

Als Vorwort eine Szene im Studio	13
<i>Erstes Kapitel</i>	27
Die Rolle der Alten in der Entstehung der Menschheit	
1. Jugendgruppen, Frauen und »alte« Männer: die »drei Blöcke« der Primatengesellschaft	27
2. Die soziale Verdichtung als Voraussetzung der Homini- sation	32
3. Die Bezähmung der Altenmacht und der Weg der Ini- tiation für die Jungen	34
4. Regelungen des Verhältnisses der Generationen, das Schutz gewährt	37
5. Die Verallgemeinerung von Informationen schwächt die Altenposition	40
6. Arbeitsteilung und Lebensalter	41
7. Austausch oder Auswechselbarkeit – Versuch einer Kul- turbilanz	44
<i>Zweites Kapitel</i>	46
Die Macht der Ahnen	
1. Der schöne weiße Bart als Legitimation	46
2. Die Alten in kosmologisch-magischer Weltsicht	49
3. Initiation und Altenmacht	53
4. Warum »Achtung vor den Alten« in der Stammesgesell- schaft?	56
<i>Drittes Kapitel</i>	63
Bändigung der Altenmacht im frühen Europa	
1. Jenseits der Fluchgewalt der Alten: der Schritt vom Mythos zum Logos	65
2. Lernen als Selbstbehauptung gegenüber der Altenmacht: eine Botschaft der vorklassischen griechischen Philosophie	68
3. »Erneuerung« für alle Lebensalter: das Erbe jüdischen Glaubens	69
4. Zurück zum »lebenslangen« Gedächtnis?	71

	<i>Viertes Kapitel</i>	74
	Lebensphasen und Altersstatus in Geschichte und Gegenwart	
1.	Wie die Wissenschaft die Wirkung von Ideen über das Alter verfolgt	77
2.	Klassisch-griechische Theorien über Lebensphasen	79
3.	Über »reale« Beziehungen zwischen Jungen und Alten in der griechischen Stadtstaatkultur	84
4.	Das Familienmodell als Muster für Generationenbezie- hungen im alten Rom	86
5.	Christliche Ursprünge des europäischen Begriffs der »Erneuerung« im Lebenslauf	88
6.	Lebensphasen und Verjüngungsutopien im europäischen Mittelalter	90
7.	Jugend als heilsbringender Götterbote, Alter als Repräsen- tant »gelebten Lebens«: Ideale der europäischen Moderne	94
8.	Wirtschaftsentwicklung und Alterskategorien im späten 19. Jahrhundert	98
9.	Wissenschaft und Lerngesellschaft als Gestaltungsmächte der Lebensalter im 20. Jahrhundert	100
10.	Erzwungenes Aussteigertum – eine neue Alterskategorie der zweiten Lebenshälfte?	103
	<i>Fünftes Kapitel</i>	106
	Junge und Alte in der Familie	
1.	Über die historische europäische Familie und ihr Verhält- nis zu den Alten	108
2.	Die Alten im traditionellen Bauerntum und Handwerk	111
3.	Die Ideale der modernen Familie im Europa des 18. Jahr- hunderts	113
4.	Die realen Einflüsse auf die Familie durch Industriali- sierung und Verstädterung	115
5.	Historische Wandlungen in der Haushaltsführung der Älteren seit dem 18. Jahrhundert	118
6.	Strukturmerkmale des Lebenszyklus der Gegenwartsfami- lie	120
7.	Wechselseitige Unterstützung der Generationen in der Familie heute	123

