

lida  
leben in der Arbeit

# Arbeiten im frühen Ruhestand Ergebnisse der lida-Studie und Impulse für Betriebe

Hans Martin Hasselhorn, Bernd Hans Müller

# Impressum

## Herausgeber

Lehrstuhl für Arbeitswissenschaft  
Fakultät für Maschinenbau und Sicherheitstechnik  
Bergische Universität Wuppertal  
Gaußstraße 20, 42119 Wuppertal  
E-Mail: [arbwiss@uni-wuppertal.de](mailto:arbwiss@uni-wuppertal.de)  
Website: [arbwiss.uni-wuppertal.de](http://arbwiss.uni-wuppertal.de)

## Redaktion

Hans Martin Hasselhorn, Bernd Hans Müller

## Autor

Hans Martin Hasselhorn

## Planung, Management und Aufbereitung der 4. Welle der lidA-Studie

Daniela Borchart, Lesley Brühn, Melanie Ebener, Nina Garthe,  
Hans Martin Hasselhorn, Jean-Baptist du Prel, Max Rohrbacher

Weitere Informationen zur Studie: [www.lida-studie.de](http://www.lida-studie.de)

Erschienen 06/2026, Stand 06/2026

DOI: 10.25926/BUW/0-1033

URN: urn:nbn:de:hbz:468-2-7194

Design: Dana Tischer, Nina Garthe

Vervielfältigung und Verbreitung, auch auszugsweise,  
mit Quellenangaben erwünscht.



## Arbeiten im frühen Ruhestand

Seit 2011 begleitet die lidA-Studie zwei Jahrgänge der Babyboomer (1959 und 1965) auf dem Weg von der Arbeit in den Ruhestand. Nun sind auch Erwerbstätige des Jahrgangs 1971 hinzugekommen. lidA untersucht, wie es ihnen bei ihrer täglichen Arbeit geht, wie lange sie arbeiten wollen, können und werden. In der letzten Erhebungswelle 2022/23 haben **die ersten Teilnehmenden bereits den Ruhestand erreicht – nämlich 903 Personen. Die vorliegende Broschüre richtet den Blick auf diese Gruppe.** Sie befindet sich im sogenannten „frühen Ruhestand“, d. h. sie hat die aktive Erwerbstätigkeit dauerhaft aufgegeben, befindet sich aber noch deutlich unterhalb der Renten-Regelaltersgrenze von (bald) 67 Jahren.

Es zeigt sich, dass es einen großen Unterschied macht, auf welchem Weg der frühe Ruhestand erreicht wird: über die vorgezogene Altersrente, die Freistellungsphase der Altersteilzeit oder die Erwerbsminderungsrente. Von den meisten wird der Eintritt in den Ruhestand mit großer Erleichterung erlebt, ihre mentale Gesundheit verbessert sich merklich - **sie befinden sich in einem „Honeymoon“.** Bei der Gruppe in Erwerbsminderungsrente ist dies anders: ihre oft körperlichen Einschränkungen machen vielen von ihnen den Alltag schwer.

Auch wenn sie schon im Ruhestand sind, ist den meisten Babyboomern die Erwerbstätigkeit nicht fern. **Manche von ihnen sind weiterhin erwerbstätig. Viele weitere wären grundsätzlich bereit dazu,** allerdings suchen sie meist nicht aktiv nach einer neuen Tätigkeit.

**Für Betriebe,** die dringend Beschäftigte suchen, wird es eine Herausforderung bedeuten, dieses wenig sichtbare Potenzial an Arbeitskräften zu erkennen, zu erreichen und ihnen attraktive Arbeitsangebote zu machen.

*Prof. Hans Martin Hasselhorn und das Team der lidA-Studie*

Wuppertal, im Juni 2026

Die vierte Erhebungswelle der lidA-Studie wurde gefördert von

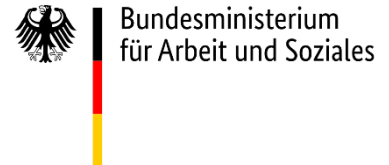
der Deutschen Rentenversicherung Bund,



der BARMER,

**BARMER**

dem Bundesministerium für Arbeit und Soziales



und der Berufsgenossenschaft Rohstoffe und chemische Industrie (BG RCI).



Die Zusammenstellung dieser Broschüre wurde ermöglicht mit Unterstützung der Berufsgenossenschaft Rohstoffe und chemische Industrie (BG RCI).

# Inhaltsverzeichnis

## Die lidA-Studie

Hintergrund und Relevanz.....	6
Erhebung.....	7

## Wer ist im frühen Ruhestand?

Frühe Altersrente .....	8
Altersteilzeit in Freistellung.....	10
Erwerbsminderungsrente.....	12
Große Gesundheitsunterschiede.....	14
Gründe für den Erwerbsausstieg in die frühe Altersrente.....	16

## Übergang in den frühen Ruhestand

Entscheidung meist in den letzten 12 Monaten.....	18
Meist zum Wunschzeitpunkt.....	20
Zufrieden mit dem Übergang? Ja, aber .....	22
Die sieben Phasen des Ruhestands .....	24
Stärkung der mentalen Gesundheit .....	26

## Erwerbstätigkeit im frühen Ruhestand

Erwerbsbereitschaft nach Art des Ruhestands.....	28
Warum arbeiten Menschen im frühen Ruhestand? .....	30
Gründe für den Wunsch nach Erwerbstätigkeit.....	32
Warum wollen viele nicht mehr arbeiten?.....	34
Erwerbsbereitschaft bei Nicht-Erwerbstätigen im Ruhestand.....	36

## Betriebe

Herausforderungen für Betriebe .....	38
--------------------------------------	----

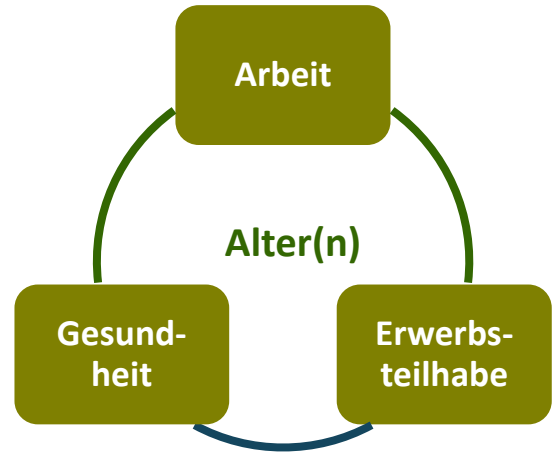
lidA-Broschüren für die Praxis.....	39
-------------------------------------	----

# Die lidA-Studie

## Hintergrund und Relevanz

Inzwischen zählt rund ein Drittel aller Erwerbstätigen zu den Älteren (50+ Jahre). Der Wandel der Arbeitswelt führt auch bei ihnen zu neuen Herausforderungen. Gleichzeitig erleben in dieser Gruppe nicht wenige Personen gesundheitliche Einschränkungen. Etwa die Hälfte aller älteren Beschäftigten beschreibt die eigene Gesundheit als nicht gut. Dies stellt Politik, Gesellschaft und Betriebe vor folgende Fragen:

- ? Wie erleben ältere Beschäftigte ihre Gesundheit? Und wie verändert sich dies mit der Zeit?
- ? Wie hängen Arbeit und Gesundheit in dieser Gruppe mit der Lebens- und Arbeitszufriedenheit zusammen? Und wie mit der Erwerbsteilhabe am Ende des Arbeitslebens?
- ? Welche Rolle spielen dabei Maßnahmen der Prävention, also z. B. Arbeitsgestaltung, Rehabilitation und betriebliche Wiedereingliederung?



Die lidA-Studie sucht Antworten auf diese Fragen.

# Die lidA-Studie

## Erhebung

In den Jahren 2011, 2014 und 2018 wurden Erwerbstätige der Geburtsjahrgänge 1959 und 1965 in ganz Deutschland befragt. In der jüngsten Befragung 2022/23 kamen erstmals Beschäftigte des Geburtsjahrgangs 1971 hinzu.

Die Stichprobe der lidA-Studie wurde in den vier Erhebungswellen repräsentativ gezogen aus allen sozialversicherungspflichtigen Erwerbspersonen der Geburtsjahrgänge 1959, 1965 bzw. 1971. Es werden ungewichtete Daten dargestellt.



**Persönliche Interviews,**  
etwa 80-minütig, bei den  
Befragten zu Hause

Die Teilnehmenden haben mehr als 100 Fragen zu verschiedenen Themen beantwortet, z. B. zu ihrem persönlichen Hintergrund, ihrem Beruf, ihren Arbeitsbedingungen, ihrer Perspektive auf den Ruhestand und Arbeitsmotivation, ihrer Gesundheit und Arbeitsfähigkeit sowie zu den Auswirkungen der COVID-19-Pandemie auf die Arbeit. Die Befragung soll auch weiterhin erfolgen.

# Wer ist im frühen Ruhestand?

## Frühe Altersrente

Heutzutage gehen die Menschen zu allermeist lange vor Erreichen des Regelrenten-Einstiegsalters in den Ruhestand. In der lidA-Studie haben wir 903 von ihnen befragt. Es zeigt sich, dass sie sehr unterschiedlichen Gruppen angehören. Auf dieser Doppelseite fassen wir die in dieser Broschüre zusammengestellten Ergebnisse für die 361 Teilnehmenden in früher Altersrente zusammen.

**Es geht ihnen  
meist gut.**

Die Gruppe der Personen in früher Altersrente, alle 1959 geboren und zu 57 % Frauen, zeichnet sich durch gute mentale Ressourcen und eine hohe Lebenszufriedenheit aus – auch im Vergleich zur gleichaltrigen Erwerbsbevölkerung. Die körperliche Gesundheit ist dagegen unterdurchschnittlich, die finanziellen Mittel sind eher begrenzt.

