

Zeitschrift: Zenit
Herausgeber: Pro Senectute Kanton Luzern
Band: - (2010)
Heft: 3

Artikel: "Sinnfragen werden immer wichtiger"
Autor: Buholzer, Sonja A. / Mahnig, Emil
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-820714>

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: 17.01.2026

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

«Sinnfragen werden immer wichtiger»

Wie erlebt eine erfolgreiche Unternehmerin die Generation der Babyboomer? Was verändern die Menschen, die jetzt langsam «ins Alter» kommen? Dr. Sonja A. Buholzer erlebt und berät Wirtschafts- und Politgrössen aufmerksam. Darunter auch viele Frauen im Management.

Sie kennen die Wirtschaft und die Wirtschaftsvertreter aus verschiedenen Perspektiven. Sind die Babyboomer, also die Jahrgänge zwischen 1945 und 1965, anders als die anderen?
Es ist wohl die erste Generation, welche die Wahlfreiheit zwischen Business und Familie oder beidem hatte und noch hat. Das macht das Leben – vor allem für die Frauen – nicht einfacher. Das gabs so noch nie. Die Männer haben diese Freiheit erst teilweise entdeckt, Frauen haben dafür immer noch die Qual der Wahl – bis das Alter erreicht ist, wo sich diese Fragen dann erübrigen. Der Preis der Karriere muss dabei jeweils stets neu ausgelotet werden.

Sie tönen es an: Eine verunsicherte Generation?

Ich erlebe diese Generation in meinen täglichen Beratungen und Gesprächen tatsächlich als unsichere Generation. Als Generation, die zwischen Alt und Neu steht, die eingeladen ist, ein Stück Pionierarbeit zu leisten. Viele Menschen zwischen 45 und 55 schwanken zwischen Abenteuerlust und Resignation, zwischen Aufbruch und Bequemlichkeit. Man könnte dies als generationenspezifische Wechselbäder bezeichnen.

Stehen die Babyboomer zu dieser Unsicherheit?

Menschen, die sich bei mir beraten lassen, stellen sich diese Fragen und haben Lust auf einen Bruch oder Ausbruch, weil sie selber schon sehr viel erlebt haben. «Jetzt bin ich 50, was will ich die nächsten zehn oder zwanzig Jahre noch machen», ist eine Frage, die oft auftaucht. Das ist neu: Wir reden nicht von Pensionierungsalter oder dass es jetzt bergab geht. Viele stellen Sinnfragen, etwa wie das eigene Schaffen künftig einen Mehrwert für Gesellschaft oder Natur beinhalten könnte.

Kann man daraus schliessen, dass diese Generationen ein gutes Erbe zurücklassen, wenn sie einmal kürzer treten?

Reife, erfahrene Menschen ab fünfzig sind wie ein gut gereifter Wein – bloss, dass man sie in unserem Gesell-

schaftssystem langsam in einen Pseudoruhestand schickt und deren Wissen und Erfahrungen somit verschleudert. Unsere Gesellschaft zeichnet eine grosse innere Armut aus, die gerade ältere Menschen mit Erfahrung füllen könnten. Die Wirtschaft muss den Faktor «reife Menschen» erst noch entdecken. Diese werden einerseits selber neue Berufe und Dienstleistungen schaffen, durch ihre zunehmenden Bedürfnisse aber auch neue entstehen lassen. Mobilität ist dabei ein wichtiges Stichwort – vom Autofahren bis zu neuen Transportmöglichkeiten. Aber ich denke auch an ein neues Mentoringssystem, das viele junge, weniger erfahrene Manager unterstützen kann. Auch das wäre eine wichtige Dienstleistung. Heterogene Teams in Alter, Geschlecht, Bildung und Kulturhintergrund sind wissenschaftlich erwiesen kreativer, innovativer, erfolgreicher.

Muss die Politik also gründlich übers Pensionierungsalter nachdenken?

Leider ist die Politik selten ideell beflügelt, die Diskussion läuft über Finanzen. Man sollte das Ganze nicht aus der Perspektive der Machbarkeit und der Politik anschauen, sondern man muss den Menschen gerecht werden, die älter werden, gesünder sind. Es gilt also nicht einfach festzulegen, wann jemand «alt» ist, sondern mittels Pools das Können der Menschen zu nutzen und ihnen Nutzungsmöglichkeiten geben. Das Wissen und die Erfahrungen älterer Menschen werden vom Lehrling bis zur Jungmanagerin sehr geschätzt.

Freiwilligenarbeit bringt dem Staat heute viel und vermindert grosse Kosten. Wird dies in Zukunft so bleiben?

