



**Universität
Zürich** ^{UZH}

Zentrum für Gerontologie

Soziale Unterstützung in der Nachbarschaft

Datenauswertung im Auftrag der Age Stiftung

Alexander Seifert

März 2014

Inhaltsverzeichnis

1 Einleitung	3
2 Ziel und Fragestellungen	5
3 Methodische Gesichtspunkte	5
4 Ergebnisse	6
4.1 Soziodemografische Merkmale der befragten Personen	6
4.2 Wohnsituation der befragten Personen	6
4.3 Kleinere Hilfen im Haushalt – Nachbarschaftshilfe	7
4.4 Der Reserveschlüssel und die Frage der sozialen Achtsamkeit in der Nachbarschaft	8
4.5 Sozialer Kontakt mit Nachbarn	9
4.6 Einflussfaktoren auf die Nachbarschaftshilfe	10
4.7 Einflussfaktoren auf den sozialen Kontakt zu Nachbarn	12
5 Schlussbemerkungen	14
Literatur	16

1 Einleitung

Nachbarschaft wird definiert als „soziale Gruppe, die primär wegen der Gemeinsamkeit des Wohnortes interagiert“ (Hamm, 1973). Nachbarschaftliche Beziehungen gehen nicht von Personen, sondern von Wohnungen aus. Die Personen sind auswechselbar und „NachbarIn ist man also, ob man will oder nicht, und unabhängig davon, ob man seine NachbarInnen mag.“ (Hamm, 2000, S. 174). Demnach bleibt jeder Person vorbehalten, wie sie diese Rolle ausfüllt.

Politisch und gesellschaftlich betrachtet zeigt sich das Thema „Nachbarschaft“ in der öffentlichen Diskussion ambivalent: „Einerseits wird sie geprägt durch die Vorstellung, dass zumal in Grossstädten Nachbarschaft nicht mehr existiere, ins Extrem getrieben durch Berichte von Menschen, die in ihrer Wohnung verstorben und wochenlang von ihren Nachbarn nicht bemerkt worden seien; auf der anderen Seite gibt es eine neue Euphorie, die grosse Hoffnungen in Nachbarschaft gerade dort setzt, wo es gilt, die Defizite des politischen und wirtschaftlichen Systems auf lokaler Ebene (natürlich kostenlos) auszugleichen.“ (Hamm, 2000, S. 174) Abgesehen von dieser Diskussion hat die Forschung immer wieder gezeigt, dass eine gute Nachbarschaft gerade im Alter eine wichtige Ressource ist und zu einem besseren Wohlbefinden im Alter beiträgt (vgl. z.B. Perrig-Chiello, 1997). Andere Untersuchungen konnten einen positiven Zusammenhang von sozialer Nachbarschaftshilfe (sozialem Kapital) und der (psychischen) Gesundheit zeigen (vgl. Richter-Kornweitz, 2012; Dragano, 2012; House, Landis & Umberson, 1998; Cohen, 2004). Durch informelle Kontaktnetzwerke können personale und soziale Ressourcen einen grossen Anteil an Hilfeleistungen bei alltagspraktischen Aufgaben bieten (z.B. Günther, 2005).

Aber was leisten ältere Menschen für ihre Nachbarschaft und was erhalten sie von ihrer Nachbarschaft zurück? Die Forschung zeigt, dass tiefergehende und andauernde Hilfeleistungen für ältere Personen weniger häufig von Nachbarn erbracht werden als von Familienangehörigen und Freunden oder Bekannten (z.B. Brandt, 2009). Nach Backes & Clemens (2008) unterscheiden sich im Alter die Hilfebereiche von den Beziehungslinien, so sind familiäre und verwandtschaftliche Beziehungen wichtig für länger währende Unterstützungsleistungen, Freunde vermitteln vorrangig soziale Anerkennung und helfen einander, wohingegen Nachbarn für kleinere Hilfen und Austausch im häuslichen Bereich wichtig sind. Dennoch kann die Nachbarschaftshilfe auch als ein nicht zu vernachlässigendes Instrument bei der Versorgungssicherung im Alter genannt werden (Höpflinger & Hugentobler, 2005; Höpflinger, Bayer-Oglesby & Zumbunn, 2011; Tesch-Römer, 2010).

Anhand einer Sonderauswertung der Bevölkerungsbefragungen der Stadt Zürich (Seifert & Schelling, 2012) kann gezeigt werden, dass ältere Personen etwas weniger häufig Nachbarschaftsleistungen erbringen als jüngere. Einzig „Auf die Wohnung von einem Nachbarn aufpassen während seiner Abwesenheit“ wird von älteren Personen etwas häufiger geleistet (ebd.). Dass Personen ab 75 Jahren weniger informelle Hilfeleistungen erbringen als jüngere Altersgruppen, kann auch für die gesamte Schweiz nachgewiesen werden (z.B. Schön-Bühlmann, 2011; Bühlmann & Schmid, 1999). Als Begründung können gesundheitliche Beeinträchtigungen und Immobilität genannt werden, welche eine Ausübung von Hilfeleistungen erschweren. Häufig sind hochaltrige Personen eher Empfänger von Hilfeleistungen.

Auch zeigte die Sonderauswertung für die Stadt Zürich, dass die Häufigkeit der Nachbarschaftshilfe höher ist, wenn die befragten Personen über ein höheres Einkommen und höhere Bildung verfügen.

Personen, welche häufiger Nachbarschaftshilfe leisten, sind auch signifikant zufriedener mit ihrer Wohnumgebung.

Gerade der Zusammenhang zwischen Nachbarschaftshilfe (und Vernetzung im Quartier) und der Zufriedenheit mit der Wohnumgebung lässt vermuten, dass Hilfeleistung wie die informelle Nachbarschaftshilfe einen wichtigen sozialen Wert im Quartier darstellt. Umso mehr ergibt sich die Frage, wie diese spezielle Hilfeform stärker in die allgemeinen Versorgungsstrukturen im Alter integriert und gefördert werden könnte.

Hinzukommend zu den vorwiegend positiven Zusammenhängen zwischen Nachbarschaftshilfe und Wohlbefinden beim Wohnen und Zufriedenheit mit der Wohnumgebung kann der Aspekt der sozialen Achtsamkeit betont werden. Wenn das nachbarschaftliche Umfeld gegenseitig auf sich achtet und vielleicht auch den Hilfebedarf bei älteren MitbewohnerInnen wahrnimmt und anspricht, kann dies zu einer Absicherung im Alter beitragen. Dieser Sicherheitsaspekt, des gegenseitigen „Achtsamseins“ und „Wahrnehmens“ kann sich dann positiv auf die Gesamtbewertung der Wohnsituation auswirken und das bestehende informelle Hilfenetzwerk sinnvoll ergänzen.

