



Validierung der Themenbereiche im Projekt „Geschenkplattform“

Ein Bericht im Auftrag der AXA-Stiftung Generationen-Dialog

Jonathan Bennett/Céline Tu-Linh Diep

21.02.2018

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung	3
2	Konzept I: Active Ageing	4
3	Konzept II: Eudaimonic Well-Being	12
4	Synthese, Empfehlungen und Fazit	18
5	Literaturverzeichnis	22

1 Einleitung

1.1 Ausgangslage

Die AXA-Stiftung Generationen-Dialog plant die Lancierung einer innovativen Geschenkplattform für ältere Angehörige zwischen 58 und 70 Jahren, welches sich aus themenbezogenen Geschenken in sechs Bereichen und drei Kategorien zusammensetzt. Die Stiftung verfolgt die Zielsetzung, durch eine wissenschaftlich abgestützte Wahl der Geschenk-Themenbereiche zu einem guten Altern beizutragen. Die von der Stiftung vorgeschlagenen Themenbereiche sollen deshalb unter Beizug relevanter wissenschaftlicher Literatur validiert werden.

Mit der Durchführung dieser Validierung hat die Stiftung Generationen-Dialog das Institut Alter der BFH beauftragt.

1.2 Aufbau des Berichts

Die von der Stiftung definierten Themenbereiche werden zwei Konzepten gegenüber gestellt, die wissenschaftlich gut belegt sind. Die sechs Themenbereiche werden dadurch mit breit rezipierter sozialwissenschaftlicher Forschung verknüpft und dadurch validiert – d.h. in ihrer Gültigkeit bestätigt – bzw. nochmals kritisch hinterfragt. Die beiden Konzepte sind:

1) Das Active Ageing Policy Framework der WHO (2002)

Seit seiner Veröffentlichung im Jahre 2002 ist das Active Ageing Policy Framework ein wichtiger Standard für altersbezogene Interventionen. Obwohl sie sich im Prinzip an alterspolitische Akteure richten, sind die in den Rahmenbedingungen definierten Bereiche und Handlungsfelder auch im Zusammenhang mit dem geplanten Geschenkplattform hilfreich, denn die zentralen Rahmenbedingungen für ein gelingendes Altern können auf sinnvolle Weise mit den sechs von der Stiftung vorgeschlagenen Themenbereichen in Bezug gesetzt werden.

2) Eudaimonic Well-Being

Dieser Zweig der Forschung über das menschliche Wohlbefinden grenzt sich von demjenigen zum sogenannten hedonischen Wohlbefinden ab, das die Maximierung von Genuss fokussiert. Der eudaimonische Zugang zum Thema Wohlbefinden geht davon aus, dass anspruchsvolle und sinnvolle Tätigkeiten zu einem länger anhaltenden Wohlbefinden beitragen. Dieser Forschungsstrang weist auch Verbindungen zur Positiven Psychologie auf. Dieses eudaimonische Verständnis von Wohlbefinden scheint uns implizit auch der Philosophie der sechs Themenbereiche zugrunde zu liegen, weshalb seine zentralen Dimensionen zur Validierung der Themenbereiche sehr gut geeignet sind.

In den Kapiteln 2 und 3 werden die beiden Konzepte jeweils kurz vorgestellt, bevor dann die Themenbereiche der Geschenkplattform auf ihre Anschlussfähigkeit überprüft werden. Dadurch werden Verknüpfungen der sechs Themenbereiche mit diesen zwei zentralen Konzepten deutlich. Es wird aber auch möglich, wichtige Dimensionen des erfolgreichen Alterns aufzuzeigen, auf die die

Geschenkplattform möglicherweise noch zu wenig oder gar nicht eingeht. Kapitel 4 dient dazu, die Erkenntnisse aus den Kapiteln 2 und 3 zusammenzuführen und daraus zentrale Empfehlungen abzuleiten.

2 Konzept I: Active Ageing

Das Kapitel 2 soll zunächst aufzeigen, welches die zentralen Elemente von Active Ageing sind und welche Ziele die WHO (2002) damit verfolgt. Anschliessend wird im Einzelnen auf die Verknüpfungsmöglichkeiten mit den sechs Themenbereichen der Geschenkplattform und den allfälligen Ergänzungsbedarf eingegangen.

2.1 Die drei Säulen des Active Ageing gemäss WHO (2002)

Ausgangspunkt des Konzepts der WHO (2002) sind die „Grundsätze der Vereinten Nationen für ältere Menschen“ (United Nations General Assembly, 1991), welche die folgenden sechs zentralen Elemente umfasst: Unabhängigkeit, Teilnahme, Einbindung, Pflege, Selbstverwirklichung und Würde (WHO, 2002, S. 45). Als Bestimmungsfaktoren für das aktive Altern wurden durch das internationale Expertengremium drei wesentliche Säulen identifiziert: Diese sind 1) Teilnahme und Einbindung, 2) Gesundheit und 3) Sicherheit.

Die Schaffung optimaler Bedingungen in diesen drei Säulen fördert das aktive Altern (WHO, 2002, S. 45). Bezogen auf das Geschenkplattform kann somit argumentiert werden, dass Geschenke, welche die Teilnahme und Einbindung ermöglichen, zu einer guten Gesundheit sowie zu sicheren

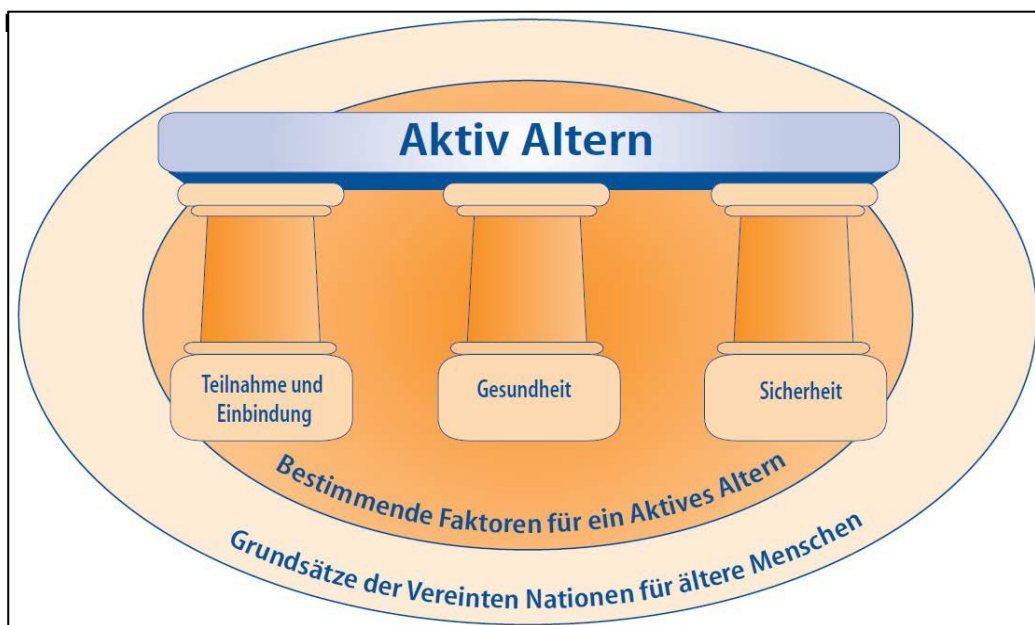


Abbildung 1: Bestimmende Faktoren für ein Aktives Altern (WHO, 2002, S. 45).

