

# 4 Soziale Teilhabe und Ausgrenzung in der alternden Gesellschaft von heute

Alexander Seifert und Mike Martin

## Zusammenfassung

**Dieses Kapitel untersucht, inwiefern ältere Menschen in der Schweiz sozial aktiv sind. Menschen altern unterschiedlich und auch die sozialen Aktivitäten, an denen sie teilnehmen, sind vielfältig. Nach der Pensionierung pflegen viele ältere Menschen die während ihres Berufslebens aufgebauten Kontakte nicht weiter. Deshalb gewinnen private Beziehungen wieder an Bedeutung, insbesondere in Phasen, die von Verlusten geprägt sind (z. B. Tod der Partnerin oder des Partners). Diese Aspekte werden im vorliegenden Kapitel anhand von Daten zu sozialen Kontakten, Nachbarschaftskontakten, Nutzung von Bildungsangeboten, Teilhabe an der digitalen Alltagswelt sowie Teilnahme an kulturellen und politischen Aktivitäten untersucht. Die Ergebnisse zeigen, dass ältere Menschen sozial aktiv sind und dass es für sie wichtig ist, das Niveau und die Qualität ihrer sozialen Aktivitäten aufrechtzuerhalten, selbst wenn Kontakte zunehmend digital gepflegt werden (z. B. via Internet). Um ein gesundes Altern – selbst mit Einschränkungen – zu ermöglichen, gilt es diese gesellschaftlichen Aktivitäten zu fördern und Möglichkeiten für den sozialen Austausch zu schaffen.**

## 4.1 Einleitung

Die Bevölkerungsgruppe der älteren Menschen ist sehr heterogen und ihre Vielfalt nimmt stetig zu. Ein grosser Teil ist imstande und gewillt, aktiv am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen und mitzuwirken. Die soziale Teilhabe – d. h. soziale Vernetzung, Freizeitaktivitäten und Bürgerbeteiligung – ist ein wichtiger Indikator für die Lebensqualität im Alter (Levasseur et al. 2004).<sup>1</sup> Sie ist aber nach wie vor unscharf definiert. Der Disability Creation Process (DCP), ein Erklärungsmodell für die Folgen von Krankheiten, Traumata und anderen Störungen, konzeptualisiert die soziale Teilhabe anhand der «Lebensgewohnheiten». Darunter versteht man die Alltagsaktivitäten und sozialen Rollen, die das Überleben und die Entwicklung einer Person in der Gesellschaft sicherstellen (Fougeyrollas et al. 1998). Dementsprechend wird die soziale Teilhabe durch die Wechselwirkung zwischen personenbezogenen Merkmalen (Faktoren wie das Alter) und soziokulturellem Kontext (Umweltfaktoren) bestimmt, die die Ausübung von Aktivitäten beeinflusst, die für das Individuum wichtig sind.

Soziale Teilhabe ist auch ein zentraler Aspekt der Altersforschung. Wenn Menschen altern, verändert sich die soziale Teilhabe infolge von spezifischen Ereignissen im Lebensverlauf (z. B. Pensionierung, Todesfälle im Freundeskreis oder Familienzuwachs durch Enkelkinder). Darüber hinaus sind auch Veränderungen aufgrund der abnehmenden individuellen Fähigkeiten (körperliche und mentale Gesundheit) zu erwarten (Bukov et al. 2002).

Soziale Teilhabe kann sowohl aus einer inneren als auch aus einer äusseren Perspektive wahrgenommen werden. Eine Person kann ihre Teilhabe als positiv oder negativ empfinden, was ihr Gefühl der Zugehörigkeit zu einer Gemeinschaft beeinflusst. Aber auch die äussere Wahrnehmung kann positiv oder negativ sein und einen Einfluss darauf haben, ob eine ältere Person als integriert oder ausgegrenzt (isoliert) angesehen wird. Allgemein versteht man unter «sozialer Ausgrenzung» die Absonderung einzelner Personen oder Gruppen von der Mehrheitsgesellschaft (Walsh et al. 2017). Das Gefühl der Zugehörigkeit zu einer Gruppe und zur Gesellschaft ist ein menschliches Grundbedürfnis (Baumeister und Leary 1995). Seine Nichterfüllung kann emotional belastend sein (Twenge et al. 2002). In einem umfassenden Verständnis kennzeichnet sich soziale Ausgrenzung durch eine verminderte soziale Teilhabe, eingeschränkte Möglichkeiten und ein subjektives Gefühl der Ausgrenzung (Kronauer und Häussermann 2017). In der vorliegenden Publikation wird dann von Ausgrenzung gesprochen, wenn sich eine Person nicht zugehörig fühlt und sich nicht «innerhalb», sondern «ausserhalb» der Gesellschaft wahrnimmt.

Soziale Teilhabe lässt sich nach den gemeinsam genutzten Ressourcen unterscheiden: Bukov et al. (2002) differenzieren zwischen kollektiver, produktiver und politischer Beteiligung bzw. Teilhabe. Kollektive soziale Beteiligung findet im Rahmen von Aktivitäten statt, die zusammen mit anderen ausgeübt werden, wobei die Gruppe selbst und nicht die Erreichung eines äusseren Ziels im Zentrum steht. Die wichtigste gemeinsam genutzte Ressource ist Zeit. Produktive soziale Beteiligung bezieht sich auf Aktivitäten, bei denen Leistungen zugunsten anderer erbracht werden. Diese Leistungen werden in erster Linie von anderen Personen oder Gruppen in Anspruch genommen. Nebst Zeit werden hier auch andere Ressourcen geteilt, etwa spezielle Fähigkeiten oder Kompetenzen (z. B. Pflege, Freiwilligenarbeit). Politische soziale Beteiligung umfasst Handlungen, bei denen über andere Gruppen und den Einsatz von Ressourcen entschieden wird.

<sup>1</sup> Siehe auch Kapitel 2.7 und 5.

In diesem Kapitel werden Erkenntnisse und Daten zur kollektiven und politischen Beteiligung präsentiert, wobei der Fokus auf dem Kollektiven liegt. Der Aspekt der produktiven sozialen Beteiligung wie beispielsweise Freiwilligenarbeit wird in Kapitel 5 behandelt. Zunächst befasst sich die Analyse mit einem Hauptaspekt der kollektiven sozialen Beteiligung: die sozialen Kontakte älterer Menschen. Anschliessend wird die soziale Teilhabe älterer Menschen anhand von Beispielen erläutert. Der Fokus liegt hier auf wichtigen Aspekten der Teilhabe in der alternden Gesellschaft von heute, namentlich die Nutzung von Bildungsangeboten, die Teilhabe am digitalen Alltag und die Teilnahme an kulturellen und politischen Aktivitäten.

## 4.2 Soziale Kontakte und Hilfe

In ihrem Konvoimodell der sozialen Beziehungen gehen Kahn und Antonucci (1980) davon aus, dass sich alle Menschen von der Kindheit bis ins Alter mit mehreren Bezugspersonen umgeben, mit denen sie regelmässig interagieren und sich gegenseitig instrumentell sowie emotional unterstützen. Diese sozialen Beziehungen konzentrieren sich im Alter auf weniger Personen und werden selektiver. Die Konvois unterscheiden sich nach persönlichen, situativen und kontextuellen Merkmalen und wirken sich bedeutend auf das Wohlbefinden aus (Antonucci et al. 2010). Europäische Daten zeigen, dass ältere Menschen in Europa in der Regel sozial vernetzt sind und familiäre Bindungen pflegen, die für ihr Wohlbefinden eine wichtige Rolle spielen (Litwin und Stoeckel 2013).

### 4.2.1 Soziale Vernetzung und Kontakte

Für ältere Menschen sind verschiedene Personengruppen wichtig:

*Lebenspartnerin oder Lebenspartner:* Die Partnerin oder der Partner ist für ältere Menschen eine wichtige Kontaktperson. Wenn Hilfe benötigt wird, übernimmt diese häufig die Pflege, entweder allein oder gemeinsam mit anderen Verwandten oder Fachleuten (Höpflinger und Hugentobler 2005). Im Alter kann die praktische Hilfe in der Partnerschaft abnehmen, da die Partnerin oder der Partner ebenfalls von altersbedingten Einschränkungen betroffen sein kann. Ausserdem nimmt mit steigendem Alter die Wahrscheinlichkeit zu, dass die Partnerin oder der Partner verstirbt und ältere Menschen zumindest zeitweise allein leben. Der Verlust der Partnerin oder des Partners ist ein grosser Stressfaktor, der die psychische Gesundheit einer Person beeinträchtigen kann, insbesondere im Alter (Gumà und Fernandez-Carro 2021). Aufgrund der unterschiedlichen Lebenserwartung (Frauen leben länger als Männer) sowie des geschlechtsspezifischen Heiratsverhaltens (Männer heiraten häufiger eine jüngere Frau) sind Frauen mit höherer Wahrscheinlichkeit von Witwenschaft betroffen (BFS 2022a). Zudem sorgen Frauen üblicherweise für ihre Partner im Haushalt und sind dadurch besonders gefordert (BFS 2021).<sup>2</sup>

<sup>2</sup> Siehe auch Kapitel 2 und 5.

