



Zu frisch, zu reif,  
zu viel Matsch  
in der Tomate, äh  
Birne: Wer nicht  
ins Bild passt,  
kriegt auch keinen  
(guten) Job

# Zu jung, zu alt, zu Mutter!

Bei „Ageism“ denken wir immer nur an die Diskriminierung Älterer. Aber haben Frauen nicht eigentlich *immer das falsche Alter* für den richtigen Job? Das ist ein Skandal und ließe sich leicht ändern, denn die Ideen dafür gibt es längst. Ein Rant von einem, den das eigentlich nichts angeht (aber eigentlich doch)

**J**a, ist klar: Mit 25 kannst du nicht Chefin sein, weil du zu jung bist. Mit 35 kannst du nicht Chefin sein, weil du Kinder bekommst oder bekommen willst oder gar welche hast. Mit 45 kannst du nicht Chefin sein, weil du unberechenbar bist wg. Menopause und so weiter, und mit 55 kannst du nicht Chefin sein, weil du zu alt bist, denn: Männer werden mit dem Alter weiser, Frauen gaga. Oder wie Sigmund Freud 1958 über Frauen nach den Wechseljahren schrieb: „Sie werden zänkisch, böswillig und anmaßend, engstirnig und kleinlich; das heißt, sie zeigen typische sadistische, analerotische Züge, die sie früher nicht hatten.“ Und dann hat er sich wahrscheinlich den Bart gekraut, beeindruckt von seiner eigenen Brillanz.

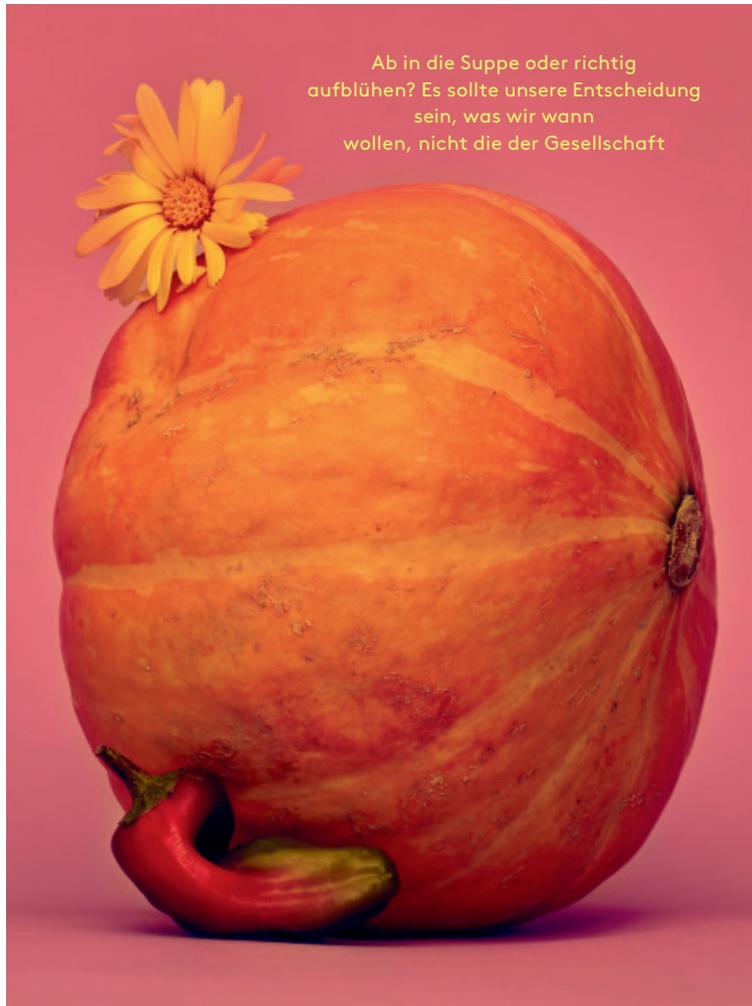
Das ist nicht mein Problem? Weil ich ein Mann bin? Stimmt, jetzt, wo du es sagst... Nein, im Ernst: Altersdiskriminierung geht alle an, jedes Geschlecht in jedem Alter. Und zwar nicht nur, weil wir alle davon betroffen sind (sogar die Weltgesundheitsorganisation bezeichnet Altersdiskriminierung als allgegenwärtig und heimtückisch, weil sie weitgehend unerkannt ist und zu wenig dagegen getan wird). Sondern auch, weil die systematische Benachteiligung aufgrund des Alters nur das halbe Problem ist. Viel schlimmer ist: Es gibt längst Ideen, wie alles ganz anders funktionieren könnte, die unser Leben dramatisch verbessern würden. Aber nicht verwirklicht werden. Weil: zu jung, zu alt, zu schwanger.