**Erwerbsausstieg  
meist freiwillig**

Der Ausstieg aus dem Erwerbsleben erfolgte überwiegend aus einem Wunsch nach mehr Selbstbestimmung – seltener aufgrund von Belastungen oder gesundheitlichen Einschränkungen. Sowohl den Übergang in den Ruhestand als auch ihre aktuelle Lebenssituation bewerteten die Befragten überwiegend sehr positiv.

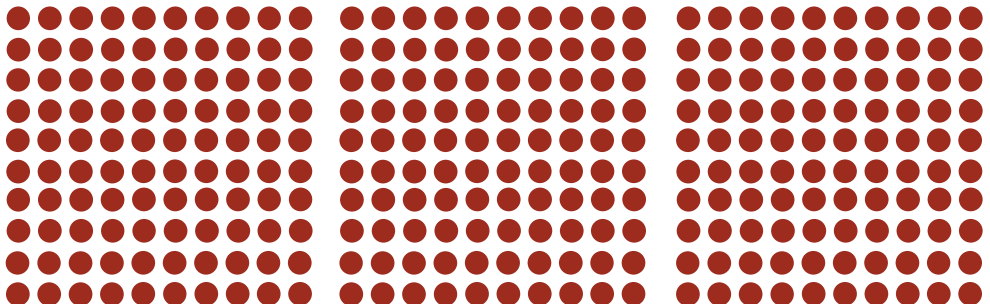
**Nur wenige sind  
erwerbstätig, ...  
... viele wären  
unter Umständen  
bereit zu weiterer  
Erwerbstätigkeit.**

Nur 15 % von ihnen sind erwerbstätig – fast immer in geringem Umfang, aber mit hoher Arbeitszufriedenheit. Der häufigste Grund: Spaß an der Arbeit.

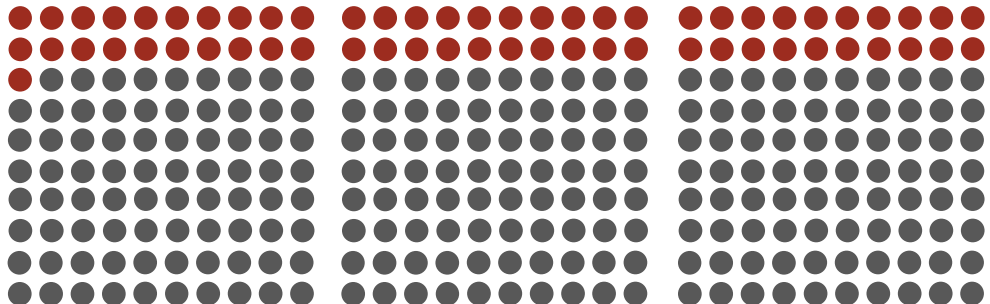
Zusammengenommen sind 29 % erwerbstätig oder haben den Wunsch, es zu sein. Weitere 40 % wären unter bestimmten Bedingungen zur Wiederaufnahme einer Erwerbstätigkeit bereit – vor allem, wenn Umfang und Zeitgestaltung selbstbestimmt und angenehme soziale Kontakte zu erwarten sind. Nur 28 % aller Personen in früher Altersrente sind in keiner Weise erwerbsbereit.

- ✓ Viele Personen in früher Altersrente sind grundsätzlich offen für eine Rückkehr ins Erwerbsleben – allerdings nur zu ihren Bedingungen. Betriebe, die diese Rahmenbedingungen bieten, können sich damit ein bislang übersehenes Arbeitskräftepotenzial erschließen.

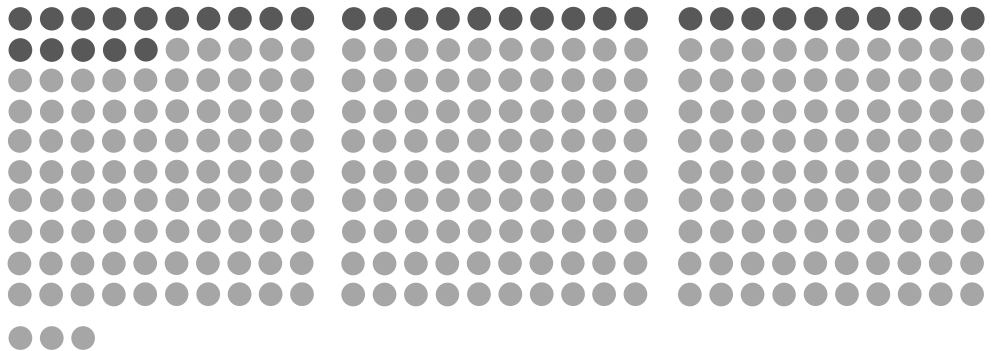
**361 Personen  
mit  
Altersrente**



**274 Personen  
in Freistellungs-  
phase der  
Altersteilzeit**



**268 Personen  
mit Erwerbs-  
minderungsrente**



(IidA Welle 4, 2022/23, 903 Personen im frühen Ruhestand)

# Wer ist im frühen Ruhestand?

## Altersteilzeit in Freistellung

Personen in der Freistellungsphase der Altersteilzeit sind zwar formal noch in ihrem Betrieb angestellt, allerdings für die letzten Jahren vollständig von der Arbeit freigestellt. Damit sind sie für diese Broschüre relevant. 274 von ihnen waren Teil unserer Stichprobe.

### Gruppe mit durchweg sehr hohen Ressourcen

Anders als die beiden anderen hier betrachteten Ruhestandsgruppen zeigt die mehrheitlich männliche (61 %) Gruppe der Personen in der Freistellungsphase der Altersteilzeit (alle 1959 geboren) ein durchgängig positives Bild. Keine weitere Gruppe erreicht eine vergleichbar gute mentale Gesundheit und Lebenszufriedenheit, auch nicht die Gleichaltrigen, die noch regulär beschäftigt sind. Die körperliche Gesundheit liegt ebenfalls über dem Gesamtdurchschnitt, und der Anteil von Personen, die in einer Partnerschaft leben, ist besonders hoch.

### Übergang wird sehr positiv erlebt

Der Wechsel von der aktiven Berufstätigkeit in die Freistellungsphase entsprach in aller Regel den persönlichen Vorstellungen und verlief meist wie geplant. Für etwa drei Viertel der Befragten bedeutete dieser Schritt eine spürbare Steigerung einer ohnehin bereits hohen Lebensqualität.

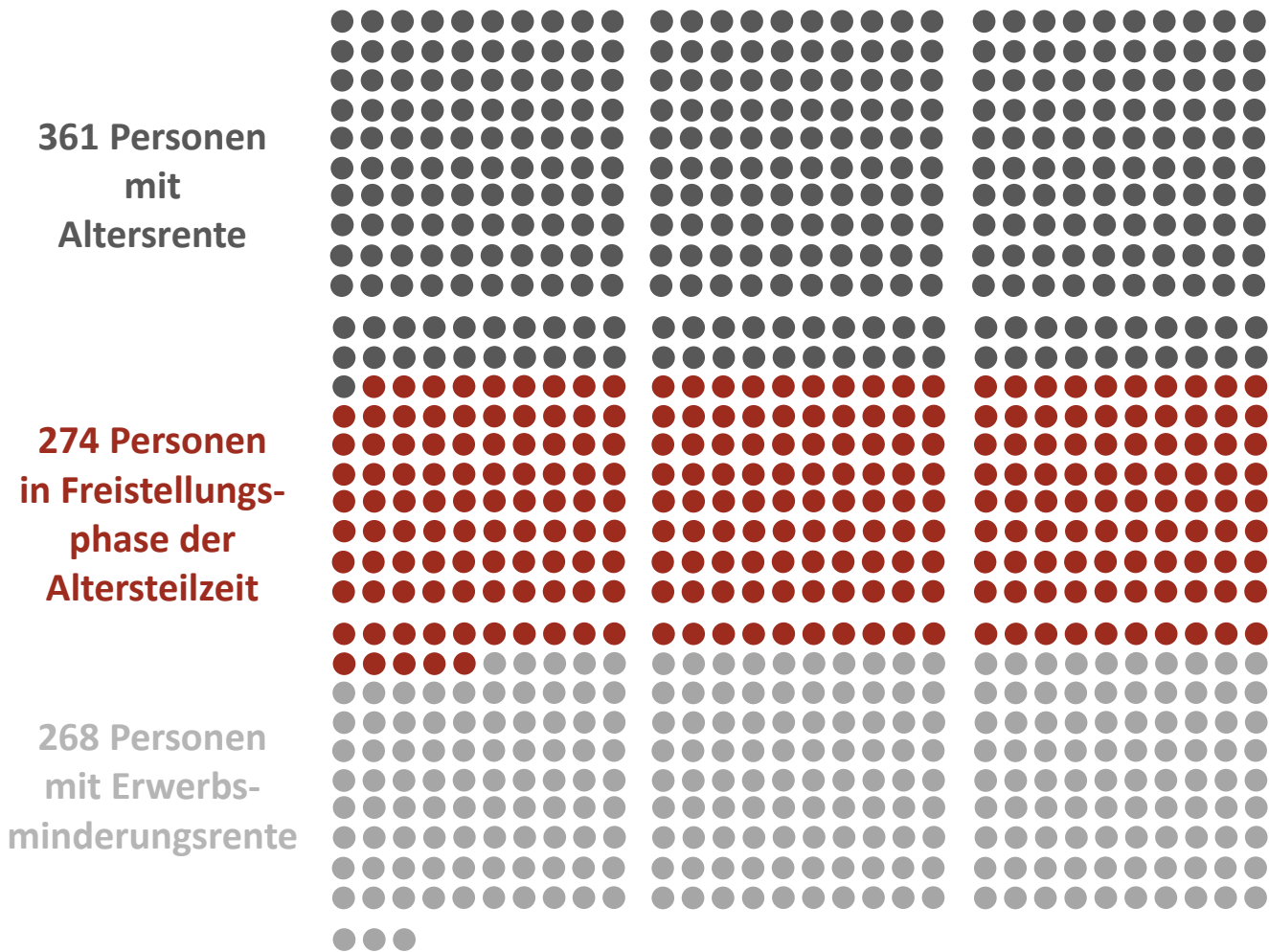
### Ein Drittel erwerbstätig oder Wunsch danach

Mit einem Erwerbstätigenanteil von 18 % liegt diese Gruppe zwischen den beiden übrigen Ruhestandsgruppen; die Erwerbstätigen arbeiten hier jedoch im Schnitt deutlich mehr Stunden pro Woche. Wird die Erwerbstätigkeit fortgesetzt, liegen die Gründe meist in der Arbeit selbst. Insgesamt waren 34 % der Befragten zum Erhebungszeitpunkt erwerbstätig oder wären dies gerne.

