



Nachbarschaft als Ressource

Förderung von Nachbarschaftsbeziehungen im Alter durch die Gemeinwesenarbeit

Bachelorarbeit

Anita Schneeberger

Begleitperson

Anke Kaschlik

Bachelorstudiengang
Zürich, Herbstse-
mester 2020

Abstract

Die Bevölkerungsstruktur der Schweiz wird in den nächsten Jahrzehnten eine deutliche Alterung erfahren. Dadurch wird sich das Verhältnis der Altersgruppen innerhalb der Gesellschaft wandeln. Daneben sind auch die Formen des Zusammenlebens vielfältiger geworden. Diese Veränderungen haben einen Effekt auf die Bedeutung und Gestaltung sozialer Beziehungen im Alter: neben Familienmitgliedern wird ferner die Nachbarschaft an Bedeutung gewinnen. Der Prozess bedingt zudem gesellschaftliche und sozialpolitische Anpassungen. Neuere Altersleitbilder orientieren sich daher am Konzept «ambulant vor stationär». Ein Pfeiler davon besteht aus einem Versorgungsnetz aus professioneller sowie informeller Hilfe.

Vor diesem Hintergrund geht diese Literaturarbeit der Frage nach, wie Nachbarschaftsbeziehungen älterer Menschen, die zuhause leben, durch die Gemeinwesenarbeit gefördert werden können. Zur Beantwortung der Frage werden gestützt auf Fachliteratur und unter Einbezug von wissenschaftlichen Befunden aus der Gerontologie und Gerontopsychologie, der Soziologie sowie der Netzwerkforschung die Lebensphase des Alters und Veränderungen von sozialen Beziehungen im Alter bearbeitet. Weiter werden die Merkmale und die Bedeutung von Nachbarschaftsbeziehungen im Alter geklärt. Basierend auf der theoretischen Auseinandersetzung werden letztlich Voraussetzungen und Handlungsfelder genannt, in welchen Sozialarbeitende der Gemeinwesenarbeit nachbarschaftliche Beziehungen älterer Menschen unterstützen können.

Die Schlussfolgerungen verdeutlichen, dass nachbarschaftliche Beziehungen im Alter einen wichtigen Beitrag zur Lebensqualität und zum Wohlbefinden leisten und ihnen damit eine hohe Bedeutung zukommt. Schliesslich zeigte sich, dass informelle Nachbarschaftsnetzwerke sowie die Potenziale von Seniorinnen und Senioren auch für die Gesellschaft und die Soziale Arbeit wichtige Ressourcen sind.

Inhaltsverzeichnis

Abstract	2
Abbildungs- und Tabellenverzeichnis	6
1 Einleitung	7
1.1 Herleitung der Problemstellung	7
1.1.1 Soziale Beziehungen im Alter	7
1.1.2 Gesellschaftliche Entwicklung	7
1.1.3 Relevanz für die Soziale Arbeit	10
1.2 Fragestellung	11
1.3 Thematische Eingrenzung	12
1.4 Zielsetzung	13
1.5 Aufbau und Vorgehen	13
2 Lebensphase Alter	14
2.1 Begriffsdefinition	14
2.2 Prozess des Alterns	15
2.3 Kritische Ereignisse in der Lebensphase Alter	17
2.3.1 Pensionierung	17
2.3.2 Tod nahestehender Personen	17
2.3.3 Gesundheitlicher Zustand	18
2.3.4 Kritische Ereignisse als Entwicklungsgelegenheit	19
2.4 Erfolgreiches Altern	19
2.5 Erkenntnisgewinn in Bezug auf die Teilfragen	20
3 Soziale Beziehungen im Alter	21
3.1 Begriffsdefinition	21
3.1.1 soziale / persönliche Beziehung	21
3.1.2 Soziale Netzwerke	21
3.1.3 Klassifikation sozialer Beziehungen	22

3.2	Eigenschaften und Grenzen von sozialen Beziehungen im Alter	23
3.2.1	Leistungen von sozialen Beziehungen	24
3.2.2	Grenzen sozialer Beziehungen	25
3.3	Veränderungen sozialer Beziehungen im Alter	26
3.3.1	Die sozioemotionale Selektivitätstheorie	26
3.3.2	Das Modell des sozialen Konvois	28
3.3.3	Veränderungen des sozialen Netzwerks im Alter	30
3.4	Erkenntnisgewinn in Bezug auf die Teilfragen	31
4	Nachbarschaftliche Beziehungen im Alter	32
4.1	Begriffsdefinition	32
4.2	Charakteristika von nachbarschaftlichen Beziehungen im Alter	33
4.2.1	Häufigkeit, Wirkung und Bedeutung	35
4.2.2	Die Stärke der schwachen Beziehung	36
4.3	Nachbarschaft als Unterstützungsressource	39
4.3.1	Reziprozität	41
4.3.2	Seniorinnen und Senioren als Ressourcengeber	42
4.5	Grenzen von Nachbarschaftsbeziehungen	44
4.6	Erkenntnisgewinn in Bezug auf die Teilfragen	46
5	Förderung von Nachbarschaftsbeziehungen durch die Gemeinwesenarbeit....	47
5.1	Begriffsdefinition	47
5.1.1	Sozialraum	47
5.1.2	Gemeinwesenarbeit	47
5.2	Voraussetzungen für nachbarschaftliche Beziehungen	49
5.3	Rolle der Gemeinwesenarbeit	50
5.4	Handlungsfelder	51
5.4.1	Netzwerkgrösse	51
5.4.2	Austausch und Erschliessung von Ressourcen	53
5.4.3	Vulnerable Zielgruppe erreichen	54

6 Schlussbetrachtung	56
6.1 Diskussion der Erkenntnisse	56
6.2 Fazit zum Vorgehen	61
6.3 Ausblick.....	61
Literaturverzeichnis	63

Abbildungsverzeichnis

Abb. 1: Entwicklung der Wohnbevölkerung bei den wichtigsten Altersklassen.....	8
Abb. 2: Häufigste Haushaltstypen von 1970 - 2018.....	9
Abb. 3: Zwölf Essentials der Gerontologie.....	16
Abb. 4: Verlauf des Emotions- und Wissensmotiv über den Lebenslauf hinweg.....	27
Abb. 5: Personenzentriertes Netzwerk des Konvoi-Modells.....	29
Abb. 6: Fiktives Beispiel eines sozialen Konvois im Erwachsenenalter.....	29
Abb. 7: Bezugspersonen von zuhause lebenden älteren Personen.....	31
Abb. 8: Nachbarschaftsebenen.....	33
Abb. 9: Transitivität.....	37
Abb. 10: Lokale Brücken.....	38
Abb. 11: Einschätzung nachbarschaftlicher Unterstützung im Alter 65+.....	41
Abb. 12: Hilfe geben.....	42
Abb. 13: Freiwilligenarbeit 2016.....	43

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Klassifikation sozialer Beziehungen.....	22
Tabelle 2: Rangfolge der Unterstützungspersonen bei den 70-85jährigen.....	25
Tabelle 3: Verbreitung von Rollenbeziehungen im Alter	30

1 Einleitung

1.1 Herleitung der Problemstellung

1.1.1 Soziale Beziehungen im Alter

Der Mensch, ein soziales Wesen, wahrt sich durch persönliche Beziehungen seine soziale Integration. Persönliche Beziehungen sind in jeder Lebensphase prägend. Sie sind dynamisch und beziehen sich nicht nur auf den privaten Kontext, sondern umfassen auch den öffentlichen Raum (Lenz & Nestmann, 2009, S. 9-12).

Balmer (2009, S. 527) bestätigt, dass persönliche Beziehungen im Verlauf des Lebens Veränderungen unterworfen sind. Für die Lebensphase des Alters wird darauf hingewiesen, dass diese von Bewältigungsaufgaben geprägt ist, welche Auswirkungen auf die Entwicklung und Gestaltung von persönlichen Beziehungen haben können.

Soziale Kontakte werden als positive Einflussfaktoren auf die Lebensqualität und die Gesundheit von älteren Menschen gewertet (Meyer & Suter, 1993, zit. nach Höpflinger & Stuckelberger, 1999, S. 147). Jedoch erweist sich im Alter die Qualität und nicht die Quantität an Kontakten als ausschlaggebend. Weder die Häufigkeit noch die Intimität oder der Umstand (Angehörige oder Freunde) von Kontakten ist entscheidend. Bei 65- bis 74-Jährigen steht ein hohes psychisches Wohlbefinden mit einer hohen Wertschätzung an sozialen Kontakten in Verbindung. Bei Personen ab 75 Jahren ist das Wohlbefinden mehr mit der Sicherheit verbunden, notfalls auf jemanden zurückgreifen zu können (Höpflinger & Stuckelberger, 1999, S. 216). In späteren Lebensphasen ist vor allem das Vorhandensein von mindestens einer Vertrauensperson wichtig (Höpflinger, 2018, S.1).

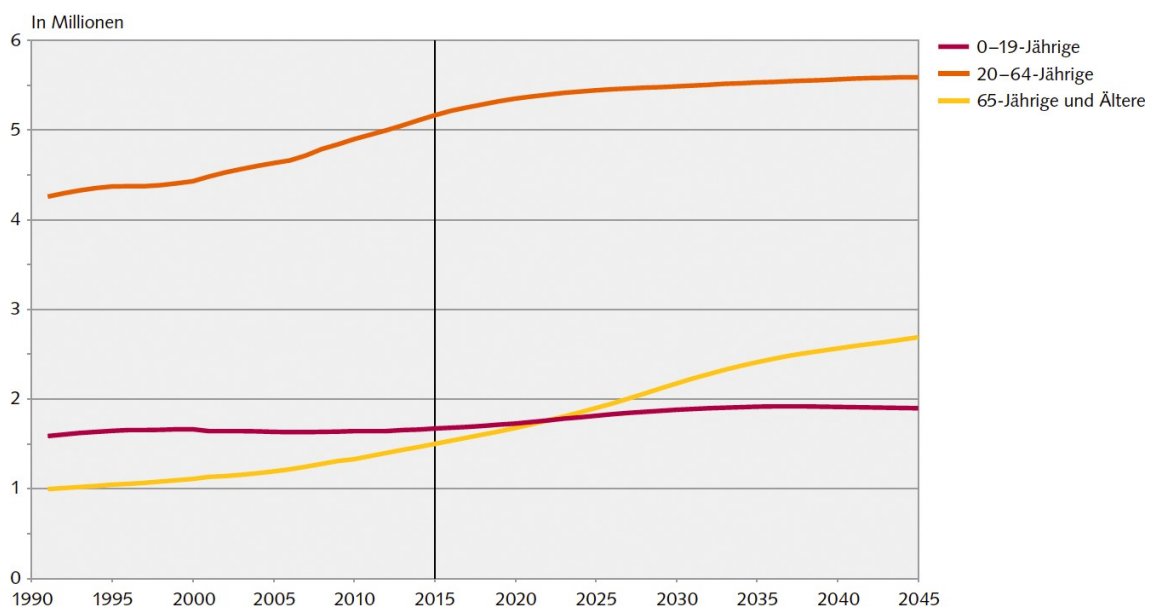
1.1.2 Gesellschaftliche Entwicklung

Die Bevölkerungsstruktur der Schweiz wird laut Bundesamt für Statistik (BFS) (2015, S.10-13) in den kommenden drei Jahrzehnten eine deutliche Alterung erfahren. Als Ursachen für diese werden einerseits die stetige Erhöhung der Lebenserwartung, der Geburtenrückgang der vergangenen Jahrzehnte sowie auch der Umstand, dass die geburtenstarken Jahrgänge der 1950er bis 1970er-Jahre demnächst das Rentenalter erreichen, genannt. Laut dem mittleren Referenzszenario des BFS (2015, S. 12-13) wird die Anzahl der 65-Jährigen und Älteren von 1,7 Millionen im Jahr 2015 auf 2,17 Millionen im Jahr 2030 und schliesslich auf 2,69 Millionen im Jahr 2045 ansteigen. Dies entspricht einem Bevölkerungsanteil von 18,9%, 22,8% und 26,4% in den genannten

Jahren. Besonders stark wird die Bevölkerungsalterung in den Jahren 2020 bis 2030 durch die Pensionierung die Babyboomer-Jahrgänge ausfallen. Letztlich soll «der Altersquotient im Jahr 2050 bei 50,5 Personen ab 65 Jahren auf 100 Personen im Alter zwischen 20 und 64 Jahren» zu liegen kommen (BFS, 2015, S. 15).

Es wird davon ausgegangen, dass nicht nur der Anteil der älteren Bevölkerung ansteigt. Laut BFS (2015, S. 15) ist absehbar, dass im Jahr 2065 die ständige Wohnbevölkerung der Schweiz 10,4 Millionen Personen umfassen wird. Die folgende Abbildung zeigt jedoch, dass vor allem bei der Altersgruppe der 65-jährigen und Älteren von einem vergleichsweise starken Anstieg ausgegangen werden kann – und somit auch von einer Veränderung des Verhältnisses der Altersgruppen innerhalb der Gesellschaft.

Abb.1: Entwicklung der Wohnbevölkerung bei den wichtigsten Altersklassen



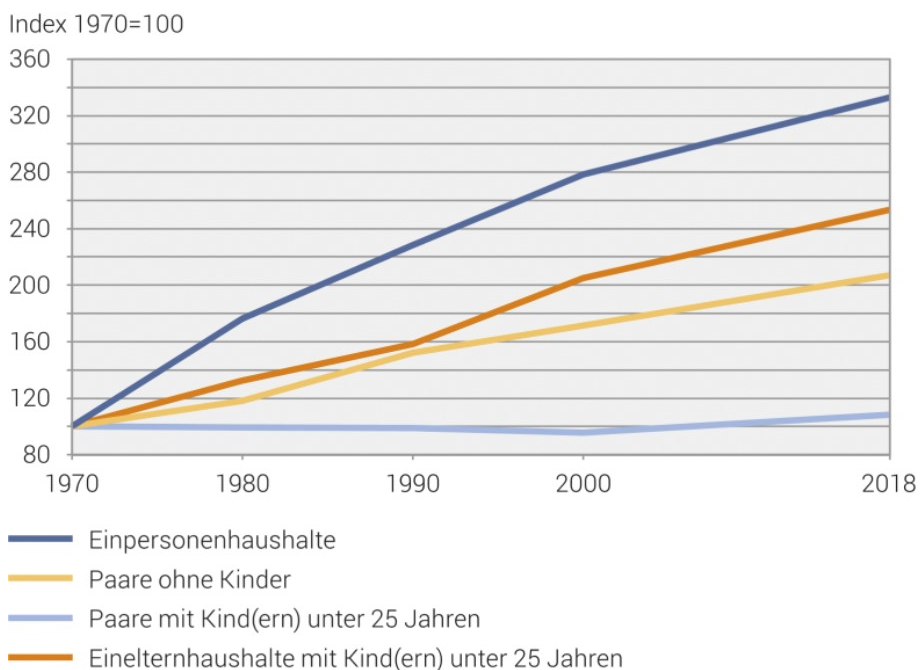
Quelle: BFS, 2015, S. 11

Gemäss Höpflinger und Stuckelberger (1999, S. 33) ist die demografische Alterung als ein positiver Hinweis auf Verbesserungen der Lebensverhältnisse zu werten. So kann sich die Babyboomer-Generation besserer Gesundheit erfreuen und «mit einer langen Lebensphase nach der Pensionierung rechnen, die sie bis zum Lebensende deutlich selbstbestimmter als noch ihre Eltern leben wollen» (Stadt Zürich, 2020, S. 21). Der Prozess wird aber wesentliche gesellschaftliche und sozialpolitische Anpassungen bedingen. Im Besonderen wird «neben der Erhaltung der Solidarität zwischen den Ge-

nerationen zunehmend auch die Stärkung der Solidarität unter den RentnerInnen zu einer zentralen Zukunftsaufgabe» (Höpflinger & Stuckelberger, 1999, S. 309).

Daneben haben sich in den letzten Jahrzehnten die Formen des Zusammenlebens verändert. So haben sich, wie aus der Abbildung 2 ersichtlich wird, vor allem die Anzahl der Einpersonenhaushalte, aber auch diejenige der Einelternhaushalte sowie der Paare ohne Kinder seit 1970 deutlich verändert.

Abb. 2: Häufigste Haushaltstypen von 1970 - 2018



Quelle: BFS, 2020, o.S.

In Bezug auf die räumlichen Veränderungen innerhalb von Familien stellt Höpflinger (2018, S. 8) fest, dass mittels Kommunikationstechniken auch über eine grosse räumliche Distanz hinweg eine enge Beziehung zu Angehörigen gepflegt werden kann. Alltägliche, informelle Hilfeleistungen sind jedoch an eine Wohnortsnähe gekoppelt.

Die Vielfalt und die Veränderungen von Lebensformen haben einen Effekt auf die Bedeutung und Gestaltung sozialer Beziehungen. Tesch-Römer (2010, S. 19) sieht neben Familienmitgliedern in Nachbarn, Freunden und Bekannten wichtige soziale Netzwerkpersonen, deren Bedeutung in Zukunft noch ansteigen wird. Höpflinger und Stuckelberger (1999, S. 160) stellen jedoch fest, dass soziale Beziehungen älterer Menschen im Bereich von nachbarschaftlichen Kontakten nicht sehr ausgeprägt sind. Laut Seifert (2016b, S. 46) pflegt rund 22% der älteren Bevölkerung selten oder keinen Kon-

takt zur Nachbarschaft. Meyer und Budowski (1993, zit. nach Höpflinger & Stuckelberger, 1999, S. 160) weisen jedoch mittels empirischer Befunde auf die Wichtigkeit einer funktionierenden Nachbarschaftshilfe insbesondere für ältere Menschen hin. Vor allem für die Alltagsbewältigung können soziale Nachbarschaftsbeziehungen als eine Resource angesehen werden (Seifert, 2016b, S. 42).

Um die mit der demografischen Alterung einhergehenden Herausforderungen anzunehmen, orientieren sich laut Hugentobler und Wurster (2014, S. 2) neuere Altersleitbilder am Konzept «ambulant vor stationär». Synonyme dazu sind «zu Hause alt werden» oder «ageing in place». Diese Grundidee deckt ökonomische und soziale Anliegen ab. Damit «zu Hause alt werden» mit möglichst grosser Gesundheit und Selbstständigkeit bis zum Lebensende gelingt, sind zahlbarer Wohnraum, ambulante professionelle Pflege sowie ein soziales Netzwerk und informelle Unterstützungsangebote nötig. Bezüglich den Letzteren stellt Seifert (2016b, S. 42) fest, dass diese häufig übersehen werden, solche Settings jedoch ein Potenzial für die Gemeinde sein können.

Der Wunsch «Zuhausebleiben – so lange wie möglich» löst hohe Ansprüche an die Familie aus. Zwar ist die intergenerationelle Solidarität ungebrochen, nur ist es heute unter anderem wegen der Berufstätigkeit von Mann und Frau nicht mehr so einfach, diese zu leben. Demgegenüber existieren heute aber mehr Möglichkeiten in der Beziehungsgestaltung und im Aufbau von gelingenden Netzwerken (Gretler Heusser & StremLOW, 2019, S. 4). Da sich das Leben älterer Menschen vorwiegend in ihren Quartieren abspielt, sollten die Massnahmen der Politik auf diese ausgerichtet sein. Gerade aber in der Bandbreite und Zugänglichkeit von verschiedenen Angeboten sehen Gretler Heusser und StremLOW (2019, S. 5) noch Handlungsbedarf. Dies spiegelt sich auch in der Altersstrategie 2035 der Stadt Zürich (2020, S. 24), welche Unterstützungsbedarf in der sozialen Teilhabe der älteren Bevölkerung erkennt. So sollen künftig mittels Anlaufstellen im Quartier die Informationsmöglichkeiten und Angebote besser zugänglich und die Vernetzung gestärkt werden (Stadt Zürich, 2020, S. 56).

1.1.3 Relevanz für die Soziale Arbeit

Die Arbeit in und mit sozialen Beziehungen stellt eine Kernaufgabe der Sozialen Arbeit dar (Geiser, 2015, S. 170). So ist es gemäss Geiser (2015, S. 151) die Aufgabe von Sozialarbeitenden, soziale Beziehungen zu ermöglichen, zu organisieren oder zu stabilisieren.

Durch die demografische Alterung ist absehbar, dass sich in quantitativer Hinsicht ein Bedeutungszuwachs für die Soziale Arbeit ergeben wird. In qualitativer Hinsicht wird

die Entwicklung und Verbesserung der Angebote für diese Bevölkerungsgruppe für die Soziale Arbeit bedeutungsvoll sein (Baumeister & Seibl, 2019, S. 20).

Der Nachbarschaft wurde laut Günther (2015, S. 191) bisher eine relativ geringe Relevanz als Ressource sozialer Unterstützung zugesprochen. Womit diese von der sozialwissenschaftlichen und der Netzwerkforschung vergleichsweise weniger Interesse als z. B. familiäre Beziehungen erfuh. Durch die Vorgabe von «ambulant vor stationär» rückt die Nachbarschaft in sozialpolitischen Diskussionen ins Zentrum. Daher muss diese im Zusammenhang mit dem Thema Alter auch in der Stadt- und Quartiersentwicklung differenziert betrachtet werden. Darin müssen neben den unterschiedlichen lebensweltlichen Realitäten von älteren Menschen auch deren Ressourcen und Potenziale in den Fokus gerückt werden (Fabian, Bischoff & Janett, 2019, S. 19). Im Sinne einer gerechten und inklusiven Stadt- und Quartiersentwicklung, die den Bedürfnissen aller Bewohner gerecht wird, setzt sich die Soziale Arbeit dafür ein, «dass aus blossem Nebeneinander oder sogar Gegeneinander ein Miteinander und Füreinander wird» (Soziokultur Schweiz, 2010).

1.2 Fragestellung

Aufgrund dieser Ausgangslage ist eine wachsende Bedeutung des Themas der sozialen Beziehungen im Alter absehbar. Im Speziellen lässt sich daraus ein Entwicklungsbedarf bei den Nachbarschaftsnetzwerken ableiten. Deshalb wird in der vorliegenden Arbeit der folgenden Fragestellung nachgegangen:

Wie kann die Gemeinwesenarbeit Nachbarschaftsbeziehungen bei älteren Menschen, die zuhause leben, unterstützen?

Dafür werden folgende Teilfragen bearbeitet:

- Wie verläuft der Prozess des Alterns und welche Entwicklungsaufgaben haben ältere Menschen zu bewältigen? Welche Rolle spielen dabei soziale Beziehungen?
- Welches sind die Merkmale sozialer Beziehungen im Alter? Wie verändern sich diese und welchen Stellenwert haben schwache soziale Beziehungen?
- Wodurch zeichnen sich nachbarschaftliche Beziehungen im Alter aus? Welchen Stellenwert haben sie und welche Ressourcen stellen sie älteren Menschen bereit?
- Wie können ältere Menschen unterstützt werden, nachbarschaftliche Beziehungen aufrecht zu erhalten oder auszubauen? Welche Rolle spielt dabei die Gemeinwesenarbeit? Welche erfolgreichen Praxisbeispiele im urbanen Raum mit Quartier- oder Gemeindeausrichtung gibt es bereits?

1.3 Thematische Eingrenzung

Im Fokus dieser Arbeit stehen Menschen jenseits des 65. Lebensjahres, da dieses gemäss Kalbermatten und Valach (2020, S. 61) gesellschaftlich und statistisch den Beginn des Alters definiert. Eine weitere Eingrenzung in Bezug auf die Lebensjahre wird nicht vorgenommen, weil ältere Menschen bezüglich dem kalendarischen Alter keine homogene Gruppe darstellen.

Ein Schwerpunkt dieser Literaturarbeit bilden soziale Beziehungen älterer, zuhause lebender Menschen. Der Grossteil der älteren Bevölkerung wohnt in einem privaten Haushalt. Lediglich 1,5% der Personen zwischen 65 und 79 Jahren und 15,7% der über 80-Jährigen lebten 2017 in einer Alterspflegeeinrichtung (BFS, 2019, S. 1).