Zu alt wäre in dem Fall übrigens ich, ich bin 63. Ja, ich kann noch ohne Stock gehen, danke! Zu jung wäre meine Kollegin Clara Vuillemin, sie ist 32. Als wir uns kennenlernten, haben wir schnell gemerkt, dass unser großer Altersunterschied zu

sehr unterschiedlichen Ansichten führt. Clara fand zum Beispiel, dass ihre Generation im Arbeitsleben diskriminiert wird: Die Jungen absolvieren endlos Praktika oder bekommen mit viel Glück befristete Verträge, bis sie schließlich irgendwann einen Job haben, wo ihnen die Hälfte gezahlt wird von dem, was der Boomer im Nebenraum kriegt. Der seit 30 Jahren in seiner Wohnung lebt und deshalb nur die Hälfte von dem zahlt, was die gerade eingezogene junge Familie im Stockwerk drüber blechen muss.

Ja, klar, sagte ich. Aber: Ihr kriegt wenigstens einen Job! In meinem Alter kannst du das vergessen: Wenn du nach zwei Jahren durchgehender Tätigkeit arbeitslos wirst, liegt die Wahrscheinlichkeit, dass du in den folgenden zwei Jahren wieder einen Job findest, bei den 47- bis 49-Jährigen bei 80 Prozent, bei den 58- bis 60-Jährigen bei knapp 30 Prozent und bei den 61- bis 62-Jährigen bei 14 Prozent. Denn graue Haare sind zwar essenziell, um Chef zu werden, aber ansonsten ein ganz großes Einstellungshindernis. Ganz zu schweigen davon, dass Leute in meinem Alter niemand ernst nimmt, wenn es um die moderne Welt geht. Oder hast du schon mal eine grauhaarige Programmiererin gesehen?

Natürlich hatten wir beide recht. Woraus wir lernten: Altersdiversität ist gut. Unterschiedliche Perspektiven verbessern die Weitsicht. Wer nur mit Gleichaltrigen zu tun hat, egal ob privat oder auf der Arbeit, darf sich einen Behindertenausweis basteln. Vielleicht in Pink? Es ist jedenfalls ein Problem. Und so begannen wir, uns mit Altersdiskriminierung zu beschäftigen. Wir lernten relativ schnell, dass die üblichen Klischees vom körperlichen Verfall der Älteren bis zur beliebten These, die Jungen hätten immer Zeit, weil sie keine Familie haben und deshalb →



auch Heiligabend oder Silvester arbeiten können, Unfug sind. Was auch immer an Vorurteilen über bestimmte Altersgruppen im Umlauf ist – es ist alles falsch. Das war beinahe interessant.

Also so interessant, wie Diskriminierung eben ist. Denn es gibt nun mal Leute, die was davon haben, wenn sie andere wegen ihres Geschlechts, der Hautfarbe oder Herkunft, ihres Körpers oder Alters runtermachen – die haben sogar eigene Parteien! Uns war vorher nur nicht klar, wie weit verbreitet Altersdiskriminierung ist: Für Frauen ist jedes Alter falsch, und für Männer die meisten. Ansonsten gilt aber wie bei allen Vorur-

**„Meine Chefs sagten immer:  
Da müssen wir jemanden fragen,  
der sich damit auskennt.  
Aber **das wäre ich gewesen**“**

Helene, 34, IT-Chefin einer Bank

teilen: Sieht aus wie Scheiße, riecht wie Scheiße, dampft wie Scheiße – wird wohl Scheiße sein.

Das ist allerdings nur halb so lustig, wenn Menschen erzählen, wie sie Altersvorurteile am eigenen Leib erlebt haben. Helene zum Beispiel, die mit Anfang 30 IT-Chefin einer kleinen Bank wurde und bei Entscheidungen von ihren Chefs immer wieder zu hören bekam: Da müssen wir jemanden fragen, der sich damit auskennt. „Aber das wäre ich gewesen!“ Oder Wiebke, die nach der Gründung einer eigenen Firma und 20 Jahren Vertriebserfahrung weltweit mit 58 arbeitslos wurde und wieder eine Vertriebsleitung übernehmen wollte. „Ich bekam beim Arbeitsamt nur Hilfsjobs angeboten. Mit 38 geht noch was, wenn du keine Kinder hast und keine haben willst. Aber nicht mit 58.“ Oder Heike, die mit Mitte 30 Teilzeit arbeiten wollte, weil sie ein Kind hatte – das senkte ihren Marktwert erheblich. „Aber hat das was mit dem Alter zu tun?“ Ja. Trotzdem eine gute Frage.

