

# Familiale intergenerationale Care-Arbeit

## Erwartungen, Ambivalenzen und Möglichkeiten

Prof. em. Dr. Pasqualina Perrig-Chiello

1

## Übersicht

- ERWARTUNGEN: Auswirkungen des langen Lebens auf die familialen intergenerationalen Beziehungen: eine komplexe Dynamik
- AMBIVALENZEN: Zwei familiale Generationen gleichzeitig in Transition:
  - Transition der erwachsenen Kinder: filiale Krise und Reife
  - Transition ins hohe Alter: parentale Krise und Reife
- MÖGLICHKEITEN gelingender Übergänge

2

2

## ERWARTUNGEN

**Auswirkungen des langen Lebens auf die  
familialen intergenerationalen  
Beziehungen –  
eine komplexe Dynamik**

3

Wandel und Konstanz

## Gesellschaft im Wandel – Familie im Wandel

### Wandel: Struktur hat sich verändert

- Bohnenstangenfamilie
- Längeres Zusammenleben der Generationen
- Konzentration von Solidaritätsansprüchen auf immer weniger Angehörige

### Konstanz: Funktion hat sich nicht verändert

Liebe, Geborgenheit, Hilfe und Unterstützung sind universelle und zeitüberdauernde Bedürfnisse.

4

## Das lange Leben – Errungenschaft mit Schattenseiten **Ängste und Hoffnungen**

### **Ängste:**

- Pflegebedürftigkeit/ Abhängigkeit
- Schwere Erkrankungen
- Demenz
- Einsamkeit

### **Hoffnungen:**

- Autonomie, Gesundheit, körperliche Fitness
- Soziale Beziehungen/eine Vertrauensperson haben
- Geistige Fitness
- Finanzielle Sicherheit

*Beutelmayer, 2024, Silver-Living-Studie*

5

5

## **Selbstbestimmung und Intimität bis zuletzt -** zentrale Bedürfnisse, insbesondere im hohen Alter

Zuhause bleiben können trotz Krankheit und Einschränkungen:

- Intimität, Nähe, Privatheit
- Selbstbestimmung

Gesellschaftlicher Wandel und Individualisierung verstärken den Trend: neue Bedürfnisse einer neuen Generation von Senior\*innen.

Indikator: Zunahme sozialmedizinischer Betreuung älterer Menschen zu Hause: wachsender Spitex-Bereich

(Spitex-Statistik /Statistik sozialmedizinischer Institutionen BFS 2023).

6

6

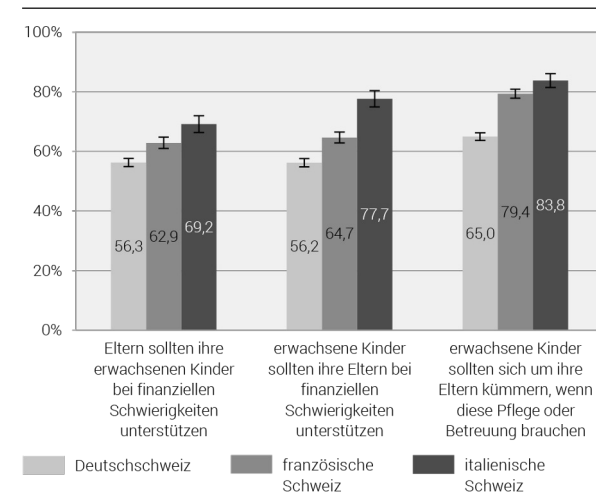
## Zuhause alt werden **Ohne betreuende Angehörige geht es nicht**

Angehörigenbetreuung wird in unserer Gesellschaft erwartet und (noch) erbracht:

- Gut die Hälfte der Menschen 85plus sind hilfs- und/oder pflegebedürftig.
- Mehrheit (rund 80%) Menschen wird zu Hause betreut.
- Gefordert sind primär Partner\*innen, zumeist selber fragil; am häufigsten jedoch erwachsene Töchter und Söhne (50-65 J.), rund 2/3 davon sind erwerbstätig.

7

## **Hohe Erwartungen an familiäre Solidarität**



I Vertrauensintervall (95%)

Quelle: BFS – Erhebung zu Familien und Generationen (EFG)

© BFS 2021

8

## AMBIVALENZEN

### Zwei familiale Generationen gleichzeitig in Transition

Transition in die zweite Lebenshälfte: familiale Sandwich-Position, filiale Krise und Reife

Transition ins hohe Alter: parentale Krise/Reife?