2.2 Die drei Säulen des aktiven Alterns

(1) Teilnahme und Einbindung

In der ersten Säule liegt der Fokus auf der gesellschaftlichen Partizipation älterer Menschen. Gemäss WHO (2002) sollten Voraussetzungen dafür geschaffen werden, dass ältere Menschen möglichst lange Beiträge zur gesellschaftlichen Entwicklung in bezahlten sowie unbezahlten Verhältnissen leisten können und wollen. Dafür müssen im Arbeitsmarkt, sowie in Bildungs-, Gesundheits- und Sozialwesen entsprechende Anreize geschaffen werden. Die Partizipation älterer Menschen an sozialen, wirtschaftlichen, kulturellen und geistigen Aktivitäten sollte besonders gefördert werden (WHO, 2002, S.46).

Bezug zu den sechs Themenbereichen:

Offensichtlich erscheint die Verbindung der Säule „Teilnahme und Einbindung“ mit den Themenbereichen **Bildung** und **Kultur**. Teilnahme an **Bildung** wird in diesem Kontext als geistige Aktivität verstanden, die in formalen, non-formalen und informellen Formaten erfolgen kann (vgl. 6. Altenberichtscommission, 2010). Formale Bildungsformate entsprechen den klassischen Angeboten von Bildungsinstitutionen. Sie zeichnen sich dadurch aus, dass sie in einer schulischen Infrastruktur stattfinden und eine klare Rollentrennung zwischen Unterrichtenden und Lernenden stattfindet. Die Bildungsformate dienen der Erreichung von klar definierten Lernzielen. In non-formalen Bildungsprozessen werden zwar i.d.R. ebenfalls Lernziele definiert, das tatsächliche Lernen spielt sich aber ausserhalb des institutionellen Kontextes ab. Typischerweise handelt es sich hier also nicht um Kursformate, die im Klassenzimmer unterrichtet werden sondern um ein Lernen, welches im Prinzip unabhängig von einer Bildungsinstitution stattfinden kann. Beispielhaft kann hier das Konzept des forschenden Lernens (Stadelhofer, 2000) genannt werden, bei welchem Lerngruppen ein selbstgewähltes Thema ergründen. Idealerweise wird dabei ein attraktives Abschlussergebnis angestrebt, wie etwa eine Broschüre oder ein Artikel (z.B. auf Wikipedia). Informelle Lernprozesse finden statt, ohne dass ein explizites Lernziel definiert wurde. Hier geht es eher um die Schaffung einer für das Lernen förderlichen Umgebung bzw. Ausgangslage. So findet beispielsweise in der Rolle des Mentors oder der Mentorin oft vielfältiges Lernen von älteren Menschen statt, ohne dass dieses als bewusstes Ziel benannt wurde. Gemeinsam ist dem non-formalen und informellen Lernen die starke Gewichtung der Eigenaktivität der Bildungsteilnehmer. Der besondere Mehrwert der Bildungspartizipation Älterer liegt in ihrem Beitrag zur gesellschaftlichen Weiterentwicklung. Dadurch dass ältere Menschen in Bildungsprozesse eingebunden werden, leisten sie einen wichtigen Beitrag zum Verständnis zwischen den Generationen und damit letztlich zum gesellschaftlichen Zusammenhalt. Hiermit ist zugleich betont, dass generationendurchmischten Lernsettings diesbezüglich ein besonderer Wert beizumessen ist. Im Kontext der Geschenkplattform halten wir also jene Bildungsangebote für besonders sinnvoll, welche ein hohes Mass an Mitgestaltung durch die Teilnehmenden ermöglichen. Sind diese Angebote zudem so angelegt, dass sie Begegnung und Austausch ermöglichen, tragen sie einerseits zu wertvollen sozialen Kontakten bei und ermöglichen andererseits auch wichtige intergenerationelle Aushandlungs- und Verständigungsprozesse.

Kultur ist im Zusammenhang mit den Rahmenbedingungen des Active Ageing (WHO, 2002) im doppelten Sinne zu verstehen. Einerseits nämlich als die Summe der Einstellungen und Verhaltensweisen, die wir in verschiedensten institutionalisierten und informellen Kontexten gegenüber der Teilnahme und Einbindung älterer Menschen zeigen. Exemplarisch kann hier der Kontext Arbeitswelt herange-

zogen werden, wo ein mehr oder weniger vorurteilsfreier Umgang mit älteren Mitarbeitenden als Ausdruck einer bestimmten Unternehmenskultur verstanden werden kann. Im sozialräumlichen Kontext (**Heimat**) ist hier angesprochen, inwiefern die materielle und immaterielle Umwelt als alters-freundlich bezeichnet werden kann. Diesbezüglich können etwa die Grundlagen zu altersfreundlichen Gemeinden (Schweizerische Gesellschaft für Gerontologie, 2012) genannt werden. Wird **Kultur** in diesem Sinne verstanden, so ist danach zu fragen, inwiefern die geplanten Geschenke dazu beitragen, den vorurteilsfreien Umgang mit älteren Menschen zu fördern. Wird Kultur sehr viel konkreter verstanden, nämlich im Sinne der Produktion und/oder der Wahrnehmung von kulturellen Artefakten, so ist bezüglich der Geschenkplattform zu fragen, inwiefern den älteren Menschen hierbei eine aktive Rolle zugeordnet ist. Ähnlich wie im Themenbereich Bildung profitieren ältere Menschen insbesondere dann, wenn sie im Themenbereich Kultur eine aktive, mitgestaltende Rolle einnehmen können.

Zu erwähnen ist an dieser Stelle das ehrenamtliche Engagement, welches im Sinne einer Geschenk-kategorie in verschiedensten Themenbereichen ermöglicht werden soll. Es stellt geradezu eine idealtypische Form der gesellschaftlichen Partizipation und Einbindung älterer Menschen dar. Allerdings ist es für diese Form des Engagements wichtig, dass Standards, wie sie von etablierten Freiwilligenorganisationen definiert werden, eingehalten werden. So lassen sich Fragen der Wertschätzung, der monetären und nicht-monetären Abgeltung von Leistungen sowie der Verbindlichkeit des Engagements klären.

(2) Gesundheit

Ziel der zweiten Säule des Active Ageing ist der Erhalt einer möglichst hohen Lebensqualität, welche sich insbesondere durch Selbständigkeit und Autonomie kennzeichnet. Eine zentrale Voraussetzung dieser Lebensqualität ist die Funktionalität, d.h. der wirksame Einsatz von Körper und Geist zur Bewältigung des Lebensalltags. Gemäss der WHO (2002) geht es hier einerseits darum, die Schutzfaktoren guter Gesundheit zu festigen und andererseits umwelt- und verhaltensbedingte Auslöser chronischer Krankheiten positiv zu beeinflussen. Die Dienstleistungen des Gesundheitswesens und des Systems der sozialen Sicherung sollten für ältere Menschen niederschwellig zugänglich sein und auf alterstypische Problemstellungen wirksam reagieren können (WHO, 2002, S. 45).