Da es darum geht, einen Fokus auf Nachbarschaftsnetzwerke zu legen, wird prioritär auf informelle Beziehungen eingegangen. Der Einbezug von familiären Beziehungsformen, obwohl diese im Alter eine zentrale Bedeutung haben (Tesch-Römer, 2010, S. 14), würde den Rahmen dieser Arbeit sprengen, weshalb sie nicht Gegenstand dieser Arbeit sind. Ebenso sind dies formelle Beziehungen aus der ambulanten Pflege, obwohl im Alter eine erhöhte Gefahr der Pflegebedürftigkeit besteht und dies persönliche Beziehungen beeinflusst. Gemäss Blüher (2003, zit. nach Balmer, 2009, S. 529) ist jedoch die Mehrheit (75%) der über 80-Jährigen nicht pflegebedürftig. In Bezug auf die Hilfsbedürftigkeit bei instrumentellen Aktivitäten zeigt sich, dass 16% der über 65-Jährigen und 51% der über 85-jährigen, zuhause lebenden Personen auf Hilfe angewiesen sind (Höpflinger, Bayer-Oglesby & Zumbrunn, 2011, S. 49-50). Der Fokus dieser Arbeit liegt somit bei den unterstützenden und psychosozialen Aspekten im Alter.

Die Einsamkeit im Alter ist eine verbreitete Thematik. Höpflinger (2018, S. 1-2) gibt jedoch zu bedenken, dass der Anteil der sich einsam fühlenden älteren Bevölkerung in den letzten Jahrzehnten gesunken ist und im Jahr 2015 bei einem Anteil von rund 10% lag. Ähnliche Werte ergab die Gesundheitsbefragung 2007: 5% der 70-Jährigen und 8% der 80-Jährigen gaben an, sich häufig einsam zu fühlen (Imhof & Mahrer-Imhof, 2011, S. 185). Die Arbeit befasst sich nicht explizit mit der Einsamkeit im Alter, soll aber einen Beitrag leisten, dieser vorzubeugen.

Weiter stehen urbane Gebiete im Zentrum dieser Arbeit, weil in diesen überdurchschnittlich viele Menschen alleine leben (Stadt Zürich, 2020, S. 24). Dadurch sind Städte besonders gefordert, die soziale Teilhabe der älteren Bevölkerung zu gewährleisten.

1.4 Zielsetzung

Wie im Kapitel 1.1 festgestellt wurde, sind soziale Beziehungen im Alter eine Kernaufgabe von Professionellen der Sozialen Arbeit. Aufgrund der demografischen Veränderungen wird das Thema zunehmend wichtiger. Mein persönliches Ziel ist daher, mich mit dem Bereich der Gerontologie fundiert auseinanderzusetzen. Mit der Literaturlarbeit möchte ich meine Wissenslücke mit Fachwissen aus der Gerontologie schliessen.

Ein weiteres Ziel der Bachelorarbeit ist es, aufzuzeigen, wie Sozialarbeitende der Gemeinwesenarbeit fördernd auf Nachbarschaftsbeziehungen älterer Menschen einwirken können. Dies, weil sich dort Handlungsbedarf zeigt.

1.5 Aufbau und Vorgehen

Der Hauptteil der vorliegenden Literaturlarbeit widmet sich der Beantwortung der Teilfragen in einer theoretischen Auseinandersetzung.

In Kapitel 2 wird die Lebensphase Alter erkundet und eruiert, welche Entwicklungsaufgaben sich älteren Menschen stellen.

In Kapitel 3 werden die Merkmale von sozialen Beziehungen und deren theoretischen Grundlagen erarbeitet. Das Kapitel erklärt zudem wie sich soziale Beziehungen im Alter verändern.

Kapitel 4 legt die Aufmerksamkeit auf nachbarschaftliche Beziehungen und wie sich diese im Alter ausgestalten.

In Kapitel 5 werden Möglichkeiten der Förderung und der Stärkung von nachbarschaftlichen Beziehungen durch die Gemeinwesenarbeit aufgezeigt.

Kapitel 6 widmet sich der Schlussbetrachtung: der Beantwortung der Hauptfragestellung, einer Darlegung der Erkenntnisse und den Folgerungen für die Praxis der Sozialen Arbeit.

2 Lebensphase Alter

Das erste Kapitel des Hauptteils setzt sich mit der Lebensphase Alter auseinander, indem der Frage nachgegangen wird, wie der Prozess des Alterns verläuft und welche Entwicklungsaufgaben sich älteren Menschen stellen. Es beinhaltet eine Auseinandersetzung mit den Begrifflichkeiten des Alters und Altern und wirft einen Blick auf kritische Ereignisse in dieser Lebensphase. In Bezug auf die Fragestellung wird in dieser komplexen Thematik ein Fokus auf die Verortung von sozialen Beziehungen gelegt.

2.1 Begriffsdefinition

Altern und Alter

Altern ist ein lebenslanger Prozess, welcher von Geburt an stattfindet (Wahl & Heyl, 2004, S.15). Altern ist weiter ein individueller Prozess. Da Individuen aber in soziale Beziehungen eingebunden sind, ist Altern auch ein sozialer Prozess (Tesch-Römer, 2010, S. 16).

Die Bezeichnung «Alter» ist indes komplexer. Als Alter wird meist das chronologische Alter betrachtet: die Zeit, die seit dem Geburtsdatum vergangen ist. Jedoch besteht eine grosse Heterogenität zwischen gleichaltrigen älteren Menschen (Martin & Kliegel, 2014, S. 26). Zudem hinterfragt die moderne Sozialgerontologie die Vorstellung, dass das Alter primär von biologischen Prozessen bestimmt ist (Höpflinger & Perrig-Chiello, 2009, S. 26). Daher soll hier die Definition von Alter in ihrer Differenz betrachtet werden. Nach WHO-Definition gelten Personen ab 65 Jahren als betagt, solche ab 85 Jahren als hochbetagt (Buddeberg, 2004, S. 226). Gemäss Gretler Heusser und Stremlow (2019) hat eine «soziologische Verjüngung» (S. 4) stattgefunden: Das dritte Lebensalter als junges Alter hat sich als neue Ära zwischen die Erwerbsphase und das vierte Lebensalter geschoben. Als «junge Alte» werden Personen von 60 bis 74 Jahren bezeichnet, als «alte Alte» solche ab 75 Jahren (Buddeberg, 2004, S. 226).

Buddeberg (2004, S. 225-226) erwähnt neben dem biologischen Alter und dem bürokratischen Alter, welches durch den Rentenbezug definiert wird, auch das psychologische subjektive Alter: wie man sich selbst wahrnimmt. Höpflinger und Stuckelberger (1999, S. 62) fügen diesem das sozial definierte Alter hinzu: Das Alter beeinflusst das Verhalten und Auftreten, welches als altersgemäss betrachtet wird. Alter wird jedoch, je nach Alter der befragten Person, unterschiedlich eingestuft. Junge Befragte setzen den Beginn des Alters vor das Erreichen des AHV-Alters. Für ältere Befragte beginnt das Alter nach der Pensionierung. Dass sich ältere Personen länger jung fühlen, kann ein

Ausdruck der Beibehaltung jugendlicher Einstellungen sein oder ein Hinauszögern einer negativ konnotierten Lebensphase (Höpflinger & Stuckelberger 1999, S. 63). Kalbermatten und Valach (2020, S. 61-62) betonen, dass das Alter nicht ein Sammelbegriff für negative Eigenschaften sein darf, sondern eine normale Lebensphase ist, die zum Leben gehört und welche im Gegensatz zu früheren Jahrhunderten die Mehrheit der heutigen Menschen erlebt. So wird schliesslich auf das «erfolgreiche Altern» verwiesen (Havighurst, 1948/1972, zitiert nach Martin & Kliegel, 2014, S. 27). Es bezeichnet einen Zustand der Zufriedenheit durch die Anpassung an die veränderte Lebenssituation im Alter. Darauf wird in Kapitel 2.4 nochmals eingegangen.

2.2 Prozess des Alterns

Die von Wahl und Heyl (2015, S. 83-93) dargestellten zwölf Essentials helfen die Diversität des Prozesses des Alterns darzustellen. Sie tragen zu einer umfassenden Sichtweise des Alterns als ein mehrdimensionaler Prozess bei und werden deshalb nachfolgend erläutert. Altern wird demnach in zwölf unterschiedliche Essentials eingeteilt und umfasst die in der Abbildung 3 aufgeführten Prozesse.


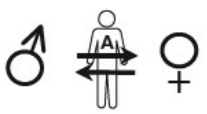
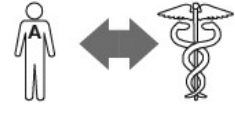


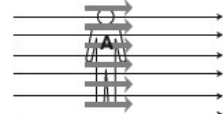

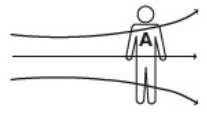



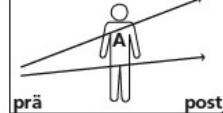
Da der Fokus dieser Literaturarbeit auf sozialen Beziehungen älterer Personen liegt, wird nachfolgend nur auf diejenigen Essentials mit Bezug darauf eingegangen:

Die Essentials 4 (soziale Umwelt), 5 (räumliche Umwelt) und 6 (ökonomische Faktoren) werden von Wahl und Heyl (2015, S. 86) als besonders wesentliche Einflussfaktoren auf das Altern gewertet. In Bezug auf die Umweltaspekte wird darauf verwiesen, dass soziale Beziehungen und Netzwerke eine sehr bedeutende Ressource für ältere Menschen darstellen. Die Wohnung, deren Umgebung sowie Quartierstrukturen werden als wichtige Voraussetzungen für die Lebensqualität älterer Menschen gewertet, insbesondere mit Blick auf Mobilitätseinbussen. Sie sind darüber hinaus ein wichtiger Teil des Zugehörigkeitsgefühls, des Sich-Zuhause-Fühlens.

Essential 7 thematisiert genderspezifische Merkmale. So stellen Wahl und Heyl (2015) fest, dass alternde Frauen im Umgang mit sozialen Beziehungen insbesondere im ausserfamiliären Bereich «vielfach besser in der Lage [sind], diese aktiv zu gestalten» (S.86). Gemäss Balmer (2009, S. 532) verfügen Frauen über grössere und funktionsfähigere soziale Netzwerke und können bei Problemen auf mehr Unterstützung zurückgreifen als Männer, deren zentrale Bezugsperson im Alter die Ehefrau bzw. Partnerin ist. Frauen stehen somit in der Position, in welcher sie ihre Partner in ihre sozialen Beziehungs- und Unterstützungssysteme einbinden.

Demgegenüber sieht Balmer (2009, S. 533) Männer ohne Ehefrauen oder Partnerinnen aufgrund ihres kleineren sozialen Beziehungsnetzes eingeschränkt. Altern wird in Essential 8 als differenzieller Prozess betrachtet. In Bezug auf soziale Beziehungsnetze können sich Unterschiede bezüglich Grösse und Gestaltung mit zunehmendem Alter akzentuieren. Wahl und Heyl (2015) gehen davon aus, «dass Altern heute so bunt wie nie geworden ist» (S. 87), insbesondere im Bereich des Wohnens, der Lebensstile und der Mobilität.

Abb. 3: Zwölf Essentials der Gerontologie

(1) Altern als dynamischer Prozess zwischen Verlust und Gewinn		(7) Altern als geschlechtsspezifischer Prozess	
(2) Altern als biologisch und medizinisch bestimmter Prozess		(8) Altern als differentieller Prozess	
(3) Altern als lebenslanger und biografisch verankerter Prozess		(9) Altern als multidimensionaler Prozess	
(4) Altern als sozial bestimmter Prozess		(10) Altern als multidirektionaler Prozess	
(5) Altern als Produkt von Person (P) und räumlicher Umwelt (U)		(11) Altern zwischen Objektivität (O) und Subjektivität (S)	
(6) Altern als ökonomisch bestimmter Prozess		(12) Altern als plastischer Prozess mit Grenzen	

A = alte Person

Quelle: Wahl und Heyl, 2015, S. 84

2.3 Kritische Ereignisse in der Lebensphase Alter

Gemäss Buddeberg (2004, S. 235) werden ältere Menschen mit Ereignissen konfrontiert, welche Verlust- und Abschiedserfahrungen beinhalten und dadurch psychosoziale Anforderungen an sie stellen. Das emotionale Erleben kann sehr unterschiedlich sein und zeigt sich oft von einer traurig-melancholischen und einer dankbar-zufriedenen Seite. Die Bewältigung kritischer Ereignisse im Alter wird von unterschiedlichen personen- und umweltbezogenen Faktoren, unter anderem durch ein soziales Beziehungsnetz, begünstigt (Buddeberg, 2004, S. 235). Kritische Ereignisse im Alter, welche Veränderungen der sozialen Beziehungen bewirken können, sind die Pensionierung, der Tod nahestehender Personen sowie Unfälle und Krankheiten. Diese Ereignisse werden nachfolgend genauer betrachtet.

2.3.1 Pensionierung

Die Aufgabe der Berufstätigkeit kann das soziale Netz insofern verändern, als sich Kontakte zu Mitarbeitenden lockern oder ganz abbrechen (Faltermaier, Mayring, Saup und Strehmel, 2013, S. 267). Kade (2009, S. 46) sieht im Zusammenhang mit der Pensionierung auch einen Verlust der sozialen Anerkennung - insbesondere bei Personen in hochqualifizierten Positionen. Gemäss Lehr (1984, zitiert nach Faltermaier et al., 2013, S. 269) zeigen sich Probleme in der sozialen Umorientierung nach der Pensionierung vor allem bei Personen, bei welchen der Beruf einen Lebensmittelpunkt darstellte und deren familiäre Situation wenig befriedigend erlebt wurde. Überdies bei Personen ohne ausserfamiliäre Sozialkontakte sowie bei Personen mit starken finanziellen Einbussen durch die Pensionierung. Eine weitere Veränderung durch die Pensionierung kann sich innerhalb der Paarbeziehung vollziehen, indem eine neue Form des alltäglichen Zusammenlebens gefunden werden muss (Faltermaier et al. 2013, S. 267). Durch die Aufgabe der Lohnarbeit wird jedoch auch viel Zeit gewonnen, um Beziehungen zu pflegen, zu reaktivieren oder neue aufzubauen (Kalbermatten, 1998, S. 6). Auch kann die freie Zeit zur Stärkung des sozialen Netzes für eine gemeinnützige Aufgabe genutzt werden (Imhof & Mahrer-Imhof, 2011, S. 184).

2.3.2 Tod nahestehender Personen

Im Alter treten Todesfälle im sozialen Umfeld häufiger auf als in vorausgegangenen Lebensphasen. Diese hinterlassen Lücken im sozialen Netz (Kalbermatten, 1998, S. 6). Eine langjährige Paarbeziehung hat gemäss Tesch-Römer (2010, S. 119) innerhalb der sozialen Beziehungen eine besondere Bedeutung. Die «Verwitwung ist eines der

grossen kritischen Lebensereignisse in der Biografie eines Menschen» (Tesch-Römer, 2010, S. 131). Sie trifft Frauen aufgrund der höheren Lebenserwartung mit grösserer Wahrscheinlichkeit als Männer. So sind rund 75% der über 85-jährigen Frauen verwitwet (Tesch-Römer, 2010, S. 132). Folgen des Verlustes einer nahestehenden Person können Trauer, Niedergeschlagenheit oder Depressivität sein. Die Folgen einer Verwitwung hängen einerseits von der Lebenssituation ab, andererseits auch vom Mass der sozialen Unterstützung nach der Verwitwung (Tesch-Römer, 2010, S. 137). Gemäss Tesch-Römer (2010, S. 132-133) sind Verwitwete meist sozial integriert. Das soziale Netzwerk geht vor allem in den ersten Jahren auf deren Bedürfnisse nach emotionaler und instrumenteller Unterstützung ein. In Bezug auf den Tod des Partners können somit Frauen vom grösseren sozialen Netzwerk als Unterstützungsressource profitieren. Verwitwete Männer gehen jedoch gemäss Schmidt-Denter (2005, S. 210) eher eine neue Partnerschaft ein. Weiter kann die Verwitwung die Beziehung zu anderen Paaren beeinträchtigen, indem sich die Alleinstehenden diesen gegenüber deplatziert fühlen. Hingegen werden alte Beziehungen aufgefrischt und neue zu Personen in ähnlicher Lebenslage geknüpft (Schmidt-Denter, 2005, S. 210).

Mit dem Tod von Freunden oder Bekannten erfahren ältere Menschen das Fehlen von weiteren vertrauten Gesprächspersonen (Seifert, 2017, S. 18). Als wichtige Schutzfaktoren gegen eine soziale Isolation nach dem Tod einer nahestehenden Person nennt Schmidt-Denter (2005, S. 210) schliesslich die Weiterführung sozialer Kontakte, das Verbleiben in der vertrauten Wohnumgebung, eine aktive Freizeitgestaltung und die Übernahme von Engagements.

2.3.3 Gesundheitlicher Zustand

Eine Verschlechterung des gesundheitlichen Zustandes kann dazu führen, dass ältere Menschen auf die Hilfe ihres sozialen Netzes angewiesen sind. Die Unterstützung kann bei einem körperlichem Abbau gar eine Bedingung sein, um die Selbständigkeit bewahren zu können (Kalbermatten, 1998, S. 6). Bei Unfällen und Krankheiten ist laut Tesch-Römer (2010, S. 137) die Hilfe und die Bereitschaft zur Pflege im Alter insbesondere in der Partnerschaft hoch und wird meist auch innerhalb dieser geleistet (Tesch-Römer, S. 121).

Mobilitätseinschränkungen sowie der Verlust des Hör- und Sehvermögens schränken ältere Menschen im Zugang zu Angeboten und somit zu Möglichkeiten zu sozialen Kontakten ein (Stadt Zürich, 2020, S. 63).

2.3.4 Kritische Ereignisse als Entwicklungsgelegenheit

In Bezug auf die soeben genannten kritischen Ereignisse nennt Seifert (2017, S. 19) die Gefahr, dass sich ältere Menschen dabei sozial isolieren. Wagner, Schütze und Lang (2010) stellen bei Verwitwung und Pensionierung Rollenverluste fest und geben zu bedenken, dass «moderne Gesellschaften alten Menschen [jedoch] kaum Gelegenheiten bieten, ähnlich zentrale soziale Rollen wieder einzunehmen» (S. 325).

Demgegenüber erläutern Faltermaier et al. (2013, S. 265-266), dass kritische Lebensereignisse trotz einschneidenden Konsequenzen auch im Alter Entwicklungsgelegenheiten schaffen. Um mit den Ereignissen umgehen zu können, müssen ältere Personen über Ressourcen und Kompetenzen verfügen und diese nutzen können. So können Veränderungen zu einem neuen Verhaltensmuster und somit zu einer Möglichkeit zur persönlichen Weiterentwicklung führen, welche einer Person erlaubt, ein kritisches Lebensereignis eher zu bewältigen.

Weiter hat Selbstbestimmung in der heutigen Gesellschaft einen hohen Stellenwert. Diese bekommt jedoch laut Gretler Heusser und StremLOW (2019) im Alter ein anderes Gewicht: «Selbstbestimmung bedeutet nicht, alles alleine zu schaffen. Das Schicksal annehmen und auf Hilfe zurückgreifen, gehört zu einem selbstbestimmten Leben dazu» (S. 4).

2.4 Erfolgreiches Altern

Wie selbstbestimmtes und erfolgreiches Altern gelingen kann, wird anhand des Modells der Optimierung durch Selektion und Kompensation (SOK-Modell) von Baltes und Baltes (1989) beschrieben:

Wir vertreten den Standpunkt, dass der einzelne mit der Strategie der Optimierung durch Selektion und Kompensation viel zum eigenen erfolgreichen Altern beitragen kann. Zwar ist es richtig, dass die Natur des Menschen den Gesamtbereich des Möglichen im Alter mehr und mehr einschränkt. Doch besteht gerade die adaptive Aufgabe des alternden Menschen darin, die Bereiche auszuwählen und sich auf sie zu konzentrieren, die für ihn von hoher Priorität sind und in denen Umweltforderungen, persönliche Motivierung, Fertigkeiten und biologische Leistungsfähigkeit zusammentreffen. (S. 100)

Das SOK-Modell wurde von Lang und Tesch-Römer (1993, S. 321-322) in einer Studie auf soziale Kontakte übertragen. Die Studienbefunde zeigen, dass ältere und mehrfach Erkrankte durch die Nutzung selektiver und kompensatorischer Strategien eine Opti-

mierung ihrer sozialen Integration erreichen können. So bedeutet Optimierung laut Lang und Tesch-Römer (1993, S. 322-328), sozial eingebunden zu bleiben, vorhandene Kompetenzen und Ressourcen auf einem hohen Niveau zu halten oder gar zu maximieren. Selektionsstrategien von stärker eingeschränkten Älteren umfassen die Auswahl von Lebensbereichen, welche bedeutsam zu bewältigen und befriedigend sind sowie auch der Verzicht auf Kontakte, die mit zu grossen Anstrengungen verbunden sind. So fanden beispielweise weniger Gruppentreffen statt, dafür ein häufigerer Austausch von emotionaler Unterstützung. Schliesslich bedeutet Kompensation, dass verlorengegangene Kompetenzen durch Hilfsmittel ausgeglichen werden. Dies zeigt sich in einer grösseren Kenntnis von gegenständlichen Umweltressourcen wie z. B. der höheren Nutzung des Telefons für soziale Kontakte.

Vor allem in Bezug auf die Kompensationsstrategien bestehen heute durch die Digitalisierung neue und mehr Möglichkeiten der sozialen Interaktion. Die Stadt Zürich (2020, S. 37-38) hat die Bedeutung dieser Entwicklung erkannt. Sie verspricht sich durch neue Technologien mehr Teilhabe am gesellschaftlichen Leben im Alter. Dies setzt jedoch eine Stärkung der digitalen Kompetenzen der älteren Bevölkerung voraus.

2.5 Erkenntnisgewinn in Bezug auf die Teilfragen

Die Auseinandersetzung mit der Lebensphase Alter ist komplex. Ein Wechselspiel zwischen Verlust und Gewinn zeigt jedoch eher eine Tendenz zu Negativem auf. Treffend beschreiben dies Höpflinger und Perrig-Chiello (2009): «Die heutige Gesellschaft hat die Langlebigkeit moderner Menschen in vielerlei Hinsicht noch nicht bewältigt. So besteht in unserer Gesellschaft noch kaum eine positive Kultur für alte Menschen» (S. 26-27). Es zeigt sich also, dass ein differenzierteres Altersbild wachsen muss. Dies wurde auch in der Altersstrategie 2035 der Stadt Zürich (2020, S. 36) festgestellt, welche darauf plädiert, alle Facetten des Alters zu berücksichtigen. Schliesslich wurden soziale Beziehungen als Schutzfaktoren insbesondere in kritischen Lebensereignissen ausgemacht. Auf deren weitere Bedeutung sowie Veränderung im Alter wird im nächsten Kapitel eingegangen.

3 Soziale Beziehungen im Alter

Gegenstand dieses Kapitels sind soziale Beziehungen im Alter. Es wird der Frage nachgegangen, welche Charakteristika diese aufweisen und wie sie sich im Alter verändern. Die Auseinandersetzung führt dabei über Begriffsklärungen hin zu Eigenschaften und Grenzen sozialer Beziehungen im Alter. Anschliessend erklären zwei ausgewählte Theorien, mögliche Veränderungen von Beziehungen und sozialen Netzwerken. Dabei wird auch der Bedeutung von schwachen sozialen Beziehungen nachgegangen.

3.1 Begriffsdefinition

3.1.1 soziale / persönliche Beziehung

In der konsultierten Literatur, wie auch in dieser Arbeit, werden die Begriffe «sozial» und «persönlich» in Bezug auf Beziehungen synonym verwendet. Zum Beziehungsbegriff bestehen jedoch verschiedene Definitionen:

Persönliche Beziehungen sind ein Teilgebiet der Mikrosoziologie, in der verschiedene Formen von emotional tiefgehenden Verhältnissen zwischen zwei Menschen untersucht werden (Fuchs-Heinritz, 2011, S. 100).