9

9

### Transition in die zweite Lebenshälfte Die mittleren Jahre - eine dichte Zeit

10

10

### Übergang in die zweite Lebenshälfte Zeit des Umbruchs und des Wandels

Persönliche Übergänge: Nicht mehr jung noch alt

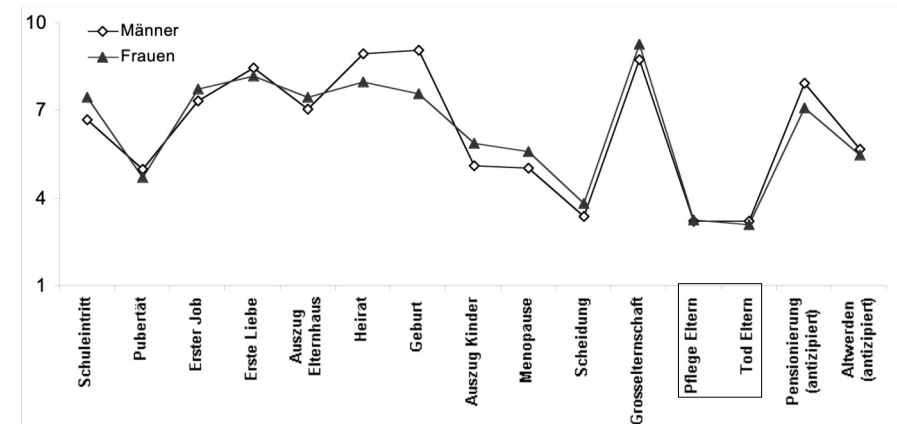
- Körperliche Veränderungen
- Neue Zeitperspektive > Lebensbilanzierung, Sinnfragen

Partnerschaftliche u. familiale Übergänge: Neudefinition als Partner, Eltern, Kinder

- Sandwich-Position: Sorge für Kinder und Eltern
- Scheidungen

Berufliche Übergänge: Höhepunkt, More of the same?  
Neuorientierung, Burn-outs; Bore-outs, Wiedereinstieg, Ausstieg

### Pflege und Tod der Eltern als negativ erlebte Transitionen im mittleren Alter (1= sehr negativ, 10= sehr positiv)



Perrig-Chiello 2011; 2024

10.12.12

12

## **Pflege Angehöriger – die Kosten** körperlich, psychisch, sozial und finanziell

«Hidden Patients»: Betreuende Angehörige haben ein erhöhtes Risiko für psychische Probleme wie Angstzuständen und Depressionen sowie körperlichen Beschwerden, die bis zu Burnout führen können.

Chronischer Stress: Die Belastung steigt mit der Dauer der Pflege und der Zunahme der Pflegebedürftigkeit, was zu einer stark beeinträchtigten Lebensqualität und eingeschränkter Erholung führt.

Zukunftsaussicht: Armut im Alter?

13

13

## **Ambivalente Beziehung und filiale Krise**

Pflegebedürftigkeit alter Eltern führt bei Töchtern und Söhnen häufig zu ambivalent oft auch krisenhaft erlebten Rollenumkehrungen > Filiale Krise.

So ist das Pflichtgefühl hoch, den Eltern zu helfen, wenn diese Unterstützung brauchen.

Gleichzeitig äussert eine Mehrheit, dass die Eltern zu viel erwarten und nicht realisieren würden, dass sie sich auch um die eigenen Familie kümmern müssen.

14

14

## **Filiale Reife – eine Entwicklungsaufgabe**

Die Rollen verändern sich, aber Eltern bleiben Eltern und Kinder Kinder > schwieriger Balanceakt der Identitätsfindung:

Filiale Liebe

Filiale Verpflichtung

Filiale Hilfsbereitschaft

Filiale Hilfe: Art und Mass an gegebener Hilfe

Filiale Autonomie

Elterliche Rücksichtnahme

Familiäre Solidarität und Hilfe

Erlangen der Filialen Reife ist abhängig von: Persönlichkeit, sozialem Kontext vor allem aber von Bindungssicherheit

(M. Blenkner, 1965; A. Marcoen, 1995)

15

## **Bindung –** Schlüsselement intergenerationeller Hilfe

Eine sichere Bindung ist assoziiert mit mehr Empathie, soziale Verantwortung und Hilfsbereitschaft:

- Bindungssichere Personen weisen ein höheres Mass an filialer Liebe, Hilfe, Hilfsbereitschaft und Verpflichtung auf, als bindungsunsichere.
- Hohe Werte von filialer Autonomie sind mit tiefen Werten bei filialer Hilfe und Hilfsbereitschaft.

Bindungsmuster werden intergenerationell weitergegeben:

- Enger Zusammenhang zwischen filialer Reife (G2) und sicherer Bindung zu eigenen Kindern (G3)
- Eine starke Abgrenzung gegenüber alten Eltern widerspiegelt sich in einer tiefen Bindungsqualität zu eigenen Kindern: negative Korrelation zwischen hoher filialer Autonomie und sicherer Bindung zu eigenen Kindern.