Bezug zu den sechs Themenbereichen:

Der Themenbereich **Gesundheit** ist selbstredend sehr gut geeignet, zu den Zielen der gleichnamigen Active Ageing Säule beizutragen. Dabei sollte in der Aussenkommunikation beachtet werden, dass gesundheitsfördernde Aktivitäten letztlich immer zum Erhalt der Autonomie beitragen, welche für die meisten älteren Menschen sehr bedeutsam ist und eine eigene Dimension des Wohlbefindens darstellt (vgl. Kapitel 3). Das Betonen dieser Zielsetzung ermöglicht es auch Personenkreise anzusprechen, welche sich normalerweise wenig für gesundheitsfördernde Aktivitäten interessieren.

Der Themenbereich **Natur** kann hier eine wichtige Funktion übernehmen, indem Aktivitäten in der Natur in der Regel mit körperlicher Aktivität verbunden sind, im Vordergrund aber das Naturerlebnis steht. Die gesundheitsfördernde Aktivität ist hier also eher Mittel zum Zweck, um Natur erfahren zu können. Auch hier besteht also das Potenzial, mit Geschenken, die eine regelmässige Begegnung mit der Natur ermöglichen, gleichzeitig einen Beitrag zur **Gesundheit** zu leisten. Eine wichtige Rolle spielen zudem Aktivitäten, welche die mentale Gesundheit unterstützen. Kreative Tätigkeiten, wie sie im Themenbereich **Kultur** angesiedelt sind, wirken nicht nur sinnstiftend sondern stellen auch eine an-

regende geistige Herausforderung dar. Ähnliches gilt für den Themenbereich **Bildung**, insbesondere dann, wenn Möglichkeiten zur aktiven Mitgestaltung bestehen.

Die Geschenkplattform hat zudem die Chance, einen Beitrag zu den protektiven Faktoren der **Gesundheit** zu leisten. Hier seien insbesondere die sozialen Beziehungen erwähnt, die erwiesenermassen (Fluder et al., 2012) stark zum Wohlbefinden beitragen. So sind Personen mit einem intakten sozialen Netzwerk mit ihrem Leben zufriedener als Personen, die objektiv gesehen den gleichen Gesundheitsstatus haben, jedoch auf weniger soziale Kontakte zurückgreifen können. Die Geschenkplattform könnte einen Beitrag dazu leisten, die sozialen Kontakte zu pflegen und sich deren Bedeutung zu vergegenwärtigen. Gerade beruflich stark engagierte Menschen verfügen über viele professionelle soziale Kontakte, haben aber umgekehrt ihr ausserberufliches Netzwerk oft ein wenig vernachlässigt. Wenn mit dem Ausscheiden aus dem Berufsleben das professionelle Netzwerk in den Hintergrund rückt, fehlen dann oft die ausserberuflichen Kontakte. Impulse dazu, in die privaten sozialen Netzwerke rechtzeitig zu investieren, können deshalb einen grossen Beitrag zum Wohlbefinden und zu gegenseitiger Solidarität bis ins hohe Alter leisten. Dieser Aspekt scheint uns so zentral, dass wir uns vorstellen könnten, dass den sozialen Beziehungen ein eigener Themenbereich innerhalb der Geschenkplattform zugewiesen wird.

(3) Sicherheit

Die dritte Säule adressiert die Bedürfnisse älterer Menschen nach sozialer, finanzieller und körperlicher Sicherheit. Angesprochen ist hier insbesondere, dass alte Menschen sich darauf verlassen können sollten, dass der Schutz vor Gefahren, die menschliche Würde und eine bedürfnisorientierte Pflege auch dann gewährleistet sind, wenn diese nicht mehr ohne Weiteres autonom aufrechterhalten werden können. Die finanzielle Sicherheit spielt in der Lebensphase Alter durchaus eine zentrale Rolle.

Allerdings ist hierzu zu bemerken, dass Armutsbetroffene nicht zur Zielgruppe der Geschenkplattform gehören. Diese ist „mittel bis gut situiert, eher bildungsnah...“ (Stiftung Generationen-Dialog, Konzept ABO vom 22. September 2017, S. 1-2). Die Geschenkplattform könnte allerdings Angebote aufnehmen, die explizit einen Beitrag zur Sicherheit anderer älterer Menschen leisten, z.B. indem man diese bei administrativen Arbeiten unterstützt, mit ihnen zusammen Einkäufe erledigt oder sie zu Arztbesuchen begleitet. Interessant könnten auch Unterstützungsangebote im Bereich der Organisation der finanziellen Verhältnisse sein, die dem Bedürfnis älterer Menschen nach geordneter „Weitergabe“ entsprechen. Dieses Anliegen liesse sich gut mit anderen Aspekten eines Vorsorgeauftrags kombinieren, welcher sicherstellt, dass wichtige Anliegen auch dann im Sinne des alten Menschen erfüllt werden, wenn dessen Autonomie eingeschränkt sein sollte. Ein Vorsorgeauftrag trägt also zur individuellen Sicherheit dadurch bei, dass er die Gewissheit gibt, dass wichtige Fragen klar geregelt sind und im Sinne des alten Menschen beantwortet werden können.

Das Sicherheitsbefinden steht auch in einem engen Zusammenhang mit der eigenen Wohnumgebung und dem ausserhäuslichen Sozialraum. Betreffend des Wohnens können frühzeitige Optimierungen im Sinne der Barrierefreiheit viel dazu beitragen, dass das selbständige Wohnen zuhause bis ins hohe Alter möglich bleibt. Auch hier gilt, dass entsprechende Anpassungen idealerweise frühzeitig angegangen werden. Dies erhöht die Wahrscheinlichkeit, dass die getroffenen Entscheidungen auch tatsächlich im Sinne der älteren Menschen sind. Da die vertraute Wohnumgebung Sicherheit spendet, sollte das Potenzial von Anpassungen in der bisherigen Wohnumgebung ausgeschöpft werden.

Bezug zu den sechs Themenbereichen:

Wohnberatungen könnten ein interessantes Angebot für die Geschenkplattform im Themenbereich **Heimat** sein. Was das ausserhäusliche sozialräumliche Umfeld betrifft, so weist dieses in der Regel spezifische Vor- und Nachteile auf. Kernthemen sind hier etwa die Erschliessung mit öffentlichen Verkehrsmitteln, die nachbarschaftlichen Kontakte, topographische Aspekte wie starke Steigungen und generell die Distanz zu Angeboten, die für die Alltagsbewältigung relevant sind (Einkaufsmöglichkeiten, hausärztliche Versorgung, Post etc.). Eine entsprechende Sensibilisierung älterer Menschen trägt dazu bei, diese Vor- und Nachteile zu erkennen und unter Einbezug der älteren Menschen frühzeitig jene Massnahmen zu ergreifen, die dem Wunsch nach selbstbestimmtem Leben am besten gerecht werden. Auch hier könnte die Geschenkplattform einen Beitrag leisten – etwa durch das Angebot einer begleiteten Begehung des Wohnquartiers mit entsprechender Analyse. Auch hier gilt es letztlich abzuwägen, ob die Vorteile einer vertrauten Umgebung gross genug sind, um ihre etwaigen Nachteile zu kompensieren.