*Kinder:* Kinder sind eine wichtige Komponente des sozialen Netzwerks einer älteren Person. Europäische Daten zeigen, dass ältere Menschen mit Kindern häufiger soziale Kontakte pflegen als Kinderlose, wobei die Anzahl Kinder keinen Einfluss auf die Häufigkeit der sozialen Kontakte hat (Baranowska-Rataj und Abramowska-Kmon 2019). Kinderlosigkeit ist in der Schweiz relativ verbreitet: Rund ein Viertel der Frauen und Männer zwischen 50 und 80 Jahren hat keine biologischen oder adoptierten Kinder (BFS 2021).

*Enkelkinder:* Nahezu vier von zehn Personen (38%) zwischen 50 und 80 Jahren haben ein oder mehrere Enkelkinder. Dieser Anteil nimmt mit dem Alter zu. Bei den Personen zwischen 70 und 80 Jahren hat ein Drittel (32%) vier oder mehr Enkelkinder (BFS 2021). Zwei Drittel der Grosseltern haben mindestens einmal in der Woche (online oder offline) Kontakt mit einem oder mehreren Enkelkindern, Grossmütter etwas häufiger als Grossväter (BFS 2021). Die meisten Grosseltern mit Enkelkindern unter 13 Jahren betreuen diese regelmässig oder gelegentlich (72%); nur 28% kümmern sich nie um ihre Enkelkinder. Grossmütter hüten ihre Enkelkinder häufiger als Grossväter (BFS 2021). Grosseltern leisten einen wichtigen Beitrag zur familienergänzenden Kinderbetreuung. Gleichzeitig ist die Kinderbetreuung auch eine wichtige Quelle neuer sozialer Kontakte im Alter.

*Verwandte:* Der Anteil älterer Menschen mit noch lebenden Geschwistern ist relativ hoch (BFS 2021). Dahinter verbirgt sich jedoch ein Kohorteneffekt, da heute viele ältere Personen aus kinderreichen Familien stammen. Der Anteil der Personen ohne Geschwister wird sich in den kommenden Generationen erhöhen. Insbesondere nach dem Tod der Eltern übernehmen Geschwister manchmal (erneut) eine wichtige Rolle. Einerseits haben Geschwister denselben familiären Ursprung; andererseits sind Geschwister mit vergleichbaren Altersproblemen konfrontiert, weil sie in der Regel der gleichen Generation angehören. Sind Geschwister vorhanden, pflegen diese untereinander regen Kontakt und sind emotional eng verbunden (Engstler und Klaus 2020).

*Freundeskreis:* Ausserfamiliäre Bezugspersonen wie Freundinnen und Freunde können für alleinlebende oder kinderlose ältere Menschen das Fehlen familiärer Betreuungspersonen ausgleichen. Freundschaftliche Beziehungen können aber auch für Personen, die mit ihrer Familie engen Kontakt pflegen, eine bedeutende Rolle spielen. Dies ist beispielsweise der Fall, wenn mit engen Freunden Familienprobleme diskutiert oder wichtige Erlebnisse aus der Vergangenheit lebendig gehalten werden können (Huxhold et al. 2020). Enge Freundschaften zeichnen sich häufig durch gemeinsame Interessen aus und müssen gepflegt werden (Höpflinger 2019). Da es sich um freiwillige Bindungen handelt, können Form und Dauer von Freundschaften variieren und von den involvierten Personen unterschiedlich aufgefasst werden (Teichert 2023). Obwohl in der Regel die affektiv-emotionale Bedeutung von freundschaftlichen Beziehungen hervorgehoben wird, sind Freundinnen und Freunde insofern auch aus praktischer Sicht nützlich, als sie im Alltag Hilfe leisten, beispielsweise beim gemeinsamen Einkaufen (Huxhold et al. 2014).

*Nachbarschaft:* Die gegenseitige Unterstützung in der Nachbarschaft kann das Sozialkapital älterer Menschen positiv beeinflussen, da sie bei der Bewältigung von Alltagsaktivitäten hilft (Redshaw und Ingham 2018). Shaw (2005) hat nachgewiesen,

dass die Erwartung, von den Nachbarinnen und Nachbarn Unterstützung zu erhalten, bei älteren Menschen am höchsten ist, hauptsächlich, weil diese häufiger Kontakte in der Nachbarschaft pflegen und länger am gleichen Ort leben als jüngere Erwachsene. Diese Erwartung, in der Nachbarschaft unterstützt zu werden, nimmt mit der sinkenden Geburtenhäufigkeit, geringeren Familiengrösse und grösseren Wohndistanz zwischen den Familien zu (Isengard und Szydlík 2012). Bei eingeschränkter Hilfe durch Familienmitglieder sind Freundeskreis und Nachbarschaft die ersten Anlaufstellen und können folglich sogar noch an Bedeutung gewinnen.

#### 4.2.2 Nachbarschaftliches Engagement und gegenseitige Hilfe

Im folgenden Abschnitt werden die nachbarschaftlichen Beziehungen als häufig vernachlässigtes, aber entscheidendes Beispiel für alltägliche soziale Interaktionen im Alter beschrieben. Menschen leben in Nachbarschaften und ihre Interaktionen mit den Nachbarinnen und Nachbarn kennzeichnen sich durch soziale Kontakte und Unterstützung. Hamm (1973) definiert Nachbarschaften als soziale Gruppen, deren Mitglieder aufgrund ihres Wohnorts interagieren. Gegenseitige Hilfe wird zwar nicht automatisch geleistet, aber Nachbarschaften sind gemeinschaftsbildende Orte, die durch soziale, funktionelle und kulturelle Elemente bestimmt sind (Chaskin 1997). Die Nachbarschaft hat sich aufgrund der Faktoren Nähe, Kontinuität und Ortsbindung, die sich positiv auf die sozialen Kontakte im Alter auswirken, als geeigneter Ort für den sozialen Austausch erwiesen (Oswald et al. 2005). Gemäss Keller (1968) umfasst das Konzept der Nachbarschaft folgende Elemente: Nachbarin bzw. Nachbar, Nachbarschaftlichkeit und Nachbarschaft. Der Begriff «Nachbar/-in» definiert die Rolle einer Person sowie die Haltungen, Erwartungen und Verhandlungen, die sich aus den entsprechenden Interaktionen ergeben. «Nachbarschaftlichkeit» bezieht sich auf die sozialen Aktivitäten von Nachbarinnen und Nachbarn, und «Nachbarschaft» ist der räumliche Bereich, der sich physisch und symbolisch von der breiteren Umgebung unterscheidet.

Kern des Nachbarschaftlichkeitskonzepts bildet die Annahme, dass sich Menschen innerhalb ihrer Nachbarschaft austauschen und helfen. Dabei handelt es sich meist um informelle nachbarschaftliche Unterstützung durch private Kontakte und persönliche Hilfe, ohne Organisation durch Dritte. Sie kann in verschiedenen Formen erfolgen, etwa als emotionale oder instrumentelle Unterstützung, und beruht meist auf Gegenseitigkeit. Dieser Aspekt ist besonders wichtig. Die Theorie des sozialen Austauschs geht nämlich davon aus, dass Menschen bei gegenseitiger Unterstützung ein Gleichgewicht aufrechterhalten, auch bekannt als Reziprozität (Gouldner 1960): Menschen bevorzugen Beziehungen, in denen sie ungefähr gleich viel Unterstützung erhalten und leisten. Je unausgewogener das Gleichgewicht, desto höher ist die Wahrscheinlichkeit, dass die Beziehung endet oder an Bedeutung verliert. Nachbarinnen und Nachbarn werden zwar in der Regel als weniger wichtig empfunden als Familienmitglieder und enge Freundinnen und Freunde, doch wenn diese nicht in der Nähe wohnen oder nicht immer verfügbar sind, können

Nachbarinnen und Nachbarn im Alltag eine wichtige Stütze sein. Eine Beziehung zu den Nachbarinnen und Nachbarn erleichtert den Zugang zu informeller Hilfe, was zur Verminderung von alters- und gesundheitsbedingten Alltagsproblemen beitragen kann (Neumann und Oswald 2020).

Gemäss einer Studie auf Basis der Erhebung zu Gesundheit, Altern und Ruhestand in Europa (SHARE), die auch Daten der Schweiz umfasst, haben 6% aller Teilnehmenden ab 50 Jahren nachbarschaftliche Hilfe geleistet und 4% haben solche erhalten (Seifert und König 2019). Dies zeugt von einer hohen Reziprozität bei der Erbringung und Inanspruchnahme von nachbarschaftlicher Unterstützung. Die Studie hebt auch hervor, dass das Erbringen und die Inanspruchnahme von Hilfe von persönlichen Merkmalen (Alter, Geschlecht, Bildung, Einkommen und Pensionierung), Gesundheit (subjektive Gesundheit, grundlegende Alltagsaktivitäten und instrumentelle Alltagsaktivitäten), Lebenssituation (Wohneigentum, Wohndauer in der Nachbarschaft) sowie sozialen Faktoren (Zivilstand, Partnerschaft, Eltern und Kinder) abhängig sind. Ältere Menschen sind jedoch nicht nur Empfängerinnen und Empfänger, sondern auch wichtige Erbringerinnen und Erbringer von sozialer Unterstützung in der Nachbarschaft.