Ich kann mir vorstellen, dass heute ab 60 «ein neuer Lebensabschnitt» geplant wird und für die herkömmliche Freiwilligenarbeit erst später Zeit vorhanden ist. Vorstellbar ist auch, dass etwa Reisen, Auslandaufenthalte oder gar eigene neue Firmen in den dritten Lebensabschnitt eingeplant werden, weil man sich selber noc-



«Die Wirtschaft muss die reifen Menschen erst noch entdecken», davon ist Wirtschaftsberaterin und Philosophin Sonja A. Buholzer, hier mit ihrer Changa, überzeugt.

mals verwirklichen will. Die Bereitschaft für Freiwilligen- und soziale Arbeit ist deshalb nicht verschwunden, kommt künftig aber vielleicht, wie erwähnt, erst später zum Tragen. Die Zeit, in der man von drei Lebensabschnitten gesprochen hat, ist vorbei. Es werden in Zukunft mindestens vier Abschnitte sein.

Spielt die Solidarität zwischen den Generationen auch weiterhin?

In dieser Frage habe ich eine selektive Wahrnehmung. Die Menschen, die ich höre, leben ein Familienleben – nicht immer ein intaktes, aber ein sozial verträgliches. Da spüre ich Solidarität und Verständnis. Das hat sich nicht geändert. Wenn ein Kind Respekt und Achtung lernt, bleibt dies auch im Alter erhalten und die Toleranz bleibt bestehen.

Gehen Babyboomer ins Altersheim?

Viele «Freigeister» werden neue Lösungen im Bereich Privat Care suchen und finden. Sie wollen individuell betreut werden, wenn sie im Alter pflegebedürftig werden. Aber klar: Auch diese Generationen werden in Alterssiedlungen und Altersheimen leben bzw. leben müssen.

Haben Sie sich schon mit dem eigenen Älterwerden befasst?

Älterwerden beginnt ab dem ersten Lebenstag! Reifer

werden ist die Frage, den eigenen Sinn finden, sinn-voll leben und arbeiten, dieser Welt etwas Bleibendes hinterlassen, dies sind die zentralen Fragen vor allem anderen. Jung bleiben im Denken, kreativ bleiben im Wirken – all dies sind Themen, die Jahre zur Reifung brauchen, dies hält auch alte Menschen jung. Altern ist eine Einstellungssache, Leben ist eine Einstellungssache. Sinnfragen werden wichtiger, Grenzen zu ziehen und einmal Nein zu sagen gehören dazu.

Die 68er sind ja nicht eben als seriös lebende Gruppe bekannt. Sie aber leben gesund?

Ich gehöre nicht zur 68er-Generation, habe sie nur am Rande mitbekommen als Kind. Aber klar ist, dass Stress, viel Arbeit, Zeitverschiebungen durch Reisen und tägliche Berufsanforderungen eine Work-Life-Balance verlangen. Gesundes Essen (ich bin Vegetarierin), täglich drei Liter Wasser, regelmässiger Sport, Spaziergänge mit unserer Galga-Windhündin, Tauchen, Reisen und Kultur schaffen einen gesunden Ausgleich zum Stress, was entscheidend ist, für Erfolg. Ich habe beruflich einige Menschen kennengelernt und zusehen müssen, wie schnell «ein Fass überlaufen», wie Raubbau am eigenen Körper zum Burnout führen kann. Ein Gesundheitsbewusstsein – vom Schlafen bis zur Bewegung – ist deshalb sehr wichtig. Raubbau rächt sich erst im Alter.

Interview: Emil Mahnig

Buchtipps

Gerade erschienen ist das Buch von Sonja A. Buholzer: «Die Frau im Haifischbecken». Die bekannte Autorin und Wirtschaftsfrau schaut sich aus den Tiefen ihrer persönlichen Tauchgänge in den Meeren die Welt aus gesunder Distanz an. Mehr Emotionen, mehr Ethik, mehr Menschlichkeit – Wünsche und Hoffnungen,



entstanden aus Begegnungen in der Stille der Meere, umgeben von Haien. Solche gibt es auch im Businessalltag. Sonja A. Buholzer weiss davon zu erzählen, vermittelt Lesefreude und einen Blick hinter die Kulissen manches Ereignisses. Die gebürtige Stadt Luzernerin ist Inhaberin der europaweit tätigen Wirtschaftsberatung Vestalia Vision in Zürich und berät das Who is who aus Wirtschaft und Politik. Sie ist gefragte Wirtschaftsreferentin, mehrfache Bestsellerautorin und bekannt aus Fernsehen und Radio. Sie gilt als Wirtschaftsethikerin mit Mut zu Klartext. Mehr zu ihr und ihrem Unternehmen unter www.vestalia.ch