Denn recht schnell stellte sich heraus, dass Altersdiskriminierung viel komplexer ist, als sie auf Anhieb aussieht. Das geht schon beim öffentlichen Bild los. Frauen zum Beispiel werden in Filmen nicht mehr wie früher als hübsch, aber dusselig dargestellt und Araber nicht als Verbrecher – die Medien wiederholen

nicht einfach die dümmsten Ideen von Sexisten und Rassisten. Anders bei den Altersklischees: Die Schauspielergewerkschaft BFFS stellte im vergangenen Jahr fest, dass in Filmen der Anteil weiblicher Hauptfiguren in den Dreißigern bei 42 Prozent liegt, er für weibliche Hauptfiguren in den Vierzigern auf 15 Prozent sinkt und der Anteil weiblicher Hauptfiguren, die älter als 60 Jahre sind, drei Prozent beträgt. Weil? Sind die anderen alle früh gestorben?

Immerhin scheint dieses Problem zumindest im öffentlichen Bewusstsein anzukommen. Silke Burmester, Gründerin von Palais F\*luxx, einem „Online-Magazin für Rausch, Revolte, Wechseljahre“ für Frauen 47+, startete im vergangenen Jahr die Initiative „Let’s Change the Picture“, die den 21 Millionen in Deutschland lebenden Frauen über 47 mehr Sichtbarkeit in Film und TV verschaffen sollte. Ein rauschender Erfolg, die Initiative ging durch die Medien und erhielt sogar den Ehrenpreis Inspiration beim Deutschen Schauspielpreis 2023. Das ist also endlich erledigt. Fast jedenfalls. Also eigentlich gar nicht. Denn so ehrenwert die Aktion auch war: So einfach werden wir Klischees nicht los. Dafür stecken sie zu tief. In uns.

Denn das größte Problem ist, dass wir die Vorurteile, die über uns selbst im Umlauf sind, in der Regel selbst glauben. Ja, auch du, lesende Person unbekanntes Alters. Und wer ständig gesagt bekommt, er oder sie sei dieses oder jenes, wird das irgendwann nicht nur glauben, sondern auch sein – wir verwandeln uns in die Klischees, die uns die Umwelt unterstellt. Und das gilt nicht nur für Stereotype in Filmen, die nahelegen, dass alle jungen Frauen Kinder wollen und alle älteren Männer ruhig und ausgeglichen sind.

Ein Vorurteil übrigens, dem ich diesen Text verdanke: Clara wird leicht wütend, und so schien es uns besser, wenn ich diesen Rant schreibe, weil ich altersgemäß ein bisschen vernünftiger sein sollte. Okay, habe ich gesagt. Statt: Ich bin doch viel wütender als du. Weil meine Generation alles vergeigt. Und weil sie nicht kapiert, dass sie in den nächsten Jahren noch viel mehr verlieren wird als öffentliche Sichtbarkeit oder Altersgerechtigkeit oder ernst genommen zu werden.

Denn die katastrophalste Altersdiskriminierung ist die Idee, dass Körper und Geist mit der Zeit schwächer und schwächer werden, wenn wir altern. Das ist wissenschaftlich unhaltbar, aber so tief in unserem Weltbild verankert, dass es tatsächlich ständig passiert – weil wir es glauben. Ja, das klingt merkwürdig. Aber es ist so: Die Erwartungen, die andere, aber auch wir selbst an uns haben, können unsere körperliche Verfassung massiv beeinflussen. Das wurde in Experimenten nachgewiesen und lässt sich statistisch belegen. Die Psychologin Becca Levy hat die größte Studie über das Alter, die es in den USA in der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts gab, ausgewertet und kam zu der Schlussfolgerung: „Die Probanden mit den positivsten Altersbildern lebten im Durchschnitt siebeneinhalb Jahre länger als die mit den negativsten.“ Anders gesagt: Wer glaubt, dass mit dem Alter der Verfall einsetzt, stirbt früher. Viel früher. Das ist die Macht der Altersdiskriminierung: Sie bringt uns um.

Und das ist nicht alles. Wir haben über das Thema ein Buch geschrieben, Leute, und wir machen uns nicht die ganze Arbeit, nur weil wir eine weit verbreitete, massiv unterschätzte →

„Die Probanden mit den **positivsten Altersbildern** lebten im Durchschnitt **siebeneinhalb Jahre länger als die mit den negativsten**“

Becca Levy, Psychologin  
und Autorin einer US-Studie



Junges Gemüse  
trifft gut abgela-  
geres Obst:  
Beides hat seine  
Vorzüge

## „Wenn Teilzeitarbeit für Menschen zwischen 50 und 60 normal wäre, hätten auch jüngere Leute eine **Chance auf Teilzeit**“

Aus einer Studie des Max-Planck-Instituts Rostock

Todesursache gefunden haben. Denn wer will schon ewig leben, wenn das Leben keinen Spaß macht. Und macht es das? Oder ist es eher stressig? Ja? Auch das hängt mit unserem Umgang mit Altersdiskriminierung zusammen.

