

Harm-Peer Zimmermann

Alters-Ratgeber und Alters-Avantgarden. Populare Aspekte differenziellen Alterns

Alter fügt sich heute keinem starren soziokulturellen Koordinatensystem mehr, weder ständischen Hierarchien noch ethnischen oder religiösen Alleinstellungsansprüchen, nicht einmal mehr einem rigiden Raster von Klassen, Schichten und festen Sozialmilieus. Vielmehr kursiert und konkurriert auf den Feldern der Öffentlichkeit eine Vielzahl von Meinungen, Vorschlägen, Ideen zum Thema Alter und Altern. Und diese können nicht auf einen gemeinsamen Nenner gebracht werden. Es gibt keinen Zentral-, General- oder Normalcode, der bestimmen würde, was das Alter zu sein und wie es sich zu verhalten habe, sondern „Desintegration erscheint als Normalfall“.¹ Und es entwickelt sich sowohl ein alltägliches Bewusstsein als auch eine wissenschaftliche Erkenntnis von der Vielfalt und Offenheit heutiger Alternsprozesse, gerontologisch zusammengefasst unter der Formel „differenzielles Alter(n)“.²

In dem Maße, wie sich Gesellschaften differenzieren, diversifizieren sich Alternsformen, entsteht eine Kultur des Alterns und des Alters, die „keine Lebensformen, Sitten und Gepflogenheiten mehr festschreibt“, sondern Vielfalt als Chance begreift und voll ausspielt.³ In einer funktional differenzierten Gesellschaft sind Alternsvorgänge und Alterszustände so heterogen wie die Problemlagen, Perspektiven, Themen- und Aufgabenstellungen, die in diversen Gruppen, Organisationen und Systemen entstehen. Und einmal entstandene Alternsformen stehen stets zur Disposition, sobald sich Problemlagen ändern, andere Themenstellungen und Meinungen erfolversprechender erscheinen, sobald funktionale oder pragmatische Gründe neue Lösungen erfordern.

Unter diesen Bedingungen sieht sich jeder einzelne Mensch in den Status „exzentrischer Positionalität“⁴ versetzt, auch dem eigenen Älterwerden gegenüber. Das heißt, Individuen sind aus der bequemen und sicheren Lage immer schon gewährleisteter Integration und Identität entlassen in eine soziokulturell dezentrierte und intellektuell wie emotional anspruchsvolle Position: Sie müssen wählen, aushandeln und koordinieren, welche Bilder, Formen, Stile, Rollen des Alterns sie für sich akzeptieren wollen und welche nicht. Und sie können selbst Bilder entwerfen. Die Vielfalt der Möglichkeiten selbst ist es, die eine exzentrische Positionierung gegenüber dem eigenen Alter erforderlich macht. Denn um sich überhaupt orientieren, zuordnen und selbst entwerfen zu können, sind Beobachtung und Übersicht nötig: kritischer Abstand, Abstraktion beziehungsweise distanzierte Abwägung der diversen Angebote und ihrer möglichen Bedeutung für die eigene Person und für andere.

Das bedeutet auch, bis ins hohe Alter keine „Normalbiographie“ mehr zu führen. Vielmehr erscheint „Diskontinuität“ als Normalfall.⁵ Das heißt, heute üben immer weniger Menschen zeitlebens ein und denselben Beruf aus oder bleiben an einem Ort fest verwurzelt. Familien- und andere Gemeinschaftsverhältnisse gestalten sich zunehmend multilokal und *patchwork*artig. Somit stellt ein heutiger Alternsprozess das Insgesamt einer Vielfalt verwirklichter Lebensformen dar. Das ist ein heterogenes Ganzes, gebildet aus unterschiedlichen Berufstätigkeiten (Phasen der Arbeitslosigkeit eingeschlossen), familiären und freundschaftlichen Bindungen, Mitgliedschaften, räumlicher Mobilität. Kennzeichnend für eine „fortgeschrittene Moderne“ ist die „Individualisierung von Lebenslagen und -verläufen“, und das heißt auch: neu zu altern, in *Patchwork*form.⁶

Dabei ist keine Identifizierung abschließend; jede kann neu durchdacht, kann bis ins hohe Alter durch Wahrnehmung anderer Gelegenheiten und Optionen verändert werden. Alternsformen und Altersbilder haben somit

