

Geleitwort von Univ.-Prof. Dr. Toni Faltermaier

Die Lebensphase des Alters und die Prozesse des Alterns sind in vieler Hinsicht bedeutsam für die Gesundheit und daher heute wichtige Themen der Gesundheitswissenschaften. Der Eintritt in den beruflichen Ruhestand kann als zentraler normativer Übergang in diese Lebensphase verstanden werden, an dem sich neue persönliche Entwicklungen und gesundheitliche Folgen ergeben können. Angesichts des demographischen Wandels und einer großen gesellschaftlich-ökonomischen Dynamik ergeben sich heute neue wissenschaftliche Fragen über die psychosozialen Veränderungen in dieser Lebensphase und ihre gesundheitlichen Auswirkungen. Wenn wir die Bedingungen von Gesundheit für diese Zielgruppe wissenschaftlich besser verstehen, dann ergeben sich daraus wichtige Hinweise für die Prävention und Gesundheitsförderung im mittleren bis späten Erwachsenenalter.

Aus einer salutogenetischen Perspektive auf den Übergang in den Ruhestand setzt Inga-Marie Hübner sinnvolle Schwerpunkte. Sie konzentriert sich auf die Konstrukte und Forschungsgebiete zur subjektiver Gesundheit, zum Wohlbefinden und subjektiven Altern sowie auf die Bedeutung sozialer Beziehungen. Dabei verortet sie sich disziplinär primär in der Gesundheitspsychologie, stellt aber immer wieder interdisziplinäre Bezüge her, vor allem zur Psychogerontologie und zur Entwicklungspsychologie des Erwachsenenalters. Sie verbindet Erkenntnisse aus unterschiedlichen Forschungsgebieten und integriert sie in einer Weise, die vom Thema her notwendig ist und nicht von disziplinären Grenzen gesetzt wird. In der in diesem Werk berichteten empirischen Studie zielt sie in ähnlicher Weise darauf, dem komplexen Gegenstand gerecht zu werden und nicht blind den oft dominanten Traditionen einer Forschungsmethodik zu folgen. Um die Prozesse des Übergangs zu untersuchen und die fokussierten subjektiven Perspektiven auf die Gesundheit, auf das Altern und Wohlbefinden sowie auf die sozialen Beziehungen zu erfassen

sen, wählt sie einen methodischen Zugang, der die Vorteile von quantitativer und qualitativer Methodik verbindet. Methodisch erfolgt der quantitative Zugang über eine Sekundäranalyse von Daten des Deutschen Alterssurveys (DEAS). Es werden Querschnitt- und Längsschnittanalysen durchgeführt, um Prädiktoren von Gesundheit und Wohlbefinden im Übergang in den Ruhestand zu finden. Im qualitativen Teil ist es das Ziel der Autorin, die subjektive Sicht auf den Übergang in den Ruhestand, auf die eigene Gesundheit und das Altern sowie auf die Bedeutung von sozialen Beziehungen zu rekonstruieren. Dazu wurden umfangreiche qualitative Interviews mit Männern und Frauen kurz nach dem erfolgten Übergang durchgeführt und mit einer Kombination von Qualitativer Inhaltsanalyse, Fallanalysen und Typenbildung ausgewertet. Die Ergebnisse sind spannend und zeigen nicht nur die Vielfalt an subjektiven Einschätzungen und alltäglichen Gestaltungen des Übergangs in den Ruhestand, sondern sie lassen auch Muster erkennen, wie diese Generation das eigene Altern und die Gesundheit erlebt.

Ich wünsche dieser bemerkenswerten Untersuchung viele wissenschaftlich interessierte Leser/innen aus der Gesundheitspsychologie und den Gesundheitswissenschaften, aus der Gerontologie und Entwicklungspsychologie des Erwachsenenalters und den Sozialwissenschaften. Die Arbeit von Inga-Marie Hübner ist wissenschaftlich innovativ, sie zeigt einen konsequent interdisziplinären Zugang und integriert unterschiedliche theoretische Perspektiven. Sie verdeutlicht, wie quantitative und qualitative Methoden Erkenntnis gewinnbringend verknüpft werden können. Das Werk bietet aber auch für Praktiker/innen im Feld der Prävention und Gesundheitsförderung (aus dem die Autorin kommt und in dem sie universitär lehrt) und der Sozialen Arbeit ein hohes Anregungspotential, wenn sie sich auf die theoretischen Perspektiven und die fallbezogen aufbereiteten Ergebnisse einlassen.

Toni Faltermaier (Europa-Universität Flensburg, Abteilung für Gesundheitspsychologie und Gesundheitsbildung)

Subjektive Gesundheit und Wohlbefinden im Übergang
in den Ruhestand

Eine Studie über den Einfluss und die Bedeutsamkeit
des subjektiven Alterns und der sozialen Beziehungen

Hübner, I.-M.

2017, XXII, 465 S. 33 Abb., Softcover

ISBN: 978-3-658-16401-0