Dafür müssen wir uns jetzt kurz den vermeintlichen Siegern zuwenden: Männern zwischen 30 und 50. Sie sind die Einzigen, die im genau richtigen Alter für gute Jobs sind. Sie haben Erfahrung, sind leistungsstark, gebären nicht und haben keine Hormone. Hat da jemand gelacht? Oder war ich das? Dieser Glaube führt jedenfalls dazu, dass gerade die angeblich guten Jahre für viele Menschen die stressigste Zeit ihres Lebens sind. Denn dann müssen sie Karriere machen, weil sie dafür vorher zu jung und hinterher zu alt sind, zugleich Kinder großziehen, Häuser bauen und sich vielleicht sogar noch um die Eltern kümmern, die im Alter mehr Unterstützung brauchen.

Was übrigens, kleiner Einschub, daran liegt, dass das Leben dieser Eltern körperlich viel anstrengender war und sich die Menschen zudem schlechter ernährten, dafür aber keinen Sport machten, unter anderem, weil man dabei nicht rauchen konnte. Deshalb sind viele Alte in einem absurd schlechten Zustand: Sie hatten ein wesentlich schlechteres Leben als wir heute – und kümmerten sich deutlich weniger um sich.

**„Ich bin 63, und mir geht es supergut. In zehn Jahren wird es mir immer noch supergut gehen. Und ich will dann immer noch arbeiten“**

Peter Lau, Autor dieses Artikels

*Peter Lau & Clara Vuillemin haben über das Thema ein Buch geschrieben: „Zu jung? Zu alt? Egal!“ (brand eins books) erscheint am 15. Januar 2025.*

Die aktuelle stressige Lebensmitte ist verglichen damit nur ein zartes Echo, sorgt aber dafür, dass viele Menschen schon in ihren Fünfzigern erschöpft sind und froh, wenn sie bald in Rente gehen können. Was für Frauen erst recht gilt: Sie machen immer noch mehr Care-Arbeit als die Männer und verfolgen trotzdem ihre Karriere, während überall Sexismus lauert. Anstrengend! Es ginge aber auch ganz anders: Wir könnten alle länger arbeiten, wenn wir weniger arbeiten würden. Eine Studie des Max-Planck-Instituts in Rostock über die Umverteilung der Arbeit kam schon 2006 zu einem eindeutigen Ergebnis: „Wenn Teilzeitarbeit für Menschen zwischen 50 und 60 normal wäre, hätten auch jüngere Leute größere Chancen auf Teilzeit. (...) Würden Menschen in ihren Sechzigern und frühen Siebzigern deutlich mehr arbeiten als heute, wäre eine gleichmäßige Verteilung der Arbeit auf alle von 20 bis 64 in einer 25-Stunden-Woche möglich.“ Claras Lieblingspruch ist zur Zeit: Immer ein bisschen arbeiten. Was aber auch bedeutet: Kleckern statt klotzen.

Wer hier tausend Einwände hat, hat recht: Das ist alles nicht so einfach. Doch die Sache ist es wert, ausführlich durchdacht zu werden. Um zu einer Arbeitswelt ohne Altersdiskriminierung zu kommen, müsste sich viel ändern: Arbeitszeiten, Arbeitsbedingungen, Gehälter, die Finanzierung von Auszeiten, Fortbildungen und Renten, wie wir überhaupt angestellt sind und so weiter. Aber für vieles gibt es bereits Ideen, Vorschläge und Lösungen, die sozial und ökonomisch funktionieren könnten. Der Anfang ist gemacht

Deshalb, Heike, hat fehlende Teilzeit mit Altersdiskriminierung zu tun. Deshalb sind selbst die Männer Opfer von Altersdiskriminierung, die auf den ersten Blick von der lebenslangen Altersdiskriminierung der Frauen zu profitieren scheinen. Und deshalb schreibe ich das hier: Ich bin 63, und mir geht es supergut. In zehn Jahren wird es mir immer noch supergut gehen. Und ich will dann immer noch arbeiten. Aber vor allem möchte ich nicht der Einzige sein, der sich so fühlt. Ich will, dass es allen supergut geht. Und ich freu mich darauf. Wir sehen uns dann im Späti!