

**Zeitschrift:** Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zürich  
**Band:** - (2008)  
**Heft:** 2

**Artikel:** Nicht nur Hahn im Korb, zum Teil auch gefährdet und verunsichert : Männer im Alter - Altern von Männern  
**Autor:** Höpflinger, François  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-819058>

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 10.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Nicht nur Hahn im Korb, zum Teil auch gefährdet und verunsichert

# Männer im Alter – Altern von Männern

Auch im Alter sehen Lebenswelten von Frauen und Männern unterschiedlich aus. Was die Besonderheiten männlichen Alter(n)s sind, beschreibt der Soziologe François Höpflinger, der sich schon seit vielen Jahren mit diesem Thema befasst.

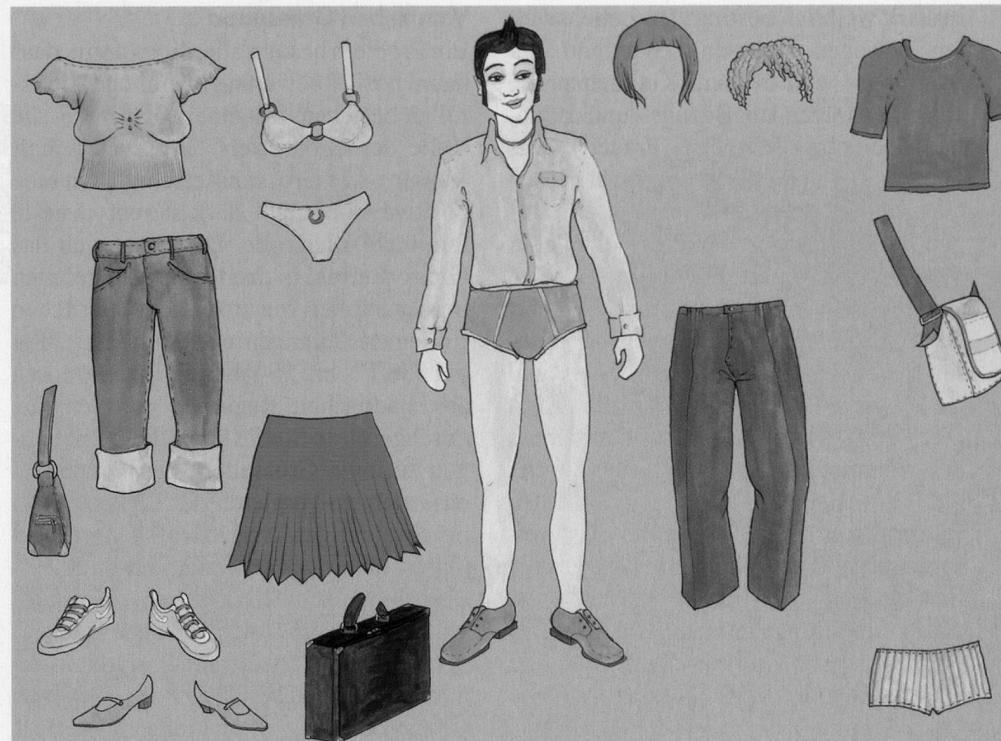
François Höpflinger\*

Männer sind im Vergleich zu gleichaltrigen Frauen auch im Alter oft eine sozial privilegierte Gruppe. So liegt das Armutsrisko älterer Männer tiefer als bei Frauen, und während Frauen im Alter zumeist allein leben und mehrheitlich verwitwet sind, leben Männer auch im Alter oft in einer Paarbeziehung, und ihr Risiko einer Verwitwung ist deutlich tiefer. Sie können damit häufiger von einer privaten weiblichen Pflege im Alter profitieren (und sie wechseln seltener in ein Pflegeheim).

Andererseits unterliegen Männer einem höheren Risiko, vorzeitig zu sterben. Männer zeigen in nahezu allen Altersgruppen ein höheres Mortalitätsrisiko, und damit schöpfen mehr Männer als Frauen die Chancen eines langen Lebens nicht aus. Dadurch werden Männer im Alter zu einer Minderheit, die in einer weitgehend von Frauen bestimmten Umwelt und Pflegewelt zu leben hat. Im höheren Alter werden gleichzeitig beruflich oder sportlich definierte Männlichkeitvorstellungen fragwürdig (da auch der männliche Körper biologischen und hormonalen Altersprozessen unterliegt). Die Lebenslage älterer Männer ist allerdings sehr unterschiedlich, und das Geschlecht ist auch bei Männern immer nur ein Faktor unter vielen. Ähnlich wie ältere Frauen bilden auch ältere Männer eine heterogene Gruppe.