#### 4.2.3 Soziale Kontakte während der Covid-19-Pandemie

Die Covid-19-Pandemie und die damit einhergehenden Empfehlungen der Regierungen führten weltweit zu Verhaltensmustern des «Social Distancing», insbesondere bei Personen ab 65 Jahren. Millionen Menschen wurden als Folge der nationalen Massnahmen zur räumlichen Distanzierung in ihrer Wohnung in Quarantäne gestellt. Eine kürzlich durchgeführte Studie mit Daten aus der SHARE-Erhebung zeigt, dass Kinder ihre Eltern in der ersten Phase der Pandemie deutlich stärker unterstützt haben als zuvor, von diesen hingegen weniger Hilfe erhalten haben. Diese Dynamik normalisierte sich allerdings im Lauf der Pandemie (Bergmann et al. 2022).

Die soziale Isolierung während der Covid-19-Pandemie führte zu Einsamkeit, die bei längerem Anhalten das psychische Wohlbefinden beeinträchtigen konnte (Banerjee und Rai 2020). Einsamkeit ist ein komplexes psychosoziales Konzept, das generell als unangenehme Erfahrung definiert wird, die eintritt, wenn die sozialen Beziehungen einer Person in einer wichtigen Weise, quantitativ oder qualitativ, unzureichend sind (Perlmán und Peplau 1981, 31).<sup>3</sup> Einsamkeit kann demnach als ein Gefühl mangelnder sozialer Kontakte betrachtet werden. Sozial isolierte Personen sind allerdings nicht zwingend einsam, und einsame Menschen sind nicht zwingend sozial isoliert. Das Alter ist zwar kein stichhaltiger Erklärfaktor für Einsamkeit, aber bedeutsame soziale Kontakte sind für gesundes Altern wichtig (Holmén und Furukawa 2002).

Während der Covid-19-Pandemie sahen sich viele ältere Menschen mit sozialer Isolation und der Belastung, Familie, Freundinnen und Freunde nicht zu sehen, konfrontiert. Eine Analyse der vor und nach dem ersten bestätigten Covid-19-Fall

<sup>3</sup> Siehe auch Kapitel 2.7.

erhobenen Daten von rund 1990 in Privathaushalten lebenden älteren Menschen zwischen 65 und 95 Jahren zeigt, dass sich nach der Einführung des Social Distancing durch den Bund mehr Menschen einsam fühlten, dieses Gefühl nach der Lockerung der Massnahmen hingegen wieder leicht abnahm (Seifert und Hassler 2020). Frauen, Geringverdienende, Alleinlebende, Kinderlose und Personen mit unzureichendem Kontakt zu ihrer Nachbarschaft berichteten tendenziell häufiger von Einsamkeit während der Pandemie. Aus diesen Ergebnissen lässt sich schliessen, dass die Pandemie die subjektive Einschätzung von Einsamkeit älterer Menschen beeinflusst hat. Eine weitere Schweizer Studie hat darüber hinaus ergeben, dass ältere Menschen ihr eigenes Alter in der ersten Pandemie-Phase negativer wahrnahmen als davor (Seifert 2021). Diese Erkenntnisse weisen darauf hin, dass die Pandemie die subjektive Wahrnehmung ihres Alterns verändert hat. Gemäss einer dritten Schweizer Untersuchung (Seifert et al. 2022) hatten 43% der Personen ab 50 Jahren im Zuge der pandemiebedingten Einschränkungen häufig das Gefühl, nicht genug Zeit mit ihren Nächsten verbringen zu können, obwohl sie das Telefon oder Internet häufiger nutzten.

### 4.3 Teilhabe und Ausgrenzung in der heutigen digitalen Gesellschaft

Die Informations- und Kommunikationstechnologien (IKT) umfassen die Hilfsmittel, die im Alltag für die Suche und Kommunikation von Informationen verwendet werden, beispielsweise Internet, Smartphones, Tablets und viele weitere moderne Medienformen. Der mit den IKT einhergehende digitale Wandel bietet Möglichkeiten der Unterstützung von älteren Menschen im Alltag, erfordert aber auch eine Anpassung an die sich weiterentwickelnden technischen Innovationen und die nötigen Kenntnisse für den Einsatz digitaler Hilfsmittel (Seifert und Cotten 2021). Nicht alle Bevölkerungsgruppen sind mit modernen IKT vertraut und haben angemessenen Zugang dazu.<sup>4</sup>

#### 4.3.1 Digitaler Graben zwischen den Altersgruppen

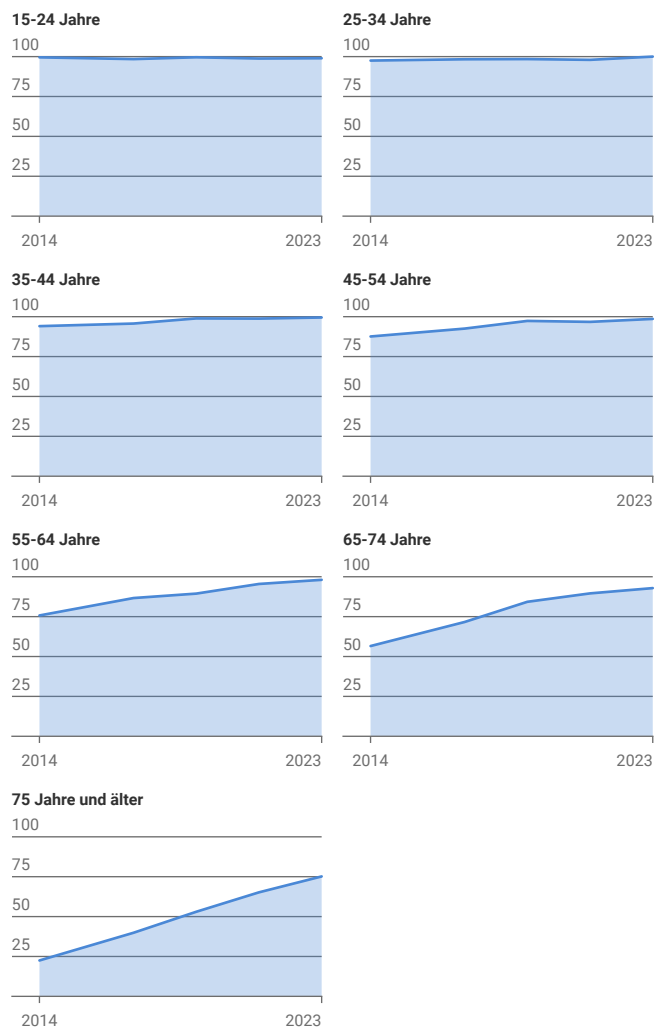
Der «digitale Graben» zwischen den Personen, die Zugang zu solchen Technologien haben, und jenen, bei denen das nicht der Fall ist, ist ein globales Phänomen (Warschauer 2004). Nebst soziodemografischen (Alter, Geschlecht, Bildungsniveau und Einkommen) und persönlichen Faktoren (Gesundheit, Einstellungen und Berührungsängste mit der Technik) spielen auch Umweltfaktoren eine Rolle, etwa die IKT-Infrastruktur oder der regionale Wohlstand (König und Seifert 2020). Weltweit sind jüngere Menschen mit den neusten Technologien vertrauter als ältere (hier definiert als Personen ab 65 Jahren). Es gibt aber auch innerhalb der höheren Altersgruppen Unterschiede. Beispielsweise nutzen sehr betagte Menschen (über 80 Jahre) sowie Personen in Langzeitpflegeeinrichtungen kaum moderne IKT (Seifert und Cotten 2021).

<sup>4</sup> Siehe auch Kapitel 3.2.4.

Daten des Bundesamtes für Statistik (BFS 2024) zeigen, dass 2021 in der Schweiz 89% der Personen ab 65 Jahren einen Internetzugang hatten, während es bei den Personen unter 65 Jahren 96% bis 99% waren. Obwohl die regelmässige Internetnutzung (mindestens einmal pro Woche) in der Schweiz zwischen 2014 und 2023 sowohl bei jüngeren als auch älteren Erwachsenen zugenommen hat, liegen letztere immer noch hinter ersteren zurück (siehe Grafik G 4.1).