8.	Betreuung und Pflege der Älteren durch die Familie in der Gegenwart	127
9.	Abhängigkeiten und Unfreiheit zwischen den Generationen in der Familie	135
10.	»Intimität auf Abstand« - eine Grundlage zur Selbstbestimmung in Beziehungen	137
11.	Die Bewältigung von intergenerativen Konflikten in der Familie	140
12.	Forderungen an Erziehung und Politik für die Familie	143
	<i>Sechstes Kapitel</i>	146
	Die Integration der Altersgruppen durch Familie und Umwelt - das Beispiel einer asiatischen Kultur	
1.	Pflegen und Verehren - Grundvorstellungen japanischer Sozialordnung	147
2.	»Vertikale Gesellschaft« und Altersprinzip in Japan	148
3.	Familienintegration oder zunehmende »Vereinzelung« der Alten?	150
4.	»Intimität auf Abstand« - eine mögliche Formel für Familienpolitik und Gerontologie auch in Japan?	152
5.	Gemeindeformen in Ost und West - Ist das Nachbarschaftsprinzip in Japan für Hilfeleistungen anwendbar?	154
6.	Wandlungen in der Bevölkerungsstruktur und in den Werthaltungen der japanischen Kultur	156
7.	»Aktivstand« statt Rückzug aus der Arbeit für die Alten in Japan	160
	<i>Siebentes Kapitel</i>	163
	Über Lebensziele	
1.	Entwicklung als Weg zum »Glück« Selbstgenügsamkeit heißt nicht Abschließung	165
2.	Selbstgenügsamkeit heißt nicht Abschließung - Ablösung und Aktivität sind nicht Gegensätze	168
3.	Ungewißheit über das Ich erlaubt mehr Autonomie in der Selbstsuche	172
4.	Neue Ziele: Leben in Stufen der Verzweiflung und auf dem Weg zum Vertrauen	175
5.	»Steigerung im Bewußtsein vom Selbst«	178

	<i>Achtes Kapitel</i>	180
	Biographie: ein Abbild gelebten Lebens?	
1.	Die »Singularität« im Lebenslauf	183
2.	Erzählte Lebensgeschichte und aktuelle soziale Lage	186
3.	Thesen zur Aufgliederung des Lebenslaufs	188
	<i>Neuntes Kapitel</i>	192
	Kampf und Anpassung der Generationen	
1.	Biographie im zeitgeschichtlichen Kontext	192
2.	Die Gleichzeitigkeit des Ungleichzeitigen	194
3.	Über die Kluft zwischen den Generationen	200
4.	Kohorten als »Kontrahenten«	203
5.	Väter und Mütter als Träger historischer Werte und Ideologien	203
	<i>Zehntes Kapitel</i>	206
	Illusionen und Chancen der Bildung in der zweiten Lebenshälfte	
1.	Zu den existentiellen Grundlagen eines gerontologischen Bildungsbegriffs	208
2.	Solidarisierung durch Selbstdarstellung?	209
3.	Drei Bereiche der Altenbildung	211
4.	Die Puzzle-Kultur der Medienwelt mit Magazincharakter	212
5.	Kann die Universität Bildung für die zweite Lebenshälfte bieten?	215
6.	Ausbildung, Weiterbildung, Seniorenstudium	218
7.	Teilnehmer-Untersuchung des Seniorenstudiums in Wien	219
8.	Biographie als Mittel der Erziehung	222
9.	Die Hochschule als vermittelnde Einrichtung oder als »Bildungsort«?	223
	<i>Elftes Kapitel</i>	224
	Vorbereitung auf das Alter – ein neuer Weg der Lebensgestaltung?	
1.	Altersvorbereitung – Gefahren gesellschaftlicher Programmierung und der »Klientelisierung« der Älteren	224
2.	Das neue »Eigenleben« der Alten – ein Status ohne verbindlichen Kulturbegriff	226