## Frühere biografische Geschehnisse sind prägend

Vereinfacht formuliert lassen sich im höheren Lebensalter zwei gegensätzliche Gruppen von Männern ausmachen: Einerseits zeichnet sich eine grosse Gruppe älterer Männer durch eine ausgeprägte



Im späteren Lebensalter werden bisher gelebte männliche Werte oft durch mehr weibliche Anteile ergänzt.

Unauffälligkeit bezüglich materieller und sozialer Lebensaspekte aus. Diese Männer weisen eine gute materielle Alterssicherung aus, haben gute Ressourcen für eine aktive Lebensgestaltung auch nach der Pensionierung, und sie sind meist eingebettet in eine langjährige Partnerbeziehung, die oft auf Formen einer traditionellen männlich-weiblichen Arbeitsteilung beruht. Problematisch ist bei dieser Gruppe von Männern höchstens ein ungenügendes Gesundheitsverhalten und eine zu starke Abhängigkeit von der Partnerin (was bei Partnerverlust zu Problemen führen kann).

Andererseits existiert eine (zahlenmäßig ansteigende) Gruppe von Männern, die schon während ihres Berufslebens wirtschaftliche und soziale Desintegrationsprozesse erlebt haben, sei es aufgrund von langjähriger Arbeitslosigkeit und erzwungener Frühpensionierung, sei es aber auch aufgrund von Suchtproblemen

(Alkoholismus), unbewältigter Ehescheidung usw. Die Einschränkungen und biografischen Brüche während der Berufsjahre führen bei diesen Männern im Alter zu erhöhten Risiken (sofern sie überhaupt alt werden). Mangelnde materielle Sicherheit und lückenhafte soziale Integration im mittleren Lebensalter wirken sich in der nachberuflichen Lebensphase in einem vergleichsweise geringen Bewältigungs- und Kompensationspotenzial aus. Bei dieser Gruppe wenig integrierter, isolierter Männer ist nicht so sehr das Alter das Hauptproblem, sondern es sind primär die Nachwirkungen einer negativ erlebten beziehungsweise missglückten beruflichen und familialen Karriere im mittleren Lebensalter.

## Weiblich bestimmte Lebenswelten

Mit steigendem Lebensalter befinden sich Männer zunehmend in einer sozio-demografischen Minderheitsposition, was auch

\* François Höpflinger ist Titularprofessor für Soziologie an der Universität Zürich und seit 1999 Forschungsdirektor am Universitären Institut Alter und Generationen/Ages et Générations (INAG) in Sion.

ihre Lebensumwelt beeinflusst: Sie müssen sich – zumindest was Gleichaltrigkontakte betrifft – immer mehr in einer stark weiblich geprägten Umwelt bewegen. Dies ist vor allem bei Alten- und Pflegeeinrichtungen ausgeprägt, wo nicht nur die Bewohnerschaft grossmehrheitlich weiblich ist, sondern auch das Pflegepersonal. Es ist jedenfalls auffällig, dass männliche Individuen sich heute sowohl zu Beginn als auch am Ende ihres Lebens in stark weiblich bestimmten Lebenswelten bewegen (müssen): Während der Säuglings- und frühen Kindheitsphase sind die prägenden Bezugs- und Erziehungspersonen zumeist Frauen (was durch die Entwicklung zur «vaterlosen Gesellschaft» verstärkt wurde). Im Jugend- und Erwachsenenalter stehen eher geschlechtlich gemischte Gruppen im Zentrum. Im höheren Lebensalter kehrt sich das Bild erneut, und Frauen dominieren sowohl zahlenmäßig wie auch sozial immer mehr. Bei einigen Männern führt dies zum «Hahn-im-Korb-Phänomen», bei anderen Männern jedoch zu einer tiefen Verunsicherung und zum sozialen Rückzug aus einer Welt, in der durchsetzungsstarke Frauen immer bestimmender werden; sei es als Mitbewohnerinnen von Alters- und Pflegeheimen, sei es als Pflegefachpersonen in Familien, Spitälern oder ambulanter Altersbetreuung.

## Männlichkeitsbilder und männliches Altern

Gesellschaftlicher Wertewandel wie auch emanzipatorische Bestrebungen von Frauen haben in den letzten Jahrzehnten zu einem Verlust von klaren Männlichkeitsvorstellungen beigetragen. Dies trägt in einigen Gruppen älterer Männer zu einer ausgeprägten Verunsicherung bei. Umgekehrt erschwert bei einigen Männern aus älteren Generationen gerade eine zu starke Orientierung an veralteten Männlichkeitsidealen ihr Altern. In der gerontologischen Forschung wird seit Längerem die These vertreten, dass eine Persönlichkeitsentwicklung in Richtung eines Ausgleichs von männlichen und weiblichen Eigenschaften gerade im höheren Lebensalter wichtig sei. Neuere Studien lassen tatsächlich erkennen, dass eine einseitige Orientierung an traditionellen männlichen Rollenbildern im Übergang zum höheren Lebensalter zu Anpassungsschwierigkeiten und Beeinträchtigungen der körperlichen und psychischen Gesundheit führen kann. In einer deutschen Studie zum Altern

bei Männern wurde deutlich, dass einerseits ältere Männer mit niedriger Fitness mehr Beschwerden vermerken, weil sie eine schlechte Gesundheitsvorsorge pflegen. Andererseits war aber auch eine hohe Fitness – gekoppelt mit stark maskuliner Orientierung – mit mehr Beschwerden assoziiert, weil auch viel Fitnesstraining schliesslich die Altersprozesse nicht aufzuhalten vermag.