Laut Tesch-Römer (2010, S. 17-18) ist eine soziale Beziehung eine Wechselbeziehung. Denken, Fühlen und Handeln werden aufeinander bezogen. Zudem basieren soziale Beziehungen meist auf sozialen Interaktionen (Gespräche, gemeinsame Unternehmungen, gegenseitige Unterstützung etc.). Diese sind die Grundlage für sozialen Austausch, welcher das Geben und Nehmen von Gütern, Erfahrungen und Unterstützung in Beziehungen umschreibt (Tesch-Römer, 2010, S. 40-41).

Persönliche Beziehungen zeichnen sich gemäss Lenz und Nestmann (2009, S. 10-11) durch Beständigkeit aus. Sie sind unersetzbar und können lediglich abgelöst werden.

In der sozialen Netzwerkanalyse werden in Bezug auf die Tragfähigkeit oder die Qualität von Beziehungen die Begriffe «schwache Beziehung» und «starke Beziehung» verwendet (Avenarius, 2010, S. 99). Auf diese Begrifflichkeiten wird in Kapitel 4.2.2 vertiefter eingegangen.

3.1.2 Soziale Netzwerke

Soziale Netzwerke sind Beziehungsgeflechte von Individuen, Gruppen, Organisationen oder Gesellschaften. Auf der Ebene der Individuen sind die soziale Integration und der Austausch z. B. mit der Familie, Freunden oder Nachbarn zentral (Künemund und

Kohli, 2010, S. 309). Persönliche Beziehungen sind laut Lenz und Nestmann (2009, S. 13-20) immer ein Teil eines Beziehungsgebildes. Es ist von einer Wechselwirkung auszugehen, indem eine Person ein Teil ihres Netzwerkes und dieses zu einem Teil der Person wird. Zudem unterliegen soziale Netzwerke und Beziehungen kulturellen Bestimmungen. Sie sind als ein Element der Gesellschaft deren Rahmenbedingungen ausgesetzt. Synonym wird in dieser Arbeit die Singularform verwendet.

3.1.3 Klassifikation sozialer Beziehungen

Das Geflecht an sozialen Beziehungen, die eine Person unterhält, erstreckt sich über den privaten Kontext hinaus und kann in unterschiedliche Beziehungstypen eingeteilt werden. In der Literatur finden sich verschiedene Ansätze zur Klassifizierung von sozialen Beziehungen. Laut Martin und Kliegel (2014, S.188) ordnen die meisten Personen soziale Beziehungen in enge und weniger enge Beziehungen, wobei im höheren Erwachsenenalter vor allem enge Beziehungen zu Familie und Freunden vorherrschen. Gemäss Kade (2009, S. 46) setzt sich das Beziehungsnetz im Alter aus den folgenden drei Kontakttypen zusammen: verwandtschaftliche Kontakte, informelle Kontakte und formelle Kontakte. Diese Klassifikation deckt sich weitgehend mit jener von Wagner et al. (2010, S. 328), welche in der Tabelle 1 ersichtlich ist.

Tabelle 1: Klassifikation sozialer Beziehungen

Kategorien	Beispiele
Innerhalb der Verwandtschaft	Partnerschaft Ehe
	Elternschaft Kinder Enkel Urenkel Schwiegerkinder
	Geschwister
	andere Verwandte Nichten/Neffen Schwager/ Schwägerinnen
Außerhalb der Verwandtschaft	nicht-eheliche Partner
	informell Freunde Bekannte Nachbarn
	formell Pflegepersonen Ärzte

Quelle: Wagner et al., 2010, S. 328

Martin und Kliegel setzen in der Unterscheidung den Fokus auf den emotionalen Aspekt der Nähe, Kade sowie Wagner et al. auf den verwandtschaftlichen Beziehungsgrad. Bei Höpflinger (2018, S. 3-4) ist die Verwandtschaft ebenfalls ein Unterscheidungskriterium. Er bezieht aber noch weitere bedeutende Aspekte des Lebens im Alter mit ein:

- Zusammenleben im gleichen Haushalt vs. Leben in unterschiedlichen Haushaltungen: Paare leben meist zusammen, alle anderen sozialen Beziehungen sind durch getrennte Haushalte gekennzeichnet.
- Zuschriebene vs. frei wählbare Beziehungen: die meisten Angehörigen sind nicht frei wählbar, Freunde und Bekannte hingegen schon. Eine beschränkte Wahlfreiheit besteht bei Nachbarn, Arbeitsbeziehungen sowie bei professionellen Beziehungen.
- Zugehörigkeit zur gleichen Altersgruppe vs. Zugehörigkeit zur jüngeren oder älteren Altersgruppe: Paare, Geschwister und Freunde gehören oftmals derselben Generation an, Kinder und Enkelkinder der jüngeren. Mit steigendem Lebensalter gehören auch Nachbarn und Berufstätige eher der jüngeren Generation an.

3.2 Eigenschaften und Grenzen von sozialen Beziehungen im Alter

Kalbermatten (2004, S. 7) beobachtet keinen Abbau der Beziehungsfähigkeit im Alter. Auch besteht zwischen älteren und jüngeren Menschen kein Unterschied im Sozialverhalten. Jedoch sagt er älteren Menschen dank grösserer Erfahrung mehr Sicherheit in der Begegnung mit anderen Menschen nach. Reimann und Reimann differenzieren (1994, zitiert nach Kade, 2009, S. 46): «Wer soziale Kontakte entwickelt hat, dem kommen sie vor allem im Alter zugute».

Martin und Kliegel (2014, S. 188) stellen jedoch eine quantitative Reduktion an Sozialkontakten im Alter fest. Die Zahl der als eng eingestuften Beziehungen bleibt hingegen bis ins hohe Alter stabil. Auf diese Thematik wird später im Kapitel 3.3 vertiefter eingegangen.

Das Netzwerk verändert sich im Alter zudem strukturell: Während das Alter der Netzwerkpersonen steigt, erhöht sich zunehmend der Anteil der Personen, die Unterstützung leisten. Die räumliche Nähe und die Kontaktfrequenz nehmen hingegen ab (Antonucci & Akiyama, 1987; Wagner, Schütze & Lang, 1996, zitiert nach Tesch-Römer, 2010, S. 94).

3.2.1 Leistungen von sozialen Beziehungen

Ein soziales Netzwerk leistet soziale Integration, gesellschaftliche Partizipation sowie verschiedene Unterstützungsleistungen. Sie haben somit auch im Alter einen grossen sozialen, psychischen und ökologischen Wert (Künemund & Kohli, 2010, S. 309).

Wie in Kapitel 1.1.1 bereits festgehalten, fördern persönliche Beziehungen das Wohlbefinden und die Gesundheit. Gemäss Seifert (2017b, S. 17) belegen dies verschiedene Forschungsergebnisse: Personen mit einem guten sozialen Netz leiden weniger an Schlafstörungen, Bluthochdruck oder an Depressionen und haben eine höhere Chance alt zu werden.

Laut Kalbermatten (2004, S. 4) vermitteln tragfähige soziale Beziehungen Sicherheit und Zugehörigkeit. Sie bieten einen Informationstausch und Geselligkeit und schaffen dadurch einen Zugang zu neuen sozialen Räumen (Lenz & Nestmann, 2009, S. 9). Eine wichtige Rolle in sozialen Beziehungen spielt gemäss Kalbermatten (2004, S. 4) im Alter Liebe, Zärtlichkeit und Sexualität. Schmidt-Denter (2005, S. 222) nennt den Wunsch nach positiver Selbstwertbestätigung als ein weiteres Bedürfnis, welches durch soziale Beziehungen befriedigt wird.

Weiter sind laut Kalbermatten (2004, S. 4) soziale Beziehungen multifunktional. Es kann z. B. durch instrumentelle Unterstützung neben der praktischen Problemlösung auch ein emotionaler Wert entstehen: für andere zu sorgen kann Bestätigung und Befriedigung schaffen. Auf der Empfängerseite besteht der emotionale Wert darin, auf andere zählen zu können und sich geborgen zu fühlen. Nachfolgend wird differenzierter auf soziale Unterstützungsleistungen eingegangen, da in Kapitel 1.3 ein zunehmender Hilfsbedarf im Alter eruiert wurde.

Künemund und Hollstein (2000, S. 240) teilen Unterstützung in drei Dimensionen ein:

- instrumentelle Ebene: praktische oder materielle Hilfe, Informationen
- emotionale Ebene: Vermittlung von Geborgenheit, Trost
- kognitive Ebene: Anerkennung, Orientierung

Zudem erwähnen auch sie die Multifunktionalität von Beziehungen. Wie auch, dass eine Person mehrere unterschiedliche Unterstützungsleistungen erbringen kann.

Dies wirft die Frage auf, welche Personen zur Erbringung einer Hilfeleistung beigezogen werden. Die Tabelle 2 zeigt, dass die primären Unterstützungspersonen älterer Menschen die Partnerin oder der Partner und Kinder sind (Künemund & Hollstein, 2000, S. 254). Bei Nachbarn liegt ein grosses Potenzial bei der instrumentellen Unter-

stützung. Freunde werden bei Problemen beigezogen oder leisten Anerkennung wenn weder die Partnerin oder der Partner noch Kinder zur Verfügung stehen (Künemund & Hollstein, 2000, S. 216).

Tabelle 2: Rangfolge der Unterstützungspersonen bei den 70-85jährigen

Rang	Kognitives Potential	Emotionales Potential	Instrumentelles Potential
1.	Partner (74)	Partner (76)	Partner (99)
2.	Kinder (65)	Kinder (56)	Kinder (56)
3.	Freunde (9)	Freunde (11)	Nachbarn (16)
4.	Geschwister (9)	Geschwister (10)	Enkel (13)
5.	Andere Verwandte (4)	Andere Verwandte (4)	Freunde (10)
6.	Nachbarn (3)	Enkel (4)	Bezahlte Helfer (8)
7.	Enkel (3)	Nachbarn (4)	Geschwister (7)
8.	Andere Personen (3)	Andere Personen (4)	Andere Verwandte (5)

Quelle: Künemund und Hollstein, 2000, S. 254

3.2.2 Grenzen sozialer Beziehungen

Wie bereits festgestellt, leben ältere Menschen in unterschiedlichen Beziehungsformen. Soziale Beziehungen werden unterschiedlich erlebt (Balmer, 2009, S. 538). Bisher wurden v.a. die positiven Beziehungsaspekte betrachtet, was auch der Perspektive dieser Arbeit entspricht. Dennoch sollen an dieser Stelle die Schattenseiten von sozialen Beziehungen beleuchtet werden.

Persönliche Beziehungen können auch eine einschränkende, schädigende und belastende Wirkung haben (Lenz & Nestmann, 2009, S. 9). Lang und Carstensen (1998, zitiert nach Schmidt-Denter, 2005, S. 218) unterscheiden dysfunktionale Beziehungen in der Lebensphase Alter wie folgt:

- unerwünschte oder überschreitende Unterstützung: durch diese werden ältere Menschen in ihrer Autonomie beschnitten, was zu Kompetenzverlusten führen kann.
- unangenehme oder überfordernde Kontakte: diese können zu Stress und Konflikten führen und damit das Risiko für Erkrankungen (z. B. Depressionen) erhöhen.
- Gewalt und Vernachlässigung: dies wirkt sich schädigend auf die Gesundheit sowie das Wohlbefinden aus und betrifft vor allem pflege- oder hilfsbedürftige ältere Menschen.

Darüber hinaus weisen Lang und Tesch-Römer (1993, S. 322) darauf hin, dass eine soziale Beziehung nicht allein von einer Person bestimmt wird. Sie hängt von der Kon-

taktbereitschaft anderer sowie von objektiven Bedingungen ab (z. B. Verkehrsanbindung, Freizeitangebot). Auch äussern sie die Vermutung, dass negativ erlebte persönliche Beziehungen eine Ursache sein können für den Rückzug älterer Menschen auf wenige und emotional bevorzugte Kontakte. Darauf wird im folgenden Kapitel näher eingegangen.

3.3 Veränderungen sozialer Beziehungen im Alter

Die zwei ausgewählten psychologischen Theorien zeigen auf, dass sich Beziehungen im Alter verändern und sich das soziale Netzwerk verkleinert. Deshalb wurden sie aus den verschiedenen Theorien, welche der wissenschaftliche Diskurs zu Beziehungen im Alter bereit stellt, für diese Arbeit beigezogen. Die sozioemotionale Selektivitätstheorie thematisiert die Veränderung von motivationalen Faktoren, das Modell des sozialen Konvois benennt die Anpassungsprozesse der unterstützenden Beziehungen im Alter.

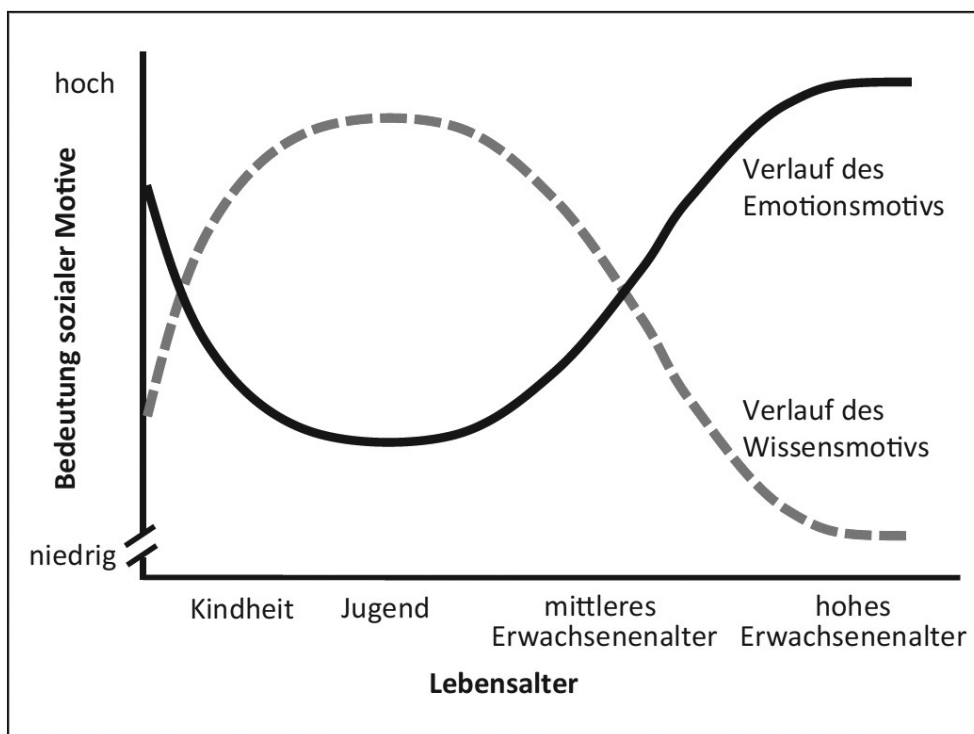
3.3.1 Die sozioemotionale Selektivitätstheorie

Die sozioemotionale Selektivitätstheorie ist eine alterspsychologische Theorie. Die Theorie wird für diese Arbeit beigezogen, weil sie als Grundgedanke davon ausgeht, dass ältere Menschen ihr soziales Umfeld aktiv gestalten und dass sich dieses über den Lebenslauf hinweg verändert, weil sich im Lauf der Entwicklung die Prioritäten verschieben (Martin & Kliegel, 2014, S. 69). Nach der von Laura Carstensen in den 1990er Jahren entwickelten Theorie finden sich ältere Menschen nicht einfach mit dem Wegfallen von sozialen Kontakten ab und ist somit als ein Gegenentwurf der Disengagement-Theorie zu verstehen (Martin & Kliegel, 2014, S. 188). Gemäss der Theorie bauen ältere Menschen ihr soziales Umfeld aktiv auf und betreuen dieses, um «zu verschiedenen Zeiten verschiedene Personen zur Stabilisierung wichtiger Zielfunktionen einsetzen [zu können]» (Martin & Kliegel, 2014, S. 188).

Die Theorie geht gemäss Tesch-Römer (2010, S. 80-85) davon aus, dass mit zunehmendem Alter Beziehungspersonen stärker nach ihrem emotionalen Wert ausgewählt werden. Als Motiv für diese Selektion wird die Emotionsregulation aufgeführt. Diese bildet neben dem Motiv der Informationssuche die Basis für soziale Interaktionen. Die Bedeutung dieser beiden Motive verändert sich über den Lebenslauf hinweg. Diese Veränderung ist in der Abbildung 4 dargestellt und wird wie folgt erklärt: In der frühen Kindheit hat das Gefühl von Sicherheit und Vertrautheit einen hohen Stellenwert. Das Emotionsmotiv ist in dieser Zeit entsprechend hoch. Mit der Adoleszenz verliert dieses Motiv an Bedeutung. In diesem Lebensabschnitt entsteht die Motivation zur Wissens-

vermehrung, weil das Bedürfnis nach Informationen über sich selbst und die Welt im Kontakt mit anderen gross ist. Mit zunehmendem Alter wird dieses Bedürfnis gestillt, das Wissensmotiv flacht ab und das Emotionsmotiv wird wieder bedeutsamer. Für Menschen im hohen Erwachsenenalter ist es wieder wichtig, dass die sozialen Interaktionen positive Erfahrungen bringen. Aus diesem Grund bevorzugen ältere Menschen vertraute Interaktionspersonen. Zentral für die Theorie ist die Annahme, dass sich diese Motivveränderungen nicht wegen des Alters an sich ergeben, sondern aufgrund des sich stetig verringernden Zeithorizonts. Ältere Menschen leben im Bewusstsein einer verkürzten Zeitperspektive. Dadurch ergibt sich eine bewusste Konzentration auf enge, vertrauensvolle und positive Beziehungen.

Abb. 4: Verlauf des Emotions- und Wissensmotiv über den Lebenslauf hinweg



Quelle: Tesch-Römer, 2010, S. 83

Die Grundpfeiler der Theorie (Stabilität von vertrauten Beziehungspersonen, Rolle des Zeithorizonts und zunehmende Bedeutung von positiven Emotionen) sind empirisch gut nachgewiesen (Tesch-Römer, 2010, 86). So zeigten unter anderem die Daten der Berliner Altersstudie, dass sich das soziale Netzwerk mit dem Alter verkleinert. Es reduzierte sich jedoch die Zahl der peripheren Netzwerkpersonen, die Zahl der engen Beziehungen blieb stabil (Lang, 2000; Lang & Carstensen, 1994, zitiert nach Tesch-Römer, 2010, S. 85).

Die sozioemotionale Selektivitätstheorie erklärt, dass ältere Menschen vertraute Beziehungspersonen priorisieren, weil sich mit dem Alter die sozialen Motive durch den verkürzten Zeithorizont verändern (Tesch-Römer, 2010, S. 37). Die Theorie nimmt jedoch nur die Verringerung der Netzwerkgrösse wahr. Die internen Veränderungen des sich verkleinernden sozialen Netzwerkes und dessen Zusammensetzung sind weitere Merkmale, die für diese Arbeit von Interesse sind, weshalb im nachfolgenden Kapitel das Modell des sozialen Konvois beigezogen wird.

3.3.2 Das Modell des sozialen Konvois

Vorweg wird der Name des Modells, welcher als Metapher zu verstehen ist, erklärt: Der Begriff «Konvoi» beschreibt soziale Beziehungen als einen schützenden Verband von Personen, die einen auf dem Lebensweg begleiten - stetig oder partiell (Tesch-Römer, 2010, S. 92).

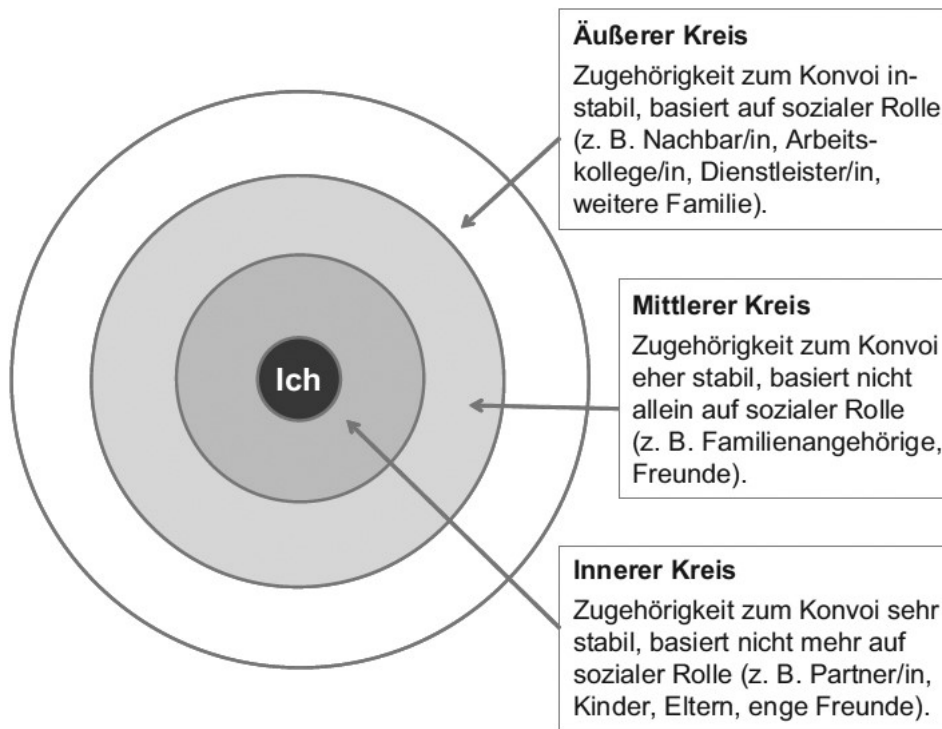
Das Modell des sozialen Konvois nimmt laut Tesch-Römer (2010, S. 88) viele Aspekte der Wirklichkeit in den Blick und wurde von Toni Antonucci und Robert Kahn in den 1980er Jahren entwickelt. Sie gingen dabei von drei grundlegenden Gedanken aus:

1. Soziale Unterstützung ist positiv.
2. Mitglieder des sozialen Netzwerkes sind Quelle und Ziel sozialer Unterstützung.
3. Das soziale Netzwerk verändert sich, begleitet einen Menschen jedoch zeitlebens.

Auf den ersten Gedanken wird nicht weiter eingegangen, da die positive Wirkung von sozialer Unterstützung bereits im Kapitel 3.2.1 erwähnt wurde.

Der zweite Gedanke betrifft das soziale Netz, welches sich um eine Person gruppiert. Es wird in der Abbildung 5 dargestellt und von Tesch-Römer (2010, S. 90-92) wie folgt beschrieben: Im Zentrum befindet sich die Person. Darum herum formen sich der innere sowie der mittlere Kreis, welche sehr enge bzw. enge Unterstützungspersonen einschliessen. Im äusseren Kreis, befinden sich periphere Beziehungen einer Person. Diese Beziehungen basieren meist auf einer sozialen Rolle, welche mit Erwartungen, Werten und einem bestimmten, zugeschriebenen Status verbunden ist. Dadurch ist dieser Kreis der Instabilste im Netzwerk. Veränderungen im äusseren Kreis werden jedoch nicht allein durch den Weggang einzelner Beziehungspersonen bestimmt. Das Modell berücksichtigt, dass sich Beziehungen innerhalb eines Netzwerkes verändern können. Beispielsweise kann aus einem Kollegen ein Freund werden, wodurch es zu einem Wechsel in den mittleren oder gar den inneren Kreis kommen kann. Diese möglichen Veränderungen im sozialen Netzwerk führt zum dritten Gedanken des Modells und ist für diese Literaturarbeit der Bedeutendste.

