



**Universität
Zürich** ^{UZH}

Zentrum für Gerontologie & UFSP «Dynamik Gesunden Alterns»

«Nachbarschaftlichkeit im Alter»

Deskriptiver Bericht zur Studie

Alexander Seifert

8. Juni 2018

Inhaltsverzeichnis

| | |
|---------------------------------------------------------------------------|----------|
| 1 Danksagung | 4 |
| 2 Ziel des Berichtes | 4 |
| 3 Ausgangssituation | 5 |
| 4 Nachbarschaftsebenen | 6 |
| 5 Methodik | 7 |
| 5.1 Ziele und Forschungsfragen | 7 |
| 5.2 Forschungsdesign | 7 |
| 5.3 Stichprobe | 8 |
| 6 Ergebnisse aus dem Baseline-Fragebogen | 9 |
| 6.1 Wer sind die befragten Personen? | 9 |
| 6.1.1 Gesundheitszustand | 10 |
| 6.1.2 Lebensqualität | 10 |
| 6.1.3 Autonomiegefühl | 11 |
| 6.1.4 Einstellungen zum eigenen Alter(n) | 11 |
| 6.1.5 Technikaffinität | 11 |
| 6.2 Zufriedenheit und Verbundenheit mit der Wohnumgebung | 12 |
| 6.2.1 Bisherige Wohndauer in der Nachbarschaft | 12 |
| 6.2.2 Zufriedenheit mit der Wohnumgebung | 12 |
| 6.2.3 Verbundenheit mit dem Wohnumfeld | 13 |
| 6.3 Subjektiv wahrgenommene Nachbarschaftskontakte | 13 |
| 6.3.1 Nachbarschaftskontakte | 13 |
| 6.3.2 Nachbarschaftsverhältnisse | 14 |
| 6.4 Subjektiv wahrgenommene Nachbarschaftshilfen | 14 |
| 6.4.1 Geben von Hilfe | 14 |
| 6.4.2 Erhalten von Hilfe | 15 |
| 6.4.3 Wunsch nach mehr Kontakt und Hilfen | 16 |
| 6.4.4 Bekanntheit von und Engagement in organisierter Nachbarschaftshilfe | 16 |
| 6.5 Einstellungen zur Nachbarschaft (Nachbarschaftsrolle) | 16 |
| 6.5.1 Meinungen zum sozialen Miteinander in der Gesellschaft | 16 |
| 6.5.2 Das soziale Miteinander in der Nachbarschaft | 17 |
| 6.5.3 Persönliche Wichtigkeit und Stellenwert von Nachbarschaft | 18 |
| 6.5.4 Persönlicher Nutzen von Nachbarschaft | 18 |

| | |
|-------------------------------------------------------------|-----------|
| 7 Ergebnisse aus der täglichen Befragung | 20 |
| 7.1 Tägliche Nachbarschaftskontakte (Nachbarschaftlichkeit) | 20 |
| 7.1.1 Häufigkeit der Nachbarschaftskontakte | 20 |
| 7.1.2 Längerer Nachbarschaftskontakt | 21 |
| 7.1.3 Nachbarschaftshilfen | 21 |
| 7.2 Tägliche Raumnutzung (Nachbarschaft) | 22 |
| 7.3 Tägliches Wohlbefinden und tägliche Lebensqualität | 23 |
| 8 Schlussbemerkungen und Ausblick | 24 |
| 9 Literatur | 25 |

1 Danksagung

Der Autor möchte sich bei den interviewten Personen sehr herzlich bedanken, da sie durch ihre persönlichen Angaben die Studie überhaupt erst ermöglicht haben. Ein ebenso herzlicher Dank gilt den Praxispartnern der jeweiligen Quartiere, welche die Studie begleitet und mit ihren wertvollen praxisnahen Anregungen bereichert haben.

2 Ziel des Berichtes

Der hier vorliegende Bericht hat das Ziel, die ersten deskriptiven Ergebnisse der Studie «Nachbarschaftlichkeit im Alter» von Alexander Seifert (Universität Zürich) zu präsentieren und zur Diskussion zu stellen. Der Bericht hat nicht den Zweck, alle Forschungsfragen zu beantworten und alle Zusammenhangsanalysen darzustellen, sondern sollte vielmehr als eine Art „kommentierte Tabellensammlung“ verstanden werden. Die Hauptanalysen werden an anderen Stellen publiziert (Scientific Papers).

Die hier besprochenen Ergebnisse sollen einen tiefen Einblick in die Studie ermöglichen und die Grundlagen für eine praxisnahe Diskussion zu allfälligen Interventionen liefern. Zudem werden Handlungsempfehlungen für *Nachbarschaftlichkeit*-fördernde Quartiere gegeben.

3 Ausgangssituation

Jeder Mensch lebt in einem räumlich-sozialen Kontext seiner direkten Nachbarschaft. Nachbarschaft wird von Hamm (1973) als „soziale Gruppe, die primär wegen der Gemeinsamkeit des Wohnortes interagiert“ definiert. Die Personen sind dabei grundsätzlich auswechselbar und „NachbarIn ist man also, ob man will oder nicht, und unabhängig davon, ob man seine NachbarIn mag“ (Hamm, 2000, S. 174). Wir interagieren nicht nur mit dem Wohnumfeld, sondern der physische/soziale Raum kann im Idealfall auch als Ressource für das eigene Wohlbefinden und die Alltagsbewältigung verstanden werden (vgl. Oswald & Konopik, 2015; Pleschberger & Wosko, 2015). Gerade ältere Menschen verbringen viel Zeit in ihrer Wohnung/in ihrem Wohnumfeld und „deshalb stehen Erleben und Verhalten im höheren Alter wie Wohlbefinden, Selbständigkeit und soziale Eingebundenheit in besonders engem Zusammenhang mit dem Wohnen“ (Wahl, 2005, S. 129). Dass der Kontext Nachbarschaft bei der Erforschung der Lebensqualität im Alter grundsätzlich zu berücksichtigen ist, ist seit Jahren Konsens in der gerontologischen Forschung (vgl. z. B. Oswald & Wahl, 2004; Wahl, 2005). Die ökologische Gerontologie geht hier von einem Person-Umwelt-Modell aus, das impliziert, dass eine hohe Lebensqualität durch eine gute Person-Umwelt-Passung erzeugt wird (vgl. Wahl, Iwarsson & Oswald, 2012). In diesem Kontext betonen Diehl und Willis (2003), dass gerade die gleichzeitige Berücksichtigung des räumlichen und sozialen Kontextes bei der Betrachtung der lebensnahen Alltagsbewältigung und täglichen Problemlösung älterer Menschen wichtig sei.

Die Forschung hat – anhand von Querschnittsdaten – immer wieder gezeigt, dass eine gute Nachbarschaft gerade im Alter eine wichtige Ressource ist und mit einem besseren Wohlbefinden zusammenhängt (vgl. Oswald & Konopik, 2015). Soziale Netzwerke wie die Nachbarschaft haben daher einen „erheblichen sozialen, psychischen und ökonomischen Wert, und dies gilt in besonderem Maße im Alter“ (Künemund & Kohli, 2010). Darüber hinaus wird auch die räumliche Bewegung (Häufigkeit und Intensität der Nutzung des Raumes der Nachbarschaft) in einen Zusammenhang mit dem Wohlbefinden im Alter gebracht; fest steht, dass sich eine häufige räumliche Nutzung der Nachbarschaft positiv auf das Wohlbefinden auswirkt (vgl. Isaacson et al., 2017).

Die Nachbarschaftshilfe kann dabei als ein nicht zu vernachlässigendes Ehrenamt (vgl. Seifert, 2016b) und Instrument bei der Versorgungssicherung im Alter genannt werden (vgl. Höpflinger, Bayer-Oglesby & Zumbunn, 2011). Studien (vgl. Seifert, 2016a) haben auch gezeigt, dass Personen, die häufiger Nachbarschaftshilfe leisten, auch signifikant zufriedener mit ihrer Wohnumgebung sind. Gerade der Zusammenhang zwischen der Nachbarschaftshilfe (und der Vernetzung im Quartier) und der Zufriedenheit mit der Wohnumgebung lässt vermuten, dass Hilfeleistung wie die Nachbarschaftshilfe einen wichtigen sozialen Wert im Quartier darstellt. Umso wichtiger ist die Frage, wie diese täglichen Nachbarschaftskontakte und -hilfen konkret aussehen und das Wohlbefinden beeinflussen.

Auch wenn sich die gerontologische Forschung mit dem Thema Nachbarschaft auseinandersetzt, fehlt es an mikrolängsschnittlichen Studien in der Alltagsbeobachtung quartierbezogener Kontakte mit Nachbarn sowie geleisteten und erhaltenen Nachbarschaftshilfen bei älteren Menschen. Die vorliegende Studie versucht diese Forschungslücke zu schliessen und aufzuzeigen, wie intensiv die täglichen Nachbarschaftskontakte und gegenseitigen Hilfen aussehen und wie sie sich auf das Wohlbefinden auswirken.

4 Nachbarschaftsebenen

Das Besondere an einer Nachbarschaft ist, dass sich hier persönliche, räumliche und soziale Kategorien konkreter als in anderen Situationen überschneiden (vgl. Schnur 2012). Angelehnt an Keller (1968; vgl. auch Vierecke 1972), lässt sich die Nachbarschaft begrifflich und analytisch daher in drei Nachbarschaftsebenen unterteilen:

- a. Nachbar (Person)
- b. Nachbarschaftlichkeit (Soziales)
- c. Nachbarschaft (Raum)

Die Ebene *Nachbar* entspricht der individuellen Sicht der Person und ihrer Wahrnehmung der Nachbarschaftsrolle. Jeder Einzelne entscheidet hierbei nicht nur, welche Bedeutung die Nachbarschaft für ihn hat, sondern auch, ob die Aspekte der Nachbarschaft relevant für seine Lebensqualität sind. Die Ebene *Nachbarschaftlichkeit* steht für die soziale Dimension und die Frage, inwieweit die Nachbarschaftskontakte und -hilfen dem Individuum als Ressourcen zur Verfügung stehen. Im Sinne des Ansatzes des Sozialkapitals (nach Bourdieu, 1983) werden die täglichen Kontakte und Hilfen als Ressourcen verstanden (Pleschberger & Woslo, 2015). Die letzte Ebene *Nachbarschaft* spiegelt die räumliche Dimension wider, und es wird hier gefragt, inwieweit der physische Raum und die Nutzung dieses Raumes z. B. die Lebensqualität beeinflussen.