### Insgesamt hohe Erwerbsbereitschaft

Weitere 38 % wären unter bestimmten Bedingungen grundsätzlich zur Wiederaufnahme einer Beschäftigung bereit. Genau ein Viertel schloss eine erneute Erwerbstätigkeit hingegen kategorisch aus.

- ✓ Die hohe Erwerbsbereitschaft der Personen in der Freistellungsphase der Altersteilzeit legt nahe, dass Betriebe mit flexiblen Weiterbeschäftigungsmodellen dieses Potenzial nutzen könnten.



(IidA Welle 4, 2022/23, 903 Personen im frühen Ruhestand)

# Wer ist im frühen Ruhestand?

## Erwerbsminderungsrente

Personen in Erwerbsminderungsrente verlassen das Erwerbsleben aus vorwiegend gesundheitlichen Gründen – meist lange vor dem regulären Rentenalter. 268 von ihnen haben an der 4. Welle der lidA-Studie teilgenommen. Im Gegensatz zu den beiden übrigen Ruhestandsgruppen finden sich hier auch Personen der Jahrgänge 1971 und 1965.

**Erwerbsminderungs-  
rente: eher Frauen**

Die überwiegend durch Frauen (60 %) geprägte Gruppe der Personen in Erwerbsminderungsrente ist durch schlechte mentale und körperliche Gesundheit sowie begrenzte finanzielle Ressourcen gekennzeichnet. Eine zusätzliche Belastung zeigt sich auch im überdurchschnittlich hohen Anteil Alleinstehender.

**Mehrfachbelastungen  
im Leben**

**Erwerbsausstieg  
meist unfreiwillig**

Der Übergang in die Erwerbsminderung erfolgte vor allem wegen gesundheitlicher Probleme, häufig in Kombination mit belastender Arbeit (in der vorliegenden Broschüre nicht gezeigt, siehe bei Hasselhorn & Ebener, 2023). Von den meisten wurde der Erwerbsausstieg als unfreiwillig erlebt, über zwei Drittel hätten gerne weitergearbeitet. Sowohl der Übergang als auch die aktuelle Lebenssituation werden deutlich weniger positiv bewertet als bei anderen Ruhestandsgruppen.

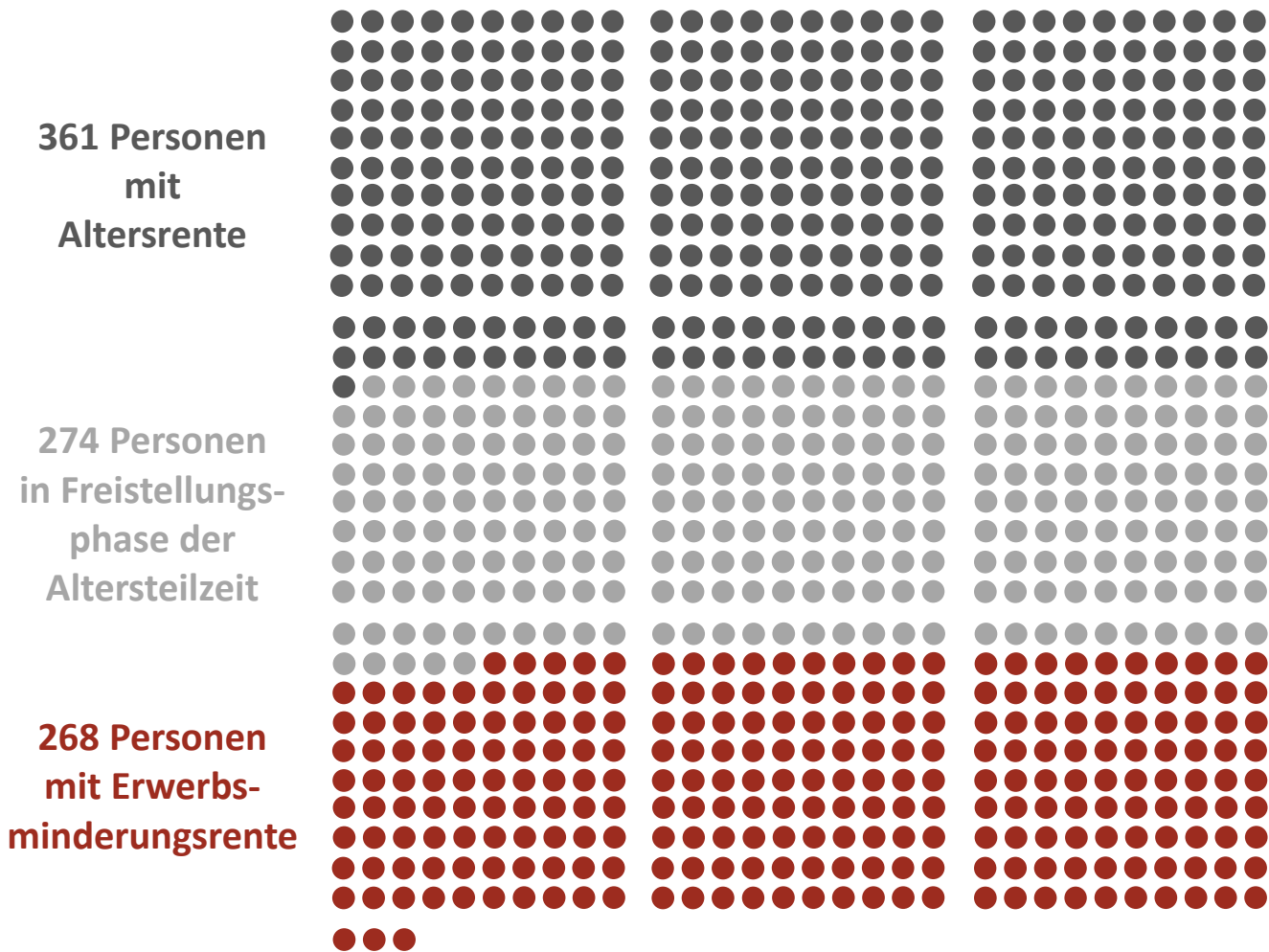
**Hohe  
Erwerbsbereitschaft**

30 % dieser Gruppe sind weiterhin erwerbstätig – häufig auch aus finanziellen Gründen. Weitere 13 % wünschen sich dies explizit. Ein weiteres Drittel wäre unter Umständen zur Rückkehr in die Erwerbstätigkeit bereit, verbindet dies aber mit der Sorge, erneut belastenden Arbeitsbedingungen ausgesetzt zu sein. Nur 22 % schließen eine Rückkehr vollständig aus.

**Sorge vor  
belastender Arbeit**

Hasselhorn, H. M. & Ebener, M. (2023). Frühzeitiger Ausstieg der Babyboomer aus dem Erwerbsleben – Ergebnisse der lidA-Studie. Deutsche Rentenversicherung 2: 152 – 174

✓ Relativ viele Personen in Erwerbsminderungsrente sind aller zusätzlichen Belastungen zum Trotz noch erwerbstätig. Dies ermöglichen Betriebe, die ihnen eine oft angepasste, gute Arbeit bieten.



(IidA Welle 4, 2022/23, 903 Personen im frühen Ruhestand)

# Wer ist im frühen Ruhestand?

## Große Gesundheitsunterschiede

Die Gesundheit spielt beim Übergang in den Ruhestand eine komplexe Rolle: bei manchen ist eine eingeschränkte Gesundheit der entscheidende Grund für den frühen Austritt aus dem Erwerbsleben; andere wollen gehen, solange ihre Gesundheit noch gut ist. Doch bei denjenigen, die sich einen frühen Ausstieg finanziell nicht leisten können, führt auch schlechte Gesundheit nicht zum Ausstieg – denn sie sehen sich oft gezwungen, weiterzuarbeiten. Mehr zur Rolle der Gesundheit beim Übergang findet sich in der lidA-Broschüre „Arbeiten mit Krankheit“.

Um die Vergleichbarkeit zu erhöhen, beschreiben wir hier die mentale und körperliche Gesundheit nur für die Teilnehmenden des Jahrgangs 1959. Unterschiede zwischen den Gruppen werden deutlich:

**Mentale Gesundheit:**  
**hoch bei**  
**Altersteilzeit und**  
**Altersrente**

Besonders positiv fallen die Gruppen der Freigestellten in Altersteilzeit und der Beziehenden einer Altersrente auf: Beide weisen im Vergleich zu den Erwerbstätigen hohe Werte bei der mentalen Gesundheit auf – möglicherweise ist dies ein Hinweis darauf, dass der Ruhestand für viele eine deutliche Entlastung mit sich bringt.