Position zum eigenen Älterwerden

Vielfalt des Alters

Alternsprozess

Risiken, Überforderung und Belastungen	<p>nicht mehr zeitlich und räumlich umfassende, sondern nur mehr temporäre, situationale und selektive Gültigkeit. Und diese Relativität und Perspektivität kann selbst wiederum zum Gegenstand von Beobachtungen und Kommunikationen, Prüfungen und Aushandlungen gemacht werden. Unter diesen Bedingungen werden Beobachtung und Reflexion geradezu zum Prinzip und zur Methode der Lebensführung: „Biographien werden ‚selbstreflexiv‘“. Immer mehr Akteure prüfen ihre Optionen selbstbewusst, fragen sich bis ins hohe Alter „mit der methodischen Kraft des Zweifels“ fortwährend: „Wie wollen wir leben?“⁷, was übrigens die Möglichkeit von Ironie und Selbstironie einschließt. Mit anderen Worten: Die Formel ‚differenzielles Alter(n)‘ gehört zu denjenigen Verfahren, „durch die in unserer Kultur Menschen zu Subjekten gemacht werden“.⁸ Denn diese Formel fordert jeden einzelnen Menschen dazu heraus, sich als Beobachter, Sprecher und Macher der eigenen Altersidentität zu verstehen und zu verhalten und an der Entwicklung kultureller Altersformen mitzuwirken.</p>	<p>eines ‚erfolgreichen Alter(n)s‘ schließt die Drohung des Scheiterns durchgängig ein.⁹</p>
Differenzielles Altern	<p>Die Vielfalt und Offenheit von Alternsoptionen lässt diese zum Problem aktiver Wahl und Gestaltung werden. Jede/r einzelne Akteur/in findet sich in die geradezu existenzielle Situation versetzt, einen differenzierten und reflexiven Umgang mit dem eigenen Altern führen zu <i>müssen</i>, und zwar nach außen wie nach innen. Nach außen muss jede/r Einzelne immer wieder aktiv werden, um sich in der Vielfalt von Optionen zu behaupten, Chancen optimal zu nutzen (<i>rational choice</i>), eigene Entwürfe zu versuchen – was allerdings das akute Risiko von Fehlurteilen und das Scheitern von Planungen und Perspektiven einschließt. Nach innen bedeutet diese Form der Differenzialität und Selbstreflexivität, beizeiten kritisch mit den eigenen Alters-Selbstbildern umgehen zu müssen, nämlich sie immer wieder zu überdenken, anzuzweifeln, nötigenfalls zu revidieren – was allerdings erhebliche Verunsicherungen und Überforderungen einschließt. Das Versprechen ‚differenziellen Alter(n)s‘ als</p>	<p>Eine Gesellschaft ‚differenziellen Alter(n)s‘ ist immer auch eine „Risikogesellschaft“. Von den zum Teil enormen Risiken sind vor allem diejenigen Bevölkerungskreise betroffen, die aufgrund von prekären ökonomischen, sozialen und kulturellen Lebenslagen weit weniger imstande sind, Optionen zu wählen oder gar umfassend wahrzunehmen. Wer über knappes Einkommen, geringe Bildung und wenig Kontakte verfügt, dessen Beobachtungs-, Reflexions- und Optionsmöglichkeiten sind deutlich reduziert, der ist auch und besonders im Alter von Krisen härter betroffen. Ulrich Beck hat deshalb geradezu von einem „Gesetz‘ der klassenspezifischen Verteilung von Risiken“ gesprochen, von der „Konzentration der Risiken bei den Armen und Schwachen“. Die Kehrseite ‚differenziellen Alter(n)s‘ besteht in Überforderungen und Belastungen, in neuen Abhängigkeiten und Unselbstständigheiten, schließlich in der „massenhaften Labilisierung der Existenzbedingungen“, in Altersarmut.¹⁰ Im Zeichen neoliberaler Deregulierung und Flexibilisierung der Arbeitswelt sowie im Zeichen sozialstaatlichen Rückbaus ist davon auszugehen, dass die „soziale Ungleichheit der Lebensführung im Alter“ wieder wächst.¹¹</p>
Gestaltungsmöglichkeiten	<p>Aber nicht nur Menschen in prekären Lebenslagen, sondern auch besser situierte Bevölkerungskreise sehen sich Verunsicherungen ausgesetzt und suchen nach Orientierung, weil sich in einer hoch differenzierten Gesellschaft Normen und Rollenmuster des Alterns ständig verschieben und verändern. Chancen wahrnehmen kann nur, wer sie kennt und zu beurteilen weiß. ‚Differenzielles Altern(n)‘ gelingt vor allem auf der Basis von Information und Wissen. Eine Gesellschaft ‚differenziellen Alter(n)s‘ ist immer auch eine „Wissensgesellschaft“.¹² Zur Orientierung und als Entscheidungshilfe brauchen alternde Akteure einerseits einen Überblick über die Vielfalt und Diversität von Optionen, andererseits eine lebenslagenspezifische Reduktion komplexer Möglichkeiten. In unserer Gesellschaft sind</p>	<p></p>
Wissensgesellschaft		

derzeit vor allem zwei kulturelle Phänomene zu beobachten, die Orientierung vermitteln, nämlich zum einen eine inzwischen unübersehbar gewordene Anzahl von populären Alters-Ratgeber-Literaturen, zum anderen das massenkulturelle Phänomen lebendiger Vorbilder ‚differenziellen Alter(n)s‘, die Alters-Avantgarden.¹³

