partner:in auch prekär beschäftigt ist.

⁸⁴ Böhnke, P. & Link, S. (2017). Poverty and the dynamics of social networks: an analysis of German panel data. *European Sociological Review*, 33(4), S. 615–632.

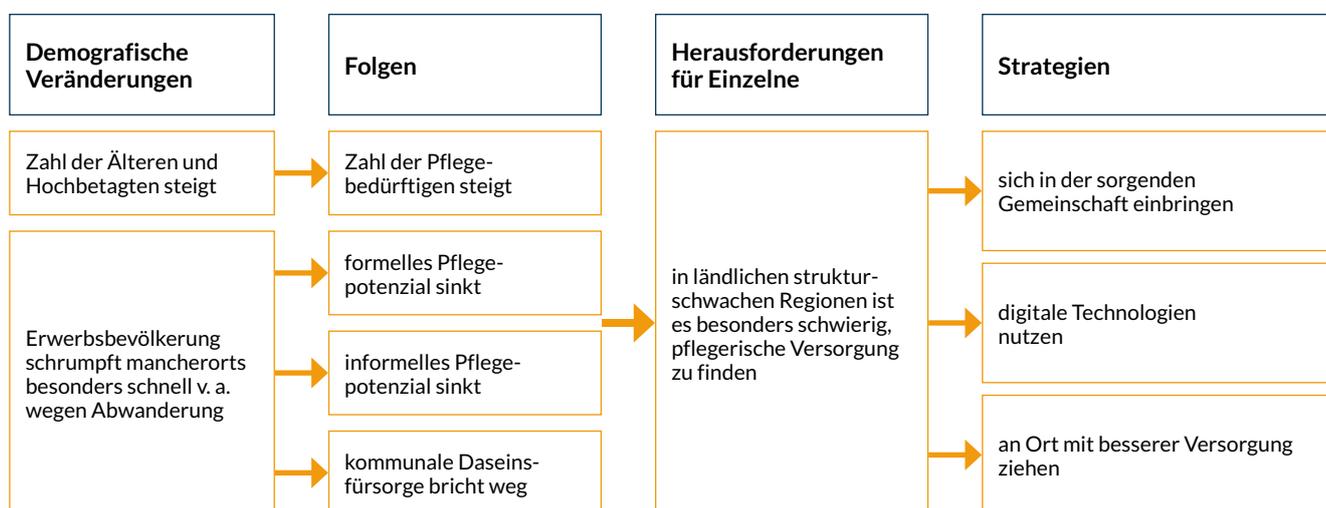
Frauen bauen seltener auf informelle Unterstützung

Auch Frauen sind besonders häufig besorgt um die eigene Versorgung im Pflegefall (siehe Abbildung 3.16). Viele von ihnen sorgen sich um Einsamkeit im Alter und fürchten, dass ihre Angehörigen sie im Pflegefall nicht unterstützen können. Sie setzen vor allem seltener als Männer auf die Versorgung durch den Partner beziehungsweise sind sie sich seltener sicher, dass sie auch noch im Alter auf ihre Partner zählen können.

Frauen sind darüber hinaus deutlich häufiger als Männer dazu bereit, ihre Arbeitszeit zu reduzieren, um Angehörige zu pflegen. Deutschlandweit wird die Zahl der Pflegebedürftigen in den kommenden Jahren aller Voraussicht nach rasant zunehmen. Diese Entwicklung dürfte vor allem zulasten der weiblichen Bevölkerung gehen. Wer aufgrund von Sorgearbeit weniger Zeit für Erwerbsarbeit hat, dem bleiben auch weniger Mittel, um für die eigene Versorgung im Alter vorzusorgen. Die noch immer großen Ungleichheiten in der Aufteilung von Erwerbs- und Sorgearbeit zwischen Männern und Frauen können sich auf diese Weise verstärken, und vielen Frauen droht im Alter die Abhängigkeit von ihren Partnern.

4 Lokale Versorgungslage

Auf einen Blick:



Deutschlands Regionen befinden sich auf unterschiedlichen demografischen Entwicklungspfaden. Vor allem in strukturschwachen Regionen schreitet die Alterung rasant voran. Mancherorts in Rheinland-Pfalz, Thüringen oder Sachsen ist bereits jede:r Dritte über 64 Jahre alt.⁸⁵ Von dort wandern viele Jüngere in die Großstädte und Wirtschaftsstandorte ab, wo sie bessere Bedingungen für Ausbildung und Jobs vorfinden. Zurück bleiben vor allem die Älteren. Abwanderung und Sterbeüberschüsse sorgen dafür, dass viele Regionen Einwohner:innen verlieren. Nach einer Prognose des Berlin-Instituts dürften 75 der 401 Landkreise und kreisfreien Städte bis zum Jahr 2035 voraussicht-

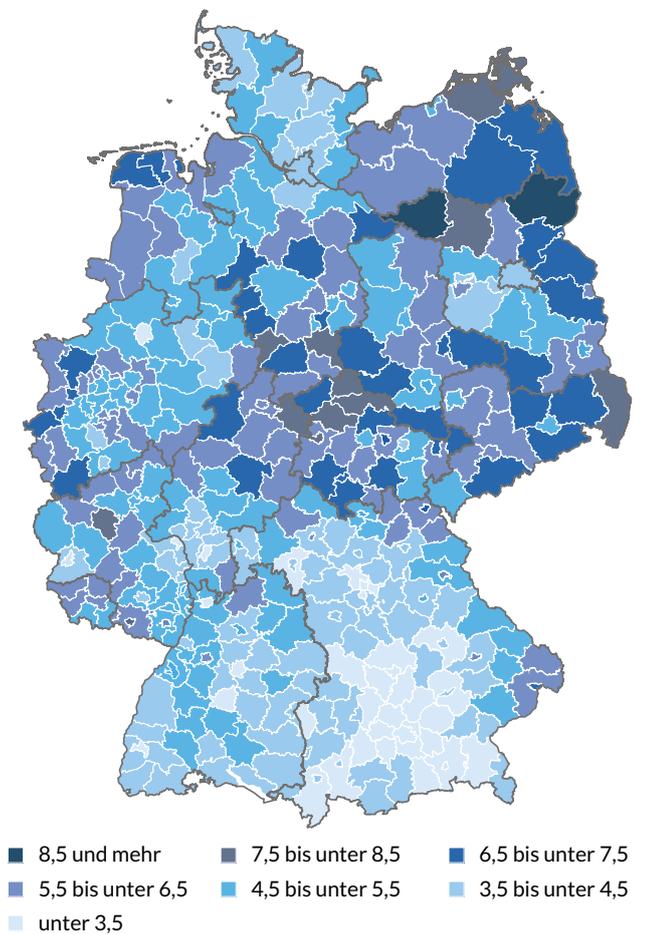
lich mehr als ein Zehntel ihrer Einwohnerschaft verlieren.⁸⁶ Sie liegen vor allem in Ostdeutschland. Aber auch weite Teile Südniedersachsens, Hessens, des Ruhrgebiets und des Saarlands schrumpfen.

Mit den Menschen schwindet in vielen ländlichen Regionen auch die Daseinsvorsorge vor Ort. Wenn die Zahl der Fahrgäste sinkt, verkehrt der Bus schließlich nur noch im Schülerverkehr. Wenn die Kunden ausbleiben, muss der Dorfladen irgendwann schließen. Das gleiche gilt für die Post- oder Sparkassenfiliale, für Gastronomie und andere Freizeitangebote. Gerade ältere Menschen, die nicht mehr so mobil sind, leiden darunter. Sie sind im

85 Statistische Ämter des Bundes und der Länder (2021). Durchschnittsalter der Bevölkerung – Stichtag 31.12. – regionale Tiefe: Gemeinden. Tabelle: 12411-07-01-5. bit.ly/3OVhIRN (04.08.22).

86 S. Fußnote 10.

ABBILDUNG 4.1 **Wo der Pflegebedarf am größten ist**



Anteil Pflegebedürftiger an der Gesamtbevölkerung, Kreise und kreisfreie Städte, in Prozent, 2019. Datengrundlage: Bundesinstitut für Bau-, Stadt- und Raumforschung 2020. | BertelsmannStiftung

In stark alternden Regionen ist die Pflegequote am höchsten. In einigen Kreisen Nordbrandenburgs, Nordthüringens und in der Pfalz benötigen mehr als sieben Prozent der Bevölkerung Pflege. In vielen Großstädten – aber auch in einigen ländlichen Regionen, wie im Süden Bayerns – ist hingegen der Anteil der Pflegebedürftigen nur etwa halb so hoch.

Alltag auf gut erreichbare Angebote angewiesen, um ein selbstbestimmtes Leben zu führen.⁸⁷

87 Sixtus, F., Slupina, M., Sütterlin, S., Amberger, J. & Klingholz, R. (2019). Teilhabeatlas Deutschland. Ungleichwertige Lebensverhältnisse und wie die Menschen sie wahrnehmen. Berlin: Berlin-Institut für Bevölkerung und Entwicklung; Wüstenrot Stiftung.

Wo der Anteil an Senior:innen an der Bevölkerung hoch ist, leben relativ gesehen auch die meisten Pflegebedürftigen (siehe Abbildung 4.1). Entsprechend zeigt eine Studie der Bertelsmann-Stiftung, dass gerade in peripheren Regionen die Nachfrage nach Gesundheits- und Pflegeleistungen hoch ist und auch künftig weiter stark wachsen wird.⁸⁸ Die Landkreise Prignitz und Uckermark im Norden Brandenburgs etwa zählen zu den ältesten Regionen Deutschlands, fast jede:r Zehnte ist hier pflegebedürftig. Damit liegt die Pflegequote – der Anteil der Pflegebedürftigen an der Bevölkerung – doppelt so hoch wie im nationalen Durchschnitt. Nirgendwo sonst ist ein so großer Teil der Bevölkerung auf Unterstützung angewiesen.⁸⁹ Und der Anteil der Älteren steigt weiter: Bis 2035 werden in Prignitz und Uckermark voraussichtlich vierzig Prozent der Bevölkerung über 65 Jahre alt sein.⁹⁰

Insbesondere in Regionen, in denen der demografische Wandel bereits fortgeschritten ist, bleibt das Angebot an Pflegeleistungen oft weit hinter den Bedarfen der Bevölkerung zurück. Viele junge Menschen ziehen weg und so fehlt der Nachwuchs an medizinischen und pflegerischen Fachkräften.⁹¹ Gerade auf dem Land haben viele private und soziale Pflegedienste nicht genügend Personal, um weitere Klient:innen aufzunehmen. Die weiten Wege im ländlichen Raum tragen ihren Teil dazu bei. Hausbesuche nehmen mitunter viel Zeit in Anspruch, sodass ambulante Pflegedienste nur wenige Personen am Tag versorgen können.⁹² Pflegebedürftige, die leer ausgehen, sind darauf angewiesen, dass Angehörige sie versorgen. Manchen bleibt nichts anderes übrig, als schon früh in ein Pflegeheim zu ziehen.

88 Rothgang, H., Müller, R. & Unger, R. (2012). Themenreport "Pflege 2030". Was ist zu erwarten – was ist zu tun? Gütersloh: Bertelsmann Stiftung.

89 Bundesinstitut für Bau-, Stadt- und Raumforschung (2020). INKAR: Pflegebedürftige. www.inkar.de (18.08.22).

90 S. Fußnote 10.

91 Ried, W. (2016). Gesundheitsversorgung im ländlichen Raum: Ziele und Indikatoren. In M. Herbst, F. Dünkler & B. Stahl (Hrsg.), Daseinsvorsorge und Gemeinwesen im ländlichen Raum, S. 1–23. Wiesbaden: Springer.

92 Thünen-Institut für Ländliche Entwicklung (2018). Erreichbarkeit von ambulanten Pflegediensten. bit.ly/3Svz7U2 (09.08.22).

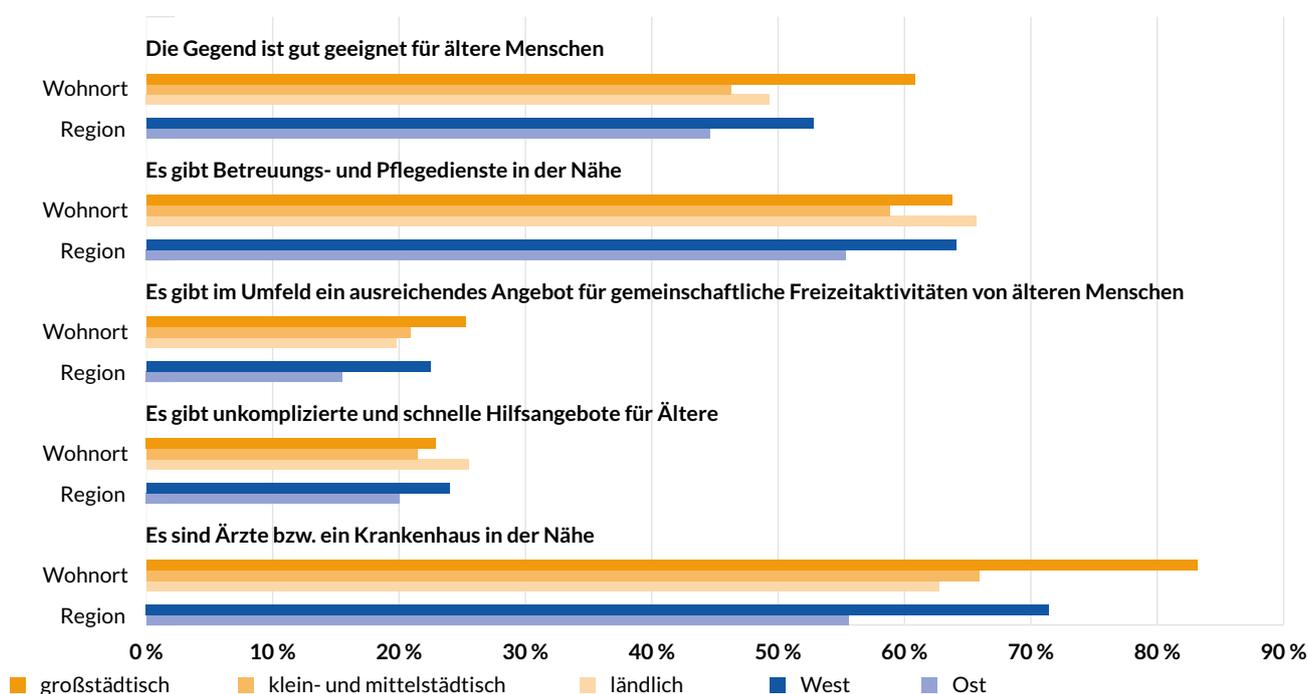
Viele Kommunen bieten zwar Leistungen der Altenhilfe an – darunter Fahrdienste, Mahlzeitdienste wie „Essen auf Rädern“ oder Hausnotrufe. Mancherorts erhalten auch pflegende Angehörige Beratung oder psychologische Unterstützung. Insgesamt haben die Kommunen aber nur begrenzten rechtlichen und finanziellen Handlungsspielraum, wenn es darum geht, die Herausforderungen in der Pflege zu lösen.⁹³ Vor allem schrumpfenden und strukturschwachen Gemeinden fehlt angesichts geringer Steuereinnahmen und knapper Kassen häufig das Geld, solche Dienste anzubieten. Leidtragende sind die Pflegebedürftigen und ihre Angehörigen.

93 Brettschneider, A. (2020). Die Rolle der Kommunen: Ziele, Handlungsfelder und Gestaltungsmöglichkeiten kommunaler Pflegepolitik. In K. Jacobs, A. Kuhlmeier, S. Greß, J. Klauber & A. Schwinger (Hrsg.), Pflege-Report 2019: Mehr Personal in der Langzeitpflege – aber woher?, S. 219–239. Berlin, Heidelberg: Springer.

4.1 Die Zufriedenheit mit der Pflegeversorgung hängt auch vom Wohnort ab

Unsere Umfrage zeigt, dass nur etwas mehr als die Hälfte der 50- bis 70-Jährigen denkt, dass ihr Wohnort für Ältere gut geeignet sei. Dabei bewerten sie teilweise abhängig von der Region, in der sie leben, die Versorgungslage am Wohnort unterschiedlich. So äußern sich etwa 50- bis 70-Jährige in Westdeutschland positiver über die Lebensqualität für ältere Menschen als in Ostdeutschland (siehe Abbildung 4.2). Auch sagt ein deutlich höherer Anteil dieser Altersgruppe im Westen, dass in ihrer Nähe Ärzt:innen, Betreuungs- und Pflegedienste, Hilfsangebote für Ältere oder gemeinschaftliche Aktivitäten für Ältere erreichbar sind. In Ostdeutschland beklagt ein größerer Anteil der 50- bis 70-Jährigen Versorgungslücken und die Befragten befürchten eher, dass diese sich langfristig noch verschärfen (siehe Abbildung 4.3).

ABBILDUNG 4.2 Wie Menschen ihr Wohnumfeld bewerten

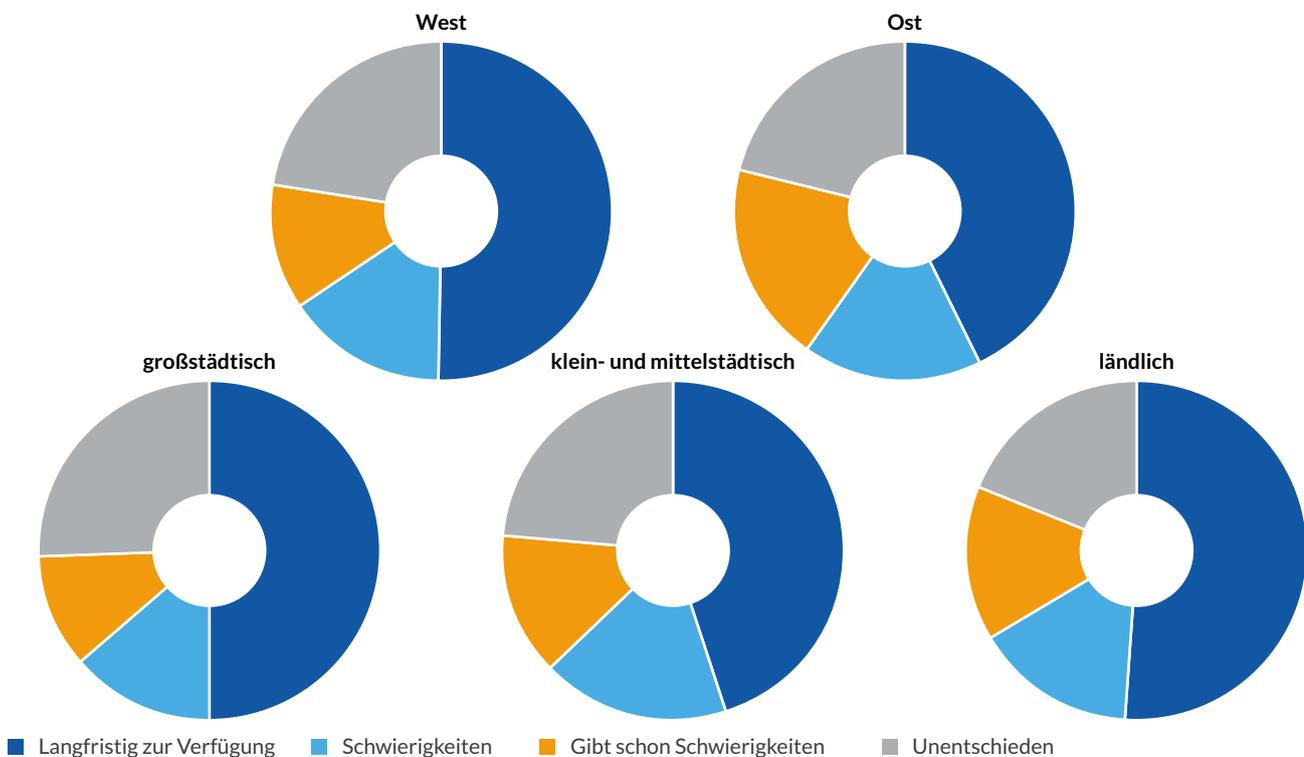


Anteil an den 50- bis 70-Jährigen, nach Wohnort und Region, in Prozent (n = 593)

| BertelsmannStiftung

Frage: „Hier auf dieser Liste haben wir einmal aufgeschrieben, was man unter einer altersgerechten Wohnsituation verstehen kann. Was davon trifft auf Ihre jetzige Wohnsituation zu?“

ABBILDUNG 4.3 Wie die Menschen die Pflegeversorgung vor Ort heute und in Zukunft einschätzen



Anteil der 16- bis 70-Jährigen, nach Wohnort und Region, in Prozent (n = 1.234)

| BertelsmannStiftung

Frage: „Wenn Sie jetzt einmal daran denken, welche Unterstützungsmöglichkeiten für Ältere und Pflegebedürftige in Ihrer Region zur Verfügung stehen, also z. B. Pflegedienste, Ärzte, Pflegeheime usw.: Glauben Sie, dass diese Unterstützungsmöglichkeiten in Ihrer Region auch langfristig zur Verfügung stehen, oder wird es in Ihrer Region langfristig bei den Unterstützungsmöglichkeiten für Ältere und Pflegebedürftige zu Schwierigkeiten kommen?“

In Stadt und Land nehmen die 50- bis 70-Jährigen die Pflegesituation vor Ort recht ähnlich wahr. Daher lässt sich nicht pauschal sagen, die Landbevölkerung hätte mit einer viel schlechteren Versorgungslage zu kämpfen – zumindest nach eigenem Empfinden. Zwar bewerten 50- bis 70-Jährige aus ländlichen Räumen sowie aus Klein- und Mittelstädten die Altersfreundlichkeit ihrer Wohnorte negativer als Menschen aus den Großstädten. Aber in der Wahrnehmung der Versorgungssituation mit Pflege- und Betreuungsdiensten oder der Verfügbarkeit von schnellen und unkomplizierten Hilfsangeboten für Ältere gibt es kaum Unterschiede je nach Wohnort. Am ehesten bewerten die 50- bis 70-jährigen Bewohner:innen von Klein- und Mittelstädten die Pflegeinfrastruktur negativ. Das zeigt sich auch in der Einschätzung der

Menschen dazu, ob Unterstützungsmöglichkeiten für Ältere und Pflegebedürftige langfristig zur Verfügung stehen werden.

4.2 Mögliche Strategien zur Sicherung der Pflegeversorgung auf dem Land – und wer sie nutzt

In einigen ländlichen Räumen steigt die Zahl der älteren Menschen besonders schnell. Gleichzeitig mangelt es hier bereits vielerorts an gut erreichbaren Angeboten der Daseinsvorsorge – und es fehlen viele Pflegekräfte. Menschen, die heute oder in Zukunft pflegebedürftig werden, laufen gemeinsam mit ihren Angehörigen Ge-

fahr, nicht die notwendige Unterstützung und Fürsorge zu bekommen. Wie können sie auf die mangelhafte Versorgungslage an ihren Wohnorten reagieren?

A) Sich in der sorgenden Gemeinschaft engagieren

Um Lücken in der Pflegeversorgung und bei der alltäglichen Unterstützung älterer Menschen zu schließen, können engagierte Bürger:innen „sorgende Gemeinschaften“ bilden. Dabei arbeiten sie in der Regel mit der Kommune zusammen. Viele Kommunen organisieren

bereits Angebote zur Altenhilfe und haben einen Überblick über den Pflegebedarf vor Ort. Mit im Boot sind häufig außerdem professionelle Pflegedienste und gemeinnützige Organisationen, zum Beispiel Sportvereine, Begegnungsstätten oder Kulturvereine.⁹⁴ Gemeinsam unterstützen diese Akteure ihre älteren Mitmenschen, die sozial isoliert leben und nur noch eingeschränkt mobil oder pflegebedürftig sind.

94 Klein, L. & Weigel, H.-G. (2014). Sorgende Gemeinschaften – Vom Leitbild zu Handlungsansätzen. ISS-Aktuell, 3.

Nachbarschaftshilfe: Modelle für gegenseitige Fürsorge auf dem Land

Die Initiative **Zeitpolster** verfolgt ein innovatives Modell der Nachbarschaftshilfe. Der Unternehmer Ger- not Jochum-Müller sah in seiner Heimat Vorarlberg im Westen Österreichs, dass sich viele Menschen fragten, wer sich im Alter um sie sorgen könnte. Daher gründete er eine Vernetzungsplattform, die für kostengünstige und lokale Hilfe vor Ort sorgt. Finden sich genug Interessierte in einer Gemeinde oder Region, gründen sie ein sogenanntes Zeitpolsterteam. Solange sie noch fit und aktiv sind, gehen die Mitglieder des Teams mit Senior:innen einkaufen, helfen Pflegebedürftigen im Haushalt oder unterstützen Eltern bei der Kinderbetreuung. Dafür erhalten sie eine Zeitgutschrift, die sie ansparen und einlösen, wenn sie selbst einmal Betreuung benötigen. Wer also heute seinen Nachbar:innen hilft, kann als Gegenleistung darauf bauen, im Alter selbst Unterstützung zu erhalten. Aus den Einnahmen für Betreuung werden auch Beiträge in ein Notfallkonto gelegt, damit sicher ist, dass Teilnehmende das eigens erarbeitete Zeitbudget auch dann später für Betreuungsleistungen verwenden können, falls zu wenige Freiwillige zur Verfügung stehen sollten. Das Sozialunternehmen ist seit den Anfängen im Jahr 2018 schnell gewachsen. 2022 gab es über 600 Helfer:innen und über 450 betreute Personen in

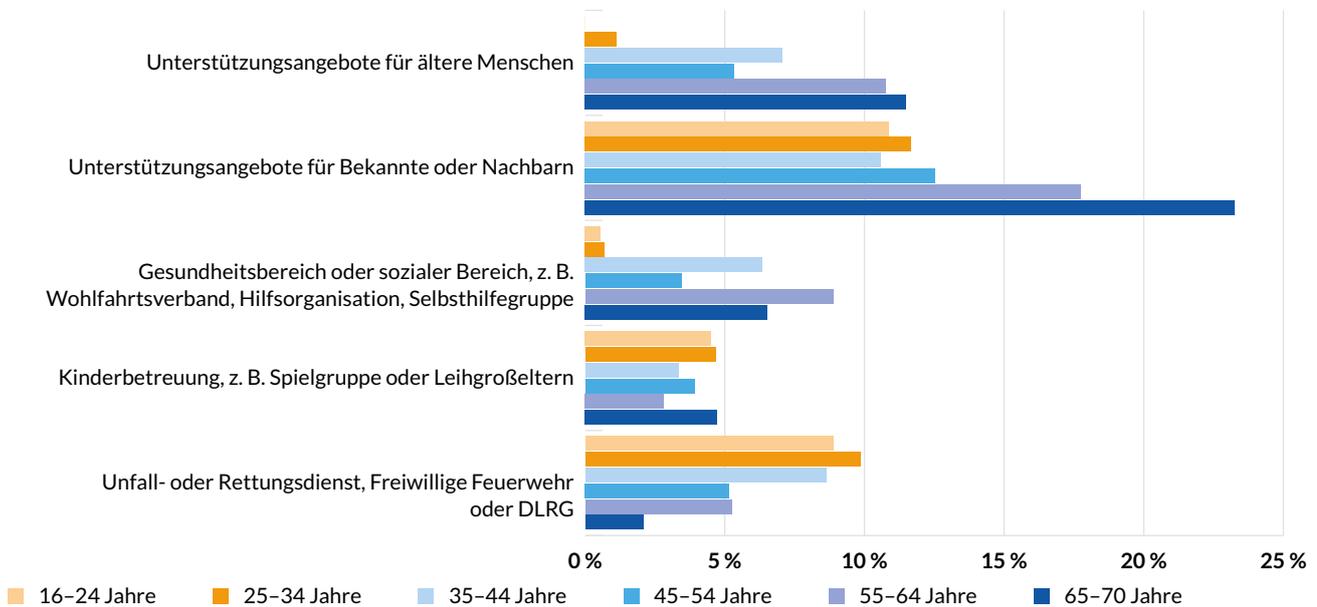
Gemeinden in ganz Österreich. Auch in Deutschland sollen bald die ersten Zeitpolstergruppen entstehen.

Wenn Engagierte auf dem Land Projekte der Nachbarschaftshilfe ins Leben rufen wollen, müssen sie das Rad nicht neu erfinden. Sie können sich Hilfe von erfahrenen Ehrenamtlichen suchen, allen voran beim **Netzwerk Nachbarschaft**. Seit 2004 haben sich über 4.000 Nachbarschaftsprojekte in ganz Deutschland im Netzwerk unter der Schirmherrschaft des Familienministeriums zusammengefunden. Dort haben sie eine Plattform für den gegenseitigen Wissensaustausch gegründet. Neue Projekte können sich bei Fragen in den Ratgebern und Checklisten auf der Website des Netzwerks Nachbarschaft schlau machen und von den Erfahrungsberichten der Nachbarschaftsinitiativen lernen. Um Leuchtturmprojekte zu würdigen, veranstaltet Netzwerk Nachbarschaft bundesweite Wettbewerbe und verleiht zusammen mit zwei AOK-Verbänden jährlich den Förderpreis „Gesunde Nachbarschaften“. Besonderen Wert legt das Netzwerk auf Projekte, die alte und junge Menschen zusammenbringen und das Wohnumfeld für alle attraktiver gestalten, etwa in von Dorfbewohner:innen organisierten Dorfläden, Begrünungsprojekten oder im Nachbarschaftssport.

www.zeitpolster.com

www.netzwerk-nachbarschaft.net

ABBILDUNG 4.4 **Wie sich Menschen sozial engagieren**



Anteil an den 16- bis 70-Jährigen, nach Altersgruppe, in Prozent (n = 1.234)

| BertelsmannStiftung

Frage: „Es gibt ja verschiedene Möglichkeiten, sich außerhalb von Beruf und Familie irgendwo zu engagieren, z. B. in einem Verein, einer Initiative, einem Projekt oder einer Selbsthilfegruppe. Hier auf diesen Karten sind einmal einige Bereiche aufgeschrieben. Sind darunter welche, in denen Sie sich engagieren, Sie also freiwillig mitarbeiten oder mithelfen, ohne dafür bezahlt zu werden bzw. nur gegen eine geringe Aufwandsentschädigung?“

Als ein dynamisches Netzwerk organisiert die sorgende Gemeinschaft Angebote und Aktivitäten, die die professionelle und familiäre Pflege ergänzen. Nachbarschaftsfeste können den sozialen Austausch im Dorf oder Stadtteil fördern. Mitfahrgelegenheiten oder Fahrdienste können Personen, die nicht mehr selbst mobil sind, zum Arzt oder zum Supermarkt bringen. Auch Ältere selbst können sich einbringen und der Gemeinschaft etwas zurückgeben – etwa als Leihgroßeltern. Sorgende Gemeinschaften können helfen, Lücken in der Daseinsvorsorge zu schließen. Dadurch können Menschen möglichst lange selbstständig zu Hause wohnen bleiben und soziale Kontakte aufrechterhalten.

