



ÄLTERE MÄNNER AKTIV ANSPRECHEN UND FÖRDERN. FÜR EINE BEFÄHIGUNGSORIENTIERTE POLITIK UND SOZIALE ARBEIT IM DEMOGRAFISCHEN WANDEL

STELLUNGNAHME DER KONFERENZ DER DIÖZESANMÄNNERREFERENTEN UND DIÖZESANBEAUFTRAGTEN FÜR MÄNNERSELSORGE IN DEN DEUTSCHEN DIÖZESEN UND DES FORUMS KATHOLISCHER MÄNNER (FKM).

Das Forum katholischer Männer

Die Männerbeauftragten der deutschen Diözesen und die Verbände, Gruppierungen und Einzelpersonen mit einem männerspezifischen Schwerpunkt haben sich im „Forum katholischer Männer“ zusammengeschlossen. Sie sind beratend, seelsorglich und politisch für die Belange von Männern in ganz Deutschland tätig und vertreten die Anliegen und Bedarfe von Männern in den politischen Bereich. Das FkM ist Gründungsmitglied im Bundesforum Männer und im Zentralkomitee der Katholiken vertreten. Weitere Informationen unter <https://kath-maennerarbeit.de/>.

Anlass

Der demografische Wandel verändert unsere Gesellschaft grundlegend. Die Lebensphase Alter wird länger, vielfältiger und bedeutsamer. Im 9. Altersbericht (2025) wurde erstmals der Begriff Befähigung zur Leitperspektive einer zeitgemäße Alterspolitik.

Dies begrüßen wir und fordern zugleich: Die Potenziale und gesellschaftlichen Beiträge älterer Männer sollten bewusst als Ressource in den Blick genommen werden!

Ältere Männer werden in politischen, wissenschaftlichen und sozialen Diskursen bislang nur unzureichend als eigenständige Zielgruppe adressiert. Wahrgenommen werden sie als privilegierte „Normalgruppe“ oder als Problemgruppe (Einsamkeit, Gesundheitsrisiken, erhöhte Suizidrate).

Demgegenüber stellen wir fest:

1. Ältere Männer sind eine gesellschaftliche Zukunftsressource

Rund 11,5 Millionen Männer im Alter zwischen 60 und 100 Jahren leben in Deutschland. Eine alternde Gesellschaft kann es sich nicht leisten, diese Potenziale ungenutzt zu lassen. Es braucht eine männerspezifische Zugangsweise zu ihrer Lebenswirklichkeit.

2. Ein nötiger Perspektivwechsel: Vom Defizitblick zur Befähigungsgerechtigkeit

Die Befähigung zur aktiven Lebensgestaltung ist Maßstab von Gerechtigkeit. Ältere Männer haben Fähigkeiten, Erfahrungen und Kompetenzen. Angebote sollten nicht passiv und paternalistisch, sondern aktivierend, partizipativ und zutrauend ausgerichtet werden.

3. Den Generationenwandel als Chance ernst nehmen

Mit alternden Babyboomern verändern sich Erwartungen und Ansprüche in Richtung Partizipation, Sinn und Engagement. Zugleich verschärfen sich soziale Ungleichheiten, digitale Spaltungen und prekäre Lebenslagen. Besonders in vulnerablen Milieus zeigen sich Rückzugstendenzen, Scham, Vereinsamung



und eine erhöhte Suizidgefährdung, insbesondere bei Männern, deren soziale Bezüge nicht so stabil gewachsen sind.

Soziale Arbeit muss diesen Entwicklungen differenziert, besonders auch männerspezifisch begegnen: milieusensibel, generationenspezifisch und langfristig angelegt.

4. Konkrete Handlungsfelder weiterentwickeln

1. Männersensible Angebotsentwicklung, z. B. durch spezifische Kommunikations- und Begegnungsräume für ältere Männer
2. Qualifizierung und Vernetzung, z. B. durch Ausbau männersensibler Fort- und Weiterbildungen
3. Forschung und Praxisentwicklung, z. B. durch qualitative Forschung und begleitende Evaluation
4. Öffentliche Wahrnehmung, z. B. durch differenzierte Altersbilder und positive Narrative

5. Handlungsoptionen in Politik und Gesellschaft wahrnehmen

Wir rufen politische Entscheidungsträger*innen, kirchliche Institutionen, Wohlfahrtsverbände, Stiftungen sowie Akteur*innen aus Wissenschaft und Medien dazu auf,

- ältere Männer als eigenständige Zielgruppe in Förderprogrammen zu berücksichtigen,
- befähigungsorientierte Leitbilder verbindlich zu verankern,
- strukturelle Rahmenbedingungen für nachhaltige Männerarbeit zu schaffen.