### Regelmässige Internetnutzung (mindestens einmal pro Woche), 2014–2023 G 4.1

In % der Bevölkerung im Alter von 15–88 Jahren und nach Altersgruppen



Quelle: BFS - Omnibus IKT

gr-d-00.00-2015-2400-04.01 © BFS 2024

Nebst dem statistisch festgestellten digitalen Graben zwischen älteren und jüngeren Personen bestehen auch innerhalb der höheren Altersgruppen Ungleichheiten. Das Nutzungsverhalten korreliert zudem mit der sozialen Stellung. Beispielsweise ist die Wahrscheinlichkeit, angemessenen Zugang zu IKT zu haben und diese effektiv zu nutzen, bei Personen mit niedrigerem

Bildungsniveau und schlechtem Gesundheitszustand geringer als bei besser ausgebildeten und gesünderen Personen (Mitzner et al. 2019). Überdies erhalten ältere Menschen, die bestimmte digitale Technologien zwar nutzen, aber häufig Mühe mit Herausforderungen wie Software-Updates oder technischen Problemen haben, zu wenig Unterstützung. Folglich bedeutet auch eine IKT-Nutzung nicht zwingend, dass die nötigen digitalen Kenntnisse vorhanden sind.

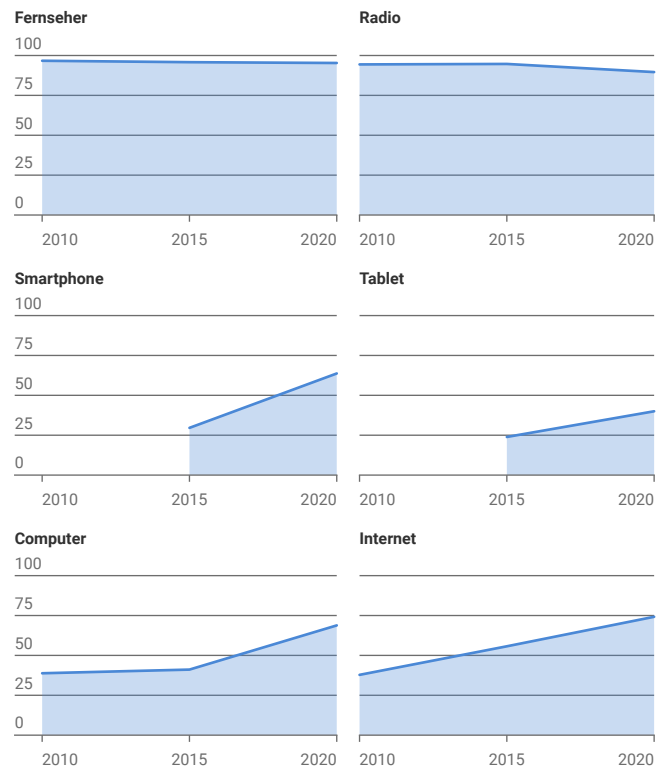
### 4.3.2 Technologienutzung von älteren Menschen in der Schweiz

Gemäss der Studie «Digitale Senioren 2020» (Seifert et al. 2020) hat die Nutzung von Smartphones und Tablets bei älteren Menschen seit 2014 stark zugenommen. Sie lag bei der Befragung von 2020 bei 63,7% bzw. 40,0%. Dennoch gab es immer noch deutliche Unterschiede zwischen jüngeren und älteren Personen. Während beispielsweise in der Altersgruppe der 65- bis 79-Jährigen 75,2% ein Smartphone und 47,3% ein Tablet besaßen, betragen diese Anteile bei den Personen ab 80 Jahren lediglich 34,6% bzw. 21,9%.

Bei der ersten Erhebungsrunde von 2010 belief sich der Anteil der älteren Internetnutzenden auf 37,8%, im Jahr 2020 auf 74,2% (siehe Grafik G 4.2). Dabei ist allerdings ein Unterschied zwischen den jüngeren (65–79 Jahre) und älteren Gruppen (ab 80 Jahre) feststellbar: Während erstere das Internet zu 85,8% nutzten, waren es bei letzteren lediglich 45,0%. Die Studie von 2020 ergab auch, dass lediglich 58,5% der älteren Internetnutzenden täglich online sind. Dabei überwogen nach wie vor klassische Verwendungszwecke wie die Suche nach Informationen, das Verfassen von E-Mails und das Abrufen von Fahrplänen. Andere Anwendungen wie E-Banking oder das Lesen von Online-Zeitungen sind jedoch auf dem Vormarsch. Demgegenüber nutzte immer noch weniger als die Hälfte der Befragten das Internet, um etwas zu kaufen oder Social-Media-Seiten zu besuchen.

Im Rahmen der Studie «Digitale Senioren» wurden die Personen, die das Internet nicht nutzen, zu ihren Gründen befragt. Durchgängig häufig genannt wurden die Kompliziertheit, Sicherheitsbedenken und ein zu hoher Lernaufwand. Die Kosten waren dagegen weniger wichtig. Ausserdem wird das Internet oft auch nicht genutzt, weil eine andere Person die benötigten Informationen für die befragte Person abrufen. Da die Internetnutzung von Alter, Bildungsniveau, Einkommen und technologischem Interesse beeinflusst wird, waren Personen ab 80 Jahren seltener online, ebenso wie Personen mit einem eher niedrigen Bildungsniveau und geringem Einkommen. Personen mit einem grösseren Interesse für Technologie nutzten das Internet dagegen häufiger. Das Geschlecht und der selbst wahrgenommene Gesundheitszustand haben keinen feststellbaren Einfluss auf die Internetnutzung (Seifert et al. 2020). Neben Alter, Bildungsniveau und Einkommen ist ein grosses Interesse an Technologie ausschlaggebend für die Nutzung digitaler Angebote. Deshalb ist es wichtig, die Vorteile jeder Technologie angemessen zu erklären, anstatt deren Nutzung zu erzwingen.

### IKT-Nutzung von Personen ab 65 Jahren Vergleich zwischen drei Erhebungsjahren



Bemerkung: 2010 lagen keine Daten für Smartphones und Tablets vor.

Quelle: Seifert 2022 gr-d-00.00-2015-2400-04.02 © BFS 2024

### 4.3.3 Gefühl der digitalen Ausgrenzung

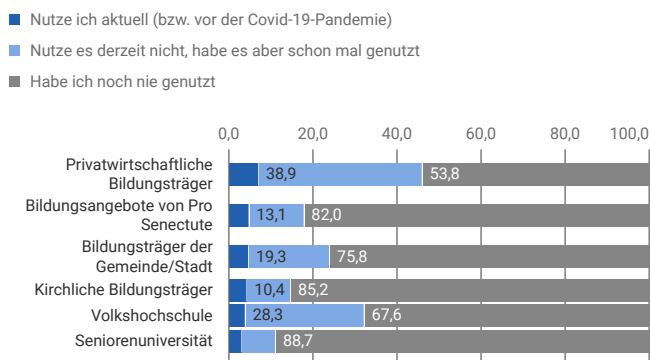
Lange Zeit hinderte die Nicht- oder Wenignutzung digitaler Technologien die Bevölkerung nicht (oder nur teilweise) daran, ihre Bedürfnisse und Interessen zu befriedigen, da dies weitgehend auch mit analogen Mitteln möglich war. Mit der zunehmenden Digitalisierung wächst jedoch der «soziale Druck» für ältere Menschen, die neusten Technologien zu nutzen. Gemäss einer in der Schweiz durchgeführten Befragung waren ältere Personen zwischen 65 und 98 Jahren stärker vom Gefühl der digitalen Ausgrenzung betroffen als jüngere Erwachsene zwischen 18 und 64 Jahren (Seifert 2023). Wenn gesellschaftliche Teilhabe heute gleichzustellen ist mit der aktiven Beteiligung an der digitalen Welt, sind ältere Menschen, die kein Smartphone besitzen oder das Internet nicht aktiv nutzen, von sozialer Ausgrenzung bedroht. Für die ältere Bevölkerung besteht somit ein gewisser sozialer Druck im Hinblick auf die Internetnutzung, denn immer mehr Informationen und Dienstleistungen sind ausschliesslich online verfügbar (oder kosten zusätzlich). Dadurch werden ältere Menschen zunehmend benachteiligt. Die Covid-19-Pandemie hat die Diskussionen über die positiven und negativen Auswirkungen der Nutzung digitaler Technologien in Zeiten des Social Distancing angeregt. Ältere Menschen ohne Internetzugang waren hier der Gefahr einer doppelten Ausgrenzung ausgesetzt (Seifert, Cotten und Xie 2021). Der Zugang zu Online-Dienstleistungen und

-Inhalten wie Gesundheitsinformationen, digitalen Veranstaltungen, Social Media und Online-Shopping bestimmte insbesondere während der Pandemie, ob ältere Menschen die eingeschränkten physischen Kontakte mit digitalen Lösungen kompensieren konnten oder nicht. Zusammenfassend können IKT älteren Menschen dabei helfen, ihre Teilhabe am sozialen Leben aufrechtzuerhalten, gleichzeitig aber bei jenen, die nicht über die notwendigen Fähigkeiten und Geräte verfügen, ein Gefühl der Ausgrenzung hervorrufen.