## Vom lieben Grosspapa ...

Ein Problem besteht allerdings darin, dass kaum positiv bewertete männliche Altersrollen bestehen, mit einer Ausnahme: die Rolle des Grossvaters. Grossvaterschaft – analog wie Grossmutter- und Grosselternschaft – ist eine positive, aber auch stark stereotypisierte familiale Altersrolle. Dabei hat sich das Grossvaterbild in den letzten Jahrzehnten immer stärker von männlich-väterlichen Rollenvorstellungen entfernt. Eine 2004 bei 658 12- bis 16-jährigen Enkelkindern aus städtischen Regionen der Schweiz durchgeführte Studie über ihre Beziehungen zu ihren Grosseltern liess erkennen, dass sich im Vergleich der Eigenschaftsbeschreibungen von Grossvätern und Grossmüttern zwar weiterhin einige Unterschiede nachweisen lassen, aber diese Unterschiede sind nicht besonders ausgeprägt: Grossmütter werden (weiterhin) häufiger als liebevoll eingeschätzt als Grossväter, aber die heutigen Enkelkinder stufen auch eine grosse Mehrheit ihrer Grossväter als liebevoll ein. Auch Kontakthäufigkeit und Ausmass an gemeinsamen Aktivitäten variieren kaum nach Geschlecht der Grosseltern (wie auch nicht nach dem Geschlecht der Enkelkinder). Geschlechtsdifferenzen der Enkelkind-Grosseltern-Beziehungen sind weniger ausgeprägt als oft vermutet wird, und heutige Enkelkinder erleben heute eine weitgehend «geschlechtsneutrale» Beziehung zu Grossmüttern und Grossvätern. Auch dies kann auf einen verstärkten Trend zu einer stärker androgynen (androgyn = männliche und weibliche Merkmale vereinigend) Gestaltung männlichen Alters deuten (zumindest im Umgang mit der jüngsten Familiengeneration).

## Weitere Facetten männlicher Werte

Eine «Androgynie des späteren Lebensalters» bei Männern impliziert allerdings keineswegs «Verweiblichung älterer Männer», sondern die Ergänzung bisher gelebter männlicher Werte durch mehr weibliche Anteile, etwa bezüglich

Gefühlen, sozialem Umgang usw. Schon in der von Ursula Lehr durchgeführten Bonner Längsschnittstudie wurde sichtbar, dass Männer, die im Vergleich zu ihren Geschlechtsgenossen länger lebten, häufiger um die Erhaltung und Ausweitung sozialer Kontakte bemüht waren und eher von Gefühlen der inneren Verbundenheit, der Akzeptanz und des Vertrauens im zwischenmenschlichen Bereich berichteten. Auch neuere Forschungsstudien unterstützen die Feststellung, dass Männern, denen es im Übergang zum höheren Lebensalter gelingt, Partnerschaft und Familie höher zu bewerten und flexibel auf emotionale Lebenselemente zurückzugreifen, sich eher durch ein besseres Wohlbefinden auszeichnen. Umgekehrt tendieren ältere Männer, die hartnäckig auf jugendlich-männliche Werte ausgerichtet sind, dazu, ihre altersbedingten körperlichen Leistungseinbussen zu verdrängen, mit der Folge, dass sie sich unter Umständen nicht altersadäquat verhalten und körperlichen Raubbau betreiben.

*Benützte Literatur;*  
*Höpflinger, François (2002) Männer im Alter, Fachpublikation Pro Senectute Schweiz, Nr. 11, Zürich: Pro Senectute Schweiz (frz.: Vieillir au masculin, Pro Senectute Schweiz).*

*Höpflinger, François; Hummel, Cornelia; Hugentobler, Valérie (2006) Enkelkinder und ihre Grosseltern. Intergenerationelle Beziehungen im Wandel, Zürich: Seismo.*  
*Höpflinger, François (2007) Männer im Alter – Altern von Männern, in: Walter Hollstein, Michael Matzner (Hrsg.) Soziale Arbeit mit Jungen und Männern, München/Basel: Ernst Reinhardt Verlag: 243–259.*