3 Konzept II: Eudaimonic Well-Being

In Kapitel 3 werden zunächst die Grundprinzipien des Eudaimonic Well-Being erläutert. Anschliessend werden die sechs Dimensionen des Eudaimonic Well-Being detailliert beschrieben und Querverbindungen zu den sechs Themenbereichen der Geschenkplattform hergestellt.

3.1 Die Grundpfeiler im Konzept Eudaimonic Well-Being

Eudaimonisches Wohlbefinden kann als ein Modell des psychologischen Wohlbefindens verstanden werden, das jene Aspekte „positiven Funktionierens“ aufgreift, welche in anderen Modellen des Wohlbefindens oft zu kurz kommen. Dazu gehören beispielsweise das Ausüben sinnvoller Tätigkeiten, die Umsetzung von persönlichen Talenten und Fähigkeiten und ein hohes Mass an Selbstkenntnis. Damit knüpft die Eudaimonia an zwei zentrale Grundprinzipien der alten Griechen an, nämlich, dass man sich selbst kennt und dass man das werden kann, was man ist (Ryff, 2014). Das eudaimonische Wohlbefinden wird traditionellerweise mit dem hedonischen Wohlbefinden kontrastiert, welches eher die Herstellung eines genussvollen Zustands und die Vermeidung von Mühsal und Schmerz betont (Ryan & Deci, 2001). Während diese zwei Stränge der Wohlbefindensforschung lange relativ getrennt voneinander existierten, werden sie nun vermehrt als komplementäre Teile des menschlichen Wohlbefindens verstanden. Nach diesem Verständnis ist ein umfassendes Wohlbefinden – Flourishing genannt – dann gegeben, wenn in einem Leben sowohl wichtige hedonische wie eudaimonische Komponenten vorkommen (Henderson & Knight, 2012).

Da die Konzeption der Geschenkplattform in hohem Masse dem Gedankengut des eudaimonischen Wohlbefindens verpflichtet ist, wird dieses im Folgenden näher auf seine Relevanz für die sechs Themenbereiche der Geschenkplattform untersucht.

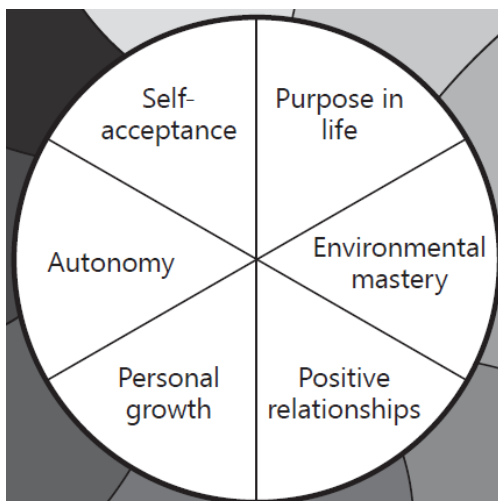


Abbildung 2 : Kerndimensionen des psychologischen Wohlbefindens nach Ryff (2014, S. 11)

3.2 Zentrale Dimensionen von Eudaimonia

In Anlehnung an Ryff (2014) können bei Eudaimonia sechs zentrale Dimensionen unterschieden werden. Sie werden im Folgenden kurz beschrieben.

(1) Autonomie

Personen mit hoher Autonomie leben selbstbestimmt und unabhängig. Sie sind in der Lage, produktiv mit sozialen Erwartungen und Ansprüchen umzugehen und regulieren ihr Verhalten in erster Linie aus sich selbst heraus. Sie verfügen über eigene Standards der Selbstbeurteilung.

Bezug zu den sechs Themenbereichen:

In Bezug auf die Geschenkplattform ist hier vor allem die Frage entscheidend, inwiefern die Geschenke zur Erhaltung der Autonomie beitragen können. Ein offensichtlicher Bezug ergibt sich zum Themenbereich **Gesundheit**, denn zweifellos ist die Gesundheit eine zentrale Voraussetzung der Autonomie. Darüber hinaus können selbstverständlich auch **Bildungsaktivitäten** zur Autonomie beitragen, indem sie wichtige Kompetenzen aufbauen oder stärken, welche für die autonome Lebensführung auch im höheren Alter wichtig sind.

(2) Erfolgreiche Bewältigung der Umwelтанforderungen (Environmental Mastery)

Personen mit dieser Eigenschaft sind in der Lage, die Anforderungen ihrer Umwelt zu bewältigen und zu managen; sie haben Kontrolle über verschiedenste nach aussen gerichtete Aktivitäten und nutzen Chancen und Gelegenheiten, welche die Umwelt bietet, auf wirkungsvolle Weise. Diese Personen sind in der Lage, ihre Umgebungen auszuwählen oder so mitzugestalten, dass sie zu ihren Bedürfnissen und Werten passen.

Bezug zu den sechs Themenbereichen:

In dieser Dimension sind Aspekte enthalten, welche die Passung zwischen Person und Umwelt ansprechen, wie sie bezogen auf ältere Menschen auch in der ökologischen Gerontologie (Wahl, Mollenkopf & Oswald, 2013) thematisiert werden und in der Geschenkplattform unter dem Themenbereich **Philosophie** einzureihen wären. Zum guten Leben älterer Menschen würde demzufolge in hohem Mass die Kompetenz gehören, sich auch mit zunehmendem Alter an Lebensumwelten anpassen zu können bzw. Lebensumwelten so zu wählen und gestalten, dass eine möglichst hohe Lebensqualität gewährleistet bleibt. Im Sinne einer Geschenkidee könnte es etwa darum gehen, dass ältere „Lebenskünstler“ darüber berichten, wie sie sich immer wieder mit ihren Lebensbedingungen anfreunden und wie sie ihre soziale und physikalische Umwelt umgestalten. Dabei können durchaus auch anspruchsvolle Themen wie die bewusste Einschränkung der Menge von Aktivitäten zugunsten einer möglichst hohen Qualität thematisiert werden. Baltes & Baltes (1990) haben in diesem Zusammenhang von der Optimierung durch Selektion und Kompensation gesprochen. Kompetente ältere Menschen schränken Aktivitäten bewusst ein (Selektion) und erreichen dadurch in den verbliebenen Aktivitätsbereichen eine hohe Befriedigung (Optimierung). Sie entscheiden ebenfalls, wo sie gezielt Hilfe beanspruchen möchten (Kompensation). Philosophisch reflektiert zu altern heisst also auch, vermehrt auszuwählen und zu optimieren. In diesem Zusammenhang sei auch darauf hingewiesen, dass das Annehmen von Unterstützung (im Sinne der Kompensation von Baltes & Baltes, 1990) für viele ältere Menschen keine Selbstverständlichkeit darstellt. Die Reflexion über solche Aspekte der Philosophie des reiferen Alters könnte eine wichtige Ergänzung in der Angebotspalette der Geschenkplattform darstellen. Ebenfalls direkt angesprochen wird der Themenbereich **Heimat**. Die erfolgreiche Bewältigung der Umwelтанforderungen thematisiert die Wichtigkeit der Passung zwischen Person und Umwelt.

