



Die Relevanz sozialer Strukturen für ein sportlich aktives Alter(n)

Prof. Dr. Ilse Hartmann-Tews

Sport im Alter

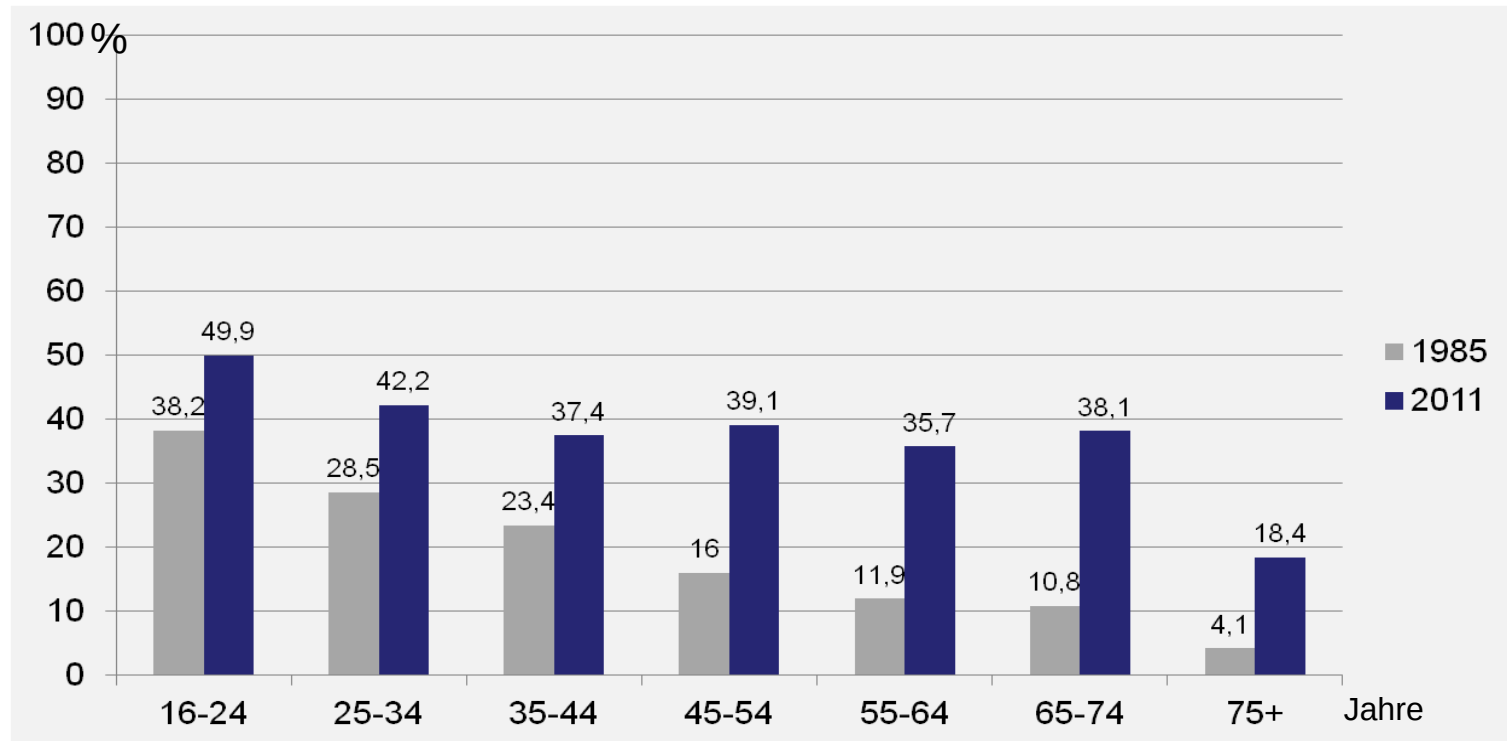
- Zwischen Sitzkreis und Supermarathon -