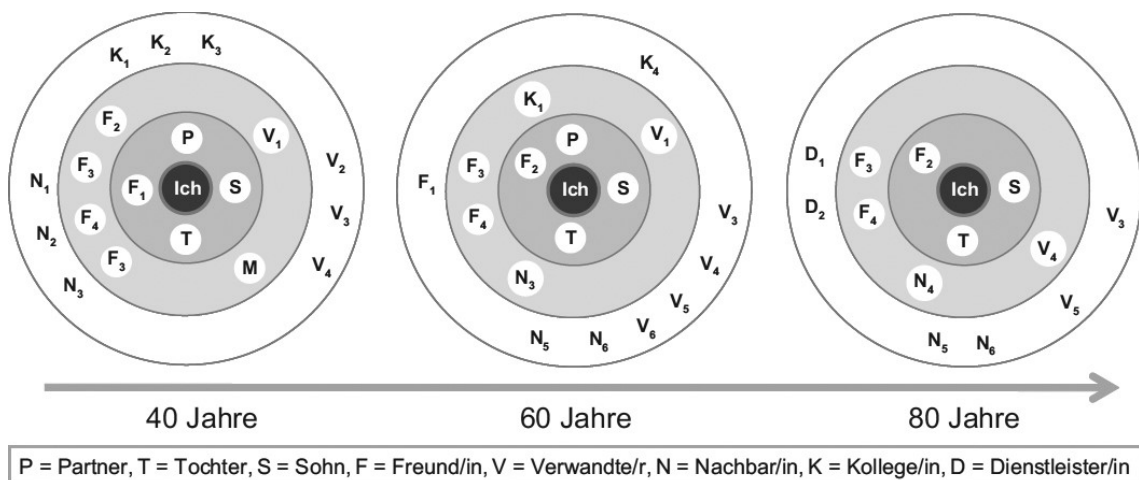
Abb. 5: Personenzentriertes Netzwerk des Konvoi-Modells



Quelle: Tesch-Römer, 2010, S. 91

Dass sich soziale Netzwerke, über den Lebenslauf hinweg verändern, wie auch stabil bleiben wird mit einem fiktiven Beispiel in der Abbildung 6 veranschaulicht (Tesch-Römer, 2010, S. 92-93). Das Beispiel zeigt, dass sich das soziale Netzwerk einer Person in der Zeitspanne von 40 Jahren durch Weg- und Neuzugänge sowie aufgrund von internen Anpassungen verändert.

Abb. 6: Fiktives Beispiel eines sozialen Konvois im Erwachsenenalter



Quelle: Tesch-Römer, 2010, S. 93

3.3.3 Veränderungen des sozialen Netzwerks im Alter

Mit den theoretischen Bezügen konnten die Verkleinerung sowie die internen Veränderungen des sozialen Netzwerks im Alter erklärt werden. Dies belegen auch Zahlen der Berliner Altersstudie (siehe Tabelle 3) sowie jene der Abbildung 7. Es wird ersichtlich, dass der häufigste Kontakt zu Familienmitgliedern und Freunden besteht. Die Kontaktfrequenz nimmt bei den meisten mit dem Alter ab. Auffallend ist, dass sich die Nachbarschaftskontakte hingegen relativ stabil verhalten. Da Nachbarschaftsbeziehungen den peripheren Beziehungen zugeordnet werden, müssten sich diese nach dem Prinzip der Selektion und der Darstellung von Lang sowie Lang und Carstensen jedoch verringern. Was die Frage nach der Bedeutung von Nachbarschaftsbeziehungen im Alter aufwirft. Dieser Frage wird im Kapitel 4 nachgegangen. Eine weitere wirft der wesentlich höhere Wert an Nachbarschaftskontakten bei Höpflinger auf. Eine Annahme dazu könnte der Zeitpunkt der Datenerhebung sein, denn die Zahlen der Berliner Altersstudie stammen aus der Erstauflage (1996). Im Zeitverlauf von 20 Jahren könnte sich ein Wandel gegenüber Nachbarschaftsbeziehungen ergeben haben. Weiter beziehen sich die Zahlen bei Höpflinger auf die ganze Schweiz, womit auch ein Stadt-Land-Gefälle verantwortlich sein könnte. Der Unterschied kann jedoch mit beiden Argumenten nicht abschliessend erklärt werden.

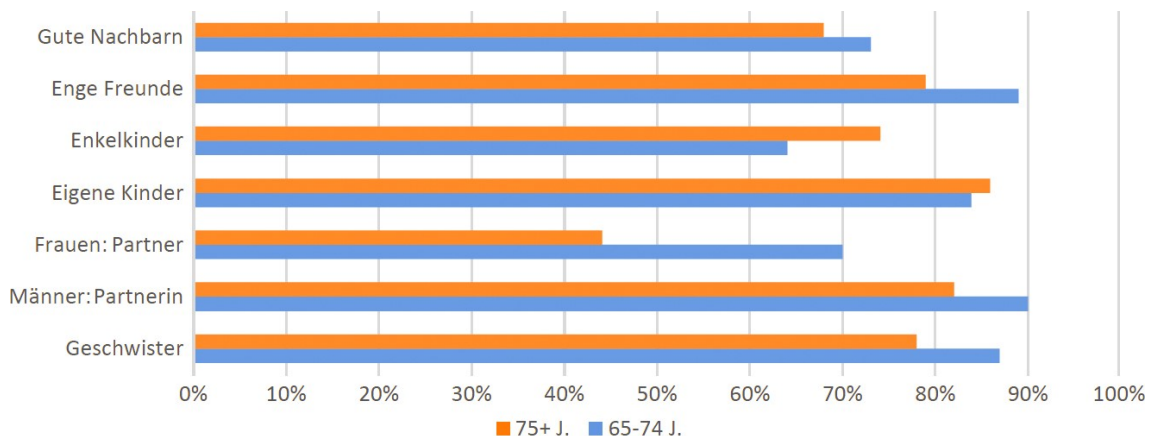
Tabelle 3: Verbreitung von Rollenbeziehungen im Alter

	Alle		70 – 84		85 +	
Ehepartner	23,5	(151)	27,3	(102)	8,8	(49)
Kinder	72,6	(352)	75,3	(196)	61,9	(156)
Enkel	61,2	(306)	62,4	(170)	56,6	(136)
Geschwister	44,9	(184)	47,5	(121)	34,6	(63)
Urenkel	18,9	(112)	16,4	(41)	28,9	(71)
Schwiegerkinder	40,5	(184)	41,9	(105)	34,8	(79)
Sonstige Verwandte	66,4	(336)	67,0	(175)	64,1	(161)
Freunde	63,5	(281)	68,6	(171)	43,3	(110)
Bekannte	48,5	(244)	48,2	(123)	50,1	(121)
Nachbarn	28,5	(128)	28,2	(68)	29,7	(60)
Sonstige Nicht-Verwandte	14,3	(71)	14,3	(36)	14,3	(35)

1 Gewichtet, in Klammern die ungewichtete Fallzahl.

Quelle: Wagner et al., 2010, S. 330

Abb. 7: Bezugspersonen von zuhause lebenden älteren Personen



Quelle: Höpflinger, 2018, S. 4

3.4 Erkenntnisgewinn in Bezug auf die Teilfragen

Eine wichtige Erkenntnis aus der Auseinandersetzung mit sozialen Beziehungen im Alter ist, dass sich diese durch Stabilität und Veränderungen auszeichnen, sich das soziale Netzwerk jedoch verkleinert. Erneut zeigte sich dabei ein Wechselspiel von Verlust und Gewinn. Wobei ältere Menschen auch als Gestalter ihres sozialen Netzwerks zu betrachten sind.

Weiter wurde ermittelt, dass soziale Beziehungen vielfältige Leistungen erbringen. Insbesondere soziale Unterstützung erhalten ältere Menschen primär im Paar- bzw. Familienverbund. Auch bestehen zu diesen die häufigsten und engsten sozialen Kontakte. In Bezug auf schwache soziale Beziehungen konnte durch die sozioemotionale Selektivitätstheorie erklärt werden, dass diese im Alter an Bedeutung verlieren. Hingegen wurde festgestellt, dass sich nachbarschaftliche Beziehungen in Bezug auf die Kontaktfrequenz stabil verhalten. Sie haben zudem den Vorteil der räumlichen Nähe, welche im Alter bedeutend ist. Daher wird im nächsten Kapitel genauer auf Nachbarschaftsbeziehungen im Alter eingegangen.

4 Nachbarschaftliche Beziehungen im Alter

Dieses Kapitel beschäftigt sich mit der Frage wodurch sich die Beziehungsform der Nachbarschaft auszeichnet und welchen Beitrag sie zur Lebensqualität und zum Wohlbefinden älterer Menschen leistet. Dazu werden Merkmale von nachbarschaftlichen Beziehungen erläutert. Weiter wird auf die Stärke von schwachen Beziehungen sowie auf die Ressourcen, welche die Nachbarschaft in sich birgt, eingegangen. Zuletzt deckt dieses Kapitel auch die Grenzen von Nachbarschaftsbeziehungen auf.

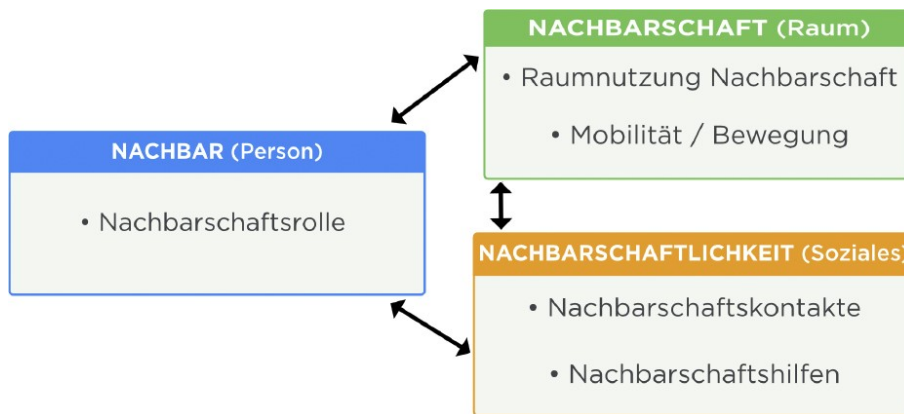
4.1 Begriffsdefinition

Nachbarin oder Nachbar, Nachbarschaft, Nachbarschaftlichkeit

Als Nachbarin oder Nachbar wird eine Person definiert, die in der Nähe wohnt. Das kann der unmittelbare Wohnbereich, der angrenzende Häuserblock oder die Siedlung sein (Günther, 2009, S. 446). Gemäss Schnur (2012) beschreiben die meisten Definitionen unter Nachbarschaft eine «diffuse 'Koexistenz'» (S. 452), die wenig klare Aussagen in Bezug auf die Beziehung machen. Häussermann und Siebel (1994) nennen einen historischen Wandel: «war früher Nachbarschaft eher eine räumliche Tatsache, die sich sozial organisiert hat, so beruht sie heute eher auf sozialer Nähe, die sich räumlich organisiert» (S.379). Hamm (1973) bezeichnet Nachbarschaft als «eine soziale Gruppe, deren Mitglieder primär wegen der Gemeinsamkeit des Wohnortes miteinander interagieren» (S. 18). Auch Günther (2009, S. 447) weist auf den räumlichen sowie den sozialen Aspekt hin. Eine soziale Beziehung ergibt sich in der Nachbarschaft durch die räumliche Nähe und impliziert somit zugleich die Austauschbarkeit von Nachbarn.

Seifert (2018, S. 6) teilt den Nachbarschaftsbegriff in drei Ebenen ein (siehe Abb. 8): Erstens die Nachbarin oder den Nachbarn als Individuum und deren Wahrnehmung der Nachbarschaftsrolle, zweitens in die Nachbarschaftlichkeit als soziale Interaktion, in der Kontakte und nachbarschaftliche Hilfe dem Individuum als Ressourcen zur Verfügung stehen und drittens in die Nachbarschaft als Raum. In diesem Fall geht es darum, dass jede Person von einer Nachbarschaft als räumlich-sozialem Bezugsrahmen umgeben ist und sich diese nur bedingt aussuchen kann (Seifert, 2018, S. 5).

Abb. 8: Nachbarschaftsebenen



Quelle: Seifert, 2018, S. 7

In dieser eingeschränkten Wahlfreiheit besteht laut Heberle (1959, zitiert nach Günther, 2009, S. 448) die Option zwischen der «normativen» und der «emotiven» Nachbarschaft. Eine emotive Nachbarschaft, welche mit Emotionen verbunden ist, beruht auf Freiwilligkeit. Demgemäss kann die Beziehung den eigenen Bedürfnissen und Vorstellungen entsprechend gestaltet werden. Die normative Nachbarschaft hat einen normativ-institutionellen Charakter. Die Nachbarschaft überspannt zudem «ein Spannungsfeld zwischen Individualität und Vergemeinschaftung» (Reutlinger, 2017, S. 244), in welchem sich der ambivalente Wunsch nach Nähe und gleichzeitiger Distanz spiegelt. Die Begriffe Nachbarin oder Nachbar und Nachbarschaft sind positiv besetzt und werden mit «Freundschaft» und «gegenseitiger Unterstützung» assoziiert (Emnid, 2004, zitiert nach Tesch-Römer, 2010, S. 191-192). Interessanterweise wurden in der konsultierten Literatur Nachbarschafts- und Freundschaftsbeziehungen oft in demselben Kapitel gefasst. Laut Tesch-Römer (2010, S. 192) sind Nachbarschaft und Freundschaft nicht trennscharfe Begrifflichkeiten. Nachbarn können zu Freunden werden oder Freunde beschliessen in gemeinsamer Nachbarschaft zu wohnen. Dies wurde am Beispiel des Konvoi-Modells (siehe Kapitel 3.3.2) ersichtlich und spiegelt sich in einem Studienergebnis in welchem rund 54% der befragten Personen angaben, zu einigen Nachbarn eine enge Beziehung zu haben (Seifert, 2018, S.19). Auch sind sich Bekanntschafts- und Nachbarschaftsbeziehungen sehr ähnlich (Melbeck, 1993, S. 235).

4.2 Charakteristika von nachbarschaftlichen Beziehungen im Alter

Wie in Kapitel 1.1.2 festgehalten sind Nachbarn auch im Alter wichtige soziale Netzwerkpersonen, deren Bedeutung künftig ansteigen wird (Tesch-Römer, 2010, S. 19). Insbesondere für alleinstehende und kinderlose ältere Personen können ausserfa-

miliäre Vertrauenspersonen zentral sein (Höpflinger & Stuckelberger, 1999, S. 156). Nachbarschaftsbeziehungen werden im höheren Alter besonders dann wichtig, wenn die unmittelbare Wohnumgebung bedeutsamer wird. Dies kann aufgrund von funktionellen Alltagseinschränkungen (Höpflinger, Hugentobler & Spini, 2019, S. 86) oder bei verminderter Mobilität der Fall sein (Tesch-Römer, 2010, S. 193). Obwohl die heutige ältere Bevölkerung deutlich mobiler ist als frühere Generationen und Sozialbeziehungen über die Grenze der Nachbarschaft hinaus pflegt (Höpflinger, 2018, S. 13), kann eine unterstützende Nachbarschaft unter Umständen ausschlaggebend sein, um länger selbständig zuhause leben zu können (Höpflinger et al., 2019, S. 86).

Nachbarschaft bietet sich als Beziehungsform an, die «eine weitgehend ungebundene Verbindlichkeit mit vielen offenen Optionen darstellt» (Reutlinger, Stiehler und Lingg, 2015, S. 75).

Die Einbindung in die Nachbarschaft und das Ausmass an Interaktion und Unterstützung wird jedoch durch soziale, baustrukturelle, situative und personale Faktoren beeinflusst. Auf Ersteres wird später in Kapitel 5.2 eingegangen. Seifert (2018, S. 18) betont bezüglich den personalen Faktoren, dass das, was Nachbarschaft ausmacht, sehr individuell geprägt ist. So können Nachbarschaftsbeziehungen «freundschaftlich oder konflikthaft, oberflächlich oder intensiv, distanziert oder nah, kontrollierend oder rücksichtsvoll [sein]» (Schnur, 2012, S. 449). Laut Häussermann und Siebel (2004, S. 111) zeichnet sich ein Normalniveau von Nachbarschaftskontakten durch passiven Grusskontakt und Hilfeleistungen banaler Art aus (z. B. Ausleihen von Lebensmitteln).

Nachbarschaftskontakte von älteren Personen ergeben sich laut Studienergebnissen von Seifert (2018, S. 21-24) am meisten zufällig im Hausflur oder in unmittelbarer Wohnumgebung. Dabei wurde am häufigsten eine Kontaktdauer von fünf bis zehn Minuten genannt. Es zeigte sich, dass es dabei vorwiegend um ein freundliches Gespräch und die gegenseitige Erkundung des Befindens ging. Nachbarschaftskontakte wurden dabei meist als angenehm, teilweise auch als bedeutungsvoll beschrieben.

Dies geht über das soeben bezeichnete Normalniveau von Nachbarschaftskontakten hinaus und entspricht nicht ganz der von Höpflinger und Stuckelberger (siehe Kapitel 1.1.2) genannten geringen Ausprägung von Nachbarschaftsbeziehungen älterer Menschen. Es bedarf im Weiteren einer genaueren Betrachtung.

4.2.1 Häufigkeit, Wirkung und Bedeutung

Bezüglich der Ausprägung von Nachbarschaftsbeziehungen im Alter liegen nach weiteren Recherchen folgende Angaben vor: Wie aus der Tabelle 3 in Kapitel 3.3.3 ersichtlich, zählen 28,5% der Befragten der Berliner Altersstudie mindestens einen Nachbarn zu ihrem Netzwerk. Der Abbildung 7 in Kapitel 3.3.3 ist zu entnehmen, dass über 60% der älteren Menschen Nachbarn als Bezugspersonen nennen. Seifert (2016b, S. 42-46) legt mit Studienbefunden dar, dass 43% älterer Personen in der deutschsprachigen Schweiz eine starke Quartierverbundenheit zeigen und dass sich dies primär durch die Zufriedenheit mit Nachbarschaftskontakten manifestiert. Mit diesen waren rund 28% sehr zufrieden und 58% zufrieden. Höpflinger, Hugentobler und Spini (2019, S. 86) stellten im Age Report IV fest, dass 30% der älteren Bevölkerung keine guten Nachbarschaftskontakte aufweisen. Seifert (2018, S. 14-16) stellte in Bezug auf die Nachbarschaftskontakte eine Diskrepanz zwischen den erwünschten und tatsächlichen Kontakten fest. Einige (19 Personen / 25,3%) der Befragten wünschen sich mehr soziale Kontakte zur Nachbarschaft.

Aufgrund der vorliegenden Zahlen kann vermutet werden, dass rund ein Drittel der älteren Personen über sehr guten und ein Drittel über keinen oder schlechten Nachbarschaftskontakt verfügen. Weiter bestehen Zweifel an der Generalisierbarkeit aufgrund des Samples (geringe Anzahl) bei Seifert (2018).

Bezüglich soziodemografischen Unterschieden wurde festgestellt, dass ältere Frauen Personen aus der Nachbarschaft häufiger zu ihrem Netzwerk zählen (Wagner et al., 2010, S. 333) und auch mehr Kontakt zu diesen pflegen (Seifert, 2018, S. 20) als Männer. Höpflinger et al. (2019, S. 86) stellen leicht höhere Zufriedenheit mit Nachbarschaftsbeziehungen bei Personen mit höherem Bildungsstatus fest. Sie sehen mögliche Gründe darin, dass gut ausgebildete Personen eher über finanzielle Mittel verfügen, um eine Wohnumgebung mit Gleichgesinnten zu wählen.

Die Verbundenheit mit dem Quartier zeigt gemäss Seifert (2016b, S. 42-46) weniger soziodemografische Merkmale, jedoch eine deutliche Korrelation mit der Wohndauer: Personen, die schon länger in ihrer Wohnung leben, fühlen sich mehr mit dem Quartier verbunden. Weiter gaben rund 77% an, bei einem Wohnwechsel am liebsten im selben Quartier bleiben zu wollen. Günther (2009, S. 452) nennt in diesem Zusammenhang, dass die Integration in der Nachbarschaft mit zunehmendem Alter steigt, indem die Anzahl bekannter Personen und die Gesprächskontakte ansteigen. Dies erhöht die Möglichkeit einer wechselseitigen Beziehung und gegenseitiger Hilfeleistung.

Jedoch haben auch eher flüchtige Nachbarschaftskontakte eine grosse Bedeutung: Sie sind eine Quelle für Alltagskontakte (Tesch-Römer, 2010, S. 196) und sorgen für die soziale Eingebundenheit älterer Menschen (Tesch-Römer, 2010, S. 202). Die Nachbarschaft hat eine positive soziale Kontrollfunktion, indem sie eine soziale oder persönliche Notlage erkennt oder Kriminalität verhindert und somit zur Sicherheit im Quartier beiträgt (Günther, 2009, S. 457). So ist für ältere Menschen primär das subjektive Sicherheitsgefühl, der Gedanke, dass in der Not jemand da ist, das was Nachbarschaft ausmacht (Seifert, 2018, S. 24). Der Aspekt der Sicherheit wird noch vor dem Aspekt der kleineren Hilfestellung genannt (Seifert, 2018, S. 19).

Laut Höpflinger (2018, S. 14) eröffnen Nachbarschaftskontakte darüber hinaus auch intergenerationelle Perspektiven. Weiter dient die Nachbarschaft bei der Bewältigung alltäglicher und spezifischer Problemlagen, indem sie eine Quelle für Informationen und Ratschläge darstellt (Günther, 2009, S. 455). Dies wird im nachfolgenden Kapitel genauer thematisiert.

4.2.2 Die Stärke der schwachen Beziehung

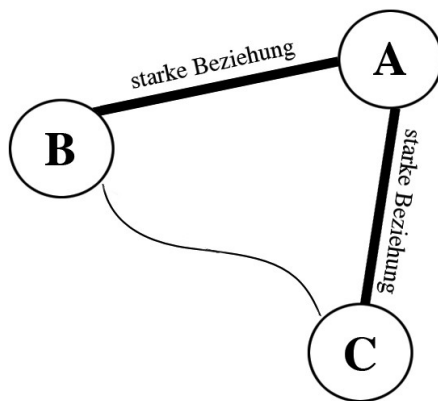
Nachbarschaftsbeziehungen können wie festgestellt sehr unterschiedlich ausgeprägt sein. Gemäss Avenarius (2010, S. 100) verbinden starke Beziehungen Freunde, schwache Beziehungen vernetzen Bekannte, wobei sie in Bezug auf die inhaltliche Unterscheidung der Bezeichnungen «stark» oder «schwach» Unschärfen feststellt. Wie bereits dargelegt, lassen sich Freundschaft, Bekanntschaft und Nachbarschaft nicht immer klar voneinander trennen. Daher werden an dieser Stelle starke und schwache Beziehungen und deren Nutzen und Interaktion anhand Granovetters Netzwerktheorie genauer betrachtet.

Die Terminologien wurden durch Mark Granovetter im Jahr 1973 durch die Veröffentlichung seines Artikels «The strenght of weak ties» etabliert, in welchem seine Forschungsergebnisse über Prozesse der Informationsbeschaffung von Arbeitssuchenden vorgestellt wurden (Avenarius, 2010, S. 99). Darin bemängelt Granovetter (1973, S. 1360) an erster Stelle, dass bisherige soziologische Theorien Interaktionen auf der Mikroebene nicht mit Mustern auf der Makroebene in Verbindung bringen.

Granovetter geht in seinem Artikel insbesondere auf schwache Beziehungen ein, definiert eine starke Beziehung aber wie folgt: «the strength of a tie is a (probably linear) combination of the amount of time, the emotional intensity, the intimacy (mutual confiding), and the reciprocal services which characterize the ties» (Granovetter, 1973, S. 1361). Es ist also die gemeinsam verbrachte Zeit, emotionale Intensität sowie Intimi-

tät und laut Früchtel, Cyprian und Budde (2013, S. 99) eine hohe Unterstützungsmotivation, die eine starke Beziehung ausmacht. Zudem besteht in starken Beziehungen ein Zusammenhang mit der Übertragbarkeit (Transitivität): besteht eine starke Beziehung zwischen A – B sowie A – C, besteht mit grosser Wahrscheinlichkeit auch eine Beziehung zwischen B – C (siehe Abbildung 9). Womit abgeleitet wird, dass in starken Beziehungen zwischen den Beteiligten immer mehr als eine Verbindung besteht (Granovetter, 1973, zitiert nach Stegbauer, 2019, S. 229).