Dabei wird davon ausgegangen, dass ein gelingendes Altern von der Güte dieser Passung abhängt. Diese Fragestellung betrifft ältere Menschen sehr unmittelbar. Das Anregen des aktiven Nachdenkens und Vorausplanens in dieser Hinsicht (Welche Umgebung passt heute und morgen zu mir? Was brauche ich, um mich daheim zu fühlen?) kann sehr viel dazu beitragen, dass ältere Menschen ihre Lebensumwelten aktiv und frühzeitig so wählen und gestalten, dass sie möglichst lange autonom leben können. Hier könnte es also beispielsweise um Fragen des Wohnens und der Mobilität gehen. Doch könnten hier auch Themen wie die Nutzung digitaler Hilfsmittel Platz finden. In jedem Fall kann die bewusste Auseinandersetzung mit der eigenen Person-Umwelt-Passung dazu zu verhindern helfen, dass Umweltveränderungen (wie etwa ein Umzug) nicht mehr von der älteren Person selbst gewählt und mitgestaltet werden. Schliesslich können auch **Bildungsangebote** viel zur erfolgreichen Bewältigung von Umweltanforderungen beitragen, denn das Erlernen und Vermitteln von Fähigkeiten und Fertigkeiten erlaubt es, sich als „umweltwirksam“ zu erfahren, was zum eigenen Wohlbefinden beiträgt.

(3) Persönliches Wachstum

Personen, die ihr persönliches Wachstum betonen, möchten sich stets weiterentwickeln und sind neuen Erfahrungen gegenüber offen. Sie erleben sich als Personen, die ihr Potential ausschöpfen und bezüglich ihres Selbst und ihres Verhaltens im Lebenslauf eine positive Entwicklung durchlaufen haben. Sie sind der Überzeugung, dass sie sich kontinuierlich in Richtung erhöhter Selbstkenntnis und Wirksamkeit entwickelt haben.

Bezug zu den sechs Themenbereichen:

Der zentrale altersrelevante Gedanke ist hier eindeutig jener, dass persönliches Wachstum grundsätzlich eine lebenslange Entwicklungsmöglichkeit darstellt, die auch dann weiterbesteht, wenn etwa körperliche Einschränkungen zunehmen. In diesem Kontext haben etwa Erikson und Erikson (1998) postuliert, dass jede Lebensphase Entwicklungsaufgaben bereithält, die gelöst werden müssen. Für die Lebensphase Alter identifizierten sie den Gegensatz von „Ich-Integrität versus Verzweiflung“. Damit ist angesprochen, dass ältere Menschen oft das Bedürfnis verspüren, sich auch mit konflikthaften Aspekten ihrer Biografie auseinanderzusetzen und diese als Teil ihrer Persönlichkeit abschliessend zu „integrieren“, sich also gewissermassen mit ihnen zu versöhnen. Auch wenn dies in dieser Form längst nicht auf alle älteren Menschen zutreffen mag, so werden hier doch wichtige Aspekte des persönlichen Wachstums angesprochen. Gerne wird in diesem Zusammenhang auch der Begriff der „Weitergabe“ verwendet (Höpflinger, 2002). Damit wird das Bedürfnis älterer Menschen angesprochen, jüngeren Menschen etwas Bleibendes zu hinterlassen. Tornstam (2005) kreierte den Begriff der Gero-Transzendenz, mit der er die Hinwendung älterer Menschen zu immateriellen, philosophischen Themen bezeichnete. Kennzeichnend ist dabei der Wunsch, sich mit Fragestellungen zu beschäftigen, die über die eigene – endliche – Existenz hinausgehen. Bezug zu den sechs Themenbereichen: Ein offensichtlicher Bezug besteht zum Themenbereich der **Philosophie**. Zweifellos könnte man Personen mit einer grossen Offenheit gegenüber neuen Erfahrungen und der Bereitschaft zur Auseinandersetzung mit sich selbst als „Lebensphilosophen“ bezeichnen. Dabei wird eine attraktive Verbindungsmöglichkeit zu den Themenbereichen **Kultur** und **Bildung** deutlich, da in diesen ganz konkrete Möglichkeiten bestehen, sich neuen Erfahrungen auszusetzen und sich Fragen zu widmen, die über die eigene Existenz hinausweisen. So kann etwa die intensive Beschäftigung mit künstlerischen Werken oder im Themenbereich **Bildung** solche Angebote, welche aktive Partizipation und Mitgestaltung ermöglichen, weil dies die Vo-

oraussetzung dafür ist, dass „Weitergabe“ von Wissen und Erfahrung statt- finden kann. Besonders viel Potenzial haben hier intergenerationell angelegte Bildungsformen, in denen ältere Menschen die Möglichkeit haben, jüngeren Menschen wichtige Lebenserkenntnisse zu vermitteln. Dies ermöglicht es den älteren Menschen zu erleben, dass ihr Lebenswissen bei jüngeren Menschen anklingt und somit fortbesteht.

(4) Positive Beziehungen zu anderen Menschen

Personen, die über positive Beziehungen zu anderen Menschen verfügen, beschreiben diese als warm, befriedigend und vertrauensvoll. Zu den Eigenschaften solcher Menschen gehört zudem, dass sie sich um das Wohlergehen anderer sorgen, empathisch sind, Zuneigung zeigen und Intimität leben. Sie haben Verständnis dafür, dass in zwischenmenschlichen Beziehungen Geben und Nehmen in einer Balance stehen sollten.

Bezug zu den sechs Themenbereichen:

Es fällt auf, dass dem Aspekt der sozialen Beziehungen kein eigener Themenbereich zugeordnet ist. Umso wichtiger erscheint es uns, dass die **Kategorie „gemeinsam erleben“** in den sechs Themenbereichen ein grosses Gewicht einnimmt. Die Bedeutung der positiven Beziehungen zu anderen Menschen kann kaum hoch genug eingeschätzt werden. Die Belege dafür, dass solche Beziehungen einen grossen Einfluss auf die Lebenszufriedenheit haben, sind äusserst zahlreich. In einer Studie der BFH (Fluder et al., 2012) konnte etwa gezeigt werden, dass soziale Kontakte für die Lebenszufriedenheit wichtiger sind als gesundheitliche Einschränkungen. So gesehen tragen also soziale Beziehungen dazu bei, dass man den eigenen Gesundheitszustand positiver erlebt. Gleichzeitig ist es für ältere Menschen nicht immer einfach, die im Lebensverlauf geschlossene Freundschaften weiterzupflegen. So besagt die Theorie des sozialen Konvois (Antonucci & Akiyama, 1987), dass die Investition in diese sozialen Beziehungen sich gerade auch im Alter „bezahlt“ macht, indem vielfältige gegenseitige Unterstützung geleistet wird, die auch zur autonomen Lebensführung beiträgt bzw. die Bewältigung von kritischen Lebensereignissen unterstützt. Hier könnte die Geschenkplattform zweifellos ganz konkrete Beiträge leisten. Die vorgesehene **Kategorie des sozialen Engagements** ist in diesem Zusammenhang ohne Zweifel von Bedeutung, ermöglichen solche Engagements doch in der Regel auch das Knüpfen und Vertiefen von sozialen Kontakten und wichtige Erlebnisse der sozialen Einbettung.