Die Zukunft einer solidarischen Gesellschaft entscheidet sich auch daran, ob es gelingt, ältere Männer als handlungsfähige, sinnorientierte und verantwortliche Akteure einzubinden.

HINTERGRUND UND WEITERFÜHRENDE ANSÄTZE

1 Männer im 9. Altersbericht

Der 9. Altersbericht (2025) richtet vielfältige Perspektiven auf ältere Menschen, ihre Lebenslagen und Bedarfe. Ziel ist eine befähigungsorientierte Politik und Soziale Arbeit *für und mit* Senior*innen. Erstmals wird dabei Chancengerechtigkeit als leitendes Kriterium zugrunde gelegt.

Im Zentrum steht nicht länger die bloße Verteilung von Gütern (Verteilungsgerechtigkeit), sondern die Frage nach den realen Befähigungen und Verwirklichungschancen von Menschen.

Ein Defizit vieler Studien und Enquete-Untersuchungen der vergangenen Jahre – so auch des 9. Altersberichts – ist jedoch der fortdauernde **Defizitblick auf Männer**. Historisch mag dieser erklärbar sein. Angesichts des Wandels von Männlichkeiten, veränderter Geschlechterverhältnisse und gestiegener Lebenserwartungen ist er jedoch nicht mehr angemessen.

Eingespielte Perspektiven auf Menschen im Alter sind der (nach wie vor) höhere Anteil von Frauen im Alter, die unterschiedliche Geschlechtersozialisation und entsprechend prägende Lebensführung durch



(männlich konnotierte) Erwerbstätigkeit und (weiblich konnotierte) Haus- und Sorgetätigkeit. Sie begründen die Annahme unterschiedlicher Bedürfnisse, Kompetenzen und Sozialräume im Alter.

Doch diese Muster verändern sich. Heute gilt:

- Männer leben länger;
- Männer im Alter haben ungenutzte, brachliegende Ressourcen;
- Männer suchen Sinn, Tätigkeiten und Aufgaben im Alter, sie wollen gebraucht werden;
- Die Altersphase wird insgesamt länger und bedeutsamer.

Diese Entwicklungen erfordern neue Perspektiven, Zugänge und Kommunikationsräume: aktivierend, zutrauend, dialogisch – Männer als handlungsmächtige und sinnorientierte Akteure ansprechend.

2 Fähigkeiten im Blick

Eine Stärke des 9. Altersberichts ist die **Orientierung am „Capability Approach“ / Fähigkeiten-Ansatz**, wie ihn Martha Nussbaum, Amartya Sen und andere in langjähriger Arbeit als neues Paradigma sozialer Gerechtigkeit entwickelt haben. Gerechtigkeit wird nicht unter dem Aspekt der gleichen Verteilung oder des gleichen Zugangs zu Gütern, Rechten oder Chancen gesehen, sondern zentraler Aspekt einer gerechten Gesellschaft ist die **lebenslange Befähigung aller Menschen** entsprechend ihrer Würde und Selbstzweckdienlichkeit als Ziel der sozialen Entwicklung.

3 Fürsorglichkeit („Caring Masculinities“) als neues Leitbild

Dieser Blick auf Befähigung ist anschlussfähig an ein **neues Leitbild „fürsorglicher Männlichkeiten“**, das gerade auch **für ältere Männer wahrzunehmen und weiterzuentwickeln** ist.

Sensible, sich an der Verwirklichung von Fähigkeiten orientierende Blicke auf männliche Lebenslagen und (ungenutzte) Potentiale im Alter sollten dabei nicht als „geschlechterpolitisches Programm von außen“ an Männer herangetragen werden, sondern sie können an Entwicklungen und Veränderungen von Selbstbildern, Emotionen und Beziehungsformen, Lebensorientierungen und generativen Bedürfnissen anschließen, die sich über die Alterskohorten und Generationen in den letzten Jahrzehnten bei Männern entwickelt haben. Viele ältere Männer – gerade der Babyboomer-Generation – können hier in ihren Lebenserfahrungen „mitgenommen“ werden.