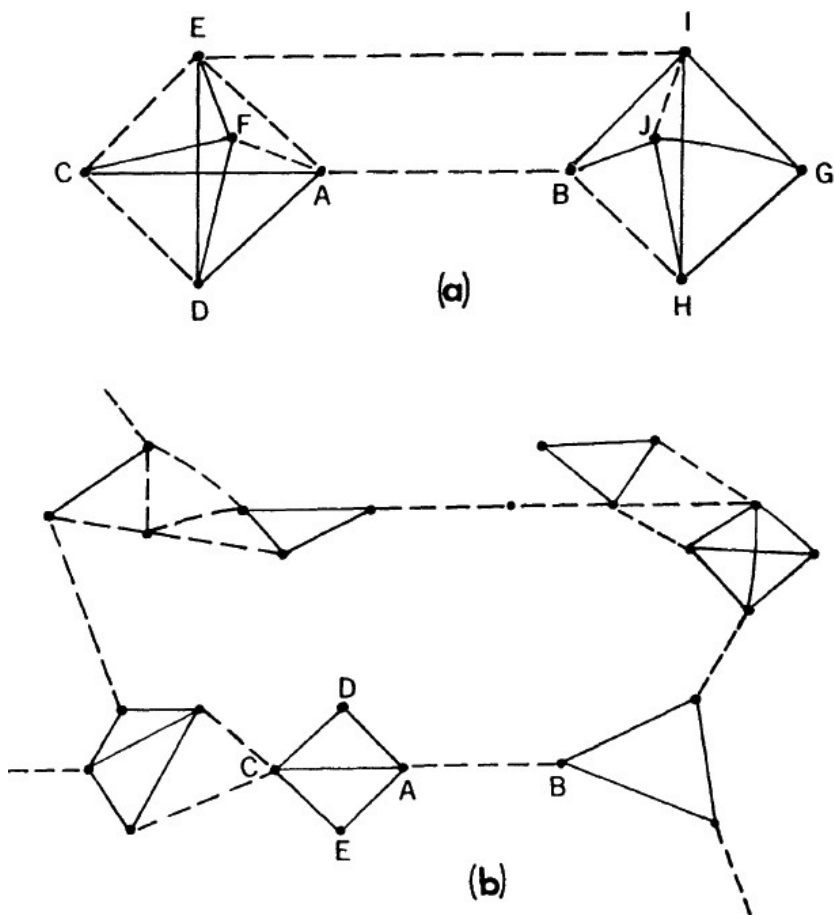
Abb. 9: Transitivität



Quelle: Früchtel et al., 2013, S. 99

In schwachen Beziehungen hingegen besteht kaum Transitivität, da es dort nur eine Verbindung zwischen zwei Personen und keine weitere Einbettung in andere Beziehungen gibt. Die Verbindung in solchen Beziehungen wird als «lokale Brücke» bezeichnet (Granovetter, 1973, zitiert nach Stegbauer, 2019, S. 229). Gemäss Früchtel et al. (2013, S. 97) liegt das Potenzial von schwachen Beziehungen in solchen Brücken. Sie stellen Verbindungen zwischen verschiedenen Netzwerken her und sind daher eher geeignet, Individuen verschiedener Gruppen zu verbinden als starke Beziehungen. Granovetters Theorie weist zudem auf die Überschneidung von Informationen innerhalb einer Gruppe mit starken Beziehungen hin (Stegbauer, 2010b, S. 106). Denn je stärker eine Beziehung ist, umso grösser ist ihre Teilmenge an gemeinsamen Bekannten (Früchtel et al., 2013, S. 97). Personen in schwachen Beziehungen jedoch schaffen wie in Abbildung 10 dargestellt eine Verbindung zu anderen Netzwerken und damit eine indirekte Verbindung zu Wissen und Möglichkeiten, die sie selbst sowie ihre Bezugsgruppe nicht haben.

Abb. 10: Lokale Brücken



—Local bridges. *a*, Degree 3; *b*, Degree 13.
 ——— = strong tie; - - - = weak tie.

Quelle: Granovetter, 1973, S. 1365

Granovetter (1973, zitiert nach Stegbauer, 2019, S. 230) überträgt diese Überlegung auf soziale Beziehungen: Treffen sich Personen z. B. einer Nachbarschaft nur in kleinen Gruppen, die über keine Verbindung zueinander verfügen, ist es nicht möglich, gemeinsames Handeln herzustellen. Selbst dann nicht, wenn Informationen mittels Informationsblättern kursieren. Dies wird damit begründet, dass Informationen über eine persönliche Ebene weitergegeben werden müssen, um Vertrauen aufzubauen und um zu einer Handlung zu führen. Gemäss Granovetter (1973, zitiert nach Stegbauer, 2019, S. 230) sind es die Brückenbeziehungen, welche entscheidend für die soziale Dynamik sind. Je mehr solche vorhanden sind, desto leichter fällt gemeinsames Handeln. Was auf kleinmasstäblicher Ebene einer Nachbarschaft zutrifft, lässt sich auch auf grössere Gesellschaftsteile übertragen. Granovettors Theorie schafft auf diese Weise die Verbindung zwischen dem Mikro- und dem Makrosystem, zwischen

Individuum und Gesellschaft. Passend dazu bezeichnet Stegbauer (2019, S. 231) schwache Beziehungen als unverzichtbar, wenn es darum geht, Individuen in eine Gemeinschaft zu integrieren.

Schweizer (1996, S. 118-119, zitiert nach Avenarius, 2010, S. 100) stellt fest, dass schwache Beziehungen der Beschränktheit kohäsiver Kreise entgegenwirken. Dazu benennt Granovetter (1974, zitiert nach Stegbauer, 2010b, S. 106), dass in Bezug auf die Informationsbeschaffung starke Beziehungen weniger hilfreich sind, weil diese meist über gleiche Informationen der eigenen Bezugsgruppe verfügen. Personen, zu denen aber schwache Beziehungen unterhalten werden, verfügen eher über Informationen, die ausserhalb der Reichweite des eigenen Netzwerkes liegen und daher vielfältiger sind.

Aus diesem Grund sollen schwache Beziehungen in sozialen Netzwerken in Bezug auf ihr Leistungsvermögen und gegenüber den sogenannten starken Beziehungen zu Familie und Freunden nicht unterschätzt werden (Früchtel et al., 2013, S. 97). Auch in der Altersstrategie der Stadt Zürich (2020, S. 55-56) wird dieser Aspekt berücksichtigt. Hier wird explicit der Wunsch nach einer «Quartierkümmererin» oder einem «Quartierkümmerer» aufgelistet, welche/r mit dem Quartier und dessen Bevölkerung vertraut ist und Angebote und Menschen miteinander vernetzen kann.

4.3 Nachbarschaft als Unterstützungsressource

Die Besonderheit von Nachbarn im System der informellen Hilfe basiert auf der leichten Zugänglichkeit sowie der Selbstverständlichkeit nachbarschaftlicher Unterstützung. Zugleich ist vor allem die unmittelbare Nachbarschaft durch die räumliche Nähe über Probleme und Hilfsbedarf des jeweils anderen gut informiert (Günther, 2005, S. 434).

Wie aus Kapitel 3.2.1 ersichtlich wurde, stehen Nachbarn in der Unterstützerhierarchie jedoch nicht an erster Stelle. Laut Seifert (2016b, S. 42) sind die formelle Nachbarschaftshilfe und das ehrenamtliche Engagement aber wichtige Angebote. Dagegen wird die informelle und meist nicht organisierte Hilfe innerhalb der Nachbarschaft oft nicht wahrgenommen, obwohl diese ein wichtiger sozialer Wert im Quartier, ein Potenzial für die Gemeinden und eine grosse Ressource für die Alltagsbewältigung im Alter darstellt.

Nachbarn werden meist für bestimmte Unterstützungsformen beigezogen. Sie betreuen Wohnung, Haustiere und Pflanzen, helfen aus bei Nahrungsmitteln, machen Handreichungen, beaufsichtigen Kinder oder helfen in unerwarteten Krisen (Günther, 2005, S. 430). Nachbarschaftliche Unterstützung kann aber auch umfassender sein. Akute Krankheiten z. B. rufen nachbarschaftlichen Support hervor. Auch kann die

Nachbarschaft bei der Rehabilitation nach Krankheiten und bei der Bewältigung von Trauer eine Rolle spielen (Young et al., 1982, zitiert nach Günther, 2005, S. 431).

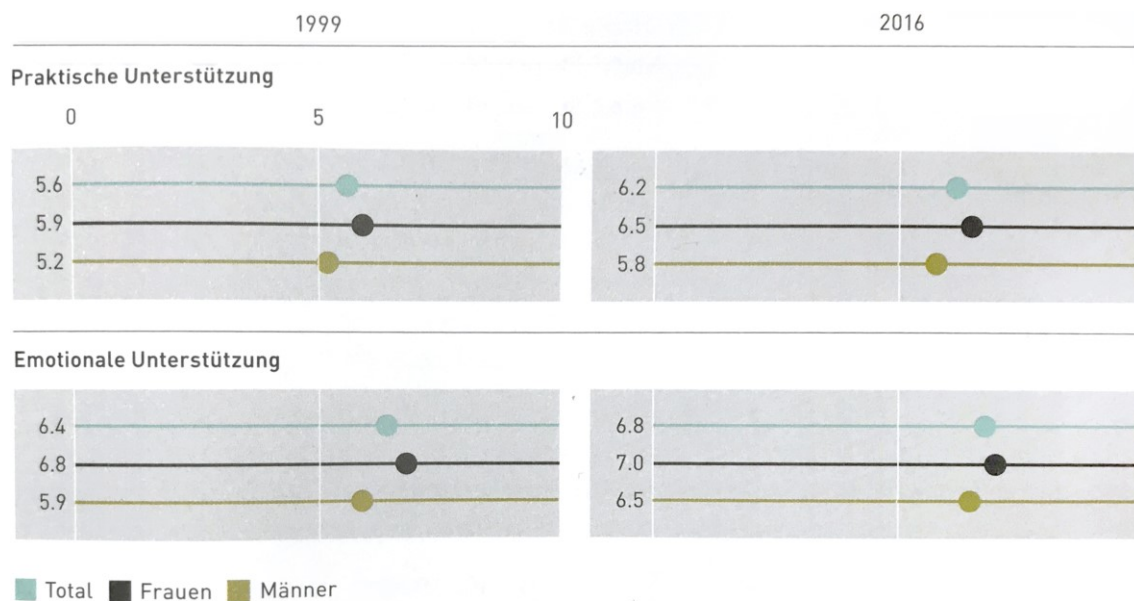
Laut Studienergebnissen von Seifert (2016b, S. 47) bitten 23% der älteren Bevölkerung häufig ihre Nachbarn um kleinere Unterstützung. Nachbarschaft als Ressource bedingt jedoch bereits bestehende nachbarschaftliche vertrauensvolle Beziehungen.

Die Nachbarschaft stellt für ältere Menschen neben den instrumentellen Hilfeleistungen noch weitere Ressourcen bereit. Das Vorhandensein stabiler Nachbarschaftskontakte und die soziale Integration in das Wohnumfeld haben trotz Individualisierungstendenzen empirisch nachgewiesen unterstützende Wirkung und leisten somit auch emotionale Unterstützung (Günther, 2005, S. 432). Laut Diehl (1988, zitiert nach Günther, 2015, S. 193) stellte sich in einer Analyse sozialer Netzwerke älterer Personen heraus, dass Nachbarn und Freunde in Situationen, die in erster Linie emotionale Hilfe (Trost, Mitgefühl, Ermutigung) erfordern, oft geeigneterer Helfer sein können als Angehörige.

Wellmann und Wortley (1990, zitiert nach Melbeck, 1993, S. 244-246) fragten, welche Unterstützung Nachbarinnen und Nachbarn im Unterschied zu anderen Personen geben können. Dabei wurden fünf Kategorien erfragt: 1) emotionale Hilfe, 2) kleine Dienstleistung, 3) grosse Dienstleistung, 4) finanzielle Hilfe und 5) Geselligkeit (z. B. Gespräche, gemeinsame Aktivitäten). Nachbarschaftliche Unterstützung stand nie an erster Stelle, jedoch immer an zweiter oder dritter. Weiter deckten Nachbarschaftsbeziehungen alle fünf Kategorien ab, wobei der tiefste Wert die finanzielle Hilfe erzielte.

Höpflinger et al. (2019, S. 88-89) haben die erlebte praktische und emotionale Unterstützung durch die Nachbarschaft erfragt. Es zeigte sich wiederum, dass Unterstützung primär durch die Familie und Freunde geleistet wird. Weiter sind Frauen nachbarschaftlich stärker engagiert als Männer, erhalten aber auch mehr Unterstützung als Männer. Im Zeitvergleich kann aber festgestellt werden, dass sich insbesondere die Werte in der emotionalen Unterstützung angleichen. Dies, wie auch die Feststellung, dass im Zeitvergleich die Frauen die praktische Unterstützung und die Männer die emotionale Unterstützung höher gewichten, kann mit einem Rollenwandel beider Geschlechter in Verbindung stehen. Zudem zeichnet sich ein Trend zu einer leicht positiveren Einschätzung von nachbarschaftlicher Unterstützung ab. Interessant ist, dass die emotionale nachbarschaftliche Unterstützung höher als die praktische gewertet wird (siehe Abbildung 11).

Abb. 11: Einschätzung nachbarschaftlicher Unterstützung im Alter 65+



0 = keine Unterstützung, 10 = viel Unterstützung. Zu Hause lebende Personen. Mittelwerte, nur wenn Kontakte zu Nachbarn angeführt werden. Signifikanz der Unterschiede nach Geschlecht: $p < .01$.
Quelle: Schweizer Haushaltspanel (gewichtet, eigene Auswertungen).

Quelle: Höpflinger et al., 2019, S. 89

Dies wie auch die Aussage von Diehl stehen in einem Widerspruch zu der in Kapitel 3.2.1 dargestellten Unterstützerhierarchie, bei welcher Nachbarn wenig emotionales Potenzial aufweisen. Dieser Widerspruch findet durch Günther (2015, S. 192) eine mögliche Erklärung: Lange Zeit wurde emotionale Unterstützung durch die Nachbarschaft negiert. Weiter äussert sie die Vermutung, dass es sich bei einem Teil der als Freundschaftshilfen bezeichneten Unterstützung auch um Nachbarschaftshilfe handelt.

4.3.1 Reziprozität

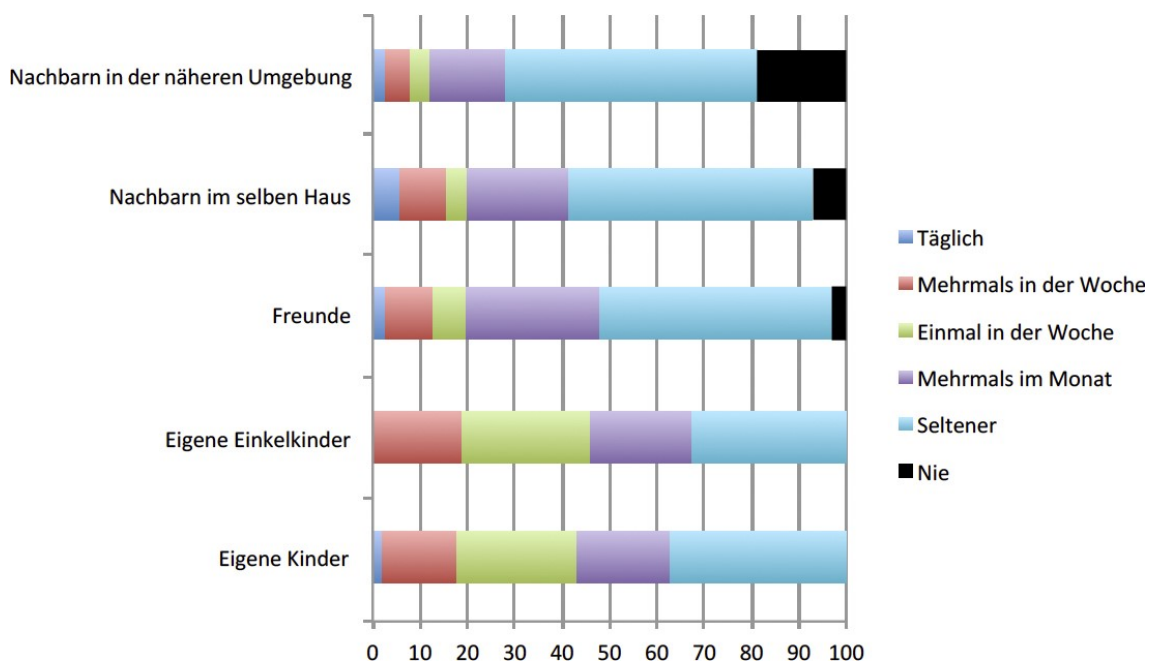
Nachbarschaftsbeziehungen unterliegen der Reziprozitätsnorm und sind im Vergleich zu verwandtschaftlichen Beziehungen anfälliger für ein Ungleichgewicht im Austausch (Tesch-Römer, S. 200). «Als Reziprozität oder Gegenseitigkeit wird das in sozialen Beziehungen wirksame Prinzip des Gebens und Nehmens, des wechselseitigen Austausches von Leistung und Gegenleistung bezeichnet» (Fuchs-Heinritz, 2011, S. 578). Laut Stegbauer (2010a, S. 120) spielt Reziprozität insbesondere im Aufbau aber auch in der Aufrechterhaltung von Beziehungen eine Bedeutung. Die Wiederherstellung eines Gleichgewichts des Gebens und Nehmens ist unter Nachbarn wichtig. Gelingt dies nicht, führt dies oft zur Beendigung der Beziehung (Tesch-Römer, 2010, S. 200). Gemäss Althaus (2018, S. 319) wird jedoch im Nachbarschaftskontext Reziprozität von

Hilfeleistungen nicht unbedingt sofort erwartet. Die Gegenleistung kann sogar in die Zukunft, als latente Erwartung, dem Gegenüber bei Bedarf oder in der Not ebenfalls zu helfen, verlagert werden. Genauso kann die Motivation zur Nachbarschaftshilfe auch durch Eigeninteressen geleiteten Überlegungen stammen: «dass andere dann gegebenenfalls auch für einen da wären» (Althaus, 2018, S. 320). Wer aber auf Hilfe angewiesen ist und diese von Nachbarn bezieht, begibt sich in ein Abhängigkeitsverhältnis und muss in Bezug auf die Reziprozität beachten, dass die Hilfe nicht überstrapaziert wird. Für ältere Menschen, welche aufgrund körperlicher Beeinträchtigung nicht im Stande sind, selbst informelle Hilfe als Gegenleistung anzubieten, kann dies problematisch sein (Günther, 2005, S. 435). Laut Brendebach und Reimann (2016, S. 7) ist es für ältere Personen wichtig als Hilfeempfänger Würde und Selbstachtung aufrecht erhalten zu können. Sie stellten zudem fest, dass ältere, zuhause wohnende Personen Mühe bekunden, Hilfe aus der Nachbarschaft anzunehmen. Die Norm, dass Nachbarschaftshilfe auf freiwilliger und nicht verpflichtender Basis beruht, ist deshalb essenziell (Althaus, 2018, S. 321). Darauf wird vertiefter in Kapitel 4.5 eingegangen.

4.3.2 Seniorinnen und Senioren als Ressourcengeber

Bisher wurde festgestellt, dass ältere Menschen aus informellen Netzwerken vielfältige Hilfe erhalten. Pensionierte leisten aber auch Unterstützung. Der Abbildung 12 ist zu entnehmen, wie ältere Personen in ihrer Umgebung Hilfe leisten.

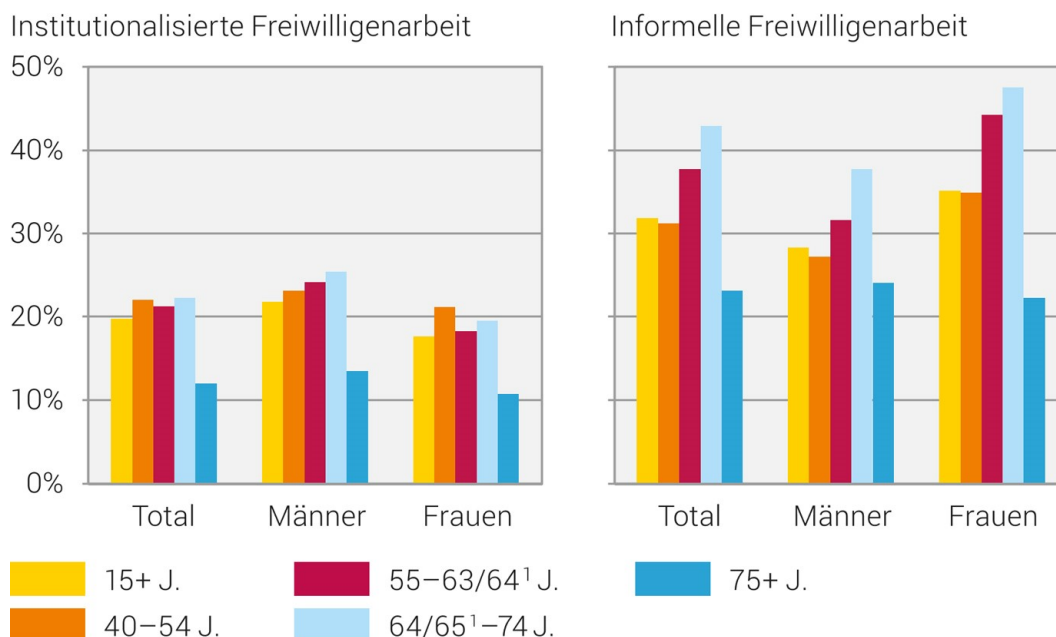
Abb. 12: Hilfe geben



Quelle: Seifert, 2018, S. 15

Neben der informellen Hilfe leisten ältere Personen, wie der Abbildung 13 zu entnehmen ist, in geringerem Ausmass auch institutionalisierte Hilfe. Laut Studienergebnissen von Seifert (2016a, S. 151) steigt das institutionalisierte Engagement von Stadtzürchern nach der Pensionierung an und sinkt später wieder. Dies deckt sich mit den Zahlen des Bundesamtes für Statistik (2018) zur Freiwilligenarbeit (siehe Abbildung 13). Auch wenn sich ein Rückgang im Engagement in den höheren Altersgruppen zeigt, stellen gemäss Künemund und Kohli (2010, S. 312) Ältere beachtliche gesellschaftlichen Ressourcen bereit. Sie verweisen zudem darauf, dass manche Bereiche der Zivilgesellschaft wesentlich vom Engagement der Älteren abhängig sind. Dazu geben sie zu bedenken, dass diese Ressourcen bisher vorwiegend von Älteren bereitgestellt werden, die in Bezug auf sozio-demografische Merkmale (Bildung, Gesundheit, Einkommen) privilegiert sind. Durch die Verbesserung der individuellen Lagen dürfte sich dieser Kreis in Zukunft erweitern. Weiter plädieren sie dafür, diese «schwachen» Beziehungen den «starken» von Familie und informellen Netzwerken hinzuzurechnen.

Abb. 13: Freiwilligenarbeit 2016



¹ Die erste Zahl bezieht sich jeweils auf die Frauen und die zweite Zahl auf die Männer.

Quelle: BFS, 2018, o.S.

Interessant ist hier erneut der Geschlechterunterschied: Männer leisten eher institutionalisierte und Frauen eher informelle Hilfe. Insgesamt lässt sich feststellen, dass die Altersgruppe der 65-74Jährigen vor allem in der informellen Freiwilligenarbeit stark vertreten ist.

Schliesslich nennen Höpflinger und Perrig-Chiello (2009, S. 52) zwei Perspektiven, welche im Zusammenhang von ehrenamtlichem Engagement nach der Berufsphase diskutiert werden:

1. ältere und gesunde Pensionierte gelten als gesellschaftlich soziale Ressource. Pensionierte können und sollen einen Beitrag zur Bearbeitung und Versorgung von eher prekären gesellschaftlichen Aufgabenbereiche leisten.
2. Die als sinnvoll geltende Beschäftigung soll einen Beitrag zur sozialen Integration der Pensionierten selbst leisten.