**Körperl. Gesundheit:**  
**nur bei Altersteilzeit**  
**besser**

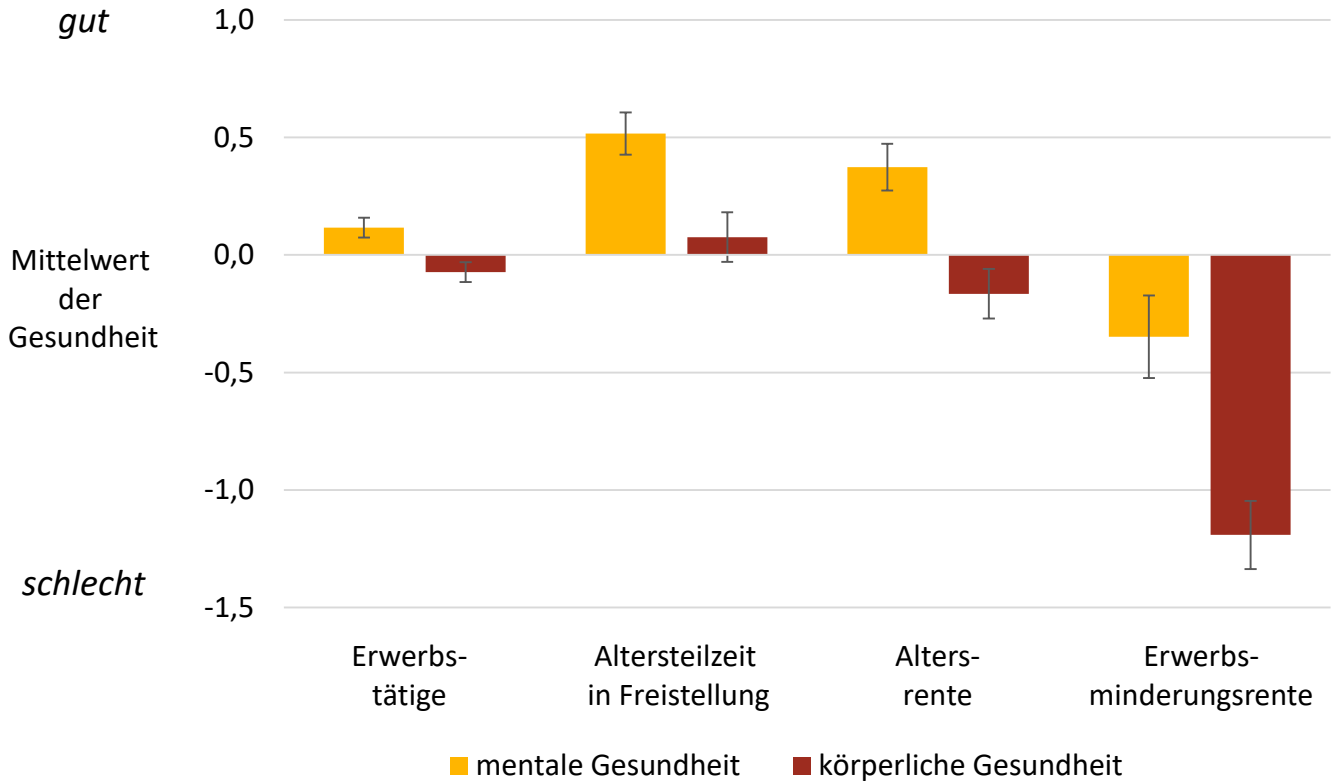
Anders sieht es bei der körperlichen Gesundheit aus: Hier liegen die Werte der Altersrentner und Altersrentnerinnen sogar signifikant unter denen der Erwerbstätigen. Dies legt nahe, dass bei einigen von ihnen gesundheitliche Einschränkungen den frühen Erwerbsausstieg mit befördert haben.

**Erwerbsminderungs-**  
**rente: meist keine**  
**gute Gesundheit**

Die Gruppe der Personen in Erwerbsminderung hebt sich von beiden anderen Gruppen deutlich ab. Mentale und körperliche Gesundheit fallen im Mittel niedrig aus, was bei dieser Gruppe zu erwarten ist.

✓ Viele Personen im frühen Ruhestand weisen eine gute Gesundheit auf, vor allem mentale Gesundheit. Aber ob man im Ruhestand noch erwerbstätig sein möchte oder nicht, ist oft nicht vom Gesundheitszustand abhängig.

# Gesundheit beim Geburtsjahrgang 1959 - nach Erwerbsstatus



(IidA Welle 4, 2022/23, N = 795 Personen im frühen Ruhestand und 1946 Personen in Erwerbstätigkeit;  
z-transformierte Werte, d. h. 0 = Durchschnitt der Gesamtgruppe;  
Fehlerbalken zeigen die 95 % Vertrauensintervalle der Mittelwerte an)

# Wer ist im frühen Ruhestand?

## Gründe für den Erwerbsausstieg in die frühe Altersrente

**Wer versteht, warum Menschen im höheren Erwerbsalter früh in Rente gehen möchten, kann dazu beitragen, sie länger im Erwerbsleben zu halten – indem sie dazu motiviert werden.**

Der frühe Übergang in den frühen Ruhestand hat unterschiedliche Ursachen. Fast immer ist er das Ergebnis individueller Lebenslagen und Vorstellungen vom Ruhestand.

### „Pull-Faktoren“ sind attraktiv

Im Vordergrund stehen attraktive sogenannte Pull-Faktoren: der Wunsch nach mehr Zeit für Familie und Freunde. Viele geben an, so früh wie möglich aufhören zu wollen, was die gegenwärtig vorherrschende „Kultur des Frühausstiegs“ widerspiegelt. Bei Personen, bei denen diese Gründe vorherrschen, kann der Ruhestand als positive und selbstgewählte Lebensphase verstanden werden.

### „Push-Faktoren“ drängen Menschen aus dem Arbeitsleben

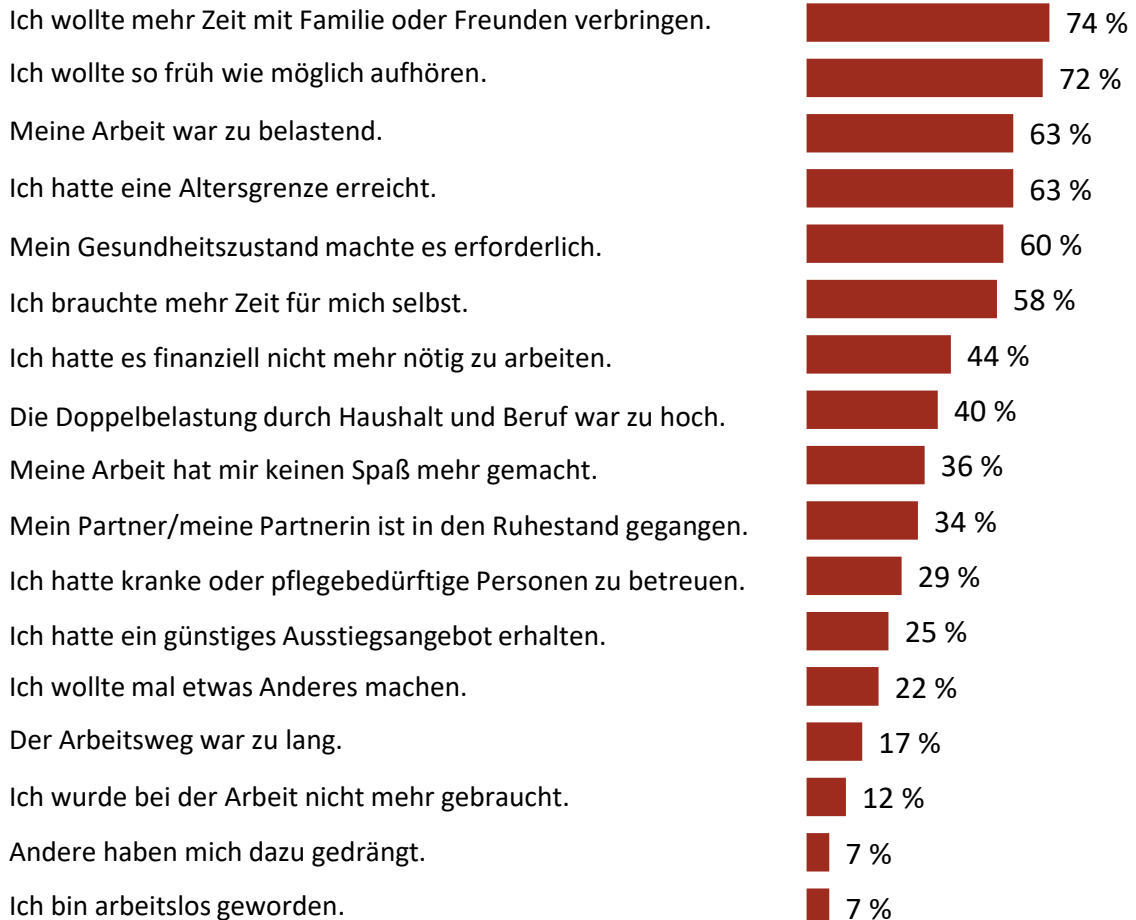
Andere treten den Ruhestand dagegen eher unfreiwillig an. Bei ihnen dominieren Push-Faktoren. Vor allem gesundheitliche Einschränkungen spielen eine zentrale Rolle. Auch belastende Arbeitsbedingungen können den Ausschlag geben, etwa hohe körperliche Anforderungen oder anhaltender Druck im Arbeitsalltag.

### Gruppen unterscheiden sich – in erwartete Richtung

Der vertiefende Blick in die Daten zeigt, dass bei sozial bessergestellten Gruppen die Pull-Faktoren überwiegen, und bei den schlechter gestellten eher Push-Faktoren. Von den Letzteren würden viele gerne weiterarbeiten – weil sie müssen.

- ✓ Der frühe Erwerbsausstieg erfolgt nicht einheitlich. Er kann Ausdruck einer bewussten Entscheidung für mehr Lebensqualität sein – oder Folge von Einschränkungen, die eine Weiterarbeit nicht mehr ermöglichen. Betriebe, die ihre älteren Beschäftigten länger halten möchten, sollten diese Gründe kennen, thematisieren und konstruktiv auf sie eingehen können.

