

Ageismus: Vom Altersbild zur Benachteiligung

Ageismus umfasst stereotype Vorstellungen, Vorurteile und Diskriminierung gegenüber uns selbst und anderen Personen aufgrund des Lebensalters.

Der Alterswissenschaftler Robert Butler führte den Begriff Ageismus (Englisch: *Ageism*) 1969 in den gerontologischen Diskurs ein. Ageismus bezieht sich auf:

- **Denken** (Altersstereotype)
- **Fühlen** (Vorurteile)
- **Handeln** (diskriminierendes Verhalten)

Stereotype Vorstellungen, Vorurteile und altersdiskriminierendes Verhalten sind nicht immer voneinander zu trennen und greifen häufig ineinander (vgl. WHO 2021).

Wer ist von Ageismus betroffen?

Ageismus betrifft alle Altersgruppen. Der Ageismus gegenüber älteren Menschen unterscheidet sich jedoch in seinen Mechanismen und Folgen vom Ageismus gegenüber jüngeren, der auch als **Adultismus** oder **Youngism** bezeichnet wird.

Was ist Ageismus gegenüber älteren Menschen?

Laut dem neunten Altersbericht der Bundesregierung ist Ageismus gegen ältere Menschen eine

„ungerechtfertigte, ungleiche Beurteilung und Behandlung älterer Menschen aufgrund ihres fortgeschrittenen chronologischen Alters.“

(BMFSFJ 2025: S. 150)

Als Ursachen benennt der Bericht:

- **ein kulturell verankertes Altersbild**, wonach das Leben im Alter als defizitär, kaum beeinflussbar und weniger wertvoll erachtet wird
- **institutionelle Strukturen**, die nicht mehr zur demografisch veränderten Alters- und Sozialstruktur der Bevölkerung passen

Wo begegnet uns Ageismus?

Die kurze Antwort: überall. Ageismus zeigt sich in:

- Gesetzen, Regeln, institutionellen Praktiken und Strukturen (**institutionalisierter Ageismus**)
- **Alltagssituationen** zum Beispiel im Beruf oder auf dem Wohnungsmarkt
- **Repräsentationen** vom Alter(n) und älteren Menschen in Kultur und Medien

Ageismus und Altersbilder

Altersbilder sind alle individuellen und gesellschaftlichen Vorstellungen vom Alter(n) und von älteren Menschen und umfassen auch Altersstereotype und Vorurteile. Sie prägen gesellschaftliche Normen, wie ältere Menschen auszusehen oder sich zu verhalten haben – etwa körperlich und geistig aktiv, bescheiden und zurückhaltend. Altersbilder wirken nicht nur bewusst, sondern auch unbewusst und können zu altersdiskriminierendem Handeln führen. Ein Beispiel hierfür ist gut gemeintes, aber bevormundendes Verhalten gegenüber älteren Menschen.

Internalisierter Ageismus

Menschen nehmen im Laufe ihres Lebens negative Altersbilder, Erwartungen und altersdiskriminierende Erfahrungen auf und verinnerlichen diese als Norm. Deshalb sind in höherem Lebensalter Altersstereotype wie etwa die Annahme, bestimmte Fähigkeiten oder Verhaltensweisen passten nicht mehr zum eigenen Alter, tief im eigenen Selbstbild verankert.

Welche Auswirkungen hat Ageismus?

Studien zeigen, dass vor allem internalisierter Ageismus mit vielen körperlichen und psychischen Beschwerden im Zusammenhang steht. Ageismus auf individueller, zwischenmenschlicher und struktureller Ebene kann außerdem dazu führen, dass älteren Menschen wichtige materielle, psychologische oder symbolische Ressourcen vorenthalten werden. Dies geschieht teils unbewusst durch verinnerlichte Altersbilder, teils bewusst zur Legitimation von Ungleichbehandlung. Das hat gravierende wirtschaftliche Folgen und wirkt sich zudem negativ aus auf:

- unser Selbstbild und Wohlbefinden
- unsere Gesundheit und Langlebigkeit
- unsere intergenerationellen Beziehungen
- die Anzahl von Handlungsoptionen, die älteren Menschen bei der Gestaltung ihrer Lebensführung offenstehen (Teilhabemöglichkeiten)

Und was hat die Kulturgeragogik damit zu tun?

Viele Praxisprojekte der Kulturgeragogik (Siehe [↗ kubia kompakt #03](#)) haben das Ziel, ageistische Altersbilder zu hinterfragen, neue Altersbilder zu entwickeln oder differenzierte Altersbilder aufzuzeigen. Sie regen zu einer wertschätzenden Sicht auf das Alter(n) an. Intergenerationelle Angebote fördern den Austausch zwischen älteren und jüngeren Menschen und wirken so ebenfalls Ageismus entgegen. Kulturgeragog*innen sollten regelmäßig ihre eigenen Alter(n)sbilder und Vorurteile hinterfragen und alle Beteiligten eines kulturgeragogischen Angebots zur kritischen Reflexion restriktiver und stereotyper Bilder vom Alter(n) und von anderen Generationen anregen.

Weitere Informationen

[↗ BMFSFJ \(2025\): Neunter Altersbericht](#)

[↗ World Health Organization \(WHO\) \(Hrsg.\) \(2021\): Global report on ageism](#)

[↗ Kessler/Warner \(2023\): Ageismus – Altersbilder und Altersdiskriminierung in Deutschland](#)

[↗ Haller \(2023\): Wann sagst du „Wow“? Qualitäten Kultureller Bildung im Alter](#)

Herausgegeben von kubia, dem Kompetenzzentrum für Kulturelle Bildung im Alter und inklusive Kultur. kubia unterstützt Kulturakteure in Nordrhein-Westfalen dabei, eine altersfreundliche und inklusive Kulturlandschaft zu gestalten.

Die Inhalte wurden mit größter Sorgfalt erstellt. Für die Richtigkeit, Vollständigkeit und Aktualität der Inhalte sowie der unter den Links zu findenden Informationen übernehmen wir jedoch keine Gewähr.

Stand: Juni 2025

Kontakt: info@kubia.nrw