4.5 Grenzen von Nachbarschaftsbeziehungen

Bisher wurde der Fokus auf die positiven Aspekte von Nachbarschaftsnetzwerken gelegt. Mit der Reziprozitätsnorm wurde bereits eine Schwierigkeit bei der Inanspruchnahme von informeller Hilfe angesprochen. Nachfolgend soll festgehalten werden, dass Nachbarschaften nicht als ein Wundermittel ohne Risiken und Nebenwirkungen zu betrachten sind, sondern, dass diese auch Konflikte, Einschränkungen und Belastungen in sich bergen können.

Die positive Wirkung der sozialen Kontrolle durch die Nachbarschaft wurde erwähnt. Vor allem unmittelbar nebenan Wohnende sind oftmals Alltags-Zeugen. Dies kann dazu führen, dass Nachbarschaftskontakte bewusst gemieden werden um die Privatsphäre zu schützen und unabhängig zu bleiben (Melbeck, 1993, S. 244). Zudem kann sich nachbarschaftliche Kontrolle, wenn gezielt ausgeübt, negativ auswirken. In der Regel geht es dabei um die Einhaltung des Verhaltenskodex wie auch um den persönlichen Lebensstil. Soziale Kontrolle in der Nachbarschaft kann insbesondere bei Personen, welche auf Interaktionen und Hilfe durch ihr Wohnumfeld angewiesen sind, einen Anpassungsdruck ausüben (Günther, 2009, S. 456).

Umgekehrt birgt die Individualisierung und der Zerfall von traditionellen sozialen Milieus auch Probleme in sich. So kann es sein, dass sich Nachbarn kaum kennen. Und vor allem in finanz- und strukturschwachen Quartieren kann es für ältere Menschen schwierig sein, tragfähige Nachbarschaftsbeziehungen aufzubauen und aufrechtzuerhalten (Scharf, Phillipson, Smith & Kingston, 2002, zitiert nach Tesch-Römer, 2010, S. 196-197). Die Rekrutierung von informeller Hilfe ist vor allem dann schwierig, wenn nachbarschaftliche Beziehungen fehlen und bei einem Hilfsbedarf erst hergestellt werden müssen (Günther, 2005, S. 437). Dies wird zusätzlich durch die Mobilisierungstendenz der heutigen Gesellschaft erschwert, indem Wohnort und damit auch Nachbarschaft ihre Bedeutung als Anknüpfungspunkt für Hilfe verlieren (Günther, 2005, S. 438).

Höpflinger (2018, S. 14) räumt schliesslich ein, dass Nachbarschaftshilfe bei schweren Krisen und bei Pflegebedürftigkeit nur von kurzfristigem Nutzen sein kann. Langfristige Pflege überfordert die Nachbarschaftshilfe, besonders weil sie engen «Intimitäts-schranken» unterworfen ist. Soll die Hilfe unter Nachbarn über längere Zeit hinweg funktionieren, muss sie organisiert und betreut werden.

In Bezug auf Beziehungskonflikte weist Melbeck (1993, S. 248), darauf hin, dass es bei schwachen Beziehungen in der Regel weniger Anlässe für Konflikte gibt. Bei schwachen Beziehungen in der Nachbarschaft besteht aber gleichzeitig ein starker räumlicher Bezug, worin sich vor allem bei unmittelbarer Nachbarschaft einige Konflikte bergen können (Lärm, Verschmutzung etc.).

Nachbarschaftliche Hilfe wird oft subsidiär zum nicht verfügbaren, fehlenden oder dürftigen Unterstützungsnetzwerk verstanden. Die Ersatzfunktion darf jedoch nicht überbewertet werden: die fehlenden Hilfeleistungen von der Familie können nicht vollumfänglich kompensiert werden. Familiäre sowie informelle Hilfeleistungen schliessen einander aber nicht aus (Günther, 2005, S. 429). Zudem muss bei der informellen Hilfe die Problematik der Passung berücksichtigt werden. Nicht immer wird die geeignete Hilfe gleich nebenan gefunden (Günther, 2005, S. 435). Diesbezüglich wird jedoch auf das Potenzial der schwachen Beziehungen verwiesen. Ein weit verzweigtes Netz bietet mehr Informationen.

Darüber hinaus warnt Leser (2019, S. 51) davor, das Wohnen zuhause zu idealisieren. Vor allem von Medien würden die stationären Einrichtungen zu kritisch und die Probleme, welche speziell die familiäre Pflege zuhause mit sich bringe, zu wenig beachtet.

Nicht zuletzt hat die nachbarschaftliche Hilfe eine hohe sozialpolitische Bedeutung. Die Sozialpolitik hat auch aus Gründen der Kostensenkung bei den Sozialausgaben Interesse an einem nahraumbezogenen informellen Unterstützungsnetz (Braun, 1998, zitiert nach Günther, 2005, S. 436). Gemäss Reutlinger (2019, S. 8-10) sind aber viele Reformideen, welche sich auf das Quartier beziehen, in sozialer Hinsicht zu optimistisch: die Nachbarschaft kann nicht alle Probleme lösen und die Idee von Nachbarschaft und Solidarität soll nicht verklärt werden. Nachbarschaft kann auch ausgrenzend sein. Die Reformideen müssen auch an gesellschaftlichen Normen, am Verteilungssystem und politischen Fragestellungen ansetzen. Reutlinger (2017, S. 238) gibt zu bedenken, dass die Potenziale der nachbarschaftlichen Netzwerke zudem meist in sozialpolitischen Krisen entdeckt werden, wenn es beispielsweise um die Frage geht, wie profes-

sionelle Hilfe- und Dienstleistungssysteme weiterbezahlt werden sollen. In Bezug auf die Aktivierung der Nachbarschaft soll daher gefragt werden, ob dahinter eher fachliche oder finanzpolitische Absichten stehen (Reutlinger, 2019, S. 7). Reutlinger et al. (2015, S. 76) lassen auch bedenken, dass sich aktuelle Nachbarschaftsprogramme am Ideal der Dorfgemeinschaft ausrichten, bei welchem zu hinterfragen ist, ob dies den modernen Bedingungen entspricht.

4.6 Erkenntnisgewinn in Bezug auf die Teilfragen

Die oben dargestellten Befunde zeigten, dass Nachbarschaft unterschiedliche Dimensionen von Beziehungen erlaubt und somit nicht generell den schwachen Beziehungen zugeordnet werden kann. Bei einer schwachen Ausprägung kann diese jedoch bei der Informationsbeschaffung und im Hinblick auf die soziale Integration bedeutsam sein. Auch geriet die Vorstellung, dass sich nachbarschaftliche Unterstützung auf Nothilfe und Bagatellfälle beschränkt, ins Wanken. Nachbarschaft deckt ein grosses Spektrum an informeller Hilfe ab. Gleichzeitig wurden ältere Menschen auch als Ressourcengeber erkannt. Beides bereichert und erleichtert den Alltag von älteren Menschen. Insbesondere der soziale Aspekt von Nachbarschaft wird als wichtig erlebt und bestimmt das Wohlfühlen und die Sicherheit im Alter. Allerdings setzt dies Kontakte und Bekanntheit zwischen Nachbarinnen und Nachbarn voraus, weshalb es wichtig ist, solche Kontakte zu fördern. Um Möglichkeiten der Förderung von nachbarschaftlichen Kontakten durch die Gemeinwesenarbeit geht es daher im folgenden Kapitel.

5 Förderung von Nachbarschaftsbeziehungen durch die Gemeinwesenarbeit

In Bezug auf die Förderung von Nachbarschaftsbeziehungen wurde in der Einleitung erläutert, dass die Bearbeitung sozialer Beziehungen in den Zuständigkeitsbereich der Sozialen Arbeit fällt. Die Gemeinwesenarbeit (GWA) ist dabei im Besonderen angesprochen, da sie sich stark auf Beziehungsarbeit stützt. Nach einer Begriffsdefinition zu Beginn des Kapitels wird der Frage nachgegangen, was zur Förderung von Nachbarschaftsbeziehungen und -hilfe beiträgt und welche Rolle dabei der GWA zukommt. Schliesslich wird aufgrund der bisherigen Erkenntnisse abgeleitet, auf welchen Handlungsebenen Sozialarbeitende der GWA ansetzen können, um Nachbarschaftsbeziehungen zu fördern. Ausgewählte Praxisbeispiele illustrieren dabei ansatzweise die Rolle und die Möglichkeiten von Professionellen der GWA.

5.1 Begriffsdefinition

5.1.1 Sozialraum

Der Sozialraum als Raum ist nicht als fixe physische Grösse zu verstehen, «sondern vielmehr etwas, das wir täglich herstellen» (Reutlinger, 2019, S. 8). Laut Hinte (2012, S. 668) wird der Sozialraum einerseits definiert durch Individuen. Dieser sieht je nach Alter, Lebensphase, Interessen etc. einer Person unterschiedlich aus. Womit es vielfältige Sozialräume gibt und sich diese auch überlappen können. Andererseits wird der Sozialraum durch Institutionen als «territoriale Steuerungsgrösse» (Hinte, 2012, S. 668) definiert.

5.1.2 Gemeinwesenarbeit

Gemeinwesenarbeit ist ein Arbeitsfeld der Sozialen Arbeit (Hinte, 2007, S. 11). GWA bezieht sich auf die Gestaltung von Lebenswelten im sozialen Raum, wobei die individuelle und kollektive Handlungsfähigkeit und die Partizipation im Zentrum stehen (Programm Socius, 2019, S. 5). Für Hinte (2007, S. 33) sind sozialer Frieden, soziale Gerechtigkeit und Integration in der GWA richtungsweisend. Bischof, Hirsiger, Dellsperger, Martin, Diethelm, Troxler, Gebhard, Wirz und Guntern (2008) beschreiben das Verständnis der GWA wie folgt: «Unter der aktiven Mitarbeit der Bevölkerung und dem gezielten Einbezug von Institutionen, Organisationen und weiteren Akteuren trägt Gemeinwesenarbeit dazu bei, die Lebensbedingungen der Bevölkerung, insbesondere

jene sozial benachteiligter Gruppen, zu verbessern» (S. 2). Dabei stehen soziale Beziehungen und das Gemeinwesen als Beziehungsgeflecht zwischen Menschen, Gruppen und Organisationen im Zentrum (Bischof et. al., 2008, S. 2).

Im Arbeitsfeld GWA geht es um die Organisation von projekt- und themenspezifischen Prozessen in Wohnquartieren, wobei oft eine intermediäre Kooperation gesucht wird (Hinte, 2007, S. 11). Dabei werden laut Bischof et al. (2008, S. 4) folgende fachlichen Standards verfolgt:

- Orientierung an den Bedürfnissen und Interessen der betroffenen Menschen (Partizipation)
- Aktivierung und Nutzung der Stärken und Möglichkeiten von Menschen und Organisationen (Ressourcenorientierung)
- Verbesserung der Selbsthilfe und Selbstorganisation der Menschen (Empowerment)
- Ganzheitliche Bearbeitung von sozialen Problemen in welcher die Problemlösung organisationsübergreifend und interdisziplinär erfolgt (Wissensintegration)
- Verbesserung der Lebensqualität, des sozialen Zusammenhalts und der Versorgung mit sozialen Dienstleistungen
- Sicherung von gleichberechtigtem und gleichwertigem Interessensausgleich
- Stärkung von informellen und formellen sozialen Netzwerken

Die Arbeitsweisen in der GWA erstrecken sich somit von der Mobilisierung über die Organisationsberatung, das Konfliktmanagement und Monitoring bis hin zu Wertediskursen und Öffentlichkeitsarbeit (Bischof et al. 2008, S. 3-4).

Vor diesem Hintergrund wird in Bezug auf ältere Menschen sowohl die Wohnsituation als auch das Wohnumfeld miteinbezogen. Damit werden Wohnsituationen entwickelt, die ein Leben in Privatheit, in Gemeinschaft und in der Öffentlichkeit ermöglichen. Aus diesem Grund ist die Sicherung von Autonomie im Alter auch ein quartierplanerisches bzw. städteplanerisches Thema (Pardini, 2018, S. 199). Dieses spiegelt sich in Empfehlungen von Siefert (2018, S. 24), die darauf verweisen, dass soziale Kontakte und Engagement auch durch bauliche, infrastrukturelle Angebote in öffentlichen Räumen gefördert werden. Darauf wird im Kapitel 5.3.4 nochmals Bezug genommen. Ferner wird nachfolgend genauer auf förderliche Bedingungen für Nachbarschaftsbeziehungen eingegangen.

5.2 Voraussetzungen für nachbarschaftliche Beziehungen

Zentral für Nachbarschaftsbeziehungen ist wie in Kapitel 4.3 bereits angedeutet, dass sich Personen in der Nachbarschaft begegnen und kennen. In Anonymität entstehen keine Netzwerke. Niederschwellige Angebote im Quartier schaffen Gelegenheiten, mit anderen Quartierbewohnern in Kontakt zu kommen (Trempe, 2018, S. 20).

Für Melbeck (1993) greift die Gelegenheit allein zu kurz: «Es fehlt das Verbindungsglied von der Struktur eines Wohnviertels und seiner Bewohner zur Entstehung und Entwicklung von Beziehungen unter den Bewohnern» (S. 429). Die Focus-Theorie sozialer Beziehungen von Feld liefert laut Melbeck (1993, S. 249) diese Verbindung und soll hier in ihren Grundzügen beschrieben werden. Als «Focus» wird ein gemeinsames Interesse von Individuen beschrieben. Beispiele dafür sind die Familie, Vereine, der Arbeitsplatz oder auch die Religion. Es wird davon ausgegangen, dass zwei Personen, die ein gemeinsames Interesse haben, eher gemeinsame Aktivitäten ausüben, als Personen, die dies nicht haben (Feld, 1981, zitiert nach Melbeck, 1993, S. 249). Ein gemeinsames Interesse ist für die Aufnahme einer sozialen Beziehung jedoch nicht zwingend. Für die Aufrechterhaltung einer solchen wird aber ein gemeinsames Interesse gesucht oder neu entwickelt. Soll eine Beziehung gestärkt werden, werden weitere gesucht, die mit den schon vorhandenen verträglich sind (Feld, 1981, zitiert nach Melbeck, 1993, S. 249-251). Folglich müssen Angebote in einem Quartier breit gefächert sein, um unterschiedlichen Interessen gerecht zu werden.

Der Aufbau und die Entwicklung von Beziehungen brauchen jedoch Zeit, damit zwischen den Menschen Vertrauen aufgebaut werden kann (Bischof et al., 2008, S. 2). Vertrauen ist, wie in Kapitel 3.3 erwähnt, eine zentrale Voraussetzung für soziale Beziehungen im Alter und die Basis für Unterstützungsanfragen (siehe Kapitel 4.3).

In Bezug auf die Unterstützung wurde jedoch in Kapitel 4.4 darauf hingewiesen, dass nicht immer die geeignete Hilfe nebenan gefunden werden kann. In heterogenen Nachbarschaften, deren Bewohnerschaft sich durch eine unterschiedliche und intergenerative Sozialstruktur auszeichnet, ist die Wahrscheinlichkeit, eine zum Hilfebedarf passende informelle Hilfe zu finden, besonders hoch. Solche Nachbarschaften umfassen unterschiedliche soziale Milieus und Generationen und verfügen somit über variierende Ressourcen (Fähigkeiten, Informationen, Güter). In sozial homogenen Nachbarschaften, die vorwiegend Angehörige einer sozialen Schicht beherbergen, sind hingegen meist ähnliche Ressourcen vorhanden. Zudem kumulieren sich dort oft die gleichen Problemlagen, was den Zugang zu ausreichenden Hilfequellen in der Nachbarschaft einschränkt (Günther, 2005, S. 435).

Häussermann und Siebel (2004) dementieren dies: «Unterschiedliche soziale Schichtzugehörigkeit in räumlicher Nähe [zieht] immer nur eine geringe Intensität bei Nachbarschaftsbeziehungen nach sich.» (S. 111). Dafür verantwortlich ist, dass sich Interaktion stark an sozialer Homogenität (gleicher sozialer Status, ethnische Zugehörigkeit, Religion, Alter usw.) orientiert (Friedrichs, 1983, zitiert nach Häussermann & Siebel, 2004, S. 111).

Auf diese gegensätzlichen Befunde kann mit einer Aussage zu Granovetters Netzwerktheorie (siehe Kapitel 4.2.2) geantwortet werden: «Starke Beziehungen bringen uns, wenn nötig, den Kamillentea ans Bett, über schwache Beziehungen hingegen bekommen wir einen neuen Job.» (Früchtel et al. 2013, S. 97). Weshalb die Befunde von Melbeck und Günther wie folgt ausgelegt werden: soziale Homogenität stiftet mehr Interaktion (Stärke der starken Beziehungen), soziale Heterogenität hingegen generiert mehr und neue Information und dient der Vernetzung (Stärke der schwachen Beziehungen). Wie sich dies die GWA zu Nutzen machen kann und welche Möglichkeiten sich anbietet wird in Kapitel 5.4 erläutert.

5.3 Rolle der Gemeinwesenarbeit

Ein Pfeiler des Konzeptes «ambulant vor stationär» besteht aus einem Versorgungsnetz aus informeller sowie professioneller Hilfe (siehe Kapitel 1.1.2). Die informelle Hilfe kann dabei durch die GWA in der Bildung nachbarschaftlicher Beziehungs-, Kommunikations- und Hilfestrukturen professionelle Förderung und Begleitung erfahren (Günther, 2009, S. 453). Dabei soll beachtet werden, dass die Unterstützung nicht zu stark in das informelle Netzwerk eingreift oder dass durch unnötige Professionalisierung eine Abhängigkeit von externer Hilfe geschaffen wird. Die informelle Nachbarschaftshilfe soll dabei kumulativ und nicht konkurrenzierend zur formellen Hilfe verstanden werden (Seifert, 2016b, S. 47). Die Unterstützung soll weiter im Sinne der Partizipation erfolgen. «Als Expertinnen und Experten für eine altersfreundliche Stadt bringen sich ältere Menschen bei der Gestaltung der Stadt, der Quartiere und der Angebote aktiv ein.» (Stadt Zürich, 2020, S. 8).

Weiter plädiert das Programm Socius (2019, S. 5) darauf, bewusst über die Grenzen hinauszudenken und eine Zusammenarbeit mit anderen Projekten und Aktionen im Sozialraum - besonders solche mit generationenübergreifendem und migrationsspezifischem Ansatz - zu suchen. Reutlinger (2019, S.10) plädiert ebenfalls für die Entwicklung einer Gesamtperspektive im Sozialraum, die verschiedene Zielgruppen involviert.

Da dadurch jedoch unterschiedliche Professionen, Zuständigkeiten und Finanzierungen miteinbezogen sind, sieht er der Sozialraumidee aber wieder Grenzen gesetzt.

Die Beteiligung an der Gestaltung eines Gemeinwesens bedeutet, sich auch mit Macht auseinanderzusetzen, womit GWA per se politisch ist (Oehler & Drilling, 2013, 24). Indem Soziale Arbeit in gesellschaftliche Verhältnisse eingebettet ist, müssen sich Sozialarbeitende immer wieder bewusst machen, wo sie Ungleichheit und Ungerechtigkeit produzieren und reproduzieren (Reutlinger, 2019, S. 8).

Bei der Gestaltung von gelingenden Nachbarschaften ist der in Kapitel 4.1 festgestellte ambivalente Wunsch nach Individualität und Gemeinschaft zu berücksichtigen bzw. wie dieser im Alltag integriert wird. «Ein wichtiger Schritt hierzu wäre sicher, die gelebten Nachbarschaften der Adressatinnen und Adressaten, aber auch ihre Bilder mit den eigenen professionellen Bildern zu konfrontieren» (Reutlinger, 2017, S. 244). Bewohnende wie Professionelle sollen sich dabei über Vorstellungen von Nachbarschaft austauschen und diese auch kritisch hinterfragen, denn «Ausprägung, Funktion und Potenzial von sozialen Nachbarschaften sind hochgradig abhängig von der jeweiligen Perspektive und dem gerade gültigen Lebenszusammenhang» (Reutlinger, 2017, S. 246). Diesbezüglich weist die Stadt Zürich darauf hin, dass Angebote und Dienstleistungen für ältere Menschen künftig partizipativer, quaternaher, vielfältiger und vernetzter gestaltet sein sollen (Stadt Zürich, 2020, S. 27).

5.4 Handlungsfelder

Auf der Basis der bisherigen theoretischen Bearbeitung werden nachfolgend drei Handlungsfelder aufgezeigt, welche nachbarschaftliche Beziehungen fördern können. Die einzelnen Handlungsfelder werden separat genannt, um eine Übersicht zu gewährleisten. In der Realität können sich diese jedoch überlagern bzw. Handlungen in einem Handlungsfeld können auch Wirkungen in einem anderen zeigen. In den Handlungsfeldern können alle eingangs Kapitel erwähnten Arbeitsweisen der GWA zum Einsatz kommen. Die Orientierung und Besinnung auf die zuvor erwähnte professionelle Rolle soll dabei leitend sein.

5.4.1 Netzwerkgrösse

Dieses Handlungsfeld bezieht sich auf die Netzwerkgrösse, da festgestellt wurde, dass sich dieses im Alter verkleinert. Die Verringerung des sozialen Netzes ist einerseits ein

von älteren Personen bewusst gestalteter Prozess (siehe Kapitel 3.3.1). Andererseits basiert die Reduktion auch durch Verluste in kritischen Ereignissen im Alter (siehe Kapitel 2.3). Zudem konnte der Wunsch nach mehr Nachbarschaftskontakten festgestellt werden (siehe Kapitel 4.2.1). Weshalb es denkbar ist, dass ältere Personen ihr soziales Netzwerk vergrössern und neue Beziehungen eingehen möchten. Da sich der Mobilitätsradius im Alter verkleinert (siehe Kapitel 2.2), bietet sich dazu das Wohnumfeld an. Zentral für Nachbarschaftsbeziehungen ist jedoch, dass sich Personen kennen (siehe Kapitel 5.2). Die GWA eröffnet dafür Möglichkeiten, die auf der Ebene der sozialen Netzwerke stattfinden. Dabei werden in einem partizipativen und demokratischen Prozess Räume (Begegnungsorte wie z. B. Anlässe und Treffpunkte) geschaffen, in denen sich Menschen begegnen und wo soziale Netze entstehen können (Programm Socius, 2019, S. 4-7). Um stärkere Nachbarschaftsbeziehungen entwickeln zu können, bedarf es eines gemeinsamen Interesses (siehe Kapitel 5.2). Das Angebot im Quartier sollte somit über reine Treffpunkte hinausgehen und weitere Möglichkeiten für gemeinsame Aktivitäten anbieten. Neue Angebote können durch die GWA begleitet werden. Durch einen Standort mit Drehscheibenfunktion im Quartier können bestehende Angebote besser bekannt und zugänglich gemacht sowie Synergien genutzt werden. Ein solcher Standort ist als lokale Brücke (siehe Kapitel 4.2.2) zu verstehen und kann insbesondere in Quartieren mit homogener Bevölkerungsstruktur von grossem Nutzen sein, um Bewohnende und Angebote im Quartier zu vernetzen. Denn die Verbreitung von Informationen führt eher zu einer Handlung, wenn diese über persönliche Kontakte erfolgt als allein durch Medien (siehe Kapitel 4.2.2).

Die Quartierstandorte des Vereins Vicino Luzern dienen als Praxisbeispiel dieses Handlungsfeldes: Ziel des Vereins ist es, im Quartier die Nähe zur älteren Bevölkerung zu suchen, die Nachbarschaft zu stärken und einen direkten Zugang zu den vorhandenen Dienstleistungen zu bieten (Vicino Luzern, o. J., o. S.). Der Verein ist in der Stadt mit drei Quartiertreffpunkten vertreten, welche durch Vicino-Mitarbeitende moderiert werden (Age-Stiftung, 2020, S. 64). Laut Tremp (2018, S. 19) versteht sich die Arbeit von Vicino Luzern darin, Leute miteinander zu verbinden, damit sie von sich aus aktiv werden. Dies geschieht über soziokulturelle Angebote. Vicino-Mitarbeitende sind dabei Ansprechpersonen und Beratende zugleich und unterstützen die Sorgeskultur im Quartier als unabhängige Kontakt- und Informationsstelle, die zudem von den wichtigsten Dienstleistungsanbietern anerkannt und getragen ist (Renner und Vogt, 2019, S. 2-8).