Die Nachbarschaft (sozial wie räumlich) ist dabei nicht nur ein starrer Kontext des Untersuchungsgegenstandes der Lebensqualität im Alter, sondern auch ein dynamischer Kontext von Veränderungen und Anpassungen. Die Einstellung zur Nachbarschaft und die Nutzung des sozialen/räumlichen Angebotes der Nachbarschaft können sich nicht nur im Zeitverlauf verändern, sondern sie verhalten sich im Alltag dynamisch zueinander, da z. B. tagesaktuelle Ereignisse wie ein Streit mit den Nachbarn Einfluss nehmen können. Daher ist es auch wichtig, Nachbarschaft im Kontext des Alltags individuell, lebensnah und (mikro-)längsschnittlich zu erfassen. Aktuelle Studien erfragen zwar die Einstellung zur Nachbarschaft oder die Raumnutzung älterer Menschen im Kontext der Nachbarschaft (vgl. z. B. Oswald & Konopik, 2015; Tung et al., 2014; Wettstein et al. 2015), jedoch tun sie dies nur im Querschnitt oder mit anderem Fokus: Sie legen den Fokus weder auf die kombinierte mikrolängsschnittliche Erfassung der oben genannten drei Nachbarschaftsebenen (Nachbar, Nachbarschaftlichkeit und Nachbarschaft), noch stellen sie einen Zusammenhang zur Lebensqualität im Alter her.

5 Methodik

5.1 Ziele und Forschungsfragen

Ziel des Projektes war die Untersuchung des Zusammenspiels von Nachbar, Nachbarschaftlichkeit und Nachbarschaft einerseits und der Lebensqualität andererseits auf intra- und interindividueller Ebene (siehe Abb. 1).

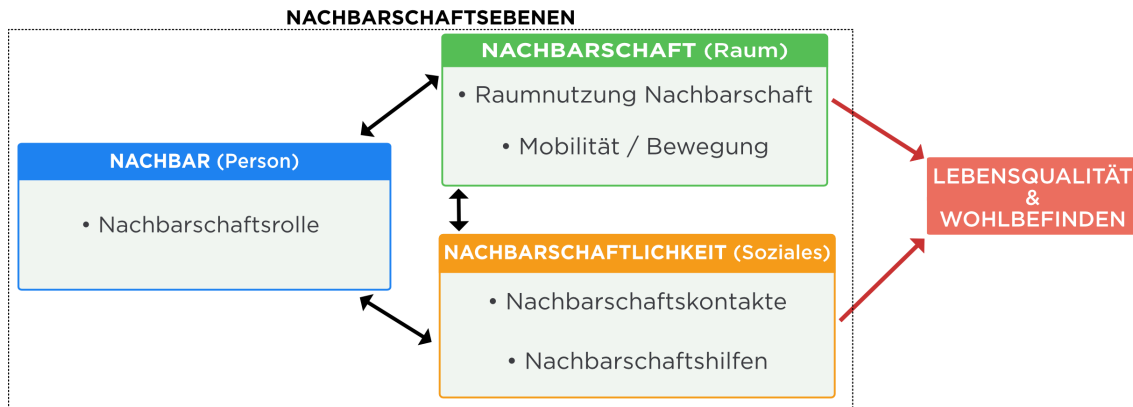


Abb. 1: Forschungsmodell

Das Studienprojekt zielte auf folgende konkrete Dimensionen/Forschungsfragen ab:

Hauptmerkmale (deskriptiv)

- Einstellung zur Nachbarschaft und beeinflussende Faktoren
- Häufigkeit, Intensität und Bewertung der Nachbarschaftskontakte innerhalb der Beobachtungszeit
- Häufigkeit, Intensität und Bewertung der Nachbarschaftshilfen innerhalb der Beobachtungszeit

Interindividuelle Zusammenhänge

- Welcher Zusammenhang besteht zwischen den drei Nachbarschaftsebenen und der Lebensqualität im Querschnitt?

Intraindividuelle Zusammenhänge

- Welcher Zusammenhang besteht zwischen der täglich erlebten Nachbarschaftlichkeit (Kontakte und Hilfen) und dem tagtäglichen subjektiven Wohlbefinden?
- Welcher Zusammenhang besteht zwischen der täglichen Raumnutzung (Nachbarschaft) und dem tagtäglichen subjektiven Wohlbefinden?

In dem hier vorliegenden kurzen Bericht wird nur auf die deskriptiven Ergebnisse eingegangen; Zusammenhangsanalysen erfolgen in anderen Publikationen.

5.2 Forschungsdesign

Zur Datensammlung wurde der „Ambulatory Assessment“-Ansatz (vgl. Brose & Ebner-Priemer 2015; Fahrenberg & Myrtek 1996) im Rahmen einer mikrolängsschnittlichen Datenerhebung im Alltag angewendet. In der Zeit der Datenerhebung trugen die Probanden das zur Verfügung gestellte Smartphone (Motorola Moto G, Android) täglich mit sich und wurden randomisiert dreimal pro Tag über den digitalen Fragebogen (Applikation movisensXS, movisens GmbH) befragt.

Die Studie lief in drei Phasen ab:

Phase 1: Baseline (Ersttreffen)

Beim Ersttreffen wurden die Probanden ausführlich in den Rahmen und den Ablauf der Studie sowie in die Nutzung des für die Datenaufzeichnung verwendeten Smartphones und des digitalen Fragebogens eingeführt. Anschliessend erfolgte das Ausfüllen des Baseline-Fragebogens. Ein bewilligter Ethikantrag lag vor (Bewilligung Nr. 16.8.4, Phil.-Fakultät UZH) und die Probanden unterzeichneten vorab eine Einverständniserklärung.

Phase 2: Mikrolängsschnittliche Datenerfassung (20 Tage/dreimal am Tag)

In der Zeit der Datenerhebung (20 Tage) trugen die Probanden das zur Verfügung gestellte Smartphone täglich mit sich und wurden randomisiert dreimal pro Tag über den digitalen Fragebogen zu ihren Nachbarschaftskontakten und Nachbarschaftshilfen (Häufigkeit, Intensität, Form, Zweck, Zufriedenheit damit), ihrer subjektiven Lebensqualität und ihrem subjektivem Wohlbefinden befragt. Zusätzlich wurde täglich die tatsächliche Raumnutzung (in Form der zurückgelegten Strecke mittels der GPS-Sensorik des Smartphones) erfasst. Für die Phase der alltagsnahen Messung wurde eine Support-Hotline für allfällige Probleme eingerichtet.

Phase 3: Nachbefragung (Abschlusssitzung)

Nach der Erhebungsphase wurden die Probanden zu einem zweiten Treffen eingeladen. Hier konnten sie Fragen klären, technische Störungen melden oder über sonstige Probleme sprechen. Auslagen und Spesen wurden pauschal im Anschluss erstattet.

5.3 Stichprobe

Grundgesamtheit der Studie waren Personen ab 60 Jahren, die im eigenen Privathaushalt in den folgenden drei Zürcher Stadtkreisen leben: Kreis 3, Kreis 7 und Kreis 12. Die Personen sollten deutschsprachig sein, keine erheblichen gesundheitlichen oder kognitiven Einschränkungen und zumindest Grunderfahrungen im Umgang mit einem Mobiltelefon haben. Die Rekrutierung erfolgte über einen uniinternen Probandenpool, Flyer, Anlässe im Quartier sowie Berichte in Quartier-Zeitschriften.

An der Studie haben 78 Probanden aus den Zürcher Stadtkreisen 3, 7 und 12 teilgenommen (siehe Abb. 2). 22 Personen kamen aus dem Kreis 12, 26 Personen aus Kreis 3 und 30 Personen aus dem Kreis 7.

Die 48 Frauen und 30 Männer waren zwischen 61 und 90 Jahre alt (Durchschnittsalter: 72 Jahre).

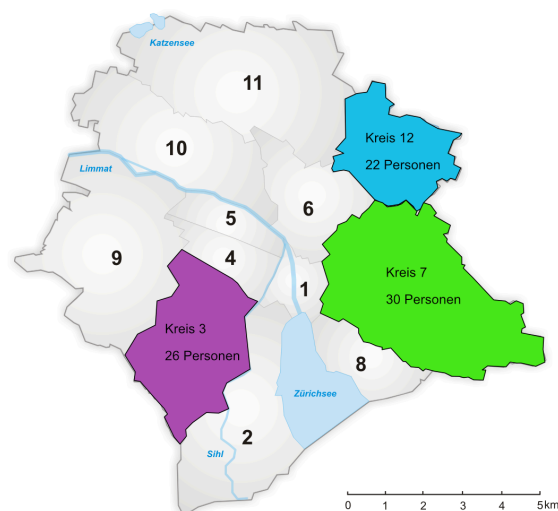


Abb. 2: Probandenanzahl pro Stadtkreis

6 Ergebnisse aus dem Baseline-Fragebogen

Im Folgenden werden ausgewählte Ergebnisse aus dem Baseline-Fragebogen präsentiert. Weitere Analysen und Auswertungen werden in internationalen Fachzeitschriften publiziert und zur Diskussion gestellt.

6.1 Wer sind die befragten Personen?

Es konnten insgesamt 78 Personen ab 60 Jahren aus den Kreisen 3, 7 und 12 befragt werden. Tabelle 1 bildet die soziodemografischen Merkmale der Stichprobe ab. Dies ist kein repräsentatives Sampling.

Tab. 1: Soziodemografische Merkmale

| Merkmal | Ausprägung | Gültige Anzahl | Gültige Prozente |
|----------------------------------|--------------------------------------------------|----------------|------------------|
| Altersgruppen | 60-64 | 11 | 14.1 |
| | 65-69 | 22 | 28.2 |
| | 70-74 | 17 | 21.8 |
| | 75-79 | 13 | 16.7 |
| | 80-84 | 11 | 14.1 |
| | 85+ | 4 | 5.1 |
| Geschlecht | Frauen | 48 | 61.5 |
| | Männer | 30 | 38.5 |
| Zivilstand | Ledig | 16 | 20.5 |
| | Verheiratet/Partnerschaft | 38 | 48.7 |
| | Verwitwet | 10 | 12.8 |
| | Geschieden/Getrennt | 14 | 17.9 |
| Staatsangehörigkeit | Schweiz | 77 | 98.7 |
| | Andere Staatsangehörigkeit | 1 | 1.3 |
| Pensioniert/Berufstätig | Pensioniert | 58 | 74.4 |
| | Pensioniert, aber noch (teilzeit-)berufstätig | 15 | 19.2 |
| | Teilzeit berufstätig | 4 | 5.1 |
| | Vollzeit berufstätig | 1 | 1.3 |
| Alleinlebend | Ja | 37 | 47.4 |
| Kinder/Enkelkinder | Kinder vorhanden | 48 | 62.3 |
| | Enkelkinder vorhanden | 36 | 48.0 |
| Bildung | Primarstufe | 2 | 2.6 |
| | Sekundarstufe | 44 | 57.1 |
| | Tertiärstufe | 31 | 40.3 |
| Haushaltseinkommen (brutto, CHF) | Bis 4.500 | 23 | 32.4 |
| | 4.501–7.500 | 26 | 36.6 |
| | 7.501–10.500 | 10 | 14.1 |
| | Über 10.500 | 12 | 16.9 |
| | Keine Angabe | 7 | |
| Wohnform | Wohnung | 52 | 66.7 |
| | Eigentumswohnung | 13 | 16.7 |
| | Eigenes Haus | 7 | 9.0 |
| | Wohnung in Alterssiedlung/WG | 6 | 7.7 |

6.1.1 Gesundheitszustand

Auch der allgemeine Gesundheitszustand wurde im Durchschnitt von fast allen Probanden als gut bewertet. So ergibt sich auf einer Bewertungsskala von 1 (sehr schlecht) bis 6 (sehr gut) ein Mittelwert (M) von 5.07 und eine Standardabweichung (SD) von .772. 44 der 78 Personen gaben keine chronischen Erkrankungen an, 22 Personen gaben eine solche Erkrankung an und 12 Personen leiden an mehreren chronischen Erkrankungen. Zwei Personen sind auf regelmässige ambulante Pflegeleistungen angewiesen. Die allgemeine körperliche Fitness wurde von den Probanden auch als eher gut bewertet ((dieselbe Skala 1-6) M: 4.81; SD: .927); so auch die auf derselben Skala abgefragte Sehfähigkeit (M: 4.82; SD: 1.054), Hörfähigkeit (M: 4.53; SD: 1.402) und Ausserhausmobilität (M: 5.41; SD: .918). 13 der 78 Probanden gaben an, dass sie täglich mindestens 20 Minuten aktiv Sport treiben bzw. körperlich aktiv sind. 20 Personen gaben an, dass sie dies fünf- bis sechsmal in der Woche machen, 40 Personen tun dies ein- bis viermal in der Woche und der Rest tut dies seltener.