6. Tagung der Marie-Luise und Ernst Becker Stiftung

25. - 26. September 2014



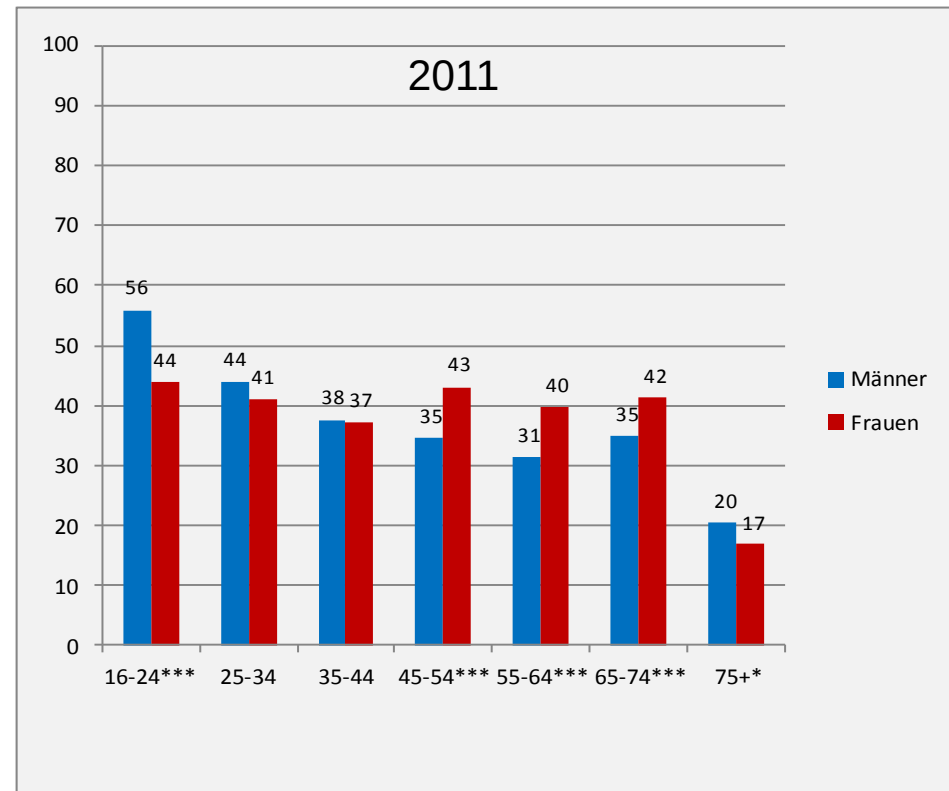
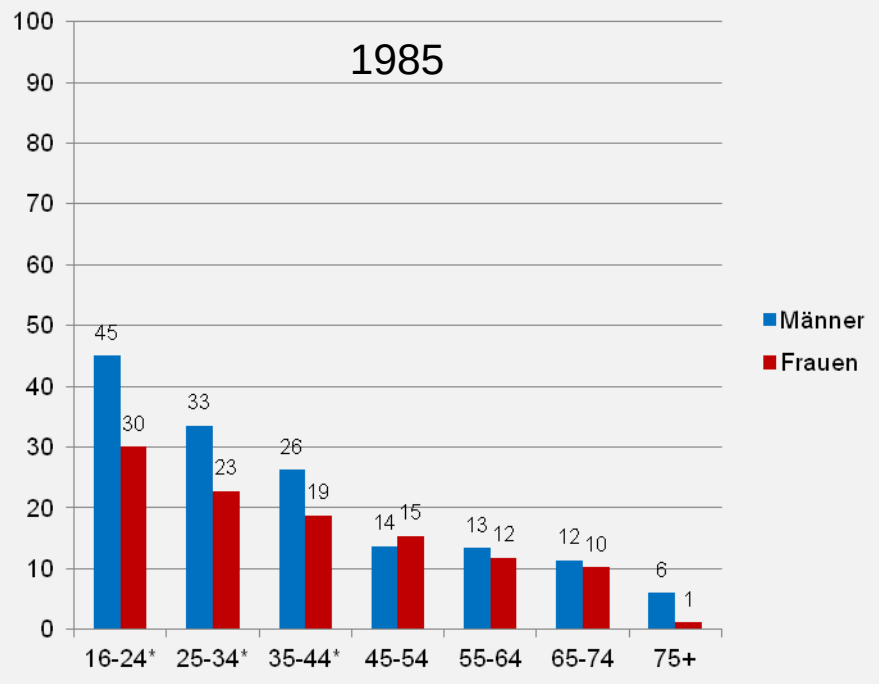
Entwicklung der Sportaktivität 1985-2011



Sportaktivität mind. einmal pro Woche



Entwicklung der Sportaktivität 1985 und 2011 differenziert nach Geschlecht



Sportaktivität (mind. einmal pro Woche);
Daten: DIW Berlin, SOEP v28, 2012, eigene Darstellung



Die Relevanz sozialer Strukturen für ein sportlich aktives Alter(n)

**Theoretische Perspektiven & Empirische Einsichten
Herausforderungen**

Empirische Einsichten

Aktueller Forschungsstand

&

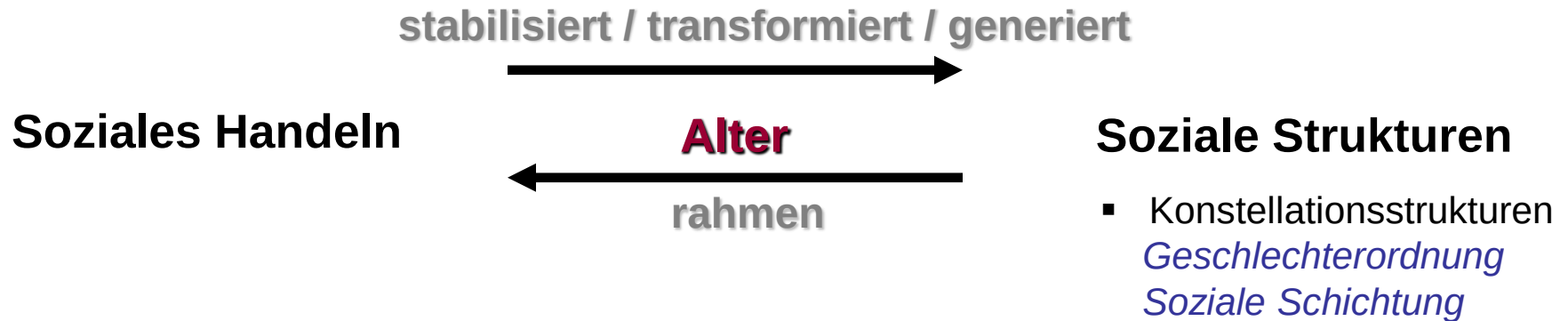
Eigene Untersuchungen:

- Diskursive Interviews: 55- bis 75-Jährige (n = 15)
- CATI: 55- bis 75-Jährige im Kölner Raum (n= 560), repräsentativ nach Alter und Geschlecht
- Dokumentenanalyse: Organisationen des Sports (n = 15)
- ExpertInneninterviews: Führungskräfte der Organisationen (n = 8)

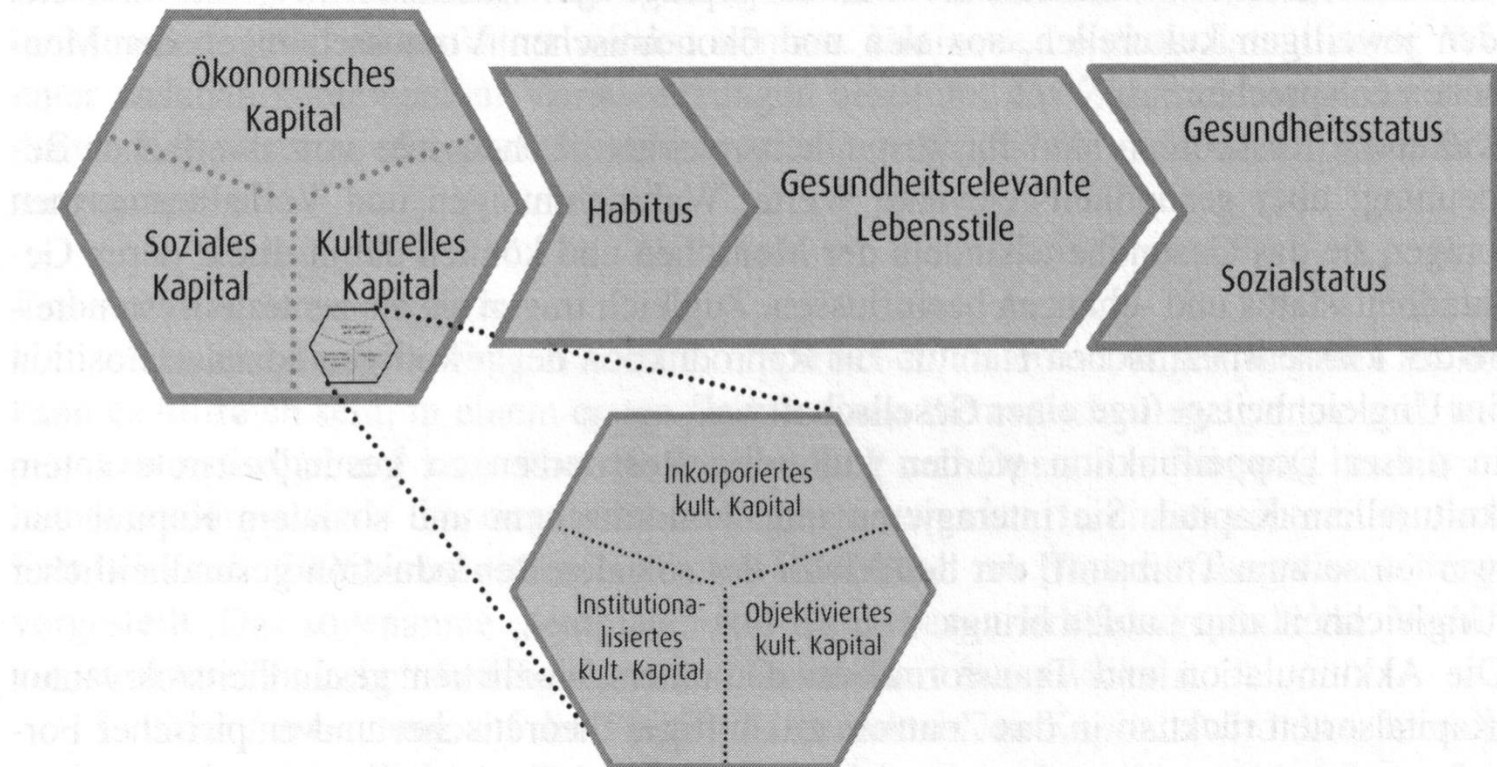




Aktiver Lebensstil im höheren Alter ?