4 Erfahrungen Entwicklungsanlässe und Herausforderungen für Männer im Alter(n)

- **Neuorientierung nach dem Erwerbsleben**

Kompetenzen laufen plötzlich ins Leere, Partnerschaften wollen neu definiert und gestaltet werden, neue Gemeinschaften, Handlungs- und Lebensräume wollen gefunden werden.

- **Selbstsorge und emotionales Lernen als Herausforderungen im Alter**

Mit dem Wegfall der Orientierung an Erwerbsarbeit und Leistung werden Gefühle, Eigenwert, Verbundenheit oder Selbstfürsorge oft neue, aber bedeutsame Themen.

Daraus ergeben sich folgende Leitfragen:

- Wo gibt es Orte, in denen Männer sich darüber austauschen und neu erfinden können?



- Wie können sie als aktive, kompetente und verantwortliche Akteure angesprochen werden?

5 Praxisbeispiele und Anregungen

5.1 Männergruppen, Männerwochenenden, Männerseminare, „Männer-Gesprächseinheiten“ ...

Geschlechtshomogene Kommunikationsräume auf der mittleren Meso-Ebene zwischen privat und fremd ermöglichen eine lebensbedeutsame (Selbst-)Thematisierung von Krisen, Sehnsüchten, Schwächen, Verlusten, Gefühlen: Es geht um Partnerschaft, Krankheiten, Abschiede, Suizid, Verzweiflung, Wut, Tränen, Potenz, Sinnlosigkeit, Spiritualität, Nichtstun, Körper und Seele, Passivität, Freundschaft, Älterwerden, Sterben, Lebenssinn, ...

5.2 Explizite Männerberatungsangebote „nur für Männer“, Beratungsangebote mit männlichkeitsreflektierten Kompetenzen

Beispiele sind „Echte Männer reden“ des SKM-Bundesverbands (<https://echte-männer-reden.de>), das Männerberatungsnetz (<https://maennerberatungsnetz.de>) des Bundesforums Männer, aber auch Krisentelefone „für Männer“ oder die Initiative Männergewaltschutz der Bundesfach- und Koordinierungsstelle Männergewaltschutz (<https://www.maennergewaltschutz.de>).

5.3 Männerspezifische Begleitung und Unterstützung in Krisen- und Lebenssituationen

Trauerseminare, Hospiz-Angebote, Krankenhaus- und Notfallseelsorge, „Grüne Damen“ (mit und für Männer), Männer(teil-)gruppen bei Reha-Maßnahmen oder in Lebensübergängen, ...

5.4 Männer als (bewusst wahrgenommene, eingeladene) Zielgruppen von Treffpunkten und Angeboten im sozialen Nahraum

Stadtteilzentren, Ausflugsangebote, Hilfenetze, Basare, Cafés, ... Hier können Teilnahmestatistiken, Teilnehmerbefragungen, explizite Ansprache von Männern als Kursleitern und Multiplikatoren, Ausschreibungen „für Männer“ helfen.

5.5 Kompetenz- und tätigkeitsorientierte Angebote und Projekte

Biografische erworbene Kompetenzen und Netzwerke können von Männern eingebracht werden, z. B. als Gesundheitslotsen, Alltags- und Wegbegleiter (zu Ämtern, in Rentenfragen), als Stadtteilhistoriker, Zeitzeugen, ..., in Repaircafés, „Männerschuppen“, als Wegepaten (Wander-/Pilgerwege) und Helfer bei Tafeln, Rikschas für Bewegungseingeschränkte, ... Vieles ist möglich!

6 Fazit

- Ältere Männer aktiv und ressourcenorientiert ansprechen und fördern.
- Zu vermeidende Begriffe: „Niederschwellige Angebote“, „Betreuung“ etc.
- Männer erreichen mit positiven Botschaften: „Du hast Kompetenz“, „Du bist aktiv“, „Wir brauchen Dich“, „Du hast etwas einzubringen“