Alters-Ratgeber

Alters-Ratgeber bieten breiten Bevölkerungsschichten Lebenshilfe und Orientierung an. Ihre Bedeutung sollte nicht unterschätzt werden. Sie erscheinen unter Buchtiteln wie „Kunst des Älterwerdens“, „Was im Alter möglich ist“, „Wie man in Würde altert“, „Gelassen älter werden“ oder auch „Topfit bis ins hohe Alter“, „Silver Sex“. Der Markt der Ratgeberliteratur gehört inzwischen zu den einträglichsten der Buchbranche¹⁴, und Alters-Ratgeber gehören zu den auflagestärksten und vielseitigsten¹⁵. Indes handelt es sich bei diesem Boom um ein recht junges Phänomen. 1984 untersuchte ein Bostoner Soziologenteam Alters-Ratgeber auf romantische und sexuelle Inhalte. Mit nur 65 analysierten Büchern erfasste man damals rund 70 Prozent aller betreffenden US-amerikanischen Veröffentlichungen.¹⁶

Alters-Ratgeber sind also erst in jüngerer Zeit zu einem Massenphänomen geworden. Dabei handelt es sich nicht etwa um ein bloßes Freizeitvergnügen oder um ein Gesellschaftsspiel. Vielmehr spiegelt die Vielzahl und Massenaufgabe von Alters-Ratgebern das verbreitete Bedürfnis wider, Altersrollen neu zu verstehen, zu entwerfen, zu justieren. Die Popularität von Alters-Ratgebern verweist vor allem auf Verunsicherungen und Überforderungen in der Risikogesellschaft, auf Desorientierung und Desintegration. Ratgeber vermitteln Anhaltspunkte und Orientierungsmöglichkeiten. Und diese Vermittlungsaufgabe verweist selbst wiederum auf ein allgemeines Phänomen: Moderne Gesellschaften sind auf Expertenwissen, auf Spezialisten angewiesen, die aufgrund

ihrer spezifischen Qualifikationen für bestimmte Aufgaben Optionen ausloten, Risiken abschätzen und Lösungen anbieten. Gesamtgesellschaftlich gesehen, ist Expertenrat zu einem zentralen Faktor der Krisenbewältigung und Konfliktregulierung geworden, wichtig für die soziokulturelle Integration ebenso wie für die personale Identität.¹⁷ Kritisch ließe sich von der Definitionsmacht der Experten sprechen, von einer Expertenmacht zum Wohle, aber auch zur Regulierung, Kontrolle und Normalisierung menschlichen Lebens, beispielsweise durch Gesundheitsexperten.¹⁸

Populäre Alters-Ratgeber bieten Orientierungshilfen für breite Bevölkerungskreise und verschiedene Altersgruppen (ab 40 Jahren) an. Sie tun das, indem sie einerseits Expertenwissen für Laien verständlich aufbereiten, andererseits Wissensbestände und Handlungskompetenzen aufgreifen, wie sie in der Alltagswelt selbst hervorgebracht und gebraucht werden. Populäre Alters-Ratgeber gewinnen ihre Attraktivität also vor allem daraus, dass sie konkrete Lebensumstände und Lebensschicksale thematisieren und dass sie wissenschaftliche Erkenntnisse und alltägliche Erfahrungen aufeinander abstimmen. Sie bieten Orientierung und Lebenshilfe für das Alltagshandeln an, indem sie von naheliegenden Bedürfnissen oder Irritationen ausgehen, um darauf bezogen Wissen zu filtern, zu ordnen und zuzuspitzen. Ratgeberliteraturen vermitteln zwischen dem Verlangen der Menschen, ihr Leben zu meistern, und den dazu erforderlichen Informationen und Kulturtechniken.¹⁹

Alters-Ratgeber sind meistens auf bestimmte Seiten des Alterns konzentriert, kümmern sich also weniger um das Alter in allen seinen Facetten als vielmehr um besondere Aspekte. Der Zuschnitt folgt den hauptsächlichen Funktionsbereichen der Gesellschaft beziehungsweise den Hauptrichtungen der lebensweltlichen Nachfrage. So gibt es Alters-Ratgeber aus den Bereichen Medizin und Gesundheit, Religion, Philosophie und Psychologie, Politik, Arbeitswelt und Ehrenamt. Es finden sich aber auch Titel wie „Mein Enkel erklärt mir das In-