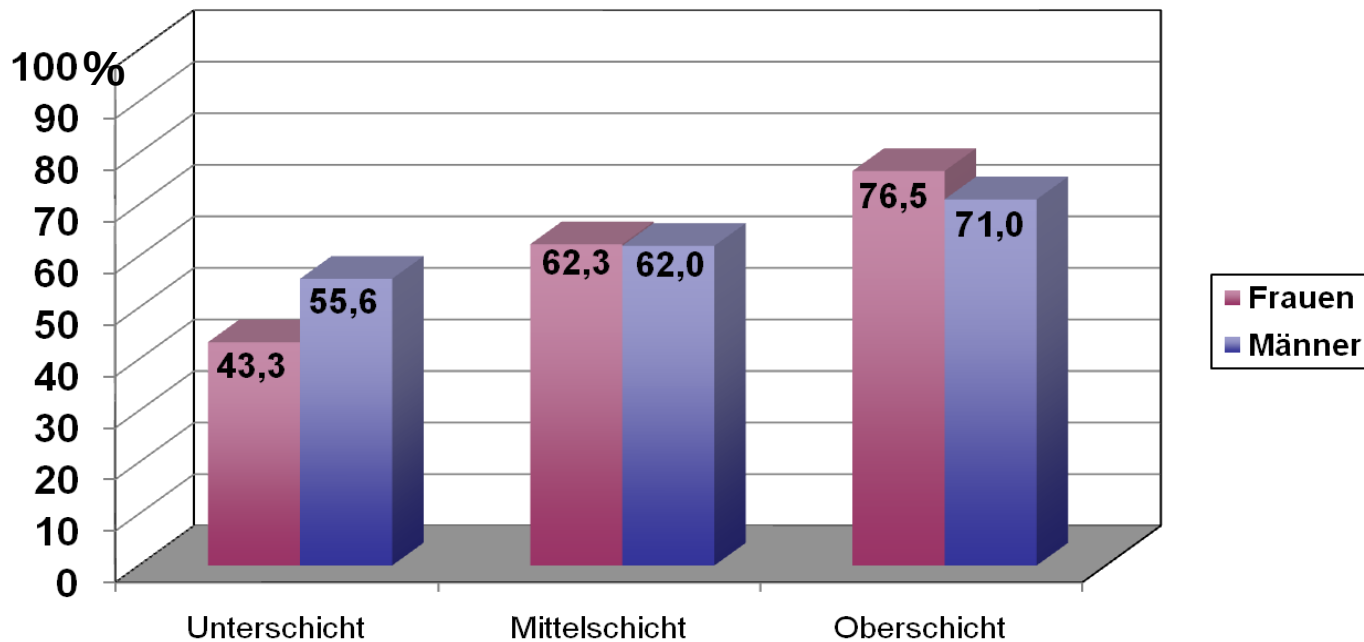


Soziale Schichtung und deren Wirkungszusammenhänge





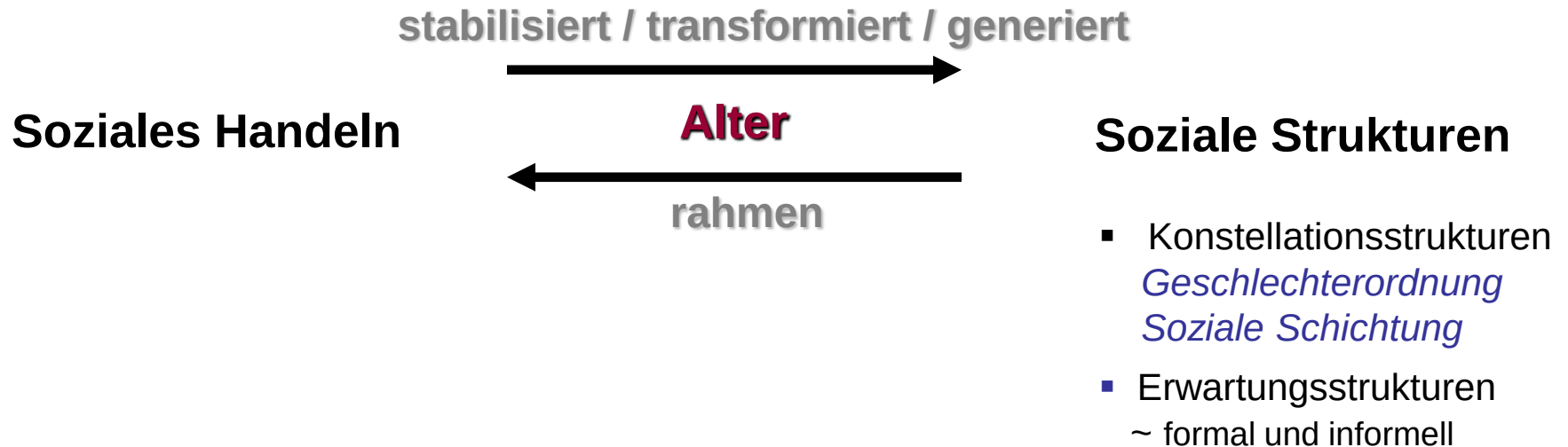
Sportliche Aktivität 55+ differenziert nach sozialer Schicht und Geschlecht



Chi²: Gesamt $p < .01$, Frauen $p < .01$ / Männer n.s.



Aktiver Lebensstil im höheren Alter ?





Erwartungsstrukturen



richtig
fit_{ab50}





Aktiver Lebensstil als gesellschaftliche Norm

Sportlich aktiv zu sein, heißt ...

„das Wohlbefinden, dass ich der Kasse niemals zu Last gefallen bin, die Sozialgemeinschaft nicht belastet habe, die ja durch diese Leute kaputt gemacht wird. (...) Denn ich bin doch für mich verantwortlich, für meine Person. (...) Ich falle meiner Familie dadurch nie zu Last und die haben keine Arbeit mit mir.“

(M1, 75 Jahre, 467)

