

INHALT

Einleitung

KAPITEL 01 –

DAS ALTER HAT EIN BESONDERES FORMAT

Älterwerden heute – Neues und Altes	13
Die jungen Alten – Babyboomer und Alt-68er ...	18
Das Wagnis der Langsamkeiten	26
Bewusstseinswandel und Übergänge	31
Das Wissen der Alten	35
Denkräume – individuell und gesellschaftlich ...	42
Das Paradox der Alterszufriedenheit, oder: wenn man nicht mehr muss	45

KAPITEL 02 – **EINE NEUE BEZIEHUNG ZWISCHEN DEN GENERATIONEN**

Generationensegen – Generationenkonflikte	51
Großeltern zwischen Autonomie und Solidarität	55
Was Großeltern berichten.	57
Auch die Jungen haben Anliegen	82
Neue Töne im Dialog	86
Leibliche und soziale Beziehungen	92
Die Welt ist nicht gerecht	96
Wie wollen wir im Alter leben?	102
Wertvoll und vollwertig in der Gesellschaft	107

KAPITEL 03 – **INNERLICH AUF AUGENHÖHE**

Abschied von Hierarchien	113
Älterwerden als Paar oder als Single	118
Wir sind mehrere Selbst	122
Mit dem Tod auf Augenhöhe	126
Die Kunst des guten Beendens	130

KAPITEL 04 –

STERBEN IST DAS LETZTE GEHEIMNIS

Prélude	137
Interlude	142
Ausblick	145
Dank	149
Anmerkungen	151
Literatur	152