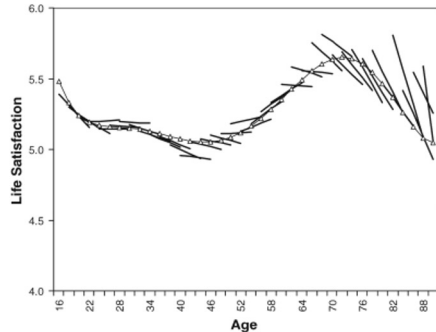
Perrig-Chiello 2012; 2014

16

## Übergang ins hohe Alter

Ultimative Erfahrung der eigenen Grenzen

Lebenszufriedenheit über die Lebensspanne



Baird et al., 2010

### Gute Nachricht:

- längere Lebenserwartung in guter Gesundheit
- Hohe Adaptationsfähigkeit
- Entwicklungspotenzial bis ins hohe Alter

### Weniger gute Nachricht:

- Zunahme Mehrfacherkrankungen
- Erhöhtes Demenzrisiko
- Soziale Verluste, Einsamkeit
- Verlust von Mobilität und Autonomie
- Heimeintritt

17

## Das hohe Alter – eine narzisstische Kränkung?

Erleben der «stärksten narzisstischen Kränkung»  
(Leopold Rosenmayr, 2007)

Angesichts der nun fühlbar werdenden Endlichkeit und der offensichtlich werdenden, begrenzten sterblichen Natur, kommt es zu einer grundlegenden Konfrontation bisheriger Überschätzungen mit dem realen Selbst (Otto Kernberg, 1989).

18

18

## Generativität –

eine Schlüsselqualifikation des hohen Alters

Generativität = Verantwortung und Engagement für nachkommende Generationen.

Eine zentrale Dimension von Generativität im hohen Lebensalters ist Selbstverantwortlichkeit, auch um die Belastung der Kinder zu reduzieren.

Ambulante, professionelle sowie intragenerationelle Hilfe zum Selbständigkeitserhalt im hohen Lebensalter wird immer mehr zu einer zentralen Säule des Generationenvertrags des 21. Jahrhunderts.

## Parentale Reife – eine Entwicklungsaufgabe

Elterliche (parentale) Reife bedeutet, dass alte Eltern

- ihre eigene Hilfsbedürftigkeit anerkennen und akzeptieren.
- die Hilfe ihrer Kinder annehmen können, ohne sich in eine kindliche Rolle gedrängt zu fühlen.
- dabei aber die Selbstverantwortung nicht abgeben und ihre Kinder nicht in eine Fürsorgerolle drängen.
- nicht an der ursprünglichen Elternrolle festhalten, sondern die Beziehung auf Augenhöhe gestalten.
- Ihren erwachsenen Kindern zugestehen, ihr eigenes Leben führen zu können.

## MÖGLICHKEITEN gelingender Übergänge

### Fazit

21

21

## Lebensübergänge erfordern Neudefinition der Identität

Identität entwickelt sich im Spannungsfeld zwischen persönlichen Bedürfnissen und Erwartungen der Umwelt.

Veränderungen sind Teil des Lebens verlangen stete Anpassung. Für beide Generationen bedingt das eine Neuausrichtung familialer Rollen und der Identität:

- Loslassen gewohnter Rollen und Neudefinition neuer - aber kein Rollentausch!
- Reorganisation des Lebens
- Neudefinition der Identität

Umgang mit Loslassen, Unsicherheit, Ambivalenz und Neubeginn ist nicht einfach, jedoch grosse individuelle Unterschiede abhängig von Bindung, Persönlichkeit und Lebenslage.

22

Individuelle Ebene

## Umgang mit Ambivalenzen

### Information und Empowerment:

Ambivalenzen als »normaler« Bestandteil dieser Lebenssituation akzeptieren und thematisieren.

Durch das Zulassen und Erforschen der widersprüchlichen Gefühle können alte Eltern wie erwachsene Kinder ein tieferes Verständnis für sich selbst und für die Gegenseite entwickeln.

Dies erleichtert eine klarere Rollen Neudefinition auf individueller, partnerschaftlichen und familialer Ebene.

**Jedenfalls wichtig: Self-Care!**

23

Gesellschaftliche Ebene

## Familie und Care-Arbeit brauchen eine gesellschaftliche Anerkennung

- Entlastungsmöglichkeiten schaffen (Gemeinde, -Kantonebene)
- Gesellschaftliche Anerkennung: ideell und faktisch
- Vereinbarkeit Beruf-Familie auch in späteren Lebensphasen ermöglichen (z.B. am Arbeitsplatz).
- Wahlverwandtschaften werden wichtiger und sollen anerkannt werden
- Nachbarschaftshilfe
- Koordinierte ambulante Hilfe und Pflege

24

## Ausblick

- CH: 2050 doppelt so viele über 80-Jährige wie heute. Jede 10. Person ist über 80 (BFS 2020).
- Kleinere Familien, weniger oder keine Nachkommen führen zur Notwendigkeit der Neudefinition von Familie bzw. von Angehörigen. Familiäre Beziehungen werden durch ausserfamiliäre ergänzt werden müssen.
- Trend zur Spezialisierung: Angehörige leisten primär Hilfe und Betreuung, Professionelle hingegen Pflege.
- Zunehmende Technologisierung der Pflege (Smart Homes, Distance Care-Giving)
- Einsamkeit bleibt ein Thema!

25

25



26