

Projekt „Lebensqualität im Alter: Kriterien für eine zielgruppengerechte Verbraucherinformation“, gefördert durch das Ministerium der Justiz und für Verbraucherschutz

Resümee der Befragungsergebnisse

Bei den Teilnehmerinnen und -teilnehmern an der Befragung waren Frauen gegenüber Männern überrepräsentiert. Die überwiegende Mehrheit aller befragten Personen war zwischen 60 und 79 Jahre alt. Vor allem jüngere Befragungsteilnehmerinnen und -teilnehmer besaßen weitaus häufiger einen hohen Bildungs- bzw. Schulabschluss. Ältere Personen wiesen indes weitaus häufiger einen Volks- bzw. Hauptschulabschluss und/oder einen Realschulabschluss auf, eine Tendenz, die der gesamtdeutschen Verteilungsstruktur entspricht. Insgesamt beteiligten sich, gemessen am bundesdeutschen Durchschnitt, jedoch überdurchschnittlich gut ausgebildete Personen an der Befragung. Insbesondere die weiblichen Befragten besaßen, unter Berücksichtigung der Altersverteilung, häufig einen höheren Bildungsabschluss.

Der Gesundheitszustand entsprach weitgehend dem gesamtdeutschen Durchschnitt. Mit zunehmendem Alter traten bei den meisten Befragten visuelle, akustische und/oder motorische Beeinträchtigungen zutage, und Erkrankungen traten vermehrt auf. Die häufigsten Erkrankungsarten waren Bluthochdruck, Gelenkerkrankungen, Allergien, chronische Schmerzen, Wirbelsäulenschäden und Diabetes. Vor allem Frauen litten im fortgeschrittenen Alter unter Multimorbidität. Auch der Hilfebedarf der Teilnehmerinnen und Teilnehmer entsprach weitgehend dem gesamtdeutschen Durchschnitt. Im Alltag waren vor allem Lebenspartner und -partnerinnen für die Erbringung von Hilfeleistungen wichtig.

Um einen systematischen Vergleich von einzelnen Aspekten der Lebensqualität vornehmen zu können, bewerteten die Befragungsteilnehmerinnen und -teilnehmern eine Reihe von Einflussfaktoren, die in der Forschungsliteratur und in Experteninterviews als relevant erachtet worden waren. Zu ihnen wurden im Durchschnitt folgende Ergebnisse erzielt:

Tab. 1: Einflussfaktoren für Lebensqualität (sehr wichtig = 3 / gar nicht wichtig = 0):

Aspekte der Lebensqualität	Mittelwert
Sich seelisch wohlfühlen	2,8 ¹
Selbstbestimmt entscheiden	2,8
Sich körperlich wohlfühlen	2,8
Sich in seinem Zuhause wohlfühlen	2,7
Unabhängig sein	2,6
Würde bewahren können	2,6
Sich sicher fühlen	2,6
Privatsphäre haben	2,5
Materiell abgesichert sein	2,5
Respektiert werden	2,5

¹ Bei identischen Werten entscheidet die zweite Ziffer hinter dem Komma über die Position in der Rangfolge.

Eine Vertrauensperson haben	2,5
Freunde haben	2,4
Einer sinnvollen Beschäftigung nachgehen	2,4
Ruhe finden	2,3
Natur erleben	2,3
Am öffentlichen Leben teilnehmen	2,2
Kulturelle und geistige Interessen pflegen	2,2
Die Familie um sich haben	2,2
Sich bewegen / sportlich betätigen	2,2
In eine Gemeinschaft eingebunden sein	2,2
Wohnkomfort haben	2,1
Essen und Trinken genießen	2,1
Hobbys nachgehen	2,0
Von anderen gebraucht werden	2,0
Ausflüge machen / verreisen	2,0
Eine Liebesbeziehung haben	1,7
Ein spirituelles bzw. religiöses Leben führen	1,5

Hinsichtlich der Einflussfaktoren für Lebensqualität im Alter und bei Hilfebedarf zeigte sich, dass Gesundheit im Sinne des seelischen und körperlichen Wohlbefindens von der Mehrheit der Befragungsteilnehmerinnen und -teilnehmer als zentraler Faktor für die Realisierung von Lebensqualität betrachtet wird. Dies gilt insbesondere dann, wenn ein Hilfebedarf vorliegt. Für eine starke Minderheit von immerhin fast 40% ist Gesundheit zwar wichtig, aber nicht zwangsläufig das Allerwichtigste. Harmonische Beziehungen zu anderen, vor allem auch zum festen Partner oder zur festen Partnerin, Spiritualität, Zufriedenheit und das Gefühl, mit sich im Reinen zu sein, sind wirkungsvolle Einflussfaktoren, die die Bedeutung der Gesundheit relativieren können. Insbesondere ein höheres Bildungsniveau scheint dazu zu führen, dass Gesundheit nicht als die wichtigste Voraussetzung für Lebensqualität betrachtet wird.

Weitere sehr wichtige Einflussfaktoren für die Realisierung von Lebensqualität sind selbstbestimmte Entscheidungen, Unabhängigkeit, der Respekt von anderen, das Bewahren von Würde sowie ein Zuhause, in dem man sich wohlfühlen kann und das Privatsphäre ermöglicht. Alter, Geschlecht, Bildungsniveau und Hilfebedarf beeinflussen die Wahrnehmung dieser Faktoren. So wird es mit zunehmendem Alter tendenziell als relevanter für Lebensqualität erlebt, von anderen gebraucht zu werden, die Familie um sich zu haben, materiell abgesichert zu sein, Ruhe zu finden, sich sicher zu fühlen und ein spirituelles Leben zu führen. Männer, die häufiger als Frauen auch im hohen Alter noch in einer festen Partnerschaft leben, betonen die Bedeutung einer Liebesbeziehung; Frauen scheinen demgegenüber ihre Erwartungen an die geringe Wahrscheinlichkeit angepasst zu haben, im höheren Alter noch einen neuen Partner zu finden. Während für Personen mit niedrigem Schulabschluss oft Fragen der materiellen Absicherung im Vordergrund stehen, sind sinnvolle Beschäftigungen für Menschen mit hohem Bildungsabschluss in vielen Fällen der Schlüssel für Lebensqualität.