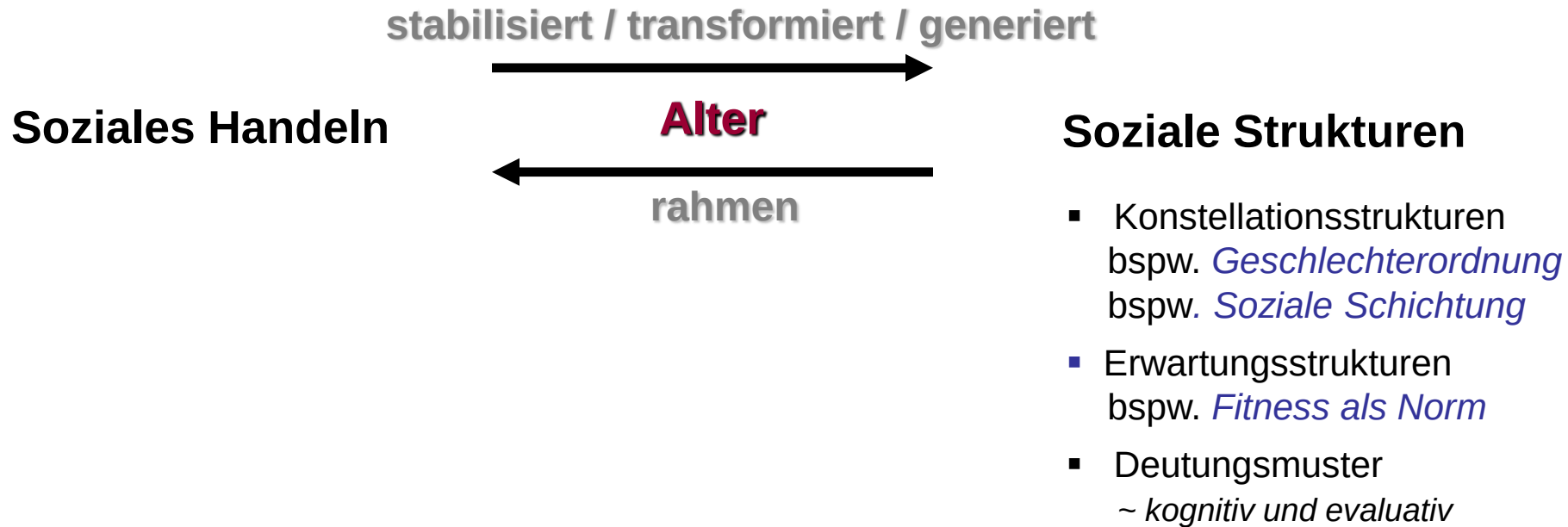
CATI der 55- bis 75-Jährigen im Kölner Raum

„Man sollte ein schlechtes Gewissen haben, wenn man nicht genug für seine Gesundheit tut“

„Man sollte ein schlechtes Gewissen haben, wenn man sich im Alter nicht genügend sportlich bewegt“



Aktiver Lebensstil im höheren Alter ?





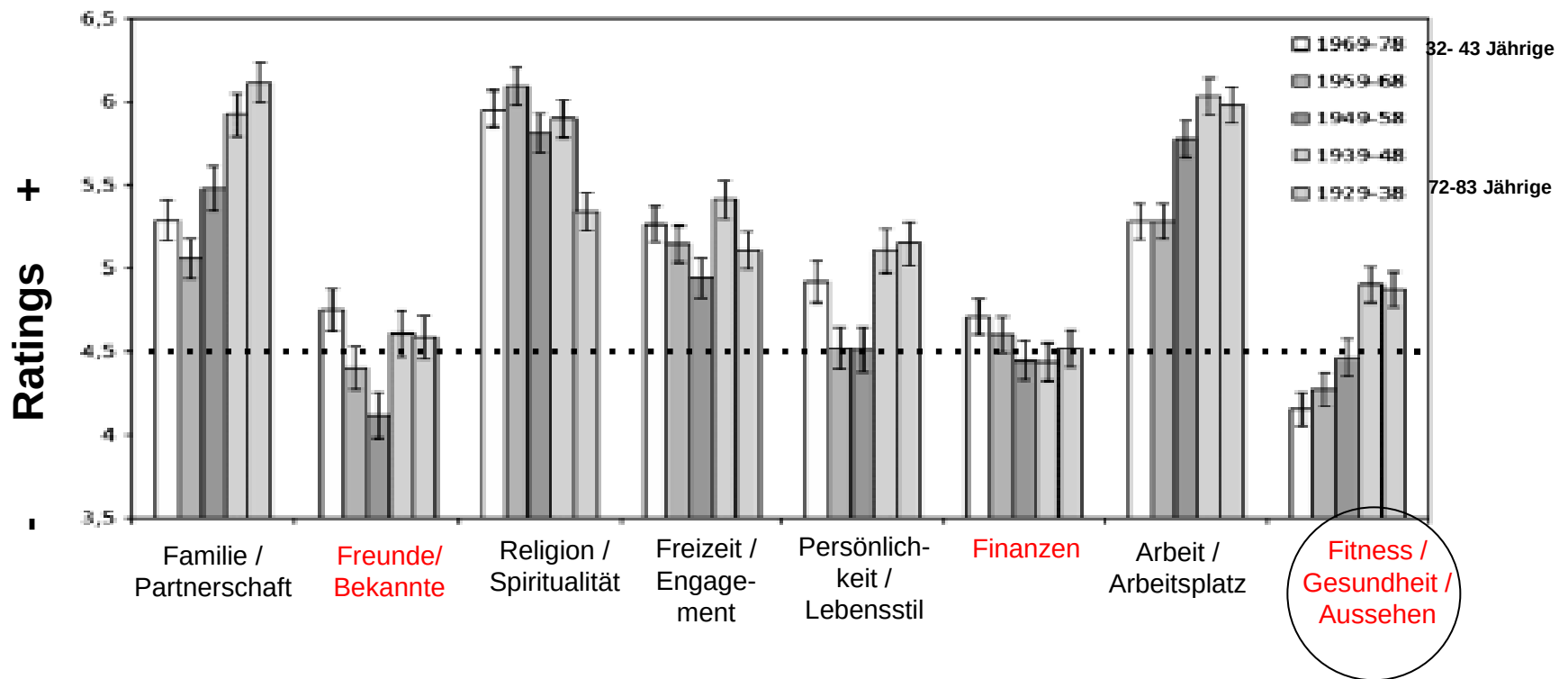
Kollektive Deutungsmuster über das Alter