## Häufigkeit der Nennung von Gründen für den Eintritt in den (frühen) Ruhestand bei Altersrentner\*innen im Alter von 63 Jahren



(IidA Welle 4, 2022/23, N = 361)

# Übergang in den frühen Ruhestand

## Entscheidung meist in den letzten 12 Monaten

**Für Unternehmen, die ihre älteren Beschäftigten möglichst lange im Betrieb halten möchten, ist eine Frage besonders relevant: Wann treffen diese eigentlich die Entscheidung für den frühen Renteneintritt?**

**Entscheidung für  
Eintritt in Altersrente  
oft früh**

Das Bild ist je nach Ruhestandsweg sehr unterschiedlich. Beim frühen Eintritt in die Altersrente handelt es sich nicht selten um eine frühe, vorausschauende Entscheidung. 42 % der Betroffenen haben sich bereits mindestens ein Jahr vor dem Austritt für diesen entschieden (siehe Abbildung rechts), die Hälfte davon sogar zwei Jahre zuvor. Männer entscheiden sich dabei in der Regel früher als Frauen. Auch, wer über ein höheres Haushaltseinkommen verfügt, trifft die Entscheidung für den Erwerbsausstieg im Durchschnitt deutlich frühzeitiger. Dennoch hat ein Drittel aller Altersrentner und -rentnerinnen die Entscheidung erst in den letzten sechs Monaten vor dem Austritt getroffen.

**Männer und  
hohes Einkommen:  
Entscheidung  
besonders früh**

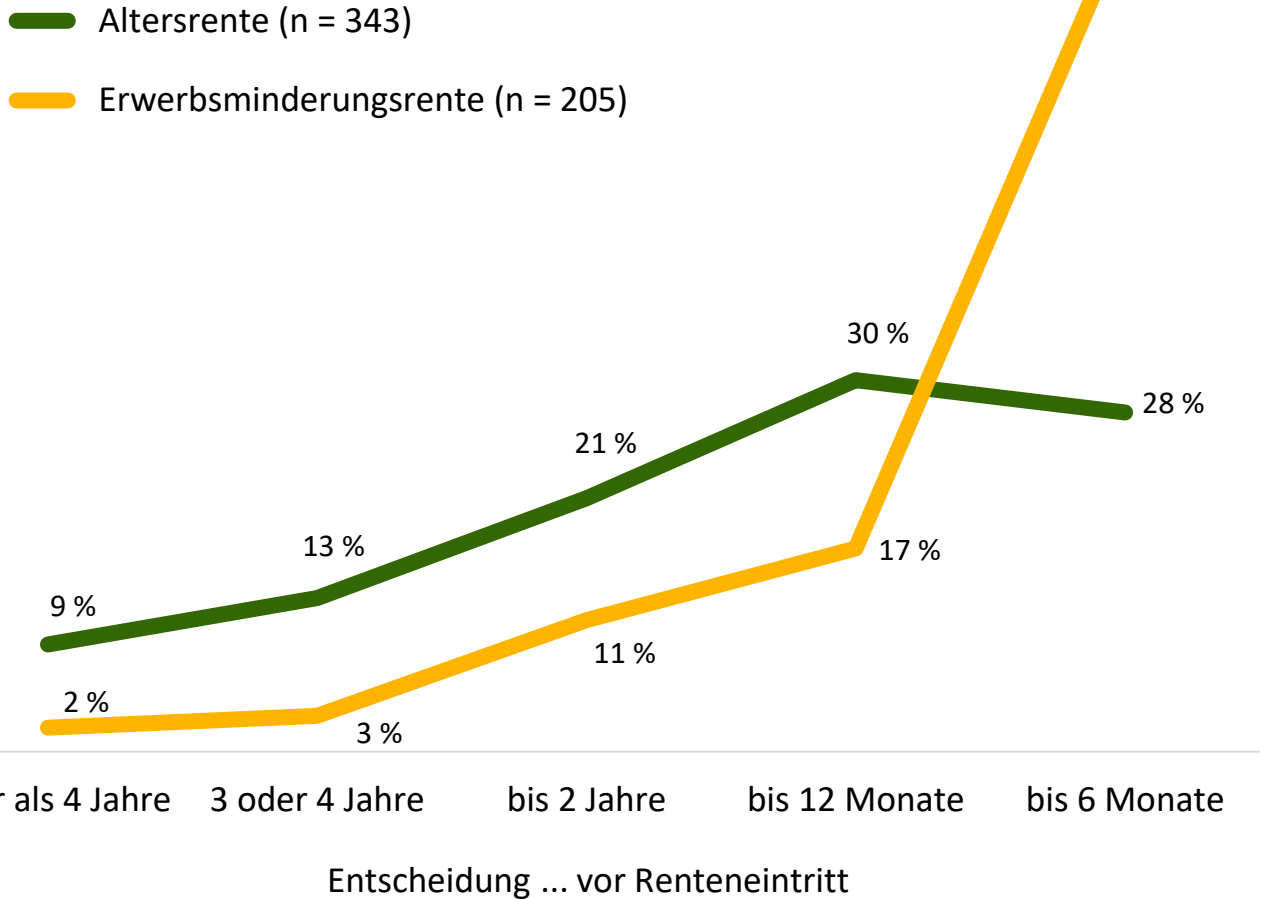
**Bei Erwerbs-  
minderungsrente  
meist kurzfristig**

Beim Übergang in die Erwerbsminderungsrente dominiert dagegen die Kurzfristigkeit. Nur ein Sechstel der Betroffenen entscheidet sich länger als ein Jahr im Voraus. Bei zwei von drei Betroffenen ist die Entscheidung erst im letzten halben Jahr gefallen. Vermutlich sind es unvorhersehbare gesundheitliche Verläufe, die hier die kurzfristige Entscheidung zur Regel machen.

Teilnehmende in der Freistellungsphase der Altersteilzeit haben die Frage nach dem Zeitpunkt für die Entscheidung für den frühen Erwerbsaustritt nicht gestellt bekommen.

- ✓ Da ein erheblicher Teil der Beschäftigten den Renteneintritt längerfristig entscheidet, kommen späte Angebote vor allem bei Altersrentner\*innen häufig nicht mehr rechtzeitig, um noch zu wirken – betriebliche Maßnahmen zur Bindung der Beschäftigten müssen früh ansetzen.

# „Wie viele Monate vor Ihrem Renteneintritt haben Sie für sich die Entscheidung getroffen, dass Sie vorzeitig in Rente gehen wollen?“



(IidA Welle 4, 2022/23)

# Übergang in den frühen Ruhestand

## Meist zum Wunschzeitpunkt

**Übergang in  
Altersrente und  
Freistellung in  
Altersteilzeit fast  
immer zum  
Wunschzeitpunkt**

**Der Übergang vom Arbeitsleben in den Ruhestand gilt als eine kritische Lebensphase – und gelingt nicht immer gleich gut. Eine wichtige Rolle spielt das Ausmaß der Selbstbestimmung: Wer den Zeitpunkt und die Umstände des Ausstiegs selbst gestalten kann, bewältigt den Übergang oft besser.**

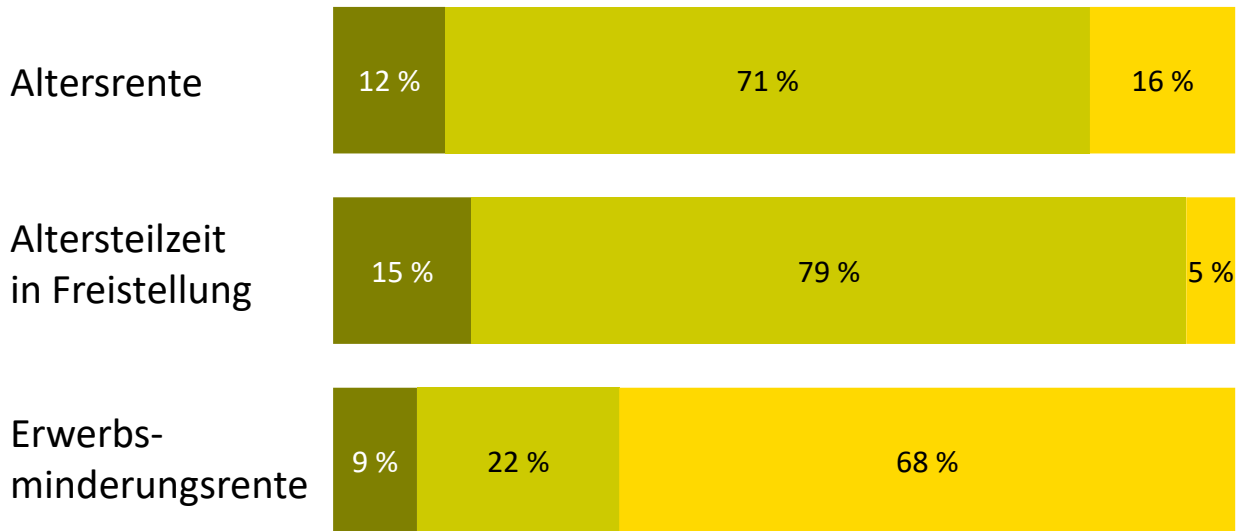
Bei denen, die in die frühe Altersrente oder in die Freistellungsphase der Altersteilzeit gegangen sind, entspricht der Austrittszeitpunkt ganz überwiegend dem persönlichen Wunsch: 71 % der Ersteren und 79 % der Letztgenannten gaben an, zum gewünschten Zeitpunkt aufgehört zu haben (siehe Abbildung). Bei denen in Altersteilzeit wären 15 % lieber noch früher aus dem Erwerbsleben ausgeschieden und nur 5 % hätten gerne länger gearbeitet. Unter den Altersrentenbeziehenden hingegen hätte ein Sechstel den Erwerbsausstieg gerne hinausgezögert. Diese gaben als Gründe für ihren frühen Eintritt in die Altersrente signifikant häufiger als die Übrigen an, dass sie bei der Arbeit nicht mehr gebraucht wurden, andere sie zu diesem Schritt gedrängt hätten oder dass sie arbeitslos geworden seien.

**Ganz anders bei der  
Erwerbsminderungs-  
rente: viele wären  
gern später in den  
Ruhestand gegangen**

Ein anderes Bild zeigt sich bei Personen in Erwerbsminderungsrente: Die meisten, rund zwei Drittel, hätten gerne noch länger gearbeitet. Der Eintritt in die Erwerbsminderungsrente ist für sie offenbar kein selbstbestimmter Schritt, sondern eine erzwungene Zäsur – bedingt durch gesundheitliche Einschränkungen. Besonders ausgeprägt ist dieser Wunsch bei Männern und bei Personen mit niedrigem Haushaltseinkommen, für die die Erwerbsminderung auch einen erheblichen finanziellen Einschnitt bedeutet.