Altersratgeber als Lebenshilfe und Orientierung

Massenphänomen

Zuschnitt auf besondere Aspekte

Vermittlungsaufgabe

Angst vor dem Alter	<p>ternet“ oder „Steuererklärung für Rentner und Pensionäre“. Die auflagestärksten und zahlreichsten sind die Gesundheits-Ratgeber, betreffend vor allem das sogenannte <i>Anti-Aging</i>: Ernährung, pharmazeutische Präparate und medizinische Eingriffe, Fitness und Wellness bis hin zu Kosmetik und Mode. Eine verbreitete Textsorte stammt außerdem von prominenten Personen des öffentlichen Lebens, zum Beispiel von Schauspielerinnen und Medienleuten, die ihre persönlichen Erfahrungen und Umgangsweisen mit dem Älterwerden schildern und auf diese Weise eine Avantgardefunktion erfüllen.</p>	<p>Das Thema solcher Ratgeber ist nicht das Altern, sondern das Jungbleiben. Indem solche Ratgeber mit dem Alter einen Jugendkult treiben, verfehlen sie ihr Thema, blenden oder grenzen das Alter aus. <i>Anti-Aging</i> als Antwort auf die Altersfrage – das Paradoxe dieser Antwort ist offensichtlich.</p>
Qualität	<p>Die Qualität populärer Alters-Ratgeber lässt vielfach zu wünschen übrig, zugleich aber gibt es durchaus erfreuliche Beispiele. Besonders problematisch erscheinen die sogenannten <i>Anti-Aging</i>-Ratgeber, die oft mit zweifelhaften Rezepten aufwarten und kommerziell ausgerichtet sind. Solche Ratgeber folgen durchweg einem Defizit-Modell des Alterns, ja sie implizieren ein sogar extrem negatives Altersbild.²⁰ Schon die Themenstellung „<i>Anti-Aging</i>“ zeigt diese Richtung an: Altern als Prozess, dem entgegenzutreten ist, der eine <i>Antihaltung</i> erfordert. In den meisten dieser Ratgeber gilt das Jugend-Paradigma geradezu imperativ. Das wird unmissverständlich klar an Buchtiteln wie „Jung bleiben!“, „Erfolgreiche Strategien zum Jungbleiben“, „Tao der Jugend – Das west-östliche Verjüngungs-Programm“ und dergleichen mehr.</p>	<p>Problematischer noch: Solche Alters-Ratgeber schüren Angst vor dem Alter und machen Geschäfte mit dieser Angst. Sie bieten zwar stereotype Vitalisierungs-Programme für sogenannte junge und fitte Alte an. Krankheit, Hinfälligkeit und Pflegebedürftigkeit, Verletzlichkeit und Endlichkeit aber werden verdrängt. Diese erscheinen als das schlimme Ende, wo guter Rat versagt oder teuer ist, und sie bleiben auf diese Weise den dunklen Befürchtungen des Publikums überlassen. Alters- und Pflegeheime stehen in solchen Ratgebern oft als eine Art <i>black box</i> da, in die man schaut, wenn man überhaupt schaut, wie in einen existenziellen und finanziellen Abgrund. Dementsprechend sind solche Alters-Ratgeber nicht selten von einer Art Torschlusspanik gekennzeichnet: noch schnell das Beste aus sich und anderen herausholen, bevor nichts mehr geht.</p>
Lebenskunst	<p>Bei aller Wohlfühlrhetorik folgen solche Alters-Ratgeber einem rigiden Körperschema. Jugend, Gesundheit, Leistungsstärke, sexuelle Aktivität gelten als unhinterfragte Normen, an denen sich älter werdende Menschen zu messen und auszurichten haben, um als ‚normal‘ zu gelten. Seine Wirkung erzielt dieses mächtige Normalisierungsprogramm durch das Versprechen von Vitalität bis ins hohe Alter. Gelegentlich wird unverhohlen zu Egozentrismus und Hedonismus geraten, zu befriedigen nur durch unablässigen Konsum von Kosmetik, Kleidung, Events und anderen Angeboten der Spaß- und Erlebnisgesellschaft – <i>fit for fun</i>.²¹</p>	<p>Ein anderer Typus von Ratgebern findet sich hingegen vor allem in theologisch und philosophisch, politisch und zivilgesellschaftlich inspirierten Büchern. Autoren wie Anselm Grün und Henning Scherf geht es explizit darum, auf altersgerechte Möglichkeiten des Lebens auch von Hochbetagten hinzuweisen.²² Das sind einerseits Möglichkeiten im Bereich des bürgerschaftlichen Engagements, der Selbsthilfe und des Familienlebens. Das sind andererseits Möglichkeiten im Bereich der Lebenskunst, der Vorbild- und Korrektivfunktion. Fitness und Vitalität gehören zwar dazu, dienen aber konkreten Lebenszielen und gelten nicht in jeder Beziehung und schon gar nicht in jeder Lebenssituation.</p>
Alter als Gegenpol	<p>In diesen Ratgebern erscheint das Alter auch als ein Gegenpol, welcher in einer beschleunigten, dauerfitten, hypermobilen, in einer unruhigen und ungeduldigen Gesellschaft</p>	<p>In diesen Ratgebern erscheint das Alter auch als ein Gegenpol, welcher in einer beschleunigten, dauerfitten, hypermobilen, in einer unruhigen und ungeduldigen Gesellschaft</p>

auf kulturelle Werte wie Besonnenheit, Milde, Dankbarkeit, Vertrauen, Loslassen-Können verweist. Gerade im Alter kommen demnach existenzielle Fragen auf, die ältere Menschen intensiver als jüngere stellen, und zwar zum Nutzen aller Generationen. Jedoch kann es auch beängstigend im Sinne von Kontrollverlust sein, dem gezeichneten Bild des geistig regen, weisen, besonnenen Alters nicht zu entsprechen. Anselm Grün ist einer der wenigen Ratgeber-Autoren, der diese Angst bedenkt, indem er dem Alter Kontrollverlust zugesteht.