Vorstellungen über Alter(n) und Altsein variieren in Bezug auf Lebensbereiche

- Familie und Partnerschaft
- Freunde und Bekannte
- Religion und Spiritualität
- Freizeitaktivitäten und soziales Engagement
- Persönlichkeit und Lebensstil
- Finanzielle Situation
- Arbeit und Arbeitsplatz
- physische und mentale Fitness, Gesundheit, Erscheinungsbild

⇒ abhängig vom Alter der Befragten, Geschlecht und sozialer Schicht

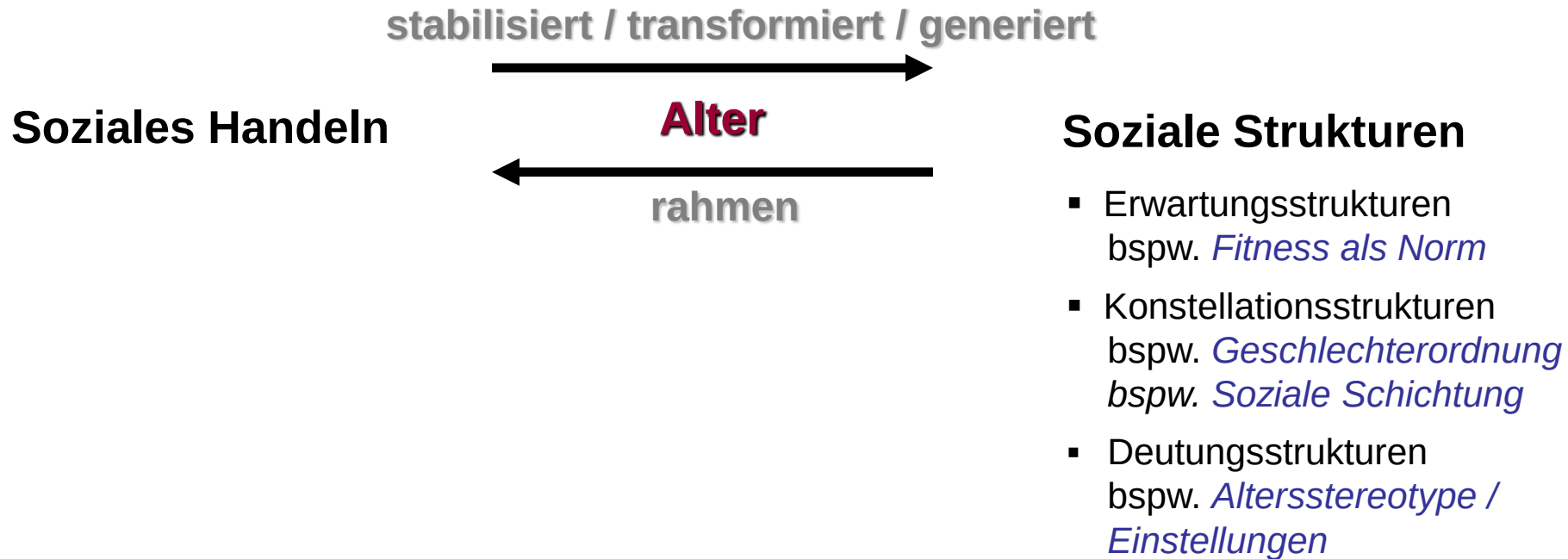
Kollektive Deutungsmuster über das Alter(n)



Skala 1 = negativer Pol bis 8 = positiver Pol



Aktiver Lebensstil im höheren Alter ?





Altersinduzierte Herausforderungen

- im Kontext von Konstellationsstrukturen -

„Ja das ist doch klar: in dem Moment, wo man etwas älter wird, **dann bleiben auch die Kräfte irgendwie auf der Strecke**. Da muss ich ganz offen zu stehen und das ist auch kein Problem.

(M4, 61 Jahre: 263).

„Ich habe **mit zunehmendem Alter, habe ich zugenommen** (...) und das macht müde und unbeweglich und alles, ja.. ... Ich hab' schon so wenig gegessen, dass ich eigentlich dachte, davon kann man eigentlich nur abnehmen. Stimmt aber nicht, wenn man immer nur sich nicht bewegt, verbraucht man auch keine Kalorien“

(F7, 61 Jahre: 22).

Abnehmende Mobilität

Double standard of ageing?