#### 4.4 Nutzung von Bildungsangeboten

Bildung ist eine wichtige Ressource für die Lebensqualität im Alter und für das Gefühl der gesellschaftlichen Zugehörigkeit (Iller und Schmidt-Hertha 2020). Die Bildungsbeteiligung pensionierter Menschen nimmt zu, womit auch die Nachfrage nach entsprechenden Angeboten steigt (Wiest et al. 2018). Lebenslanges Lernen – insbesondere kurz vor oder nach der Pensionierung – erfolgt in verschiedenen Bildungseinrichtungen und zunehmend auch mithilfe digitaler Technologien. Sich in allen Lebensphasen weiterzubilden wird immer wichtiger, nicht zuletzt im Hinblick auf ein selbstbestimmtes Leben im Alter, bei dem die Digitalisierung und eine gute Gesundheit eine grosse Rolle spielen. Der Aktionsplan der «United Nations Decade of Healthy Ageing» (WHO 2020) hebt hervor, dass Lernen ein grundlegendes Instrument für ein gesundes und selbstständiges Leben im Alter ist. Eine aktuelle Schweizer Studie (Seifert, Perrig-Chiello und Martin 2021) mit einer Stichprobe von 1004 Personen ab 60 Jahren hat gezeigt, dass 18% der Teilnehmenden zum Zeitpunkt der Befragung (bzw. bis kurz vor Ausbruch der Covid-19-Pandemie) aktiv ein oder mehrere Bildungsangebote nutzten. Diese nahmen sie hauptsächlich bei privaten Anbietern oder in Bildungseinrichtungen für Erwachsene (z. B. Volkshochschulen) in Anspruch, wobei 11% auch Erfahrungen mit einer Seniorenuniversität gemacht haben (siehe Grafik G4.3).

#### Teilnahme an Angeboten von Bildungseinrichtungen durch Personen ab 60 Jahren, 2020 G4.3



Quelle: Seifert et al. 2021

gr-d-00.00-2015-2400-04.03  
© BFS 2024

Die Schweizer Studie machte auch deutlich, dass vor allem Angebote vor Ort mit Beteiligung der Teilnehmenden (z. B. Exkursionen, Vorträge mit Diskussionen) gewünscht sind, aber auch Kleingruppen- oder Projektarbeiten. Weniger beliebt war dagegen klassischer Frontalunterricht. Der häufigste Grund für eine Bildungsteilnahme war die Erweiterung des Allgemeinwissens, gefolgt vom Wunsch, geistig fit zu bleiben. Darüber hinaus gaben viele Befragte an, gerne zu lernen und sich weiterzubilden, oder sie sehen die Teilnahme an Bildungsangeboten als sinnvolle Freizeitbeschäftigung an, die ihnen bei der Bewältigung des Alltags hilft. Nur selten wurde die Teilnahme an Bildungsangeboten mit extrinsischen Motivationen (nicht aus eigenem Antrieb erfolgend) begründet. So zeigten sich in der befragten Altersgruppe vor allem intrinsische Motive, gerade auch in Bezug auf die Möglichkeit, nach dem Berufsleben freier und selbstbestimmt über Bildungsangebote entscheiden zu können (Seifert, Perrig-Chiello und Martin 2021).

Als Gründe für die Nichtnutzung von Bildungsangeboten wurde nebst der Angst vor einer Covid-19-Erkrankung vor allem ein Mangel an Zeit oder Interesse genannt. Finanzielle Aspekte spielten zwar eine eher untergeordnete Rolle, jedoch gaben insbesondere die Personen, die nicht an Bildungsangeboten teilnahmen, häufiger an, dass die Angebote zu teuer oder der Anfahrtsweg zu weit bzw. zu mühsam seien.

#### 4.5 Politische und kulturelle Partizipation

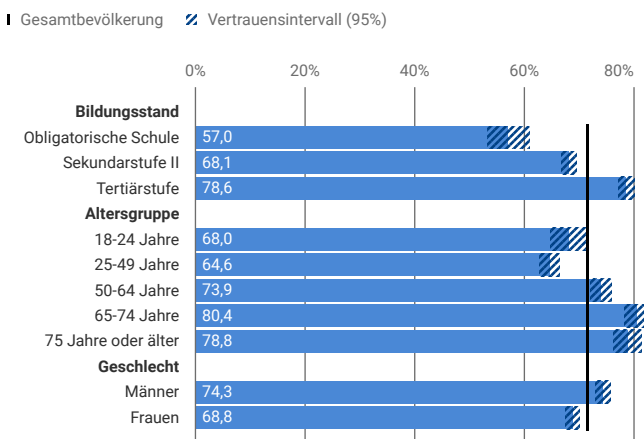
##### 4.5.1 Politische Partizipation

Die Schweiz ist eine direkte Demokratie. Nebst dem Wahlrecht haben Schweizer Bürgerinnen und Bürger auch das Recht, über Sachfragen abzustimmen. Das politische System der Schweiz hängt folglich vom Stimm- und Wahlverhalten sowie der aktiven Beteiligung an der Politik (z. B. in Form von politischem oder bürgerschaftlichem Engagement) der Bevölkerung ab. In Bezug auf den ersten Aspekt stellt sich die Frage, ob ältere Menschen ein anderes Stimm- und Wahlverhalten an den Tag legen als jüngere Altersgruppen. Die sowohl absolut als auch anteilmässig steigende Anzahl älterer Menschen führt einerseits zu finanziellen Problemen, die sich nachteilig auf die soziale Sicherheit der zukünftigen Kohorten auswirken können, und andererseits zu einem grösseren politischen Gewicht der älteren Menschen bei Abstimmungen zu Themen wie Sozialversicherungsgesetzen (Künemund 2004). Die Debatten zur Finanzierung einer nachhaltigen und guten Pflege im Alter betreffen nicht nur die pflegebedürftigen älteren Menschen, sondern müssen alle Generationen mit einbeziehen (Knöpfel et al. 2020).

Die Daten des Freiwilligenmonitors Schweiz 2020 (Lamprecht et al. 2020) zeigen, dass das Interesse an politischen Fragen in der Schweiz relativ hoch ist: Auf einer Skala von 0 (gar nicht an Politik interessiert) bis 10 (sehr stark an Politik interessiert) kommt die Schweizer Bevölkerung auf einen durchschnittlichen Wert von 5,9. 47% zeigen ein hohes (7–10), 33% ein mittleres (4–6) und 20% ein geringes oder gar kein Interesse (0–3), wobei sich ältere Menschen mehr für Politik interessieren als jüngere. Die Jüngeren sind politisch nicht grundsätzlich weniger aktiv als

ältere Menschen, aber sie gehen tendenziell seltener oder nur zu bestimmten Themen an die Urne (GfS Bern 2022). Wie beispielsweise eine Evaluation der Stadt St. Gallen aufzeigte (Dermont und Stadelmann-Steffen 2014), nimmt die Wahlbeteiligung mit dem Alter generell zu (Rothenbühler und Kissau 2012). Besonders hervorzuheben ist der Unterschied in der Stimm- und Wahlbeteiligung zwischen der jüngsten Bevölkerungsgruppe und den 66- bis 75-Jährigen. Letztere nahmen doppelt so häufig an einer politischen Abstimmung teil wie die jungen Erwachsenen. Die Stimm- und Wahlbeteiligung stieg zudem im Vergleich zur vorangehenden Altersgruppe jeweils an. Zu diesem Schluss kamen auch Analysen des Bundesamtes für Statistik zu den Volksabstimmungen (BFS 2022b): Rentnerinnen und Rentner gingen häufiger an die Urne (siehe Grafik G 4.4).

### Anteil der schweizerischen Bevölkerung mit häufiger Beteiligung an eidg. Volksabstimmungen, 2022 G 4.4 Schweizerinnen und Schweizer ab 18 Jahren



Häufige Beteiligung: Personen, die geantwortet haben, an mindestens 8 von 10 eidg. Volksabstimmungen teilzunehmen

Quelle: BFS – Erhebung über die Einkommen und Lebensbedingungen (SILC)

gr-d-20.03.04.04.02-iwm © BFS 2024

In Bezug auf den Wähleranteil der politischen Parteien der Schweiz<sup>5</sup> gab es zwischen der Bevölkerung ab 65 Jahren und den jüngeren Altersgruppen keine markanten Unterschiede, wobei die traditionellen Parteien, namentlich die Mitte (Bündnis aus Christlichdemokratischer Volkspartei und Bürgerlich-Demokratischer Partei) und die Liberalen (FDP), von älteren Menschen häufiger gewählt wurden als von jüngeren. Der Wähleranteil der Mitte fiel bei den Personen ab 65 Jahren 1,5-mal höher aus als bei den Personen unter 45. Umgekehrt war die Situation bei den Grünen, die ihre Attraktivität für jüngere Bevölkerungsgruppen beibehalten konnten und nahezu dreimal so viele Wählerinnen und Wähler unter 30 Jahren verzeichneten wie Personen im Rentenalter. Die Schweizerische Volkspartei (SVP) und die

Sozialdemokratische Partei (SP) registrierten dagegen relativ ausgeglichene Wähleranteile in allen Altersgruppen. Bei der SVP bewegte sich der Trend allerdings eher in Richtung der Personen ab 30, während die SP eher bei den 18- bis 29-Jährigen zulegen konnte (Hermann et al. 2023).