Gerade auch Personen, die erst kürzlich das Rentenalter erreicht haben oder kurz davorstehen, können sich in einer sorgenden Gemeinschaft engagieren. Sie haben in der Regel vergleichsweise viel Freizeit, sind meistens

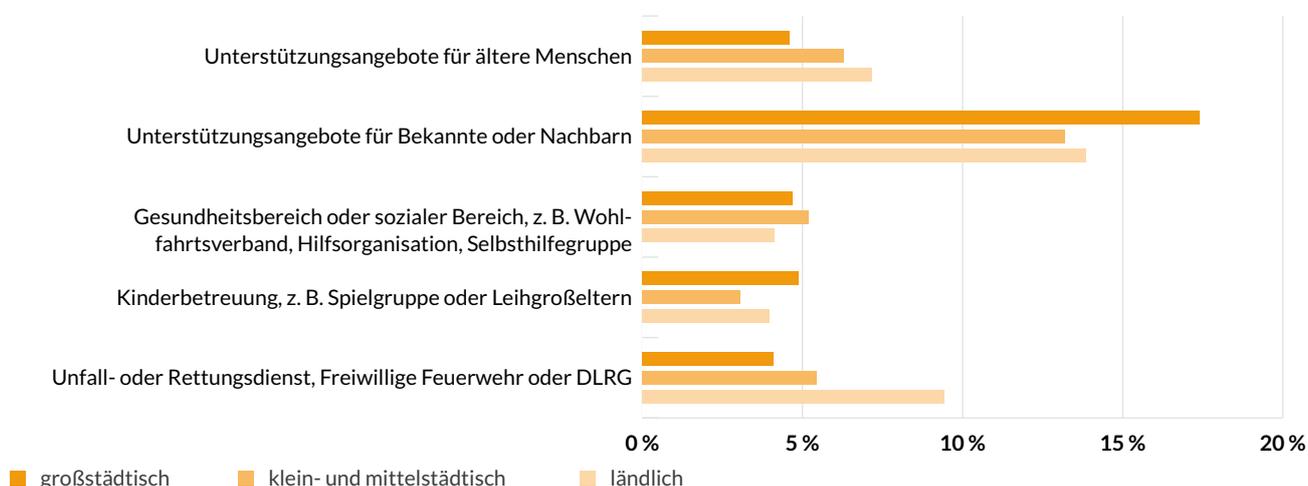
noch gesund und mobil.⁹⁵ Ein solches Netzwerk bietet ihnen vielfältige soziale Kontakte. Das Engagement kann den Menschen dabei helfen, länger fit zu bleiben (siehe Kapitel 3). Zudem verbessern tatkräftige Senior:innen nicht nur die Teilhabechancen derjenigen, die aktuell auf Unterstützung angewiesen sind. Sie stärken damit auch Angebote, die ihnen eines Tages selbst zu Gute kommen könnten.

Wie sich Menschen vor Ort engagieren

Menschen engagieren sich auf vielfältige Art und Weise, um Bedürftigen und Älteren am Wohnort unter die Arme zu greifen. Während Jüngere eher im Sport- oder Musikverein mitmachen, steigt der Anteil der Ehrenamtlichen im sozialen Bereich mit dem Alter stark an (siehe Ab-

95 S. Fußnote 44.

ABBILDUNG 4.5 **Wie sich Menschen sozial engagieren**

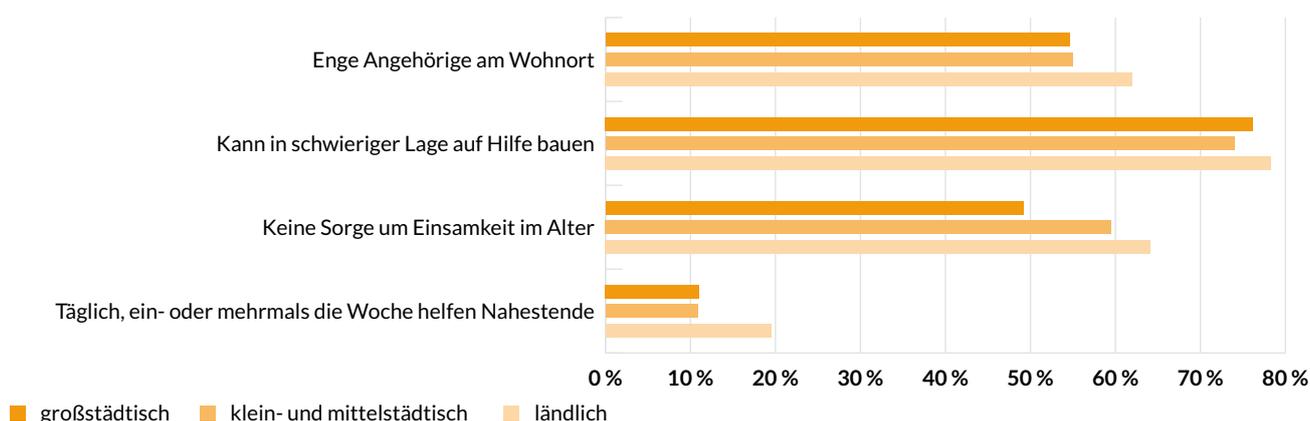


Anteil an den 16- bis 70-Jährigen, nach Wohnort, in Prozent (n = 1.234)

| BertelsmannStiftung

Frage: „Es gibt ja verschiedene Möglichkeiten, sich außerhalb von Beruf und Familie irgendwo zu engagieren, z. B. in einem Verein, einer Initiative, einem Projekt oder einer Selbsthilfegruppe. Hier auf diesen Karten sind einmal einige Bereiche aufgeschrieben. Sind darunter welche, in denen Sie sich engagieren, Sie also freiwillig mitarbeiten oder mithelfen, ohne dafür bezahlt zu werden bzw. nur gegen eine geringe Aufwandsentschädigung?“

ABBILDUNG 4.6 **Welche Unterstützung Ältere bekommen**



Anteil an den 50- bis 70-Jährigen, nach Wohnort, in Prozent (n = 593)

| BertelsmannStiftung

Fragen: „Leben enge Angehörige von Ihnen hier am Ort bzw. in der Nähe, oder leben die weiter entfernt?“; „Wenn Sie einmal in eine schwierige Lage geraten und auf Hilfe angewiesen sind, können Sie dann auf die Hilfe von Familienangehörigen bauen, oder sind Sie sich da nicht so sicher?“; „Machen Sie sich Sorgen darüber, dass Sie im Alter einsam sein könnten, oder machen Sie sich darüber keine Sorgen?“; „Und wie oft helfen Ihnen umgekehrt Verwandte, Bekannte, Nachbarn oder Freunde im Alltag? Würden Sie sagen ...“

bildung 4.4). Unter den 55- bis 70-Jährigen engagiert sich jede:r Fünfte in der Nachbarschaftshilfe und jede:r Zehnte unterstützt Hilfsangebote explizit für ältere Menschen.

Besonders viel Hilfe für Ältere auf dem Land

50- bis 70-Jährige finden im ländlichen Raum etwas bessere gemeinschaftliche Unterstützungsangebote vor, die ausdrücklich für Ältere sind, als in den Städten und sie scheinen hier zudem stärker sozial vernetzt zu sein (siehe Abbildung 4.5). Die Umfrage zeigt, dass die Engagementquote im Allgemeinen auf dem Land deutlich höher ist als in den Großstädten. In Hilfsangeboten für ältere Menschen engagieren sich rund sieben Prozent der Landbewohner:innen. In den Großstädten sind es dagegen unter fünf Prozent.

Gleichzeitig können Ältere im ländlichen Raum auf ein stärkeres soziales Netz zurückgreifen. Sie haben etwas häufiger enge Verwandte am Wohnort oder in der Nähe als ältere Großstädter:innen (siehe Abbildung 4.6). Ältere Landbewohner:innen geben entsprechend auch öfter an, dass ihnen Verwandte, Bekannte oder Nachbar:innen täglich oder ein- bis mehrmals die Woche unterstützend zur Seite stehen. Und auch in besonderen Krisensituationen baut im Vergleich zum großstädtischen Raum ein größerer Anteil von ihnen auf die Hilfe von Familienangehörigen. Die engeren sozialen Netze nehmen außerdem mehr Menschen auf dem Land die Ängste, im Alter zu vereinsamen. Zwar befürchtet auch im ländlichen Raum und in den Klein- und Mittelstädten gut jede:r Dritte zwischen 50 und 70 Jahren, später einmal einsam zu sein. Damit ist der Anteil jedoch deutlich geringer als in den Großstädten, wo etwa jede:r Zweite dieses Alters diese Sorge äußert.

Die unteren Schichten engagieren sich insgesamt seltener, aber dafür häufiger für ältere Menschen

Menschen mit niedrigem sozio-ökonomischen Status engagieren sich insgesamt nur etwas mehr als halb so oft ehrenamtlich wie Menschen mit einem hohen sozio-ökonomischen Status. Wenn sie sich engagieren, dann allerdings mehr als doppelt so häufig zum Wohle älte-

rer Menschen (siehe Abbildung 4.7). Sieben Prozent der unteren und mittleren Schichten engagieren sich in der Altenhilfe, in den oberen Schichten nur drei Prozent. In anderen Bereichen wie der Nachbarschaftshilfe oder der Kinderbetreuung sind Menschen mit niedrigem sozio-ökonomischen Status hingegen seltener vertreten.

Gefragt, warum sie sich nicht ehrenamtlich engagieren, geben Menschen mit niedrigem sozio-ökonomischen Status mehr als doppelt so häufig wie Menschen mit hohem sozio-ökonomischen Status fehlendes Interesse sowie fehlende Möglichkeiten als Grund an (siehe Abbildung 4.8). Untersuchungen des Deutschen Freiwilligen-survey bestätigen, dass sozio-ökonomische Faktoren einen starken Einfluss auf die Wahrscheinlichkeit haben, dass Menschen sich engagieren.⁹⁶ Die Autor:innen erklären das vor allem damit, dass Menschen mit niedrigem sozio-ökonomischen Status vor höheren Barrieren stehen, um in Vereinen und anderen Organisationen mitzumachen – etwa, weil sie sich Mitgliedskosten im Verein, Fahrtkosten und andere Ausgaben für manche Angebote nicht leisten können.

B) Technische Innovationen nutzen

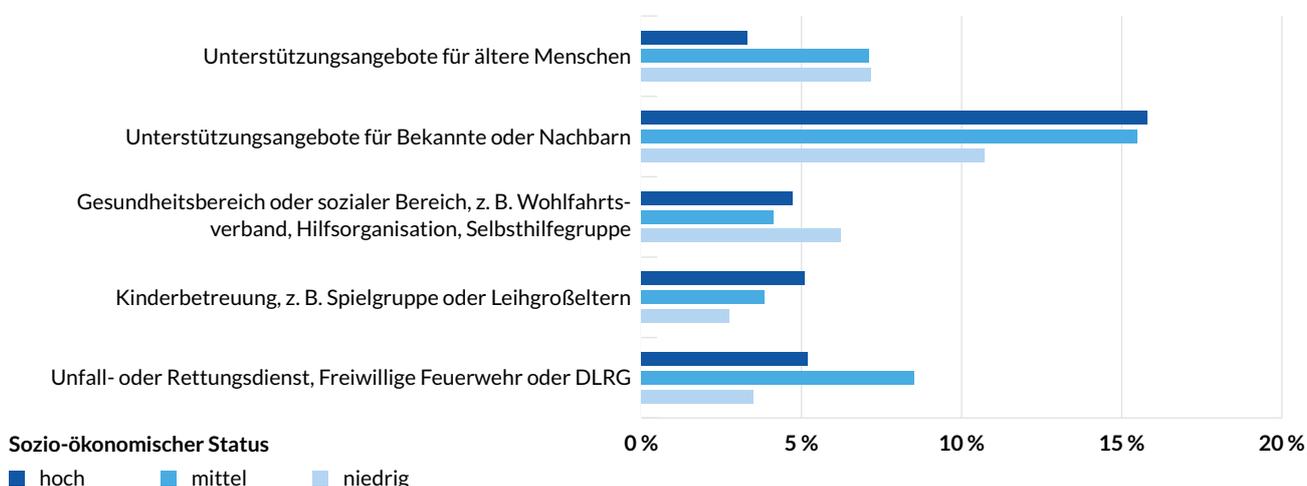
Digitale Technologien können nicht nur dazu beitragen, dass Senior:innen länger selbstbestimmt in den eigenen vier Wänden wohnen können. Sie helfen gerade auf dem Land auch dabei, dass sie länger ihrem Wohnort treu bleiben können. Denn digitale Anwendungen können die gesundheitliche und pflegerische Versorgung ergänzen und verbessern.

Besonderes Potenzial bieten etwa Telemedizin und E-Health. Über eine Videosprechstunde können Mediziner:innen Diagnosen aus der Ferne stellen. Wenn sich Senior:innen bequem online im heimischen Wohnzimmer behandeln lassen, erspart ihnen das den mitunter langen Weg in die nächste Arztpraxis.⁹⁷ Die Technolo-

96 Simonson, J. & Hameister, N. (2017). Sozioökonomischer Status und freiwilliges Engagement. In J. Simonson, C. Vogel & C. Tesch-Römer (Hrsg.), *Freiwilliges Engagement in Deutschland. Empirische Studien zum bürgerschaftlichen Engagement. Der Deutsche Freiwilligen-survey 2014*, S. 439–464. Wiesbaden: Springer.

97 Kulicke, F. (2021). Auswirkungen der Digitalisierung auf die Daseinsvorsorge im Gesundheitsbereich. In A. Spellerberg (Hrsg.), *Digitalisierung in ländlichen und verdichteten Räumen*, S. 125–134. Hannover: Akademie für Raumentwicklung in der Leibniz-Gemeinschaft.

ABBILDUNG 4.7 **Wie sich Menschen im sozialen Bereich engagieren**

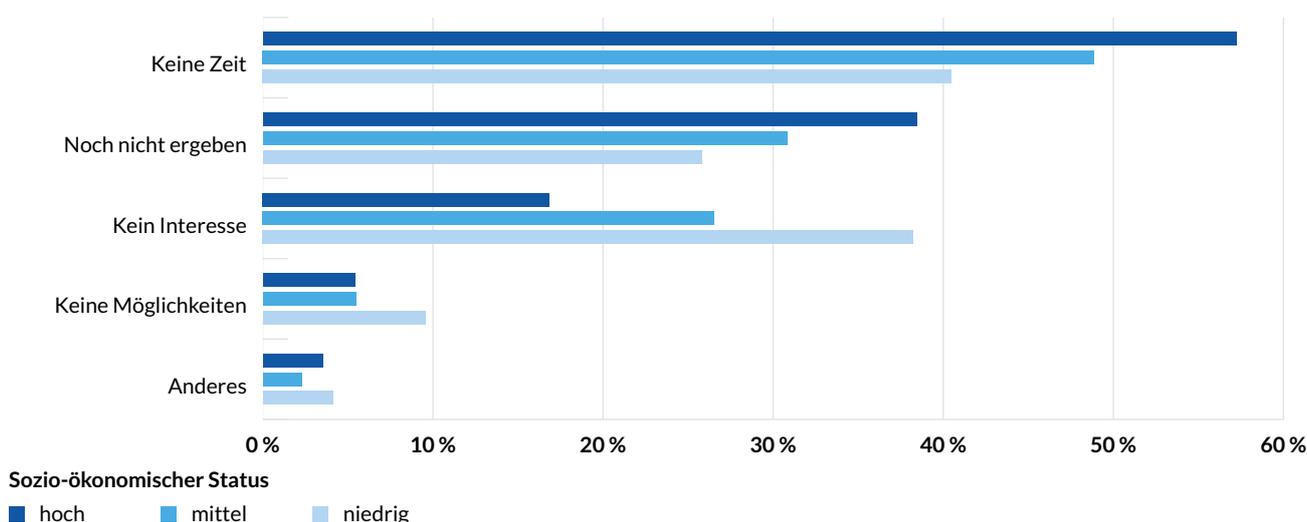


Anteil an den 16- bis 70-Jährigen, nach sozio-ökonomischem Status, in Prozent (n = 1.234)

| BertelsmannStiftung

Frage: „Es gibt ja verschiedene Möglichkeiten, sich außerhalb von Beruf und Familie irgendwo zu engagieren, z. B. in einem Verein, einer Initiative, einem Projekt oder einer Selbsthilfegruppe. Hier auf diesen Karten sind einmal einige Bereiche aufgeschrieben. Sind darunter welche, in denen Sie sich engagieren, Sie also freiwillig mitarbeiten oder mithelfen, ohne dafür bezahlt zu werden bzw. nur gegen eine geringe Aufwandsentschädigung?“

ABBILDUNG 4.8 **Warum sich Menschen nicht ehrenamtlich engagieren**



Anteil an den 16- bis 70-Jährigen, die nicht ehrenamtlich tätig sind, nach sozio-ökonomischem Status, in Prozent (n = 745)

| BertelsmannStiftung

Frage: „Darf ich fragen, warum Sie nicht ehrenamtlich tätig sind: Haben Sie dafür keine Zeit, gibt es keine Möglichkeiten, die Ihnen zusagen, haben Sie daran kein Interesse, hat sich das noch nicht ergeben, oder warum sonst?“

gien ersetzen nicht vollständig physische Besuche in der Praxis, können aber die Versorgungslücke in der Daseinsvorsorge mit Gesundheits- und Pflegediensten in einigen Regionen verkleinern. Studien zeigen: Wenn Senior:innen offen für neue technische Möglichkeiten sind und diese nutzen, können sie bis in ein höheres Alter selbstbestimmt in ihrer gewohnten Umgebung wohnen bleiben.⁹⁸ Schwierigkeiten in der Mobilität schränken sie dann weniger im Alltag ein und sie erhalten eher die medizinische Versorgung, die sie benötigen. Andere Untersuchungen zeigen, dass Telemedizin und -pflege zu einer schnelleren Genesung und besseren Behandlungsergebnissen führen können.⁹⁹

Wer technische Hilfsmittel nutzt oder nutzen würde

Die meisten Menschen zeigen sich für technische Hilfsmittel im Alter offen (siehe Abbildung 4.9). Jede:r Dritte zwischen 16 und 70 Jahren nutzt bereits Videotelefonate, um in Kontakt mit Familie und Freund:innen zu bleiben. Jede:r Achte setzt Haushaltsroboter ein, die staubsaugen oder den Rasen mähen. Die große Mehrheit der Bevölkerung könnte sich außerdem vorstellen, Hausnotrufsysteme, automatische Erinnerungen an die Medikamenteneinnahme oder Sensoren, die bei Auffälligkeiten Angehörige oder einen sozialen Dienst benachrichtigen, einzusetzen. Derartige Hilfsmittel werden aber für die meisten Menschen erst später im Leben notwendig, weil sie eher bei stärkeren körperlichen und kognitiven Einschränkungen eine Hilfe sind. Daher macht auch nur ein kleiner Teil der 16- bis 70-Jährigen in der Befragung bereits von ihnen Gebrauch.

Ältere bei einigen Technologien skeptisch

Gerade Ältere fühlen sich in der Handhabung digitaler Geräte oft überfordert.¹⁰⁰ Das erklärt womöglich, warum ein etwas kleinerer Anteil der Älteren offen für die elektronische Übermittlung medizinischer Daten an Ärzte, die Bedienung technischer Geräte per Sprachbefehl oder die Öffnung von Türen durch Fingerabdruck ist. Je jünger die Befragten sind, desto höher ihre Bereitschaft zur Nutzung dieser Hilfsmittel. Studien zeigen außerdem, dass Ältere eher Bedenken hinsichtlich der Sicherheit ihrer Daten haben, wenn sie moderne Technologien nutzen.¹⁰¹

Technische Angebote, die den direkten persönlichen Kontakt mit anderen Menschen ersetzen, sind unter Älteren ebenfalls weniger beliebt als bei den jüngeren Generationen. Dazu zählen Videosprechstunden mit der Ärztin oder dem Arzt anstelle eines Praxisbesuchs. Auch würde nur eine Minderheit Pflege- und Interaktionsrobotern eine Chance geben. Studien zeigen, dass die Zustimmung gegenüber Interaktionsrobotern über alle Altersgruppen – und gerade auch bei den Älteren – deutlich höher ist, wenn die Roboter bloß eine gelegentliche Ergänzung persönlicher Pflegeleistungen und nicht deren vollständigen Ersatz darstellen.¹⁰² Telemedizin oder Pflegerobotik sind in Deutschland bislang zudem kaum verbreitet, die meisten Menschen konnten daher noch keinerlei eigene Erfahrungen damit sammeln.¹⁰³ Auch dies erklärt womöglich zum Teil die verbreitete Skepsis ihnen gegenüber.

98 Peek, S. T. M., Wouters, E. J. M., van Hoof, J., Luijckx, K. G., Boeije, H. R. & Vrijhoef, H. J. M. (2014). Factors influencing acceptance of technology for aging in place: a systematic review. *International journal of medical informatics*, 83(4), S. 235–248.

99 Bohingamu Mudiyansele, S., Stevens, J., Watts, J. J., Toscano, J., Kotowicz, M. A., Steinfurt, C. L. et al. (2019). Personalised telehealth intervention for chronic disease management: a pilot randomised controlled trial. *Journal of telemedicine and telecare*, 25(6), S. 343–352.

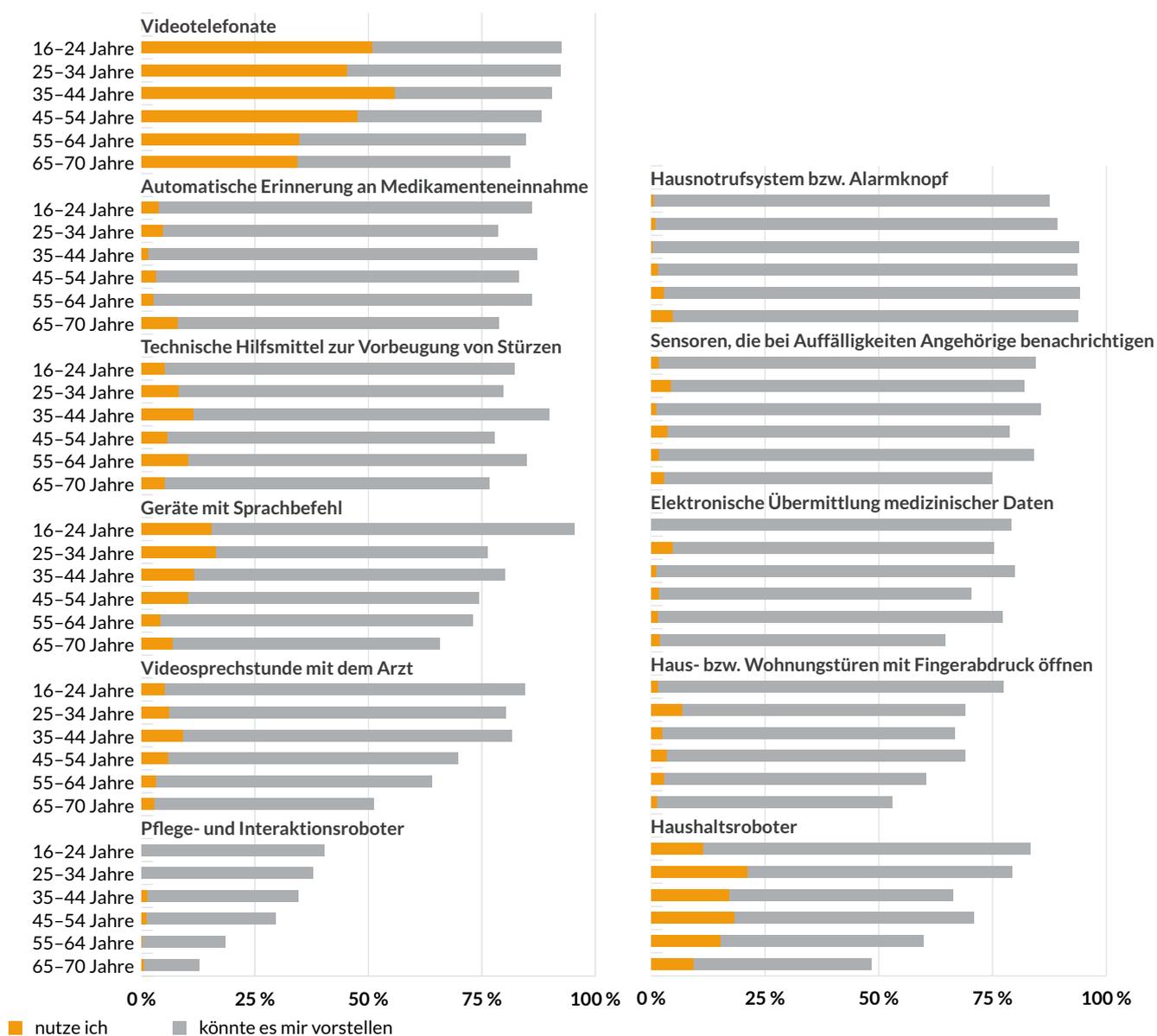
100 Seifert, A. (2022). Digitale Transformation in den Haushalten älterer Menschen. *Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie*, 55(4), S. 305–311.

101 S. Fußnote 100.

102 Naneva, S., Sarda Gou, M., Webb, T. L. & Prescott, T. J. (2020). A systematic review of attitudes, anxiety, acceptance, and trust towards social robots. *International Journal of Social Robotics*, 12(6), S. 1179–1201.

103 Hahnel, E., Braeseke, G., Rieckhoff, Sandra, Pörschmann-Schreiber, Ulrike, Engelmann, F., Kulas, H. & Musfeldt, M. (2020). Studie zu den Potenzialen der Telepflege in der pflegerischen Versorgung. Berlin: IGES Institut.

ABBILDUNG 4.9 Wer technische Hilfsmittel nutzt oder nutzen würde



Anteil an den 16- bis 70-Jährigen, nach Altersgruppe, in Prozent (n = 1.234).

| BertelsmannStiftung

Frage: „Hier auf den Karten stehen verschiedene Möglichkeiten, die das Leben und den Alltag im Alter angenehmer machen bzw. erleichtern könnten. Was davon nutzen Sie bereits, was davon nutzen Sie zwar nicht, könnten es sich aber vorstellen, wenn Sie im Alter auf Hilfe angewiesen sind, und was davon käme für Sie nicht in Frage?“ Hier dargestellte Antworten: „nutze ich“ oder „könnte es mir vorstellen“.

Untere Schichten weniger offen für technische Hilfsmittel

Menschen mit niedrigem sozio-ökonomischen Status nutzen seltener als Angehörige der höheren sozialen Schichten technische Hilfsmittel, die das Leben im Alter erleichtern können (siehe Abbildung 4.10). Vergleichsweise wenige von ihnen rufen Nahestehende per Videotelefonie an, lassen sich im Haushalt von Robotern helfen oder bedienen ihre Geräte per Sprachbefehl. Ähnlich sieht es mit Blick auf Videosprechstunden oder schlüssellose Türschlösser aus.

Die oberen Schichten nutzen viele technische Hilfsmittel nicht nur bereits häufiger. Diejenigen von ihnen, die sie bisher nicht nutzen, äußern sich in den meisten Fällen auch offener gegenüber deren zukünftiger Nutzung. Besonders ausgeprägt sind die schichtspezifischen Unterschiede etwa bei medizinischen Videosprechstunden oder der elektronischen Übermittlung von Gesundheitsdaten. Frühere Studien haben gezeigt, dass höher Gebildete und Besserverdienende über eine höhere Gesundheitskompetenz verfügen und daher eher bereit sind, moderne Gesundheitstechnologien zu benutzen.¹⁰⁴ Sie informieren sich eingehender darüber, welche Hilfsmittel ihre Gesundheit fördern können und sie sind eher bereit, diese auch auszuprobieren als Menschen mit niedrigem sozio-ökonomischen Status. Geräte wie Haushaltsroboter sind darüber hinaus häufig relativ teuer und die Krankenkassen übernehmen nur das Nötigste. Gerade in den unteren Schichten können sich viele diese technischen Helfer nicht leisten.¹⁰⁵

104 Sawert, T. & Tuppatt, J. (2020). Social inequality in the digital transformation: Risks and potentials of mobile health technologies for social inequalities in health. SOEPpapers on Multidisciplinary Panel Data Research. (1079).

105 Choi, N. G. & Dinitto, D. M. (2013). The digital divide among low-income homebound older adults: Internet use patterns, eHealth literacy, and attitudes toward computer/Internet use. *Journal of medical Internet research*, 15(5), e93.