Nachlassende Attraktivität

Vereinsamung



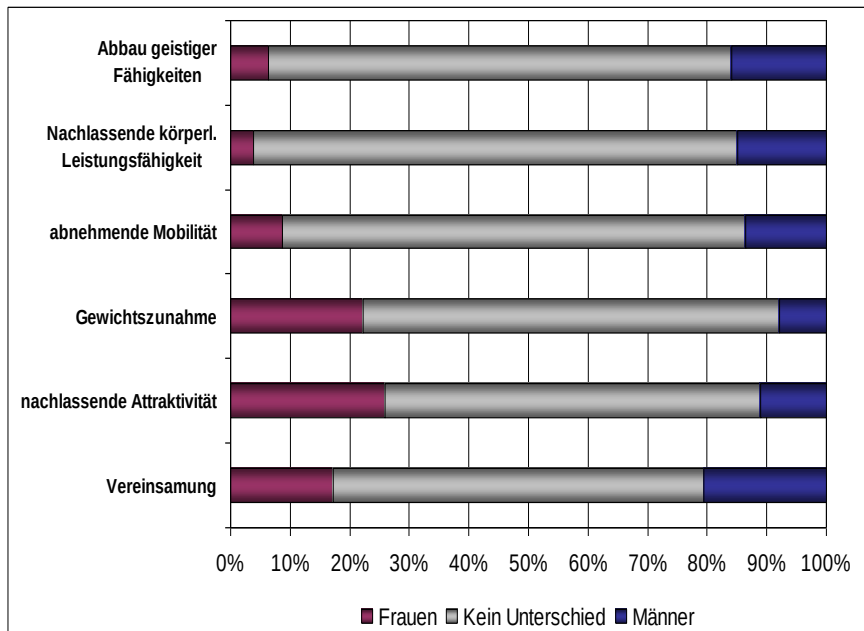
Kognitive Deutungsmuster über das Altern