Bei aller Vielfalt des Genres lässt sich feststellen: Populäre Alters-Ratgeber folgen überwiegend „Programmen von Aktivierung und Empowerment“.²³ Insofern sie dies unkritisch tun, reagieren sie auf die Herausforderungen der Multioptions- und Wissensgesellschaft mit Standardangeboten und Normalisierungsprogrammen. Auch am Beispiel von Alters-Ratgebern wird somit ein allgemeines „Paradox pluralisierter Gesellschaften“ deutlich, nämlich dass ihre öffentlich weit verbreiteten Alters- und Körperbilder oft frappierend einfältig oder eindimensional ausfallen.²⁴ Indes ist damit über persönliches Leseverhalten, eigensinnige Auslegungen und Schlussfolgerungen des Publikums noch nichts entschieden.²⁵ Und überdies gibt es andere Ratgeber, die Optionen noch für das hinfallige Alter aufzeigen. Darin werden Altersbilder entwickelt, die ein widersinniges *Anti-Aging* hinter sich lassen. Gewürdigt wird nicht zuletzt die Sorge um und für Angehörige und Mitmenschen. Noch das Schicksal schwerster Pflegebedürftigkeit wird in seiner existenziellen und soziokulturellen Bedeutung beachtet und geachtet.

Alters-Avantgarden

Unter der Formel ‚differenzielles Alter(n)‘ wächst die Erwartung, dass individuelle Akteure differente Alternsoptionen nutzen und vermehren. Es handelt sich also nicht nur um eine analytische Formel, mit deren Hilfe die Heterogenität realer Altersformen und die Indivi-

dualisierung von Lebenslagen und Lebensverläufen lediglich angemessen beschrieben und auf einen Begriff gebracht wird. Sondern diese Beschreibung und Analyse fordert zugleich immer auch zu einem bestimmten Verhalten und Handeln heraus; sie stellt also normative Anforderungen. Und diese finden sich zusammengefasst in der gerontopraktischen Forderung, „aktiv, produktiv und erfolgreich“ zu altern. Diese Formel weist alternde Menschen auf ihre differierten Möglichkeiten hin und fordert sie auf, ihre individuellen Potenziale, Optionen und Chancen wahrzunehmen und aktiv zu nutzen (*active aging, empowerment* usw.). Allerdings können einzelne Menschen und auch Gruppen die komplexen Bedingungen, Folgen und Nebenfolgen ihres Handelns nicht einmal annäherungsweise, geschweige denn vollständig überblicken. Deshalb steht dem ‚erfolgreichen Alter(n)‘ das mögliche Scheitern entgegen. Der Anspruch, ‚produktiv‘ und ‚erfolgreich‘ zu altern, mutet seiner Zielgruppe immer auch strukturelle Unübersichtlichkeiten, Unwägbarkeiten, Unsicherheiten und Risiken zu.

Auf die Risiken des Alterns sind zunächst diejenigen Bevölkerungskreise am besten eingestellt, die aufgrund ihrer Ausbildung und Berufserfahrungen gelernt haben, mit Unsicherheiten zu rechnen, Gelegenheiten zu ergreifen, Chancen zu maximieren. Als Vorbilder sind solche soziokulturellen Eliten von besonderer Bedeutung. Sie sind sogar von immenser Bedeutung, weil sie veralteten Altersrollen sowie Schreckensszenarien demografischer und rentenfiskalischer Statistiken selbstbewusst entgegenzutreten vermögen. Mit ihren Erfolgen und ihrer ganzen Persönlichkeit widerlegen sie breitenwirksam das Bild einer vergreisenden und ergrauenden Gesellschaft, die unter einer vermeintlichen Altenlast erstarre. Denn wer mag sich das Alter heute generell noch als „müde und verbrauchte, traurige und unbewegliche Versammlung älterer Menschen“ vorstellen?²⁶ Insbesondere aus denjenigen Generationen, die spätestens seit 1968 auf Wertewandel und Innovationsfähigkeit geradezu