5.4.2 Austausch und Erschliessung von Ressourcen

Mit der Reziprozitätsnorm wurde eine Problematik von nachbarschaftlicher Unterstützung insbesondere im Alter aufgedeckt (siehe Kapitel 4.3.2). Weiter wird im Hinblick auf die demografische Alterung der Generationenvertrag in Frage gestellt. Somit fokussiert dieses Handlungsfeld darauf, den Austausch und die Erschliessung von Ressourcen in der Nachbarschaft durch die GWA zu fördern. Gerade für ältere Personen ohne familiäres Unterstützungsnetzwerk kann die informelle Nachbarschaftshilfe wichtig sein (siehe Kapitel 4.2). Die Unterstützung von älteren Menschen kann durch die GWA mittels einer Mobilisierung von Personen aus der Zivilgesellschaft gefördert werden. Insbesondere Seniorinnen und Senioren können zur Unterstützung von älteren Personen beigezogen werden (Programm Socius, 2019, S. 4). Gerade im Bereich der nachbarschaftlichen Beziehungen sind innovative Projekte entstanden, bei denen versucht wird, dass jede Person, welche Hilfe leistete, selbst auch Hilfe beziehen kann - sofort oder erst nach Jahren (Tesch-Römer, 2010, S. 201). Solche neuen Formen der Freiwilligenarbeit können Möglichkeiten zur Reziprozität herstellen und es somit älteren Menschen erleichtern, ausserfamiliäre Hilfe anzunehmen. Weiter hat die GWA unter anderem zum Ziel, Menschen zu eigenverantwortlichen Aktivitäten zu befähigen, indem neue Fähigkeiten im Rahmen konkreter Projekte erlernt und umgesetzt werden können. Somit erschliesst dieser Ansatz neue Ressourcen auch innerhalb der älteren Bevölkerung. Damit kann diese neben Empfänger auch Anbieter von Unterstützungsleistungen sein (Programm Socius, S. 8).

Ein Praxisbeispiel für dieses Handlungsfeld ist das KISS-Modell. KISS wirkt als gemeinnützige Freiwilligenarbeit mit Zeitgutschriften in Form einer Genossenschaft. KISS-Mitglieder sind als Tandems tätig und erhalten dabei vielfältige Unterstützung. Zugleich werden sie durch Fachpersonen der GWA zusammengeführt und begleitet. Das generationenverbindende Modell versteht sich als geldfreie 4. Vorsorgesäule mit folgenden Merkmalen: Einheitliche Grundlagen und Dienstleistungen, moderierte Betreuung und Begleitung sowie schweizweite Vertretung durch regionale Partnerschaften (Fondation KISS, 2020, o. S.). Studienbefunde kommen zu einem positiven Kosten-Nutzen-Verhältnis dieses Modells. Insbesondere deshalb, weil durch das Zeitgutschriftensystem neue Freiwillige gewonnen werden können und dies nicht als Ersatz der traditionellen «Gratis-»Freiwilligenarbeit erfolgt (Künzi, Oesch und Jäggi, 2016, S. 2).

5.4.3 Vulnerable Zielgruppe erreichen

In kritischen Lebensereignissen im Alter besteht die Gefahr, dass sich Personen isolieren (siehe Kapitel 2.3). Obwohl allein leben noch nicht Isolation sein muss und dies auch nicht zwingend Einsamkeit bedeutet, sind isolierte Personen schwer erreichbar und besonders vulnerabel (Programm Socius, 2019, S. 4). Eine Möglichkeit, Personen aus einer ungewollten Isolation zu führen, wurde im erstgenannten Handlungsfeld beschrieben. Nicht alle älteren Menschen können jedoch mit einer Komm-Struktur, wie sie Treffpunkte darstellen, erreicht werden.

Eine weitere Möglichkeit stellt deshalb die aufsuchende Quartierarbeit in Form der Einzelfallhilfe dar. Mitarbeitende der GWA nehmen dabei von sich aus und mit dem nötigen Fingerspitzengefühl mit der älteren Bewohnerschaft im Quartier Kontakt auf. Im persönlichen Gespräch klären sie einen möglichen Unterstützungsbedarf ab. Dabei nehmen sie eine Vernetzungsfunktion wahr und arbeiten mit Fachstellen zusammen. So können Unterstützungsangebote zur älteren Bevölkerung gebracht werden (Age Stiftung, 2017, S. 4-6). Die Quartier- und Siedlungsassistenz kann auch in der aufsuchenden Form als eine sogenannte lokale Brücke bzw. ein Verbindungsglied zwischen Individuum und Gemeinschaft betrachtet werden (siehe Kapitel 4.2.2).

Als Praxisbeispiel dient hier die Quartier- und Siedlungsassistenz Horgen. Die Gemeinde Horgen setzte damit vor rund 10 Jahren als schweizweit erste Gemeinde ihr Altersleitbild mit einem Assistenz-Modell aktiv um. Dabei leisten Gemeinwesenarbeiterinnen als Siedlungs- und Wohnassistentinnen mittels Hausbesuchen in der Gemeinde Unterstützungs-, Beratungs- und Vernetzungsarbeit. Letztere bietet Triage-Möglichkeiten mit Bezugspersonen der Nachbar- oder Verwandtschaft oder mit Fachstellen und -organisationen in der Gemeinde (Age Stiftung, o. J., o. S.).

Eine weitere, wenn auch indirekte Möglichkeit, Menschen aus ungewollter Isolation zu führen, besteht darin, dass sich die GWA für die Aneignung der räumlichen Nahwelt der älteren Bewohnerschaft einsetzt. Ältere Menschen können sich laut Deinet (2015, S. 94) vergleichbar mit Jugendlichen im öffentlichen Raum im konkreten Sinne Raum verschaffen. Dabei sind für ältere Menschen unter anderem Sitzgelegenheiten und Grünanlagen bedeutungsvoll. Neben der konkret gegenständlichen Raumaneignung erlangen Ältere aber auch neue Räume indem sie sich z. B. engagieren, für ihre Rechte eintreten oder Interessengruppen bilden. Solche Aneignungsformen zeigen, dass sich das Alter heute auch als Entwicklungsaufgabe im Sinne von lebenslangem Lernen stellt (Deinet, 2015, S. 94).

Um sich entwickeln zu können, müssen ältere Menschen auf Ressourcen und Fähigkeiten zugreifen können (siehe Kapitel 2.3). Der Sozialraum stellt dabei eine Ressource dar. Laut Böhnisch ist im Alter «die soziale Verfügung über Räume entwicklungsnotwendig» (2018, S. 424). Er stellt jedoch fest, dass es zwar Kinder- und Jugendräume gibt, jedoch keine Altenräume, obwohl «das Alter eigene sozialräumliche Aneignungsmöglichkeiten braucht, um zu einer sozial eigenständigen Lebensphase zu werden» (Böhnisch, 2018, S. 243). So kann sich die GWA im Sinne ihrer in Kapitel 5.3 erwähnten sozialpolitischen Rolle wie auch in den Arbeitsfeldern dafür einsetzen, dem Alter einen entsprechenden Raum zu geben. Bezüglich Letzteren empfehlen Leitner und Vukovan (2016, S. 8-9) eine Sozialraumerkundung mit Ältere mittels der Nadelmethode. Durch diese werden während Stadtteilbegehungen «warme und kalte» Orte identifiziert und deren subjektive Bedeutung reflektiert. Die Methode kann Zugänge zu bislang ungenutzten Ressourcen schaffen und älteren Menschen eine Stimme in ihrem Sozialraum geben.

Als Praxisbeispiel dazu wird die Siedlung Ecofaubourgs in Schlieren erwähnt. Der Aussenraum der Siedlung dient als Quartiertreffpunkt und Spielplatz und ist gleichzeitig ein Ort zum Gärtnern. Insbesondere für die älteren Bewohner ist Gartenarbeit und soziales Miteinander für ein zufriedenes Leben wichtig. Um eine Aneignung des Grünraums in Gang zu setzen, half in der ersten Zeit eine sozio-kulturelle Animateurin mit (ZHAW, 2016, o.S.).

Schliesslich empfehlen Leitner und Vukovan (2016) beide genannten Möglichkeiten zu kombinieren: «Eine Perspektive, die nur den Einzelfall fokussiert, vernachlässigt die strukturelle Einbettung der Einzelfallhilfe in das «grosse Ganze» der Altenhilfeplanung. Wer hingegen nur auf die sozialräumlichen Strukturen abzielt, dem geht die Orientierung an der individuellen Bedarfs- und Ressourcenlage im Einzelfall verloren» (S. 15).

6 Schlussbetrachtung

Im letzten Kapitel wird der Beantwortung der Hauptfragestellung nachgegangen, indem die zentralen Erkenntnisse dieser Literaturlarbeit zusammengefasst werden und diskutiert wird, welche Schussfolgerungen sich für die Praxis ergeben. Danach wird ein Fazit zum Vorgehen gezogen. Schliesslich werden im Ausblick Themen in Bezug auf Nachbarschaftsbeziehungen im Alter beschrieben, die offene Fragen aufwarfen und die es in einer Weiterbearbeitung zu klären gäbe.

6.1 Diskussion der Erkenntnisse

In dieser Bachelorarbeit wurde der folgenden Hauptfrage nachgegangen: Wie kann die Gemeinwesenarbeit Nachbarschaftsbeziehungen bei älteren Menschen, die zuhause leben, unterstützen?

Um diese beantworten zu können, wurde zuerst die **Lebensphase des Alters** betrachtet. Dies hat den Blick dafür geschärft, dass ältere Menschen nicht als homogene Gruppe betrachtet werden können und auch der Prozess des Alterns eine grosse Diversität beinhaltet. Altern zeigte sich zudem als ein Wechselspiel zwischen Verlust und Gewinn. In Bezug auf das Alter besteht jedoch allgemein eine Tendenz zu einer negativen Darstellung. Die Erkenntnis, dass ein differenzierteres Altersbild, welches alle Facetten des Alters berücksichtigt, sowie eine positive Alterskultur in der Gesellschaft wachsen müssen, ist daher bedeutend. Die Soziale Arbeit kann dabei im Sensibilisierungsprozess wichtige Aufgaben erfüllen und damit zur Förderung gesellschaftlicher Veränderungen beitragen. Die Aufgabe von Sozialarbeitenden kann diesbezüglich darin bestehen, in der Praxis und in der Öffentlichkeit die ressourcenorientierte Sichtweise auf das Alter zu vertreten, sich in die gesellschaftspolitischen Diskurse einzubringen und dabei den Wert des Alters und die Ressourcen der älteren Bevölkerung zu betonen.

Weiter wurde erkannt, dass die Lebensphase des Alters kritische Ereignisse bereithält. Deren Bewältigung hängt auch vom Vorhandensein und vom Zugriff auf Ressourcen ab, wobei mit den sozialen Beziehungen und später mit dem Sozialraum wichtige genannt werden konnten. Im Hinblick auf die Heterogenität in der Gruppe der älteren Bevölkerung können die Ausführungen zur Beantwortung der Teilfrage nicht als abschliessend betrachtet werden. Es kann gerade wegen der grossen Diversität nicht festgelegt werden, welches die wichtigsten Veränderungen im Alter sind. So steht

schliesslich der Hinweis von Tesch-Römer (siehe Kapitel 2.1) im Zentrum, dass Altern sowohl ein individueller als auch ein sozialer Prozess darstellt. Diesem Umstand sollten Sozialarbeitende in der Arbeit mit älteren Menschen Rechnung tragen.

Einen weiteren Schritt zur Beantwortung der Hauptfrage stellte die Auseinandersetzung mit den Charakteristika und den Veränderungen von **sozialen Beziehungen im Alter** dar. Dabei wurde festgestellt, dass soziale Beziehungen älterer Menschen in ihrer Multifunktionalität unterschiedliche und vielfältige Leistungen erbringen und diverse Bedürfnisse abdecken. Dazu zählen vielfältige Unterstützungsleistungen, soziales Beisammensein, Zärtlichkeit und Intimität, soziale Integration, Partizipation, Sicherheit sowie Selbstwertbestätigung (siehe Kapitel 3.2.1).

In Bezug auf die Veränderungen von sozialen Beziehungen wurden für diese Arbeit zur Erklärung des sich häufig verkleinernden soziale Netzwerk im Alter die sozioemotionale Selektivitätstheorie und das Modell des sozialen Konvois beigezogen (siehe Kapitel 3.3). Beide Theorien bestätigen die Verkleinerung des sozialen Netzwerkes im Alter. Da gleichzeitig der Unterstützungsbedarf steigt (siehe Kapitel 1.3), besteht für ältere Menschen jedoch eine Gefahr, wenn sie sich auf wenige Bezugspersonen beschränken, da dadurch der breite Fächer an inhaltlichen Leistungen nicht mehr abgedeckt werden kann. Diese Erkenntnis lieferte den Hinweis, dass die Netzwerkgrösse ein Handlungsfeld darstellt, in welchem sich die Soziale Arbeit mit Interventionen einbringen kann. Die Ausführungen dazu sind in Kapitel 5.4.1 erörtert und liefern zugleich eine Antwort auf die Hauptfragestellung. In Bezug auf die Intervention soll hier angefügt werden, dass dabei die Reflexionsfähigkeit von Sozialarbeitenden eine grosse Wichtigkeit spielt. Die sozioemotionale Selektivitätstheorie anerkennt ältere Menschen als bewusste Gestalterinnen und Gestalter ihres Netzwerkes. Gleichzeitig wurde ein kleines Netzwerk in dieser Arbeit als mögliches Gefahrenpotenzial bzw. Handlungsfeld eruiert. Dies fordert Sozialarbeitende auf, vor Interventionen stets abzuklären, ob ein Leidensdruck seitens der Adressatinnen und Adressaten besteht und ob Interventionen fachlich begründet sind.

Die Auseinandersetzung mit sozialen Beziehungen hat ferner dazu geführt, das Verständnis nach Tesch-Römer (siehe Kapitel 3.1.1), wonach soziale Beziehungen eine wechselseitige Beeinflussung im Denken, Fühlen und Handeln zweier Menschen darstellen, auf die Wirkung und die Zusammenarbeit mit Adressatinnen und Adressaten der Sozialen Arbeit zu beziehen. In der täglichen Praxis kann die Beziehung als Ressource betrachtet werden. Gleichzeitig muss auch ein Bewusstsein über deren negativen Wirkungen und Aspekte vorhanden sein.

In Bezug auf die Unterstützung, welche durch soziale Beziehungen geleistet wird, konnte festgestellt werden, dass Personen im Alter primär durch den Paar- oder Familienverbund getragen werden. Dies hat verdeutlicht, dass verwitwete, alleinstehende und kinderlose ältere Personen auf weniger Unterstützungsleistungen zurückgreifen können. Dies konkretisiert die Relevanz der Hauptfragestellung.

Die Beschäftigung mit den Teilfragen zu den **nachbarschaftlichen Beziehungen im Alter** haben zur Erkenntnis geführt, dass diese nicht immer trennscharf zu definieren sind. Der Übergang zu einer Freundschaftsbeziehung kann fließend sein. Nachbarschaftliche Beziehungen können sehr unterschiedliche Ausprägungen haben. Damit wuchs die Erkenntnis, dass Nachbarschaftsbeziehungen nicht generell nur sogenannte schwache Beziehungen sind. Vor allem im Alter werden sie bedeutsamer, weil sich ältere Menschen mehr auf ihr Wohnumfeld konzentrieren. Unter Umständen kann die nachbarschaftliche Unterstützung gar ausschlaggebend sein, um weiterhin selbständig zuhause leben zu können (siehe Kapitel 4.2). Weiter konnte festgestellt werden, dass die informellen Netzwerke der Nachbarschaft vielfältige Ressourcen für ältere Personen bereitstellen. Auf emotionaler Ebene wird Sicherheit und soziale Integration geleistet. Auf kognitiver Ebene erhalten Ältere Informationen und Orientierung aus der Nachbarschaft. Über die instrumentelle Ebene finden sie praktische Alltagshilfen. Auch Anerkennung und Selbstwertgefühl werden durch die Nachbarschaft gewährleistet, vor allem dann, wenn ältere Menschen selbst Unterstützung bieten. Im Vergleich zu den Leistungen, welche soziale Beziehungen generell erbringen, lassen sich durch Nachbarschaftsbeziehungen nur die materielle Unterstützung im geringen Ausmass und Zärtlichkeit und Intimität nicht abdecken. Erstaunt hat, dass vor allem der Sicherheits- und der emotionale Aspekt von Nachbarschaft im Alter noch vor instrumenteller Unterstützung bedeutend ist (siehe Kapitel 4.2.1). In Bezug auf die Soziale Arbeit ist daher eine Schlussfolgerung, dass in der Arbeit mit Älteren nicht nur auf die Abdeckung von Unterstützungsleistungen fokussiert werden soll.

Eine bedeutende Erkenntnis ist weiter, dass in Nachbarschaftsbeziehungen die Reziprozität eine grosse Rolle spielt. Vor allem ältere Personen bekunden Mühe, Hilfe annehmen zu können (siehe Kapitel 4.3.1). Aufgrund dieser Erkenntnis wurden in Kapitel 5.4.2 aufgezeigt, wie Massnahmen der GWA die Reziprozitätsnorm überwinden. Die Ausführungen im genannten Kapitel liefern zugleich eine Antwort auf die Hauptfrage.

Darüber hinaus wurde ersichtlich, dass Unterstützungsanfragen eine Vertrauensbasis bedingen und nur dann genutzt werden können, wenn ein Nachbarschaftsnetzwerk vorhanden ist. Durch diese Erkenntnis geleitet wurde in Kapitel 5.4.1 Massnahmen beschrieben, welche es älteren Menschen ermöglichen, ihr Netzwerk zu festigen. Auch

diese Ausführungen geben eine Antwort auf die Hauptfragestellung. Eine Schlussfolgerung für die Soziale Arbeit ist diesbezüglich, dass Beziehungen Zeit benötigen. Insbesondere die Nachbarschaft sollte daher in allen Lebensphasen, nicht nur der älteren Bevölkerung, Begegnungsmöglichkeiten bieten. Dies wurde eindrücklich mit dem Zitat von Reimann und Reimann in Kapitel 3.2 festgehalten: «Wer soziale Kontakte entwickelt hat, dem kommen sie vor allem im Alter zugute».

Eine zentrale Erkenntnis dieser Literaturarbeit betrifft die Stärke der schwachen Beziehungen. Dass schwach ausgeprägte Nachbarschaftsbeziehungen ebenfalls von grosser Bedeutung für Ältere sein können, zeigte die Auseinandersetzung mit der Netzwerktheorie von Granovetter (siehe Kapitel 4.2.2). Die eher peripheren Beziehungen, welche von älteren Personen tendenziell ausselektiert werden (siehe Kapitel 3.3), sind bei der Informationsbeschaffung und Vernetzung von grosser Wichtigkeit. Ein Rückzug auf ausschliesslich enge Beziehungen engt den Wissenshorizont ein. Schwache Nachbarschaftsbeziehungen können Verbindungen zu anderen sozialen Netzwerken herstellen und somit Quelle und Fluss von Informationen und Ressourcen vergrössern. Gleichzeitig leisten sie die Integration von Individuen in eine grössere Gemeinschaft. Bedeutend ist dies gerade für die Soziale Arbeit, da es oftmals darum geht, Individuen in Netzwerke zu integrieren.

Dies ist vor allem in strukturschwachen und homogenen Quartieren, in welchen Probleme älterer Personen beim Aufbau und Aufrechterhaltung von Nachbarschaftsbeziehungen erörtert wurden, wichtig (siehe Kapitel 4.5). Hier kann - ebenfalls als Antwort auf die Hauptfrage - die GWA solche Verbindungen leisten, wenn dies nur bedingt durch die Nachbarschaft abgedeckt wird (siehe Kapitel 5.4.1).

Die Aussage von Früchtel et al. (siehe Kapitel 5.2) bezüglich der Vorteile von starken und schwachen Beziehungen kann zwar nicht direkt auf Nachbarschaftsbeziehungen von älteren Menschen übertragen werden, da Nachbarn aufgrund der festgestellten Intimitätsschranken nicht geeignet sind, den Tee ans Bett zu bringen. Eine Adaption liefert dennoch eine Schlussfolgerung: Starke Nachbarschaftsbeziehungen leisten instrumentelle und emotionale Unterstützung, schwache Nachbarschaftsbeziehungen dienen der Informationserweiterung und der Vernetzung. Beide sind relevant. Dies muss in der Arbeit mit älteren Menschen berücksichtigt sein.

Die Auseinandersetzung bezüglich der Ressourcen der Nachbarschaft hat ferner die Potenziale von Seniorinnen und Senioren selbst ins Zentrum gerückt. Ältere leisten vor allem im dritten Lebensalter in manchen zivilgesellschaftlichen Bereichen einen wesentlichen Beitrag (siehe Kapitel 4.3.2). Diese Erkenntnis schliesst den Kreis in Bezug auf die veränderte Sicht auf das Alter sowie auch bezüglich der in Kapitel 1.1.3 formulierten Forderung von Fabian et al. zum Einbezug der Potenziale von älteren Men-

schen. Diese Erkenntnis liefert durch die Ausführungen im Handlungsfeld «Austausch und Erschliessung von Ressourcen» (siehe Kapitel 5.4.2) ebenfalls eine Antwort auf die Hauptfrage. Als Hinweis für die Praxis der Sozialen Arbeit wird diesbezüglich auf die zwei genannten Perspektiven von Höpflinger und Perrig-Chiello in Kapitel 4.4 verwiesen. In Bezug auf die Förderung von ehrenamtlichem Engagement von Älteren steht die Soziale Arbeit dadurch im doppelten Mandat.

Dies verweist auf die in Kapitel 1.1.2 erläuterten gesellschaftspolitischen Interessen hinter dem Konzept «ambulant vor stationär». Die Frage von Reutlinger, ob die Absichten hinter der Aktivierung von Nachbarschaftsbeziehungen eher fachlicher oder finanzpolitischer Natur sind (siehe Kapitel 4.5), soll hier diskutiert werden. Im Grunde fragt er, ob es um den Nutzen von gewissen Individuen (fachlich) oder um den Nutzen der Gemeinschaft (finanzpolitisch) geht. Darin spiegelt sich auch hier das Doppelmandat der Sozialen Arbeit und somit auch die Erkenntnis, dass durch die Förderung von Nachbarschaftskontakten die professionellen Hilfs- und Dienstleistungssysteme nicht einfach aus Spardruck auf die Nachbarschaft übertragen werden sollen. Vielmehr soll diese eine Erweiterung darstellen, welche die Lebensbedingungen bestimmter Individuen verbessert und die Gemeinschaft entlastet. Professionelle der Sozialen Arbeit haben somit die Aufgabe, zwischen den zwei Positionen Individuum und Gemeinschaft zu vermitteln. Damit wird der von Oehler und Drilling in Kapitel 5.3 angesprochene, implizite politische Auftrag der Sozialen Arbeit verdeutlicht.

Dazu wird nochmals die Aussage von Reutlinger aus Kapitel 4.5 erwähnt: viele Reformideen, die sich auf das Quartier beziehen, sind zu optimistisch, wenn nicht gleichzeitig auch bei Veränderungen am Verteilsystem und bei politischen Fragestellungen angesetzt wird. Die Konsequenz ist die Einsicht, dass die Nachbarschaft nicht alle Probleme lösen kann. Gleichwohl gilt zu bedenken, dass diese auch nicht kostenlos ist. Ein informelles Hilffsystem wie es die Nachbarschaftshilfe darstellt, kann Kosten verursachen. Beispielsweise besteht die Gefahr der Überforderung auf der Geberseite und die Gefahr der stigmatisierenden sozialen Kontrolle auf der Empfängerseite. Wie in Kapitel 5.1.2 erwähnt hat die Gemeinwesenarbeit den Auftrag, dies zu verhindern, indem sie sich für die Ermächtigung von Individuen und die Verbesserung von Lebensbedingungen sozial benachteiligter Gruppen einsetzt. Dabei ist in Gestaltungsfragen in Bezug auf gelingende Nachbarschaftsbeziehungen auf das Spannungsfeld von Individualität und Vergemeinschaftung (siehe Reutlinger Kapitel 4.1) zu achten. Denn die grosse räumliche Nähe, welche die Nachbarschaft mit sich bringt, birgt auch ein Konfliktpotenzial (siehe Kapitel 4.5). Dieser Erkenntnis müssen Professionelle in der Gemeinwesenarbeit genügend Raum geben (siehe Kapitel 5.3).