= double standard of ageing

= schichttypische Wahrnehmungen und Zuschreibung

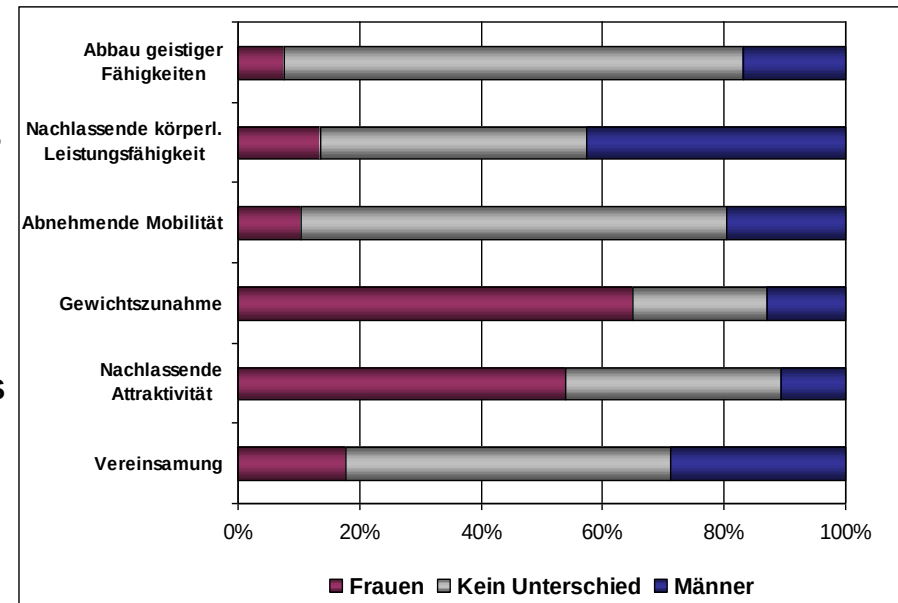
... Veränderungen im Alter

... Probleme damit zurecht zukommen



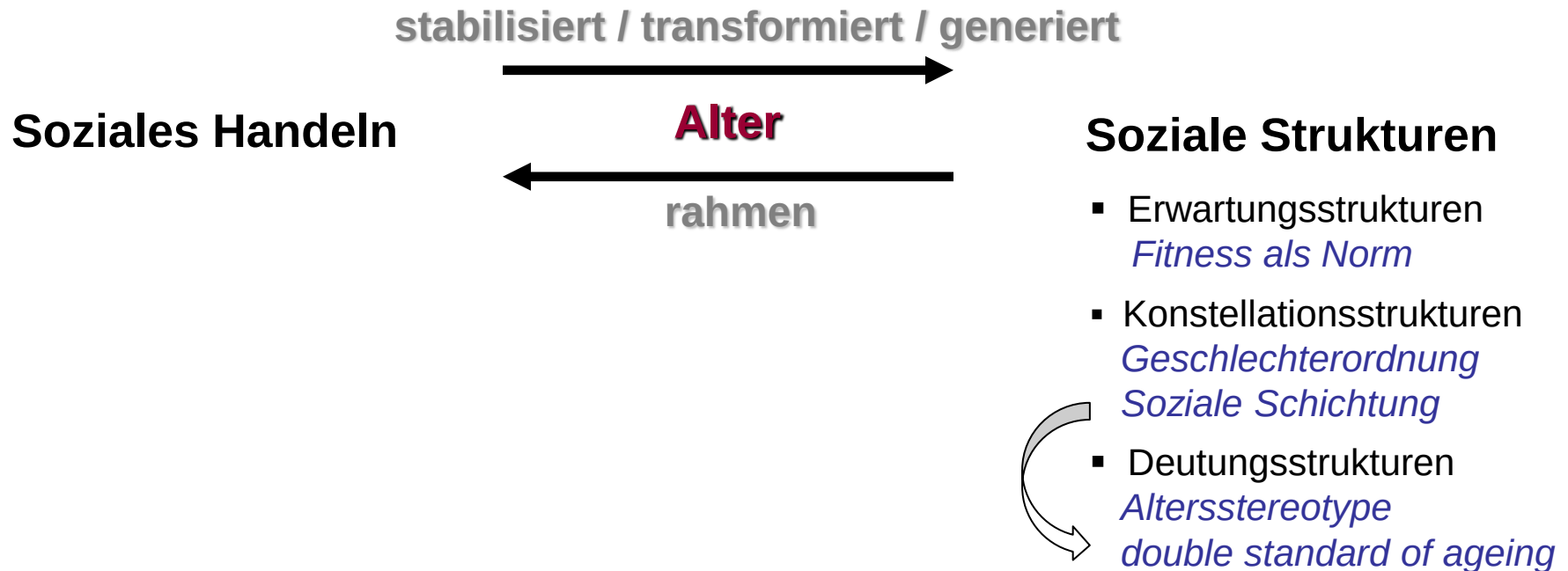
➤ OS

➤ OS

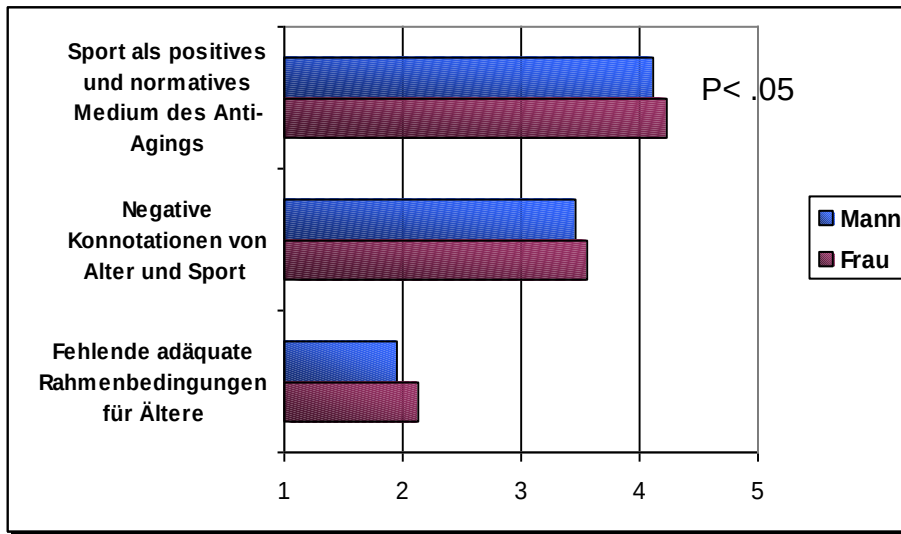




Aktiver Lebensstil im höheren Alter ?



Einstellung zum Sport im Alter differenziert nach Geschlecht



Zustimmung auf einer Skala von 1 „gar nicht“ bis 5 „sehr stark“

Sport als positives und normatives Medium des Anti-Aging

- hält Alterungsprozess auf
- beugt dem geistigen Abbau vor
- erhöht Wohlbefinden und Lebensfreude
- schlechtes Gewissen bei Inaktivität
-

Motive

- Funktionale Fitness & Autonomie
- Naturnähe & Entspannung



Geschlechtliche Konnotation von Sportarten

„Also ich kann nur sagen, mein Mann würde nie in eine Gymnastikgruppe gehen. Das wäre für ihn das Lächerlichste. Er würde einen Dauerlauf machen, aber ... nee, Gymnastik.“
(F1, 59 J., Z. 129)

„Ich bin da in diesem Body-Studio so ein – so ein komischer Typ, den alle bewundern, dass der das macht. Und zwar einmal ist es sowieso schon komisch, wenn man als Mann bei der Aerobic mitmacht, was eine Domäne der Frau ist. *Und dann noch in meinem Alter.*“
(M6, 69 J., Z. 561).

**„Aber, das ist nichts für Weicheier,
da muss man richtig powern!“**



Aktiver Lebensstil im höheren Alter ?

stabilisiert / transformiert / generiert

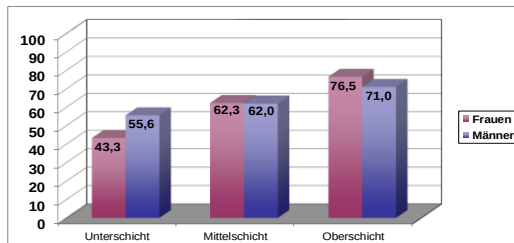
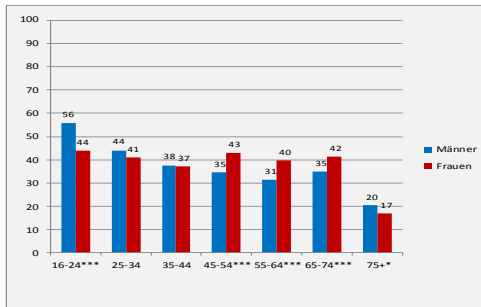
Alter

rahmen

Soziales Handeln

Soziale Strukturen

- Erwartungsstrukturen
Fitness als Norm
- Konstellationsstrukturen
Geschlechterordnung
Soziale Schichtung
- Deutungsstrukturen
Altersstereotype
double standard of ageing
Einstellung/Motive Sport
Konnotation Sport





Die Relevanz sozialer Strukturen für ein sportlich aktives Alter(n)

Theoretische Perspektiven & Empirische Einsichten

Herausforderung

- Wissenschaft:
intersektionale Perspektive in der Soziogerontologie
- Politik:
Identifikation der Kumulation sozialer Ungleichheiten und nachhaltige Politik