Vielfalt an Alters-Ratgebern

Risiken des Alterns

Formel „differenzielles Altern“

	<p>abonniert sind, darf der Umbruch und Umbau von Lebensformen und Lebensgefühlen im Alter erwartet werden.²⁷ Denn bestimmte Alterskohorten vermögen in besonderer Weise einen „kollektiven Druck in Richtung auf einen Strukturwandel“ auszuüben, und sie können dabei eine Veränderung von Altersbildern und Altersrollen „in sämtlichen gesellschaftlichen Einrichtungen“ bewirken.²⁸</p>	<p>in ganzer Person Musterbeispiele für noch nie dagewesene Altersbilder dar. Wobei jedoch wiederum stereotypisierende Effekte (zum Beispiel kommerzielle) auftreten.</p>
Avantgarde- Funktion Alter	<p>Die gewissermaßen kulturevolutionäre Bedeutung solcher „Alters-Pioniere“ besteht in ihrer „Avantgarde-Rolle“.²⁹ Eine Avantgarde-Funktion nehmen ältere Menschen immer dann wahr, wenn sie als unangemessen empfundene Formen und Vorstellungen vom Alter durchkreuzen, wenn sie gegebene Altersnormen und Altersrollen bestreiten, wenn sie Grenzen überschreiten und Erwartungen neu definieren, wenn sie die Gesellschaft kulturell auf Alters-Überraschungen einstellen. Es handelt „sich um verhaltensprägende Leitkulturen, die bei Minderheiten beginnen, dann aber ganze Gesellschaften erfassen“.³⁰ Sie schaffen Präzedenzfälle, an denen breite Bevölkerungskreise Geschmack und Orientierung finden. Als sozusagen lebendige Beispiele stellen Alters-Avantgarden Vorbilder dar, an denen breite Bevölkerungsschichten Anhalt und Orientierung finden können.</p>	<p>Es wäre allerdings unangemessen, Avantgarde-Rollen allein für diejenigen Gruppen zu reklamieren, die privilegierte Möglichkeiten haben. Nicht außer Acht zu lassen sind vor allem auch die lokalen Alters-Pioniere, die keineswegs nur aus besser gestellten Kreisen kommen. Das sind die Alters-Avantgarden des Alltags, Vorbilder wie Uwe Pelzel (geb. 1943), einer der ältesten Menschen mit Downsyndrom in Deutschland, dessen Bedeutung für seinen Heimatort Heikendorf bei Kiel in einem bundesweit beachteten Dokumentarfilm gewürdigt worden ist.³¹ Solche lokalen Alters-Pioniere setzen, so lässt sich mit Matilda und John Riley sagen, durch kleine anschauliche Beispiele „oftmals fast unmerkliche Prozesse und Mechanismen in Gang“, die insgesamt zu einer Erneuerung oder Erweiterung von Altersbildern, von „altersbezogenen Ideen, Wertvorstellungen und Überzeugungen“, „von Rollenmöglichkeiten für ältere Menschen“ führen.³²</p>
Vorbilder		
	<p>Kultur-avantgardistische Veränderungen von Altersbildern und Altersrollen gehen derzeit bereits in beachtlichem Ausmaß vonstatten, und zwar wohl zuerst angestoßen durch die <i>old professionals</i> der Künstler- und Intellektuellenszenen, durch Schauspielerinnen wie Iris Berben (geb. 1950), Modemacherinnen wie Vivian Westwood (geb. 1941), Künstler wie Jörg Immendorf (1945–2007). Impulse für solche Veränderungen geben nicht zuletzt die Alters-Ikonen der Massen- und Popular-Kultur: Rockmusiker wie Tina Turner (geb. 1939), Mick Jagger (geb. 1943), Udo Lindenberg (geb. 1946). Hier entstehen Bilder einer Alters-Coolness, verstanden als eine Haltung, die das Alter umwertet, Vorstellungen von Integrität und Würde im Alter breitenwirksam renoviert. Solche Alters-Pioniere stellen gewissermaßen</p>	
Differenzielles Alter als Chance und Risiko		<p>Fazit</p> <p>„Differenzielles Alter(n)“ ist heute zu einer Möglichkeit für jeden einzelnen Menschen geworden, allerdings in höchst ambivalenter Weise – chancen- und risikoreich zugleich. Auf der einen Seite besteht die Möglichkeit, das eigene Altern ex-zentrisch zu gestalten, nämlich Altersbilder zu hinterfragen und zu überprüfen, auszuwählen, zu kombinieren und selbständig zu entwerfen. Dafür eröffnen moderne Gesellschaften erhebliche Spielräume, und davon machen insbesondere Alters-Avantgarden Gebrauch. Auf der anderen Seite ist mit deutlichen Einschränkungen, mit riskanten Lebensläufen bis hin zu Altersarmut zu rechnen.</p>
Musterbeispiele für Altersbilder		<p>Aber auch schichtübergreifend sind Akteure bis ins hohe Alter Irritationen und Desorientierungen ausgesetzt. Darauf reagieren</p>

Alters-Ratgeber, indem sie Informationen aufbereiten (Komplexität reduzieren), Risiken abschätzen, Optionen ausloten. Jedoch laufen viele Ratschläge auf ein Standard- und Normalisierungsprogramm hinaus: auf Fitness als Universalnenner des flexiblen Menschen unter den Bedingungen globaler Beschleunigung. Solche Alters-Ratgeber gehören zur Kehrseite eines ‚differenziellen Alter(n)s‘, auf welcher nichts mehr gilt als schnelles sich Anpassen an schnell wechselnde Anforderungen.