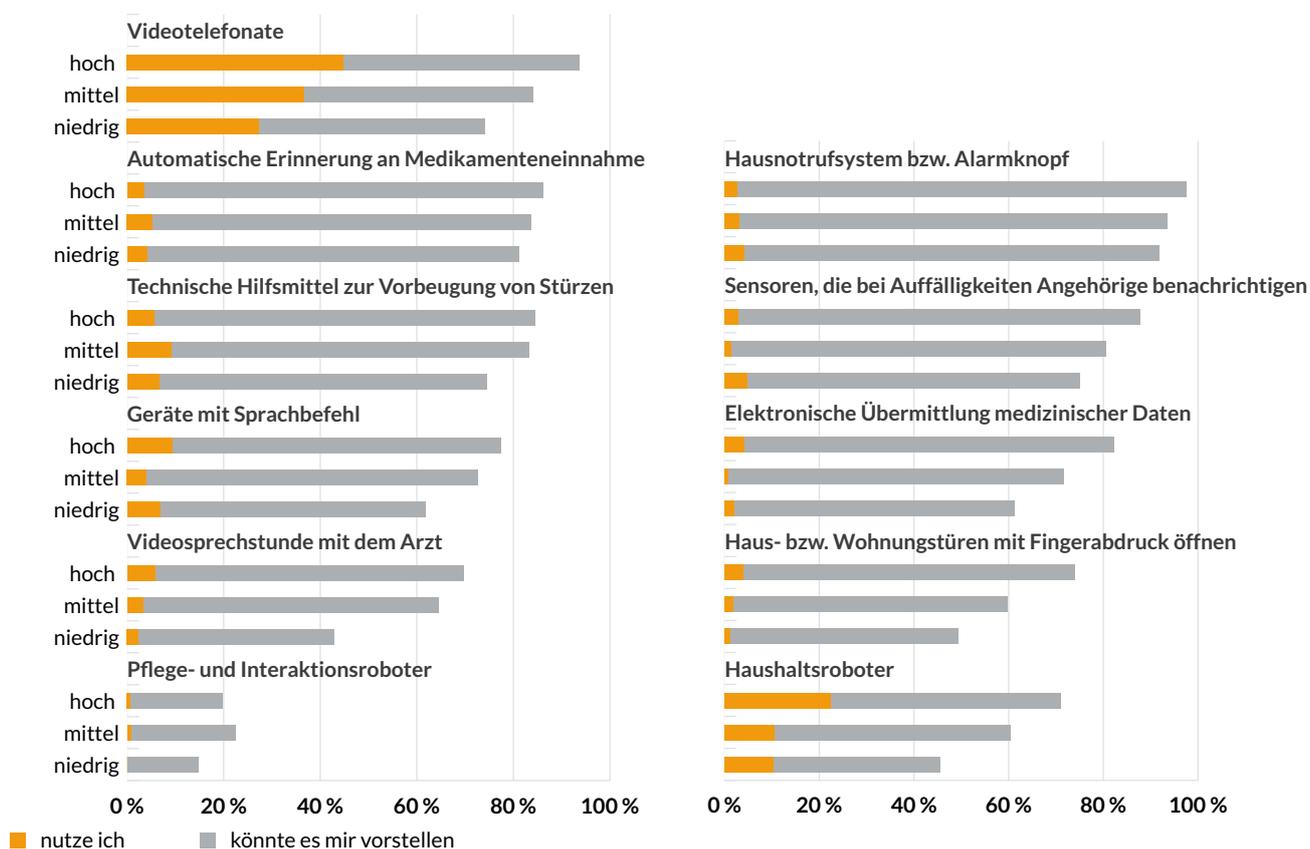
Gesundheitskioske in Thüringen: niedrigschwellige Unterstützung für Pflege und Gesundheit auf dem Land

Seit November 2022 haben Bewohner:innen des kleinen Dorfs Urleben und seiner Nachbargemeinden in Nordthüringen eine neue Anlaufstelle für Anliegen rund um Gesundheit und Pflege: den Gesundheitskiosk. Er ist der erste seiner Art in Ostdeutschland und überhaupt in einer ländlichen Region. Der Verein Landengel e. V., die Stiftung Landleben und die Internationale Bauausstellung Thüringen GmbH haben sich dafür zusammengetan und einen kleinen modernen Holzbau mitten im Dorf platziert. Darin arbeiten medizinisch-pflegerische Fachkräfte, sogenannte Gemeindegewestern, an mehreren Tagen pro Woche. Sie beraten Patient:innen zu Fragen der Gesundheit und Pflege und verweisen gegebenenfalls auf Spezialist:innen in der Region. Seit 2023 werden im Gesundheitskiosk auch telemedizinische Untersuchungen mit kooperierenden Arztpraxen und Apotheken aus der Umgebung angeboten. Insbesondere ältere Dorfbewohner:innen, die oft keine schnelle Internetverbindung zu Hause haben oder sich von der Technik überfordert fühlen, können von den niedrigschwelligeren Videosprechstunden profitieren. Anstatt mit dem Bus in die nächste Stadt fahren zu müssen, können sie dann einfach zum Gesundheitskiosk im Dorf gehen. Auch Interessierte aus den Nachbardörfern haben einen viel kürzeren Weg für den Arzttermin, dafür liegt der Kiosk gut erreichbar und ist auch als Bushaltestelle ausgewiesen. Inzwischen nahm schon ein zweiter Gesundheitskiosk im Dorf Kirchheilingen den Betrieb auf, zwei weitere werden in den Gemeinden Blankenburg und Bruchstedt aufgebaut. Finanziert wird das Projekt bisher aus Eigenmitteln der Stiftung Landleben sowie über ein Förderprogramm des Freistaates Thüringen. Für die zukünftige Trägerschaft hat die Stiftung Landleben zusammen mit dem Unternehmen OptiMedis AG die Gesellschaft Gesundes Landleben neu gegründet. Das Modell der Gesundheitskioske soll bald auch bundesweit vorangetrieben werden: Der Gesundheitsminister plant, langfristig 1.000 Gesundheitskioske in ganz Deutschland aufzubauen.

www.iba-thueringen.de/projekte/region-seltenrain-gesundheitskioske

ABBILDUNG 4.10 Wer technische Hilfsmittel nutzt oder nutzen würde

Sozio-ökonomischer Status



Anteil an den 50- bis 70-Jährigen, nach sozio-ökonomischem Status, in Prozent (n = 563)

| BertelsmannStiftung

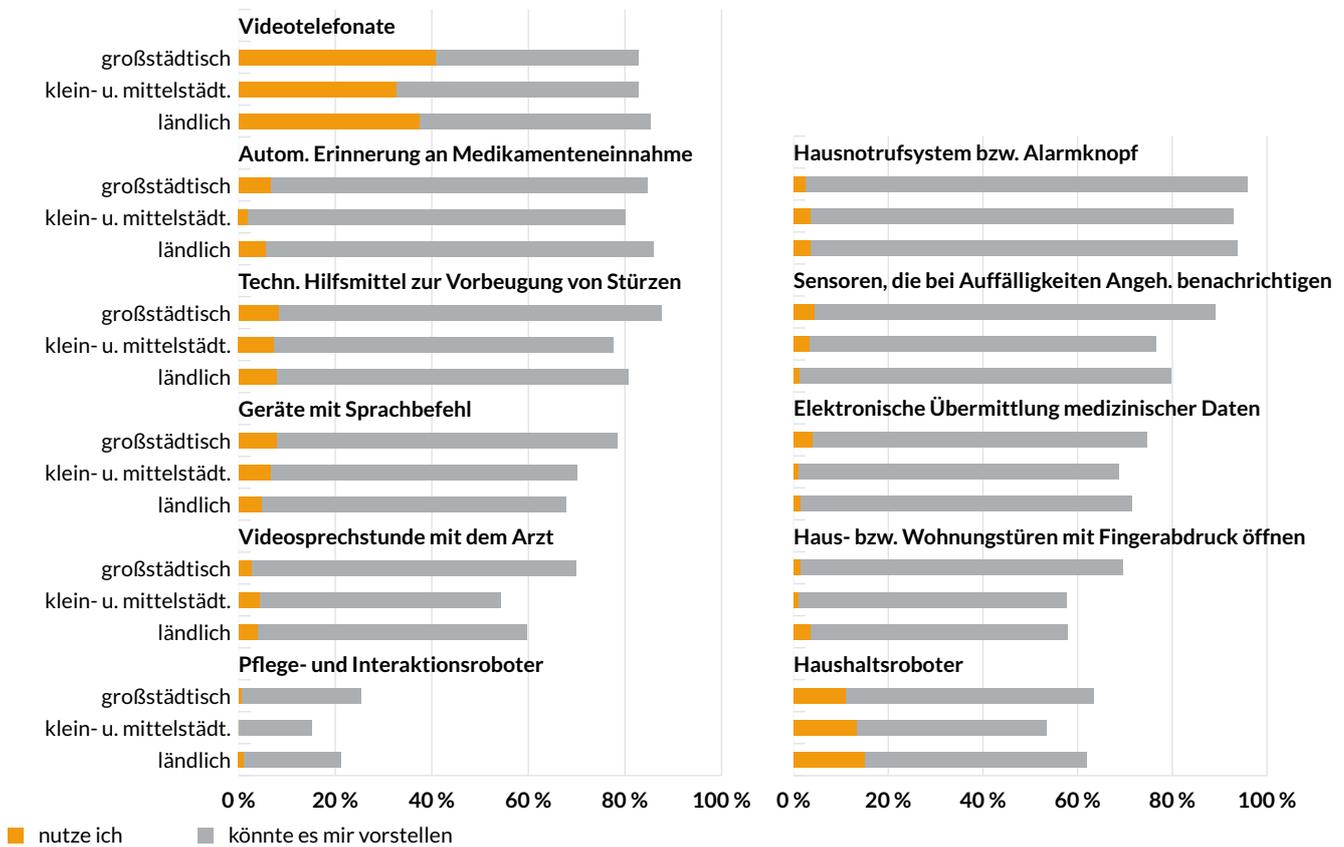
Frage: „Hier auf den Karten stehen verschiedene Möglichkeiten, die das Leben und den Alltag im Alter angenehmer machen bzw. erleichtern könnten. Was davon nutzen Sie bereits, was davon nutzen Sie zwar nicht, könnten es sich aber vorstellen, wenn Sie im Alter auf Hilfe angewiesen sind, und was davon käme für Sie nicht in Frage?“ Hier dargestellte Antworten: „nutze ich“ oder „könnte es mir vorstellen“.

Stadt- und Landbewohner:innen ähnlich offen für Gesundheitstechnologien

Bewohner:innen abgelegener Regionen mit einer schwierigen Versorgungslage könnten eigentlich besonders von technischen Hilfsmitteln wie der Videotechnologie profitieren. Die Umfrage deutet jedoch nicht darauf hin, dass sie den genannten technischen Hilfsmitteln besonders offen gegenüberstehen oder diese bereits überdurchschnittlich oft nutzen (siehe Abbildung 4.11). In den Großstädten nutzen 50- bis

70-Jährige die elektronische Übermittlung medizinischer Daten sogar häufiger als auf dem Land. Im ländlichen Raum hingegen sind selbst Personen, die unzufrieden mit der medizinisch-pflegerischen Versorgung sind, nicht nennenswert offener für E-Health und Telemedizin als Menschen, die mit der Lage generell zufrieden sind.

ABBILDUNG 4.11 Wer technische Hilfsmittel nutzt oder nutzen würde



Anteil an den 50- bis 70-Jährigen, nach Wohnort, in Prozent (n = 563)

| BertelsmannStiftung

Frage: „Hier auf den Karten stehen verschiedene Möglichkeiten, die das Leben und den Alltag im Alter angenehmer machen bzw. erleichtern könnten. Was davon nutzen Sie bereits, was davon nutzen Sie zwar nicht, könnten es sich aber vorstellen, wenn Sie im Alter auf Hilfe angewiesen sind, und was davon käme für Sie nicht in Frage?“ Hier dargestellte Antworten: „nutze ich“ oder „könnte es mir vorstellen“.

C) Umziehen

Ehrenamtliche Unterstützungsstrukturen oder moderne technische Lösungen können die mangelhafte Daseinsvorsorge auf dem Land selten vollständig kompensieren. Wer ohne eine angemessene Versorgung nicht mehr zu-rechtkommt, dem bleibt mitunter nur noch der Umzug in eine strukturstärkere oder dichter besiedelte Region. Vielfältige Gründe können für einen Umzug den Ausschlag geben: Wer keinen geeigneten Pflegedienst auf dem Land findet, muss unter Umständen ein Heim in der nächsten Stadt beziehen. Wer sich nach mehr Kontakt zur Familie sehnt (oder wer auf sie angewiesen ist), kann in die Nähe der Kinder ziehen. Wem Altersarmut droht,

muss sich möglicherweise anderswo eine günstigere Wohnung in einer Region mit niedrigeren Lebenshaltungskosten suchen. Ein Umzug kann für Senior:innen unter Umständen das einzige Mittel darstellen, im Alter selbstbestimmt zu leben.

Dagegen bewegen viele Faktoren die Menschen aber eher zu bleiben. Ältere hängen häufig an dem Zuhause, in dem sie vielleicht seit Jahrzehnten leben.¹⁰⁶ Viele haben

¹⁰⁶ Peter, H., Toppel, C. & Steinführer, A. (2022). Wohnstandortentscheidungen in einer wohnbiographischen Perspektive: Eine explorative Studie in ländlichen und großstädtischen Kontexten. Braunschweig: Thünen Institut (Thünen Report (93).

Wurzeln geschlagen, haben über lange Zeit an ihrem Wohnort ein soziales Netzwerk aufgebaut. Nicht alle können sich ohne Weiteres auf eine neue Umgebung einstellen. Und Umzüge kosten viel Geld, Zeit und Energie. Insbesondere wer gesundheitlich eingeschränkt ist, ist mit einem Umzug schnell überfordert.¹⁰⁷

Wer umziehen würde

Jede:r vierte Berufstätige im Alter zwischen 50 und 70 Jahren hat schon einmal über einen Umzug nach dem Ausscheiden aus dem Arbeitsleben nachgedacht (siehe Abbildung 4.12). Bei diesen Überlegungen spielt die Versorgungssituation jedoch nur äußerst selten eine Rolle. Meist lockt das angenehmere Klima am Traumwohntort. Mit großem Abstand folgen Gründe wie günstigere Lebenshaltungskosten und eine schönere Umgebung als sie der bisherige Wohnort bieten kann. Nur eine Minderheit geht allerdings davon aus, dass ihren Überlegungen Taten folgen werden. Gerade einmal sieben Prozent derjenigen, die einen Umzug erwogen haben, wollen ihre Pläne auch umsetzen, 31 Prozent halten dies immerhin für wahrscheinlich.¹⁰⁸

Die Pflege- und Gesundheitsinfrastruktur am Wohnort scheint kein relevanter Umzugsgrund zu sein. So ziehen 50- bis 70-jährige Berufstätige, die ihren Wohnort als nicht gut für ältere Menschen geeignet bewerten, einen Umzug nicht öfter in Erwägung als jene, die mit der Versorgungssituation zufrieden sind. Und obwohl die ostdeutsche Bevölkerung im Schnitt die Versorgungssituation für Ältere kritischer bewertet als die westdeutsche, erwägt ein kleinerer Teil der 50- bis 70-jährigen Berufstätigen in Ostdeutschland einen Umzug nach dem Renteneintritt als gleichaltrige Westdeutsche. Auch Landbewohner:innen träumen seltener von einem Umzug in eine andere Region oder ins Ausland als Großstädter:innen.

Die meisten Menschen möchten stattdessen möglichst lange in ihrer gewohnten Umgebung bleiben. Sie wünschen sich die Nähe zu ihrer Familie und wollen ihren Freundes- und Bekanntenkreis behalten. Viele fühlen sich auch einfach mit ihrer Region verbunden. Gut jede:r Dritte begründet den Wunsch zu bleiben auch damit, dass der jetzige Wohnort gut für Ältere geeignet sei.

4.3 Defizite in der Pflegeversorgung können nur teilweise kompensiert werden

Die Menschen in Deutschland nehmen durchaus wahr, unter welchem Druck die lokale Pflegeversorgung steht. Bewohner:innen Ostdeutschlands äußern häufiger Bedenken, wie gut ältere Menschen bei ihnen im Ort oder in der Region zurecht kommen. Vielerorts fehle es dort an wichtigen Versorgungsangeboten. Auch im ländlichen Raum kritisieren die Menschen ihre Heimatorte teilweise als weniger altersfreundlich als in den Großstädten. Gerade auf dem Land scheinen jedoch ehrenamtliche Angebote der Alten- und Nachbarschaftshilfe Lücken in der lokalen Pflegeinfrastruktur wenigstens teilweise kompensieren zu können. Hinzu kommt, dass ältere Landbewohner:innen verglichen mit Senior:innen in der Großstadt häufiger Angehörige und andere nahestehende Personen in der Nähe haben, die sie informell unterstützen. Die hohe Engagementbereitschaft auf dem Land bietet Hoffnung für dessen ältere Bewohner:innen.

Allerdings können Nachbarschaftshilfen und andere Formen der ehrenamtlichen Unterstützung das Fachpersonal in der Pflege und in der Gesundheitsversorgung nicht ersetzen. Telemedizin und E-Health bieten zwar eine Möglichkeit für einen besseren Zugang zu medizinischen Diensten, werden aber noch kaum in der Praxis genutzt. Es bleibt abzuwarten, wie sehr und wann sie sich gerade im ländlichen Raum durchsetzen – und ob es gelingt, der Technologieskepsis unter älteren Menschen, etwa gegenüber Interaktionsrobotern oder ärztlichen Videosprechstunden, zu begegnen. Aber Hilfsmittel können bloß die medizinisch-pflegerische Versorgung ergänzen – sie bieten keinen Ersatz für wohnortnahe Praxen und regelmäßige Sprechstunden.

107 Hansen, E. B. & Gottschalk, G. (2006). What Makes Older People Consider Moving House and What Makes Them Move? *Housing, Theory and Society*, 23(1), S. 34–54.

108 Das Ergebnis zu den Umzugsmotiven der 50- bis 70-jährigen Berufstätigen beruht auf einer kleinen Fallzahl von 84 Fällen und ist daher unter Vorbehalt zu interpretieren.

ABBILDUNG 4.12 **Wie viele schon einmal über einen Umzug nach der Rente nachgedacht haben**



- Ja, mit Umzug in andere Region Deutschlands beschäftigt
- Ja, mit Umzug ins Ausland beschäftigt
- Ja, mit beidem beschäftigt
- Nein, bisher noch nicht beschäftigt
- Keine Angabe

Anteil an den 50- bis 70-jährigen Berufstätigen, in Prozent (n = 339) | BertelsmannStiftung

Frage: „Haben Sie sich schon einmal ernsthaft mit dem Gedanken beschäftigt, nach dem Ausscheiden aus dem Beruf in eine andere Region in Deutschland oder ins Ausland zu ziehen, oder haben Sie sich mit dem Gedanken bisher noch nicht beschäftigt“. Antwort „Bin im Rentenalter bereits umgezogen“ von weniger als 0,5 % der Befragten angegeben.

Vor allem die unteren Schichten haben wenig Einfluss auf die lokale Versorgungssituation

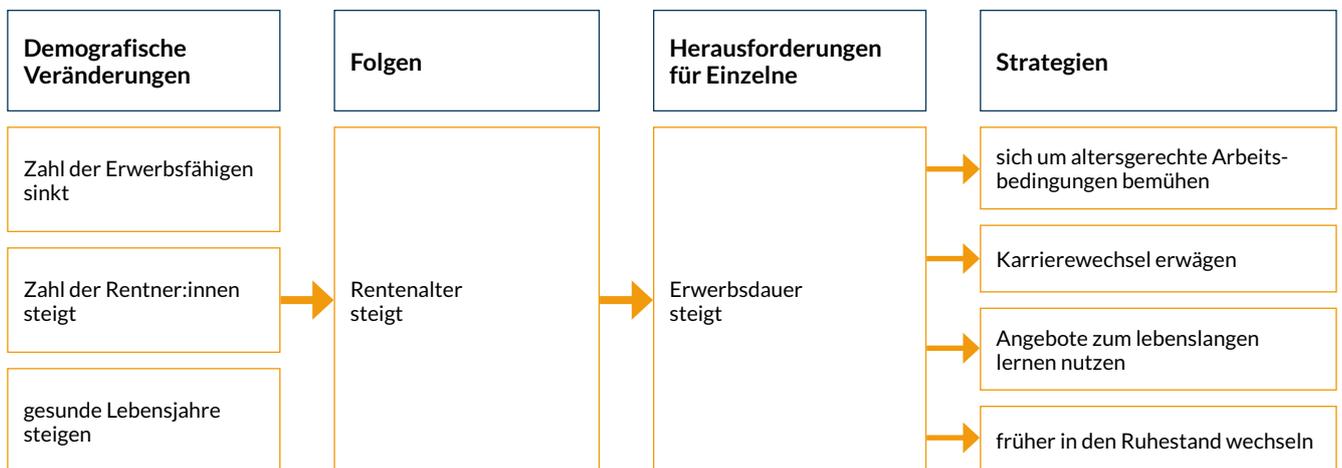
Angehörige der unteren sozio-ökonomischen Schichten stehen vor den größten Problemen, eine schwierige Pflegeversorgung am Wohnort auszugleichen. Zum Beispiel können sie sich auch in ländlichen Regionen seltener darauf verlassen, von einem sozialen Netz aufgefangen zu werden als Menschen aus den mittleren und oberen Schichten. Auch ehrenamtliche Angebote erreichen sie seltener.¹⁰⁹ Dennoch scheint ein Umzug in besser versorgte Regionen bisher für die allermeisten keine Option zu sein – selbst dann, wenn sie mit der Infrastruktur am Wohnort unzufrieden sind.

Zwar hätten verschiedene technische Hilfsmittel im Bereich der Gesundheit das Potenzial, sozio-ökonomische Ungleichheiten in der Pflege- und Gesundheitsversorgung teilweise auszugleichen, weil sie zumindest theoretisch allen Bedürftigen mit Smartphone Zugang zu bestimmten medizinischen Leistungen bieten. Bisher gelingt das aber nicht: Die Technologien drohen eher, die bestehende Kluft in der Gesundheit zwischen den Schichten zu verstärken. Denn gerade Menschen mit niedrigem sozio-ökonomischen Status fehlen oft wichtige Kompetenzen, um die digitalen Angebote zu nutzen.

109 Klein, L., Merkle, M. & Molter, S. (2021). Schwierige Zugänge älterer Menschen zu Angeboten der Sozialen Arbeit. Abschlussbericht eines Praxisforschungsprojekts.(1). Frankfurt am Main: Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik e. V.

5 Berufswelt

Auf einen Blick:



Jahr für Jahr verlässt eine wachsende Zahl von Berufstätigen den Arbeitsmarkt und geht in den Ruhestand.¹¹⁰ Die nachfolgenden Berufseinsteiger:innen können die entstehende Lücke nicht füllen. Laut Bevölkerungsprognose des Statistischen Bundesamts schrumpft die Erwerbsbevölkerung, also die Zahl der Menschen im Alter von 15 bis 64 Jahren, selbst bei vergleichsweise hoher Zuwanderung bis 2035 um voraussichtlich über drei Millionen Personen.¹¹¹ Der Fachkräftemangel ist bereits heute in der Gesundheits- und Pflegebranche (siehe Kapitel 3) sowie in vielen weiteren Branchen deutlich spürbar und wird sich in den kommenden Jahren noch verschärfen.¹¹²

110 Statistisches Bundesamt (2021). Erwerbstätigkeit älterer Menschen. bit.ly/3Cblcgg (09.08.22).

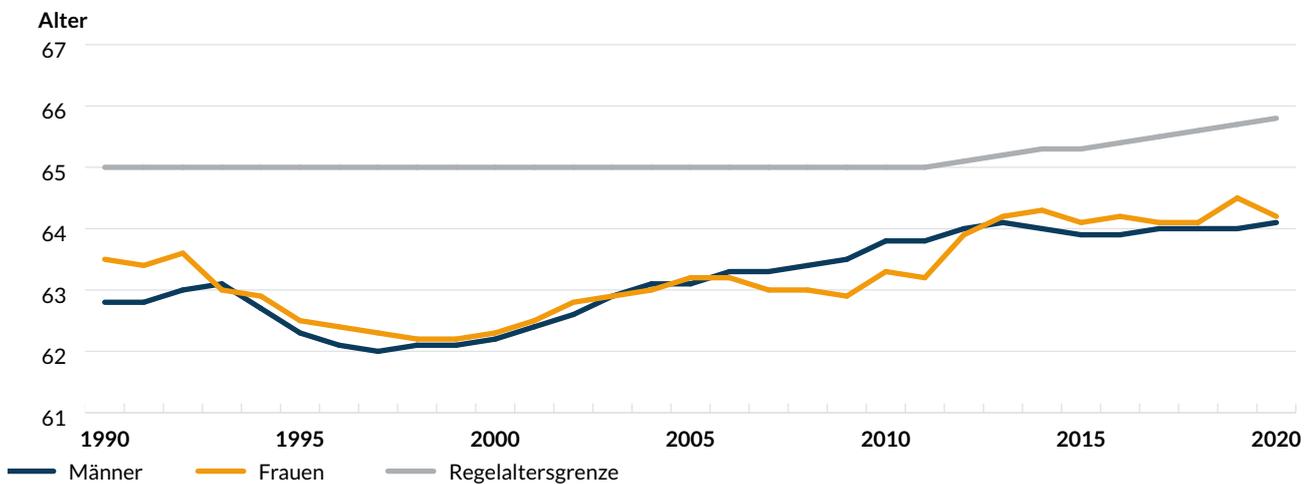
111 S. Fußnote 6.

112 Bundesagentur für Arbeit (2022). Engpassanalyse. bit.ly/3cWsidR (05.08.22).

Die Politik reagiert darauf, dass dem Arbeitsmarkt immer weniger Erwerbstätige zur Verfügung stehen und der durchschnittliche Ruhestand immer länger währt, indem sie unter anderem seit 2012 das Renteneintrittsalter von 65 bis 2029 auf 67 Jahre stufenweise erhöht. Die meisten Beschäftigten müssen länger arbeiten, um mit ihren Beiträgen zur Rentenversicherung ein ausreichendes Einkommen im Alter zu sichern. Gleichzeitig arbeiten die Menschen aber auch freiwillig immer länger. Das hat verschiedene Gründe: Viele Menschen können dank besserer Gesundheit im Alter länger im Job bleiben. Außerdem steigt seit Langem das Bildungsniveau der Bevölkerung – und höhere Qualifikationen gehen in der Regel mit einem längeren Berufsleben einher.¹¹³

113 S. Fußnote 110.

ABBILDUNG 5.1 Späterer Renteneintritt



Regelaltersgrenze und durchschnittliches Zugangsalter in die gesetzliche Altersrente nach Geschlecht, in Jahren, 1990 bis 2020. Datengrundlage: Deutsche Rentenversicherung (2021), Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung (2021)

| BertelsmannStiftung

Seit Mitte der 1990er Jahre ist das durchschnittliche Alter beim Renteneintritt um zwei Jahre gestiegen. Das liegt unter anderem an einer stufenweisen Anhebung der Regelaltersgrenze seit 2012. Aber schon davor arbeiteten die Menschen in Deutschland immer länger. Diese Entwicklung dürfte sich auch in Zukunft fortsetzen.

Zusätzlich ist die Nachfrage nach älteren Arbeitskräften aufgrund des Fachkräftemangels und der guten Konjunktur gestiegen. Arbeitgeber:innen sind zunehmend auf ihre langgedienten Angestellten angewiesen und halten sie länger im Unternehmen. Wenn sie den Arbeitsplatz verlieren, sind die Chancen auf einen neuen Job allerdings nicht für alle Älteren gleich gut.¹¹⁴ Wer über ein geringes Bildungsniveau verfügt, gesundheitlich angeschlagen ist und häufige Erwerbsunterbrechungen aufweist, hat schlechte Chancen auf eine neuen Stelle und bleibt oft bis zur Rente erwerbslos. Das senkt für die Betroffenen den künftigen Rentenanspruch. Die steigende Altersgrenze erhöht so für manche sozialen Gruppen die Gefahr der Altersarmut.

Ende der 1990er Jahre gingen Männer und Frauen im Schnitt mit etwa 62 Jahren in Rente, heute liegt das durchschnittliche Alter beim Renteneintritt bei über 64 Jahren (siehe Abbildung 5.1). Rund zwei Drittel der 60-

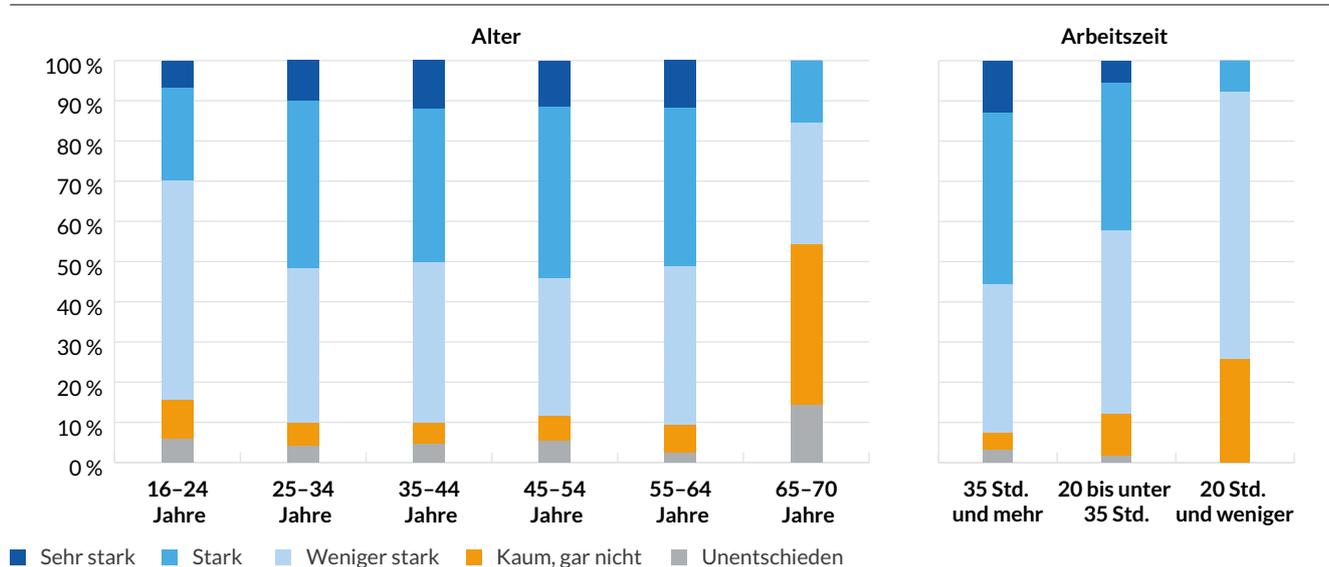
bis 64-Jährigen sind berufstätig – anteilig doppelt so viele wie vor drei Jahrzehnten.¹¹⁵ Und viele Menschen arbeiten auch über das gesetzliche Rentenalter hinaus. Heute ist über ein Viertel der Senior:innen in den ersten drei Jahren nach dem Renteneintritt erwerbstätig.¹¹⁶

114 Buslei, H., Gallego-Granados, P., Geyer, J. & Haan, P. (2019). Rente mit 67: Der Arbeitsmarkt für Ältere wird entscheidend sein. DIW Wochenbericht, 86(16/17), S. 275–283.

115 Sulak, H., Fiedler, C., Klüsener, S., Loichinger, E., Spieß, C. K., Stawarz, N. et al. (2022). Demografischen Wandel neu entdecken, Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung. Wiesbaden. bit.ly/3A0LbW0.

116 IAB-Kurzbericht (2018). Erwerbstätigkeit nach dem Übergang in Altersrente: Soziale Motive überwiegen, aber auch Geld ist wichtig.

ABBILDUNG 5.2 Wer sich von der Erwerbsarbeit belastet fühlt



Anteil an den 16- bis 70-jährige Berufstätigen, nach Altersgruppe und wöchentlicher Erwerbsarbeitszeit, in Prozent (n = 833)

| BertelsmannStiftung

Frage: „Wie stark fühlen Sie sich alles in allem durch Ihre Arbeit belastet? Würden Sie sagen...“

5.1 Erwerbsarbeit belastet schon heute fast die Hälfte der Berufstätigen

Für Arbeitnehmende ist ein längeres Erwerbsleben nur möglich, wenn die Belastungen durch die Arbeit dies zulassen. Allerdings gab in unserer Umfrage fast jede:r zweite Berufstätige an, dass er oder sie sich durch den Job schon heute „stark“ oder sogar „sehr stark“ belastet fühlt. Dabei bleibt die Arbeitsbelastung über das Erwerbsleben im Schnitt relativ konstant. Die einzige Altersgruppe, die angibt, seltener durch die Erwerbsarbeit belastet zu sein, ist die Gruppe der 16- bis 24-Jährigen, von denen ein Großteil noch in der Schule, der Ausbildung oder im Studium steckt und meist noch einer Teilzeitbeschäftigung nachgeht (siehe Abbildung 5.2). Es verwundert wenig, dass Personen, die mehr Stunden pro Woche arbeiten, sich auch vom Beruf stärker belastet fühlen. Unter Vollzeitkräften fühlt sich mehr als jede zweite mindestens stark belastet. Der Anteil sinkt mit geringerer Stundenzahl.