In Bezug auf die an das europäische Gesundheitsmessinstrument EQ-5D (vgl. Graf et al., 1998) angelehnten gesundheitsrelevanten Lebensbereiche schätzen die Probanden ihre Lage auch als verhältnismässig gut ein (siehe Tab. 2).

Tab. 2: Gesundheitsrelevante Bereiche

| Bereich | Gültige Prozente (N =78) | | |
|----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|-------------------------------|
| | Ich habe keine Probleme damit | Ich habe einige Probleme damit | Ich habe viele Probleme damit |
| Ihre Beweglichkeit und Mobilität im Alltag | 69.2 | 29.5 | 1.3 |
| Für sich selbst sorgen (z. B. selbst waschen, anziehen, kochen) | 94.8 | 5.2 | |
| Alltägliche Tätigkeiten (z. B. einkaufen gehen, Hausarbeit, Freizeitaktivitäten) | 96.1 | 3.9 | |
| Schmerzen/Körperliche Beschwerden | 49.4 | 48.1 | 2.6 |

6.1.2 Lebensqualität

Die Probanden geben auch bei den für eine Lebensqualität wichtigen Lebensbereichen nach dem WHO-Lebensqualitätsinstrument WHOQOL-BREF (in Deutsch: Angermeyer, Kilian & Matschinger, 2000) eher hohe Werte an (siehe Tab. 3); jedoch gibt es hier auch individuelle Unterschiede.

Tab. 3: Lebensqualität

| Aussagen | Ergebnisse | |
|-----------------------------------------------------------------------|------------|------|
| | Mittelwert | SD |
| Wie würden Sie Ihre Lebensqualität beschreiben? | 4.38 | .632 |
| Wie zufrieden sind Sie mit Ihrem Gesundheitszustand? | 4.10 | .836 |
| Haben Sie genug Energie für das tägliche Leben? | 4.45 | .575 |
| Wie zufrieden sind Sie mit ihren Leistungen bei Alltagsverrichtungen? | 4.26 | .789 |
| Wie zufrieden sind Sie mit sich selbst? | 4.11 | .685 |
| Wie zufrieden sind Sie mit Ihren persönlichen Beziehungen? | 4.18 | .743 |
| Haben Sie genügend Geld zum Leben? | 4.25 | .797 |
| Wie zufrieden sind Sie mit Ihren Wohnverhältnissen? | 4.49 | .719 |

SD = Standardabweichung. Skala: nach Schwarzer (2008): 1 (sehr schlecht) bis 5 (sehr gut).

6.1.3 Autonomiegefühl

Die Probanden gaben im Durchschnitt hohe Werte bei der Bewertung der eigenen Autonomie nach Schwarzer (2008) an (siehe Tab. 4).

Tab. 4: Erfassung der wahrgenommenen Autonomie

| Aussagen | Alle | | Geschlecht* | | Alleinlebend* | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|------|-------------|------|---------------|------|
| | Mittelwert | SD | Frau | Mann | Ja | Nein |
| „Ich komme im Alter gut allein zurecht“ | 3.48 | .661 | 3.45 | 3.53 | 3.50 | 3.46 |
| „Ich treffe meine eigenen Entscheidungen und lasse mich nicht von anderen Menschen bevormunden“ | 3.52 | .681 | 3.55 | 3.47 | 3.53 | 3.51 |
| „Ich gestalte mein Leben nach meinen eigenen Vorstellungen“ | 3.53 | .661 | 3.51 | 3.57 | 3.64 | 3.44 |
| „Ich bewältige meinen Alltag ohne fremde Hilfe“ | 3.53 | .736 | 3.53 | 3.53 | 3.42 | 3.63 |

* Die Mittelwertunterschiede sind statistisch nicht signifikant. Skala: nach Schwarzer (2008): 1 (stimmt nicht zu) bis 4 (trifft genau zu).

6.1.4 Einstellungen zum eigenen Alter(n)

Da der Fokus der Studie auf älteren Personen lag, war es auch interessant herauszufinden, wie die Probanden ihren Prozess des Älterwerdens selbst bewerten. Angelehnt an die Subskala «Attitude Toward own Aging» von Lawton (1975) konnten verschiedene Aussagen hierzu bewertet werden (siehe Tab. 5). Es zeigte sich, dass die Probanden ihren eigenen Alterungsprozess im Durchschnitt positiv bewerten.

Tab. 5: Einstellungen zum Alter

| Aussagen | Gültige Prozente (N = 78) | |
|------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-----------------------|
| | Ja, stimme zu | Nein, stimme nicht zu |
| „Das Leben wird härter, je älter ich werde“ | 55.3 | 44.7 |
| „Ich habe noch genauso viel Schwung wie im letzten Jahr“ | 66.7 | 33.3 |
| „Je älter ich werde, desto weniger werde ich gebraucht“ | 22.4 | 77.6 |
| „Mit zunehmendem Alter geht es mir eigentlich besser, als ich dachte“ | 71.1 | 28.9 |
| „Ich fühle mich heute noch genauso glücklich und zufrieden wie früher“ | 87.0 | 13.0 |

6.1.5 Technikaffinität

Da die Befragung innerhalb der Studie mittels eines Smartphones erfolgte, wurden die Probanden auch zu ihrer Technikaffinität und -nutzung befragt. Von den 78 Probanden gaben 52 an, dass sie ein eigenes Smartphone besitzen, der Rest besitzt zumindest ein älteres Mobiltelefon (Natel). Es zeigt sich, dass auch die Technikaffinität sehr unterschiedlich zwischen den Probanden ausgeprägt ist (siehe Tab. 6). Daher wurde die Beantwortung der Befragung auf dem Smartphone vorher vorgestellt und individuell eingeübt.

Tab. 6: Technikaffinität

| Aussagen | Alle | | Geschlecht* | | Smartphone-Besitz* | |
|--------------------------------------------------------------------|------------|-------|-------------|------|--------------------|------|
| | Mittelwert | SD | Frau | Mann | Ja | Nein |
| „Ich interessiere mich sehr für neue technische Dinge“ | 3.72 | 1.183 | 3.52 | 4.03 | 3.87 | 3.42 |
| „Die Bedienung moderner technischer Geräte ist für mich schwierig“ | 2.38 | 1.261 | 2.44 | 2.30 | 2.23 | 2.69 |

* Die Mittelwertunterschiede sind statistisch nicht signifikant. Skala: 1 (trifft überhaupt nicht zu) bis 5 (trifft voll und ganz zu).

6.2 Zufriedenheit und Verbundenheit mit der Wohnumgebung

6.2.1 Bisherige Wohndauer in der Nachbarschaft

Die befragten Personen leben im Durchschnitt schon 18.5 Jahre in ihrer jetzigen Wohnung (in einer Zeitspanne von 0.5 bis 60 Jahren) und 27.2 Jahre (in einer Zeitspanne von 0.5 bis 82 Jahren) in ihrer Nachbarschaft. Hier wird deutlich, dass die Nachbarschaft für viele eine hohe Bedeutung hat, da sie dort schon lange wohnen. Dies zeigt sich auch in den Antworten zu folgender Frage: «Wenn Sie einmal umziehen müssten, wo würden Sie eine neue Wohnung/ein neues Haus suchen?»; 42.9 % gaben hier an, dass sie im selben Quartier/Nachbarschaft bzw. – 24.7 % – im selben Stadtkreis bleiben wollen würden; die übrigen Befragten würden ausserhalb etwas suchen.

6.2.2 Zufriedenheit mit der Wohnumgebung

Aber wie zufrieden sind die befragten Personen mit ihrer Wohnung und ihrer Wohnumgebung? Die Studienergebnisse (siehe Tab. 7) zeigen, dass die Probanden mehr mit ihrer Wohnung als mit ihrer Wohnumgebung zufrieden sind, dennoch ergeben sich bei beiden Aspekten hohe Zufriedenheitswerte, die auch relativ stabil über die Stadtkreise sind. Am zufriedensten sind die Probanden mit dem Wohnen in der Stadt Zürich.

Tab. 7: Zufriedenheit mit Wohnumgebung

| Bereiche | Alle | | Stadtkreise (Mittelwert)* | | |
|------------------------------|------------|-------|---------------------------|---------|----------|
| | Mittelwert | SD | Kreis 3 | Kreis 7 | Kreis 12 |
| Eigener Wohnraum (Wohnung) | 5.35 | 1.133 | 5.00 | 5.57 | 5.35 |
| Hausgemeinschaft | 4.86 | 1.085 | 4.73 | 5.10 | 4.86 |
| Wohnumgebung (Nachbarschaft) | 4.95 | 1.031 | 4.58 | 5.23 | 4.95 |
| Wohnen in der Stadt Zürich | 5.40 | .631 | 5.38 | 5.43 | 5.40 |

*Die Mittelwertunterschiede sind statistisch nicht signifikant. Skala: 1 (sehr unzufrieden) bis 6 (sehr zufrieden).

Neben der allgemeinen Zufriedenheit mit der Wohnumgebung konnte auch die spezifische Zufriedenheit mit bestimmten Gegebenheiten im Quartier erfragt werden. Wie der Tabelle 8 entnommen werden kann, besteht die höchste Zufriedenheit über alle Probanden in den Bereichen Nähe zum öffentlichen Verkehr, Einkaufsmöglichkeiten und öffentliche Grünflächen. Weniger zufrieden – wenn auch noch über dem Mittelwert von 4 auf der bekannten 1-zu-6-Skala – sind die Probanden mit den Angeboten für ältere Personen im Quartier, dem bunten Quartierleben und den kulturellen Angeboten in der Nähe.