Die politischen Themen, die die Menschen an die Urne bringen, können sich ebenfalls zwischen den Altersgruppen stark unterscheiden (Hermann et al. 2023). Junge Erwachsene werden die Auswirkungen des Klimawandels aufgrund ihres Alters verstärkt zu spüren bekommen, was ihr Bewusstsein für das Problem beeinflusst. 48% der 18- bis 35-Jährigen sehen den Klimawandel als eine der grössten Herausforderungen für die Schweiz an. Bei den Personen ab 65 Jahren teilen lediglich 34% diese Ansicht. Ihre Sorgen gelten vielmehr den Krankenversicherungsprämien. Bei den jüngeren Gruppen steht dieses Thema weniger im Vordergrund, ebenso wie die Beziehungen zur EU. Diese sind wiederum eher für die älteren Menschen ein Thema.

### 4.5.2 Kulturelle Partizipation

Eine weitere Form der Teilhabe am gesellschaftlichen Leben sind kulturelle Veranstaltungen oder Aktivitäten.<sup>6</sup> Ein kulturell geprägter Lebensstil kann vom Alter oder der Lebensphase einer Person abhängig sein. Das generelle Ausmass des kulturellen Engagements wird zunehmend durch den Bildungsstand geprägt, während hochkulturelle Aktivitäten stärker vom Alter abhängen (Weingartner und Rössel 2022). 2014 wurde eine umfassende Erhebung zum Kulturverhalten in der Schweiz durchgeführt, die 2019 wiederholt wurde (BFS 2020). Die entsprechenden Analysen ergaben, dass die deutliche Mehrheit der Personen zwischen 60 und 74 Jahren sowie auch eine leichte Mehrheit der Personen ab 75 Jahren kulturell aktiv waren. Die grössten Differenzen bei den kulturellen Aktivitäten im Rentenalter liessen sich nach Bildungshintergrund feststellen: Bei den Personen ab 65 Jahren mit dem tiefsten Bildungsniveau waren im Jahr 2014 lediglich 39% kulturell aktiv, gegenüber 65% bei den Personen der gleichen Altersgruppe mit Tertiärausbildung. Kulturelle Aktivitäten erwiesen sich bei älteren Menschen zudem als milieuspezifisch, d. h. Bildungsnähe ging häufig mit hochkulturellen Aktivitäten einher. Es gab aber auch generationenbedingte Unterschiede: Junge Menschen gehen häufiger in Clubs, an grosse Stadtfeste oder an Sportveranstaltungen als Personen ab 60 Jahren, während ältere Menschen häufiger Gruppenaktivitäten, z. B. in Chören oder Sportvereinen, nachgingen und Konzerte oder Opern besuchen.

Auf die Frage, welche altersbedingten Hindernisse den Besuch von Kultureinrichtungen und -anlässen beeinträchtigen, nannten Personen ab 75 Jahren häufig einen schlechten Gesundheitszustand oder einen erschwerten Zugang (z. B. barrierefreier Zugang oder schwierige Anreise) (BFS 2020). Die Covid-19-Pandemie führte zu massiven Einschränkungen bei den ausserhäuslichen Aktivitäten. Besonders stark trafen die Lockdowns aktive Rentnerinnen und Rentner, die ihre Freiwilligenarbeit aufgeben oder auf

<sup>5</sup> Überblick über die politischen Parteien in der Schweiz: <https://www.eda.admin.ch/aboutswitzerland/de/home/politik-geschichte/politisches-system/politische-parteien.html> (zuletzt aufgerufen am 10.06.2024).

<sup>6</sup> Siehe auch Kapitel 2.8.

selbst organisierte kulturelle und soziale Aktivitäten verzichten mussten. Einige der pausierten Freizeitbeschäftigungen wurden nach der Pandemie wieder aufgenommen.

## 4.6 Schlussfolgerungen

In diesem Kapitel wurde untersucht, inwiefern ältere Menschen in der Schweiz sozial aktiv sind. Es ergibt sich ein facettenreiches Bild der sozialen Teilhabe im Alter. Die Analyse zeigt, dass sich soziale Beziehungen im Alter tendenziell auf weniger Personen konzentrieren und selektiver werden. Zudem weisen die Daten aus der Schweiz darauf hin, dass ältere Menschen insgesamt sozial vernetzt sind und familiäre Bindungen pflegen, die eine wichtige Rolle für das Wohlbefinden spielen. Neben der Partnerin oder dem Partner und der Familie halten ältere Menschen tendenziell Kontakt zu Freundinnen und Freunden, Bekannten, Nachbarinnen und Nachbarn sowie auch zu sozialen Gruppen wie Sportvereinen oder Chören. Ihr Netzwerk besteht folglich aus stärkeren und weniger starken Bindungen. Besonders deutlich wurde die Bedeutung der Nachbarschaft. Sie kann – nicht nur während der Covid-19-Pandemie – im Alltag älterer Menschen eine wichtige Rolle spielen. Nachbarschaftshilfe beruht auf Gegenseitigkeit, d. h. ältere Menschen erhalten nicht nur Hilfe, sondern leisten auch Unterstützung und fördern den sozialen Austausch. Nachbarinnen und Nachbarn wurden zwar als weniger wichtig empfunden als Familienmitglieder und enge Freundinnen und Freunde, doch wenn diese nicht in der Nähe wohnen oder nicht immer verfügbar sind, können Nachbarinnen und Nachbarn im Alltag eine wichtige Stütze sein. Nachbarschaftliche Beziehungen erleichtern den Zugang zu informeller Hilfe und verringern das Gefühl der Isolation, was wiederum Alltagsprobleme im Alter reduzieren kann. Dieser Aspekt zeigte sich besonders während der Covid-19-Pandemie, als sich ältere Menschen mit eingeschränkten sozialen Kontakten häufiger einsam und sozial ausgegrenzt fühlten.

Pandemiebedingt fanden mehr Treffen digital statt, was die Diskussionen über die positiven und negativen Auswirkungen der Nutzung digitaler Technologien in Zeiten des Social Distancing anregte. Ältere Menschen ohne Internetzugang (oder mit geringen digitalen Kompetenzen) waren der Gefahr einer doppelten Ausgrenzung ausgesetzt. Die Daten zeigen, dass nicht alle älteren Personen – insbesondere jene ab 80 Jahren – über die nötigen digitalen Kenntnisse verfügen, wie das Beispiel der Internetnutzung illustriert. Der Zugang zu Online-Dienstleistungen und -Inhalten wie Gesundheitsinformationen, digitalen Veranstaltungen, Social Media und Online-Shopping bestimmte, ob ältere Menschen während der Pandemie die eingeschränkten physischen Kontakte mit digitalen Lösungen kompensieren konnten oder nicht. Die Nutzung von Technologien (Internet, Mobilgeräte, Smart-Home-Systeme usw.) kann älteren Menschen dabei helfen, ihre Teilhabe am sozialen Leben aufrechtzuerhalten, gleichzeitig aber bei jenen, die nicht über die notwendigen Fähigkeiten und Geräte verfügen, auch ein Gefühl der Ausgrenzung hervorrufen.

Während der Pandemie waren soziale Aktivitäten wie Besuche, kulturelles Engagement, politische Veranstaltungen oder Bildungsangebote eingeschränkt. Gemäss den aktuellen Daten aus der Schweiz war die aktive und passive Nutzung der diversen

Angebote für soziale Teilhabe bei älteren Menschen vor und nach der Covid-19-Pandemie weit verbreitet. Die Teilnahme an kulturellen, politischen und Bildungsaktivitäten ist ein wichtiger Faktor für die Lebensqualität und das Gefühl der gesellschaftlichen Zugehörigkeit im Alter. Hier gilt es festzuhalten, dass ältere Menschen soziale Aktivitäten und Angebote nicht nur passiv nutzen, sondern auch aktiv dazu beitragen und damit die Zivilgesellschaft massgeblich mitgestalten.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass ältere Menschen sozial aktiv sind und entsprechende Angebote mitgestalten (Nachbarschaftshilfe, ehrenamtliches Engagement usw.), womit sie einen wichtigen Beitrag zum gesellschaftlichen Zusammenhalt leisten. Der vorliegende Beitrag legt auch nahe, dass ältere Menschen von den Behörden insbesondere in zwei Bereichen unterstützt werden sollten: einerseits in der Aufrechterhaltung der für sie wichtigen sozialen Kontakte (z. B. Einrichtung von öffentlichen, barrierefreien Begegnungsorten und Förderung von Vereinen zur Unterstützung älterer Menschen) und andererseits in ihrer Befähigung, selber soziale Dienstleistungen für Andere erbringen zu können (z. B. organisierte Nachbarschaftshilfe, Teilnahme an politischen Aktivitäten). Ältere Menschen sollten folglich nicht nur als Nutzniesserinnen und Nutzniesser sozialer Aktivitäten und Dienstleistungen betrachtet werden, sondern auch als wichtige Stützen des gesellschaftlichen Zusammenhalts.