5.2 Mögliche Strategien für ein längeres Berufsleben – und wer sie nutzt

Ein längeres Erwerbsleben stellt für viele Beschäftigte eine Belastungsprobe dar. Die körperliche und psychische Leistungsfähigkeit sinkt im höheren Alter – ebenso die Arbeitsgeschwindigkeit und die Fähigkeit, sich in neue Aufgabenfelder einzuarbeiten.^{117, 118} Wie können sich Erwerbstätige auf ein längeres Erwerbsleben vorbereiten? Und wie kann es ihnen gelingen, sich physisch und psychisch nicht zu überfordern?

117 Richter, G., Bode, S. & Köper, B. (2012). Demografischer Wandel in der Arbeitswelt. Körperlich schwere Arbeit belastet Ältere stärker. Dortmund. bit.ly/3P9DvoV (08.08.22).

118 Lizarazo López, M., Petersen, T., Kaniowski, S. & Url, T. (2019). Gesamtwirtschaftliche Effekte der demografischen Alterung. Fokuspapier, Bertelsmann Stiftung.

A) Um alter(n)sgerechte Arbeitsbedingungen bemühen

Erwerbstätige können die Belastungen eines längeren Berufslebens reduzieren, indem sie sich um alters- und altersgerechte Arbeitsbedingungen bemühen. Dafür können sie sowohl ihr eigenes Verhalten im Berufsalltag anpassen als auch sich bei dem oder der Arbeitgeber:in für bessere Arbeitsbedingungen stark machen. Beschäftigte können aber oft nicht eigenständig etwas an den Arbeitsbedingungen ändern, sondern sind meist auf Maßnahmen ihrer Vorgesetzten angewiesen.

Altersgerechte Tätigkeiten orientieren sich an der körperlichen und geistigen Belastbarkeit der Arbeitnehmenden und berücksichtigen, dass diese häufig mit dem Lebensalter abnimmt.¹¹⁹ So kann es zum Beispiel helfen, in Berufen mit Schichtdienst weniger Nachtdienste zu übernehmen oder langsamer zu arbeiten, wenn der Beruf körperlich anstrengend ist. Beschäftigte, die mit steigendem Alter ihre Kräfte effizient einsetzen, können ihre Leistungsfähigkeit länger erhalten.¹²⁰

Altersgerechte Arbeitsbedingungen verringern das Risiko, dass sich der Job negativ auf die Gesundheit auswirkt. Beschäftigte können schon in jüngeren Jahren präventiv die Belastungen im Berufsalltag reduzieren, wenn sie wissen, dass ihnen ein langes Berufsleben bevorsteht.¹²¹ Sie können zum Beispiel schon früher in ihrer Berufslaufbahn kürzertreten, um Stress und körperliche Erschöpfung zu reduzieren, die später möglicherweise für Burnout und berufsbedingte Krankheiten sorgen. Auch können sie sich bei dem oder der Arbeitgeber:in für eine ergonomische Büroausstattung einsetzen, die den Rücken schont oder Schulungen zur Gesundheitsprävention besuchen.

119 Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (2017). Alters- und altersgerechte Arbeitsgestaltung. Grundlagen und Handlungsfelder für die Praxis. Dortmund.

120 Karlsen, I. L., Borg, V. & Meng, A. (2022). Exploring the Use of Selection, Optimization, and Compensation Strategies Beyond the Individual Level in a Workplace Context – A Qualitative Case Study. *Frontiers in Psychology*, 13.

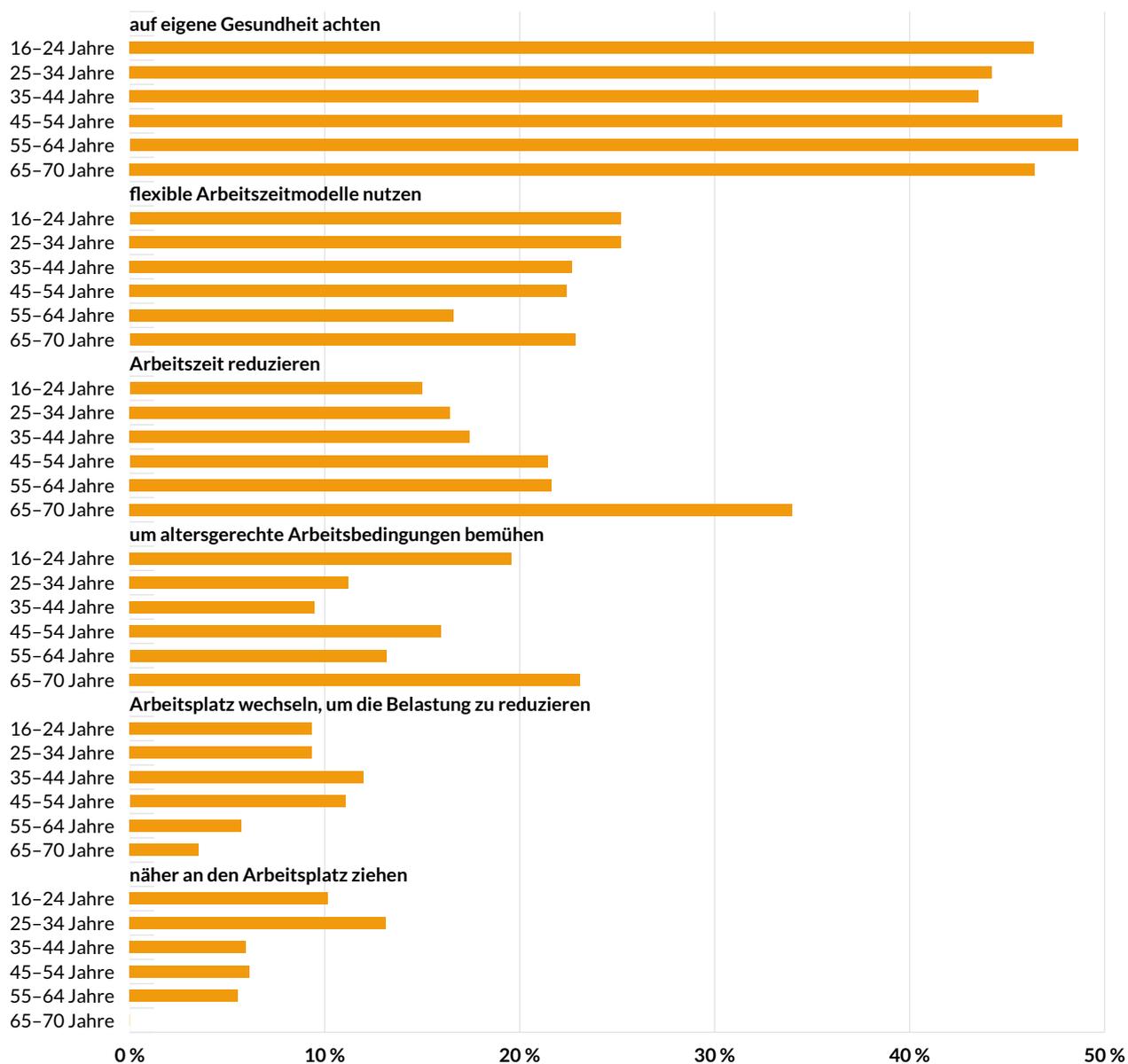
121 S. Fußnote 32.

Demogra-fitte Pflege: alter(n)sgerechtes Arbeiten im Krankenhaus

Die Pflegedirektion des Krankenhaus St. Joseph-Stift in Bremen sah schon vor über zehn Jahren, dass viele ihrer Pflegefachkräfte in den kommenden Jahren in den Ruhestand wechseln werden und dadurch große Personalengpässe drohen. Sie reagierte mit dem Projekt demogra-fitte Pflege, um alter(n)sgerechte Arbeitsbedingungen zu schaffen, damit die wertvollen Mitarbeiter:innen möglichst lange im Beruf bleiben. Dafür etablierte die Klinik ein betriebliches Gesundheitsmanagement: Mit Sportangeboten wie Power-Gymnastik, Muskeltraining oder Yoga können seitdem Angestellte etwas für ihre körperliche und geistige Gesundheit tun. Eine striktere und verlässlichere Einhaltung von freien Tagen und Pausen soll Angestellten ihre wohlverdiente Auszeit sichern. Dazu sorgt seit einigen Jahren eine neue Personalstrategie für zusätzliche Stellen, die auf Ruheständler:innen zugeschnitten sind. Auch können langjährige Angestellte Weiterbildungsangebote nutzen, um im höheren Alter noch einmal neue Verantwortungsbereiche zu übernehmen. Pensionierte Fachkräfte bringen sich auch immer öfter noch an ein oder zwei Tagen in der Woche in der Klinik ein. So können sie ihre Rente aufbessern und ihr breites Erfahrungswissen im Krankenhausbetrieb nutzen. Und wenn die Pfleger:innen sich irgendwann entscheiden ganz aufzuhören, sorgt das Programm der demogra-fitten Pflege dafür, dass sie ihre Erfahrungen und Expertise an den Nachwuchs weitergeben. Die Arbeitsgruppe für die demogra-fitte Pflegestrategie trifft sich weiterhin regelmäßig und erarbeitet immer neue interessante Strategien für alter(n)sgerechtes Arbeiten.

www.sjs-bremen.de

ABBILDUNG 5.3 Was Berufstätige für bessere Arbeitsbedingungen tun



Anteil an den 16- bis 70-jährigen Berufstätigen, nach Altersgruppe, in Prozent (n = 883)

| BertelsmannStiftung

Frage: „Es gibt ja verschiedene Möglichkeiten, was man tun kann, um seinen Beruf möglichst lange ausüben zu können. Gibt es etwas von dieser Liste, das auch Sie tun oder getan haben, um Ihren Beruf möglichst lange ausüben zu können?“ (Mehrfachantworten möglich)

Wer bemüht sich um alter(n)sgerechte Arbeitsbedingungen?

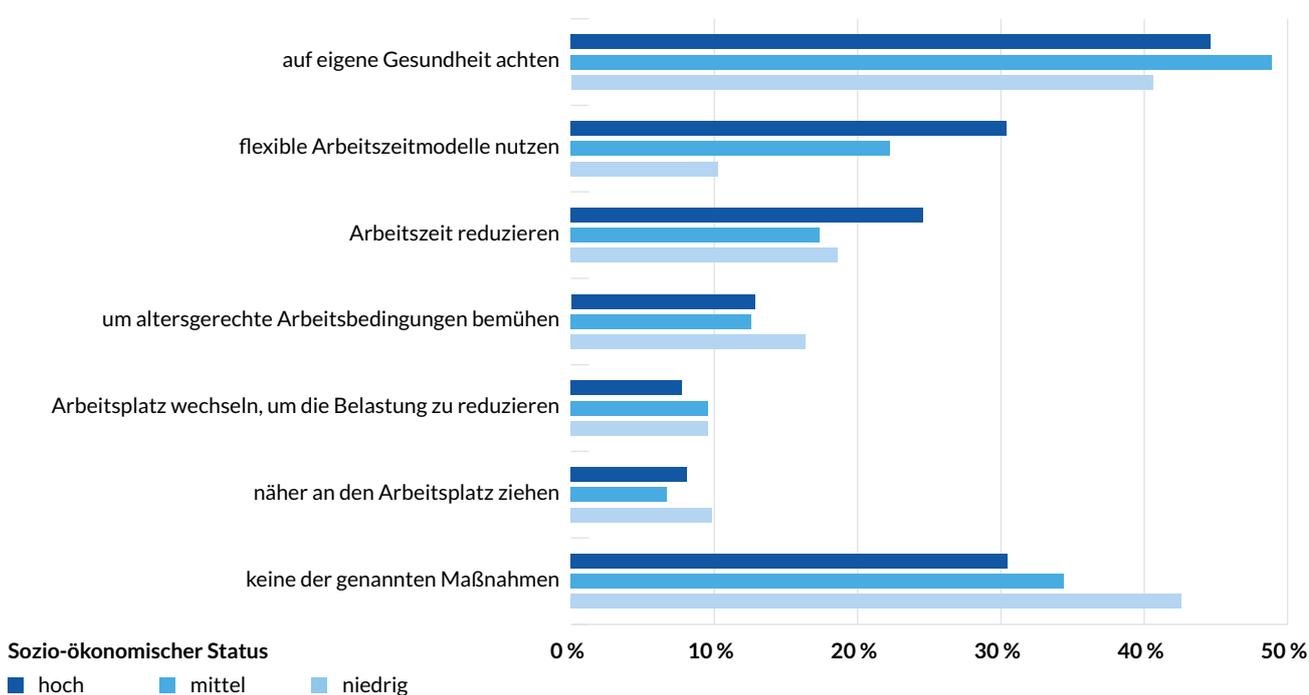
Berufstätige, die ihren Job als belastend empfinden, zählen viele Maßnahmen auf, die sie entlasten würden – allen voran kürzere oder flexiblere Arbeitszeiten sowie mehr Urlaubstage. Vergleichsweise wenige setzen sich aber tatsächlich für bessere Arbeitsbedingungen ein. Über alle Altersgruppen hinweg gibt es etwas weniger als die Hälfte der Berufstätigen an, im Job auf die eigene Gesundheit zu achten, um den Beruf bis in ein höheres Alter ausüben zu können. Je nach Alter versuchen die Berufstätigen auf unterschiedliche Arten, Arbeitsbelastungen zu reduzieren (siehe Abbildung 5.3). So sind flexible Arbeitsmodelle eher für Jüngere das Mittel der Wahl, während Berufstätige später in ihrer Berufslaufbahn häufiger die Arbeitszeit reduzieren. Jün-

gere Arbeitnehmer:innen sind eher bereit, näher an den Arbeitsplatz zu ziehen, um die Anfahrtszeit zu reduzieren. Wer eine:n berufstätige Partner:in und vielleicht auch Kinder hat, ist in der Regel weniger flexibel, was die Entscheidung über den Wohnort angeht. Und so sinkt im klassischen Familiengründungsalter die Bereitschaft, für den Job umzuziehen.

Berufstätige der unteren Schichten haben weniger Gestaltungsmacht für bessere Arbeitsbedingungen

In allen sozio-ökonomischen Schichten fühlen sich die Menschen ähnlich häufig durch ihren Beruf belastet. Sie reagieren aber in unterschiedlicher Weise darauf (siehe Abbildung 5.4). Fast jede:r dritte Berufstätige mit hohem sozio-ökonomischen Status nutzt flexible Arbeitsmodelle, im Vergleich zu nur jeder oder jedem Zehnten mit

ABBILDUNG 5.4 Was Berufstätige für bessere Arbeitsbedingungen tun

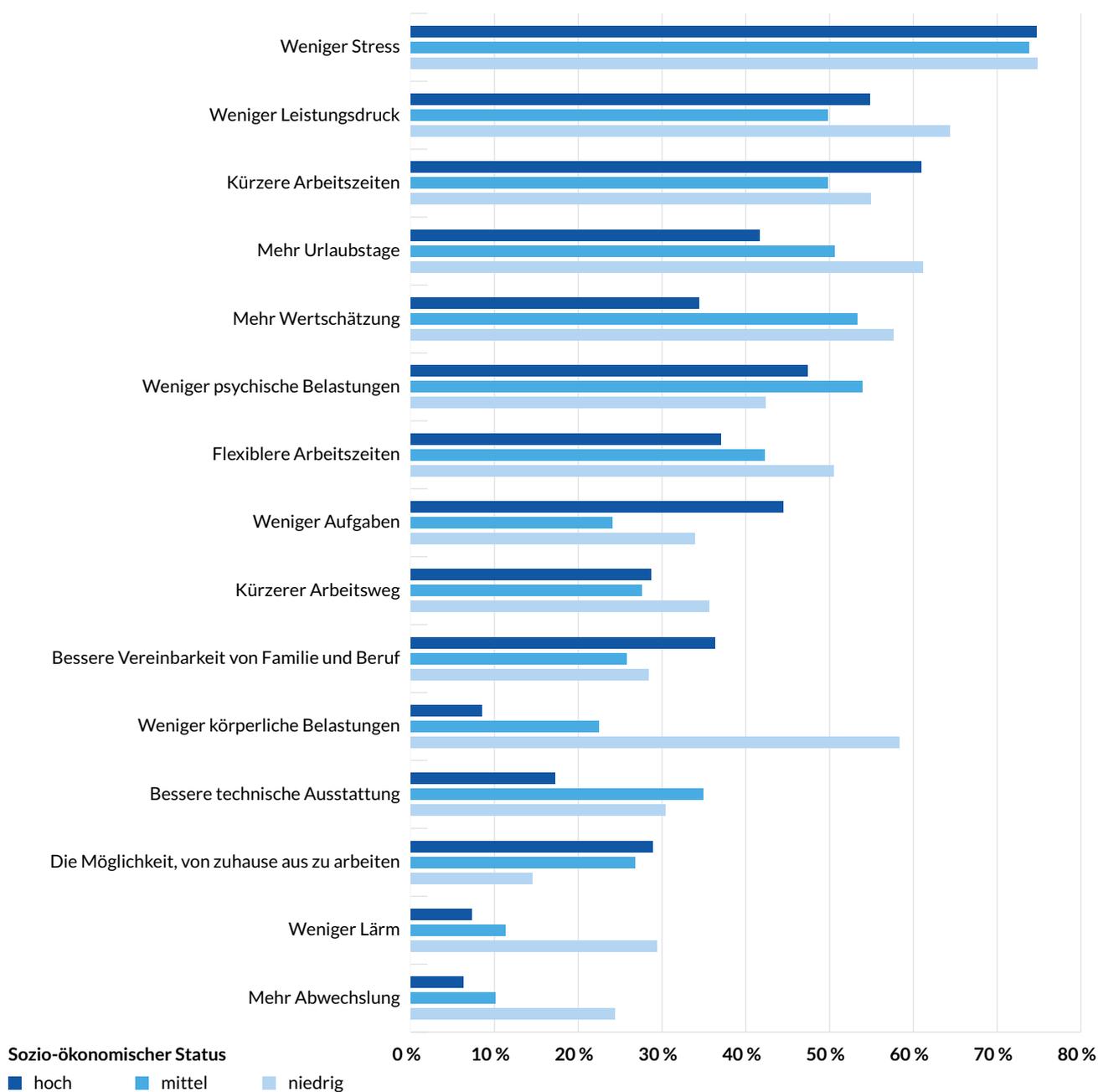


Anteil an den 16- bis 70-jährigen Berufstätigen, nach sozio-ökonomischem Status, in Prozent (n = 883)

| BertelsmannStiftung

Frage: „Es gibt ja verschiedene Möglichkeiten, was man tun kann, um seinen Beruf möglichst lange ausüben zu können. Gibt es etwas von dieser Liste, das auch Sie tun oder getan haben, um Ihren Beruf möglichst lange ausüben zu können?“ (Mehrfachantworten möglich)

ABBILDUNG 5.5 Was die Arbeitsbelastung reduzieren würde



Anteil an den 16- bis 70-jährigen Berufstätigen, die sich von ihrer Arbeit stark oder sehr stark belastet fühlen, nach sozio-ökonomischem Status, in Prozent (n = 426)

| BertelsmannStiftung

Frage: „Was würde Ihnen helfen, Ihre Arbeitsbedingungen zu verbessern bzw. Ihre Arbeitsbelastung zu verringern?“ (Mehrfachantworten möglich)

niedrigem sozio-ökonomischen Status. Für Angestellte in den unteren sozialen Schichten sind feste Arbeitszeiten, mitunter in Schichtarbeit, eher die Regel als unter höher Qualifizierten, die häufiger in Bürojobs mit flexibleren Zeitvorgaben arbeiten.¹²² Menschen mit einem hohen sozio-ökonomischen Status können sich darüber hinaus eher mit ihren Wünsche zur Arbeitszeit durchsetzen, da sie häufiger in Positionen mit mehr Entscheidungsmöglichkeiten arbeiten als Arbeitnehmer:innen mit einem niedrigeren sozio-ökonomischen Status.

Dabei nennen Berufstätige mit niedrigem sozio-ökonomischen Status, die sich von ihrer Arbeit belastet fühlen, häufiger als jene mit mittlerem und hohem sozio-ökonomischen Status gleich mehrere Maßnahmen, die ihre Arbeitsbedingungen verbessern oder die Belastungen reduzieren würden (siehe Abbildung 5.5). Während psychische Belastungen wie Stress für alle Schichten eine ähnliche Rolle spielen, leiden Berufstätige mit niedrigem sozio-ökonomischen Status in besonderem Maße zusätzlich unter körperlichen Belastungen. Fast 60 Prozent

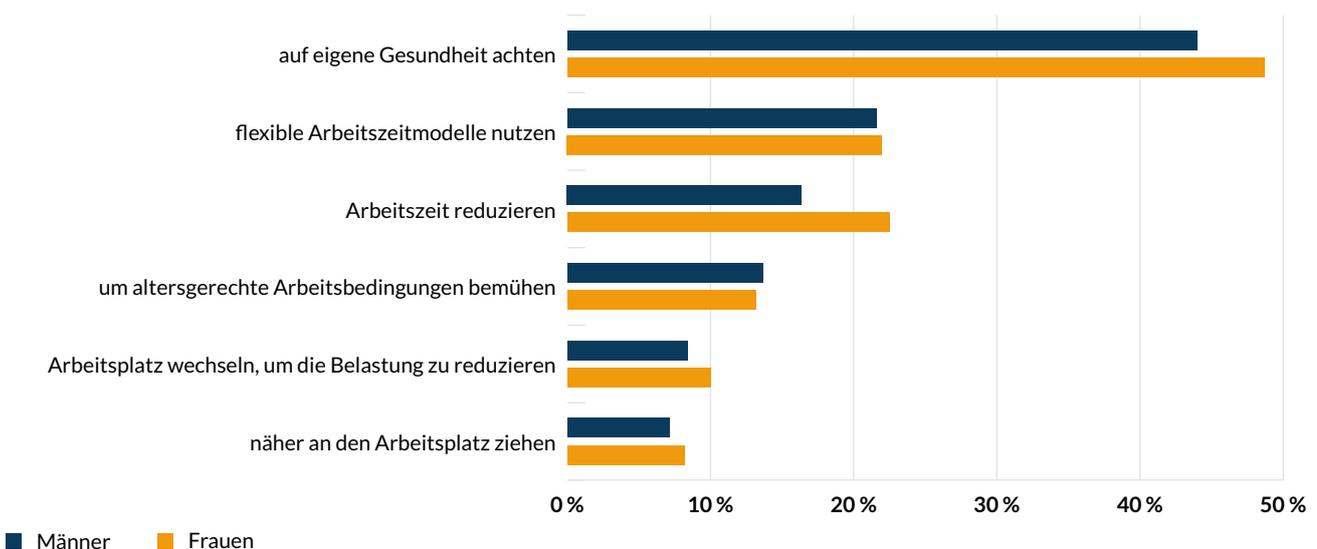
122 Lott, Y. (2017). Flexible Arbeitszeiten: Eine Gerechtigkeitsfrage? Hans-Böckler-Stiftung. Forschungsförderung Report.

der Berufstätigen mit niedrigem Status, die sich belastet fühlen, wünschen sich weniger körperliche Anstrengung, unter jenen mit hohem sozio-ökonomischen Status sind es gerade einmal acht Prozent. Menschen mit niedrigem sozio-ökonomischen Status, die sich durch ihre Arbeit belastet fühlen, wünschen sich auch überdurchschnittlich häufig mehr Urlaubstage und flexiblere Arbeitszeiten. Der Mehrheit von ihnen fehlt es außerdem an Wertschätzung ihrer Leistung seitens ihrer Arbeitgeber:innen.

Entlastungswünsche gehen mit Verantwortung für Sorgearbeit einher

Erwerbsarbeit belastet Männer und Frauen in etwa gleich häufig. Beide Geschlechter bemühen sich zudem ähnlich oft um altersgerechte Arbeitsbedingungen (siehe Abbildung 5.6). Frauen geben dagegen etwas häufiger an, auf ihre Gesundheit im Job zu achten – das passt mit dem allgemein beobachteten höheren Gesundheitsbewusstsein von Frauen zusammen (siehe Kapitel 3). Zudem gibt ein größerer Anteil der Frauen an, die Arbeitsstunden redu-

ABBILDUNG 5.6 Was Männer und Frauen für bessere Arbeitsbedingungen tun

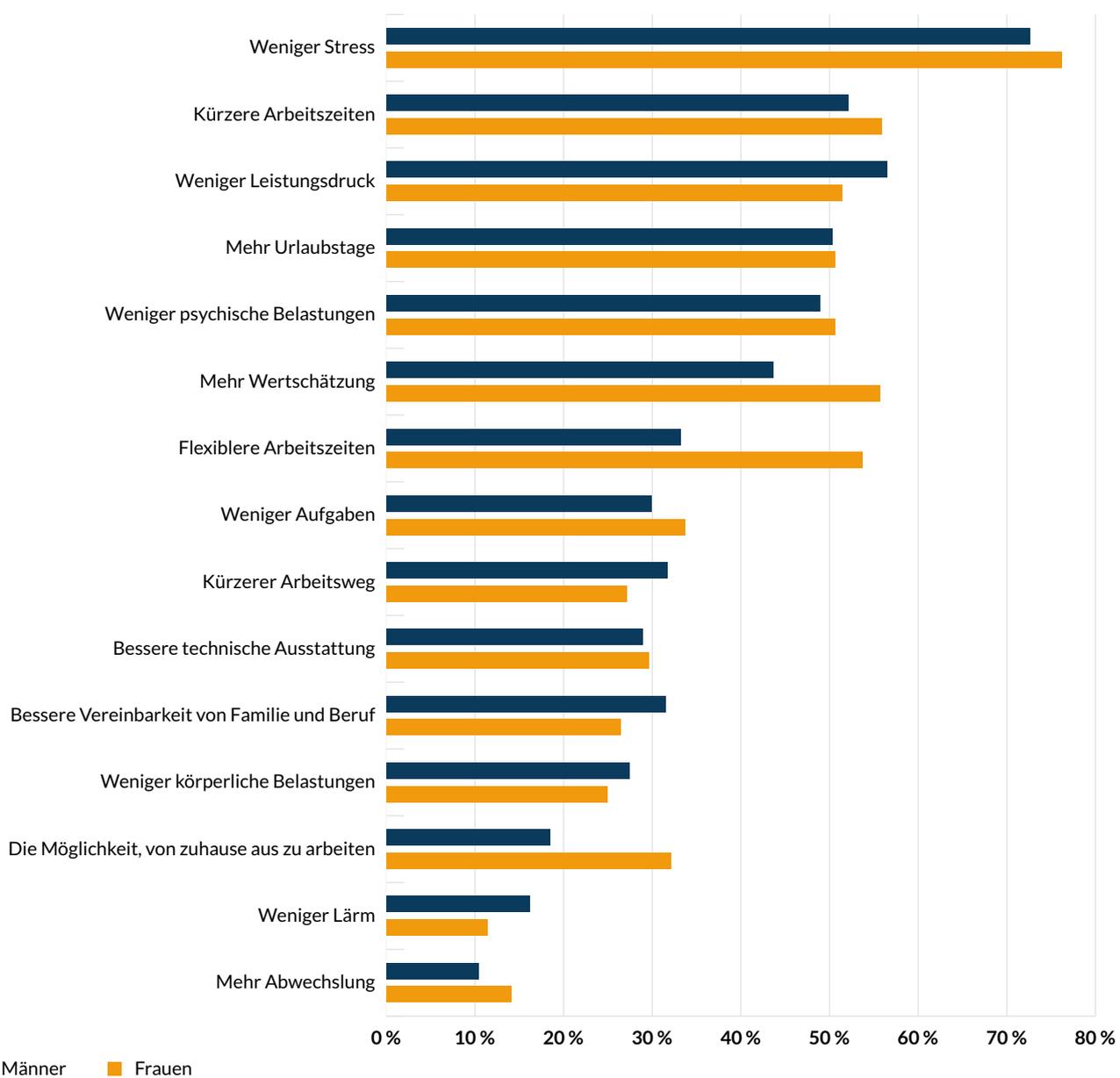


Anteil an den 16- bis 70-jährigen Berufstätigen, nach Geschlecht, in Prozent (n = 883)

| BertelsmannStiftung

Frage: „Es gibt ja verschiedene Möglichkeiten, was man tun kann, um seinen Beruf möglichst lange ausüben zu können. Gibt es etwas von dieser Liste, das auch Sie tun oder getan haben, um Ihren Beruf möglichst lange ausüben zu können?“

ABBILDUNG 5.7 Was die Arbeitsbelastung von Männern und Frauen reduzieren würde



Anteil an den 16- bis 70-jährigen Berufstätigen, die sich von ihrer Arbeit stark oder sehr stark belastet fühlen, nach Geschlecht, in Prozent (n = 426)

| BertelsmannStiftung

Frage: „Was würde Ihnen helfen, Ihre Arbeitsbedingungen zu verbessern bzw. Ihre Arbeitsbelastung zu verringern?“

ziert zu haben, um für weniger Belastung im Job zu sorgen. Auch das überrascht angesichts der unterschiedlichen Teilzeitquoten der Geschlechter wenig (siehe Kapitel 3).

Danach gefragt, was die Arbeitsbelastung reduzieren könnte, gehen die Antworten von Männern und Frauen allerdings teilweise weit auseinander (siehe Abbildung 5.7). Zum Beispiel wünschen sich 54 Prozent der Frauen flexiblere Arbeitszeiten, im Vergleich zu 33 Prozent der Männer. Frauen wünschen sich auch doppelt so häufig, von zu Hause aus arbeiten zu können. Dieser Wunsch hängt laut einer Studie der Hans-Böckler-Stiftung mit der im Schnitt größeren Verantwortung zusammen, die Frauen für Sorgearbeit im Haushalt verglichen mit Männern übernehmen.¹²³ Gleichzeitig wünschen sich Frauen deutlich häufiger als Männer mehr Wertschätzung im Beruf.

B) Lebenslang lernen, Karriere wechseln

Angebote zum lebenslangen Lernen helfen Erwerbstätigen dabei, im Verlauf ihres Berufslebens fachlich auf der Höhe der Zeit und produktiv zu bleiben.¹²⁴ Zu diesen Angeboten zählen etwa betriebsinterne oder -externe Lehrgänge und Fortbildungen sowie Hospitationen in anderen Abteilungen des Unternehmens. Beschäftigte können sich auch informell in der Freizeit weiterbilden, etwa mit Fachzeitschriften oder Erklär-Videos im Internet. Wer solche Angebote wahrnimmt, kann besser mit neuen Anforderungen am Arbeitsplatz umgehen, zum Beispiel wenn sich durch die Digitalisierung Arbeitsprozesse verändern. Das kann Zeitdruck und Stress im Job reduzieren.