Zur Zufriedenheit mit der Wohnumgebung gehört auch die Einschätzung, ob sich die Wohnumgebung in letzter Zeit insgesamt eher positiv oder eher negativ verändert hat, bzw. sie sich gar nicht verändert hat. 28.6 % der befragten Personen nehmen eine positive Veränderung wahr, 33.8 eine negative Veränderung und 37.7 % nehmen keine Veränderungen wahr. Zwischen den Stadtkreisen zeigen sich hier keine statistisch signifikanten Unterschiede.

Tab. 8: Quartiergegebenheiten

| Bereiche | Alle | | Stadtkreise (Mittelwert) | | |
|-------------------------------------------|------------|-------|--------------------------|---------|----------|
| | Mittelwert | SD | Kreis 3 | Kreis 7 | Kreis 12 |
| Nähe zum öffentlichen Verkehr* | 5.69 | 0.613 | 5.44 | 5.77 | 5.86 |
| Einkaufsmöglichkeiten in der Nähe | 5.18 | 0.899 | 5.00 | 5.27 | 5.27 |
| Öffentliche Grünflächen | 5.12 | 0.958 | 4.88 | 5.41 | 5.00 |
| Öffentliche Sicherheit im Quartier* | 5.03 | 1.006 | 4.62 | 5.47 | 4.86 |
| Verkehrssicherheit | 4.83 | 0.985 | 4.67 | 4.93 | 4.86 |
| Sauberkeit im Quartier* | 4.81 | 1.014 | 4.48 | 5.23 | 4.59 |
| Positives Bild des Quartiers nach aussen* | 4.74 | 1.021 | 4.46 | 5.25 | 4.41 |
| Möglichkeiten der Freizeitgestaltung | 4.70 | 1.001 | 4.48 | 4.83 | 4.77 |
| Ruhe im Quartier | 4.67 | 1.290 | 4.37 | 5.03 | 4.50 |
| Luftqualität im Quartier | 4.66 | 1.150 | 4.50 | 5.17 | 4.14 |
| Spielplätze | 4.52 | 1.133 | 4.55 | 4.62 | 4.37 |
| Sozialer Kontakt zur Nachbarschaft | 4.51 | 1.227 | 4.30 | 4.77 | 4.40 |
| Angebote für ältere Personen* | 4.45 | 1.082 | 3.83 | 4.87 | 4.55 |
| Buntes Quartierleben | 4.26 | 1.131 | 3.96 | 4.18 | 4.68 |
| Kulturelle Angebote in der Nähe* | 4.20 | 1.227 | 3.67 | 4.71 | 4.14 |

Sortiert nach Mittelwert (alle). *Die Mittelwertunterschiede sind statistisch signifikant ($p < .05$). Skala: 1 (gar nicht zufrieden) bis 6 (sehr zufrieden).

6.2.3 Verbundenheit mit dem Wohnumfeld

Neben der Zufriedenheit mit dem Wohnumfeld konnte auch die Verbundenheit mit diesem abgefragt werden (siehe Tab. 9). Es zeigt sich, dass eine hohe Verbundenheit mit der direkten Nachbarschaft besteht. Zwischen den Stadtkreisen zeigen sich keine statistisch signifikanten Unterschiede.

Tab. 9: Verbundenheit mit Wohnumgebung

| Bereiche | Alle | | Stadtkreise (Mittelwert)* | | |
|-----------------------|------------|-------|---------------------------|---------|----------|
| | Mittelwert | SD | Kreis 3 | Kreis 7 | Kreis 12 |
| Hausgemeinschaft | 3.84 | 1.058 | 3.76 | 3.93 | 3.80 |
| Direkte Nachbarschaft | 3.78 | .975 | 4.03 | 3.56 | 3.77 |
| Stadt Zürich | 4.55 | .637 | 4.65 | 4.43 | 4.59 |

*Die Mittelwertunterschiede sind statistisch nicht signifikant. Skala: 1 (gar nicht verbunden) bis 5 (sehr verbunden).

6.3 Subjektiv wahrgenommene Nachbarschaftskontakte

6.3.1 Nachbarschaftskontakte

Zu Beginn der Studie wurden alle Probanden auch zu ihren subjektiv wahrgenommenen Nachbarschaftskontakten befragt werden. Diese Kontakte konnten mit anderen sozialen Kontakten verglichen werden. Wie der Abbildung 3 entnommen werden kann, kontaktieren sich die Nachbarn im Haus häufiger als jene, die nicht im selben Haus wohnen. Teilweise besteht zu den Bewohnern im Haus sogar mehr Kontakt als zu den eigenen Kindern. Jedoch wird hier bereits das Grüßen im Treppenhaus als Nachbarschaftskontakt gewertet, obwohl diese Geste eine andere Intensität hat als beispielsweise ein wöchentliches Treffen mit Freunden. Zwischen den Stadtkreisen zeigen sich keine statistisch signifikanten Unterschiede bei den wahrgenommenen Nachbarschaftskontakten. Mit den Nachbarschaftskontakten sind die meisten Befragten auch eher zufrieden bis sehr zufrieden (im Haus: 88.5 %; ausserhalb: 87.1 %).

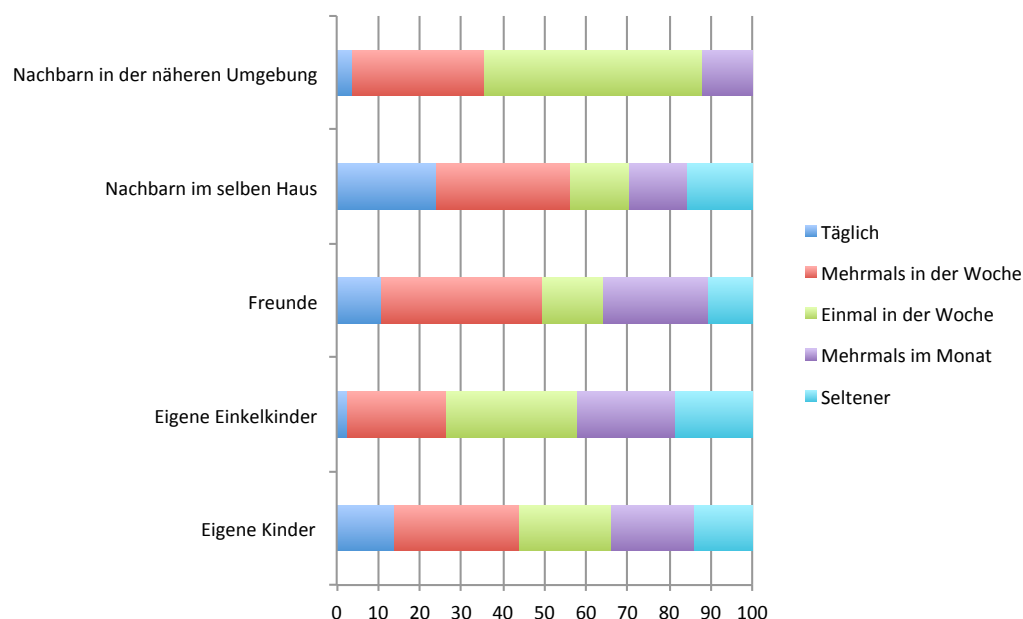


Abb. 3: Nachbarschaftskontakte

6.3.2 Nachbarschaftsverhältnisse

Die Probanden sollten auch einschätzen, wie sie die Nachbarschaftsverhältnisse erleben. Hierzu wurde einerseits gefragt, wie sich die Nachbarschaftsverhältnisse derzeit gestalten und wie sie idealerweise aussehen. Zwischen der jetzigen und der erwünschten Situation erkennt man eine Diskrepanz, die aufzeigt, dass sich einige der befragten Personen mehr Nachbarschaftskontakte wünschen. Zwischen den drei Stadtkreisen zeigen sich keine statistisch signifikanten Unterschiede.

Tab. 10: Nachbarschaftsverhältnisse

| Situation | Gültige Prozente (N = 78) | | | |
|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| | <i>Man kennt die Leute in der Nachbarschaft nicht. Man nimmt keine Notiz von ihnen</i> | <i>Man kennt die Leute in der Nachbarschaft flüchtig. Man grüsst sie, hat aber sonst keinen Kontakt mit ihnen</i> | <i>Man kennt die Leute in der Nachbarschaft näher. Man unterhält sich mit ihnen und hilft ihnen gelegentlich aus</i> | <i>Man ist mit den Leuten in der Nachbarschaft richtig gut befreundet.</i> |
| Tatsächliches Nachbarschaftsverhältnis | 1.3 | 25.0 | 65.8 | 7.9 |
| Erwünschtes Nachbarschaftsverhältnis | | 7.9 | 80.3 | 11.8 |

6.4 Subjektiv wahrgenommene Nachbarschaftshilfen

6.4.1 Geben von Hilfe

Neben den Kontakten zu den Nachbarn wurde mit dem schriftlichen Fragebogen am Anfang der Erhebung im Alltag erhoben, wie häufig die Probanden ihren Nachbarn helfen/ihre Nachbarn unterstützen. Wie Abbildung 4 zu entnehmen ist, wird eher regelmässig den eigenen Kindern bzw.

Enkelkindern geholfen. Dennoch zeigt sich aber auch hier, dass viele Probanden auch nachbarschaftliche Hilfe leisten.

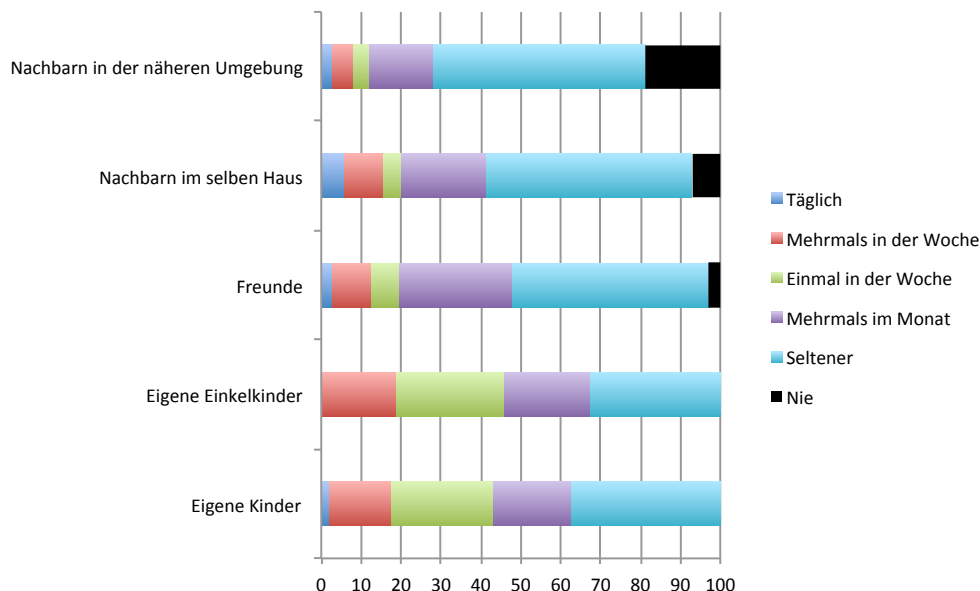


Abb. 4: Nachbarschaftshilfe geben

6.4.2 Erhalten von Hilfe

Hilfe kann natürlich nicht nur gegeben, sondern auch empfangen werden. Die Studie zeigt, dass zwar auch hier zuerst wieder die eigene Familie angesprochen wird, aber dass darüber hinaus auch Hilfsbeziehungen zu den Nachbarn bestehen und einige der Probanden häufiger Hilfe und Unterstützungen aus der Nachbarschaft erhalten (siehe Abb. 5).