In diesem Kontext eingebettet initiierte die Age Stiftung 2013 eine Beteiligung an der GfS-Omnibus-Befragung bei Personen ab 50 Jahren, welche in der Deutschschweiz telefonisch durchgeführt wurde. Es konnten 6 Fragen zur Wohnsituation und Nachbarschaftshilfe in die Omnibus-Befragung integriert werden. Bei 707 Personen konnten Informationen zu diesem Themengebiet erhoben und mit soziodemographischen Merkmalen in Bezug gesetzt werden. Die Befragung kann zwar das Themengebiet der gegenseitigen Achtsamkeit und Nachbarschaftshilfe nicht komplett abdecken, ermöglicht es aber, erste wichtige Tendenzen aufzuzeigen. Die nachfolgenden Kapitel präsentieren wichtige Ergebnisse der Befragung.

2 Ziel und Fragestellungen

Hauptziel des Projekts ist die gezielte Datenauswertung der Omnibus-Bevölkerungsbefragung von Oktober 2013 des Instituts GfS. Bei dieser Befragung der Schweizer Bevölkerung ab 50 Jahren konnten 707 Personen aus der Deutschschweiz zu Aspekten der Nachbarschaftshilfe befragt werden.

Es sollen die 6 Fragen, welche von der Age Stiftung in die Omnibus-Befragung eingebracht wurden, mit Verweis auf die standarddemographischen Angaben und mögliche Zusammenhangsmasse ausgewertet und in den Kontext bisheriger wissenschaftlicher Studien eingebettet werden.

Durch das Projekt (Datenauswertung) sollen folgende zentralen Fragen beantwortet werden:

- a. Inwieweit wird eine Hilfe im Haushalt von den befragten Personen in Anspruch genommen?
- b. Wer leistet generell kleinere Hilfen für die befragten Personen?
- c. Wer hat Zugang zur Wohnung (über Reserveschlüssel)?
- d. Wie häufig und intensiv ist der Kontakt mit der Familie und Nachbarschaft?
- e. In welcher sozialen, finanziellen und privaten Situation befinden sich die befragten Personen?
- f. In welcher Wohnform leben die befragten Personen und wie lange bereits?

3 Methodische Gesichtspunkte

Es dienen folgende Zielphasen als methodisches Grundgerüst:

1. Erfassung der Datenlage und Desk Research
2. Formulierung der Auswertungsschwerpunkte und Datenauswertung
3. Verfassen des Berichts und Besprechung der Ergebnisse

Bei der Omnibus-Befragung wurden folgende sechs Fragen durch die Age Stiftung eingereicht:

1. ***Wenn Sie im Haushalt eine kleine Hilfe brauchen, wie oft wenden Sie sich an die folgenden Personen?***
(Ehepartner, Kinder/Schwiegerkinder, andere Verwandte, ihre Nachbarn, Hausmeister, Freunde/Bekannte die nicht in der Nachbarschaft wohnen, Andere)
2. ***Wer hat einen Reserveschlüssel für Ihre Wohnung?***
(Kinder, andere Verwandte, Freunde/Bekannte, Nachbarn, Hausmeister, andere, Niemand)
3. ***Wie oft sprechen Sie mit folgenden Personen (mehr als Grüssen, zwei, drei Sätze und mehr)?***
(Kinder/Schwiegerkinder, andere Verwandte, ihre Nachbarn, Hausmeister, Freunde/Bekannte die nicht in der Nachbarschaft wohnen, andere)
4. ***Leben Sie zurzeit in ihrem Haushalt alleine, mit einem/r PartnerIn, mit Kind, mit anderen verwandten Personen oder mit nicht verwandten Personen?***
(allein, mit PartnerIn, mit Kind, mit anderen verwandten Personen, mit nicht verwandten Personen)
5. ***Wie lange wohnen Sie schon in ihrer derzeitigen Wohnung?***
(0-5 Jahre, 6-10 Jahre, 11-20 Jahre, länger)
6. ***In was für einem Gebäude wohnen Sie?***
(alleinstehendes Einfamilienhaus, Reihenhaus oder Zweifamilienhaus, Mehrparteienhaus mit weniger als 10 Parteien, Mehrfamilienhaus mit 10 oder mehr Parteien)

4 Ergebnisse

4.1 Soziodemografische Merkmale der befragten Personen

Mit der Omnibus-Befragung konnten insgesamt 707 Personen aus der Deutschschweiz befragt werden. Es konnten 376 Frauen und 331 Männer befragt werden. Die jüngste befragte Person war 50 Jahre alt, die älteste 96 Jahre. Durchschnittlich 65 Jahre alt sind die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Befragung. Die Hälfte der Antwortenden ist zwischen 56 und 72 Jahre alt, je ein Viertel ist jünger beziehungsweise älter.

Von den befragten Personen haben 11.8 % die obligatorische Schulzeit als höchste Ausbildungsform angegeben. 48.5 % haben eine Berufslehre. Weitere 19.5 % besuchten eine Maturitätsschule und/oder eine höhere Fach- und Berufsausbildung. Die restlichen 20.2 % haben einen akademischen Abschluss.

47.7 % der befragten Personen ist pensioniert bzw. in Rente. 26.0 % sind noch voll berufstätig und 19.7 % in Teilzeit. Der Rest ist auf Arbeitssuche oder Hausfrau/Hausmann.

29.2 % der befragten Personen haben ein monatliches Netto-Haushaltseinkommen zwischen 4000 und 6000 Franken zur Verfügung. 27.4 % haben ein tieferes und 43.4 % ein höheres Einkommen. Personen, die bereits pensioniert sind, verfügen meist über weniger monatliches Einkommen, so sind es hier 41.7 % die nicht mehr als 4000 Franken zur Verfügung haben, 29.2 % haben ein Netto-Haushaltseinkommen von 4000 bis 6000 Franken und 29.1 % verfügen über mehr Einkommen. Die befragten pensionierten Personen verfügen mehrheitlich (67.2 %) über weniger als 250'000 Franken Vermögenswerte, der Rest hat ein Vermögen darüber zur Verfügung. Bei den noch nicht pensionierten Befragten sind es 72.5 %, die weniger als 250'000 Franken Vermögen besitzen.