Verschiedene Umstände können es darüber hinaus notwendig oder sinnvoll erscheinen lassen, im Verlauf eines langen Erwerbslebens den Beruf zu wechseln. Für Menschen in körperlich besonders belastenden Berufen – wie in der Pflege, in der Landwirtschaft oder auf dem Bau – kann ein Berufswechsel die einzige Möglichkeit darstellen, überhaupt bis zum Erreichen des Renteneintrittsalters erwerbstätig zu bleiben.¹²⁵ Andere Arbeit-

123 S. Fußnote 122.

124 S. Fußnote 119.

125 Zieschang, H. & Bräunig, D. (2016). Digitaler Wegweiser Berufsumstieg – Gesund bis zur Rente durch einen frühzeitigen Berufswechsel. In F. Frerichs (Hrsg.), *Altern in der Erwerbsarbeit*, S. 269–284. Wiesbaden: Springer.

Wegweiser Berufsumstieg: Keine Angst vor dem Karrierewechsel

Sich mit fünfzig beruflich noch einmal umorientieren – für viele eine einschüchternde Aufgabe. Ein Berufswechsel bringt allerdings nicht nur Herausforderungen, sondern auch viele Chancen mit sich. Wer im aktuellen Job unzufrieden ist oder sich überlastet fühlt, kann auf der Online-Plattform Wegweiser Berufsumstieg des Instituts für Arbeit und Gesundheit der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung Ideen für eine neue Karriere entdecken. Das Arbeitsministerium hat das Projekt ursprünglich über die Initiative Neue Qualität in der Arbeit in die Wege geleitet in der Hoffnung, Menschen im Erwerbsalter, die in belastenden Berufen arbeiten, neue berufliche Perspektiven zu bieten und diese so länger auf dem Arbeitsmarkt zu halten. In einem ausführlichen Online-Fragebogen können Interessierte ihre Kompetenzen, Qualifikationen, Wünsche und Interessen angeben. Auf dieser Grundlage schlägt ihnen das Suchinstrument anschließend neue Berufe vor, die zu ihren persönlichen Angaben passen. Der Wegweiser zeigt ihnen außerdem, wo sie Beratungsmöglichkeiten und Hilfe beim Wechsel bekommen können. Die Website wird in den Arbeitsagenturen verwendet, um Menschen neue Perspektiven zu eröffnen. Auch in der Beratung von Menschen, die aufgrund eines Berufsunfalls in die Reha müssen und sich umschulen möchten oder müssen, wird der Wegweiser besonders häufig genutzt. Ein Erfolgsbeispiel: Ein Dachdecker, der nach dreißig Jahren auf dem Dach körperlich nicht mehr konnte, hat den Sprung ins kalte Wasser gewagt. Nach einem Wirtschaftsstudium und einer Umschulung zum Informatikkaufmann arbeitet er heute als Systemadministrator.

www.wegweiser-berufsumstieg.de

nehmende verlieren aufgrund des Strukturwandels ihren bisherigen Job und müssen sich etwas Neues suchen – etwa dann, wenn Industrieunternehmen Abläufe automatisieren und Jobs mit hohem Anteil an Routinetätigkeiten streichen.¹²⁶ Oder wenn ganze Branchen wie die Kohleindustrie angesichts der Energiewende an Bedeutung verlieren.¹²⁷ Manche Berufstätige sehnen sich nach Jahrzehnten in einer Branche auch einfach nach neuen Herausforderungen oder wollen ihr Hobby zum Beruf machen.

Wer den Beruf wechseln will oder muss, kann sich etwa bei der Agentur für Arbeit und dem Jobcenter beraten

126 Mandl, I. (2021). Employment impact of digitalisation, Eurofound (Research digest). bit.ly/3CnBmmE (22.08.22).

127 Anhelm, F. E. & Tuttlies, I. (2020). Strukturwandel der Energiewende: Konversionsstrategien in der deutschen Energiewirtschaft. Düsseldorf: Hans-Böckler-Stiftung.

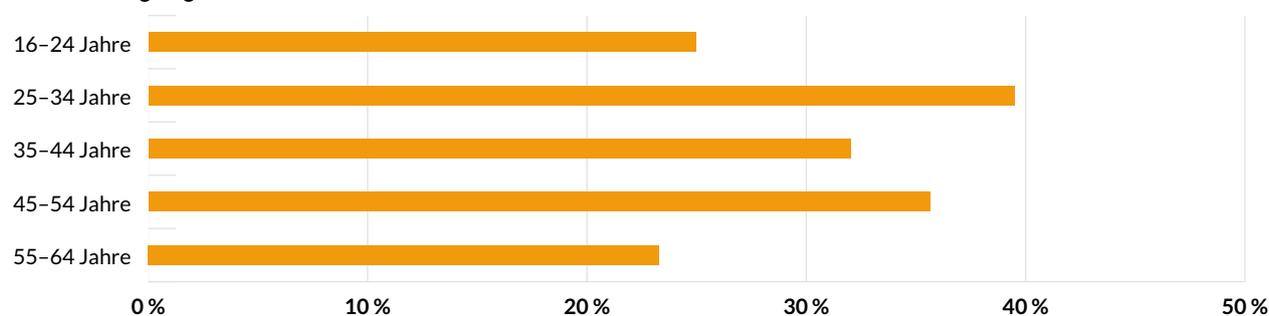
lassen oder Online-Angebote nutzen. Hier gibt es Auskunft über passende Jobs und entsprechende Weiterbildungsmöglichkeiten sowie darüber, in welchen Branchen derzeit Fachkräfte fehlen und wie hoch die Gehälter ausfallen.¹²⁸

Knapp jede:r dritte Berufstätige hat bereits Weiterbildungsangebote genutzt, ähnlich viele sind schon auf andere Weise aktiv geworden, um in Sachen Digitalisierung und Automatisierung auf dem Laufenden zu bleiben. Besonders häufig bilden sich heute jüngere Berufstätige am Beginn ihrer Karriere weiter. Deutlich seltener geben erfahrenere Berufstätige ab Mitte Fünfzig an, derartige Angebote zum lebenslangen Lernen bereits genutzt zu haben (siehe Abbildung 5.8).

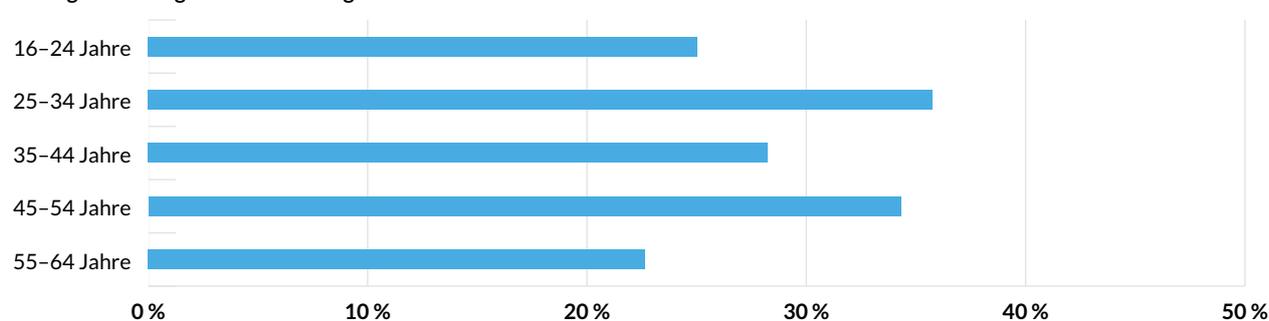
128 Bundesagentur für Arbeit (ohne Jahr). Überblick über mögliche Berufe oder Berufsfelder gewinnen. bit.ly/3ADpVWX (18.08.22).

ABBILDUNG 5.8 Wer Angebote zum lebenslangen Lernen nutzt

Weiterbildungsangebote nutzen



bei Digitalisierung/Automatisierung auf neuestem Stand bleiben

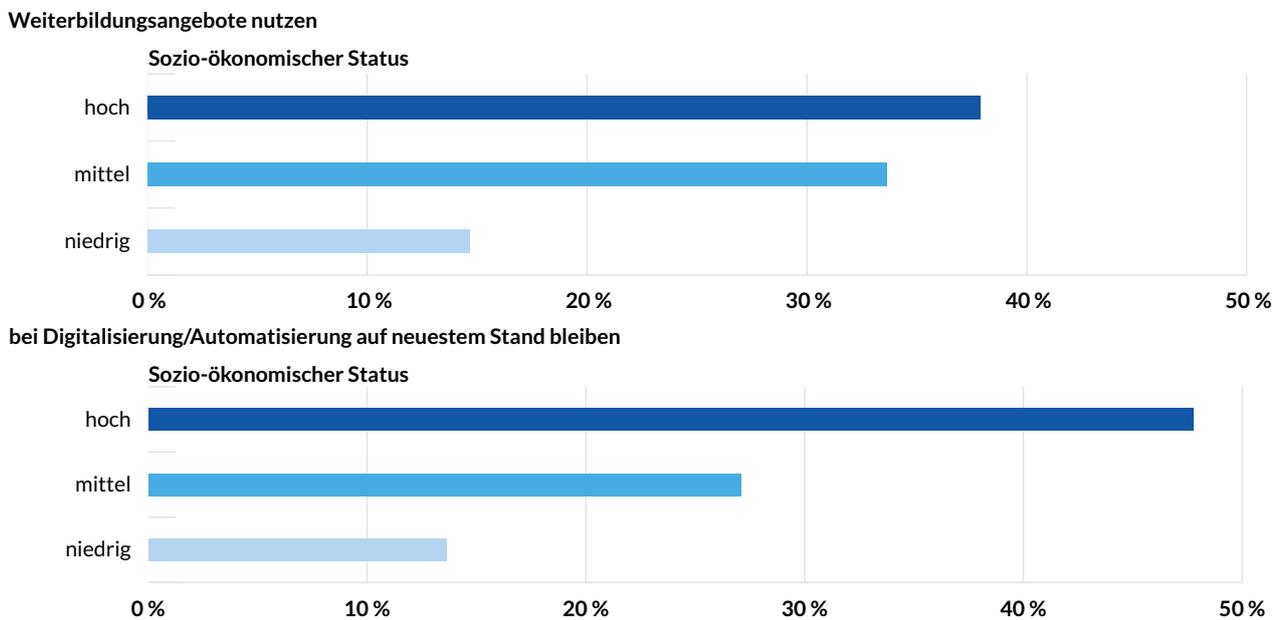


Anteil an den 16- bis 64-jährigen Berufstätigen, nach Altersgruppe, in Prozent (n = 883)

| BertelsmannStiftung

Frage: „Es gibt ja verschiedene Möglichkeiten, was man tun kann, um seinen Beruf möglichst lange ausüben zu können. Gibt es etwas von dieser Liste, das auch Sie tun oder getan haben, um Ihren Beruf möglichst lange ausüben zu können?“

ABBILDUNG 5.9 Wer Angebote zum lebenslangen Lernen nutzt



Anteil an den 16- bis 70-jährigen Berufstätigen, nach sozio-ökonomischem Status, in Prozent (n = 883)

| BertelsmannStiftung

Frage: „Es gibt ja verschiedene Möglichkeiten, was man tun kann, um seinen Beruf möglichst lange ausüben zu können. Gibt es etwas von dieser Liste, das auch Sie tun oder getan haben, um Ihren Beruf möglichst lange ausüben zu können?“

Weiterbildungsangebote erreichen untere Schichten kaum

Nur 15 Prozent der Berufstätigen aus den unteren sozialen Schichten haben bereits berufliche Weiterbildungsangebote genutzt. In den mittleren und oberen Schichten ist der Anteil jeweils mehr als doppelt so hoch (siehe Abbildung 5.9). Noch deutlicher fallen die Unterschiede mit Blick auf diejenigen aus, die sich bemühen, bei Digitalisierung und Automatisierung auf dem neuesten Stand zu bleiben. Der Nationale Bildungsbericht führt diese Differenzen unter anderem darauf zurück, dass Betriebe, die viele geringqualifizierte Arbeitnehmende beschäftigen, auch vergleichsweise wenig in die Weiterqualifizierung ihrer Angestellten investieren.¹²⁹ Menschen mit hohem Bildungsabschluss und höheren Löhnen haben hingegen eine viel größere, leicht zugängliche Auswahl an Angeboten für lebenslanges Lernen: Ihre Arbeitgeber:innen

investieren mehr in ihre Fähigkeiten und bieten häufiger betriebsinterne Fortbildungen an. Gleichzeitig arbeiten Hochqualifizierte eher in Berufen, bei denen digitale Anwendungen ihre Produktivität zusätzlich erhöhen können, während Geringqualifizierte öfter in Jobs mit vielen Routinetätigkeiten arbeiten, die durch neue Technologien, wie in der Robotik, ersetzt werden können.¹³⁰

Ältere wechseln seltener den Arbeitsplatz

Etwa eine:r von zehn Berufstätigen gibt an, schon einmal die Stelle gewechselt zu haben, um den Beruf länger ausüben zu können. Insgesamt bestehen allerdings nur geringfügige Unterschiede zwischen verschiedenen sozio-ökonomischen Gruppen oder zwischen den Geschlechtern bei der Bereitschaft zum Berufswechsel. Jüngere Beschäftigte scheinen aber eher dazu be-

129 Bildungsberichterstattung, A. (2020). Bildung in Deutschland 2020: Ein indikatorengestützter Bericht mit einer Analyse zu Bildung in einer digitalisierten Welt: wbv Media GmbH & Co. KG.

130 Dachs, B. (2018). The impact of new technologies on the labour market and the social economy: European Parliamentary Research Service.

reit, ihrer Gesundheit zuliebe näher an den Job zu ziehen (siehe Abbildung 5.3). Sie sind häufig noch flexibler als ältere Arbeitnehmende, sich in neue Aufgabengebiete einzuarbeiten. Ältere haben zudem trotz ihres reichen Erfahrungsschatzes noch immer schlechtere Chancen auf dem Arbeitsmarkt.¹³¹ Untersuchungen im Projekt „lidA – Leben in der Arbeit“ der Universität Wuppertal zeigen aber, dass ältere Beschäftigte, die in einen weniger belastenden Job wechseln, anschließend im Schnitt deutlich zufriedener mit ihrem Beruf sind, sich gesünder fühlen und auch bis in ein höheres Alter arbeiten.¹³²

C) Vor der Regelaltersgrenze in Rente gehen

Beschäftigte können auch schon vor der Regelaltersgrenze in den Ruhestand wechseln. Dafür bekommen sie allerdings Abschläge bei der gesetzlichen Rente.¹³³ Dabei kann ein früherer Ruhestand auch eine wichtige Bewältigungsstrategie sein, um mit den Folgen des demografischen Wandels umzugehen – sofern er freiwillig ist und nicht durch eine Kündigung oder Krankheit erzwungen wurde.¹³⁴ Wer früher aus dem Erwerbsleben ausscheidet, hat zum Beispiel mehr Zeit für die Familie und kann eher informelle Pflegearbeit für den Partner oder die Partnerin übernehmen. Darüber hinaus kann ein früherer Ruhestand dabei helfen, entsprechend den eigenen Bedürfnissen zu leben, sich zu schonen und möglichst lang aktiv und gesund zu bleiben. Studien zeigen zum Beispiel, dass ein freiwilliger Renteneintritt das Gefühl von Stress und die Wahrscheinlichkeit von Depressionen reduzieren kann – solange sich Menschen mit einer ausreichenden Rente oder Unterstützung von Nahestehenden gut abgesichert fühlen.¹³⁵

131 S. Fußnote 114.

132 Garthe, N. (2020) Wer freiwillig arbeitet, will länger erwerbstätig sein?! Arbeitsgeberwechsel im Längsschnitt. Lehrstuhl Arbeitswissenschaft Universität Wuppertal. lidA-Factsheet (12).

133 S. Fußnote 114.

134 Dorn, D. & Sousa-Poza, A. (2010). 'Voluntary' and 'involuntary' early retirement: an international analysis. *Applied Economics*, 42(4), S. 427–438.

135 Van der Heide, I., van Rijn, R. M., Robroek, S. J. W., Burdorf, A. & Proper, K. I. (2013). Is retirement good for your health? A systematic review of longitudinal studies. *BMC Public Health*, 13(1), S. 1180.

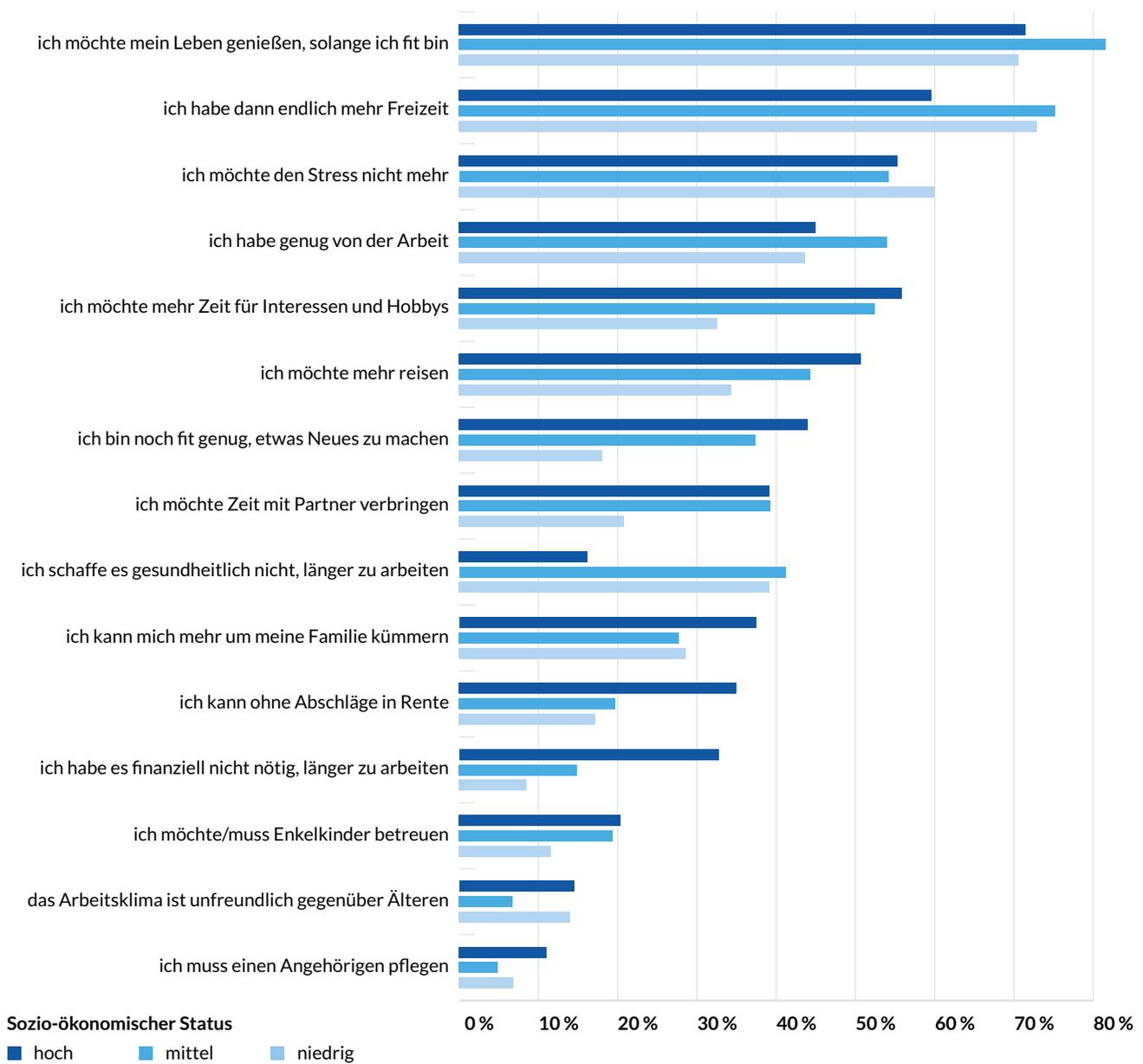
Wer möchte früher in Rente gehen?

Nur wenige planen bereits in jungen Jahren, wann sie einmal in Rente gehen möchten. Diese Wünsche konkretisieren sich in der Regel erst später im Leben (siehe Abbildung 2.9). Im fortgeschrittenen Alter haben die meisten Berufstätigen eine relativ klare Vorstellung: Etwa ein Viertel der 55- bis 64-Jährigen möchte am liebsten schon vor der Regelaltersgrenze in den Ruhestand wechseln, ein ähnlicher Anteil zum regulären Eintrittsdatum. Etwa jede:r Zehnte möchte länger arbeiten (siehe Kapitel 2).

Gesundheitliche Arbeitsbelastung zwingt vor allem untere Schichten zum früheren Renteneintritt

Von den Berufstätigen mit niedrigem sozio-ökonomischen Status möchten 41 Prozent vorzeitig in den Ruhestand wechseln (siehe Abbildung 2.9). Sehr viel weniger sind es in der arbeitenden Bevölkerung mit mittlerem (23 Prozent) oder hohem sozio-ökonomischen Status (28 Prozent). Dabei unterscheiden sich die Gründe, warum Menschen früher aus dem Berufsleben ausscheiden möchten, stark zwischen den gesellschaftlichen Schichten (siehe Abbildung 5.10). Berufstätige aus den unteren Schichten begründen diesen Wunsch überdurchschnittlich oft mit gesundheitlichen Einschränkungen – sie fühlen sich also körperlich nicht in der Lage, weiter zu arbeiten. Berufstätige aus den höheren sozialen Schichten nennen Belastungen durch die Arbeit deutlich seltener als Grund für ein früheres Ausscheiden aus dem Beruf. Sie blicken eher voller Vorfreude auf die Freizeit, die sie im Ruhestand gewinnen. Sie planen, ihren Horizont zu erweitern und sich ihren Interessen und Hobbys zu widmen. Sie können sich den früheren Abschied aus dem Berufsleben auch viel eher leisten: Über ein Drittel der Frührentner:innen in spe gibt an, auf ein Gehalt dann nicht mehr angewiesen zu sein. Aus den unteren Schichten ist von einer solchen finanziellen Sorglosigkeit nur in Einzelfällen zu hören.

ABBILDUNG 5.10 Warum Berufstätige früher in Rente wollen



Anteil an den Berufstätigen, die früher als zur Regelaltersgrenze in Rente gehen wollen, nach sozio-ökonomischem Status, in Prozent (n = 412)

| BertelsmannStiftung

Frage: „Es kann ja verschiedene Gründe geben, warum man nicht länger arbeiten möchte. Hier sind einige Gründe aufgeschrieben. Darf ich fragen, welche auch auf Sie zutreffen?“

5.3 Längeres Erwerbsleben für viele kaum zu bewältigen

Die Befragungsergebnisse zeigen, dass der Anstieg des Rentenalters eine große Herausforderung für viele Erwerbstätige darstellt. Zwar kann ein Teil der Berufstätigen dank besserer Gesundheit bis in ein immer höheres Alter im Job bleiben. Aber schon heute klagt fast die Hälfte der arbeitenden Bevölkerung auch über Belastungen im Beruf. Das sind häufig psychische Belastung wie das Arbeitspensum und der daraus resultierende Stress. Je nach Berufsgruppe kommen zu den psychischen jedoch auch körperliche Belastungen hinzu. Wenn der Körper nicht mehr mitspielt, ist eine längere Tätigkeit im bisherigen Beruf in der Regel undenkbar. Nicht immer ist es möglich, in der bisherigen Stelle weniger belastende Aufgaben zu übernehmen. Den Betroffenen bleibt dann nur übrig, entweder noch einmal umzusatteln oder frühzeitig mit Renteneinbußen in den Ruhestand zu gehen.

In den unteren Schichten arbeiten mehr Menschen unter belastenden Bedingungen

Menschen mit einem niedrigen sozio-ökonomischen Status arbeiten überdurchschnittlich häufig in physisch belastenden Jobs. Eine klare Mehrheit von ihnen wünscht sich weniger körperliche Belastungen. Fast die Hälfte möchte früher in den Ruhestand gehen. Dass dieser Wunsch oft nicht ganz freiwillig entsteht, zeigt sich auch daran, dass viele von ihnen gesundheitliche Gründe dafür nennen. Denn wer wie viele Menschen in den unteren Schichten vergleichsweise wenig verdient und auch nur wenig fürs Alter zurücklegen konnte, kann sich einen früheren Abschied aus dem Berufsleben oft nicht oder nur unter Hinnahme größerer finanzieller Einschränkungen leisten (siehe Kapitel 2).

Gerade Menschen mit einem niedrigen sozio-ökonomischen Status scheinen jedoch häufig keine gute Alternative zu haben. Sie haben weniger Einfluss auf die Gestaltung der Arbeitsbedingungen als Arbeitnehmende aus höheren sozialen Schichten. Viele arbeiten in Positionen mit wenig Gestaltungsmacht, was etwa alter(n)sgerechte Arbeitsbedingungen angeht. Ihre Tätigkeiten sind seltener flexibel und ortsunabhängig zu erledigen, etwa wenn

sie im Schichtdienst, auf dem Bau oder mit Kindern arbeiten. Und ebenso scheint eine berufliche Neuorientierung in weniger belastende Jobs in den unteren sozialen Schichten nur selten in Frage zu kommen. Die wenigsten haben bisher Angebote der beruflichen Weiterbildung und (Um-)Qualifizierung genutzt – ganz anders als in höheren sozialen Schichten. Besonders selten besuchen ältere Arbeitnehmende mit niedrigem sozio-ökonomischen Status Angebote zum lebenslangen Lernen oder Fortbildungen zur Digitalisierung. Derartige Angebote scheinen jene Menschen, die aus gesundheitlichen und finanziellen Gründen mitunter besonders davon profitieren könnten, bislang kaum zu erreichen.

Frauen müssen Erwerbsarbeit noch immer häufiger mit unbezahlter Sorgearbeit vereinbaren

Männer und Frauen empfinden ihren Beruf ähnlich häufig als belastend. Sie bemühen sich auch vergleichbar oft um bessere oder alter(n)sgerechte Arbeitsbedingungen. Einige weiterhin bestehende Geschlechtsunterschiede zeigen sich jedoch, wenn es um die Veränderungen geht, die sich Frauen und Männer jeweils im Berufsleben wünschen. So scheinen erwerbstätige Frauen noch immer weniger Anerkennung zu erfahren als Männer. Ein vergleichsweise großer Anteil von ihnen wünscht sich mehr Wertschätzung ihrer beruflichen Leistung. Frauen sind auch noch immer in weit größerem Umfang als Männer für unbezahlte Sorgearbeit wie Hausarbeit, Kinderbetreuung und die Versorgung pflegebedürftiger Angehöriger verantwortlich. Das äußert sich unter anderem darin, dass sie deutlich häufiger in Teilzeit beschäftigt sind als männliche Arbeitnehmer. Und sie wünschen sich auffallend häufiger als ihre männlichen Kollegen flexiblere Arbeitszeiten und die Möglichkeit, im Homeoffice zu arbeiten – wohl auch, um Sorge- und Erwerbsarbeit besser unter einen Hut zu bekommen.

6 Wer ist resilient, wer vulnerabel?

Die Auswertung zeigt eindrücklich: Viele Menschen haben keine individuellen Antworten auf die Herausforderungen durch den demografischen Wandel – sei es zur Sicherung eines ausreichenden Alterseinkommens, für eine angemessene Versorgung mit Pflegeleistungen oder im Umgang mit einem längeren Berufsleben. Unterschiede beim sozio-ökonomischen Status, beim Geschlecht, beim Wohnort oder auch beim Familienstand sind eng damit verknüpft, wie erfolgreich die Einzelnen das Leben in der alternden Gesellschaft selbstbestimmt gestalten können. Denn die Zugehörigkeit zu gesellschaftlichen Gruppen bestimmt mit darüber, ob Menschen über wichtige Ressourcen verfügen:

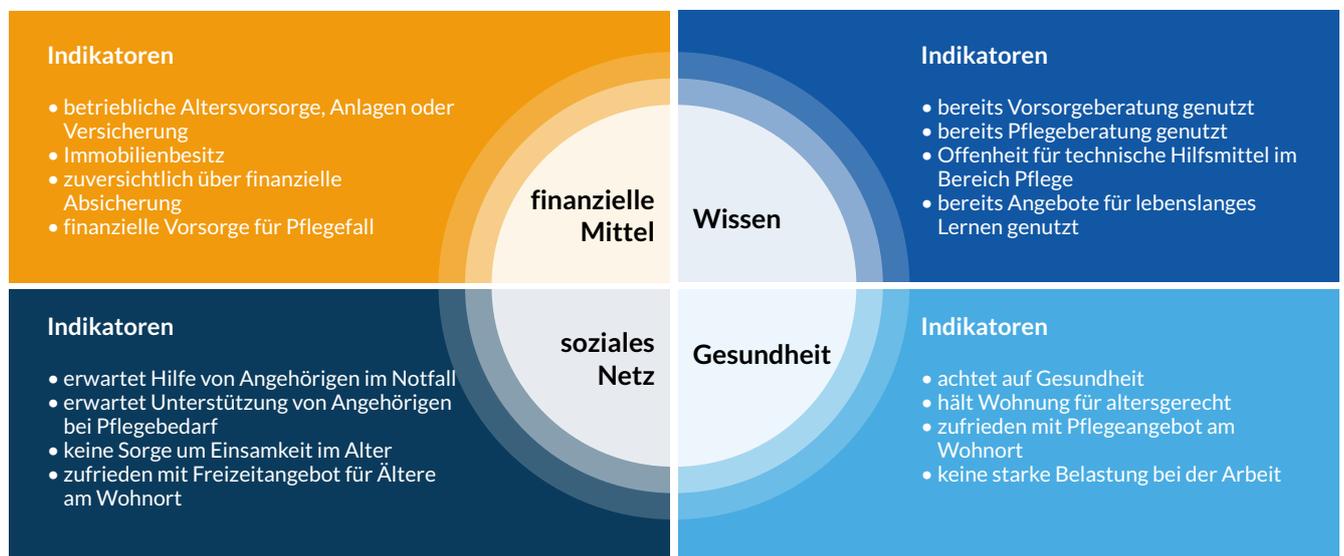
- **finanzielle Mittel**, die es ermöglichen, privat für das Alter sowie für möglicherweise auftretende Kosten im Pflegefall vorzusorgen;
- **Wissen** zu Strategien im Umgang mit den Herausforderungen der Alterung, etwa zu technischen Hilfsmitteln zur Unterstützung bei alltäglichen Aufgaben, zu Pflegeangeboten am Wohnort oder zu Beratungsangeboten für die finanzielle Altersvorsorge;
- ein starkes **soziales Netz** aus Familie und Freund:innen, die Gesellschaft leisten, bei Geldnot finanziell einspringen oder bei der Bewältigung alltäglicher Aufgaben helfen;
- eine gute **Gesundheit**, etwa dank eines aktiven und gesunden Lebensstils, wohnortnahen medizinisch-pflegerischen Leistungen, einer verträglichen Belastung im Job oder einer altersgerechten Wohnsituation.