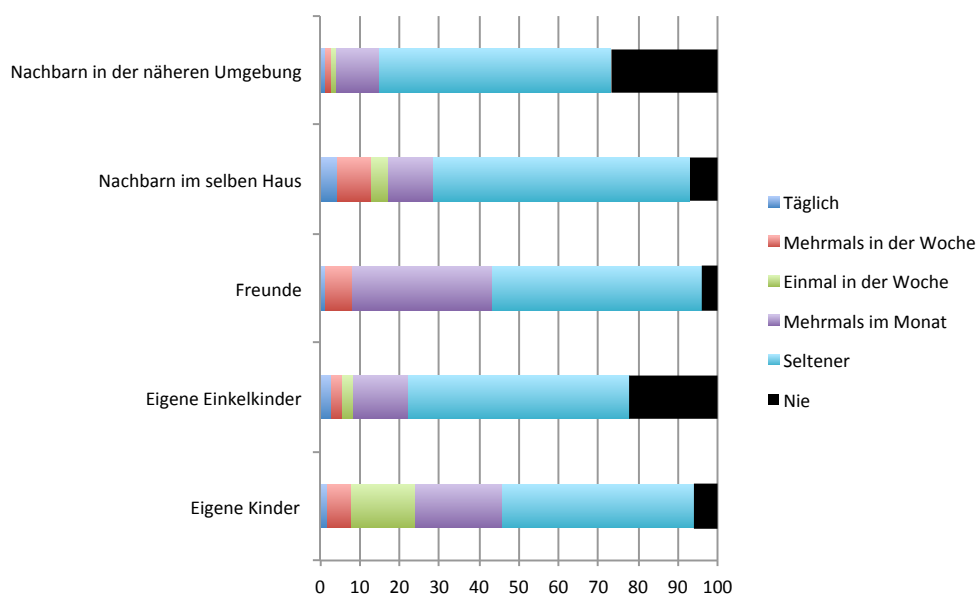


Abb. 5: Nachbarschaftshilfe erhalten

Zwischen dem Geben und Erhalten von Nachbarschaftshilfe besteht auch eine Reziprozität, das bedeutet, dass Personen, die Hilfe geben, meist auch Hilfe zurückerhalten – und umgekehrt. Dies wird auch in der Studie an der Korrelation zwischen den beiden Hilfeformen für die Nachbarn im selben Haus ($r = .522, p < .001$) und die Nachbarn ausserhalb ($r = .648, p < .001$) deutlich.

6.4.3 Wunsch nach mehr Kontakt und Hilfen

Die Probanden wurden auch gefragt, ob sie sich grundsätzlich mehr soziale Kontakte (so auch Nachbarschaftskontakte) wünschen. 19 Personen (25.3 %) bejahten diese Frage. Eine weitere Frage hierbei war, ob sie sich mehr Handreichungen durch Nachbarn wünschen. Diese Frage wurde von neun Personen bejaht. Demzufolge wünschen sich zwar mehr Personen mehr persönliche Kontakte, aber weniger Handreichungen; wenn auch nicht zu vernachlässigen ist, dass sich neun Personen mehr Hilfe wünschen.

6.4.4 Bekanntheit von und Engagement in organisierter Nachbarschaftshilfe

Neben der informellen Nachbarschaftshilfe, die meist aus Kontakten zwischen Nachbarn entsteht, gibt es auch die eher informelle Nachbarschaftshilfe, also eine organisierte bzw. durch eine Organisation unterstützte Nachbarschaftshilfe. In Zürich gibt es zahlreiche Nachbarschaftshilfen, die einen wesentlichen Beitrag zur bürgerlichen Zivilgemeinschaft leisten. Die Bekanntheit der Nachbarschaftshilfen fällt zwischen den Stadtkreisen unterschiedlich aus (siehe Tab. 11).

Tab. 11: Bekanntheit von Nachbarschaftshilfen in den Stadtkreisen

| Situation | Gültige Prozente nur der Personen aus den jeweiligen Stadtkreisen | | | |
|------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|---------------------|-------------|---------------------------|
| | Ja, bekannt | Nein, nicht bekannt | Weiss nicht | Gültiges N pro Stadtkreis |
| Nachbarschaftshilfe Kreis 3 Wiedikon | 40.0 | 45.0 | 15.0 | 20 |
| Nachbarschaftshilfe Kreis 7 Hottingen | 23.1 | 69.2 | 7.7 | 26 |
| Nachbarschaftshilfe Kreis 12 Schwamendingen | 60.0 | 40.0 | | 20 |

Es wurde nicht nur nach der Bekanntheit der Nachbarschaftshilfen gefragt, sondern auch danach, ob sich die befragten Personen in einer dieser Hilfen organisieren. 15 Personen bejahten diese Frage. Vier Personen sind im Kreis 3 aktiv, fünf Personen im Kreis 7 und sechs Personen im Kreis 12. Die Personen, die in einer Nachbarschaftshilfe aktiv sind, sind damit auch zufrieden (bekannte Skala 1-6, M: 5.00; SD: 1.328). Die Personen, die aktiv in einer Nachbarschaftshilfe organisiert sind, fühlen sich, nach den Daten der Studie, auch etwas stärker verbunden mit ihrer Nachbarschaft.

6.5 Einstellungen zur Nachbarschaft (Nachbarschaftsrolle)

6.5.1 Meinungen zum sozialen Miteinander in der Gesellschaft

Angelehnt an die Arbeiten von Braun (2005) zur Einstellung der Bevölkerung gegenüber einer Bürgergesellschaft, also einer Gesellschaft der gegenseitigen sozialen Unterstützung, wurden den Probanden am Anfang der Studie verschiedene Aussagen hierzu vorgelegt, um damit auch die Bereitschaft zum sozialen Miteinander auszuloten. Es zeigte sich (siehe Tab. 12), dass zwischen den

Stadtkreisen keine statistisch signifikanten Unterschiede bestehen und dass alle Probanden zwar zum Teil der Aussage «Das Verhältnis der Menschen untereinander wird immer unpersönlicher» zustimmen, aber eine grundsätzliche Bereitschaft zur Hilfeleistung bei vielen vorhanden ist. Auf der anderen Seite wird es auch nicht als Schande angesehen, Hilfsangebote anzunehmen. Dennoch geben auch 67.5 % an, dass sie am besten ohne fremde Hilfe zurechtkommen. Jedoch geben auch 42.3 % an, dass sie sich mehr Kontakte wünschen. Gerade hier könnten Nachbarschaftshilfen und z. B. Anlässe zum Kennenlernen im Quartier unterstützend wirken.

Tab. 12: Aussagen zum sozialen Miteinander

| Aussagen | Alle | | Stadtkreise (Mittelwert)* | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|------|---------------------------|---------|----------|
| | Mittelwert | SD | Kreis 3 | Kreis 7 | Kreis 12 |
| Das Verhältnis der Menschen untereinander wird immer unpersönlicher | 2.56 | .862 | 2.39 | 2.50 | 2.77 |
| Wenn man genau hinsieht, findet man in unserer Gesellschaft viel Hilfsbereitschaft | 3.13 | .553 | 3.08 | 3.18 | 3.14 |
| Ich helfe gerne anderen Leuten, wenn ich dazu in der Lage bin | 3.62 | .586 | 3.54 | 3.77 | 3.50 |
| Ich werde von Freunden und Bekannten öfter um Rat gefragt | 3.05 | .771 | 3.00 | 3.00 | 3.18 |
| Ich bin jederzeit bereit, mich für die Interessen anderer einzusetzen, wenn mich das überzeugt | 3.40 | .613 | 3.38 | 3.38 | 3.45 |
| Ich finde es keine Schande, ein Hilfsangebot anzunehmen | 3.49 | .575 | 3.62 | 3.43 | 3.41 |
| Soziale Kontakte sind mir nicht so wichtig | 1.77 | .972 | 1.72 | 1.73 | 1.86 |
| Ich hätte gerne mehr Kontakte | 2.28 | .979 | 2.35 | 2.10 | 2.45 |
| Ich komme am besten ohne fremde Hilfe zurecht | 2.78 | .805 | 2.52 | 2.97 | 2.82 |

*Die Mittelwertunterschiede sind statistisch nicht signifikant. Skala: 1 (trifft gar nicht zu) bis 4 (trifft voll und ganz zu).

6.5.2 Das soziale Miteinander in der Nachbarschaft

Ein soziales Miteinander gibt es nicht nur in der gesamten Gesellschaft, sondern auch direkt und lokal in der eigenen Nachbarschaft. Daher wurden den Probanden auch Aussagen (in Anlehnung an Eisenberger, 2010) zum Nachbarschaftsverhältnis in ihrer Nachbarschaft vorgelegt (siehe Tab. 13). Aus den Ergebnissen wird deutlich, dass es wieder keine statistisch signifikanten Unterschiede zwischen den Stadtkreisen gibt; einzig der Aussage «Die Nachbarn sind eng miteinander verbunden» stimmen Personen aus dem Kreis 7 deutlich seltener zu.

Tab. 13: Aussagen zum sozialen Miteinander in der Nachbarschaft

| Aussagen | Alle | | Stadtkreise (Mittelwert)* | | |
|---------------------------------------------------------------------------|------------|-------|---------------------------|---------|----------|
| | Mittelwert | SD | Kreis 3 | Kreis 7 | Kreis 12 |
| Die Leute hier sind bereit, ihren Nachbarn zu helfen | 3.80 | .827 | 4.04 | 3.75 | 3.59 |
| Die Nachbarschaft hier ist aufeinander eingeschworen | 2.37 | 1.106 | 2.42 | 2.50 | 2.14 |
| Den Leuten aus der Nachbarschaft kann man vertrauen | 3.66 | .940 | 3.72 | 3.63 | 3.64 |
| Die Leute aus der Nachbarschaft kommen im Allgemeinen gut miteinander aus | 3.96 | .865 | 4.08 | 4.00 | 3.77 |
| Die Leute aus der Nachbarschaft teilen dieselben Auffassungen und Werte | 2.85 | .889 | 2.86 | 2.93 | 2.7 |
| Die Nachbarn sind eng miteinander verbunden | 2.28 | .924 | 2.43 | 2.30 | 2.09 |
| Die Nachbarn kennen sich hier kaum untereinander | 2.21 | 1.135 | 2.46 | 1.77 | 2.55 |
| Die Nachbarn hier reden viel miteinander | 2.88 | .986 | 2.92 | 2.76 | 3.00 |
| Die Nachbarn hier passen aufeinander auf | 3.08 | 1.010 | 3.04 | 2.97 | 3.27 |
| Ich bin überzeugt, dass die meisten meiner Nachbarn gute Absichten haben | 4.18 | .756 | 4.12 | 4.30 | 4.09 |

*Die Mittelwertunterschiede sind statistisch nicht signifikant. Skala: 1 (trifft gar nicht zu) bis 5 (trifft voll und ganz zu).