4.2 Wohnsituation der befragten Personen

Zur räumlichen Verteilung kann festgestellt werden, dass die Mehrheit (41.2 %) der befragten Personen in Agglomerationen wohnen. 22.8 % wohnen in der Stadt und 36.0 % wohnen auf dem Land.

Die befragten Personen wohnen meist in einem Mehrparteienhaus. 31.0 % wohnen in einem Mehrparteienhaus mit weniger als 10 Parteien. 15.4 % wohnen in einem Mehrparteienhaus mit 10 oder mehr Parteien. 35.8 % wohnen in einem alleinstehenden Einfamilienhaus und 17.8 % wohnen in einem Reihenhaus oder Zweifamilienhaus. Der bewohnte Bautyp hängt auch mit der Einkommensstruktur zusammen, dies bedeutet, dass Personen mit höheren Einkommen eher in einem Einfamilienhaus wohnen.

Der überwiegende Teil (55.4 %) der befragten Personen wohnt gemeinsam mit einer Partnerin / einem Partner im Haushalt. Zusätzliche 10.7 % wohnen neben ihren Partnern auch mit den eigenen Kindern im Haushalt. Nur 3.7 % wohnen allein mit ihrem Kind / ihren Kindern zusammen. 2.1 % wohnen mit anderen Verwandten oder Freunden in einem Haushalt. Ein grosser Teil (28.1 %) wohnt allein, dies sind vorwiegend Frauen ab 71 Jahren; was sich auch für die gesamte Schweiz zeigen lässt, und zeigt, dass das Alleinwohnen mit dem Alter wahrscheinlicher wird (vgl. Höpflinger 2009).

In der Untersuchung von Seifert & Schelling (2012, S. 25) konnte bereits für die Stadt Zürich nachgewiesen werden, dass ältere BewohnerInnen im Durchschnitt 25-30 Jahre in ihren Wohnungen wohnen. Dies zeigt sich auch in der vorliegenden Untersuchung für die Deutschschweiz. 42.9 % der befragten Personen wohnen bereits mehr als 20 Jahre in ihrer derzeitigen Wohnung. 25.8 % wohnen 11 bis 20 Jahre, 16.6 % 6-10 Jahre und 14.7 % wohnen erst 5 Jahre oder weniger in ihrem derzeitigen Domizil. So liegt zwischen der Wohndauer und dem Alter der befragten Person ein signifikanter positiver Zusammenhang vor ($r = .211, p = .000$). Dieser Zusammenhang lassen sich partiell durch die berufliche Situationen vor der Pensionierung und den damit verbundenen allfälligen Umzügen miterklären.

4.3 Kleinere Hilfen im Haushalt – Nachbarschaftshilfe

Eine zentrale Fragestellung der Befragung war, inwieweit kleinere Hilfen im Haushalt bei räumlich wie sozial nahestehenden Personen angefragt werden. Anhand dieser Frage sollte zum einen erkennbar werden, welche Personengruppen bei Hilfebedarf angesprochen werden und zum anderen, inwieweit dadurch auch ein Nachbarschaftsnetzwerk (Nachbarschaftshilfe) deutlich wird.

Die Befragung zeigt, dass hauptsächlich die Personen um Hilfen gebeten werden, welche selber mit im Haushalt leben, dies sind dann meist die Partnerin / der Partner oder die Kinder. Tabelle 1 stellt die einzelnen Häufigkeitsaufteilungen dar.

Tab. 1: „Wenn Sie im Haushalt eine kleine Hilfe brauchen, wie oft wenden Sie sich an die folgende Personen?“

Personengruppe	gültige N	Intensität (in gültigen Zeilenprozenten)				
		immer	oft	manchmal	selten	nie
EhepartnerIn	668	33.4	22.0	7.8	6.9	29.9
Kinder/Schwiegerkinder	686	4.7	14.0	24.5	25.7	31.2
Andere Verwandte	694	1.2	2.7	12.0	24.5	59.7
Nachbarn	704	2.0	5.7	15.1	31.8	45.5
Hausmeister	639	0.6	1.4	4.5	11.1	82.3
Freunde / Bekannte (nicht in der Nachbarschaft)	703	1.1	4.8	17.9	28.9	47.2
Andere	687	1.2	2.9	7.1	11.6	77.1

Es ist aus der tabellarischen Aufstellung zu erkennen, dass die Nachbarn weniger häufig angefragt werden als die im Haushalt wohnenden Personen. Dennoch fragen die befragten Personen mehr Hilfe bei den Nachbarn nach als bei anderen Verwandten, die nicht im Haushalt leben. Dies zeigt zum einen, dass die Nachbarschaftshilfe meist ergänzend zum Ressourcennetzwerk der eigenen Familie genutzt werden und zum anderen, dass immerhin 22.6 % der befragten Personen ihre Nachbarin / ihren Nachbar manchmal oder öfters um kleinere Hilfen bitten.

Die Forschung zeigt hier, dass tiefergehende und andauernde Hilfeleistungen von älteren Personen weniger häufig für bzw. von Nachbarn erbracht werden, sondern vorwiegend für bzw. von Familienangehörige (z.B. Brandt, 2009). Die vorliegenden Daten bestätigen diese Einteilung und zeigen, dass eher informelle und niederschwellige Zusatzhilfen zum bestehenden Netzwerk durch Nachbarn nachgefragt werden. Besteht dieses Erstnetzwerk von Partnern und Kindern nicht oder ist nicht abrufbar, da z.B. nicht in der Nähe wohnhaft, erhöht sich der Wert der Nachbarschaftshilfe. Werden nur die Alleinstehenden betrachtet, fragen diese häufiger Hilfen bei Nachbarn nach (27.4 % zu 20.8 %).

Die über die Jahre gepflegten Nachbarschaftskontakte dienen dann z.B. bei einer Verwitwung als Ressource im Alter.

In einer Studie in der Stadt Zürich wurden den befragten BewohnerInnen der Stadt Zürich Aussagen zur Nachbarschaft vorgelegt. Die erste und für die Nachbarschaftshilfe entscheidende Aussage hiess „Die Leute in der Nachbarschaft helfen einander aus“ und wurde von 75.9 % der Personen ab 60 Jahren in der Stadt Zürich als eher oder vollständig zutreffend bewertet (Seifert & Schelling, 2012). Diese Ergebnisse für die Stadt Zürich betonen die Wichtigkeit und Bedeutung der gegenseitigen Unterstützung und Zufriedenheit damit. Dass die Beschreibung der Nachbarschaft einen Einfluss auf die Zufriedenheit mit der Wohnumgebung hat, konnte in der gleichen Studie nachgewiesen werden. So kann geschlussfolgert werden, dass eine nachbarschaftliche Verbundenheit und das Wissen der gegenseitigen Hilfe die Zufriedenheit mit dem Wohnumfeld erhöht.