Fehlt Menschen bloß eine dieser Ressourcen, können sie unter Umständen mithilfe der anderen das Defizit kompensieren. Wer sich zum Beispiel am Wohnort mit einem schlechten Angebot an professionellen Pflegedienstleistern konfrontiert sieht, kann das womöglich zumindest teilweise durch Unterstützung tatkräftiger, nahestehender Personen ausgleichen. Fehlt es hingegen an mehreren Ressourcen gleichzeitig, wird es für die oder den Einzelne:n sehr schwierig, diese zu kompensieren. Der oder die Betroffene ist dann besonders gefährdet und kaum in der Lage, auf eigene Faust mit den Folgen der gesellschaftlichen Alterung fertig zu werden.

In diesem Kapitel untersuchen wir auf Grundlage der repräsentativen Bevölkerungsbefragung, welche gesellschaftlichen Gruppen bezüglich gleich mehrerer der vier Ressourcen – finanzielle Mittel, Wissen, soziales Netz und Gesundheit – vulnerabel sind und damit entsprechend unserer Definition zu den besonders gefährdeten Personen im demografischen Wandel gehören. Wir legen dabei den Fokus auf die Gruppe der 50- bis 70-Jährigen, die noch keine Rente erhalten. Sie werden in den kommenden Jahren die Folgen der gesellschaftlichen Alterung unmittelbar zu spüren bekommen und sind bereits heute in einem Alter, in dem Vorsorge dringend erforderlich ist.

Dafür gehen wir wie folgt vor. Wir haben den vier Ressourcen jeweils vier Indikatoren zugeordnet, die den in der Bevölkerungsbefragung abgefragten Strategien entsprechen. So schätzen wir für jede der vier Ressourcen, ob ein:e Befragte:r die Ressourcen nutzt oder nutzen kann: Wenn gleich zwei oder mehr der vier Indikatoren darauf hinweisen, dass dies nicht der Fall ist, gilt die Person in Bezug auf die jeweilige Ressource als vulne-

ABBILDUNG 6.1 Die Indikatoren zur Untersuchung von Vulnerabilität im demografischen Wandel



In der Studie haben wir vier wesentliche Ressourcen untersucht, die den Einzelnen dabei helfen, den Folgen des demografischen Wandels in einer alternden Gesellschaft zu begegnen: finanzielle Mittel, Wissen, ein soziales Netz und Gesundheit. Anhand der in der Abbildung dargestellten Indikatoren ermitteln wir, welche Menschen über diese Ressourcen verfügen oder nicht verfügen.

| BertelsmannStiftung

rabel (siehe Abbildung 6.1 für eine Übersicht). Zum Beispiel gilt das für eine Person im Fall der Ressource „finanzielle Mittel“, wenn diese nicht privat für das Alter vorsorgt, gleichzeitig kein Haus als Absicherung besitzt und auch nicht finanziell für einen möglichen Pflegebedarf vorsorgt. Als „besonders gefährdet“ verstehen wir Personen, die mehrfach vulnerabel sind und gleich drei oder alle vier Ressourcen nicht nutzen können. Die insgesamt 16 Indikatoren liefern auf diese Weise eine Annäherung an die vielfältigen Formen von Vulnerabilität im demografischen Wandel. Dabei handelt es sich um eine von vielen verschiedenen möglichen Herangehensweisen an das Thema Vulnerabilität.¹³⁶

Nur eine Minderheit zeigt keine Vulnerabilität

Rund dreißig Prozent der 50- bis 70-Jährigen, die noch keine Rente beziehen, gelten nach dieser Berechnung

als besonders gefährdet. Sie sind einem besonderen Risiko ausgesetzt, die Folgen des demografischen Wandels nicht eigenständig bewältigen zu können (siehe Abbildung 6.2). Nur bei einer Minderheit der 50- bis 70-Jährigen lässt sich hingegen vermuten, dass sie bezüglich keiner Ressource vulnerabel sind. Erwartungsgemäß sind Angehörige bestimmter gesellschaftlicher Gruppen vergleichsweise häufig besonders gefährdet. Menschen mit einem niedrigen sozio-ökonomischen Status machen 39 Prozent der besonders gefährdeten Personen aus und sind damit stark überproportional vertreten: Ihr Anteil ist fast doppelt so hoch wie unter den 50- bis 70-Jährigen, die noch keine Rente beziehen, insgesamt (siehe Tabelle 6.1). Ebenso sind Menschen aus Ostdeutschland, Großstädter:innen sowie Alleinerziehende überproportional in der Gruppe der besonders gefährdeten Personen vertreten.

¹³⁶ Naudé, W., Santos-Paulino, A. U. & McGillivray, M. (2009). Measuring vulnerability: An overview and introduction. *Oxford Development Studies*, 37(3), S. 183–191.

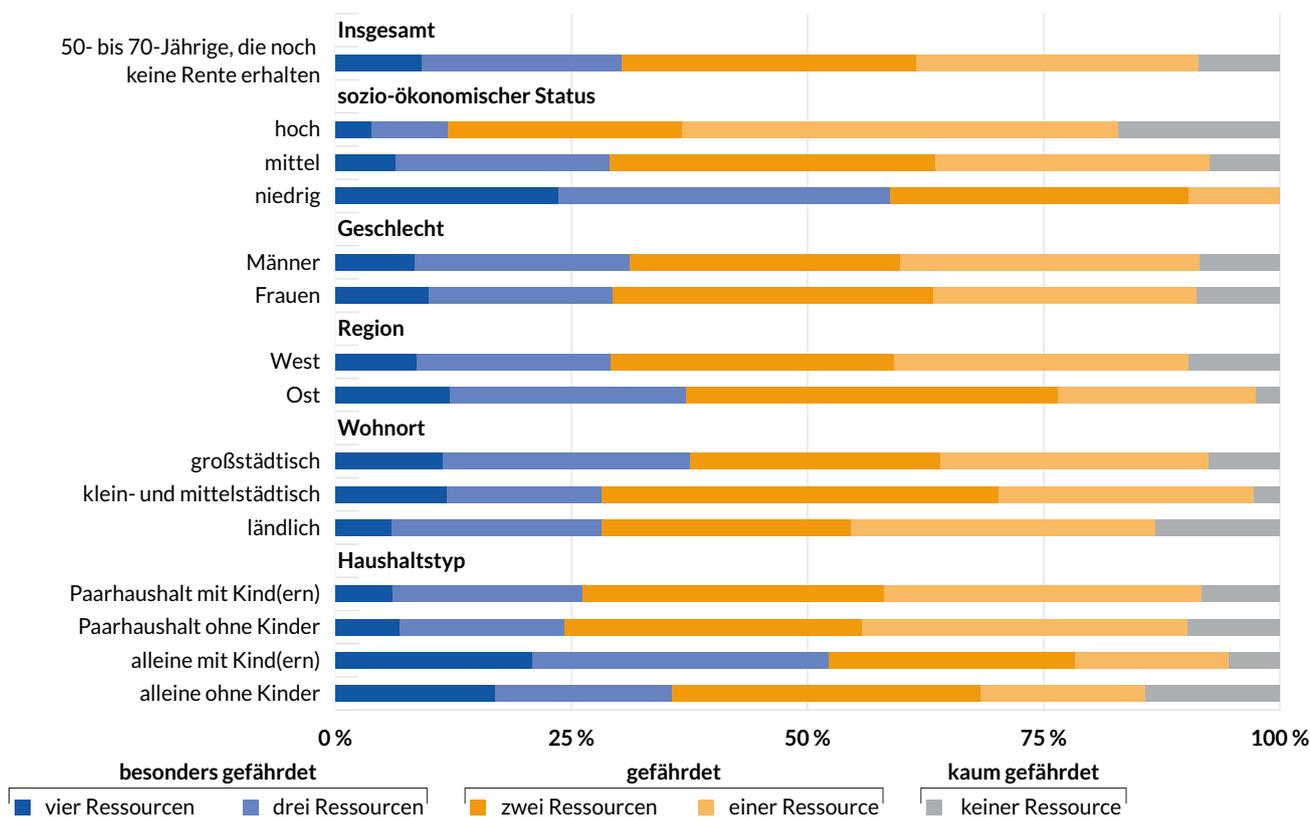
Untere Schichten besonders gefährdet

Fast 60 Prozent der 50- bis 70-Jährigen mit niedrigem sozio-ökonomischen Status sind nach unserer Berechnung besonders gefährdet (siehe Abbildung 6.2). Der Anteil ist erheblich größer als unter Personen mit mittlerem und höherem sozio-ökonomischen Status mit 29 beziehungsweise 11 Prozent. Unterschieden nach verschiedenen Ressourcen, zeigt sich das immer gleiche Bild: Menschen aus den unteren sozio-ökonomischen Schichten sind überproportional oft vulnerabel (siehe

Abbildung 6.3). Mit Blick auf die Ressourcen soziales Netz, finanzielle Mittel sowie Gesundheit ist der Anteil der vulnerablen Personen aus den unteren Schichten sogar über anderthalbmal so groß wie ihr Anteil an der Gruppe der 50- bis 70-Jährigen insgesamt.

Die Vulnerabilitäten hinsichtlich verschiedener Ressourcen können sich auf vielfältige Weise gegenseitig verstärken. Wenn sich Menschen mit niedrigem sozio-ökonomischen Status aufgrund finanzieller Unsicherheit gezwungen sehen, über das Rentenalter hinaus zu ar-

ABBILDUNG 6.2 Wer verschiedene Formen der Vulnerabilität auf sich vereint



Anteil an den 50- bis 70-Jährigen, die noch keine Rente beziehen, in Prozent (n = 375)

| BertelsmannStiftung

Weite Teile der Bevölkerung laufen Gefahr, die Folgen des demografischen Wandels nicht in ausreichender Weise bewältigen zu können. Die Abbildung zeigt, welcher Anteil der jeweiligen Gruppe wie viele der vier Ressourcen nicht nutzt oder nutzen kann. 30 Prozent der 50- bis 70-Jährigen fehlen gleich drei oder vier Ressourcen – sie gelten nach unserer Definition als besonders gefährdet im demografischen Wandel. Das ist aber nicht für alle Bevölkerungsgruppen gleichermaßen der Fall. Überdurchschnittlich häufig sind Personen mit niedrigem sozio-ökonomischen Status, Menschen aus Ostdeutschland, Großstadtbewohner:innen und Alleinerziehende besonders gefährdet.

TABELLE 6.1 Welche Gruppen besonders gefährdet sind

	Gruppe	Anteil an den besonders gefährdeten 50- bis 70-Jährigen, die noch keine Rente beziehen	Anteil an den 50- bis 70-Jährigen, die noch keine Rente beziehen, insgesamt
sozio-ökonomischer Status	hoch	10,9	27,8
	mittel	49,7	51,9
	niedrig	39,4	20,3
Geschlecht	Männer	50,0	48,6
	Frauen	50,0	51,4
Region	West	82,5	85,8
	Ost	17,5	14,2
Wohnort	großstädtisch	30,3	24,6
	klein- und mittelstädtisch	31,4	34,0
	ländlich	38,3	41,4
Haushaltstyp	Paarhaushalt mit Kind(ern)	56,2	65,2
	Paarhaushalt ohne Kinder	9,4	11,7
	alleine mit Kind(ern)	23,0	13,4
	alleine ohne Kinder	11,4	9,6

Die Tabelle zeigt den Anteil verschiedener gesellschaftlicher Gruppen an den besonders gefährdeten 50- bis 70-Jährigen – hier definiert als Menschen, die Defizite in drei oder vier der Ressourcen aufweisen – sowie den Anteil der jeweiligen Gruppen an den 50- bis 70-Jährigen insgesamt. Das Ergebnis zeigt, dass in einigen Gruppen überproportional viele Personen besonders gefährdet sind. Zum Beispiel ist der Anteil der Personen mit niedrigem sozio-ökonomischen Status unter den besonders Gefährdeten fast doppelt so groß wie ihr Anteil an der Bevölkerung zwischen 50 und 70 Jahren insgesamt.

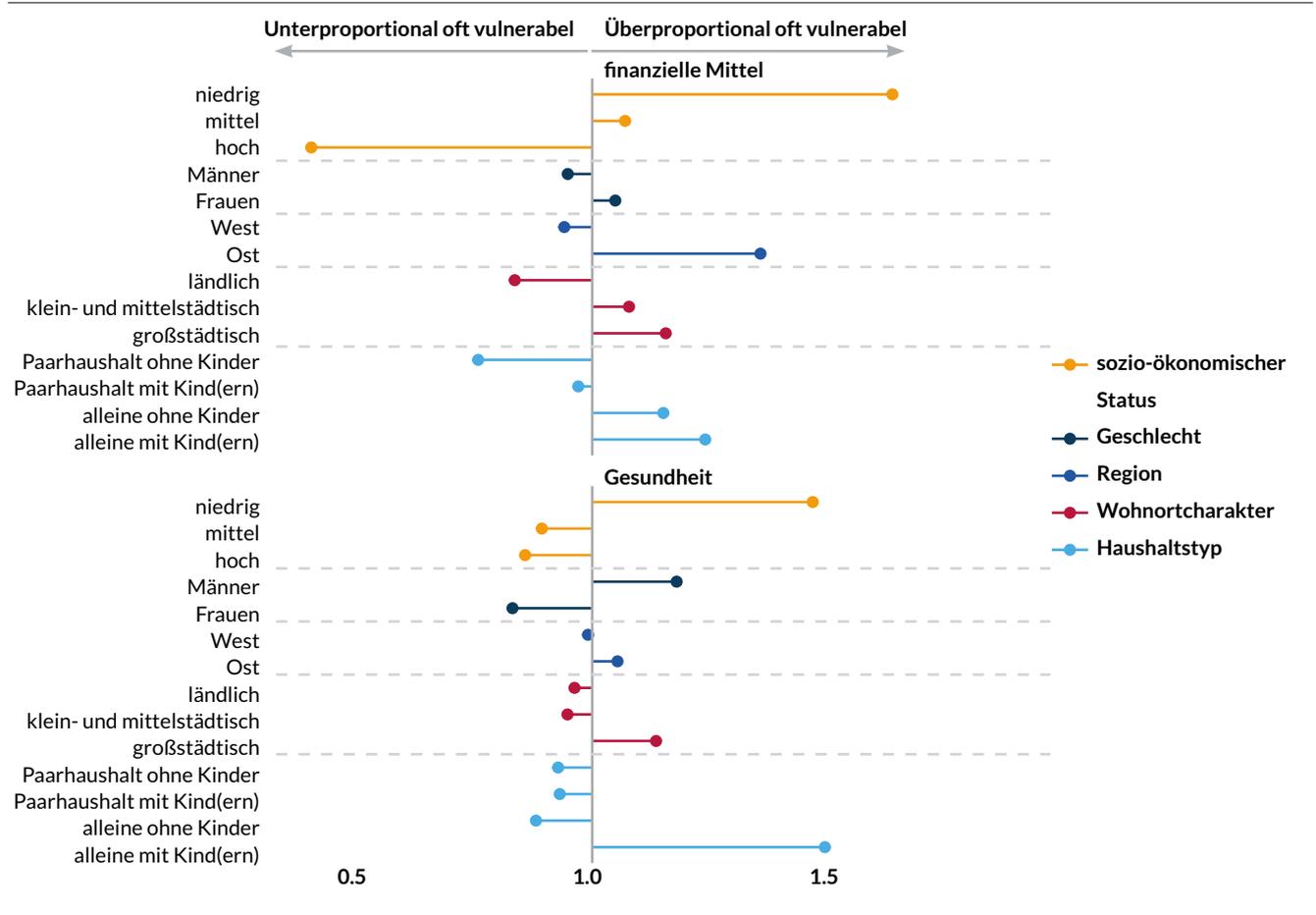
beiten und hinzuzuverdienen, kann darunter ihre Gesundheit leiden, weil sie länger den Belastungen im Job ausgesetzt sind. Umgekehrt kann eine angeschlagene Gesundheit aber auch dazu führen, dass die Menschen früher aus dem Berufsleben ausscheiden müssen. Ihnen fehlen dann Beitragsjahre bei der Rente und der privaten Vorsorge, was abermals finanzielle Einbußen zur Folge hat. Hinzu kommt, dass viele Personen aus den unteren sozialen Schichten über unzureichende und wenig leistungsfähige soziale Netzwerke verfügen, sodass sie weder in prekären finanziellen Situationen noch in gesundheitlichen Notfällen auf informelle Hilfe bauen können.

50- bis 70-Jährige aus den mittleren Schichten sind zwar leicht unterproportional in der Gruppe der besonders Gefährdeten vertreten. In absoluten Zahlen sind sie aber am häufigsten besonders gefährdet. Das betrifft insbeson-

dere die Ressource „finanzielle Mittel“. Viele von ihnen befürchten, nicht genügend privat vorgesorgt zu haben und besitzen keine Immobilie zur Absicherung im Alter. Auch sie laufen Gefahr, den gewohnten Lebensstandard im Ruhestand nicht halten zu können. Das Ergebnis verdeutlicht, dass Vulnerabilität im demografischen Wandel nicht nur die unteren Schichten betrifft, sondern einen breiteren Teil der Gesellschaft. Allerdings dürften nur vergleichsweise wenige aus den mittleren Schichten Gefahr laufen, in existenzielle Nöte zu geraten, etwa in die Altersarmut abzurutschen. Das betrifft nach wie vor eher die unteren sozio-ökonomischen Schichten.¹³⁷

¹³⁷ Haan, P., Stichnoth, H., Blömer, M., Buslei, H., Geyer, J., Krolage, C. et al. (2017). Entwicklung der Altersarmut bis 2036: Trends, Risikogruppen und Politikszenerien. Gütersloh: Bertelsmann Stiftung.

ABBILDUNG 6.3-1 **Wie sich Vulnerabilität zwischen verschiedenen Gruppen unterscheidet**



Anteil der 50- bis 70-Jährigen, die noch keine Rente beziehen, bei denen mindestens zwei der ausgewählten vier Indikatoren auf Vulnerabilität bei der Ressource hinweisen, relativ zum Anteil an den 50- bis 70-Jährigen, die noch keine Rente beziehen, insgesamt, nach Ressource (n = 375).

| BertelsmannStiftung

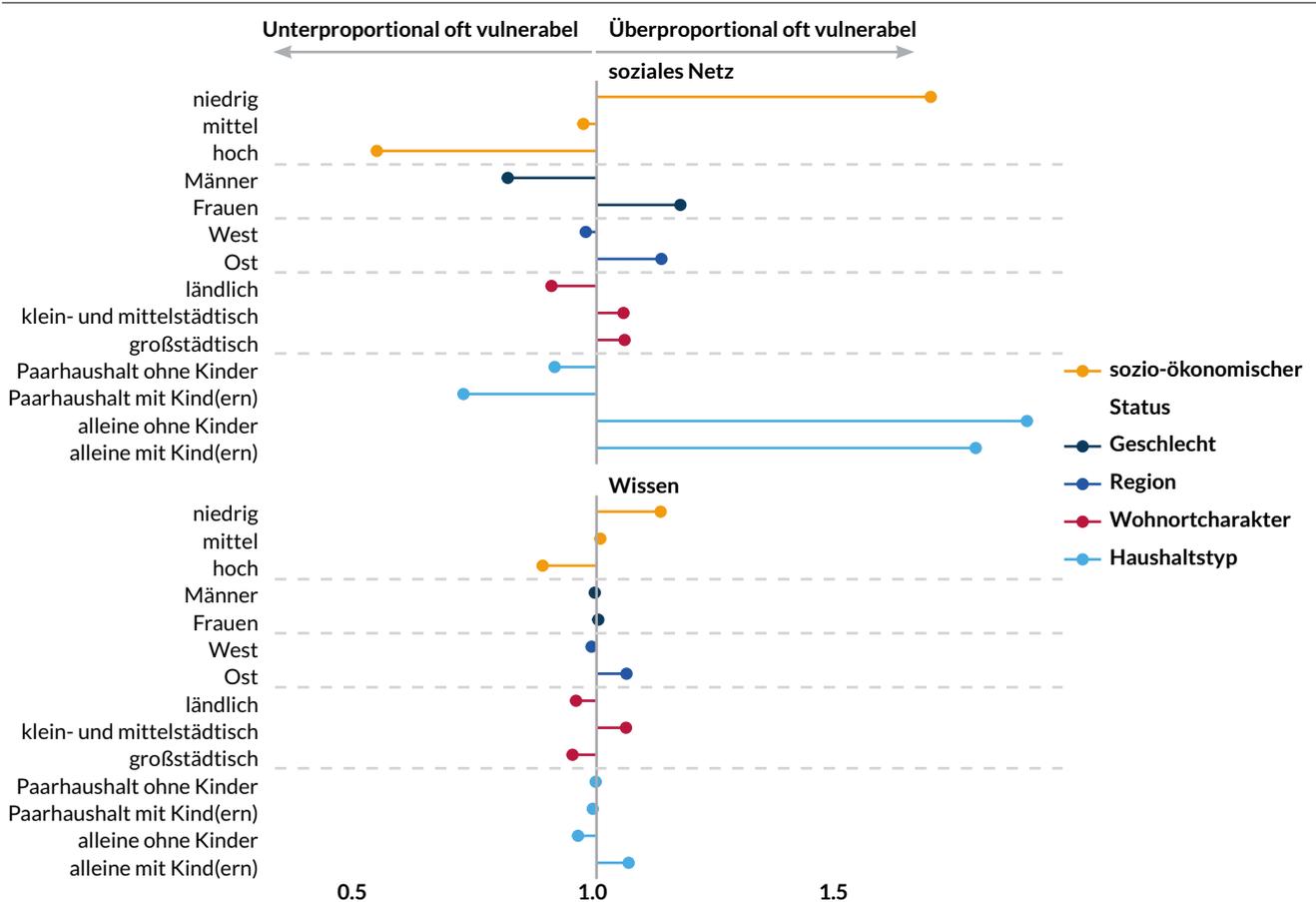
Männer sind bei Fragen der Gesundheit vulnerabel, Frauen eher beim sozialen Netz und der finanziellen Vorsorge

50- bis 70-jährige Männer und Frauen sind ähnlich häufig besonders gefährdet gegenüber den Folgen des demografischen Wandels. Allerdings stehen sie in der Regel jeweils vor unterschiedlichen Schwierigkeiten. Männer sind eher in Bezug auf ihre Gesundheit vulnerabel und sie werden früher pflegebedürftig. Sie geben nur halb so oft wie Frauen an, dass sie auf ihre Gesundheit achten. Und Männer beklagen sich auch häufiger über die Belastung im Job, etwa aufgrund schwerer körperlicher Arbeit

oder Lärm, sodass ein längeres Erwerbsleben für sie besonders schwierig sein dürfte.

Wenn 50- bis 70-jährige Frauen als besonders gefährdet gelten, liegt das eher daran, dass sie ihre sozialen Netze als weniger belastbar einstufen als Männer und sich häufiger Sorgen um Einsamkeit im höheren Alter machen. Außerdem ist finanzielle Unsicherheit mit Blick auf das Alter unter Frauen deutlich stärker verbreitet als unter Männern. Das liegt vor allem daran, dass Frauen weiterhin den Großteil der unbezahlten Sorgearbeit übernehmen. Dabei haben alleinstehende Frauen bei einigen Ressourcen ein noch höheres Risiko der Vulne-

ABBILDUNG 6.3-2 **Wie sich Vulnerabilität zwischen verschiedenen Gruppen unterscheidet**



Anteil der 50- bis 70-Jährigen, die noch keine Rente beziehen, bei denen mindestens zwei der ausgewählten vier Indikatoren auf Vulnerabilität bei der Ressource hinweisen, relativ zum Anteil an den 50- bis 70-Jährigen, die noch keine Rente beziehen, insgesamt, nach Ressource (n = 375). | BertelsmannStiftung

Wie vulnerabel eine gesellschaftliche Gruppe ist, unterscheidet sich auch nach betrachteter Ressource. Die Grafik gibt den Anteil einer Gruppe an den vulnerablen 50- bis 70-Jährigen in Bezug auf die jeweilige Ressource relativ zu ihrem Anteil an den 50- bis 70-Jährigen insgesamt wieder. Ein Wert größer als eins zeigt an, dass überproportional viele aus einer Gruppe vulnerabel sind, weil sie Defizite mit Blick auf die jeweilige Ressource aufweisen. So haben zum Beispiel Menschen mit einem niedrigen sozio-ökonomischen Status ein besonders hohes Risiko, im Alter nicht ausreichend finanziell abgesichert zu sein. Ihr Anteil an den vulnerablen Personen mit Blick auf diese Ressource ist etwa 1,6-mal so hoch wie ihr Anteil an den 50- bis 70-Jährigen insgesamt.

rabilität hinsichtlich fehlender Unterstützung und Isolation sowie ihrer finanziellen Absicherung im Alter.¹³⁸

138 Die Ergebnisse zur Vulnerabilität nach Geschlecht in Kombination mit dem Familienstand beziehungsweise nach Wohnort in Kombination mit dem sozio-ökonomischen Status beruhen auf kleinen Fallzahlen und sind daher unter Vorbehalt zu interpretieren.

Überproportional viele besonders Gefährdete in Ostdeutschland

Laut unserer Berechnung sind 37 Prozent der 50- bis 70-Jährigen in Ostdeutschland besonders gefährdet, im Vergleich zu 29 Prozent im Westen. Einkommen und Vermögen sind im Osten im Schnitt deutlich geringer, sodass die Menschen auch weniger privat vorsorgen können. In der Folge blicken sie pessimistischer auf ihre finanzielle Vorsorge für das Alter. Auch hinsichtlich ihrer sozialen Netze erscheinen Menschen im Osten überproportional vulnerabel. Sie schätzen vor allem die Freizeitangebote für Ältere vor Ort als schlechter ein, was sich angesichts der wegbrechenden Versorgung in vielen schrumpfenden Dörfern und Kleinstädten weiter zuspitzen dürfte.

Es lässt sich nicht pauschal sagen, ob die Bevölkerung auf dem Land öfter besonders gefährdet ist als in der Stadt. In der Stadt ist die Versorgungslage allgemein besser als in Dörfern und Kleinstädten und im Schnitt wohnen dort mehr Menschen mit hohem sozio-ökonomischen Status, was mit einer höheren Resilienz einhergeht. Dafür besitzen Landbewohner:innen deutlich häufiger Immobilien als Stadtbewohner:innen, die ihnen Sicherheit im Alter geben und die sie altersgerecht umbauen können. 50- bis 70-Jährige genießen auf dem Land auch besonders starke Netzwerke aus engen Familienangehörigen und Freund:innen, die sie in schwierigen Lebensphasen auffangen können. Der Wohnort spielt also eher eine nachgeordnete Rolle bei der Resilienz – es ist vor allem der sozio-ökonomische Status, der darüber entscheidet, ob Menschen mit den spezifischen Herausforderungen in der Stadt oder auf dem Land umgehen können. So sind Menschen mit niedrigem sozio-ökonomischen Status in ländlichen Regionen ähnlich oft besonders gefährdet wie in den Großstädten.¹³⁹

Partner:in und Kinder als Absicherung im Alter

Alleinstehende 50- bis 70-Jährige scheinen deutlich häufiger besonders gefährdet im demografischen Wandel zu sein als Personen, die mit einem Partner oder einer Partnerin zusammenleben. Die meisten Paare tei-

len sich die Altersvorsorge und fangen sich gegenseitig auf, wenn eine:r mal weniger für den Ruhestand zurücklegen kann. Alleinstehende müssen sich hingegen auch in finanziell schwierigen Zeiten meist eigenständig um ihre Vorsorge kümmern. Das wird dann besonders schwierig, wenn sie ihre Arbeitszeit zugunsten der Fürsorge für ihre pflegebedürftigen Eltern oder für ihre Kinder reduzieren müssen – in der Regel betrifft dies Frauen. Abstriche bei den Beiträgen zur gesetzlichen und privaten Rente sind dann für sie meist unvermeidbar.

Gleichzeitig sind Alleinstehende besonders in Bezug auf ihre sozialen Beziehungen vulnerabel. Sie sorgen sich deutlich häufiger als Menschen in Partnerschaften, eines Tages einsam zu sein und sie können in finanziellen Notfällen seltener auf die Unterstützung durch Nahestehende bauen. Für Alleinstehende ist es zudem seltener gewiss, ob ihnen jemand zur Seite steht, wenn sie mal auf Hilfe im Alltag angewiesen sind. Gerade kinderlose Alleinstehende können nur auf informelle Unterstützung im erweiterten Familienkreis oder unter Freund:innen hoffen und sind mit Blick auf ihr soziales Netz stark überproportional vulnerabel. Wer in einer Partnerschaft lebt und Kinder hat, fühlt sich dagegen erheblich sicherer, dass eines Tages für ihn oder sie gesorgt wird.

Die besonders Gefährdeten haben spezifischen Unterstützungsbedarf

Vulnerabilität im demografischen Wandel ist keine gesellschaftliche Randerscheinung. Sie betrifft vielmehr breite Teile der Bevölkerung. Dabei droht die Alterung bestehende Ungleichheiten drastisch zu verstärken. Wer heute nicht ausreichend Geld für die Vorsorge hat, auf kein leistungsfähiges soziales Netz zurückgreifen kann, nicht über das notwendige Wissen für die Vorsorge verfügt und nicht auf die eigene Gesundheit achtet oder achten kann, wird es voraussichtlich auch im Alter vergleichsweise schwer haben, das eigene Leben selbstbestimmt zu gestalten.

Besonders der sozio-ökonomische Status – also die Kombination aus Einkommen, Bildungsabschluss und Berufsfeld – hängt auffallend eng mit Vulnerabilität im demografischen Wandel zusammen. Menschen aus den unteren sozio-ökonomischen Schichten haben verglichen mit den

¹³⁹ S. Fußnote 138.

mittleren und oberen Schichten kaum Zugriff auf die notwendigen Ressourcen, um sich gegenüber den Herausforderungen des Wandels behaupten zu können. Ihre Vulnerabilität in verschiedenen Lebensbereichen kumuliert sich und sorgt für besonderen Unterstützungsbedarf.

Es ist aber auch wichtig, die spezifischen Herausforderungen einzelner Gruppen in den Blick zu nehmen. Frauen benötigen vor allem bessere Chancen, ihr Alterseinkommen selbstständig zu sichern. Männer brauchen wiederum eher gezielte Unterstützung, gesundheitliche Belastungen in der individuellen Lebensführung sowie im Job zu reduzieren. Und wenn das soziale Netz an Bedeutung für die Absicherung im Alter gewinnt, brauchen gerade Alleinstehende Hilfe, damit sie auch ohne die Unterstützung eines Partners oder einer Partnerin im höheren Alter zurechtkommen.