Der Aussage zu den guten Absichten der Nachbarn stimmen alle Probanden am stärksten zu. Dennoch geben nur 8.0 % an, dass die Nachbarn bei ihnen eher bzw. sehr eng miteinander verbunden sind.

6.5.3 Persönliche Wichtigkeit und Stellenwert von Nachbarschaft

Die Probanden wurden nicht nur zum sozialen Miteinander in ihrer Nachbarschaft befragt, sondern sollten auch angeben, wie wichtig ihnen eine gute Nachbarschaft (ein gutes Zusammenleben zwischen den Nachbarn) ist. Auf einer Skala von 1 (sehr unwichtig) bis 6 (sehr wichtig) ergab sich ein hoher Mittelwert von 5.18 (SD: .875), was andeutet, dass eine gute Nachbarschaft wichtig für den Alltag und das Wohlbefinden ist. Daran angelehnt, wurde den Probanden auch die Aussage «Es ist mir wichtig, guten Kontakt zu anderen Nachbarn zu haben» vorgelegt, die auf einer Skala von 1 (trifft gar nicht zu) bis 5 (trifft voll und ganz zu) bewertet werden konnte. Hier ergab sich ein Mittelwert von 4.01 (SD: 1.084), was eine hohe Zustimmung belegt und signalisiert, dass es den Probanden wichtig ist, guten Kontakt zu den Nachbarn zu pflegen. Auf der anderen Seite zeigt die – wenn auch geringere – Zustimmung zu der Aussage «Ich kann auch ohne Nachbarn gut leben» (1-5 Skala, M: 3.14, SD: 1.211), dass Nachbarn für einige der befragten Personen weniger wichtig sind.

Zudem wurde erfragt, welchen Stellenwert die Nachbarn im sozialen Umfeld der Probanden einnehmen. Auf einer Skala von 1 (keinen Stellenwert) bis 6 (sehr hohen Stellenwert) ergab sich hier ein relativ hoher Mittelwert von 4.16 (SD: 1.136), wobei die Zustimmung geringer war als bei der Frage zur Wichtigkeit der sozialen Nachbarschaftskontakte. Zwischen der Wichtigkeit und dem Stellenwert ergab sich auch eine positive Korrelation ($r = .263$, $p = .023$), die anzeigt, dass Personen, denen der Kontakt wichtig ist, hier auch einen höheren Wert angeben.

6.5.4 Persönlicher Nutzen von Nachbarschaft

Warum ist die Nachbarschaft eigentlich wichtig? Um diese Frage zu beantworten, wurden den Probanden in der Baseline-Befragung verschiedene Aussagen vorgelegt (in Anlehnung an Eisenberger, 2010), die sie als zutreffend bzw. nicht zutreffend bewerten konnten (siehe Tab. 14).

Tab. 14: Aussagen zur Wichtigkeit von Nachbarschaft

| Aussagen | Alle | |
|---------------------------------------------------------------------------|------------|-------|
| | Mittelwert | SD |
| Nachbarschaft ist für mich wichtig ... | | |
| ..., weil ich gute Nachbarschaft für wichtig und sinnvoll halte | 4.39 | .781 |
| ..., um sich im Notfall gegenseitig zu helfen | 4.22 | .898 |
| ..., um sich sicher zu fühlen | 3.81 | 1.101 |
| ... für das Zusammengehörigkeitsgefühl im Haus | 3.61 | 1.053 |
| ..., um Konflikte im Haus zu vermeiden | 3.57 | 1.342 |
| ..., um gemeinsame Interessen im Haus durchzusetzen | 3.17 | 1.332 |
| ..., um jemanden zu haben, der einem bei kleineren Dingen im Alltag hilft | 3.12 | 1.285 |
| ..., weil wir im Haus aufeinander angewiesen sind | 3.03 | 1.181 |

Skala: 1 (trifft gar nicht zu) bis 5 (trifft voll und ganz zu). Sortiert nach Mittelwert.

Es zeigen sich hier auch Variationen zwischen den Befragten. Demnach ist nicht für jede Person das Gleiche wichtig bzw. das, was eine Nachbarschaft ausmacht, ist individuell. Am stärksten stimmten die Probanden der Aussage zu, dass eine gute Nachbarschaft an sich wichtig und sinnvoll ist, danach wurde der Aspekt der Notfallabsicherung und subjektiven Sicherheit mit hohen Zustimmungswerten

belegt. Weniger wichtig scheint der Aspekt der gegenseitigen Angewiesenheit. Interessant ist auch, dass der Aspekt Sicherheit vor dem Aspekt der kleineren Hilfestellungen kommt. Nachbarschaft trägt somit auch zum subjektiven Sicherheitsgefühl bei.

Neben der Alltagswichtigkeit konnten weitere Aussagen zum Nutzen von Nachbarschaft für den eigenen Alltag vorgelegt werden (siehe Tab. 15). Hier ging es eher um die Frage, ob die Nachbarschaftskontakte und -hilfen unterstützend sind und z. B. die Lebensqualität und die Alltagsbewältigung beeinflussen. Auch hier zeigten sich zum Teil grosse Variationen der Antworten. Die höchste Zustimmung erhielt die Aussage «Um meinen Alltag zu bewältigen, brauche ich keine Nachbarn», was anzeigt, dass für einen Teil der Befragten die Nachbarn nicht so bedeutsam sind; jedoch zeigen sich hier die angesprochenen individuellen Unterschiede. Auf der anderen Seite wurde den Aussagen zum Wohlfühl (50.0 %) und zur Lebensqualität (36.0 %) von einem Teil der befragten Personen eher bzw. sehr zugestimmt und im Durchschnitt ergaben sich hier Mittelwerte um 3.

Tab. 15: Aussagen zum Nutzen von Nachbarschaft

| Aussagen | Alle | |
|------------------------------------------------------------------------|------------|-------|
| | Mittelwert | SD |
| Um meinen Alltag zu bewältigen, brauche ich keine Nachbarn | 3.32 | 1.368 |
| Die Kontakte mit meinen Nachbarn helfen mir, mich im Alltag wohlfühlen | 3.26 | 1.269 |
| Es ist gut, dass meine Nachbarn für mich da sind | 3.05 | 1.202 |
| Nachbarn sind wichtig für meine Lebensqualität | 3.03 | 1.294 |
| Im Alter fühle ich mich mehr auf meine Nachbarn angewiesen | 2.88 | 1.214 |
| Meine Nachbarn sind eine wichtige Unterstützung im Alltag | 2.56 | 1.175 |
| Ohne die Kontakte mit den Nachbarn würde es mir schlecht gehen | 2.29 | 1.086 |

Skala: 1 (trifft gar nicht zu) bis 5 (trifft voll und ganz zu). Sortiert nach Mittelwert.

Dass aus Nachbarschaftsverhältnissen auch zu freundschaftlichen Beziehungen werden können, zeigt die Zustimmung eines Teils der befragten Personen (54.5 %) zu der Aussage «Zu einigen Nachbarn habe ich eine innige Beziehung».

7 Ergebnisse aus der täglichen Befragung

Im Folgenden werden erste ausgewählte deskriptive Ergebnisse aus der Alltagsbeobachtung (20 Tage Feldphase) präsentiert. Weitere Analysen und Auswertungen werden in internationalen Fachzeitschriften publiziert und zur Diskussion gestellt.

7.1 Tägliche Nachbarschaftskontakte (Nachbarschaftlichkeit)

7.1.1 Häufigkeit der Nachbarschaftskontakte

Die Probanden hatten über 20 Tage lang ein Smartphone zur Verfügung, auf dem sie dreimal am Tag (vormittags, mittags, nachmittags) „zufällig“ einen Alarm erhalten haben. Wenn der Alarm erfolgte, wurden die Probanden aufgefordert, einen kurzen digitalen Fragebogen auf dem Smartphone auszufüllen.

Eine der ersten Fragen lautete: Mit welchen Personen haben Sie in den letzten drei Stunden Kontakt gehabt? Innerhalb der Feldphase wurde über alle Personen hinweg 790 (gültige Prozente: 18.9 %) mal angegeben, dass eine Nachbarin/ein Nachbar getroffen worden sei (drei Messpunkte mal 20 Tage ergeben ein Maximum von 4.680 Messzeitpunkten). Diese Anzahl variiert natürlich zwischen den Probanden. Es zeigt aber auch, dass die Nachbarschaftskontakte nicht so häufig – wie vielleicht vorher vermutet – vorkommen. Im Vergleich dazu wurden mehr Kontakte zu Freunden (32.2 %) oder anderen Personen ausserhalb der eigenen Familie (32.1 %) angegeben. Jedoch wurden Kontakte zu den eigenen Kindern (7.8 %) oder Enkelkindern (5.7 %) – sofern vorhanden – seltener angegeben.

Wenn Nachbarschaftskontakte angegeben wurden, wurde auch gefragt, ob die Kontakte mit den Nachbarn gerade angenehm oder unangenehm waren. In 94.8 % der Fälle wurde der Kontakt als eher bzw. sehr angenehm bewertet und nur im Ausnahmefall als unangenehm (0.6 %). Eine zweite Frage hierzu erhob, ob der Kontakt als bedeutungsvoll oder oberflächlich bewertet wurde. Hier gaben 44.9 % an, dass die Kontakte eher bzw. sehr bedeutungsvoll waren; die anderen Probanden bewerteten die Kontakte als weniger bedeutungsvoll.

Werden die Stadtkreise hinsichtlich der Häufigkeit der gemessenen Nachbarschaftskontakte zwischen den Kreisen miteinander verglichen, zeigt sich ein gewisser Unterschied: Im Stadtkreis 12 wurden im Beobachtungszeitraum am häufigsten Nachbarn angetroffen (24.5 %), gefolgt vom Kreis 3 (19.7 %) und vom Stadtkreis 7 (14.4 %). Jedoch ist hier auch zu betonen, dass die Probanden nicht unbedingt repräsentativ für alle Bewohnenden ab 60 Jahren in den jeweiligen Stadtkreisen stehen.