Von welchen Faktoren die informelle Nachbarschaftshilfe direkt beeinflusst ist, soll im Kapitel 4.6 näher beschrieben werden.

4.4 Der Reserveschlüssel und die Frage der sozialen Achtsamkeit in der Nachbarschaft

Höpflinger (2014, S. 15) betont in seiner Ausarbeitung zu Sozialbeziehungen im Alter die für einige ältere Menschen hohe Bedeutung der Nachbarschaft als Hilferessource sowie die Bedeutung der Nachbarschaftskontakte als Vermittlung von Sicherheit (etwa gegenüber Gewalt, Einbrüchen, Unfällen, genereller Hilfebedarf). Dieser Aspekt der sozialen und gegenseitigen Achtsamkeit bzw. Wachsamkeit kann eine wichtige Grundbedingung für ein selbständiges Wohnen und Leben im hohen Alter sein. So kann eine funktionierende Nachbarschaftshilfe gerade für betagte Frauen und Männer bedeutsam sein (Höpflinger 2014, S. 15). Für eine länger andauernde Pflege ist die Nachbarschaftshilfe sicherlich weniger gut geeignet, da sie dadurch auch stark strapaziert wird, dennoch kann hier der Aspekt der Achtsamkeit wirken, wenn z.B. Auffälligkeiten im Tagesablauf bemerkt werden und die betroffene Person angesprochen wird und informelle Unterstützungen angeboten werden.

Die Omnibus-Befragung kann zur Klärung der Frage, inwieweit eine soziale Achtsamkeit unter den Nachbarn erwünscht ist und ob diese vorhanden ist, keine Daten liefern. Einzig die Frage zur Herausgabe des Reserveschlüssels bietet hier erste Erkenntnisse. Denn durch den Reserveschlüssel zeigt eine Person nicht nur, dass sie der anderen Person vertraut, sondern auch, dass sie eine gewisse „Achtsamkeit“ und „Wachsamkeit“ wünscht, auch vielleicht im Fall der Fälle.

Innerhalb der Befragung konnte die Frage gestellt werden, welche Person(en) einen Reserveschlüssel für die eigene Wohnung hat. Den Reserveschlüssel zu geben ist mit einem hohen Vertrauen verbunden und vielleicht auch dem Bedürfnis der Absicherung, sollte einmal etwas passieren. Dies könnte dann nicht nur das „Versorgen der Pflanzen bei Abwesenheit“ sein, sondern eben auch die Achtsamkeit und Absicherung beispielsweise im Fall eines Sturzes. Durch den Reserveschlüssel könnten sich die vertrauenswürdigen Personen Zutritt zur Wohnung und zur gestürzten Person ermöglichen.

Die Befragung zeigt, dass zwar die Kinder oder Schwiegerkinder am ehesten einen Reserveschlüssel haben, dennoch die Nachbarn die zweite Gruppe sind, denen die befragten älteren Personen einen Reserveschlüssel anvertraut haben. Interessant ist auch, dass nach den Kindern sofort die Nachbarn benannt werden.

Tabelle 2 präsentiert hierzu die wichtigsten Verteilungen. Es ist aber darauf hinzuweisen, dass Mehrfachantworten möglich waren und daher die Antworten mehr als 100 % ergeben können.

Tab. 2: „Wer hat einen Reserveschlüssel für Ihre Wohnung? (Mehrfachantworten möglich)“

Personengruppe	N	Gültige Prozente
Kinder / Schwiegerkinder	408	59.2
Andere Verwandte	79	11.5
Nachbarn	147	21.3
Hausmeister	41	6.0
Freunde / Bekannte (nicht in der Nachbarschaft)	38	5.5
Andere	43	6.2
Niemand	93	13.5
Gesamt	849	123.5

Den Nachbarn wird laut dieser Ergebnisse ein hohes Vertrauen zugestanden und in Ergänzung zu den Ergebnissen des Kapitels 4.3 zeigt dies ein verhältnismässig starkes Nachbarschaftsnetzwerk im Alter.

Kann es aber sein, dass bestimmte soziodemografische oder wohnungsbautypische Merkmale die Vergabe des Reserveschlüssels an eine Nachbarin / einen Nachbar beeinflussen? Hinsichtlich des Geschlechts zeigen sich keine Unterschiede. Jedoch geben Personen, welche über eine mittlere oder hohe Bildung verfügen bzw. mehr Einkommen zur Verfügung haben, eher den Schlüssel eine Nachbarin / einen Nachbar, als dies Personen mit einer tieferen Bildung tun. Nun könnte dies aber auch mit dem bewohnten Quartier und dem generellen Vertrauensgefühl gegenüber den benachbarten Personen zu tun haben. Dennoch zeigt der Vergleich auch, dass Personen, welche bereits länger in der Wohnung wohnen, auch den Nachbarn eher einen Reserveschlüssel anvertrauen. Bei der Haushaltsstruktur zeigt sich, dass vorwiegend Alleinstehende (24 %) und Personen mit Partnern im Haushalt (21 %) auch den Nachbarn einen Reserveschlüssel anvertrauen. Bei den Bewohnern von alleinstehenden Einfamilienhäusern ist die Prozentzahl (23 %) derjenigen, welche ihre Nachbarin / ihren Nachbar einen Reserveschlüssel geben, höher als bei den Personen, welche in einem Mehrparteienhaus mit mehr als 10 Parteien wohnen (15 %). Hier könnte der Aspekt der Anonymität eine Erklärung bieten. Bei den anderen Bautypen schwanken die Prozentzahlen zwischen 22 % und 19 %.