6.1 Handlungsbedarfe

Um die Herausforderungen der alternden Gesellschaft zu bewältigen, braucht es vielfältige Maßnahmen, die an verschiedenen Lebensbereichen der einzelnen Bürger:innen ansetzen. Das letzte Kapitel zeigt die wichtigsten Handlungsbedarfe auf und stellt einige Beispiele für vielversprechende Maßnahmen vor, die öffentlich diskutiert oder in anderen Ländern bereits genutzt werden. Sie verdeutlichen, wie vielfältig die Möglichkeiten sind, um individuelle Resilienz im demografischen Wandel zu stärken.

Die Politik muss dabei Kompromisse zwischen verschiedenen Zielen finden, die miteinander in Konflikt stehen können. Zum Beispiel soll die Erwerbsbeteiligung weiter steigen, damit genügend Fachkräfte arbeiten und in die sozialen Sicherungssysteme einzahlen können. Aber gleichzeitig kann der wachsende Pflegebedarf kaum ohne eine Zunahme der familiären Pflege gedeckt werden, für den viele ihre Erwerbszeit reduzieren müssen. Ebenso werden vermutlich Zielkonflikte mit anderen Politikfeldern zunehmen. Staatsausgaben für die Absicherung der alternden Bevölkerung belasten immer stärker den öffentlichen Haushalt, wie etwa steigende Zuschüsse aus Steuergeldern für Pflege und Renten.¹⁴⁰

Diese Mittel fehlen aber dann an anderer Stelle. Schon heute bräuchte es auch dringend mehr Investitionen für Bildung, Digitalisierung, Klimaschutz und weitere Zukunftsaufgaben.

Wo sollten Politik, Unternehmen und die Zivilgesellschaft trotz dieser Herausforderungen ansetzen, um die Resilienz gefährdeter Gruppen im demografischen Wandel zu stärken?

Den demografischen Wandel in Gesellschaft und Politik stärker in den Fokus rücken

Bund und Länder sollten die Bürger:innen verstärkt **für den demografischen Wandel und dessen Folgen für die oder den Einzelne:n sensibilisieren**. Denn obwohl die gesellschaftliche Alterung Jahr für Jahr voranschreitet und in immer mehr Lebensbereichen zu spüren ist, scheint der demografische Wandel als Thema in der öffentlichen Wahrnehmung nicht an Bedeutung zu gewinnen (siehe Kapitel 1.1). Über Angebote wie das „Demografie-Portal“ bieten Bund und Länder zwar bereits Informationsmaterial zum demografischen Wandel an.¹⁴¹ Die Politik könnte aber in Zusammenarbeit mit Expert:innen aus Wissenschaft, Zivilgesellschaft und Unternehmen zusätzlich größere Kampagnen organisieren und so einer breiteren Öffentlichkeit verdeutlichen, welche Herausforderungen am Wohnort, im Job, bei der Rente oder für die Pflege zu bewältigen sind. Das kann ein Problembewusstsein schaffen, auf vorhandene Beratungsangebote aufmerksam machen und individuelles Handeln zur Vorsorge für das Alter motivieren.

Auch sollte die Politik verstärkt **die vielfältigen Herausforderungen der demografischen Entwicklung für besonders gefährdete Personen in den Blick nehmen** und es als eine Querschnittsaufgabe betrachten, sie in ihrer Resilienz zu stärken. Dafür könnte etwa der „Demografie-Check“ eine gute Grundlage sein, den die Bundesregierung vor knapp einem Jahrzehnt eingeführt hat. Der Check verlangt, dass alle relevanten Ministerien neue Gesetzesentwürfe hinsichtlich ihrer Auswirkungen auf künftige Generationen überprüfen.¹⁴² Hier könnte als ein Kriterium für neue Ge-

¹⁴¹ Bund-Länder Demografie Portal (ohne Jahr). Über das Demografieportal. bit.ly/3krpKIT (15.02.23).

¹⁴² Bund-Länder Demografie Portal (ohne Jahr). Der „Demografie-Check“ der Bundesregierung. bit.ly/3l038B3 (15.02.23).

¹⁴⁰ S. Fußnote 16.

setze zusätzlich aufgenommen werden, dass im demografischen Wandel besonders gefährdete Gruppen nicht zusätzlich belastet werden und ihre Bedarfe besondere Berücksichtigung finden. Auch in der 2012 vorgestellten Demografiestrategie der Bundesregierung, die das Bundesinnenministerium im Austausch mit weiteren Ministerien zur „Gestaltung des demografischen Wandels“ betreut, könnte als Handlungsfeld die Stärkung der Resilienz besonders gefährdeter Gruppen aufgenommen werden.¹⁴³

Finanzielle Sicherheit durch ein starkes Drei-Säulen-System und hohe Beschäftigung

Um allen Gesellschaftsmitgliedern ein sicheres Alterseinkommen zu garantieren, bedürfte es einer Reform des Drei-Säulen-Systems der Altersvorsorge. Zunächst sollte die Politik **die gesetzliche Rente stärken**, denn sie bleibt für die meisten Menschen die wichtigste finanzielle Stütze im Alter (siehe Kapitel 2.2). Vielen Personen mit niedrigem sozio-ökonomischen Status, die kaum privat vorsorgen können, droht bei einem weiter sinkenden gesetzlichen Rentenniveau die Altersarmut.¹⁴⁴ Das von der aktuellen Bundesregierung eingeführte Generationenkapital – bei dem der Staat Geld in Aktien und Anleihen investiert und aus den Zinserträgen einen Teil der Renten bezahlt – ist ein Ansatz, der langfristig die Finanzierung der Renten sichern soll, ohne die Beiträge zu erhöhen.¹⁴⁵ Das kann aber erst langfristig und mit hohen jährlichen Investitionen helfen, das Rentenniveau zu stabilisieren.¹⁴⁶

In den Wirtschaftswissenschaften werden rege Diskussionen darüber geführt, welche weiteren Maßnahmen notwendig sind, um die Rente langfristig zu sichern. Einige Ökonom:innen schlagen etwa vor, das Rentenalter an die steigende Lebenserwartung zu koppeln und es auf diese Weise dynamisch anzuheben, oder die Sozialbei-

träge zu erhöhen.¹⁴⁷ Bei jeder weiteren Verlängerung der Lebensarbeitszeit müssen jedoch jene Berufsgruppen besonders berücksichtigt werden, die aufgrund hoher körperlicher oder auch psychischer Belastung nicht ohne Weiteres länger arbeiten können (siehe unten). Andere lehnen beides ab und fordern zum Beispiel die Auflockerung des Äquivalenzprinzips – also des Prinzips, wonach die spätere Rentenhöhe proportional von den eingezahlten Beiträgen und damit vom Erwerbseinkommen abhängt.¹⁴⁸ Ein derart progressives System findet bereits in Schweden Anwendung. Menschen mit einem geringen Einkommen erhalten dort einen höheren Anteil ihres Einkommens als Rente ausbezahlt als Menschen, die während ihres Berufslebens besser verdient haben.¹⁴⁹ Das wirksamste Mittel gegen Altersarmut wären allerdings höhere Löhne, vor allem für Geringverdiener:innen.

Ergänzend dazu sollte die Politik **zu mehr privater Vorsorge motivieren**. Sie könnte bestehende Steuervorteile und Zuschüsse für Altersanlagen wie bei der Riesterrente ausweiten, damit Menschen mit mittleren und niedrigen Einkommen zusätzliche Anreize bekommen, zumindest kleine Beiträge regelmäßig für das Alter zurückzulegen. Um über alle sozio-ökonomischen Schichten hinweg mehr Menschen zur Vorsorge zu bewegen, hat die hessische Landesregierung zusammen mit dem ifo Institut für Wirtschaftsforschung ein Konzept für die sogenannte Deutschland-Rente vorgeschlagen.¹⁵⁰ Dabei würden Beschäftigte automatisch einen Teil ihres Lohns in eine private Zusatzrente einzahlen – es sei denn, sie sprechen sich aktiv dagegen aus (Opt-Out-Regelung genannt).

Ergänzend zur privaten Vorsorge sollten Politik und Arbeitgeber:innen **die betriebliche Altersvorsorge leichter zugänglich machen**, insbesondere für Geringverdiener:innen. Der Staat hat 2020 die Zuschüsse für Be-

143 Bundesministerium des Innern (2012). Jedes Alter zählt. Demografiestrategie der Bundesregierung. Berlin.

144 Buslei, H., Fischer, B., Geyer, J. & Hammerschmid, A. (2019). Das Rentenniveau spielt eine wesentliche Rolle für das Armutrisiko im Alter. DIW Wochenbericht, 86(21/22), S. 375–383.

145 Wissenschaftlicher Beirat beim Bundesministerium der Finanzen (2022). Stellungnahme des Wissenschaftlichen Beirats beim BMF „Kapitalgedeckte Rente: Ein neuer Anlauf?“. Monatsbericht des BMF. September 2022.

146 Pimpertz, J. (2022). Kapitaldeckung in der gesetzlichen Rente? Schwierig! IW-Nachricht. bit.ly/3YGKzhp (10.03.23).

147 Greive, M. & Riedel, D. (03.01.23). Wirtschaftsweise Monika Schnitzer fordert höheres Renteneintrittsalter. Handelsblatt. bit.ly/3ZpyaiN (15.02.23).

148 Fratscher, M. (13.01.23). Schluss mit der Umverteilung von arm nach reich. Fratzschers Verteilungsfragen. Zeit Online. bit.ly/3IN001Z (20.02.22).

149 Shi, J. & Kolk, M. (2022). How does mortality contribute to lifetime pension inequality? Evidence from five decades of Swedish taxation data. Demography, 59(5), S. 1843–1871.

150 Knabe, A. & Weimann, J. (2017). Die Deutschlandrente: Ein Konzept zur Stärkung der kapitalgedeckten Altersvorsorge. ifo Schnelldienst, 70(18).

etriebsrenten stark erhöht und so dafür gesorgt, dass sie viel häufiger in Anspruch genommen werden.¹⁵¹ Weiterhin bieten aber viele Arbeitgeber:innen ihren Angestellten noch keine Betriebsrenten an. Gezielte Anreize für Unternehmen in Branchen, in denen bisher nur wenige Beschäftigte über betriebliche Renten verfügen, könnten ihre Verbreitung weiter fördern, gerade bei Menschen mit geringem Einkommen.¹⁵² Auch bei der betrieblichen Rente würde ein allgemeines Opt-Out-Modell vermutlich für eine höhere Verbreitung sorgen. Das zeigt etwa die Erfahrung aus dem Vereinigten Königreich, wo die meisten Beschäftigten automatisch in die Betriebsrente einzahlen und sich nur selten dazu entscheiden auszusteigen.¹⁵³

Nicht zuletzt braucht es Maßnahmen, die **eine gerechtere Aufteilung der unbezahlten Sorgearbeit fördern** und so die finanzielle Sicherheit von Frauen im Alter verbessern. Hier gibt es vielfältige Ansatzpunkte. Zum Beispiel können Investitionen in die Betreuungsinfrastuktur für Kinder und Pflegebedürftige die Erwerbsbeteiligung von Frauen erhöhen – was sich wiederum positiv auf ihre finanzielle Vorsorge für das Alter auswirkt.¹⁵⁴ Ähnliches könnten vom Staat verteilte Haushaltsgutscheine bewirken, die einen großen Teil der Kosten für haushaltsnahe Dienstleistungen wie Putzen übernehmen.¹⁵⁵ In Belgien sorgt ein Gutschein-Programm schon seit knapp 20 Jahren dafür, dass Paare häufiger für Dienstleistungen im Haushalt bezahlen und Frauen dadurch öfter einen Vollzeitjob übernehmen, anstatt zu Hause zu bleiben.¹⁵⁶ Die Maßnahme sorgt auch für weniger Schwarzarbeit im Bereich der haushaltsna-

hen Dienstleistungen, sodass die Beschäftigten häufiger von Sozialleistungen profitieren und selber Rentenpunkte sammeln.¹⁵⁷ Darüber hinaus könnten zusätzliche Anreize für eine Aufteilung der Elternzeit zwischen den Geschlechtern die Erwerbszeit von Frauen erhöhen. Zum Beispiel könnten Partnerschaftsbonus und Elterngeld-Plus ausgebaut werden – sie sorgen schon heute dafür, dass sich die Dauer der bezahlten Elternzeit verlängert, wenn auch der Vater und nicht nur die Mutter die Elternzeit nutzt.¹⁵⁸

Gesundheit: von Prävention zur Förderung der familiären und professionellen Pflege

Politik und Unternehmen sollten **die berufliche Belastung für ältere Beschäftigte reduzieren**. Ein wichtiger Schritt sind zusätzliche Investitionen in das betriebliche Gesundheitsmanagement. Unternehmen können dafür Fördermittel von Bund und Ländern sowie der Krankenkassen beantragen oder in einigen Bundesländern Beratungen für ein alter(n)sfreundliches Arbeitsumfeld nutzen.¹⁵⁹ Gerade Beschäftigte mit niedrigem sozio-ökonomischen Status benötigen aber zusätzliche Unterstützung, etwa über gezielte Gesundheitsprogramme, um körperliche und psychische Belastungen am Arbeitsplatz zu reduzieren, da sie nur wenig für bessere Arbeitsbedingungen selbst tun (können) (siehe Kapitel 5.2).

Die Politik sollte aber auch **Beschäftigte absichern, die die Belastungen eines längeren Berufslebens nicht bewältigen können**. Eine häufig diskutierte Maßnahme ist hierbei etwa, dass sich die Regelaltersgrenzen für den Renteneintritt an den Belastungen in den jeweiligen Berufsfeldern orientieren.¹⁶⁰ So müssten Beschäftigte in Branchen mit hohen Quoten an Frühverrentungen, die zudem kaum Aussichten haben, mit Weiterbildungen

151 Statistisches Bundesamt (2021). Betriebsrentenförderung für Geringverdienende im Jahr 2020 fast verdoppelt. Pressemitteilung Nr. 384 vom 13. August 2021. bit.ly/3xPoy56 (15.01.23).

152 Geyer, J. & Himmelreicher, R. K. (2021). Trotz Rechtsanspruch ist die Nutzung der Entgeltumwandlung sehr ungleich verbreitet. DIW Wochenbericht, 88(4), S. 47–55.

153 Cribb, J. & Emmerson, C. (2020). What happens to workplace pension saving when employers are obliged to enrol employees automatically? *International Tax and Public Finance*, 27(3), S. 664–693.

154 Thévenon, O. (2013). Drivers of female labour force participation in the OECD (OECD Social, Employment and Migration Working Papers).

155 Frankfurter Allgemeine Zeitung (28.11.21). Heil will Familien mit Gutscheinen für Haushaltshilfen entlasten. bit.ly/3EB33ZI (20.02.23).

156 Raz-Yurovich, L. & Marx, I. (2018). What does state-subsidized outsourcing of domestic work do for women's employment? The Belgian service voucher scheme. *Journal of European Social Policy*, 28(2).

157 Adriaenssens, S., Theys, T., Verhaest, D. & Deschacht, N. (2023). Subsidized household services and informal employment: the Belgian service voucher policy. *Journal of Social Policy*, 52(1).

158 Samtleben, C., Schäper, C. & Wrohlich, K. (2019). Elterngeld und Elterngeld Plus: Nutzung durch Väter gestiegen, Aufteilung zwischen Müttern und Vätern aber noch sehr ungleich. DIW Wochenbericht, 86(35), S. 607–613.

159 Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes Nordrhein-Westfalen (ohne Jahr). Demografischer Wandel in der Arbeitswelt. Unterstützung für Betriebe und Beschäftigte. bit.ly/3EynPcp (20.02.23).

160 S. Fußnote 9.

oder Umschulungen in weniger körperlich belastende Stellen zu wechseln, keine allzu großen Abschlüsse bei ihren Rentenansprüchen fürchten.¹⁶¹

Außerdem sollte die Politik in Zusammenarbeit mit städtischen Wohnungsbaugesellschaften und Immobilienfirmen **für mehr altersgerechten Wohnraum sorgen**. Sanierungsförderungen wie der „Altersgerecht-Umbauen-Zuschuss“ der Kreditanstalt für Wiederaufbau erreichen Menschen mit geringem Einkommen und Mieter:innen bisher kaum.¹⁶² Diese Gruppen brauchen zusätzliche Unterstützung, damit auch sie wie Eigentümer:innen und Wohlhabende ihr Zuhause an die Anforderungen des Alterns anpassen können und möglichst lang selbstbestimmt in den eigenen vier Wänden auskommen (siehe Kapitel 3.2). Für Ältere mit geringem Einkommen, die irgendwann nicht mehr in der bisherigen Wohnung zurechtkommen und für die Umbauten zu aufwendig erscheinen, braucht es mehr barrierefreie Sozialwohnungen. So kann in boomenden Städten verhindert werden, dass Mieter:innen aus ihrem gewohnten Umfeld verdrängt werden, wenn sie ihren Alltag in der bisherigen Wohnung nicht mehr bewältigen können und sie sich die hohen Mieten für eine neue, altersgerechte Wohnung in der Nähe nicht leisten können.

Politik und Unternehmen müssen zusätzlich **familiäre Pflege neben der Erwerbsarbeit erleichtern**, damit Angehörige auch in Zukunft einen großen Beitrag zur Sicherung der pflegerischen Versorgung leisten können und dafür nicht auf eine auskömmliche Rente verzichten müssen. Zwar bieten Regelungen zur Pflegezeit und Familienpflegezeit Möglichkeiten, den Beruf für die Pflege eines Familienmitglieds zu pausieren oder finanzielle Unterstützung in Form eines zinslosen Darlehens zu bekommen. Viele Menschen aus den unteren sozio-ökonomischen Schichten zweifeln aber trotzdem daran, ob sie Beruf und Pflege vereinbaren können und ob sie es sich leisten können, den Job für die Pflege ihrer Nächsten zu pausieren (siehe Kapitel 3.2). Der unabhängige Beirat für die Vereinbarkeit von Familie und Beruf forderte 2019 daher unter anderem eine monatliche Zahlung an Pflegenden, die wie das Kindergeld nicht zurückgezahlt wer-

den muss.¹⁶³ Wer so stark mit der Pflegearbeit eingespannt ist, dass eine Rückkehr in den Job nicht möglich ist, kann dann finanziell besser über die Runden kommen als aktuell mit dem geringen Pflegegeld. Auch fordert der Beirat Unternehmen auf, sich stärker damit zu befassen, wie sie ihren Angestellten eine Kombination aus Beruf und Pflege ermöglichen können. Da überwiegend Frauen die unbezahlte Fürsorge der Angehörigen übernehmen, würden sie von zusätzlicher Unterstützung besonders profitieren.

Zur Verbesserung der Versorgungslage in ländlichen Räumen sollten Bund und Länder **kommunale Lösungen für die Gesundheits- und Pflegeversorgung fördern**. Konzepte für die wohnortnahe Versorgung auf dem Land gibt es bereits, wie etwa Gesundheitskioske oder Gemeindegewestern (siehe Kapitel 4.2). Damit sich erfolgreiche Konzepte der kommunalen Pflege- und Gesundheitsinfrastruktur halten können, brauchen sie eine sichere finanzielle Förderung von Bund und Ländern. Um von guten Beispielen zu lernen, wäre es wichtig, dass sich in Deutschland der Netzwerkgedanke noch stärker verbreitet und lokale Gesundheitspolitiker:innen dadurch besser von den Erfahrungen anderer Kommunen profitieren.

Komplementär kann eine verstärkte Anwendung von e-Health und Telemedizin helfen, die Versorgung am Wohnort zu sichern. Dafür sollte die Politik die **Digitalisierung des Gesundheitswesens vorantreiben** und auf erfolgreiche Beispiele aus anderen Ländern zurückgreifen – etwa Dänemark, wo beispielsweise elektronische Kommunikation zwischen Ärzt:innen und Patient:innen oder E-Rezepte viel stärker verbreitet sind als in Deutschland.¹⁶⁴

161 S. Fußnote 114.

162 Leifels, A. (2020). Barrierearmer Wohnraum: Bedarf steigt steil - Förderung wirkt. KfW Research. (285).

163 Unabhängiger Beirat für die Vereinbarkeit von Pflege und Beruf. Erster Bericht des unabhängigen Beirats für die Vereinbarkeit von Pflege und Beruf (2019). Erster Bericht des unabhängigen Beirats für die Vereinbarkeit von Pflege und Beruf. Berlin.

164 Thiel, R., Deimel, L., Schmidtman, D., Piesche, K., Hüsing, T., Rennoch, J. et al. (2018). #SmartHealthSystems. Digitalisierungsstrategien im internationalen Vergleich. Auszug Dänemark. Gütersloh: Bertelsmann Stiftung.

Wissen um geeignete Vorsorgestrategien verbreiten

Die Politik sollte Menschen **besser über geeignete Möglichkeiten der privaten oder betrieblichen Altersvorsorge aufklären**. Dazu könnten zum Beispiel (Berufs-) Schulen die Möglichkeiten und die Notwendigkeit der Altersvorsorge mit in ihre Lehrpläne einbauen, sodass alle in der Bevölkerung schon vor dem Berufseinstieg über grundlegende finanzielle Bildung verfügen.¹⁶⁵ Auch Seminare im Rahmen des Projekts des Deutschen Gewerkschaftsbunds „Was verdient die Frau“ (siehe Kapitel 2.2) und ähnliche Angebote, die auf die spezifischen Hürden bei der Altersvorsorge von Frauen aufmerksam machen, könnten in die Lehrpläne aufgenommen werden. Damit Menschen mit geringem sozio-ökonomischen Status während des Erwerbslebens häufiger Beratungen zur finanziellen Altersvorsorge wahrnehmen, könnte etwa die Deutsche Rentenversicherung auf die Menschen zugehen und ihre Beratungsleistungen regelmäßig aktiv anbieten.

Bund und Länder sollten außerdem Pflegestützpunkte und soziale Träger ausreichend finanzieren, damit sie **frühzeitig und umfassend über Pflegemöglichkeiten am Wohnort aufklären** können. Denkbar wäre etwa, allen Menschen aktiv Beratungstermine anzubieten, wenn sie noch körperlich fit sind, damit sie sich schon frühzeitig mit einem möglichen Pflegebedarf auseinandersetzen. Eine frühe Beratung könnte Menschen, die um unzureichende Unterstützung im Pflegefall fürchten, besonders bei der Planung helfen. Aber auch Angehörigen, die sich angesichts der Pflege ihrer Nahestehenden unsicher fühlen, könnte eine frühe Beratung mehr Sicherheit geben (siehe Kapitel 3.2).

Ergänzend dazu sollte die Politik einen **gleichberechtigten Zugang zu technischen Hilfsmitteln sicherstellen**, die den Alltag im Alter erleichtern und bei der häuslichen Pflege unterstützen können. Dafür braucht es zum Beispiel Bildungskampagnen und eine nüchterne Aufklärung dazu, welche Geräte welche Daten sammeln, um Menschen mit geringer Gesundheits- und Digitalkompetenz bei Bedenken zum Datenschutz beratend zur Seite zu stehen. Der siebte Altersbericht der Bundesregierung fordert zudem, den Zugang zu technischen Assistenzsystemen mit ins Leistungsrecht und

Hilfsmittelverzeichnis der Kranken- und Pflegekassen aufzunehmen, um Menschen mit geringem Einkommen nicht auszuschließen, weil sie sich die teuren Endgeräte nicht leisten können.¹⁶⁶

Politik und Unternehmen sollten **allen Beschäftigten ermöglichen, Angebote des lebenslangen Lernens wahrzunehmen**. Auf diese Weise könnten etwa auch Menschen mit starker Belastung im Job besser befähigt werden, auf eine alter(n)sgerechte Stelle zu wechseln. Menschen mit niedrigem sozio-ökonomischen Status nutzen bisher nur selten Weiterbildungsangebote (siehe Kapitel 5.2). Dazu kann die Politik stärker bei Arbeitgeber:innen dafür werben, in die Kompetenzen ihrer Beschäftigten zu investieren und sie so möglichst lange im Betrieb zu halten – was angesichts des Fachkräftemangels auch einen immer wichtigeren Wettbewerbsvorteil für die Unternehmen darstellt. Im Rahmen der Nationalen Weiterbildungsstrategie setzt sich die Bundesregierung das Ziel, die Beteiligung an Weiterbildungen zu erhöhen und dabei insbesondere Geringqualifizierten besseren Zugang zu Weiterbildungsmöglichkeiten zu bieten.¹⁶⁷ Die Politik könnte dazu auch ein Recht auf regelmäßige Weiterbildungen einführen.¹⁶⁸ So hätten Beschäftigte bessere Aussichten, mit der Digitalisierung Schritt zu halten und weitere Fähigkeiten zu erwerben, die es ihnen ermöglichen, in der sich verändernden Arbeitswelt auch im Alter produktiv zu bleiben.

Soziales Netz: leistungsfähige lokale Strukturen aufbauen

Die Politik sollte **freiwilliges Engagement in sorgenden Gemeinschaften und in der Altenhilfe wertschätzen und weiter fördern**. So kann sie helfen, im ganzen Land Netzwerke von Tatkräftigen aufzubauen, die für Menschen einspringen, die sich nicht ausreichend auf Fami-

¹⁶⁶ Kruse, A., Pahl-Weber, E., Alisch, M., Dehne, P., Heinze, R., Klie, T. et al. (2017). Siebter Altenbericht. Sorge und Mitverantwortung in der Kommune Aufbau und Sicherung zukunftsfähiger Gemeinschaften und Stellungnahme der Bundesregierung. Berlin (Bundestags-Drucksache 18/10210).

¹⁶⁷ Bundesministerium für Bildung und Forschung (2022). Nationale Weiterbildungsstrategie - BMBF. bit.ly/3mGuXgy (09.03.23).

¹⁶⁸ Werner, K., Freundl, V., Kugler, F., Lergetporer, P., Wedel, K. & Wößmann, L. (2022). Deutsche befürworten Weiterbildung, um mit dem Strukturwandel Schritt zu halten. ifo Schnelldienst, 9(2022).

¹⁶⁵ S. Fußnote 152.

lie oder Freund:innen zur Unterstützung im Alter verlassen können. Dabei wäre es wichtig, dass Bund und Länder – etwa im Rahmen der von der Familienministerin angekündigten „Strategie gegen Einsamkeit“¹⁶⁹ – für eine verlässliche Finanzierung lokaler ehrenamtlicher Strukturen sorgen. Das ist insbesondere in strukturschwachen Regionen notwendig, wo den Verantwortlichen in den Rathäusern oft nur begrenzte finanzielle Mittel zur Finanzierung oder Unterstützung lokaler Projekte zur Verfügung stehen. Ihnen fehlen überdies die notwendigen Rücklagen, um Fördermittel des Bundes und der Länder einzuwerben, die in aller Regel einen finanziellen Eigenanteil der Kommunen verlangen.¹⁷⁰ Wenn klamme Kassen weiterhin dazu führen, dass manche Kommunen lokale Engagementstrukturen unzureichend finanzieren oder unterstützen können, werden strukturschwache Kommunen auch im Bereich der gegenseitigen Fürsorge im Alter weiter abgehängt.

Dabei ist wichtig, dass die Kommunen und sozialen Träger **alle Bevölkerungsgruppen für bürgerschaftliches Engagement gewinnen**. Ein besonderes Augenmerk sollte hierbei auf der Gruppe der frischen Ruhestandler:innen liegen. Sie bringen sich von allen Altersgruppen schon am häufigsten in ihrer Gemeinschaft ein. Viele von ihnen sind körperlich noch fit und haben nach dem Ende des Berufslebens viel Zeit zur freien Verfügung (siehe Kapitel 4.2). Unterrepräsentiert im freiwilligen Engagement sind bislang vor allem Menschen mit niedrigem sozio-ökonomischen Status im Vergleich zu den mittleren und höheren Schichten. Wenn auch diese Gruppe sich häufiger ehrenamtlich engagierte, wäre das nicht nur ein Gewinn für die älteren Menschen von heute. Auch die Engagierten selbst könnten langfristig selbst davon profitieren, wenn durch ihr eigenes Zutun robuste gemeinschaftliche Strukturen an ihrem Wohnort entstehen, die sie auffangen, wenn sie einmal zu den Hochbetagten mit Unterstützungsbedarf zählen.

Nicht zuletzt kann der Staat **gemeinschaftliches Wohnen im Alter stärker fördern**. Die vorliegende Befragung hat gezeigt, dass vor allem Menschen aus den unteren sozio-ökonomischen Schichten ein Leben in einer Wohngemeinschaft im Alter bislang nicht in Betracht ziehen (siehe Kapitel 3.2). Es sollte mehr getan werden, um Menschen im jüngeren Ruhestandsalter über verschiedene Wohnmöglichkeiten und deren Vorzüge aufzuklären. Am Ende können sie dann die für sich passende Entscheidung informiert treffen. Insbesondere Personen, die Gefahr laufen, im Alter isoliert zu sein, können von gemeinschaftlichen Wohnformen profitieren.

169 Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (2023). Strategie gegen Einsamkeit. bit.ly/3xW6Lt4 (20.02.23).

170 Sixtus, F., Reibstein, L. & Slupina, M. (2020). Wer schon viel hat, dem wird noch mehr gegeben? Warum der Eigenanteil bei Förderprogrammen strukturschwache Kommunen benachteiligt. Berlin: Berlin-Institut für Bevölkerung und Entwicklung; Wüstenrot Stiftung.