(5) Lebenssinn

Personen, die in ihrem Leben Sinn erfahren, streben in der Regel Ziele an und verspüren eine Form der Gerichtetheit in ihren Tätigkeiten. Sie schreiben ihrem gegenwärtigen wie ihrem bisherigen Leben Bedeutung zu und vertreten Überzeugungen, die zu einer sinnstiftenden Lebensgestaltung beitragen.

Bezug den sechs Themenbereichen:

Sinnerfahrungen können grundsätzlich in sämtlichen der sechs Themenbereiche der Geschenk- plattform stattfinden. Allerdings eignen sich **Bildungskontexte** dazu besonders gut, da sich dort Ziele und zielorientierte Aktivitäten relativ leicht definieren lassen. Dabei würden wir auch ehrenamtliche Engagements unter einen breit verstandenen Bildungsbegriff subsumieren, da diese im non-formalen und informellen Sinne fast immer auch wichtigen Lernerfahrungen ermöglichen. Ehrenamtliches Engagement ist zudem ausgezeichnet dazu geeignet, die Ressourcen älterer Menschen für umfassende, oft

gesamtgesellschaftlich nutzbringende Ziele zu nutzen, was wiederum für die Beteiligten sinnstiftend wirkt. Die Auseinandersetzung mit künstlerischen Werken (Themenbereich **Kultur**) kann ebenfalls tiefe Sinnerfahrungen vermitteln. Dabei liegt die besondere Qualität künstlerischer Werke darin, dass sie über das eigene Selbst bzw. die eigene Existenz hinausweisen und somit demonstrieren, dass Sinnstiftung trotz der Endlichkeit des Lebens möglich ist. Die eigene Beteiligung an kulturellen und künstlerischen Aktivitäten ermöglicht es einem älteren Menschen noch viel unmittelbarer, für wichtige Sinnfragen des Lebens eine Ausdrucksform zu finden und an etwas teilzuhaben, das umfassender ist als das eigene Leben.

Erlebnisse in der **Natur** können das Entstehen und die Vergänglichkeit von Leben versinnbildlichen und bieten damit ebenfalls die Möglichkeit, sich als Teil von etwas zu erfahren, das die Grenzen der eigenen Existenz sprengt.

(6) Selbstakzeptanz

Personen mit stark ausgeprägter Selbstakzeptanz haben eine positive Einstellung sich selbst gegenüber. Dabei anerkennen sie die vielfältigen Aspekte ihres Selbst, wozu gute wie schlechte Eigenschaften gehören. Ihrem bisherigen Leben stehen sie positiv gegenüber. Wie erwähnt haben Erikson und Erikson (1998) als zentrale Entwicklungsaufgabe des Lebensabschnitts Alter die „Ich-Integration“ definiert, in der es darum geht, auch jene Aspekte der eigenen Biografie und Persönlichkeit zu akzeptieren, die man möglicherweise über einen langen Zeitraum negativ bewertet hat.

Bezug zu den sechs Themenbereichen:

Die Dimension der Selbstakzeptanz weist sicherlich einen Bezug zum Themenbereich **Philosophie** auf, klingt dort doch die Kompetenz an, mit Herausforderungen des Lebens in „weiser“ Form umgehen zu können. Eine „erarbeitete“ Selbstakzeptanz trägt hierzu zweifellos bei. Sie erlaubt es auch, mit altersbedingten Einschränkungen relativ gelassen umzugehen. Bezogen auf die Geschenkplattform sollten hier Möglichkeiten zur Beschäftigung mit der eigenen Biografie und dem eigenen Älter-werden angeboten werden. Dies kann in Form einer Beratung oder Standortbestimmung erfolgen oder z.B. durch einen philosophischen Lesezirkel.

4 Synthese, Empfehlungen und Fazit

In diesem Kapitel werden nun in zusammengefasster Form zu jedem der sechs Themenbereiche die wichtigsten Befunde nochmals zusammengefasst. Im Anschluss werden jeweils konkrete Anregungen für die Weiterentwicklung der Geschenkplattform formuliert. Ein Fazit schliesst dieses Kapitel ab.

Gesundheit: Gesundheit ist eine der tragenden Säulen von Active Ageing und somit zentrale Voraussetzung für ein gelingendes Altern. Die Setzung als Themenbereich ist somit zweifellos sinnvoll. Wichtig scheint uns zu betonen, dass das Streben nach Gesundheit kein Selbstzweck ist, sondern dem Erhalt der Autonomie dient, die für viele ältere Menschen einen zentralen Wert darstellt und eine eigene Dimension des eudaimonischen Wohlbefindens bildet. Hervorzuheben ist zudem, dass auch bei älteren Menschen die mentale Gesundheit ebenso wichtig wie die körperliche Gesundheit ist. Kreative Tätigkeiten (Kultur) und die Teilnahme an Bildungsaktivitäten sind besonders dazu geeignet, die mentale Gesundheit zu fördern.

Ein zentraler protektiver Faktor der Gesundheit ist das Vorhandensein von sozialen Beziehungen. Diese tragen zur Lebenszufriedenheit bei und können in der Selbstwahrnehmung älterer Menschen auch objektive gesundheitliche Einschränkungen kompensieren. Es sollte unseres Erachtens geprüft werden, ob die sozialen Beziehungen in der Geschenkplattform nicht als eigener Themenbereich geführt werden können.

Hinweise zu Geschenkideen im Themenbereich Gesundheit:

- Geschenke, welche gesundheitsfördernde Aktivitäten beinhalten, sollten auf die Wichtigkeit der Gesundheit für die eigene Autonomie verweisen. Damit können auch Personen angesprochen werden, die diesem Aspekt in ihrem bisherigen Lebenslauf möglicherweise wenig Aufmerksamkeit geschenkt haben.
- Der überragenden Bedeutung der sozialen Beziehungen für die Gesundheit und das Wohlbefinden sollte in den Geschenken unbedingt Rechnung getragen werden. Eine sensible Phase ist insbesondere der Übergang in die nachberufliche Periode, da diese oft mit dem Wegfall der professionellen sozialen Netzwerke verbunden ist.

Kultur: Unter der Rubrik „Teilnahme und Einbindung“ betont die WHO (2002) auch den Einbezug älterer Menschen in kulturelle Aktivitäten. Zur Kultur sollten nicht nur die Produktion und Rezeption von kulturellen Artefakten gezählt werden, sondern auch die Einstellungen und Verhaltensweisen, die wir als Gesellschaft gegenüber älteren Menschen einbringen.

In Bezug auf künstlerisches Schaffen ist insbesondere das aktive Mitwirken an kulturellen Aktivitäten im künstlerischen oder auch organisatorischen Sinne eine wichtige Form der Teilnahme und Einbindung. Sie wirkt sinnstiftend und regt sowohl kognitiv als auch emotional an.

Die Auseinandersetzung mit kulturellen Werken ermöglicht überdies die Begegnung mit Neuem, Ungewöhnlichem sowie mit zentralen philosophischen Fragestellungen. Dies trägt zu einer Offenheit für Erfahrungen bei, die sich günstig auf die eigene Anpassung an unterschiedliche Umweltanforderungen auswirken kann. Die Auseinandersetzung mit philosophischen Fragen entspricht dem Bedürfnis vieler älterer Menschen, Sinnstiftung auch dort zu erfahren, wo sie von der eigenen Existenz unabhängig ist.