4.5 Sozialer Kontakt mit Nachbarn

Informelle Hilfen sind nur ein Aspekt einer sozialen Nachbarschaft. Ein weiterer wichtiger Punkt ist der soziale Kontakt zu diesen. In der Befragung konnte dieser Aspekt durch die Frage beleuchtet werden, wie oft die befragten Personen mit verschiedenen Personengruppen sprechen (mehr als Grüssen, zwei, drei Sätze und mehr). Die Kommunikation und der soziale Austausch sind wichtige Dimensionen einer funktionierenden Nachbarschaft (vgl. Günther, 2005; Hamm, 1973). Die Befragung zeigt hierzu, dass die Nachbarn an zweiter Stelle nach den eigenen Kindern kommen und 48 % aller befragten Personen angeben, dass sie mehrmals pro Woche oder täglich mit ihren Nachbarn sprechen. Tabelle 3 zeigt hierzu die Häufigkeitsverteilungen

Tab. 3: „Wie oft sprechen Sie mit folgenden Personen (mehr als Grüßen, zwei, drei Sätze und mehr)“

Personengruppe	gültige N	Häufigkeit (in gültigen Zeilenprozenten)					
		täglich	mehrmals pro Woche	einmal pro Woche	weniger als einmal pro Woche	seltener	nie
Kinder/Schwiegerkinder	684	27.2	32.6	19.7	3.4	3.1	13.9
Andere Verwandte	704	5.3	14.6	25.3	22.9	23.9	8.1
Nachbarn	705	17.6	30.5	23.8	9.4	15.5	6.2
Hausmeister	623	1.8	4.3	7.2	6.4	11.7	68.5
Freunde / Bekannte (nicht in der Nachbarschaft)	700	7.1	24.7	26.7	26.4	17.6	7.4

Es ist zu erkennen, dass viele der befragten Personen einen intensiven sozialen Austausch mit ihren Nachbarn pflegen, sogar mehr noch als sie dies zu ihren Verwandten (ausser Partnern und Kindern) und Freunden/Bekanntem tun. Scheinbar ist dieser Kontakt auch intensiver als nur zu Grüßen und zeigt in Verbindung zu den bisherigen Ergebnissen, dass die befragten älteren Menschen viel daran setzen, ihr Nachbarschaftsnetz zu pflegen.

Der soziale Kontakt zu den Nachbarn hat auch direkten Einfluss auf die Nachbarschaftshilfe. Wenn der Kontakt intensiv gepflegt wird, ist es auch wahrscheinlicher, dass sich die betreffenden Personen gegenseitig aushelfen. So liegt zwischen der Häufigkeit mit einer Nachbarin / einem Nachbarn zu sprechen, und der Nachbarschaftshilfe (siehe Kapitel 4.3) ein signifikanter positiver Zusammenhang vor ($r = .271, p = .000$).

Von welchen Faktoren die sozialen Kontakte zur Nachbarschaft beeinflusst sind, soll im Kapitel 4.7 näher beschrieben werden.

4.6 Einflussfaktoren auf die Nachbarschaftshilfe

Die Nachbarschaft unterscheidet sich zu befreundeten Personen dahingehend, dass die Nachbarschaft meist nicht gewählt, sondern vorgegeben ist und auch im Zuge der eigenen Wohndauer variieren kann. Höpflinger (2014, S. 14) betont dabei, dass Nachbarschaftsbeziehungen älterer Menschen „sachgemäss je nach Wohnortdauer, aber auch je nach Quartierstruktur und Wohnverhältnissen“ variieren. Dies bedeutet, dass sich Nachbarschaftsbeziehungen in unterschiedlichen Kontexten entwickeln und abbrechen können und meist über die Jahre gepflegt werden müssen.

Mittels einer linearen Regressionsanalyse soll nun überprüft werden, welche Einflussfaktoren auf die Nachbarschaftshilfe wirken. Anhand der Analyse soll versucht werden, die Nachbarschaftshilfe (als abhängige Variable; siehe Kapitel 4.3) durch verschiedene unabhängige Variablen zu erklären. Die abhängige Variable ist in einer 5er-Skala codiert (von 1 „immer“ bis 5 „nie“).

Die Regressionsanalyse ist ein statistisches Verfahren, um Beziehungen zwischen einer abhängigen und mehreren unabhängigen Variablen festzustellen. Auch wenn teilweise nicht alle mathematischen Anforderungen bei unserer abhängigen Variable erfüllt werden (insbesondere Normalverteilung), haben wir uns dennoch entschieden, das Verfahren zu explorativen Zwecken anzuwenden.

In einem ersten Schritt wurden zwischen allen Variablen, die in die Regressionsanalyse eingebunden werden sollten, bivariate Korrelationen berechnet, um die Beziehungen zwischen jeweils zwei Variablen abzubilden (siehe Tab. 4). Es bestätigt sich nur teilweise, dass alle unabhängigen (erklärenden)

Variablen signifikant mit der abhängigen Variable zusammenhängen; ausser dem Einkommen, den Fragen zum Reserveschlüssel und den sozialen Kontakten zu Nachbarn korrelieren keine weiteren Variablen signifikant mit der abhängigen Variable. Dies könnte auch damit erklärt werden, dass die abhängige Variable nicht normalverteilt ist. Für die Regressionsanalyse werden dennoch neben der abhängigen Variable die in Tabelle 4 verwendeten 10 unabhängigen Variablen eingebunden.

Tabelle 4: Interkorrelationen zwischen den Variablen für die Regressionsanalyse

Variablen	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)	(10)	(11)
(1) Nachbarschaftshilfe	-	-.020	.004	-.042	-.069	-.062	-.045	-.007	.013	-.160	.271
(2) Alter	.297	-	.058	-.135	-.389	-.194	.211	.142	-.140	.057	.010
(3) Geschlecht	.462	.060	-	-.255	-.159	-.129	.046	.073	-.018	.021	-.028
(4) Bildung	.134	.000	.000	-	.408	.132	-.040	-.068	-.071	.047	-.050
(5) Einkommen	.049	.000	.000	.000	-	.336	-.069	-.133	-.043	.048	-.030
(6) Allein lebend	.099	.000	.000	.000	.000	-	.046	-.142	.079	-.046	-.039
(7) Wohndauer	.118	.000	.110	.146	.048	.113	-	-.216	-.012	.015	-.013
(8) Gebäudetyp (Nachbarschaftsdichte)	.430	.000	.027	.038	.001	.000	.000	-	-.355	-.006	-.024
(9) Siedlungstyp (Einwohnerzahl)	.366	.000	.320	.033	.156	.019	.372	.000	-	-.058	-.080
(10) Reserveschlüssel	.000	.066	.292	.107	.126	.111	.344	.437	.064	-	-.176
(11) Sozialer Kontakt	.000	.396	.225	.096	.238	.149	.366	.265	.018	.000	-

Oberhalb der Diagonalen: Pearson-Produkt-Moment-Korrelation, unterhalb: p einseitig getestet. Fett markiert: bivariate Korrelationen (mit Signifikanzen) der abhängigen Variable.