- ✓ Während der Eintritt in die Freistellungsphase der Altersteilzeit und in die frühe Altersrente mehrheitlich als selbstbestimmte Übergänge erlebt werden, ist der Weg in die Erwerbsminderungsrente für die Betroffenen fast immer unfreiwillig. Betriebe, die Beschäftigte länger halten möchten, müssen frühzeitig sicherstellen, dass sie dies können – und wollen.

**„Als Sie aufgehört haben zu arbeiten:  
Entsprach das Ihrem Wunsch, oder hätten Sie lieber  
schon früher aufgehört bzw. noch länger gearbeitet?“**



- hätte lieber schon früher aufgehört
- entsprach meinem Wunsch
- hätte lieber noch länger gearbeitet

(IidA Welle 4, 2022/23)

# Übergang in den frühen Ruhestand

## Zufrieden mit dem Übergang? Ja, aber ...

Ein guter Übergang in den Ruhestand ist keine Kleinigkeit – er trägt dazu bei, wie Menschen die kommenden Jahre des Ruhestands erleben. Darum betrachten wir hier die Zufriedenheit der befragten Beschäftigten mit dem (frühen) Übergang.

**Die Zufriedenheit mit dem Übergang ist hoch**

Die Ergebnisse der lidA-Studie zeigen, dass die allermeisten Personen im frühen Ruhestand zufrieden mit ihrem Übergang sind. Unter den Personen in der frühen Altersrente waren 68 % aller *sehr zufrieden* mit ihrem Übergang und bei denen in der Freistellungsphase der Altersteilzeit sogar 72 %. Weitere 22 % bzw. 19 % waren *eher zufrieden*. Unzufriedenheit ist in beiden Gruppen mit je rund 5 % verschwindend gering und häufig mit einem geringen Haushaltseinkommen verbunden. Die insgesamt positive Bilanz dürfte nicht zuletzt erklären, warum beide Gruppen auch bei der mentalen Gesundheit überdurchschnittlich gut abschneiden: Wer den Ruhestand als Gewinn erlebt, profitiert auch gesundheitlich davon.

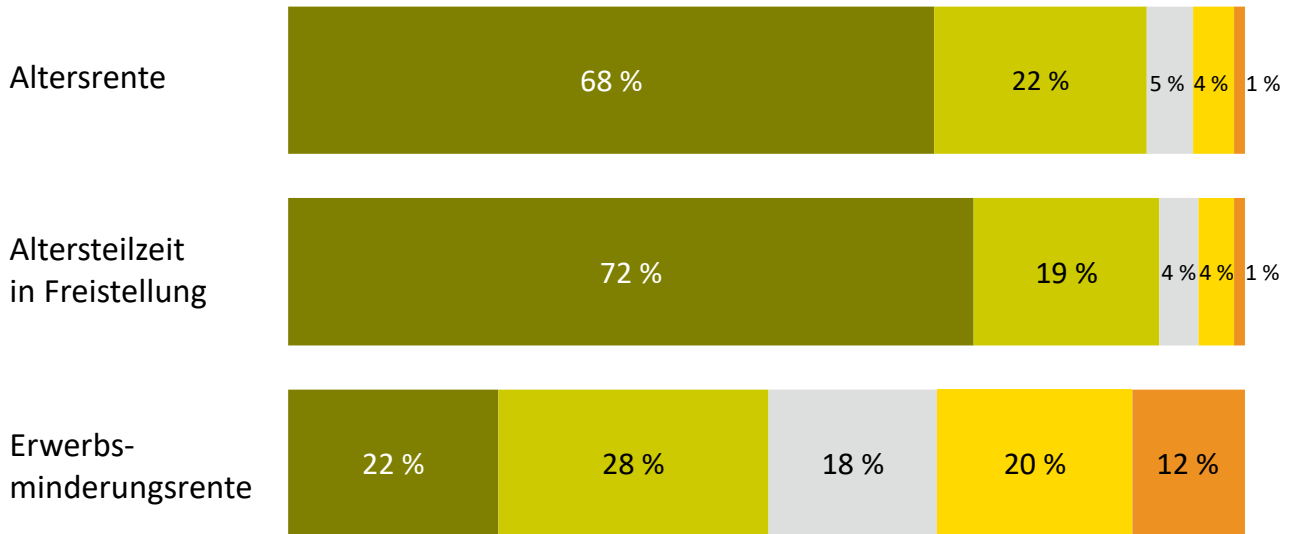
**... aber weniger bei denen mit geringem Einkommen**

Ganz anders stellt sich die Lage in der Gruppe derer in Erwerbsminderungsrente dar. Zwar sind auch hier 50 % noch (sehr) zufrieden mit dem Übergang, doch gleichzeitig berichten 32 % von (eher) großer Unzufriedenheit, und weitere 18 % sind weder zufrieden noch unzufrieden. Negative Bewertungen stehen dabei überwiegend in engem Zusammenhang mit gesundheitlichen Einschränkungen.

**... und viel weniger bei denen in Erwerbsminderungsrente**

- ✓ Die Zufriedenheit mit dem Übergang beginnt nicht erst im Ruhestand – eine wertschätzende Verabschiedung aus dem Betrieb trägt oft dazu bei, dass ausscheidende Beschäftigte ihren neuen Lebensabschnitt positiv beginnen können.

# „Wie zufrieden sind Sie insgesamt mit Ihrem Übergang in den frühen Ruhestand / die Freistellungsphase?“



- sehr zufrieden
- eher zufrieden
- weder zufrieden noch unzufrieden
- eher unzufrieden
- sehr unzufrieden

(IidA Welle 4, 2022/23)

# Übergang in den frühen Ruhestand

## Die sieben Phasen des Ruhestands nach Atchley

Der Übergang in den Ruhestand lässt sich in ein Phasenmodell einordnen, welches der US-amerikanische Soziologe Robert C. Atchley vor 50 Jahren entwickelt hat.

### Die sieben Phasen des Ruhestands nach Atchley:

#### *Noch im Erwerbsleben*

1. **Fernphase** Mitten im Erwerbsleben erscheint der Ruhestand als eine vage, positive Zukunftsperspektive. Konkrete Planungen sind selten.
2. **Nahphase** In den Jahren vor dem Renteneintritt werden die Vorstellungen konkreter, bleiben aber ambivalent: Vorfreude und Unsicherheit stehen nebeneinander.

#### *Nach dem Renteneintritt*

3. **Honeymoon-Phase** Viele erleben zu Beginn des Ruhestands eine euphorische Anfangszeit, einen „endlosen Urlaub“. Voraussetzung sind Gesundheit und finanzielle Sicherheit.
4. **Entzauberungsphase** Auf die Euphorie kann – muss aber nicht – Ernüchterung folgen, mitunter verbunden mit Gefühlen von Leere oder depressiven Verstimmungen – besonders bei unrealistischen Erwartungen.
5. **Umorientierungsphase** Viele entwickeln realistischere Erwartungen, bauen neue Tagesstrukturen auf und übernehmen neue Aufgaben. Ziel ist stabile Alltagszufriedenheit.
6. **Stabilitätsphase** Routinen und Rollen sind gefestigt. Die meisten führen ein weitgehend selbstbestimmtes Leben – auch im Umgang mit Verlusten und Veränderung.
7. **Abschlussphase** Krankheit oder Pflegebedürftigkeit beenden die aktive Ruhestandsrolle; mit wachsender Abhängigkeit verliert sie zunehmend an Bedeutung.

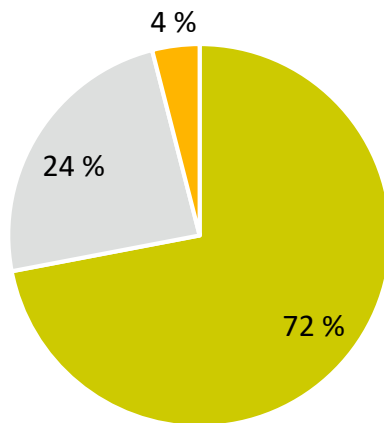
Atchley RC (1976) The sociology of retirement. Cambridge: Schenkman Publishing Company.

- ✓ Für viele Menschen im (frühen) Ruhestand hat sich das Leben verbessert (Abbildung rechts) – ein Honeymoon. Ist es nicht schade, dass man dafür so oft bis zum Ruhestand warten muss?

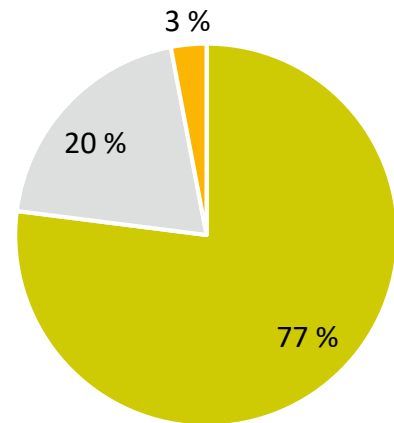
## „Hat sich Ihr Leben durch den Übergang in den Ruhestand/die Freistellungsphase verändert?“

Es ist ....