Hinweise zu Geschenkideen im Themenbereich Kultur:

- Die Geschenkideen sollten ergänzt werden durch Aktivitäten, die einen Beitrag zur Etablierung einer vorurteilsfreien „Alterskultur“ leisten. Dies ist insbesondere im beruflichen Kontext von grosser Bedeutung.
- Geschenkideen, die zu eigenen künstlerischen Tätigkeiten anregen oder zur aktiven Organisation von kulturellen Aktivitäten ermuntern, sind besonders zu begrüssen.
- Die Geschenkplattform kann die Auseinandersetzung mit Kunst fördern – insbesondere auch mit unkonventionellen oder gar kontroversen Kunstwerken. Dies fördert die Offenheit für Neues und damit die mentale Anpassungsfähigkeit. Zudem ermöglicht die Auseinandersetzung mit Kunst das Stellen von Fragen, die über die eigene Existenz hinausweisen.

Natur: Erlebnisse in der Natur ermöglichen es einem Menschen, sich als Teil eines grösseren Ganzen zu erfahren. Entstehung und Vergänglichkeit des Lebens sind dort sehr unmittelbar zu erfahren. Für einen älteren Menschen erlaubt die Begegnung mit der Natur auch die Erfahrung des „Eingebettetseins“ und kann zur Akzeptanz der Endlichkeit des eigenen Lebens beitragen.

Wichtig ist zudem die gesundheitsfördernde Komponente von Naturerlebnissen, da diese in der Regel mit körperlicher Aktivität verbunden sind.

Hinweise zu Geschenkideen im Themenbereich Natur:

- Ideal sind Kombinationen aus Naturerlebnis und geistiger Auseinandersetzung mit den Phänomenen der Natur – etwa in Form einer geführten Exkursion etc.
- Vielversprechend können auch Geschenke sein, die eine (Wieder-)Entdeckung der Natur in der unmittelbaren Wohnumgebung ermöglichen. Diese sollte regelmässig erfolgen und körperliche Aktivitäten beinhalten (Velofahren, Wandern etc.)

Bildung: Bildung stellt einen zentralen Aspekt von Active Ageing dar, da sie sich in idealer Weise für die Teilnahme und Einbindung älterer Menschen eignet. Aus gerontologischer Perspektive geht es in Bildungsprozessen für ältere Menschen nicht nur darum, selbst Neues zu lernen. Vielmehr leisten ältere Menschen mit ihrer Bildungspartizipation einen aktiven Beitrag zur gesellschaftlichen Weiterentwicklung. Dementsprechend sind für ältere Menschen vor allem jene Bildungsformate ideal, die Möglichkeiten zur aktiven Mitgestaltung bieten. Diese Bildungsformate sind oft non-formal oder informell.

Bildungsaktivitäten können zum Erhalt der Autonomie beitragen, indem sie entsprechende Kompetenzen fördern. Bildung fördert auch die erfolgreiche Bewältigung von Umweltaforderungen, da Lernen es einem Menschen erlaubt, sich als wirksam zu erleben. Bildung kann also sehr direkt das Wohlbefinden älterer Menschen unterstützen.

Hinweise zu Geschenkideen im Themenbereich Bildung:

- Handlungsleitend bei der Ausgestaltung von „Bildungsgeschenken“ sollte die Orientierung an den Mitgestaltungsmöglichkeiten für ältere Menschen sein. Die Partizipation an Bildungsaktivitäten soll es älteren Menschen ermöglichen, sich aktiv einzubringen und andere – nicht zuletzt jüngere Menschen – an ihren Wissensbeständen partizipieren zu lassen. Solche Bildungsaktivitäten finden eher selten im institutionellen Bildungskontext statt, sondern bedingen oft offenere Lernformate, die teilweise sogar ohne klare Lernziele auskommen. Als Beispiel können etwa Mentoringprogramme angeführt werden

oder das forschende Lernen.

- Vielversprechend erscheint uns die aktive Auseinandersetzung mit der eigenen Autonomie. Wie kann sie erhalten werden? Durch welche Faktoren wird sie gefördert, wo drohen Einschränkungen der Autonomie? Eine solche aktive Form der Auseinandersetzung ist vermutlich handlungsorientierter als das eher passive Konsumieren eines Vortrags zu diesem Thema.

Philosophie: Die „Weisheitsliebe“ ist mit der Wohlbefindensdimension der erfolgreichen Bewältigung von Umweltaforderungen verknüpft. Das Meistern der individuellen Umweltaforderungen kann als Weisheit in Form einer hohen Anpassungsfähigkeit verstanden werden. Im Sinne von Baltes & Baltes (1990) bedeutet Weisheit im Alter auch, vermehrt auszuwählen, zu optimieren und bewusst Unterstützung anzunehmen, wo diese benötigt wird.

Direkt angesprochen ist hier auch das persönliche Wachstum, eine weitere Dimension des eudaimonischen Wohlbefindens. Wachstumsorientierte Menschen setzen sich demnach eher neuen Erfahrungen aus und sind bereit zur Auseinandersetzung mit sich selbst. Die Lebensphilosophie kann auch als Summe des Erfahrungswissens oder gar als Weisheit verstanden werden.

Vielversprechend sind deshalb Aktivitäten, die das Teilen dieses Erfahrungswissens ermöglichen.

Hinweise zu Geschenkideen im Themenbereich Philosophie:

- Interessant wären Berichte darüber, wie ältere und alte Lebenskünstler ihre Umwelt weiter aktiv beeinflussen bzw. sich immer wieder an ihre Umwelt anpassen können und sich somit eine hohe Lebensqualität erhalten. Die Geschenkplattform sollte also Aktivitäten ermöglichen, in denen die Lebenskunst älterer Menschen thematisiert wird. Themen könnten etwa die Überwindung widriger Lebensumstände im eigenen Lebenslauf sein oder der gelassene Umgang mit dem Älterwerden.

- Die Geschenkplattform sollte eine Reflexion darüber erlauben, auf welche Aspekte des Lebens man sich im Alter vermehrt konzentrieren möchte und welche man eher weglassen will. Diese Reflexion trägt zur persönlichen Weiterentwicklung bis ins hohe Alter bei.

Heimat: Die ökologische Gerontologie thematisiert die Passung von Person und Umwelt und postuliert, dass menschliche Entwicklung dann gute Voraussetzungen hat, wenn diese Passung in einem möglichst hohen Mass gegeben ist. Dabei wird davon ausgegangen, dass sowohl die Anpassung an wechselnde Umwelten als auch deren aktive Mitgestaltung Teil eines lebenslangen Prozesses sind.

Aufgrund altersbedingter Einschränkungen können diese Anpassungsprozesse aber anstrengender werden oder auch misslingen. Die Chance der Geschenkplattform besteht unseres Erachtens darin, Personen für die Wichtigkeit der Person-Umwelt-Passung zu sensibilisieren und eine Reflexion über die Ausgestaltung der eigenen Lebensumwelt anzuregen.

Mit dem Begriff des Sozialraums wird die Dualität von materieller und sozialer Umgebung eines Menschen angesprochen. Es liegt auf der Hand, dass mit dem Älterwerden bestimmte Gegebenheiten des Sozialraums sich als mehr oder weniger hindernisreich für die eigene Lebensgestaltung und die gesellschaftliche Partizipation erweisen. Dies frühzeitig zu realisieren und aktiv anzugehen, könnte eine wichtige Funktion der Geschenkplattform sein.