## Literaturverzeichnis

- Antonucci, Toni C., Katherine L. Fiori, Kira Birditt und Lisa M. H. Jackey (2010): Convoys of social relations: Integrating life-span and life-course perspectives. In: Richard M. Lerner, Michael E. Lamb und Alexandra M. Freund (Hrsg.): *The Handbook of Life-Span Development. Volume 2: Social and Emotional Development*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, 434–473. <https://doi.org/10.1002/9780470880166.hlsd002012>.
- Banerjee, Debanjan und Mayank Rai (2020): Social isolation in Covid-19: The impact of loneliness. *International Journal of Social Psychiatry*, 66 (6), 525–527. <https://doi.org/10.1177/0020764020922269>.
- Baranowska-Rataj, Anna und Anita Abramowska-Kmon (2019): Number of children and social contacts among older people: The moderating role of filial norms and social policies. *European Journal of Ageing*, 16 (1), 95–107. <https://doi.org/10.1007/s10433-018-0469-0>.
- Baumeister, Roy F. und Mark R. Leary (1995): The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117 (3), 497–529. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.117.3.497>.
- Bergmann, Michael, Magdalena V. Hecher und Elena Sommer (2022): The impact of the COVID-19 pandemic on the provision of instrumental help by older people across Europe. *Frontiers in Sociology*, 7, 1007107. <https://doi.org/10.3389/fsoc.2022.1007107>.

- Bukov, Aleksej, Ineke Maas und Thomas Lampert (2002): Social participation in very old age: Cross-sectional and longitudinal findings from BASE. *The Journals of Gerontology: Series B*, 57 (6), P510–P517. <https://doi.org/10.1093/geronb/57.6.P510>.
- Bundesamt für Statistik BFS (2024): Internetzugang der Haushalte. <https://www.bfs.admin.ch/asset/de/31605923> (zuletzt aufgerufen am 10.06.2024).
- Bundesamt für Statistik BFS (2022a): *Demografisches Porträt der Schweiz. Bestand, Struktur und Entwicklung der Bevölkerung im Jahr 2020*. Neuchâtel: Bundesamt für Statistik. <https://www.bfs.admin.ch/asset/de/21764558> (zuletzt aufgerufen am 10.06.2024).
- Bundesamt für Statistik BFS (2022b): Politische Tätigkeiten. <https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/querschnittsthemen/wohlfahrtsmessung/alle-indikatoren/gesellschaft/politische-taetigkeiten.html> (zuletzt aufgerufen am 10.06.2024).
- Bundesamt für Statistik BFS (2021): *Familien in der Schweiz. Statistischer Bericht 2021*. Neuchâtel: Bundesamt für Statistik. <https://www.bfs.admin.ch/asset/de/17084546> (zuletzt aufgerufen am 10.06.2024).
- Bundesamt für Statistik BFS (2020): *Kulturverhalten in der Schweiz. Wichtigste Ergebnisse 2019 und Vergleich mit 2014*. Neuchâtel: Bundesamt für Statistik. <https://www.bfs.admin.ch/asset/de/15044399> (zuletzt aufgerufen am 10.06.2024).
- Chaskin, Robert J. (1997): Perspectives on neighborhood and community: A review of the literature. *Social Service Review*, 71 (4), 521–547. <https://doi.org/10.1086/604277>.
- Dermont, Clau und Isabelle Stadelmann-Steffen (2014): Die politische Partizipation der jungen Erwachsenen. Bern: Universität Bern, Institut für Politikwissenschaft. [https://www.easyvote.ch/\\_Resources/Persistent/cb53e9c5a889b5427b9d3702763bbe1f19349d19/Studie%20unibe%20politische%20Partizipation%20junger%20Erwachsene.pdf](https://www.easyvote.ch/_Resources/Persistent/cb53e9c5a889b5427b9d3702763bbe1f19349d19/Studie%20unibe%20politische%20Partizipation%20junger%20Erwachsene.pdf) (zuletzt aufgerufen am 10.06.2024).
- Engstler, Heribert und Daniela Klaus (2020): Geschwisterbeziehungen im Alter: Ergebnisse aus dem Deutschen Alterssurvey. Berlin: Deutsches Zentrum für Altersfragen. <https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ssoar-69474-1> (zuletzt aufgerufen am 10.06.2024).
- Fougeyrollas, Patrick, Luc Noreau, Hélène Bergeron, René Cloutier, Susan A. Dion und Ginette St-Michel (1998): Social consequences of long term impairments and disabilities: Conceptual approach and assessment of handicap. *International Journal of Rehabilitation Research*, 21 (2), 127–141. DOI: 10.1097/00004356-199806000-00002.
- GfS Bern (2022): VOX-Analyse September 2022. Nachbefragung und Analyse zur eidgenössischen Volksabstimmung vom 25. September 2022. [https://vox.gfsbern.ch/wp-content/uploads/2022/11/de\\_schlussbericht\\_vox\\_sept\\_2022\\_def-1.pdf](https://vox.gfsbern.ch/wp-content/uploads/2022/11/de_schlussbericht_vox_sept_2022_def-1.pdf) (zuletzt aufgerufen am 10.06.2024).
- Gouldner, Alvin W. (1960): The norm of reciprocity: A preliminary statement. *American sociological review*, 25 (2), 161–178.
- Gumà, Jordi und Celia Fernández-Carro (2021): Life goes on: The influence of the perceived quality of social relations on older women's mental health after the loss of a partner in Europe. *Aging & Mental Health*, 25 (1), 53–60. <https://doi.org/10.1080/13607863.2019.1675141>.
- Hamm, Bernd (1973): *Betrifft: Nachbarschaft. Verständigung über Inhalt und Gebrauch eines vieldeutigen Begriffs*. Basel: Birkhäuser.
- Hermann, Michael, Sarah Bütikofer und Virginia Wenger (2023): SRG SSR Wahlbarometer Juli 2023. Sotomo. [https://sotomo.ch/site/wp-content/uploads/2023/07/SRG\\_Wahlbarometer\\_Hauptbericht.pdf](https://sotomo.ch/site/wp-content/uploads/2023/07/SRG_Wahlbarometer_Hauptbericht.pdf) (zuletzt aufgerufen am 10.06.2024).
- Holmén, Karin und Hidetochi Furukawa (2002): Loneliness, health and social network among elderly people – a follow-up study. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 35 (3), 261–274. [https://doi.org/10.1016/S0167-4943\(02\)00049-3](https://doi.org/10.1016/S0167-4943(02)00049-3).
- Höpflinger, François (2019): Freundschaften im höheren Lebensalter. In: Steve Stiehler (Hrsg.): *Zur Zukunft der Freundschaft: Freundschaft zwischen Idealisierung und Auflösung*. Berlin: Frank & Timme, 123–141.
- Höpflinger, François und Valérie Hugentobler (2005): *Familiale, ambulante und stationäre Pflege im Alter: Perspektiven für die Schweiz*. Bern: Huber.
- Huxhold, Oliver, Katherine L. Fiori, Noah J. Webster und Toni C. Antonucci (2020): The strength of weaker ties: An underexplored resource for maintaining emotional well-being in later life. *The Journals of Gerontology: Series B*, 75 (7), 1433–1442. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbaa019>.
- Huxhold, Oliver, Martina Miche und Benjamin Schüz (2014): Benefits of having friends in older ages: Differential effects of informal social activities on well-being in middle-aged and older adults. *The Journals of Gerontology: Series B*, 69 (3), 366–375. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbt029>.
- Iller, Carola und Bernhard Schmidt-Hertha (2020): Weiterbildung im Alter: Beteiligung, Erwartungen und Erträge. In: Bernhard Schmidt-Hertha, Erik Haberzeth und Steffen Hillmert (Hrsg.): *Lebenslang lernen können. Gesellschaftliche Transformationen als Herausforderung für Bildung und Weiterbildung*. Bielefeld: wbv Publikation, 45–66.