Die Bearbeitung der Fragestellung mündete abschliessend in der Feststellung, dass Nachbarschaftsbeziehungen für ältere Menschen eine grosse Bedeutung haben sowie in der Erkenntnis, dass sie vielfältige Ressourcen bereitstellen, welche nicht unterschätzt werden sollten. Schliesslich konnten Voraussetzungen und drei konkrete Handlungsfelder zur Förderung von nachbarschaftlichen Beziehungen genannt werden. Neben der Rolle von Sozialarbeitenden, wurde in der Auseinandersetzung auch auf deren gesellschaftspolitische Aufgabe verwiesen.

6.2 Fazit zum Vorgehen

Die Hauptfrage beantworten zu können, bedingte eine Auseinandersetzung mit der Lebensphase des Alters und sozialen Beziehungen im Alter. Die Bearbeitung beider Themenbereiche kann jedoch nicht als abgeschlossen betrachtet werden. Einzelne weitere Aspekte blieben unbeleuchtet. Eine vertieftere Auseinandersetzung war im Rahmen dieser Arbeit jedoch nicht möglich. Trotzdem erwies sich die theoretische Auseinandersetzung mit beiden Themen als relevant, denn sie schärfte den Blick auf nachbarschaftliche Beziehungen. Damit konnten die drei am bedeutungsvollsten scheinenden Handlungsfelder für die Praxis der GWA erarbeitet und dargelegt werden. Vor allem in der Aufarbeitung von Nachbarschaftsbeziehungen wurde der Fokus auf Studien aus der Schweiz gelegt. Allenfalls hätte sich dafür der Blick über die Landesgrenze hinaus gelohnt.

6.3 Ausblick

Im Verlauf der Bearbeitung ergaben sich Fragen, die es in einer Weiterbearbeitung zu klären gäbe:

Die vorliegende Literaturarbeit hat aufgezeigt, dass die Mehrheit der älteren Menschen am liebsten weiterhin im vertrauten Quartier wohnt. «Ambulant vor stationär» ist somit nicht nur ein sozialpolitisches Konzept sondern entspricht auch einem Bedürfnis älterer Menschen. Ein Wegzug aus dem bekannten Wohnumfeld kann für ältere Menschen eine Belastung sein. Dies wirft die Frage auf, inwiefern das Bedürfnis älterer Menschen nach Quartiergebundenheit bei einem Umzug in stationäre Altenpflegeinstitutionen berücksichtigt werden kann respektive muss.

Weiter hat insbesondere die Auseinandersetzung mit dem SOK-Modell gezeigt, dass technologische Errungenschaften von Älteren für Kompensationsstrategien beigezogen

werden. Das Modell von Baltes und Baltes stammt aus den 1990er Jahren und verweist auf das Telefon. In der Zwischenzeit kamen mit dem Internet und der Digitalisierung weitere Möglichkeiten hinzu. Inwiefern diese heute genutzt werden und wie nachfolgende Generationen davon profitieren könnten, konnte nicht eruiert werden, da dies den Rahmen dieser Literaturarbeit gesprengt hätte. Somit bleibt die Frage, wie die neuen Technologien für einen Beziehungsaufbau sowie zur Vernetzung von älteren Menschen durch die Soziale Arbeit, insbesondere durch die GWA, nutzbar gemacht werden können unbeantwortet.

Weiter wurde in der vorliegenden Arbeit die Genderthematik angesprochen. Fest steht, dass der Frauenanteil im Alter höher ist. Weiter gelingt es Frauen besser als Männern, ein ausserfamiliäres Beziehungsnetz aufzubauen. Ferner sind Frauen in der informellen Freiwilligenarbeit stärker vertreten. Letzterer Punkt kann mit dem grösseren Frauenanteil zusammenhängen. Darüber hinaus stellt sich jedoch die Frage, ob und wie den geschlechtsspezifischen Unterschieden in Zukunft gerecht begegnet werden kann.

Schliesslich zeigte sich, dass informelle Nachbarschaftshilfen eine wichtige Ressource für die Gesellschaft sowie auch für die Soziale Arbeit ist. Folglich ist sie auch ein wichtiger Untersuchungsgegenstand der sozialwissenschaftlichen Forschung. In der Einleitung wurde jedoch ein geringes Interesse an der Nachbarschaft seitens der Forschung festgestellt. Damit schliesst diese Literaturarbeit in der Hoffnung, dass vermehrt auf diesem Gebiet geforscht wird.

Literaturverzeichnis

- Age-Stiftung. (2020). *Kontaktperson vor Ort. «Wohnen plus» oder «betreutes Wohnen light»? Age-Dossier 2020*. Zürich: Age-Stiftung. Verfügbar unter: https://www.age-stiftung.ch/fileadmin/user_upload/Publikationen/Age_Dossier/Age_Dossier_2020_Januar.pdf
- Age-Stiftung. (2017). *Siedlungs und Wohnassistenz: Anlaufstelle für Ältere mitten im Quartier. Age-Impuls*. Zürich: Age-Stiftung. Verfügbar unter: https://www.age-stiftung.ch/fileadmin/user_upload/Publikationen/Age_Impuls/Age_Impuls_Juli_2017.pdf
- Age-Stiftung. (o. J.). *Siedlungs- und Wohnassistenz, Horgen*. Verfügbar unter: <http://www.age-stiftung.ch/assistenz-horgen>
- Althaus, E. (2018). *Sozialraum Hochhaus. Nachbarschaft und Wohnalltag in Schweizer Grosswohnbauten*. [PDF], Bielefeld: Transcript Verlag. Verfügbar unter: <https://www.transcript-verlag.de/978-3-8376-4296-4/sozialraum-hochhaus>
- Avenarius, C. B. (2010). Starke und Schwache Beziehungen. In C. Stegbauer & R. Häussling (Hrsg.), *Handbuch Netzwerkforschung* (Band 4, S. 99-112). Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Balmer, V. (2009). Persönliche Beziehungen im Alter. In K. Lenz & F. Nestmann (Hrsg.), *Handbuch persönliche Beziehungen* (S. 527-541). Weinheim: Juventa.
- Baltes, P. B. & Baltes, M. M. (1989). Optimierung durch Selektion und Kompensation. Ein psychologisches Modell erfolgreichen Alterns. *Zeitschrift für Pädagogik*, 35(1), 85-105. Verfügbar unter: https://www.pedocs.de/frontdoor.php?source_opus=14507
- Baumeister, B. & Seibl, S. (2019). *Ältere Menschen: Eine Zielgruppe mit Zukunft* (Unveröffentlichte Präsentation). Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften.
- Bischof, N., Dellsperger, R., Diethelm, E., Gebhard, H., Guntern, R., Hirsiger, A., Martin, E., Troxler, U. & Wirz, M. (2008). *Positionspapier Gemeinwesenarbeit. Ein Arbeitsinstrument für Soziale Arbeit mit grösseren sozialen Systemen*. Verfügbar unter: <https://www.gwanetz.ch/wp-content/uploads/2019/05/Positionspapier-GWA-Netz.pdf>

- Böhnisch, L. (2018). *Sozialpädagogik der Lebensalter*. [PDF], Weinheim: Beltz Verlagsgruppe. Verfügbar unter: <https://content-select.com/de/portal/media/view/5aa7b771-31f0-4af4-aa77-6955b0dd2d03?forceauth=1>
- Brendebach, C. & Reimann, R. (2016). *Nachbarschaftshilfe als Modell der Zukunft? Die Bedeutung bürgerschaftlichen Engagements angesichts der demografischen Herausforderungen*. Nürnberg: Evangelische Hochschule Nürnberg. Verfügbar unter: <https://d-nb.info/1127781081/34>
- Buddeberg, C. (2004). *Psychosoziale Medizin* (3. Aufl.). Berlin: Springer-Verlag.
- Bundesamt für Statistik. (2015). *Szenarien zur Bevölkerungsentwicklung der Schweiz 2015 - 2045*. Verfügbar unter: <https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/bevoelkerung/zukuenftige-entwicklung.assetdetail.350324.html>
- Bundesamt für Statistik. (2018). *Lebensqualität im Alter*. Verfügbar unter: <https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/soziale-sicherheit/berichterstattung-altersvorsorge/indikatoren-altersvorsorge/lebensqualitaet-alter.html>
- Bundesamt für Statistik. (2019). *Personen in Alters- und Pflegeheimen 2017*. Verfügbar unter: <https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/gesundheit/gesundheitswesen/alters-pflegeheime.assetdetail.7267444.html>
- Bundesamt für Statistik. (2020). *Formen des Familienlebens*. Verfügbar unter: <https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/bevoelkerung/familien/formen-familienleben.html>
- Deinet, U. (2015). «Raumaneignung» im Alter? Sozialökologische Ansätze und das Aneignungskonzept für die Altersforschung nutzbar machen. In A. van Riessen, C. Bleck & R. Knopp (Hrsg.), *Sozialer Raum und Alter(n). Zugänge, Verläufe und Übergänge sozialräumlicher Handlungsforschung* (S. 79-96). Wiesbaden: Springer VS.
- Fabian, C., Bischoff, T. & Janett, S. (2019). Altersbezogene Stereotype und alterssensible Quartiere. *SozialAktuell*, 51(10), 18-19.
- Faltermaier, T., Mayring, P., Saup, W. & Strehmel, P. (2013). *Entwicklungspsychologie des Erwachsenenalters* (3. Aufl.). Stuttgart: Kohlhammer.
- Fondation KISS. (2020). *KISS ist schweizweit einzigartig*. Verfügbar unter: <https://fondation-kiss.ch>

- Früchtel, F., Cyprian, G. & Budde, W. (2013). *Sozialer Raum und Soziale Arbeit* (3. Aufl.). [PDF], Wiesbaden: Springer VS. doi.org/10.1007/978-3-531-19046-4
- Fuchs-Heinritz, W. (2011). *Lexikon zur Soziologie* (5., überarb. Aufl.). Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Geiser, K. (2015). *Problem- und Ressourcenanalyse in der Sozialen Arbeit. Eine Einführung in die Systemische Denkfigur und ihre Anwendung* (6. Aufl.). Luzern: interact.
- Granovetter, M. S. (1973). The Strength of Weak Ties. *American Journal of Sociology* 78(6), 1360-1380. doi.org/10.1086/225469
- Gretler Heusser, S. & Stremlow, J. (2019). Die Frage der Solidarität zwischen den Generationen ist so aktuell wie eh und je. *Soziale Arbeit*, o.Jg.(29), 4-5.
- Günther, J. (2005). Das soziale Netz der Nachbarschaft als System informeller Hilfe. *Zeitschrift für Angewandte Organisationspsychologie*, 36, 427-442. Verfügbar unter: <https://link.springer.com/article/10.1007/s11612-005-0143-9>
- Günther, J. (2009). Nachbarschaft und nachbarschaftliche Beziehungen. In K. Lenz & F. Nestmann (Hrsg.), *Handbuch persönliche Beziehungen* (S. 445-463). Weinheim: Juventa.
- Günther, J. (2015). Soziale Unterstützung und Nachbarschaft. In C. Reutlinger, S. Stiehler & E. Lingg (Hrsg.), *Soziale Nachbarschaften. Geschichte, Grundlagen, Perspektiven* (S. 189-200). Wiesbaden: Springer VS.
- Hamm, B. (1973). *Betrifft: Nachbarschaft. Verständigung über Inhalt und Gebrauch eines vieldeutigen Begriffs*. [PDF], Düsseldorf: Bertelsmann Fachverlag. doi.org/10.1515/9783035600285
- Häussermann, H. & Siebel, W. (1994). Gemeinde und Stadtsoziologie. In H. Kerner & A. Schmieder (Hrsg.), *Spezielle Soziologien. Problemfelder, Forschungsbereiche, Anwendungsorientierungen* (S. 363-387). Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag.
- Häussermann, H. & Siebel, W. (2004). *Stadtsoziologie. Eine Einführung*. Frankfurt/Main: Campus Verlag.

- Hinte, W. (2007). GWA – eine Erfolgsgeschichte? In W. Hinte, M. Lüttringhaus & D. Oelschlägel (Hrsg.), *Grundlagen und Standards der Gemeinwesenarbeit. Ein Reader zu Entwicklungslinien und Perspektiven* (2. Aufl., S. 7-13). Weinheim: Juventa.
- Hinte, W. (2012). Von der Gemeinwesenarbeit über die Sozialraumorientierung zur Initiierung von bürgerschaftlichem Engagement. In W. Thole (Hrsg.), *Grundriss Soziale Arbeit* (S. 663-676). [PDF], VS Verlag für Sozialwissenschaften. Verfügbar unter: https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-531-94311-4_42
- Höpflinger, F. (2018). *Sozialbeziehungen im höheren Alter*. Verfügbar unter: <http://www.hoepflinger.com/fhtop/Soziale-Kontakte.pdf>
- Höpflinger, F., Bayer-Oglesby, L. & Zumbunn, A. (2011). *Pflegebedürftigkeit und Langzeitpflege im Alter*. Bern: Verlag Hans Huber, Hogrefe.
- Höpflinger, F., Hugentobler, V. & Spini, D. (2019). *Wohnen in den späten Lebensjahren. Grundlagen und regionale Unterschiede. Age Report IV*. Zürich: Seismo.
- Höpflinger, F. & Perrig-Chiello, P. (2009). *Die Babyboomer. Eine Generation revolutioniert das Alter*. Zürich: Verlag Neue Zürcher Zeitung.
- Höpflinger, F. & Stuckelberger, A. (1999). *Demografische Alterung und individuelles Altern*. Zürich: Seismo.
- Hugentobler, M. & Wurster, E. (2014). *Zuhause alt werden. Zur Umsetzung von «ambulant vor stationär» am Beispiel der Alterspolitik in Schaffhausen*. [PDF], Zürich: ETH-Zürich. Verfügbar unter: https://www.age-stiftung.ch/fileadmin/user_upload/Projekte/2010/019/2014_Age_I_2010_019.pdf
- Imhof, L. & Mahrer-Imhof, R. (2011). Einsamkeit im hohen Alter: individuelles Problem und soziale Aufgabe. In I. Meyer (Hrsg.), *Sozialalmanach 2011. Das vierte Lebensalter* (S. 183-194). Luzern: Caritas-Verlag.
- Kade, S. (2009). *Altern und Bildung. Eine Einführung*. Bielefeld: W. Bertelsmann Verlag.
- Kalbermatten, U. (1998). *Alter - Perspektiven einer aktiven Lebensgestaltung. Soziale Beziehungen im Alter*. Bern: Schweizerisches Rotes Kreuz.
- Kalbermatten, U. (2004). Beziehungen fördern. *PS-Info. Neues von Pro Senectute Schweiz*, o.Jg.(4), 4-5. doi.org/10.5169/seals-788150

- Kalbermatten, U. & Valach, V. (2020). *Psychologische Handlungstheorie in angewandter Forschung und Praxis. Gerontologie, Gesundheitspsychologie, Berufsberatung und Suizidprävention*. [PDF], Wiesbaden: Springer Fachmedien. doi.org/10.1007/978-3-658-28927-0
- Künemund, H. & Hollstein, B. (2000). Soziale Beziehungen und Unterstützungsnetzwerke. In M. Kohli & H. Künemund (Hrsg.), *Die zweite Lebenshälfte. Gesellschaftliche Lage und Partizipation im Spiegel des Alters-Survey* (S. 212-276). [PDF], Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften. doi.org/10.1007/978-3-322-95138-0_7
- Künemund, H. & Kohli, M. (2010). Soziale Netzwerke. In K. Aner & U. Karl (Hrsg.), *Handbuch Soziale Arbeit und Alter* (S. 309-314). [PDF], Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften. doi.org/10.1007/978-3-531-92004-7
- Künzi, K., Oesch, T. & Jäggi, J. (2016). *Quantifizierung des Nutzens der Zeitvorsorge KISS*. Bern: Büro BASS. Verfügbar unter: https://www.buerobass.ch/fileadmin/Files/2016/KISS_2016_KNAZeitvorsorge_Schlussbericht.pdf
- Lang, F. R. & Tesch-Römer, C. (1993). Erfolgreiches Altern und soziale Beziehungen: Selektion und Kompensation im sozialen Kontaktverhalten. *Zeitschrift für Gerontologie*, o.Jg.(26), 321-329. Verfügbar unter: <https://www.researchgate.net/publication/232524061>
- Leitner, S. & Vukovan, M. (2016). Altenarbeit als sozialraumbezogenes Handlungsfeld. In F. Kessl & C. Reutlinger (Hrsg.), *Handbuch Sozialraum* (S. 1-17). [PDF], Wiesbaden: Springer VS. doi.org/10.1007/978-3-531-19988-7_31-1
- Lenz, K. & Nestmann, F. (2009). Persönliche Beziehungen – eine Einleitung. In K. Lenz & F. Nestmann (Hrsg.), *Handbuch persönliche Beziehungen* (S. 9-25). Weinheim: Juventa.
- Leser, M. (2019). Informationen aus dem Fachbereich Menschen im Alter. *Curaviva*, 89(1-2), 51.
- Martin, M. & Kliegel, M. (2014). *Psychologische Grundlagen der Gerontologie* (4. Aufl.). Stuttgart: Kohlhammer.
- Melbeck, C. (1993). Nachbarschafts- und Bekanntschaftsbeziehungen. In A. E. Auhaugen & M. v. Salisch (Hrsg.), *Zwischenmenschliche Beziehungen* (S. 235-256). Göttingen: Hogrefe.

- Oehler, P. & Drilling, M. (2013). Soziale Arbeit, Gemeinwesenarbeit und Stadtentwicklung. Eine theoriegeschichtliche Spurensuche. In M. Drilling & P. Oehler (Hrsg.), *Soziale Arbeit und Stadtentwicklung. Forschungsperspektiven, Handlungsfelder, Herausforderungen* (S. 13-42). Wiesbaden: Springer VS.
- Pardini, R. (2018). Lebensgestaltung im Alter. In C. Knöpfel, R. Pardini & C. Heinzmann (Hrsg.), *Gute Betreuung im Alter in der Schweiz. Eine Bestandsaufnahme* (S. 177-199). Zürich: Seismo.
- Programm Socius. (2019). *Socius-Themenblatt. Gemeinwesenarbeit & Sozialraumorientierung*. Zürich: Age-Stiftung. Verfügbar unter: https://www.age-stiftung.ch/fileadmin/user_upload/Publikationen/Hilfsmittel_und_Werkzeuge/Socius-2019_TBCL_Sozialraumorientierung_neu.pdf
- Renner, T. & Vogt, C. (2019). *Vicino Luzern. In unserem Quartier alt werden. Abstract*. Verfügbar unter: <https://www.vicino-luzern.ch/ueber-uns/organisation>
- Reutlinger, C., Stiehler, S. & Lingg, E. (2015). *Soziale Nachbarschaften. Geschichte, Grundlagen, Perspektiven*. Wiesbaden: Springer VS.
- Reutlinger, C. (2017). *Machen wir uns die Welt, wie sie uns gefällt? Ein sozialgeografisches Lesebuch*. Zürich: Seismo.
- Reutlinger, C. (2019). *Für die Umsetzung der Sozialraumidee gibt es kein einfaches Rezept*. *Curaviva*, 89(1-2), 6-10.
- Schmidt-Denter, U. (2005). *Soziale Beziehungen im Lebenslauf* (4. Aufl.). Weinheim: Beltz Verlag.
- Schnur, O. (2012). Nachbarschaft und Quartier. In F. Eckardt (Hrsg.), *Handbuch Stadtsoziologie* (S. 449-474). [PDF], Wiesbaden: Springer VS. doi.org/10.1007/978-3-531-94112-7
- Seifert, A. (2016a). Freiwilliges Engagement im Alter. *Heilberufe Science*, 7(4), 151-160. doi.org/10.1007/s16024-016-0281-8
- Seifert, A. (2016b). Das Wohnquartier als Ressource im Alter. Nachbarschaftskontakte, Nachbarschaftshilfe und die Verbundenheit mit dem Wohnumfeld. *Soziale Arbeit*, 65(2), 42-48. Verfügbar unter: <https://www.dzi.de/dzi-institut/verlag/soziale-arbeit/soziale-arbeit-jahrgange/archiv2016/?heftid=129>
- Seifert, E. (2017). Soziale Beziehungen stärken die inneren Kräfte – gerade im Alter. Gemeinsam statt einsam. *Curaviva*, 88(10), 17-19.

- Seifert, A. (2018). *Nachbarschaftlichkeit im Alter. Deskriptiver Bericht zur Studie*. Zürich: Universität Zürich, Zentrum für Gerontologie. Verfügbar unter: https://www.zfg.uzh.ch/dam/jcr:3085f2db-f634-4a51-9c9b-7e26ab60ed66/Seifert_Bericht_Nachbarschaftlichkeit_2018_v20180608.pdf
- Soziokultur Schweiz. (2010). *Charta der Soziokulturellen Animation*. Verfügbar unter: <http://soziokulturschweiz.ch/charta>
- Stadt Zürich, Gesundheits- und Umweltdepartement. (2020). *Mein Zürich im Alter. Altersstrategie 2035*. Verfügbar unter: https://www.stadt-zuerich.ch/gud/de/index/departement/strategie_politik/alterspolitik-2035/altersstrategie-2035.html
- Stegbauer, C. (2010a). Reziprozität. In C. Stegbauer & R. Häussling (Hrsg.), *Handbuch Netzwerkforschung* (Band 4, S.113-124). Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Stegbauer, C. (2010b). Weak und Strong Ties. Freundschaft aus netzwerktheoretischer Perspektive. In C. Stegbauer (Hrsg.), *Netzwerkanalyse und Netzwerktheorie. Ein neues Paradigma in den Sozialwissenschaften* (2. Aufl., S. 105-119). [PDF], Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften. doi.org/10.1007/978-3-531-92029-0_7
- Stegbauer, C. (2019). Granovetter, Mark S. (1973): The Strength of Weak Ties. In B. Holzer & C. Stegbauer, (Hrsg.), *Schlüsselwerke der Netzwerkforschung* (S. 229-231). [PDF], Wiesbaden: Springer VS. doi.org/10.1007/978-3-658-21742-6_52
- Tesch-Römer, C. (2010). *Soziale Beziehungen alter Menschen*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Tremp, U. (2018). *Quartierbewohner miteinander verbinden. Nachbarschaftshilfe, sodass alte Menschen weiter in ihrer Umgebung wohnen können*. Curaviva, 88(6),19-23.
- Vicino Luzern. (o. J.). *Über uns*. Verfügbar unter: <https://www.vicino-luzern.ch/ueber-uns>
- Wagner, M., Schütze, Y. & Lang, F. R. (2010). Soziale Beziehungen alter Menschen. In U. Lindenberger, J. Smith, K. U. Mayer & P. B. Baltes (Hrsg.), *Die Berliner Altersstudie* (3. Aufl., S. 325-343). Berlin: Akademie Verlag.

Wahl, H. & Heyl, V. (2015). *Gerontologie - Einführung und Geschichte* (2. Aufl.). [PDF], Stuttgart: W. Kohlhammer. Verfügbar unter: <https://content-select.com/de/portal/media/view/56cee376-5a08-460c-8544-1dd5b0dd2d03?forceauth=1>

ZHAW, Life Sciences und Facility Management. (2016). *Grünräume und Gärten spielen eine Schlüsselrolle im Alter*. Wädenswil: Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften. Verfügbar unter: <https://www.zhaw.ch/de/lisfm/ueberuns/aktuell-medien/news/detailansicht/event-news/gruenraeume-und-gaertenspielen-eine-schluesselrolle-im-alter>