Für das Wohlbefinden im Sinne der Bewältigung von Umweltaforderungen ist vor allem entscheidend, dass sich ein älterer Mensch seiner Umwelt nicht passiv ausgeliefert fühlt, sondern sich weiter als aktiv Gestaltender erleben kann.

Hinweise zu Geschenkideen im Themenbereich Heimat:

- Wohnberatungen können frühzeitig auf jene Aspekte der Wohnumgebung hinweisen, die später einmal die selbständige Lebensgestaltung behindern könnten. Gleichzeitig schaffen sie ein Bewusstsein dafür, was einem in der eigenen Wohnumgebung wirklich wichtig ist und worauf man allenfalls auch verzichten könnte.
- Begleitete Begehungen des Wohnquartiers erfüllen einen ähnlichen Zweck. Sie sensibilisieren für jene Merkmale des Sozialraums, die in Zukunft ein Problem darstellen könnten (z.B. mangelnde Erschließung durch den öffentlichen Verkehr). Gleichzeitig liegt auch hier eine Chance in der Sensibilisierung für jene Eigenschaften des Quartiers, die einem besonders am Herzen liegen.
- Interessant könnte auch ein Geschenk sein, das sich der Frage widmet, wie der Einsatz von digitalen Hilfsmitteln dazu beitragen kann, die eigene Person-Umwelt-Passung jetzt und in Zukunft zu optimieren.

Fazit

Insgesamt kann festgehalten werden, dass die sechs Themenbereiche der Geschenkplattform vielfältige Anknüpfungsmöglichkeiten sowohl an das Konzept des Active Ageing wie auch an die sechs Dimensionen des Eudaimonic Well-Being nach Ryff (2014) ermöglichen. Es ist also möglich, die Relevanz der Themenbereiche für ein gelingendes Alter aus diesen beiden Konzepten heraus zu begründen. Von grosser Bedeutung für ein gelingendes Altern sind die sozialen Beziehungen. Die Setzung der Kategorie „gemeinsam erleben“ ist deshalb richtig und wichtig, wenn man dieses Thema nicht sogar als eigenen Bereich definieren möchte.

Ebenfalls ist festzustellen, dass Aspekte, die der Active Ageing Säule „Sicherheit“ zugeordnet werden können in der Geschenkplattform eine untergeordnete Rolle spielen. Dies lässt sich zum einen mit der Definition der Zielgruppe begründen, für welche die von der WHO (2002) adressierten Aspekte von Sicherheit wohl zumeist unproblematisch sind. Zu überlegen wäre allerdings, inwiefern Aktivitäten der Geschenkplattform dazu beitragen, die Sicherheit eines anderen älteren Menschen zu erhöhen. Die Beschenkten würden dann sozial schwächere ältere Menschen unterstützen und so zu deren sozialer Sicherheit beitragen. Ebenfalls ist im Themenkomplex Sicherheit der Aspekt der Vorsorge enthalten. Überlegungen, wie sie auch einem Vorsorgeauftrag zugrunde liegen, sind für viele ältere Menschen wichtig und geben die Gewissheit, dass zentrale Anliegen auch im Falle einer Urteilsunfähigkeit berücksichtigt werden. Die Geschenkplattform kann die Reflexion über die entsprechenden zentralen Bedürfnisse fördern, so dass diese in einen Vorsorgeauftrag einfließen können. Eine derartige Klärung ist vielen älteren Menschen ein Anliegen. Sie kann aber nur gelingen, wenn sie rechtzeitig angegangen wird.

Einschränkend ist festzuhalten, dass die sechs Themenbereiche bis anhin nicht im Detail definiert wurden. Die Verbindungen zu den erwähnten Fachkonzepten stellen somit immer auch Interpretationen der Berichtsauftraggeberin dar, die von der Auftraggeberin kritisch hinterfragt werden müssen.

5 Literaturverzeichnis

- Antonucci, T. C., & Akiyama, H. (1987). Social Networks in Adult Life and a Preliminary Examination of the Convoy Model. *Journal of Gerontology*, 42(5), 519–527.
<https://doi.org/10.1093/geronj/42.5.519>
- Baltes, P. B., & Baltes, M. M. (1990). *Successful Aging: Perspectives from the Behavioral Sciences*. Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Erikson, E. H., & Erikson, J. M. (1998). *The Life Cycle Completed (Extended Version)*. New York: W. W. Norton & Company.
- Fluder, R., Hahn, S., Bennett, J., Riedel, M., & Schwarze, T. (2012). *Ambulante Alterspflege und -betreuung. Zur Situation von pflege- und unterstützungsbedürftigen älteren Menschen zu Hause*. Zürich: Seismo.
- Henderson, L. W., & Knight, T. (2012). Integrating the hedonic and eudaimonic perspectives to more comprehensively understand wellbeing and pathways to wellbeing. *International Journal of Wellbeing*, 2(3).
<https://internationaljournalofwellbeing.org/ijow/index.php/ijow/article/view/80>
- Höpflinger, F. (2002). Generativität im höheren Lebensalter. *Generationensoziologische Überlegungen zu einem alten Thema. Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie*, 35(4), 328–334.
<https://doi.org/10.1007/s00391-002-0100-y>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 141–166.
<https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Ryff, C. D. (2014). Psychological Well-Being Revisited: Advances in the Science and Practice of Eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10–28.
<https://doi.org/10.1159/000353263>
- Schweizerische Gesellschaft für Gerontologie (Hrsg.) (2012). *Wie altersfreundlich ist meine Gemeinde? Kriterien und Fragebogen zur Selbstbeurteilung für Politikerinnen und Politiker, Behörden, Verwaltung, Dienstleistende und Bevölkerung*. Bern: Schweizerische Gesellschaft für Gerontologie.
- Sechste Altenberichtscommission (Hrsg.) (2010). *Sechster Bericht zur Lage der älteren Generation in der Bundesrepublik Deutschland. Altersbilder in der Gesellschaft*. Berlin: Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ).
- Stadelhofer, C. (2000). „Forschendes Lernen“ im dritten Lebensalter. In S. Becker, L. Veelken, & K. P. Wallraven (Hrsg.), *Handbuch Altenbildung* (S. 304–310). VS Verlag für Sozialwissenschaften, Wiesbaden. https://doi.org/10.1007/978-3-663-10248-9_32
- Stiftung Generationen-Dialog. (2017). *Konzept ABO 22. September. Babyboomer on the move*. [PDF- Dokument]. Winterthur.
- Tornstam, L. (2005). *Gerotranscendence: A Developmental Theory of Positive Aging*. New York: Springer Publishing Company.
- United Nations General Assembly (1991). *United Nations Principles for Older Persons*. Online zugänglich unter <http://www.ohchr.org/EN/ProfessionalInterest/Pages/OlderPersons.aspx> (31.01.2018).

Wahl, H.-W., Mollenkopf, H., & Oswald, F. (2013). *Alte Menschen in ihrer Umwelt: Beiträge zur Ökologischen Gerontologie*. Springer-Verlag.

World Health Organization (WHO). (2002). *Active Ageing. A policy framework*. Genf: World Health Or-