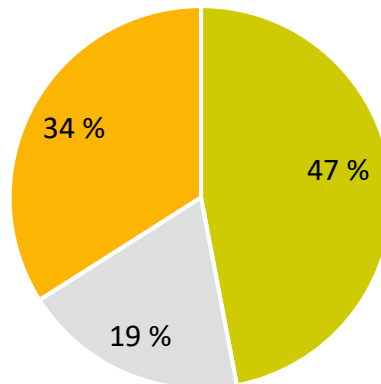
- besser geworden
- gleich gut
- schlechter geworden



**Altersrente**



**Altersteilzeit  
in Freistellung**



**Erwerbsminderungsrente**

(IidA-Welle 4, 2022/23)

# Übergang in den frühen Ruhestand

## Stärkung der mentalen Gesundheit

Wie verändert sich die mentale Gesundheit beim Übergang vom Arbeitsleben in den Ruhestand? Dies untersuchen wir anhand des Geburtsjahrgangs 1959. Im Jahr 2018 waren die Befragten 59 Jahre alt und alle in Beschäftigung. Die Mehrheit war auch noch bei der nächsten Erhebung 2022/23 erwerbstätig. Diese Gruppe vergleichen wir mit denen, die zwischenzeitlich in den Ruhestand gegangen sind (s. Abbildung).

**Eintritt in Ruhestand  
fördert die mentale  
Gesundheit**

Für viele Menschen geht der Übergang in den Ruhestand mit einer spürbaren Verbesserung der mentalen Gesundheit einher. Besonders beachtlich ist dieser Effekt bei Personen in der Freistellungsphase der Altersteilzeit sowie bei Altersrentnerinnen und -rentnern. Vermutlich ist dies die sogenannte „Honeymoon-Phase“ – ein Phänomen, das häufig in der Anfangszeit des Ruhestands beobachtet wird (s. S. 24).

**Erwerbsminderungs-  
rente: belastet, aber  
mit positiver Tendenz**

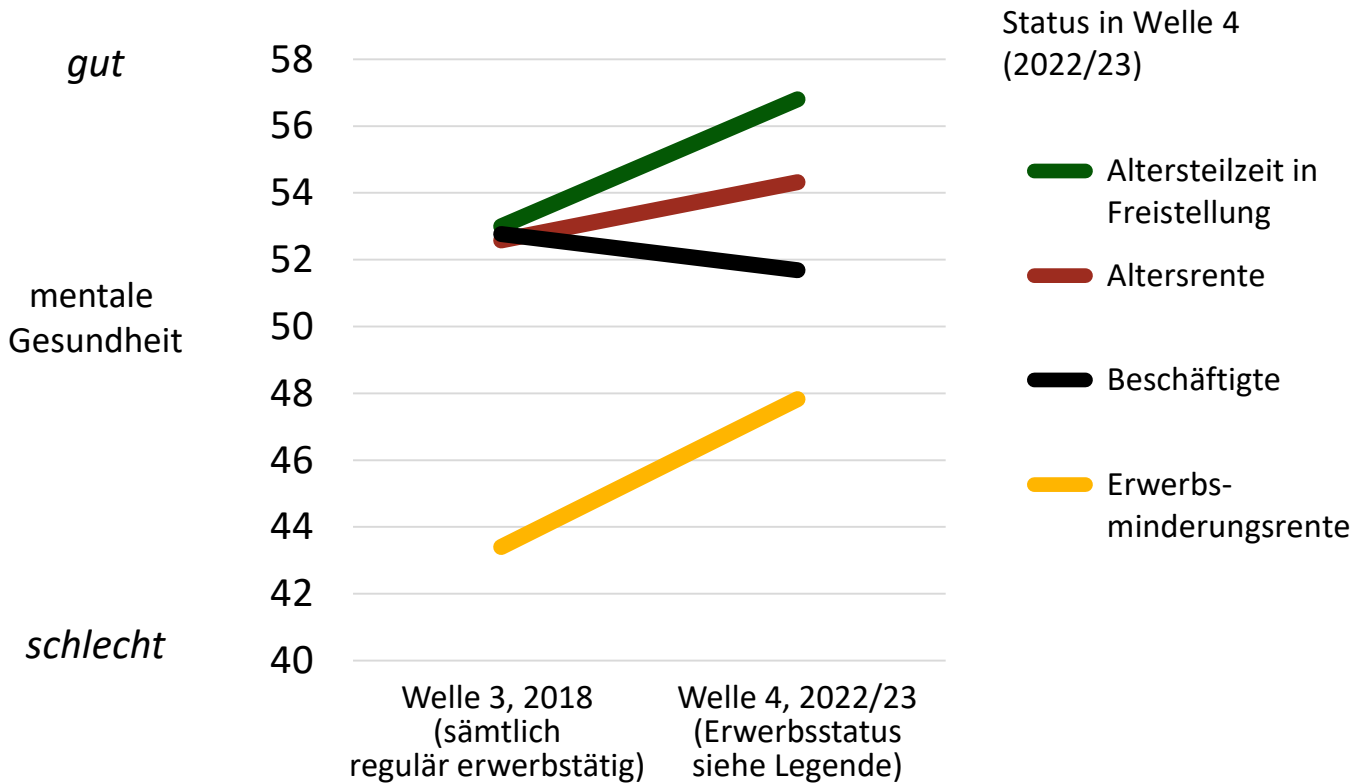
Erwerbsminderungsrentnerinnen und -rentner weisen (wenig überraschend) niedrige Werte der mentalen Gesundheit auf – auch schon 2018, als sie noch in Erwerbstätigkeit waren. Gerade diese Gruppe zeigt beim Übergang in die Erwerbsminderungsrente hier eine positive Entwicklung, wenngleich auf niedrigem Niveau.

**Weiterarbeit  
kann belasten**

Anders stellt sich die Situation für Personen gleichen Alters dar, die regulär beschäftigt bleiben: Bei ihnen ist eine durchschnittliche Verschlechterung der mentalen Gesundheit zu beobachten. Vertiefende Analysen zeigen, dass dieser Rückgang vor allem bei denjenigen auftritt, die in Welle 3 besonders gute Arbeitsbedingungen und hohe Werte für mentale Gesundheit aufwiesen.

- ✓ Der frühe Ruhestand ist mit einem deutlich positiven Effekt auf die mentale Gesundheit verbunden – unabhängig vom Grund des Austritts. Wie können Betriebe diesen Effekt durch gute, attraktive Arbeit bereits vor dem Ausstieg aus dem Arbeitsleben bewirken?

## Veränderung mentaler Gesundheit in Abhängigkeit vom Erwerbsstatus



(IidA Welle 4, 2022/23, N = 249 Personen im frühen Ruhestand und 743 Personen in Erwerbstätigkeit; nur Geburtsjahrgang 1959)

# Erwerbstätigkeit im frühen Ruhestand

## Erwerbsbereitschaft nach Art des Ruhestands

Im Mittelpunkt der Untersuchung stehen 903 Teilnehmende der lidA-Studie, die sich in Welle 4 (2022/23) bereits im Ruhestand befanden. Der Großteil gehört dem Geburtsjahrgang 1959 an und war zum Befragungszeitpunkt zumeist 63 Jahre alt. Lediglich 106 Personen – ausnahmslos in Erwerbsminderungsrente – waren jünger.

### Was ist „früher Ruhestand“?

Alle 903 Personen befinden sich im sogenannten „frühen Ruhestand“: Sie haben die aktive Erwerbstätigkeit dauerhaft aufgegeben, sind aber noch unterhalb der Regelaltersgrenze von 66 Jahren und zwei Monaten, wie sie für den Jahrgang 1959 gilt. Die Gruppe setzt sich aus drei Teilgruppen zusammen: 274 Personen befinden sich in der Freistellungsphase der Altersteilzeit, 361 beziehen eine Altersrente und 268 eine Erwerbsminderungsrente. Obwohl die Altersteilzeit-Gruppe formal noch beschäftigt ist, übt sie de facto keine Erwerbstätigkeit mehr aus und ist damit für die vorliegende Untersuchung relevant.

### Erwerbstätigkeit trotz Ruhestand

Rund ein Drittel (34 %) der Befragten war zum Erhebungszeitpunkt erwerbstätig oder äußerte den Wunsch danach. Knapp zwei Drittel (62 %) wollten hingegen nicht mehr arbeiten. Auf Nachfrage zeigte sich jedoch: Sehr viele von ihnen (37 % aller) wären unter bestimmten Bedingungen durchaus zur Rückkehr bereit – nur 25 % aller Personen im Ruhestand lehnten eine weitere Erwerbstätigkeit vollständig ab.