Die Frauen (20.1 %) haben häufiger Nachbarschaftskontakte angegeben als die Männer (16.8 %). Zwischen Personen, die allein leben, und Personen, die nicht allein leben, gibt es keine deutlichen Unterschiede (19.0 % zu 18.8 %). Bei den Bildungsstufen gibt es dafür umso mehr Unterschiede. So werden bei Personen mit einer Ausbildung auf der Primarstufe mehr (40.5 %) Kontakte berichtet als bei Personen auf der Sekundarstufe (15.1 %) oder Tertiärstufe (22.7 %). Jedoch muss auch hier wieder auf die nicht repräsentative Stichprobe und die Unterrepräsentation von Personen mit niedriger Bildung hingewiesen werden.

Werden die Wochentage berücksichtigt, zeigt sich, dass die Nachbarschaftskontakte häufiger in der Woche stattfanden als am Wochenende. Am Sonntag fanden am seltensten Nachbarschaftskontakte

statt. Werden die Tageszeiten miteinander verglichen, so zeigen sich keine deutlichen Unterschiede, wenn auch am Morgen etwas weniger Kontakte angegeben wurden als mittags oder nachmittags.

Hatten die Probanden angegeben, dass sie einen Nachbarn getroffen hatten, wurde auch gefragt, wie viele Nachbarn es waren: Vorwiegend (36.3 %) hat man eine Nachbarin bzw. einen Nachbarn getroffen, danach folgen zwei Nachbarn (27.7 %) und drei Nachbarn (14.3 %). Mehr als drei Nachbarn wurden weniger häufig getroffen.

7.1.2 Längerer Nachbarschaftskontakt

Um auch zwischen kurzen Nachbarschaftskontakten (z. B. kurzes Grüßen im Treppenhaus) und längeren Kontakten differenzieren zu können, wurde im Anschluss an die Frage zur Anzahl der Nachbarschaftskontakte auch gefragt, mit wie vielen der Nachbarn die Probanden einen längeren Kontakt hatten. Als längerer Kontakt wurde ein Kontakt von mehr als 2 Minuten definiert. In 663 der 790 (83.9 %) Fälle der Nachbarschaftskontakte gaben die Probanden zusätzlich an, dass sie einen intensiveren Kontakt hatten. In diesen 663 Fällen wurde zusätzlich gefragt, wie lange dieser Kontakt dauerte. Am häufigsten (31.0 %) wurde eine Zeitspanne von fünf bis zehn Minuten angegeben, in 59.4 % der Fälle dauerten die Kontakte nicht länger als 20 Minuten. Es gibt aber auch Fälle (15.8 %), in denen die Kontakte mehr als eine Stunde dauerten. Am häufigsten trafen sich die Nachbarn im Hausflur oder im Aussenbereich des Hauses. Interessanterweise gab es auch in 28.0 % der Fälle Begegnungen ausserhalb der eigenen Nachbarschaft.

In den meisten Fällen haben sich die Nachbarn zufällig getroffen (54.6 % der Fälle). Daneben gab es aber auch Situationen, in denen die Probandin bzw. der Proband den Kontakt zur Nachbarin bzw. zum Nachbar gesucht hatte (36.7 %). Andersherum gab es auch Fälle (29.8 %), wo die Nachbarn diesen Kontakt gesucht hatten.

7.1.3 Nachbarschaftshilfen

Zudem wurde auch mehrmals täglich erhoben, ob Unterstützungen zwischen den Nachbarn stattgefunden haben. Hierzu wurden jene Personen, die angaben, jeweils einen Nachbarn für eine längere Zeit gesehen zu haben, und dies nicht nur zufällig, zusätzlich gefragt, ob sie sich gegenseitig geholfen hatten. Hier konnten mehrere Antworten gleichzeitig angegeben werden. Es zeigt sich, dass vorwiegend ein nettes Gespräch oder die gegenseitige Erkundung des allgemeinen Zustandes im Vordergrund standen – und dass es weniger um die direkte Hilfestellung bzw. -annahme (siehe Tab. 16) ging.

Tab. 16: Gründe für einen intensiven Nachbarschaftskontakt (n = 304 Fälle)

| Gründe | Prozente |
|--------------------------------------------------------|----------|
| Nettes Gespräch | 36.3 |
| Ich habe mich erkundigt, wie es ihr/ihm geht | 30.6 |
| Nachbarin/Nachbar hat sich erkundigt, wie es mir geht | 24.3 |
| Ich habe der Nachbarin/dem Nachbarn bei etwas geholfen | 28.6 |
| Die Nachbarin/Der Nachbar hat mir bei etwas geholfen | 17.8 |
| Kein direkter Grund | 14.1 |

Dennoch wurde auch von Fällen berichtet, bei denen Nachbarn unterstützt wurden (28.6 %) oder die Probanden Hilfe erhalten haben (17.8 %). Auch hier zeigt sich das im Baseline-Fragebogen

vorgefundene Verhältnis zwischen Hilfeleistung und Hilfeannahme: Es wurde von mehr Situationen berichtet, in denen man Nachbarn unterstützte, als dies umgekehrt der Fall war; vermutlich vor allem deswegen, weil kein Bedarf besteht.

Wurde dann konkret gefragt, worin die nachbarschaftliche Unterstützung bestand, wurden diverse Tätigkeiten genannt, so z. B. die Begleitung zum Arzt oder anderen Terminen, Gartenarbeiten, das Blumengiessen, das Einkaufen, das Entgegennehmen von Dingen, handwerkliche Tätigkeiten oder gemeinsame Freizeitaktivitäten. Von denen, die angeben hatten, dass ihnen eine Nachbarin oder ein Nachbar geholfen hatte, hat die Mehrheit (82.0 %) auch angegeben, dass diese Hilfen eher bzw. sehr hilfreich waren.

7.2 Tägliche Raumnutzung (Nachbarschaft)

Erhoben wurde mehrfach täglich auch die räumliche Nutzung der Nachbarschaft. Eine erste Frage hierzu war, wo sich die Probanden gerade bei der Beantwortung des mobilen digitalen Fragebogens befanden. Insgesamt – also über alle Tageszeitpunkte und Fälle – waren die Probanden in 60.4 % der Fälle zu Hause. In 9.1 % befanden sich die Probanden in der eigenen Nachbarschaft, in 15.6 % im restlichen Gebiet Zürichs und in 14.9 % der Fälle ausserhalb Zürichs. Hinsichtlich der Nachbarschaft ergeben sich zwischen den Tageszeiten weniger Unterschiede, wenn die Probanden zum späten Nachmittag hin auch eher zu Hause als in der Nachbarschaft unterwegs waren (7.9 %).

Eine zweite Frage war, ob die Probanden jeweils drei Stunden vor dem Ausfüllen des mobilen Fragebogens in ihrer Nachbarschaft unterwegs waren. In 55.4 % der Fälle war dies auch der Fall. Zwischen den Stadtkreisen variiert diese Prozentzahl etwas (Kreis 12: 60.6 %, Kreis 7: 56.5 %, Kreis 3: 49.7 %).

Zusätzlich wurde auch jeweils gefragt, wie die Probanden in der Nachbarschaft unterwegs waren. Hauptsächlich waren die Probanden zu Fuss unterwegs, gefolgt von der Nutzung von öffentlichen Verkehrsmitteln. Das Velo und das Auto wurden weniger häufig genannt. Auch wurde erfasst, welche Angebote und Einrichtungen die Probanden in ihrer Nachbarschaft genutzt hatten. Am häufigsten werden Einkaufsmöglichkeiten genutzt, gefolgt von Restaurants/Cafés und öffentlichen Plätzen und kulturellen Einrichtungen (siehe Tab. 17).

Tab. 17: Genutzte Angebote in der Nachbarschaft (n = 1832 Fälle)

| Angebote | <i>Prozente</i> |
|--------------------------|-----------------|
| Restaurants/Cafés | 25.9 |
| Einkaufsmöglichkeiten | 25.8 |
| Kulturelle Einrichtungen | 12.1 |
| Öffentliche Plätze | 10.3 |
| Grünanlagen | 8.0 |
| Apotheke/Arzt | 6.3 |
| Gemeindeeinrichtungen | 4.6 |
| Kirche | 4.3 |
| Sitzbänke | 2.1 |
| Spielplätze | 0.7 |

Sortiert nach Prozente.

Die Probanden, die jeweils angaben, in der Nachbarschaft unterwegs gewesen zu sein, wurden auch gefragt, ob sie dies als angenehm, sicher und barrierefrei (keine Hindernisse) empfanden. Es zeigt sich, dass in der Mehrheit der Fälle das Unterwegssein in der Nachbarschaft als eher bzw. sehr angenehm (90.6 %), sicher (94.6 %) und barrierefrei (91.9 %) empfunden wird.

7.3 Tägliches Wohlbefinden und tägliche Lebensqualität

In Anlehnung an Wilhelm und Schoebi (20117) wurde die Stimmung („Mood“) am Tag dreimal erfasst. Hierzu konnten die Probanden auf einer 5er-Skala ihre aktuelle Stimmung angeben. Die Paarungen waren: a) wach/müde, b) zufrieden/unzufrieden, c) ruhig/unruhig, d) energiegeladen/energielos, e) wohl/unwohl, f) entspannt/angespannt, g) aktiv/passiv. Im Vergleich zu den Tageszeiten wird hier deutlich, dass zwar die Müdigkeit, die Passivität und die Energielosigkeit mit der Tageszeit zunimmt, dass aber die anderen Stimmungen (Zufriedenheit, Ruhe und Entspanntheit) über den Tag hinweg bei allen Probanden und in jedem der Fälle stabil bleiben (siehe Abb. 6). Jedoch bestehen auch hier grosse Unterschiede zwischen den Probanden und den jeweiligen Tagen.