Anmerkungen

- ¹ Irmhild SAAKE, Die Konstruktion des Alters. Eine gesellschaftstheoretische Einführung in die Altersforschung. Wiesbaden 2006, S.120.
- ² Es handelt sich um den Leitbegriff vor allem der psychologischen Gerontologie. In Deutschland zurückgehend auf Hans THOMAE, Altersformen – Wege zu ihrer methodischen und begrifflichen Erfassung, in: Hans Thomae / Ursula Lehr (Hrsg.), Formen seelischen Alterns. Ergebnisse der Bonner Gerontologischen Längsschnittstudie, Stuttgart 1987. Vgl. Ina SCHOLLGEN / Oliver HUXHOLD, Differenzielles Altern, in: Informationsdienst Alterfragen 36/2 (2009), S. 12–16.
- ³ Dirk BAECCKER, Wozu Kultur? Berlin 2003, S. 22.
- ⁴ Helmuth PLESSNER, Die Stufen des Organischen und der Mensch. Einleitung in die philosophische Anthropologie, (Erstdruck 1928), Berlin / New York 1975, S. 325.
- ⁵ Armin NASSEHI, Die Form der Biographie. Theoretische Überlegungen zur Biographieforschung in methodologischer Absicht, in: BIOS. Zeitschrift für Biographieforschung und Oral History, 7 (1994), S. 46–63, S. 50
- ⁶ Vgl. Ulrich BECK, Risikogesellschaft. Auf dem Weg in eine andere Moderne. Frankfurt am Main 1986, S. 116 und 217; Peter GROSS, Bastelmentalität: Ein ‚postmoderner‘ Schwebezustand, in: Thomas Schmidt (Hrsg.), Das pfeifende Schwein, Berlin 1985, S. 63–84; Peter GROSS, Die Multioptionengesellschaft, Frankfurt am Main 1994; Ronald HITZLER / Anne HONER, Bastelexistenz. Über subjektive Konsequenzen der Individualisierung, in: Ulrich Beck / Elisabeth Beck-Gernsheim (Hrsg.), Riskante Freiheiten. Individualisierung in modernen Gesellschaften, Frankfurt am Main 1994, S. 307–315.
- ⁷ BECK (wie Anm. 6), S. 216, 256, 37.
- ⁸ Michel FOUCAULT, Das Subjekt und die Macht, in: Hubert L. Dreyfus / Paul Rabinow, Michel Foucault. Jenseits von Strukturalismus und Hermeneutik, 2. Aufl., Weinheim 1994, S. 241–261, S. 243.
- ⁹ Vgl. Klaus R. SCHROETER, Zur Doxa des sozialgerontologischen Feldes: Erfolgreiches und produktives Altern – Orthodoxie, Heterodoxie oder Allodoxie? In: Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie 37/1 (2004), S. 51–55.
- ¹⁰ BECK (wie Anm. 6), S. 46 und 153.
- ¹¹ Ludwig AMRHEIN, Drehbücher des Alter(n)s. Die soziale Konstruktion von Modellen und Formen der Lebensführung und -stilisierung älterer Menschen, Wiesbaden 2008, S. 92.
- ¹² Vgl. Karsten GERLOF / Anne ULRICH, Die Verfasstheit der Wissensgesellschaft, Münster 2006.
- ¹³ Vgl. dazu auch Harm-Peer ZIMMERMANN, Kulturelle Plastizität des Alters, in: Sechster Bericht zur Lage der älteren Generation in der Bundesrepublik. Altersbilder in der Gesellschaft. Bericht der Sachverständigenkommission an das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, Berlin 2010, S. 86–112.
- ¹⁴ Entsprechend stark ist auch das volkskundliche