Die anschliessende lineare Regressionsanalyse (siehe Tabelle 5) mit allen unabhängigen Variablen zeigt nur eine Varianzaufklärung von 10 %. Das Gesamtmodell ist signifikant. Auch hier sind nur die beiden letzten Variablen zum Reserveschlüsse und zum sozialen Kontakt sowie das „Alleinleben“ und das Einkommen signifikant, wenn auch in einer teilweise schwachen Ausprägung. Einzig die unabhängige Variable zum sozialen Kontakt (siehe Kapitel 4.5) hat einen signifikanten und starken Einfluss auf die abhängige Variable, die anderen drei Variablen sind zwar knapp signifikant, aber haben keine grosse Erklärungskraft. Dies wird insbesondere beim Einkommen deutlich.

Tabelle 5: Lineare Regression mit der abhängigen Variable „Nachbarschaftshilfe“

Variablen	Regressionskoeffizient B	Beta	Signifikanz (p)	Gesamtmodell	
(x) Konstante	4.069		.000	R	.321
(1) Alter	-.001	-.008	.862	R²	.103
(2) Geschlecht	.028	.014	.741	korr. R²	.087
(3) Bildung	.003	.002	.969	df	10
(4) Einkommen	-.088	-.107	.033	F	6.372
(5) Allein lebend	-.252	-.113	.014	p	.000
(6) Wohndauer	-.048	-.052	.225		
(7) Gebäudetyp (Nachbarschaftsdichte)	.000	-.001	.991		
(8) Siedlungstyp (Einwohnerzahl)	.012	.009	.841		
(9) Reserveschlüssel	-.295	-.101	.015		
(10) Sozialer Kontakt	-.175	-.257	.000		

Auf Grundlage der Regressionsanalyse kann gesagt werden, dass die soziodemografischen (bis auf Alleinleben und Einkommen) wie die bautypischen und räumlichen Faktoren keinen signifikanten Einfluss auf die abhängige Variable haben. Einzig die Variable zum Reserveschlüssel und die Variable zum sozialen Kontakt zur Nachbarschaft zeigen signifikante Einflüsse auf die allfällige Nachbarschaftshilfe.

Das die nachgefragte Nachbarschaftshilfe mit der Vergabe des Reserveschlüssels und dem sozialen Kontakt zu den Nachbarn eng miteinander verbunden ist, scheint damit erklärbar zu sein, dass in einer lebendigen und sozial funktionierenden Nachbarschaft auch eher Personen mit den Nachbarn ins Gespräch kommen und bereit sind, gegenseitige Hilfe zu leisten sowie den Reserveschlüssel diesen Nachbarn auch anzuvertrauen.

Daneben fragen insbesondere Personen, die allein leben, eher kleinere Hilfen bei ihren Nachbarn an. Dies spricht für eine Erweiterung des Ressourcennetzwerks auf die Nachbarschaft, bei Verlust oder nicht Vorhandensein anderer Ressourcen wie z.B. der Partnerin / des Partners oder in der näheren Umgebung wohnhafter Kinder. Das bedeutet, dass die Nachbarn häufig erst bei einem gewissen „Ressourcenmangel“ mehr und häufiger um Hilfe angesprochen werden. Dies bedeutet aber nicht zwangsläufig, dass Personen in Partnerschaft keine Nachbarschaftshilfe wahrnehmen bzw. geben, vielmehr erhöht sich die Wahrscheinlichkeit der Intensität dieser Nachfrage mit dem Allein leben.

Neben dem Alleinleben zeigte auch die unabhängige Variable Einkommen signifikante Werte, wenn auch mit einer sehr geringen Erklärungskraft. Dennoch könnte vermutet werden, dass Personen mit höheren Einkommen etwas stärker Nachbarschaftshilfe wahrnehmen. Vielleicht auch, weil sie in Nachbarschaften leben, die kleiner und überschaubarer sind, und dort der Kontakt zu den Nachbarn weniger anonym ist als z.B. bei städtischen Mehrparteienwohnungen. Jedoch kann hier bereits auch nachgeschoben werden, dass diese Ergebnisse sehr mit Vorsicht zu deuten sind, auch weil das Einkommen in der Regressionsanalyse keine grosse Erklärungskraft liefert.

4.7 Einflussfaktoren auf den sozialen Kontakt zu Nachbarn

In einem weiteren Auswertungsschritt wurden die Einflussfaktoren auf die Häufigkeit der sozialen Kontakte mit den Nachbarn (Gespräche) analysiert. Ziel ist es, die Ebene der Kommunikation zu erfassen, welche vermutlich niederschwelliger ist als die tatsächliche Ausführung von Nachbarschaftshilfe. Auch konnten die bisherigen Ergebnisse zeigen, dass der soziale Kontakt ein wichtiger, wenn nicht sogar der wichtigste Ausgangspunkt für gute Nachbarschaftshilfe ist.

Für das Regressionsmodell wurde die Frage zur Kontakthäufigkeit mit den Nachbarn (siehe Kapitel 4.5) als abhängige Variable genommen. Die Variable ist in einer 6er Skala codiert (von 1 „täglich“ bis 6 „nie“). Als unabhängige Variablen wurden die selben Variablen wie in der vorhergehenden Regression (siehe Kapitel 4.6) verwendet. Zusätzlich wurde die vorher abhängige Variable zur Nachbarschaftshilfe nun als unabhängige eingebunden. Die Korrelationswerte könnten der Tabelle 4 im Kapitel 4.6 entnommen werden.

Auch bei dieser Analyse sind teilweise nicht alle mathematischen Anforderungen für die Regressionsanalyse erfüllt (insbesondere Normalverteilung der abhängigen Variable). Dennoch haben wir uns entschieden, das Verfahren zu explorativen Zwecken anzuwenden.

Bei dem signifikanten Gesamtmodell (siehe Tabelle 6) liegt wieder nur eine Varianzaufklärung von 11 % vor. Das vorliegende Regressionsmodell zeigt bei vier Variablen signifikante Werte, alle anderen unabhängigen Variablen sind nicht signifikant.