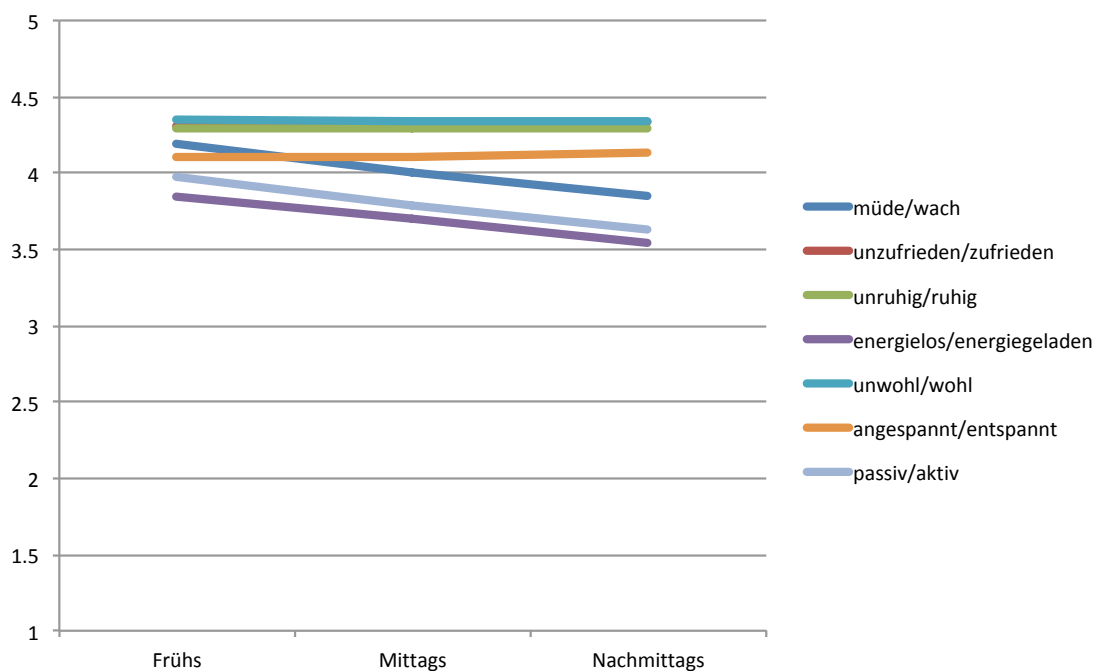


Abb. 6: Nachbarschaftshilfe erhalten

Am Ende des mobilen digitalen Fragebogens wurden die Probanden gefragt, wie zufrieden sie gegenwärtig mit ihrem Leben, alles in allem, sind. Über alle Probanden und Fälle hinweg ergab sich auf einer Skala von 1 (überhaupt nicht zufrieden) bis 6 (sehr zufrieden) ein hoher Mittelwert von 5.10 (SD: .970). Dieser Mittelwert variiert zwar zwischen den Probanden und den Tagen, dennoch bewegen sich die Werte bei allen Probanden in einem höheren Mittelwert.

Zwischen den Nachbarschaftskontakten und der täglichen Lebensqualität besteht zwar ein positiver und signifikanter, aber zugleich sehr geringer Zusammenhang (Korrelation $r = .060$, $p < .001$), der zeigt, dass Personen, die Kontakte mit ihren Nachbarn hatten, in der Regel zufriedener sind als Personen, die solche Kontakt nicht haben. Hier bedarf es allerdings noch vertiefter Analysen, die in anderen Publikationen dargestellt werden sollen.

8 Schlussbemerkungen und Ausblick

Die ersten deskriptiven Auswertungen zeigten, dass unterschiedliche Einstellungen und Meinungen zu Nachbarschaftlichkeit bestehen, jedoch die soziale und räumliche Nachbarschaft auch als Ressource für die Alltagsbewältigung angesehen wird. Hier sind es vor allem das subjektive Gefühl von Sicherheit und der Gedanke «Da wäre im Fall der Fälle jemand da», was Nachbarschaft auch ausmacht – neben den erbrachten oder erhaltenen Nachbarschaftshilfen. Der soziale Aspekt von Nachbarschaft wird von den befragten Personen als wichtig erlebt und bestimmt auch das Wohlfühlen in der Nachbarschaft. Um dieses positive soziale Verhältnis aufrechterhalten zu können, bedarf es Kontakte zwischen den Nachbarn. Erst durch diese Kontakte können auch Hilfebeziehungen entstehen, weshalb es wichtig ist, Kontakte zu fördern – sei es durch Angebote wie die Nachbarschaftshilfen oder Treffen, aber auch bauliche Angebote (z. B. öffentlicher Platz zum Aufeinandertreffen, Räume für einen gemeinsamen Austausch und Projekte).

Die tägliche Alltagsbeobachtung zeigte, dass Nachbarschaftskontakte nicht so häufig stattfinden, wie dies vorher vermutet wurde. Dennoch kann jetzt auch gesagt werden, dass Kontakte, wenn sie stattfinden, auch intensiv sind, als angenehm und zum Teil auch als bedeutungsvoll angesehen werden. Auch lässt sich ein positiver Zusammenhang zwischen den Nachbarschaftskontakten und der Lebensqualität erkennen. Dieser Zusammenhang muss sich nicht unbedingt nur direkt zeigen, vielmehr ist es auch hier wieder das Gefühl von «Da wäre im Fall der Fälle jemand da», welches das eigene Wohlbefinden positiv beeinflusst. Daneben ist es auch die räumliche Nachbarschaft, die täglich besucht wird und in der diverse Angebote wahrgenommen werden. Die Nachbarschaft ist daher ein wichtiger Interaktionsort.

Die weiteren nun folgenden Auswertungen werden zeigen, inwieweit die persönliche Einstellung zur Nachbarschaft mit dem sozialen und räumlichen Nutzen der Nachbarschaft in Zusammenhang steht und wie die Nachbarschaftskontakte und -hilfen das tägliche Wohlbefinden beeinflussen.

Weitere Informationen können unter folgender Projektseite abgerufen werden:

<http://www.zfg.uzh.ch/de/projekt/nachbarschaftlichkeit.html>

9 Literatur

- Angermeyer, M., Kilian, R., & Matschinger, H. (2000). *WHOQOL-100 und WHOQOL-BREF Handbuch für die deutschsprachigen Versionen der WHO Instrumente zur Erfassung von Lebensqualität*. Göttingen: Hogrefe.
- Bourdieu, P. (1983). Ökonomisches Kapital, Kulturelles Kapital, Soziales Kapital. In: R. Kreckel (Hrsg.), *Soziale Ungleichheiten* (S. 183–198). Göttingen: Nomos.
- Braun, S. (2005). Bürgergesellschaft und sozialer Zusammenhalt. Theoretische Überlegungen und empirische Befunde zu den Integrationsleistungen von freiwilligen Vereinigungen im Dritten Sektor. In: K. Birkhölzer, A. Klein, E. Priller, & A. Zimmer (Hrsg.), *Dritter Sektor/Drittes System* (S. 131–159). Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften
- Brose, A., & Ebner-Priemer, U. W. (2015). Ambulatory Assessment in the Research on Aging: Contemporary and Future Applications. *Gerontology*, 61(4), 372–380.
<https://doi.org/10.1159/000371707>
- Eisenberger, D. (2010). *Einfluss sozial- und baustruktureller Faktoren auf nachbarschaftliche Beziehungen* (dipl). Universität Wien, Wien. Abgerufen von <http://othes.univie.ac.at/12347/>
- Fahrenberg, J., & Myrtek, M. (1996). *Ambulatory Assessment*. Göttingen: Hogrefe.
- Hamm, B. (1973). *Betrifft: Nachbarschaft* (Bd. 40). Basel: Birkhäuser.
- Hamm, B. (2000). Nachbarschaft. In: H. Häußermann (Hrsg.), *Großstadt* (S. 173–182). Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften. https://doi.org/10.1007/978-3-663-10200-7_17
- Höpflinger, F., Bayer-Oglesby, L., & Zumbunn Kohler, A. (2011). *Pflegebedürftigkeit und Langzeitpflege im Alter: aktualisierte Szenarien für die Schweiz* (1. Aufl.). Bern: Huber.
- Isaacson, M., Wahl, H.-W., Shoval, N., Oswald, F., & Auslander, G. (2017). The Relationship Between Spatial Activity and Wellbeing-Related Data Among Healthy Older Adults: An Exploratory Geographic and Psychological Analysis. In: T. Samanta (Hrsg.), *Cross-Cultural and Cross-Disciplinary Perspectives in Social Gerontology* (S. 203–219). Singapore: Springer.
https://doi.org/10.1007/978-981-10-1654-7_11
- Keller, S. (1968). *The urban neighborhood: A sociological perspective*. New York: Random House.
- Künemund, H., & Kohli, M. (2010). Soziale Netzwerke. In: K. Aner & U. Karl (Hrsg.), *Handbuch Soziale Arbeit und Alter* (S. 309–313). Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
https://doi.org/10.1007/978-3-531-92004-7_30
- Lawton, M. P. (1975). The Philadelphia Geriatric Center Morale Scale: A Revision. *Journal of Gerontology*, 30(1), 85–89. <https://doi.org/10.1093/geronj/30.1.85>
- Oswald, F., & Konopik, N. (2015). Bedeutung von außerhäuslichen Aktivitäten, Nachbarschaft und Stadtteilidentifikation für das Wohlbefinden im Alter. *Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie*, 48(5), 401–407. <https://doi.org/10.1007/s00391-015-0912-1>
- Oswald, F., & Wahl, H. W. (2004). Housing and health in later life. *Reviews of Environmental Health*, 19(3–4), 223–252.
- Pleschberger, S., & Wosko, P. (2015). Informelle außerfamiliäre Hilfe für alleinlebende Menschen im Alter und Versorgung am Lebensende. *Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie*, 48(5), 457–464.
<https://doi.org/10.1007/s00391-014-0817-4>

- Schnur, O. (2012). Nachbarschaft und Quartier. In: F. Eckardt (Hrsg.), *Handbuch Stadtsoziologie* (S. 449–474). VS Verlag für Sozialwissenschaften. https://doi.org/10.1007/978-3-531-94112-7_20
- Schwarzer, R. (2008). Wahrgenommene Autonomie im Alter (WAA). Abgerufen von <http://userpage.fu-berlin.de/~health/autonomie.htm>
- Seifert, A. (2016a). Freiwilliges Engagement im Alter. *HeilberufeScience*, 7(4), 151–160. <https://doi.org/10.1007/s16024-016-0281-8>
- Seifert, A. (2016b). Das Wohnquartier als Ressource im Alter – Nachbarschaftskontakte, Nachbarschaftshilfe und die Verbundenheit mit dem Wohnumfeld. *Soziale Arbeit*, 2016(2), 42–49.
- Tung, J. Y., Rose, R. V., Gammada, E., Lam, I., Roy, E. A., Black, S. E., & Poupart, P. (2014). Measuring Life Space in Older Adults with Mild-to-Moderate Alzheimer's Disease Using Mobile Phone GPS. *Gerontology*, 60(2), 154–162. <https://doi.org/10.1159/000355669>
- Vierecke, K. D. (1972). *Nachbarschaft. Ein Beitrag zur Stadtsoziologie*. Köln: Bachem.
- Wahl, H. W., Iwarsson, S., & Oswald, F. (2012). Aging well and the environment: toward an integrative model and research agenda for the future. *Gerontologist*, 52(3), 306–316. <https://doi.org/10.1093/geront/gnr154>
- Wahl, H.-W. (2005). Entwicklung und Perspektiven der gerontologischen Forschung: Das Beispiel Wohnforschung. *Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie*, 38(2), 128–138. <https://doi.org/10.1007/s00391-005-0273-2>
- Wettstein, M., Wahl, H.-W., Shoval, N., Oswald, F., Voss, E., Seidl, U., ... Landau, R. (2015). Out-of-Home Behavior and Cognitive Impairment in Older Adults: Findings of the SenTra Project. *Journal of Applied Gerontology*, 34(1), 3–25. <https://doi.org/10.1177/0733464812459373>
- Wilhelm, P., & Schoebi, D. (2007). Assessing Mood in Daily Life. *European Journal of Psychological Assessment*, 23(4), 258–267. <https://doi.org/10.1027/1015-5759.23.4.258>