- Isengard, Bettina und Marc Szydlik (2012): Living apart (or) together? Coresidence of elderly parents and their adult children in Europe. *Research on Aging*, 34 (4), 449–474. <https://doi.org/10.1177/0164027511428455>.
- Kahn, Robert L. und Toni C. Antonucci (1980): Convoys over the life course: Attachment roles and social support. In: Paul B. Baltes und Orville G. Brim (Hrsg.): *Life-span development and behavior*. New York: Academic Press, 253–286.
- Kasten, Hartmut (1998): Geschwisterbeziehungen im Lebenslauf. In: Michael Wagner und Yvonne Schütze (Hrsg.): *Verwandtschaft. Sozialwissenschaftliche Beiträge zu einem vernachlässigten Thema*. Berlin, Boston: De Gruyter Oldenburg, 147–162. <https://doi.org/10.1515/9783110508468-007>.
- Keller, Suzanne (1968): *The urban neighborhood: A sociological perspective*. New York: Random House.
- Knöpfel, Carlo, Riccardo Pardini und Claudia Heinzmann (2020): Wegweiser für gute Betreuung im Alter. Begriffsklärung und Leitlinien. Olten: Gut Altern CH.
- König, Ronny und Alexander Seifert (2020): From online to offline and vice versa: Change in internet use in later life across Europe. *Frontiers in Sociology*, 5 (4), 1–12. <https://doi.org/10.3389/fsoc.2020.00004>.
- Kronauer, Martin und Hartmut Häußermann (2017): Inklusion – Exklusion. In: Fabian Kessl und Christian Reutlinger (Hrsg.): *Handbuch Sozialraum*. Wiesbaden: Springer VS, 1–16. [https://link.springer.com/referenceworkentry/10.1007/978-3-531-19988-7\\_15-1](https://link.springer.com/referenceworkentry/10.1007/978-3-531-19988-7_15-1) (zuletzt aufgerufen am 10.06.2024).
- Künemund, Harald (2004): Politischer Einfluss der Älteren von morgen. *Sozialer Fortschritt*, 53 (11/12), 286–293.
- Lamprecht, Markus, Adrian Fischer und Hanspeter Stamm (2020): *Freiwilligen-Monitor Schweiz 2020*. Zürich und Genf: Seismo.
- Levasseur, Melanie, Johanne Desrosiers und Luc Noreau (2004): Is social participation associated with quality of life of older adults with physical disabilities? *Disability and Rehabilitation*, 26 (20), 1206–1213. <https://doi.org/10.1080/09638280412331270371>.
- Litwin, Howard und Kimberly J. Stoeckel (2013): The social networks of older Europeans. In: Constantinos Phellas (Hrsg.): *Aging in European societies. Healthy aging in Europe*. Boston, MA: Springer US, 177–190. [https://doi.org/10.1007/978-1-4419-8345-9\\_12](https://doi.org/10.1007/978-1-4419-8345-9_12).
- Mitzner, Tracy L., Jyoti Savla, Walter R. Boot, Joseph Sharit, Neil Charness, Sara J. Czaja und Wendy A. Rogers (2019): Technology adoption by older adults: Findings from the PRISM trial. *The Gerontologist*, 59 (1), 34–44. <https://doi.org/10.1093/geront/gny113>.
- Naumann, Dörte und Frank Oswald (2020): Wohnen im Alter. In: Kirsten Aner und Ute Karl (Hrsg.): *Handbuch Soziale Arbeit und Alter*. 2. Auflage. Wiesbaden: Springer VS, 369–377. [https://doi.org/10.1007/978-3-658-26624-0\\_30](https://doi.org/10.1007/978-3-658-26624-0_30).
- Oswald, Frank, Annette Hieber, Hans-Werner Wahl und Heidrun Mollenkopf (2005): Ageing and person – environment fit in different urban neighbourhoods. *European Journal of Ageing*, 2 (2), 88–97. <https://doi.org/10.1007/s10433-005-0026-5>.
- Perlman, Daniel und Letitia A. Peplau (1981): Toward a social psychology of loneliness. In: Robin Gilmour und Steve Duck (Hrsg.): *Personal relationships 3: Relationships in disorder*. London: Academic Press, 31–56.
- Redshaw, Sarah und Valerie Ingham (2018): 'Neighbourhood is if they come out and talk to you': Neighbourly connections and bonding social capital. *Journal of Sociology*, 54 (4), 557–573. <https://doi.org/10.1177/1440783317729762>.
- Rothenbühler, Martina und Kathrin Kissau (2012): Junge Erwachsene in der Schweiz – engagiert oder apolitisch? In: Felix Bühlmann, Céline Schmid Botkine, Peter Farago, François Höpflinger, Dominique Joye, René Levy, Pasqualina Perrig-Chiello und Christian Suter (Hrsg.): *Sozialbericht 2012: Fokus Generationen*. Zürich: Seismo, 206–222.
- Seifert, Alexander (2023): Subjektives Gefühl digitaler Ausgrenztheit. *Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie*, 56 (3), 181–188. <https://doi.org/10.1007/s00391-023-02170-7>.
- Seifert, Alexander (2022): Digitale Transformation in den Haushalten älterer Menschen. *Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie*, 55 (4), 305–311. <https://doi.org/10.1007/s00391-021-01897-5>.
- Seifert, Alexander (2021): Impact of the COVID-19 pandemic on self-perception of aging among older adults. *Gerontology and Geriatric Medicine*, 7, 233372142199932. <https://doi.org/10.1177/2333721421999320>.
- Seifert, Alexander, Tobias Ackermann und Hans R. Schelling (2020): Digitale Senioren 2020. Nutzung von Informations- und Kommunikationstechnologien (IKT) durch Menschen ab 65 Jahren in der Schweiz. Zürich: Pro Senectute Schweiz.
- Seifert, Alexander und Sheila R. Cotten (2021): Use of information and communication technologies among older adults: Usage differences, health-related impacts, and future needs. In: Deana A. Rohlinger und Sarah Sobieraj (Hrsg.): *The Oxford Handbook of Digital Media Sociology*. Oxford: Oxford University Press, 291–315. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780197510636.013.12>.
- Seifert, Alexander, Shelia. R. Cotton und Bo Xie (2021): A double burden of exclusion? Digital and social exclusion of older adults in times of COVID-19. *The Journals of Gerontology: Series B*, 76 (3), e99–e103. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbaa098>.

Seifert, Alexander und Benedikt Hassler (2020): Impact of the COVID-19 pandemic on loneliness among older adults. *Frontiers in Sociology*, 5, 590935. <https://doi.org/10.3389/fsoc.2020.590935>.

Seifert, Alexander, Benedikt Hassler und Andreas Pfeuffer (2022): Wahrgenommene Einschränkungen während der COVID-19-Pandemie bei älteren Personen in der Schweiz. *HeilberufeScience*, 13 (1–2), 81–87. <https://doi.org/10.1007/s16024-021-00364-w>.

Seifert, Alexander und Ronny König (2019): Help from and help to neighbors among older adults in Europe. *Frontiers in Sociology*, 4, 46. <https://doi.org/10.3389/fsoc.2019.00046>.

Seifert, Alexander, Pasqualina Perrig-Chiello und Mike Martin (2021): Bildungs- und Lernbedürfnisse im Alter – Bericht zur nationalen Befragungsstudie in der Schweiz. Zürich: U3/VSV/SAGW.

Shaw, Benjamin A. (2005): Anticipated support from neighbors and physical functioning during later life. *Research on Aging*, 27 (5), 503–525.

Teichert, Jeannine (2023): Freundschaft – Definitionen aus unterschiedlichen Perspektiven. In: Jeannine Teichert: *Digital occupants – Wie digitale Medien die kommunikative Aushandlung von Freundschaften verändern*. Wiesbaden: Springer VS, 49–68. [https://doi.org/10.1007/978-3-658-40623-3\\_3](https://doi.org/10.1007/978-3-658-40623-3_3).

Twenge, Jean M., Kathleen R. Catanese und Roy F. Baumeister (2002): Social exclusion causes self-defeating behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83 (3), 606–615. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.83.3.606>.

Walsh, Kieran, Thomas Scharf und Norah Keating (2017): Social exclusion of older persons: A scoping review and conceptual framework. *European Journal of Ageing*, 14 (1), 81–98. <https://doi.org/10.1007/s10433-016-0398-8>.

Warschauer, Mark (2004): *Technology and social inclusion: Rethinking the digital divide*. 1. MIT Press paperback edition. Cambridge, Mass.: MIT Press.

Weingartner, Sebastian und Jörg Rössel (2022): Kulturverhalten in der Schweiz: Dimensionen und Entwicklungen 1976–2019. *Social Change in Switzerland*, Nr. 32. DOI: 10.22019/SC-2022-00008.

Wiest, Maja, Madlain Hoffmann, Sarah Widany und Katrin Kaufmann (2018): Trends in non-formaler Bildungsbeteiligung in der zweiten Lebenshälfte: Steigende Bildungsbeteiligung im Ruhestand. *Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie*, 51 (8), 897–902. <https://doi.org/10.1007/s00391-017-1247-x>.

World Health Organization WHO (2020): *Decade of healthy ageing: Baseline report*. Genf: World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240017900> (zuletzt aufgerufen am 10.06.2024).

## Angaben zu den Autoren

*Alexander Seifert* (1981), Dr., wissenschaftlicher Mitarbeiter an der Hochschule für Soziale Arbeit, Fachhochschule Nordwestschweiz (FHNW). Arbeitsschwerpunkte: Soziale Gerontologie mit Fokus auf Digitalisierung, Wohnbedingungen und Lebensstile im Alter.

*Mike Martin* (1965), Dr., Professor für Gerontopsychologie und Gerontologie an der Universität Zürich (UZH). Arbeitsschwerpunkte: Entwicklung über die Lebensspanne, Innovationen für gesundes Altern, Alltagsdaten zur Lebensqualität und Beobachtung der Gesundheitssituation.