- Interesse an dieser Art von populärem Lesestoff gewachsen. Vgl. nur die zahlreichen Beiträge zu diesem Thema auf dem Volkskunde-Kongress in Mainz 2007: Kartrin AMELANG, Wissenspraktiken chronisch Kranker. Verhandlung medizinischen Wissens zwischen Expertise und Alltagsverstand, in: Michael Simon u. a. (Hrsg.), *Bilder – Bücher – Bytes. Zur Medialität des Alltags*. 36. Kongress der Deutschen Gesellschaft für Volkskunde vom 23. bis 26. September 2007 in Mainz. Münster u. a. 2009, S. 121–127; Brigitte FRIZZONI, Liebesgeschichten als Ratgeberliteratur, in: Michael Simon u. a. (Hrsg.), *Bilder – Bücher – Bytes*, ebd., S. 211–216; Helmut GROSCHWITZ, Wohlergehen durch Zeitmanagement? Die Bedeutung von Ratgebermedien bei der zeitlichen Orientierung im Alltag, in: Michael Simon u. a. (Hrsg.): *Bilder – Bücher – Bytes*, ebd., S. 111–117; Timo HEIMERDINGER, Brust oder Flasche? – Säuglingsernährung und die Rolle von Beratungsmedien, in: Michael Simon u. a. (Hrsg.), *Bilder – Bücher – Bytes*, ebd., S. 100–110; Klara LÖFFLER, Warum wir Bridget Jones lieben. Oder: Ethnographische Recherchen zur Ratgeberlektüre, in: Michael Simon u. a. (Hrsg.), *Bilder – Bücher – Bytes*, ebd., S. 217–227; Eberhard WOLFF, Funktionsweisen von Gesundheitsberatung im Medienensemble. Das Modell „Bircher-Benner“, in: Michael Simon u. a. (Hrsg.), *Bilder – Bücher – Bytes*, ebd., S. 83–99. Vgl. auch Utz JEGGLE, *Trost und Rat: Trostlos. Ratlos. Was lehren uns Ratgeber?* In: Hermann Bausinger / Ursula Brunold-Bigler (Hrsg.), *Hören Sagen Lesen Lernen. Bausteine zu einer Geschichte der kommunikativen Kultur. Festschrift für Rudolf Schenda zum 75. Geburtstag*, Frankfurt am Main u. a. 1995, S. 341–358.
- ¹⁵ Vgl. Welf-Gerrit OTTO, Zwischen Leisten und Loslassen: Altersbilder in der Ratgeberliteratur der Gegenwart, in: *Informationsdienst altersfragen* 5/36 (2009), S. 6–11; Welf-Gerrit OTTO, Vollendung oder Verfall? Von der Polarität populärer Hochaltrigkeitsbilder am Beispiel gegenwärtiger Ratgeberliteratur, in: Antje van Elsbergen / Franziska Engelhardt / Simone Stiefbold (Hrsg.), *Ansichten – Einsichten – Absichten. Beiträge aus der Marburger Kulturwissenschaft*, Marburg 2010, S. 211–231.
- ¹⁶ Vgl. Arnold ARLUKE / Jack LEWIN / John SUCHWALCO, Sexuality and Romance in Advice Books for the Elderly, in: *The Gerontologist* 24 (1984), S. 415–419, S. 416.
- ¹⁷ Vgl. Ronald HITZLER / Anne HONER / Christoph MAEDER, (Hrsg.), *Expertenwissen. Die institutionalisierte Kompetenz. Zur Konstruktion von Wirklichkeit*. Opladen 1994; Wolfgang K. SCHULZ (Hrsg.), *Expertenwissen. Soziologische, psychologische und pädagogische Perspektiven*, Opladen 1998.
- ¹⁸ Vgl. Klaus R. SCHROETER, Altersbilder als Körperbilder: Doing Age by Bodyfication. Expertise zum sechsten Altenbericht der Bundesregierung. TS, Kiel 2008, S. 127; Heinrich GREBE, Diskursethnographische Altersbildforschung – Ein Entwurf für die Analyse von Bildern des hohen Alters in Medien und Alltag, in: Antje van Elsbergen / Franziska Engelhardt / Simone Stiefbold (Hrsg.), *Ansichten – Einsichten – Absichten. Beiträge aus der Marburger Kulturwissenschaft*, Marburg 2010, S. 183–199.
- ¹⁹ Vgl. Thomas J. DARWIN, *Searching for the Fountain: Models of Aging in Contemporary Self-Help Literature*, in: Hana S. Noor Al-Deen (Hrsg.), *Cross-Cultural Communication and Aging in the United States*. Mahwah / London 1997, S. 201–213, S. 201.
- ²⁰ Vgl. Melanie WOOSMANN, „Älter werde ich später“ – Anti-Aging oder die Suche nach der ewigen Jugend. Populärmedizinische Ratgeber aus volkskundlicher Sicht, Magisterarbeit, Bonn 2007.
- ²¹ Vgl. beispielsweise Martina Wimmer, *Champagner für alle! Wie man in Würde altert, ohne erwachsen zu werden*, Berlin 2006.
- ²² Vgl. Anselm GRÜN, *Die hohe Kunst des Älterwerdens*, 4. Aufl., Münsterschwarzach 2008; Henning SCHERF, *Grau ist bunt. Was im Alter möglich ist*, Freiburg im Breisgau / Basel / Wien 2006.
- ²³ SCHROETER (wie Anm. 18), S. 132.
- ²⁴ Vgl. Kornelia HAHN / Michael MEUSER, *Zur Einführung: Soziale Repräsentation des Körpers – Körperliche Repräsentationen des Sozialen*, in: Dies. (Hrsg.), *Körperrepräsentationen. Die Ordnung des Sozialen und der Körper*, Konstanz 2002, S. 7–16, S. 11.
- ²⁵ Vgl. Stuart HALL, *Kodieren / Dekodieren*, in: Roger Bromley / Udo Göttlich / Rainer Winter (Hrsg.), *Cultural Studies*, Lüneburg 1999, S. 92–110.
- ²⁶ Vgl. Clemens SEIDL, Warum wir nicht mehr Älter werden. Essay, in: *Aus Politik und Zeitgeschichte*, 49/50 (2005), S. 3–9, S. 8.
- ²⁷ Vgl. Heinz BUDE, *Das Altern einer Generation. Die Jahrgänge 1938–1948*, 2. Aufl., Frankfurt am Main 1995; Dieter OTTEN, *Die 50+ Studie. Wie die jungen Alten die Gesellschaft revolutionieren*, Reinbek bei Hamburg 2008.
- ²⁸ Matilda WHITE RILEY / John W. RILEY *Individuelles und gesellschaftliches Potential des Alterns*, in: Paul Baltes / Jürgen Mittelstraß / Ursula M. Staudinger, *Alter und Altern: Ein interdisziplinärer Studientext zur Gerontologie*, Berlin / New York 1994, S. 437–459, S. 455f.
- ²⁹ Ursula PASERO, *Altern: Zur Individualisierung eines demografischen Phänomens*, in: Dies. / Gertrud M. Backes / Klaus R. Schroeter (Hrsg.), *Altern in Gesellschaft. Ageing – Diversity – Inclusion*, Wiesbaden 2007, S. 345–355, S. 351.
- ³⁰ Ralf DAHRENDORF, *Nach der Krise: Zurück zur protestantischen Ethik?* In: *Merkur* 720 (2008), S. 373–381, S. 374.
- ³¹ *Uwe geht zu Fuß*. Ein Film von Florian von Westermolt. Dokumentarfilm. Deutschland 2008, 79 Min.
- ³² RILEY / RILEY (wie Anm. 28), S. 445f.