Solange durch Unterstützungsleistungen bei Hilfebedarf der Umzug in eine Senioreneinrichtung vermieden werden kann, wird der Einfluss dieser Angebote auf die eigene Lebensqualität überwiegend positiv beurteilt; nur selten wird eine Beeinträchtigung der Lebensqualität durch sie geäußert. Unterstützungsleistungen wirken sich wie folgt auf die Lebensqualität bei Hilfebedarf in der eigenen Häuslichkeit aus:

Tab. 2: Einfluss von Unterstützungsleistungen in der eigenen Häuslichkeit auf Aspekte der Lebensqualität (sehr positiv = +2 / sehr negativ = -2)

Aspekte der Lebensqualität	Mittelwert
Sich in seinem Zuhause wohlfühlen	1,6
Sich sicher fühlen	1,4
Selbstbestimmt entscheiden	1,4
Unabhängig sein	1,4
Würde bewahren können	1,4
Eine Vertrauensperson haben	1,4
Sich seelisch wohlfühlen	1,3
Privatsphäre haben	1,3
Respektiert werden	1,3
Sich körperlich wohlfühlen	1,2
Die Familie um sich haben	1,2
In eine Gemeinschaft eingebunden sein	1,1
Freunde haben	1,1
Essen und Trinken genießen	1,1
Ruhe finden	1,1
Seinen Hobbys nachgehen	0,9

Anders verhält es sich, wenn der Hilfebedarf ein Leben in einer Senioreneinrichtung erfordert. Sehr positiven Äußerungen zu dessen Einfluss auf die Lebensqualität stehen zahlreiche Nennungen gegenüber, nach denen relevante Aspekte für Lebensqualität beeinträchtigt werden. Die folgende Tabelle zeigt, wie sich Unterstützungsleistungen in Senioreneinrichtungen auf einzelne Aspekte der Lebensqualität im Durchschnitt auswirken. In vielen Aspekten variierten die Bewertungen der einzelnen Befragten sehr stark. Dies legt nahe, dass sich hierin die Qualitätsunterschiede in den Leistungen unterschiedlicher Senioreneinrichtungen reflektieren und in diesem Zusammenhang noch immer ein beträchtliches Verbesserungspotential besteht.

Tab. 3: Einfluss von Unterstützungsleistungen in Senioreneinrichtungen auf Aspekte der Lebensqualität (sehr positiv = +2 / sehr negativ = -2)

Aspekte der Lebensqualität	Mittelwert
Respektiert werden	1,0
Würde bewahren können	1,0
Sich körperlich wohlfühlen	1,0
Sich sicher fühlen	1,0
In eine Gemeinschaft eingebunden sein	1,0
Selbstbestimmt entscheiden	0,9
Ruhe finden	0,9

Sich seelisch wohlfühlen	0,8
Wohnkomfort haben	0,8
Sich in seinem Zuhause wohlfühlen	0,8
Privatsphäre haben	0,8
Unabhängig sein	0,8
Essen und Trinken genießen	0,8
Eine Vertrauensperson haben	0,7
Freunde haben	0,7
Einer sinnvollen Beschäftigung nachgehen	0,7
Materiell abgesichert sein	0,7
Am öffentlichen Leben teilnehmen	0,7
Ein spirituelles / religiöses Leben führen	0,7
Von anderen gebraucht werden	0,6
Hobbys nachgehen	0,6
Natur erleben	0,6
Die Familie um sich haben	0,4
Ausflüge machen / verreisen	0,4
Sich bewegen / sportlich betätigen	0,4
Kulturelle und geistige Interessen pflegen	0,4
Eine Liebesbeziehung haben	-0,1

Insgesamt bewerteten die Befragungsteilnehmerinnen und -teilnehmer ihre persönliche Lebensqualität überwiegend positiv. In zahlreichen Beiträgen begründeten sie zudem differenziert, welche Maßnahmen die Lebensqualität im Alter und bei Hilfebedarf fördern würden und riefen Verbände und Politik zum Handeln auf. Dabei entließen sie sich selbst nicht aus der Pflicht. Weitgehende Zustimmung fand die Aussage: „Für meine Lebensqualität ist es wichtig, dass ich selbst etwas für meine Gesundheit tue.“

Tab. 4: Förderung von Lebensqualität im Alter und bei Pflegebedarf durch ausgewählte Maßnahmen (trifft voll und ganz zu = 3 / trifft gar nicht zu = 0)

Maßnahmen	Mittelwert
Für meine Lebensqualität ist es wichtig, dass ich selbst etwas für meine Gesundheit tue.	2,7
Für die Lebensqualität im Alter sind Angebote zur Gesundheitsförderung besonders wichtig.	2,5
Die Politik sollte mehr unternehmen, um die Lebensqualität im Alter zu fördern.	2,4
Wenn Familienangehörige zu weit entfernt wohnen, können Ehrenamtliche, z. B. durch Besuchsdienste, einen wichtigen Beitrag gegen Vereinsamung im Alter leisten.	2,2
Für meine Lebensqualität ist es wichtig, dass ich Zugang zu Beratungs- und Unterstützungsangeboten habe.	2,1
Das Internet leistet einen wichtigen Beitrag zu meiner Lebensqualität.	1,9