Literaturverzeichnis

- Adriaenssens, S., Theys, T., Verhaest, D. & Deschacht, N. (2023). *Subsidized household services and informal employment: the Belgian service voucher policy*. *Journal of Social Policy*, 52(1).
- Angelini, V. & Laferrère, A. (2012). *Residential mobility of the European elderly*. *CESifo Economic Studies*, 58(3).
- Anger, S., Trahms, A., & Westermeier, C. (2018). *Erwerbstätigkeit nach dem Übergang in Altersrente: Soziale Motive überwiegen, aber auch Geld ist wichtig*. IAB-Kurzbericht (24).
- Anhelm, F. E. & Tuttlies, I. (2020). *Strukturwandel der Energiewende: Konversionsstrategien in der deutschen Energiewirtschaft*. Düsseldorf: Hans-Böckler-Stiftung.
- Bäcker, G. (2022). *Alterssicherung in Deutschland. Aus Politik und Zeitgeschichte (20): Rente*. Bonn: Bundeszentrale für politische Bildung.
- BARMER Institut für Gesundheitssystemforschung (2021). *Interaktive Grafiken zum Pflegereport*. bit.ly/3d8BkEV (04.08.22).
- Berleemann, M. & Enkelmann, S. (2013). *Die „German Angst“ – Inflationsaversion in Ost- und Westdeutschland*. *ifo Dresden berichtet*, 20(2).
- Autorengruppe Bildungsberichterstattung, (2020). *Bildung in Deutschland 2020: Ein indikatorengestützter Bericht mit einer Analyse zu Bildung in einer digitalisierten Welt*. Bielefeld: wbv Publikation.
- Böger, A., Huxhold, O. & Wolff, J. K. (2017). *Wahlverwandtschaften: Sind Freundschaften für die soziale Integration wichtiger geworden?* In K. Mahne, J. K. Wolff, J. Simonson & C. Tesch-Römer (Hrsg.), *Altern im Wandel*, S. 257–271. Wiesbaden: Springer VS.
- Bohingamu Mudiyansele, S., Stevens, J., Watts, J. J., Toscano, J., Kotowicz, M. A., Steinfurt, C. L. et al. (2019). *Personalised telehealth intervention for chronic disease management: a pilot randomised controlled trial*. *Journal of telemedicine and telecare*, 25(6).
- Böhnke, P. & Link, S. (2017). *Poverty and the dynamics of social networks: an analysis of German panel data*. *European Sociological Review*, 33(4).
- Bönke, T., Glaubitz, R., Göbler, K., Harnack, A., Pape, A. & Wetter, M. (2020). *Wer gewinnt? Wer verliert? Die Entwicklung und Prognose von Lebenserwerbseinkommen in Deutschland*. Gütersloh: Bertelsmann Stiftung.
- Braun, R., Schwede, P. & Rachowka, A. (2020). *Künftige Wohnungsleerstände in Deutschland. Regionale Besonderheiten und Auswirkungen*: Bundesinstitut für Bau-, Stadt- und Raumforschung; empirica ag.
- Brettschneider, A. (2020). *Die Rolle der Kommunen: Ziele, Handlungsfelder und Gestaltungsmöglichkeiten kommunaler Pflegepolitik*. In K. Jacobs, A. Kuhlmeier, S. Greß, J. Klauber & A. Schwinger (Hrsg.), *Pflege-Report 2019: Mehr Personal in der Langzeitpflege – aber woher?*, S. 219–239. Berlin, Heidelberg: Springer.
- Broese van Groenou, M. I. & Boer, A. de (2016). *Providing informal care in a changing society*. *European Journal of Ageing*, 13(3).
- Bund-Länder Demografie Portal (ohne Jahr a). *Über das Demografieportal*. bit.ly/3krpKIT (15.02.23).
- Bund-Länder Demografie Portal (ohne Jahr b). *Der „Demografie-Check“ der Bundesregierung*. bit.ly/3lo38B3 (15.02.23).
- Bundesagentur für Arbeit (2022). *Engpassanalyse*. bit.ly/3cWsidR (05.08.22).
- Bundesagentur für Arbeit (ohne Jahr). *Überblick über mögliche Berufe oder Berufsfelder gewinnen*. bit.ly/3ADpVWX (18.08.22).
- Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (2017). *Alterns- und altersgerechte Arbeitsgestaltung. Grundlagen und Handlungsfelder für die Praxis*. Dortmund.
- Bundesinstitut für Bau-, Stadt- und Raumforschung (2020). *INKAR: Pflegebedürftige*. <https://bit.ly/3IJtTZ2> (18.08.22).

- Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung (2021). *Durchschnittsalter der Bevölkerung in Deutschland (1871–2019)*. bit.ly/3OVhIRN (03.08.22).
- Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung (2021). *Renteneintrittsalter*. bit.ly/3pm0faZ (08.08.22).
- Bundesministerium für Bildung und Forschung (2022). *Nationale Weiterbildungsstrategie – BMBF*. bit.ly/3mGuXgy (09.03.23).
- Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (2018). *Länger zuhause leben. Ein Wegweiser für das Wohnen im Alter*. Berlin.
- Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (2022). *Familienleben und Familienpolitik in Ost- und Westdeutschland. Monitor Familienforschung. Monitor Familienforschung (44)*. Berlin.
- Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (2023). *Strategie gegen Einsamkeit*. bit.ly/3xW6Lt4 (20.02.23).
- Bundesministerium des Innern (2012). *Jedes Alter zählt. Demografiestrategie der Bundesregierung*. Berlin.
- Burret, H. & Ehrentraut, O. (2019). *Altersvorsorgebedarf im Zeitverlauf. Gesetzliche Renten und Zusatzvorsorge für Versicherte verschiedener Generationen*. Berlin: prognos AG, Gesamtverband der Deutschen Versicherungswirtschaft e. V.
- Buslei, H., Fischer, B., Geyer, J. & Hammerschmid, A. (2019). *Das Rentenniveau spielt eine wesentliche Rolle für das Armutsrisiko im Alter*. DIW Wochenbericht, 86(21/22).
- Buslei, H., Gallego-Granados, P., Geyer, J. & Haan, P. (2019). *Rente mit 67: Der Arbeitsmarkt für Ältere wird entscheidend sein*. DIW Wochenbericht, 86(16/17).
- Choi, N. G. & Dinitto, D. M. (2013). *The digital divide among low-income homebound older adults: Internet use patterns, eHealth literacy, and attitudes toward computer/Internet use*. *Journal of medical Internet research*, 15(5).
- Creaney, R., Reid, L. & Currie, M. (2021). *The contribution of healthcare smart homes to older peoples' wellbeing: A new conceptual framework*. *Wellbeing, Space and Society* (2).
- Cribb, J. & Emmerson, C. (2020). *What happens to workplace pension saving when employers are obliged to enrol employees automatically?* *International Tax and Public Finance*, 27(3), S. 664–693.
- Dachs, B. (2018). *The impact of new technologies on the labour market and the social economy*: European Parliamentary Research Service.
- Deutsche Rentenversicherung (2021). *Rentenversicherung in Zeitreihen 2021. Durchschnittliche Zugangsalter der Versichertenrenten nach Rentenarten – Frauen und Männer*.
- Deutsche Rentenversicherung (2022a). *Rentenaufschub: Länger arbeiten als nötig erhöht die Altersbezüge*. bit.ly/3pacAi7 (10.08.22).
- Deutsche Rentenversicherung (2022b). *Rentenversicherung in Zeitreihen 2022. Durchschnittliche Rentenbezugsdauer*.
- Deutsche Rentenversicherung (2022c). *Rentenversicherung in Zeitreihen 2022. Entwicklung des Standardrentenniveaus*.
- Deutsches Aktieninstitut & Verbraucherzentrale Bundesverband (2021). *Kapitalgedeckte Altersvorsorge mit Aktien! 120 Jahre Aktien und Staatsanleihen im Renditevergleich*.
- Dingemans, E. & Möhring, K. (2019). *A life course perspective on working after retirement: What role does the work history play?* *Advances in Life Course Research*, 39.
- Dorn, D. & Sousa-Poza, A. (2010). *'Voluntary' and 'involuntary' early retirement: an international analysis*. *Applied Economics*, 42(4).
- Ebert, T. (2018). *Die Zukunft des Generationenvertrags*. Bonn: bpb, Bundeszentrale für politische Bildung.
- Eggert, S., Teubner, C., Budnick, A. & Gellert, P. (2021). *Vereinbarkeit von Pflege und Beruf: generelle und aktuelle Herausforderungen Betroffener*. In K. Jacobs, A. Kuhlmeiy, S. Greß, J. Klauber & A. Schwinger (Hrsg.), *Pflege-Report 2021*, S. 59–69. Berlin, Heidelberg: Springer.
- Elwood, P., Galante, J., Pickering, J., Palmer, S., Bayer, A., Ben-Shlomo, Y. et al. (2013). *Healthy lifestyles reduce the incidence of chronic diseases and dementia: evidence from the Caerphilly cohort study*. *PloS one*, 8(12).
- Fisch, J. E., Labouré, M. & Turner, J. A. (2019). *The Emergence of the Robo-advisor*. In Agnew, Julie, Mitchell Olivia S. (Hrsg.), *The Disruptive Impact of FinTech on Retirement Systems*. Oxford University Press.
- Fischer, B. & Müller, K.-U. (2020). *Bessere Vereinbarkeit von Beruf und Pflege kann Zielkonflikt zwischen Renten- und Pflegepolitik lösen*. DIW Wochenbericht, 87(46).
- Floridi, G., Quashie, N. T., Glaser, K. & Brandt, M. (2022). *Partner care arrangements and well-being in mid- and later life: The role of gender across care contexts*. *The Journals of Gerontology: Series B*, 77(2).
- Forschungsgruppe Wahlen (2022). *Wichtige Probleme in Deutschland – seit 01/2000*. bit.ly/3j8Zi5P (15.11.22).
- Frankfurter Allgemeine Zeitung (28.11.21). *Heil will Familien mit Gutscheinen für Haushaltshilfen entlasten*. bit.ly/3EB33ZI (20.02.23).

- Fratscher, M. (13.01.23). *Schluss mit der Umverteilung von arm nach reich. Fratzschers Verteilungsfragen. Zeit Online*. bit.ly/3IN001Z (20.02.22).
- Garthe, N. (2020) *Wer freiwillig arbeitet, will länger erwerbstätig sein?! Arbeitgeberwechsel im Längsschnitt. Lehrstuhl Arbeitswissenschaft Universität Wuppertal*. lidA-Factsheet (12)
- Gesundheitsberichterstattung des Bundes (2022). *Pflegebedürftige (Anzahl und Quote). Gliederungsmerkmale: Jahre, Region, Alter, Geschlecht*. bit.ly/3Q87JJe (04.08.22).
- Geyer, J., Buslei, H., Gallego-Granados, P. & Haan, P. (2019). *Anstieg der Altersarmut in Deutschland: Wie wirken verschiedene Rentenreformen?* Gütersloh: Bertelsmann Stiftung.
- Geyer, J., Grabka, M. M. & Haan, P. W. de (2021). *20 Jahre Riester-Rente: Private Altersvorsorge braucht einen Neustart*. DIW Wochenbericht, 88(40).
- Geyer, J., Haan, P. W. de, Kröger, H. & Schaller, M. (2021). *Pflegebedürftigkeit hängt von der sozialen Stellung ab*. DIW Wochenbericht, 88(44).
- Geyer, J. & Himmelreicher, R. K. (2021a). *Charakteristika der Entgeltumwandlung: Wer sorgt in welchem Umfang für das Alter vor?* DIW Discussion Papers. (1929).
- Geyer, J. & Himmelreicher, R. K. (2021b). *Trotz Rechtsanspruch ist die Nutzung der Entgeltumwandlung sehr ungleich verbreitet*. DIW Wochenbericht, 88(4).
- Gladstone, J. J., Jachimowicz, J. M., Greenberg, A. E. & Galinsky, A. D. (2021). *Financial shame spirals: How shame intensifies financial hardship*. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 167.
- Gordo, L. R., Gundert, S., Engstler, H., Vogel, C. & Simonson, J. (2022). *Erwerbsarbeit im Ruhestand hat vielfältige Gründe – nicht nur finanzielle*. IAB-KURZBERICHT (8).
- Greive, M. & Riedel, D. (03.01.23). *Wirtschaftsweise Monika Schnitzer fordert höheres Renteneintrittsalter*. *Handelsblatt*. bit.ly/3ZpyaiN (15.02.23).
- Haag, S. & Niederberger, M. (2021). *Einsamkeit bei Leihgroßeltern. Prävention und Gesundheitsförderung*.
- Haan, P., Stichnoth, H., Blömer, M., Buslei, H., Geyer, J., Krolage, C. et al. (2017). *Entwicklung der Altersarmut bis 2036: Trends, Risikogruppen und Politiksznarien*. Gütersloh: Bertelsmann Stiftung.
- Hahnel, E., Braeseke, G., Rieckhoff, S., Pörschmann-Schreiber, U., Engelmann, F., Kulas, H. & Musfeldt, M. (2020). *Studie zu den Potenzialen der Telepflege in der pflegerischen Versorgung*. Berlin: IGES Institut.
- Hansen, E. B. & Gottschalk, G. (2006). *What Makes Older People Consider Moving House and What Makes Them Move?* *Housing, Theory and Society*, 23(1).
- Haumann, W. (2020). *Versorgungspräferenzen der deutschen Bevölkerung: die Option der betreuten Wohngruppe*. *Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie*, 53(6).
- Heidemann, C., Scheidt-Nave, C., Beyer, A.-K., Baumert, J., Thamm, R., Maier, B. et al. (2021). *Gesundheitliche Lage von Erwachsenen in Deutschland – Ergebnisse zu ausgewählten Indikatoren der Studie GEDA 2019/2020-EHIS*. *Journal of Health Monitoring*, 6(3).
- IfD Allensbach (2014). *Einschätzung der Folgen der demografischen Entwicklung*. Berichte für das Bundespresseamt.
- Karlsen, I. L., Borg, V. & Meng, A. (2022). *Exploring the Use of Selection, Optimization, and Compensation Strategies Beyond the Individual Level in a Workplace Context-A Qualitative Case Study*. *Frontiers in Psychology* (13).
- Kausmann, C., Simonson, J. & Hameister, N. (2017). *Freiwilliges Engagement junger Menschen: Sonderauswertungen des Vierten Deutschen Freiwilligensurveys*. Berlin: Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend.
- Kendig, H., Gong, C. H., Cannon, L. & Browning, C. (2017). *Preferences and predictors of aging in place: longitudinal evidence from Melbourne, Australia*. *Journal of Housing for the Elderly*, 31(3).
- Klein, L. & Weigel, H.-G. (2014). *Sorgende Gemeinschaften - Vom Leitbild zu Handlungsansätzen*. ISS-Aktuell (3).
- Klein, L., Merkle, M. & Molter, S. (2021). *Schwierige Zugänge älterer Menschen zu Angeboten der Sozialen Arbeit. Abschlussbericht eines Praxisforschungsprojekts*.(1). Frankfurt am Main: Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik e. V.
- Kochskämper, S. (2016). *Die Förderkulisse der privaten Altersvorsorge: Status quo und Reformoptionen*. IW-Report (23).
- Kochskämper, S., Neumeister, S. & Stockhausen, M. (2020a). *Unspezifische Vorsorge – reicht es für die Pflege? Untersuchung anhand der Daten des Sozio-oekonomischen Panels*. IW-Report. (44).
- Kochskämper, S., Neumeister, S. & Stockhausen, M. (2020b). *Wer pflegt wann und wie viel? Eine Bestandsaufnahme zur häuslichen Pflege in Deutschland*. IW-Trends-Vierteljahresschrift zur empirischen Wirtschaftsforschung, 47(4).
- Knabe, A. & Weimann, J. (2017). *Die Deutschlandrente: Ein Konzept zur Stärkung der kapitalgedeckten Altersvorsorge. ifo Schnelldienst*, 70(18).

- Kruse, A., Pahl-Weber, E., Alisch, M., Dehne, P., Heinze, R., Klie, T. et al. (2017). *Siebter Altenbericht. Sorge und Mitverantwortung in der Kommune Aufbau und Sicherung zukunftsfähiger Gemeinschaften und Stellungnahme der Bundesregierung*. Berlin (Bundestags-Drucksache 18/10210).
- Kulicke, F. (2021). *Auswirkungen der Digitalisierung auf die Daseinsvorsorge im Gesundheitsbereich*. In A. Spellerberg (Hrsg.), *Digitalisierung in ländlichen und verdichteten Räumen*, S. 125–134. Hannover: Akademie für Raumentwicklung in der Leibniz-Gemeinschaft.
- Lehrstuhl für Arbeitswissenschaft (2020). *Wer freiwillig arbeitet, will länger erwerbstätig sein?! Arbeitgeberwechsel Älterer im Längsschnitt*. IidA-Factsheet. (2).
- Leifels, A. (2020). *Barrierearmer Wohnraum: Bedarf steigt steil – Förderung wirkt*. KfW Research. (285).
- Lenze, A. (2021). *Alleinerziehende unter Druck. Rechtliche Rahmenbedingungen, finanzielle Lage und Reformbedarf*. Gütersloh: Bertelsmann Stiftung.
- Lizarazo López, M., Petersen, T., Kaniovski, S. & Url, T. (2019). *Gesamtwirtschaftliche Effekte der demografischen Alterung*. Fokuspapier. Gütersloh: Bertelsmann Stiftung.
- Lott, Y. (2017). *Flexible Arbeitszeiten: Eine Gerechtigkeitsfrage?* Hans-Böckler-Stiftung. Forschungsförderung Report.
- Luhmann, M. & Bücker, S. (2019). *Einsamkeit und Isolation im hohen Alter*. Projektbericht: Ruhr-Universität Bochum.
- Mahne, K. & Huxhold, O. (2017). *Nähe auf Distanz: Bleiben die Beziehungen zwischen älteren Eltern und ihren erwachsenen Kindern trotz wachsender Wohnentfernungen gut?* In K. Mahne, J. K. Wolff, J. Simonson & C. Tesch-Römer (Hrsg.), *Altern im Wandel*, S. 215–230. Wiesbaden: Springer VS.
- Malteser & Forsa (2021). *Leben und Einsamkeit im Alter*. bit.ly/3C6wr9N (16.08.22).
- Mandl, I. (2021). *Employment impact of digitalisation, Eurofound (Research digest)*. bit.ly/3CnBmmE (22.08.22).
- Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes Nordrhein-Westfalen (ohne Jahr). *Demografischer Wandel in der Arbeitswelt. Unterstützung für Betriebe und Beschäftigte*. bit.ly/3EynPcp (20.02.23).
- Müller, B. & Ellwardt, L. (2020). *Soziale Netzwerke und gesundheitliche Ungleichheiten im Alter*. In A. Klärner, M. Gamper, S. Keim, N. Vonneilich, I. Moor & H. von der Lippe (Hrsg.), *Soziale Netzwerke und gesundheitliche Ungleichheiten*, S. 227–253. Wiesbaden: Springer VS.
- Müller, W. & Strünck Christoph (2020). *Potenziale für präventive Pflege. Wie Selbstständigkeit im Alter besser gefördert werden kann*. In Bundeszentrale für politische Bildung (Hrsg.), *Pflege. Praxis, Geschichte, Politik* (APuZ, Band 10497), S. 289–303. Bonn.
- Naneva, S., Sarda Gou, M., Webb, T. L. & Prescott, T. J. (2020). *A systematic review of attitudes, anxiety, acceptance, and trust towards social robots*. *International Journal of Social Robotics*, 12(6).
- National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine (2020). *Social isolation and loneliness in older adults: Opportunities for the health care system*: National Academies Press.
- Naudé, W., Santos-Paulino, A. U. & McGillivray, M. (2009). *Measuring vulnerability: An overview and introduction*. *Oxford Development Studies*, 37(3)
- Neu, C. & Müller, F. (2020). *Einsamkeit. Gutachten für den Sozialverband Deutschland*. Berlin: Sozialverband Deutschland e.V.
- Noone, J., O'Loughlin, K. & Kendig, H. (2013). *Australian baby boomers retiring 'early': Understanding the benefits of retirement preparation for involuntary and voluntary retirees*. *Journal of Aging Studies*, 27(3).
- Ollevier, A., Aguiar, G., Palomino, M. & Simpelaere, I. S. (2020). *How can technology support ageing in place in healthy older adults? A systematic review*. *Public Health Reviews*, 41(1).
- Park, J., Fung, H. H., Rothermund, K. & Hess, T. M. (2020). *The impact of perceived control and future-self views on preparing for the old age: Moderating influences of age, culture, and context*. *The Journals of Gerontology: Series B*, 75(5).
- Peek, S. T. M., Wouters, E. J. M., van Hoof, J., Luijckx, K. G., Boeije, H. R. & Vrijhoef, H. J. M. (2014). *Factors influencing acceptance of technology for aging in place: a systematic review*. *International journal of medical informatics*, 83(4).
- Perissinotto, C. M., Cenzer, I. S. & Covinsky, K. E. (2012). *Loneliness in older persons: a predictor of functional decline and death*. *Archives of internal medicine*, 172 (14).
- Pimpertz, J. (2022). *Kapitaldeckung in der gesetzlichen Rente? Schwierig! IW-Nachricht*. bit.ly/3YGKzhp (10.03.23).
- Ragnitz, J., Rösel, F., Thum, M. & Werding, M. (2021). *Die teure Bilanz der Rentenpakete der vergangenen Jahre*. ifo Dresden berichtet, 28(05).
- Raz-Yurovich, L. & Marx, I. (2018). *What does state-subsidized outsourcing of domestic work do for women's employment? The Belgian service voucher scheme*. *Journal of European Social Policy*, 28(2).

- Richter, G., Bode, S. & Köper, B. (2012). *Demografischer Wandel in der Arbeitswelt. Körperlich schwere Arbeit belastet Ältere stärker*. Dortmund. bit.ly/3P9DvoV (08.08.22).
- Ried, W. (2016). *Gesundheitsversorgung im ländlichen Raum: Ziele und Indikatoren*. In M. Herbst, F. Dünkel & B. Stahl (Hrsg.), *Daseinsvorsorge und Gemeinwesen im ländlichen Raum*. Wiesbaden: Springer VS.
- Rothgang, H., Müller, R. & Unger, R. (2012). *Themenreport „Pflege 2030“. Was ist zu erwarten – was ist zu tun?* Gütersloh: Bertelsmann Stiftung.
- Samtleben, C., Schäper, C. & Wrohlich, K. (2019). *Elterngeld und Elterngeld Plus: Nutzung durch Väter gestiegen, Aufteilung zwischen Müttern und Vätern aber noch sehr ungleich*. DIW Wochenbericht, 86(35)
- Samtleben, C., Lott, Y. & Müller, K.-U. (2020). *Auswirkungen der Ort-Zeit-Flexibilisierung von Erwerbsarbeit auf informelle Sorgearbeit im Zuge der Digitalisierung. Expertise für den Dritten Gleichstellungsbericht der Bundesregierung*. DIW-Berlin.
- Sawert, T. & Tuppat, J. (2020). *Social inequality in the digital transformation: Risks and potentials of mobile health technologies for social inequalities in health*. SOEPpapers on Multidisciplinary Panel Data Research. (1079).
- Seifert, A. (2022). *Digitale Transformation in den Haushalten älterer Menschen*. Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie, 55(4).
- Shi, J. & Kolk, M. (2022). *How does mortality contribute to lifetime pension inequality? Evidence from five decades of Swedish taxation data*. *Demography*, 59(5), S. 1843–1871.
- Simonson, J. & Hameister, N. (2017). *Sozioökonomischer Status und freiwilliges Engagement*. In J. Simonson, C. Vogel & C. Tesch-Römer (Hrsg.), *Freiwilliges Engagement in Deutschland. Empirische Studien zum bürgerschaftlichen Engagement. Der Deutsche Freiwilligensurvey 2014*, S. 439–464. Wiesbaden: Springer VS.
- Sixtus, F., Slupina, M., Sütterlin, S., Amberger, J. & Klingholz, R. (2019). *Teilhabeatlas Deutschland. ngleichwertige Lebensverhältnisse und wie die Menschen sie wahrnehmen*. Berlin: Berlin-Institut für Bevölkerung und Entwicklung, Wüstenrot Stiftung.
- Sixtus, F., Reibstein, L. & Slupina, M. (2020). *Wer schon viel hat, dem wird noch mehr gegeben? Warum der Eigenanteil bei Förderprogrammen strukturschwache Kommunen benachteiligt*. Berlin: Berlin-Institut für Bevölkerung und Entwicklung; Wüstenrot Stiftung.
- Slupina, M., Dähler, S., Reibstein, L., Amberger, J., Sixtus, F., Grunwald, J. et al. (2019). *Die demografische Lage der Nation. Wie zukunftsfähig Deutschlands Regionen sind*. Berlin: Berlin-Institut für Bevölkerung und Entwicklung.
- Sörensen, S., Mak, W., Chapman, B., Duberstein, P. R. & Lyness, J. M. (2012). *The relationship of preparation for future care to depression and anxiety in older primary care patients at 2-year follow-up*. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 20(10).
- Statistische Ämter des Bundes und der Länder (2021). *Durchschnittsalter der Bevölkerung – Stichtag 31.12. – regionale Tiefe: Gemeinden. Tabelle: 12411-07-01-5*. bit.ly/3OVhIRN (04.08.22).
- Statistisches Bundesamt (2021a). *Erwerbstätigkeit älterer Menschen*. bit.ly/3CbIcgg (09.08.22).
- Statistisches Bundesamt (2021b). *Fast 6 Millionen ältere Menschen leben allein* (Pressemitteilung Nr. 57). bit.ly/3QswCk9 (16.08.22).
- Statistisches Bundesamt (2021c). *Gesundheitspersonal: Deutschland, Jahre, Beschäftigungsverhältnis, Altersgruppen, Berufe im Gesundheitswesen. Tabelle 23621-0003*. bit.ly/3QaLzad (10.09.22).
- Statistisches Bundesamt (2021d). *Betriebsrentenförderung für Geringverdienende im Jahr 2020 fast verdoppelt*. *Pressemitteilung Nr. 384 vom 13. August 2021*. bit.ly/3xPoy56 (15.01.23).
- Statistisches Bundesamt (2022a). *12,9 Millionen Erwerbspersonen erreichen in den nächsten 15 Jahren das gesetzliche Rentenalter* (Pressemitteilung Nr. 330 vom 4. August 2022). bit.ly/3p2zS9S (08.08.22).
- Statistisches Bundesamt (2022b). *15. koordinierte Bevölkerungsvorausberechnung. Vorausberechneter Bevölkerungsstand: Deutschland, Stichtag, Varianten der Bevölkerungsvorausberechnung, Geschlecht, Altersjahre. Tabelle 12421-0002*. bit.ly/3Fgpa7o (15.12.22).
- Statistisches Bundesamt (2022c). *Bevölkerung: Deutschland, Stichtag, Altersjahre. Tabelle 12411-0005*. bit.ly/3Qj0Ar4 (15.12.22).
- Statistisches Bundesamt (2022d). *Erwerbstätigenquoten 1991 bis 2021*. bit.ly/3BSXJAU (09.09.22).
- Statistisches Bundesamt (2022e). *Maßzahlen zu Eheschließungen 2000 bis 2021*. bit.ly/3i2wUBZ (18.11.22).
- Statistisches Bundesamt (2022f). *Mehr Pflegebedürftige*. bit.ly/3JytBfx (03.08.22).
- Statistisches Bundesamt (ohne Jahr). *Hilfe zur Pflege (7. Kapitel SGB XII)*. bit.ly/3V6aFc1 (10.10.22).

- Stolper, O. A. & Walter, A. (2017). *Financial literacy, financial advice, and financial behavior*. *Journal of Business Economics*, 87(5), S. 581–643.
- Sulak, H., Fiedler, C., Klüsener, S., Loichinger, E., Spieß, C. K., Stawarz, N. et al. (2022). *Demografischen Wandel neu entdecken*, Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung. Wiesbaden. bit.ly/3AOLbWO.
- Terton, C. (2022). *Handwerk mit Gegenwind. Ukraine-Krieg erheblicher Risikofaktor*. *Konjunkturbericht (1)*. Berlin: Zentralverband des deutschen Handwerks.
- Thévenon, O. (2013). *Drivers of female labour force participation in the OECD* (OECD Social, Employment and Migration Working Papers).
- Thiel, R., Deimel, L., Schmidtman, D., Piesche, K., Hüsing, T., Rennoch, J. et al. (2018). *#SmartHealthSystems. Digitalisierungsstrategien im internationalen Vergleich. Auszug Dänemark*. Gütersloh: Bertelsmann Stiftung.
- Thünen-Institut für Ländliche Entwicklung (2018). *Erreichbarkeit von ambulanten Pflegediensten*. bit.ly/3Svz7U2 (09.08.22).
- Unabhängiger Beirat für die Vereinbarkeit von Pflege und Beruf. *Erster Bericht des unabhängigen Beirats für die Vereinbarkeit von Pflege und Beruf (2019)*. *Erster Bericht des unabhängigen Beirats für die Vereinbarkeit von Pflege und Beruf*. Berlin.
- Van der Heide, I., van Rijn, R. M., Robroek, S. J. W., Burdorf, A. & Proper, K. I. (2013). *Is retirement good for your health? A systematic review of longitudinal studies*. *BMC Public Health*, 13(1).
- Walter, M. & Welbers, L. (2017). *Wie „ticken“ Kleinanleger auf dem Finanzmarkt? Einblicke in ein qualitatives Forschungsprojekt*. *Vierteljahrshefte zur Wirtschaftsforschung*, 86(4).
- Werdning, M. (2021). *Demografische Alterung und öffentliche Finanzen. Wie geht es nach der Covid-19-Krise weiter?* Gütersloh: Bertelsmann Stiftung.
- Werner, K., Freundl, V., Kugler, F., Lergertporer, P., Wedel, K. & Wößmann, L. (2022). *Deutsche befürworten Weiterbildung, um mit dem Strukturwandel Schritt zu halten*. *ifo Schnelldienst*, 9(2022).
- Wissenschaftlicher Beirat beim Bundesministerium der Finanzen (2022). *Stellungnahme des Wissenschaftlichen Beirats beim BMF „Kapitalgedeckte Rente: Ein neuer Anlauf?“*. *Monatsbericht des BMF*. September 2022.
- Wolff, J. K., Nowossadeck, S. & Spuling, S. M. (2017). *Altern nachfolgende Kohorten gesünder? Selbstberichtete Erkrankungen und funktionale Gesundheit im Kohortenvergleich*. In K. Mahne, J. K. Wolff, J. Simonson & C. Tesch-Römer (Hrsg.), *Altern im Wandel*, S. 125–138. Wiesbaden: Springer VS.
- Wonneberger, E. (2015). *Neue Wohnformen. Neue Lust am Gemeinsinn?* Wiesbaden: Springer VS.
- Zieschang, H. & Bräunig, D. (2016). *Digitaler Wegweiser Berufsumstieg–Gesund bis zur Rente durch einen frühzeitigen Berufswechsel*. In F. Frerichs (Hrsg.), *Altern in der Erwerbsarbeit*, S. 269–284. Wiesbaden: Springer VS.
- Zwar, L., König, H.-H., van der Leeden, C., Lühmann, D., Oey, A., Wiese, B. et al. (2021). *Do oldest old individuals perceive receipt of informal care as a restriction or support of their autonomy?* *Aging & Mental Health*.

Impressum

© Bertelsmann Stiftung, Gütersloh
Mai 2023

Bertelsmann Stiftung
Carl-Bertelsmann-Straße 256
33311 Gütersloh
Telefon +49 5241 81-0
www.bertelsmann-stiftung.de

Verantwortlich

Dr. Martina Lizarazo López
Anastasia Hamburg

Grafikdesign

Nicole Meyerholz, Bielefeld

Titelbild

© Studio Romantic – stock.adobe.com

DOI 10.11586/2023022

Adresse | Kontakt

Bertelsmann Stiftung
Carl-Bertelsmann-Straße 256
33311 Gütersloh
Telefon +49 5241 81-0
bertelsmann-stiftung.de

Dr. Martina Lizarazo López
Senior Project Manager
Nachhaltige Soziale Marktwirtschaft
Telefon +49 5241 81-81576
martina.lizarazo.lopez@bertelsmann-stiftung.de

Anastasia Hamburg
Project Manager
Nachhaltige Soziale Marktwirtschaft
Telefon +49 30 275788155
anastasia.hamburg@bertelsmann-stiftung.de