Tabelle 6: Lineare Regression mit der abhängigen Variable „Soziale Kontakte zur Nachbarschaft“

Variablen	Regressionskoeffizient B	Beta	Signifikanz (p)	Gesamtmodell	
(x) Konstante	2.517		.000	R	.338
(1) Alter	-.001	-.005	.906	R²	.114
(2) Geschlecht	-.127	-.043	.300	korr. R²	.099
(3) Bildung	-.130	-.055	.224	df	10
(4) Einkommen	.038	.031	.530	F	7.187
(5) <i>Allein lebend</i>	.324	.100	.030	p	.000
(6) Wohndauer	-.013	-.010	.822		
(7) Gebäudetyp (Nachbarschaftsdichte)	-.107	-.081	.074		
(8) <i>Siedlungstyp</i> (<i>Einwohnerzahl</i>)	-.220	-.113	.010		
(9) <i>Reserveschlüssel</i>	-.629	-.146	.000		
(10) <i>Nachbarschaftshilfe</i>	.373	.254	.000		

Zum einen ist die Variable des „Alleinlebens“ als Haushaltstyp signifikant. Jedoch zeigt sie in diesem Modell eine andere Richtung der Erklärung an. Dies bedeutet, dass alleinlebende Personen innerhalb der Befragung eher angeben, dass sie weniger Kontakte zu den Nachbarn haben. Dies ist gerade im Kontext der bisherigen Ergebnisse (siehe Kapitel 4.6) interessant. Dies könnte damit auch erklärt werden, dass bei den alleinlebenden Personen andere Haushaltsmitglieder (z.B. PartnerIn) fehlen, welche Nachbarschaftskontakte pflegen. Auch könnte die These aufgeworfen werden, dass sich die Personen eher zurückziehen und weniger Kontakt suchen. Jedoch kann diese Vermutung mit den vorliegenden Daten weder bestätigt noch abgelehnt werden.

Zum anderen ist die Siedlungsart, also die Frage, ob die befragte Person auf dem Land, in Agglomerationen oder in der Stadt wohnt, signifikant und zeigt an, dass Personen auf dem Land und in den Agglomerationen etwas häufiger die Kontakte zu den Nachbarn suchen bzw. pflegen, als dies die befragten Personen in der Stadt tun. Hier könnte aber das bereits angebrachte Erklärungsmuster der Anonymität der städtischen Nachbarschaften bei der Erklärung mithelfen.

Desweiteren ist auch die Herausgabe des Reserveschlüssels an Nachbarn eng verbunden mit der Kontakthäufigkeit mit den Nachbarn. Auch diese unabhängige Variable ist signifikant. Dies erklärt sich dadurch, dass die Nachbarn, mit denen Kontakt gepflegt wird, auch eher diejenigen Personen sind, welchen man einen Reserveschlüssel anvertraut und denen indirekt eine gewisse soziale Achtung zugesprochen wird.

Zuletzt zeigt auch die unabhängige Variable zur Nachbarschaftshilfe, welche in der vorhergehenden Regression als abhängige Variable geführt wurde, signifikante Werte. Die Koeffizienten hierzu können dahingehend interpretiert werden, dass der enge soziale Kontakt zwischen den Nachbarn diese auch für Hilfeleistungen besser ansprechbar macht.

5 Schlussbemerkungen

Die Nachbarschaften, die ein Mensch im Laufe seines Lebens erlebt hat, haben einen Einfluss auf die jeweilige Bewertung der Wohnsituation und Wohnumgebung. Nachbarschaften, die als homogen, lebendig, sozial, vertrauensvoll und sich unterstützend erlebt werden, werden meist auch gut bewertet, und das Wohnen in diesen Nachbarschaften wirkt sich positiv auf die Wohnqualität aus. Dieser Aspekt der sozialen Vernetzung kann besonders im Alter eine wertvolle Ressource darstellen. Das gegenseitige Helfen sowie die gegenseitige soziale Achtsamkeit ermöglicht es gerade betagten alleinlebenden Menschen, ihr Leben trotz Einschränkungen gut zu bewältigen.

Die Ergebnisse der Befragung konnten zeigen, dass die Nachbarn neben den eigenen Partnern und Kindern wichtige Kontakt- und Ressourcenpartner sind, gerade auch dann, wenn die ersten beiden genannten Personengruppen nicht (mehr) vorhanden sind und nahestehende Freunde/Bekannte nicht im selben Quartier leben.

Es konnte festgestellt werden, dass wenn ein genereller guter Kontakt zu den Nachbarn besteht, diese auch eher für Hilfeleistungen angesprochen werden und ihnen ein Reserveschlüssel anvertraut wird. Die tagtäglichen bzw. wöchentlichen Gespräche und Kontakte stellen die Basis für allfällige weitere Anfragen und Bitten für Hilfeleistungen dar. Wird die Nachbarschaft dahingehend schon negativ bewertet und gesagt, dass keine guten Kontakte zu Nachbarn bestehen, sind auch die darauf aufbauenden Hilfeleistungen eher unrealistisch.

Durch die multivariaten Analysen konnte gezeigt werden, dass keine soziodemografischen oder wohnortspezifischen Merkmale die Nachbarschaftshilfen bzw. das Anfragen einer Hilfeleistung bei den Nachbarn signifikant erklären. Bis auf das Alleinleben konnten keine bedeutsamen Zusammenhänge zwischen den Merkmalen herausgelesen werden. Einzig die Frage zur Kontakthäufigkeit mit den Nachbarn zeigte, dass auch der Siedlungstyp einen Einfluss auf die Intensität nimmt.

Diese Erkenntnisse führen dazu, dass es bei der Nachbarschaftshilfe (zumindest mit den zur Verfügung stehenden Daten) weniger um objektive Merkmale geht, sondern eher um subjektive (soziale) Merkmale bei der Person und der Nachbarschaft selber. Ist die einzelne Person bereit und offen, mit den Nachbarn in Kontakt zu treten, und sind dies auch die Nachbarn selber, entsteht eher ein reziproker Hilfeaustausch. Haben die Personen bereits vor einem allfälligen Hilfebedarf den Kontakt zu den Nachbarn gepflegt, ist es auch wahrscheinlicher, dass diese Personengruppe bei kleineren Hilfen angesprochen wird. Bestand dieser Kontakt nicht und müssen diese erst hergestellt werden, „bestehen natürlich erhebliche Schwierigkeiten bei der Mobilisierung informeller Unterstützung und der Rekrutierung von Helfern im sozialen Nahraum“ (Günther, 2005, S. 437).

Damit zeigt sich, dass die niederschweligen informellen Nachbarschaftshilfen komplex sind und der frühzeitigen Pflege bedürfen, aber auch von vielen vielleicht nicht als „Nachbarschaftshilfe“ im formellen Kontext wahrgenommen werden. Daher ist es gerade interessant, diese Aspekte der nicht organisierten Nachbarschaftsunterstützung weiter zu erforschen, auch mit dem Wissen, dass dieser schwer zu erfassen und in Zahlen auszudrücken ist.