3.	Paradoxien im Verhältnis zum »Ruhestand«	227
4.	Altern, Entwicklung, »Erfüllung«: vom Sinn theoretischer Begriffe zur Altersvorbereitung	230
5.	Die Radikalität der Veränderung führt zur Individualität	233
6.	Einheit von Biographie und individuellem Zukunftsplan	234
7.	»Selbstbestimmung« als unabschließbarer Prozeß der Erkenntnis von »Bedeutungen«	235
8.	Innerlichkeit als Resonanz für das Selbst	236
9.	Das späte mittlere Alter als Schlüsselphase der Entwicklung	238
10.	Über die therapeutische und erzieherische Bedeutung des Selbstbegriffs im Lebenslauf	239
11.	»Kumulative Benachteiligung« auch im Zugang zur Bewußtseinsbildung	240
12.	Altersvorbereitung: Ziele, Bedingungen, Praktiken	242
13.	Vorbereitung auf Problembewältigung im Alter	244
	<i>Zwölftes Kapitel</i>	249
	Späte Freiheit – gibt es die überhaupt?	
1.	Versuch einer Improvisation, gemeinsam mit dem Leser	249
2.	Als Ausgangspunkt: empirische Beobachtungen in einem Tageszentrum	250
3.	»Zumutbarkeit« als Maßstab für Befreiung	253
4.	»Einschließlichkeit« als Bedingung für Freiheit	255
5.	Der sanfte Ruck: in »Gelassenheit« zur Befreiung	258
6.	Eine Freiheitschance: Maske statt Pose	263
7.	Barrieren gegen die »späte Freiheit«	265
8.	Freiheit und Individualisierung auch in der sexuellen Partnerschaft?	268
9.	Die Liebe in später Sicht	274
10.	Späte Freiheit und Endlichkeit	285
11.	Freiheit durch »Vorlaufen zum Tod« oder durch Annehmen von Liebe?	287
12.	Altern: ein Dilemma mit erschwerten Lösungsbedingungen	291
13.	Resignation oder »Kreativität aus dem Überschuß«?	293

Als Nachwort eine Schluß-Szene »Wir wollen trotzdem älter werden ...«	297
--	-----

## Anhang

1. Stichwort: »Gerontologie«	303
1.1 Die Untergliederung der Alterswissenschaften	303
1.2 Über biologische Veränderungen im Alter und Hinweise zu ihrer Beeinflußbarkeit	305
1.3 Änderungen körperlicher Funktionen im Alternsprozeß	307
1.4 Wie erklärt man das biologische Altern?	309
1.5 Der Einfluß von psychischem und sozialem Streß auf das	311
1.6 Was heißt soziologisches und psychologisches Alter?	312
1.7 Altern ändert sich von einer geschichtlichen Epoche zur anderen	314
1.8 Phasen in der zweiten Lebenshälfte und deren spezifische Krisen	315
1.9 Praxisrelevanz der Gerontologie (Alterns- und Lebenslauf-forschung in ihrer Anwendung auf Politik und Planung)	317
1.10 Wissenschaftliche Forschung in der Gerontologie und »Betroffene«	320
2. Demographische Dokumentation zur Alters-forschung: Rückblicke und Prognosen	322
2.1 Wandlungen der Bevölkerungsstruktur: Zunahme des An-teils Älterer im Weltmaßstab	322
2.2 Der Frauen-Überhang in der Bevölkerung der über 60jährigen	323
2.3 Überproportionale Zunahme der Ältesten in den Städten	324
2.4 Das »Ergrauen« der Bevölkerung in der Dritten Welt	324
2.5 Aktivitätsgrad und Erwerbsfähigkeit der Älteren	326
2.6 Wandlung der Arbeitsgesellschaft – Bildungschancen für Ältere?	327
3. UN-Aktionsplan zur Alterns- und Alterspolitik	329
3.1 Ökonomische Sicherung	329
3.2 Gesundheit	330
3.3 Arbeitswelt	330

3.4	Soziale Dienste	331
3.5	Kulturelle Teilnahme	331
3.6	Bildung	331
3.7	Familienbeziehungen	332
3.8	Kritik des UN-Aktionsplans zur Alterns- und Alterspolitik	333
4.	Über die Ungleichheit der Lebenschancen im Alter	335
	Anmerkungen	367
	Register	401