Die Nachbarschaft kann auch dazu beitragen, das soziale Netz von Achtsamkeit und Wachsamkeit im positiven Sinne zu pflegen und so betagten Menschen in ihrer Wohnsituation zu unterstützen, gerade wenn Notsituationen vorfallen oder ein höherer Hilfebedarf ersichtlich wird. Hier sollte die

Nachbarin / der Nachbar nicht unbedingt alle Hilfeleistungen selber übernehmen, sondern beispielsweise „reagieren“, wenn sich die betagte Person tagelang nicht sehen lässt oder Stürze wahrgenommen werden. Diese Beispiel zeigt aber auch, dass es nicht immer zum Einsatz dieser Hilfe kommen muss, sondern dass es eher um ein Gefühl der Absicherung geht, welche sich positiv auf die subjektive Bewertung der Wohnsituation legt, solange dies auch erwünscht ist.

Als eine Art Fazit kann festgehalten werden, dass die Nachbarschaftshilfe von gewissen Faktoren abhängig ist. Die Befragung konnte zeigen, dass objektive Faktoren die Nachbarschaftshilfe und den Kontakt zu den Nachbarn weniger erklärt, als dies subjektive Faktoren tun. Diese Mischung aus objektiven und subjektiven Faktoren können, zumindest in einer ersten Überlegung und auf Grundlage des Desk Research, auf folgende drei Dimensionen zusammengefasst werden:

- **Verfügbarkeit:** Damit ist gemeint, ob Nachbarn, die helfen wollen und mit denen soziale Kontakte und ein reziprokes Vertrauen möglich sind, vorhanden sind.
- **Notwendigkeit:** Sofern PartnerInnen und/oder Kinder vorhanden sind oder Freunde im selben Quartier leben, wird die Nachbarschaftshilfe weniger für Hilfeleistungen eingefordert. Fehlen jedoch diese Ressourcen, kann es eher sein, dass diese nachgefragt werden. Jedoch ist hier Bedingung, dass einerseits im Idealfall die Nachbarschaftskontakte frühzeitig gepflegt werden müssten, und andererseits die betroffene Person, trotz einem allfälligen sozialem Rückzug, proaktiv wird und Nachbarn um kleinere Hilfen anfragt.
- **Persönliche Einstellung:** Nachbarn um Hilfe zu bitten, stellt für viele bei kleineren Dingen weniger ein Problem dar, dennoch ist es auch eine gewisse Bereitschaft, Hilfe bei Nachbarn anzufragen.

Im „Auftakt“ der Befragung empfiehlt es sich, die Aspekte der niederschweligen informellen Nachbarschaftshilfe (im Sinne von „Das Quartier als Ressource im Alter“), der objektiven wie subjektiv wahrgenommenen Nachbarschaftskontakte und der sozialen Absicherung im Quartier weiter zu vertiefen und mit qualitativen wie quantitativen Daten zu untermauern. Gerade der angesprochene Aspekt der gegenseitigen Achtsamkeit und Wahrnehmung ist für gerontologische Fragestellungen wichtig und erfährt in der Schweizer Forschungslandschaft noch zu wenig Aufmerksamkeit, obwohl gerade im Kontext eines selbstständigen Wohnens auch im hohen Alter diese Aspekte zentral sein sollten. Diese Forschungsansätze helfen dann auch der Praxis: Beispielsweise im Quartiermanagement-Ansatz, der sozialen Arbeit im Quartier und der Frage, wie zukünftige Wohnüberbauungen konzipiert werden sollten, damit sie „Nachbarschaft“ fördert.

Literatur

- Backes, G., & Clemens, W. (2008). *Lebensphase Alter: Eine Einführung in die sozialwissenschaftliche Altersforschung*. Weinheim: Beltz Juventa.
- Brandt, M. (2009). *Hilfe zwischen Generationen. Ein europäischer Vergleich*. Wiesbaden: VS-Verlag für Sozialwissenschaften.
- Bühlmann, J., & Schmid, B. (1999). *Unbezahlt-aber trotzdem Arbeit: Zeitaufwand für Hausund Familienarbeit, Ehrenamt, Freiwilligenarbeit und Nachbarschaftshilfe*. Neuchâtel: Bundesamt für Statistik.
- Cohen, S. (2004). Social relationships and health. *American psychologist*, 59(8), 676.
- Dragano, N. (2012). Soziales Kapital und Gesundheit im städtischen Raum. *Public Health Forum*, 20(2), 5.
- Günther, J. (2005). Das soziale Netz der Nachbarschaft als System informeller Hilfe. *Gruppendynamik und Organisationsberatung*, 36(4), 427-442.
- Hamm, B. (1973). *Betrifft: Nachbarschaft. Verständigung über Inhalt und Gebrauch eines vieldeutigen Begriffs*. Düsseldorf: Bertelsmann.
- Hamm, B. (2000). Nachbarschaft. In H. Häußermann (Ed.), *Großstadt: Soziologische Stichworte* (pp. 173-182). Wiesbaden: Springer.
- Höpflinger, F. (2009). *Einblicke und Ausblicke zum Wohnen im Alter*. Zürich: Seismo.
- Höpflinger, F. (2014). *Soziale Beziehungen im Alter*. Retrieved 10.02.2014, <http://www.hoepflinger.com/fhtop/Soziale-Kontakte.pdf>.
- Höpflinger, F., Bayer-Oglesby, L., & Zumbrunn, A. (2011). *Pflegebedürftigkeit und Langzeitpflege im Alter: Aktualisierte Szenarien für die Schweiz*. Bern: Huber.
- Höpflinger, F., & Hugentobler, V. (2005). *Familiale, ambulante und stationäre Pflege im Alter. Perspektiven für die Schweiz*. Bern: Huber.
- House, J. S., Landis, K. R., & Umberson, D. (1988). Social relationships and health. *Science*, 241(4865), 540-545.
- Perrig-Chiello, P. (1997). *Wohlbefinden im Alter: Körperliche, psychische und soziale Determinanten und Ressourcen*. Weinheim: Juventa-Verlag.
- Richter-Kornweitz, A. (2012). With a little help from my friends – Nachbarschaft und Gesundheit. *Public Health Forum*, 20(2), 22.
- Schön-Bühlmann, J. (2011). *Freiwilligenarbeit in der Schweiz 2010*. Neuchâtel: Bundesamt für Statistik.
- Seifert, A., & Schelling, H. R. (2012). *Lebens- und Wohnsituation älterer Menschen in der Stadt Zürich. Schlussbericht*. Zürich: Zentrum für Gerontologie.
- Tesch-Römer, C. (2010). *Soziale Beziehungen alter Menschen*. Stuttgart: Kohlhammer.