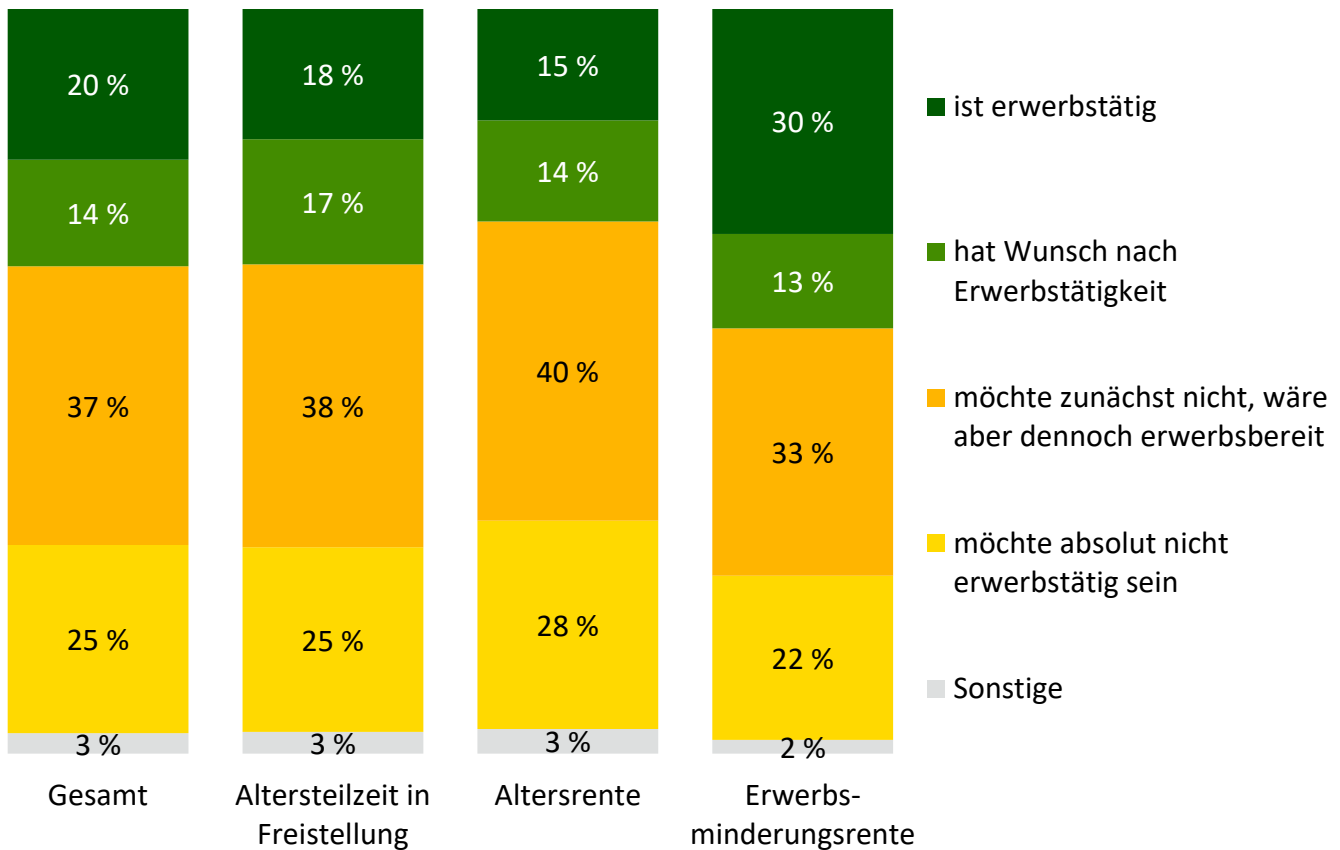
### Erwerbsbereitschaft hoch

### Große Unterschiede zwischen Gruppen

Die drei Ruhestandsgruppen unterscheiden sich in Zusammensetzung, verfügbaren Ressourcen und Erwerbsteilhabe erheblich und werden auf den folgenden Seiten differenziert betrachtet.

✓ Die Gruppe der Personen im frühen Ruhestand ist heterogen, etwa 75 % sind bereits erwerbstätig oder wären grundsätzlich zur Erwerbstätigkeit bereit.

## Verteilung der Erwerbstätigkeit und Erwerbsbereitschaft bei 903 Personen im frühen Ruhestand



(IidA Welle 4, 2022/23)

# Erwerbstätigkeit im frühen Ruhestand

## Warum arbeiten Menschen im frühen Ruhestand?

Von den 903 Personen, die sich in lidA-Welle 4 im frühen Ruhestand befunden haben, waren 183 Personen (20 %) erwerbstätig. Die Abbildung rechts zeigt, wie häufig sie dafür bestimmte Gründe nannten.

### Positive Gründe dominieren.

An erster Stelle für die Erwerbstätigkeit stehen positive, intrinsische Motive: Je 52 % der Erwerbstätigen im Ruhestand gaben an, wegen des Spaßes an der Arbeit bzw. wegen des Kontakts zu anderen Menschen weiter zu arbeiten. 47 % möchten weiterhin eine sinnvolle Aufgabe haben, 37 % bleiben aus gesundheitlichen Gründen aktiv.

### Rolle der Finanzen bleibt unklar

Finanzielle Notwendigkeit spielt nicht selten eine Rolle: 44 % nannten das zusätzliche Einkommen als Grund – wobei die Dringlichkeit dahinter variieren dürfte, von der Finanzierung eines zusätzlichen Wochenendurlaubs bis zur Deckung des Lebensunterhalts.

### Große Unterschiede zwischen Ruhestandsgruppen

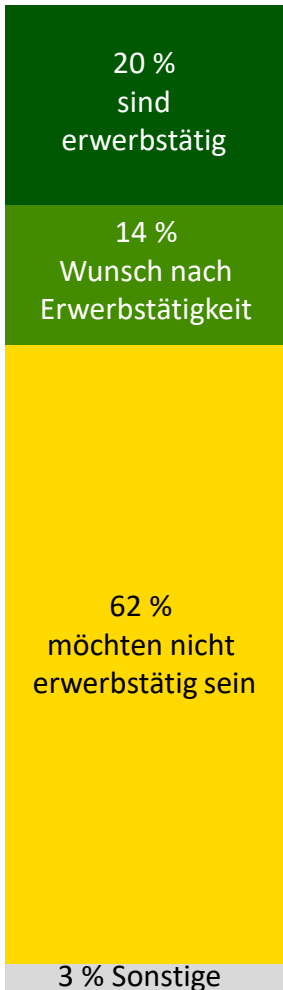
Zwischen den Ruhestandsgruppen zeigen sich deutliche Unterschiede. Bei Altersrentnerinnen und -rentnern sowie bei denen, die in der Freistellungsphase der Altersteilzeit erwerbstätig sind, stehen vor allem intrinsische Motive im Vordergrund, während bei Erwerbstätigen mit Erwerbsminderungsrente auch finanzielle Aspekte sowie der Wunsch nach Struktur und Beschäftigung eine größere Bedeutung einnehmen.

### Meist geringfügig erwerbstätig

Erwerbstätige in Altersrente arbeiten fast ausschließlich in geringfügigem Umfang, sie berichten günstige Arbeitsbedingungen und hohe Arbeitszufriedenheit. Beschäftigte in Freistellung in der Altersteilzeit unterscheiden sich hinsichtlich Arbeitszeit und -bedingungen kaum vom Durchschnitt der regulär Erwerbstätigen. Erwerbstätige mit Erwerbsminderungsrente erleben vor allem geringe soziale Unterstützung im Kreis der Kolleg\*innen.

- ✓ Wer im Ruhestand arbeitet, macht dies meist aus Freude an der Arbeitstätigkeit und an sozialen Kontakten. Dies unterstreicht die positive Bedeutung, die Arbeit für die Menschen oft hat.

## Häufigkeit der Gründe für Erwerbstätigkeit bei 183 Erwerbstätigen im frühen Ruhestand



(IIdA Welle 4, 2022/23)

# Erwerbstätigkeit im frühen Ruhestand

## Gründe für den Wunsch nach Erwerbstätigkeit im Ruhestand

**Von 706 Personen im frühen Ruhestand, die nicht erwerbstätig sind, wünscht sich knapp jede und jeder Fünfte (129 Personen) eine Rückkehr ins Erwerbsleben. Aus welchen Gründen?**

### Wunsch nach sozialen Kontakten

Die Gründe für den Wunsch nach Erwerbstätigkeit (Abbildung rechts) ähneln stark jenen, die erwerbstätige Ruheständler für ihre Weiterarbeit nennen. Es dominieren intrinsische Motive; allerdings steht nicht der Spaß an der Arbeit an erster Stelle, sondern der Wunsch nach sozialen Kontakten. Viele Menschen vermissen also die Einbindung in soziale Strukturen, die Arbeit mit sich bringt – Kolleginnen und Kollegen, gemeinsame Aufgaben, das Gefühl, gebraucht zu werden.

Eine Aufgabe haben zu wollen und Spaß an der Arbeit sind die nächst-wichtigen Gründe. Sie hängen zusammen: wer das eine nennt, stimmt auch dem anderen öfter zu als der Rest der Befragten. Das deutet darauf hin, dass meist nicht nur „irgendeine“ Aufgabe gesucht wird, sondern auch die Erlebnisqualität stimmen muss.

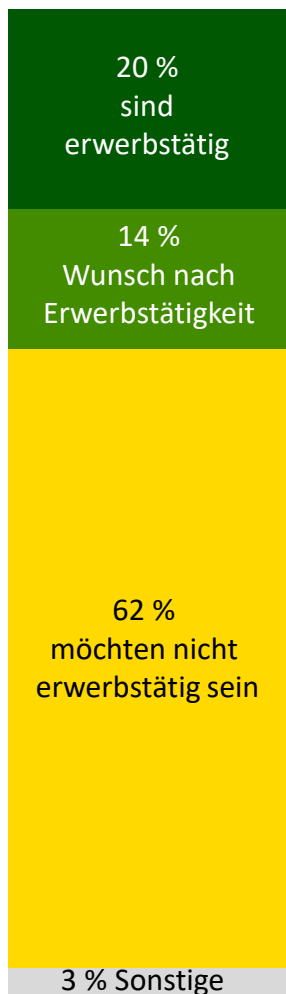
### Keine Unterschiede nach Geschlecht und Bildung

Bemerkenswert ist, dass sich Männer und Frauen in ihren Beweggründen nicht signifikant unterscheiden – ebenso wenig wie Personen mit unterschiedlichem Bildungsniveau. Der Wunsch nach Wiedereinstieg ist also quer durch alle Gruppen ähnlich begründet. Eine deutliche Ausnahme bildet jedoch die Einkommenssituation: Unter Ruheständlerinnen und Ruheständlern mit einem geringen Haushaltseinkommen nannten zwei Drittel das zusätzliche Einkommen als zentralen Grund – ein im Vergleich zu einkommensstärkeren Gruppen signifikant höherer Anteil. Für einkommensschwächere Ruheständler ist der Wunsch nach Erwerbstätigkeit also häufig auch eine wirtschaftliche Notwendigkeit.

### Bei geringem Einkommen finanzielle Gründe

- ✓ Finanzielle Anreize allein werden nur bestimmte Teilgruppen von Ruheständlern und Ruheständlerinnen dazu bewegen, erneut zu arbeiten. Arbeit muss Erlebnisqualität versprechen.

## Häufigkeit der genannten Gründe für den Wunsch nach Erwerbstätigkeit bei 129 Nicht-Erwerbstätigen im frühen Ruhestand



(IIdA Welle 4, 2022/23)

# Erwerbstätigkeit im frühen Ruhestand

## Warum wollen viele nicht mehr arbeiten?

Von den Personen im frühen Ruhestand waren 566 (62 % aller im frühen Ruhestand) weder erwerbstätig noch planten sie eine Rückkehr ins Erwerbsleben. Die Abbildung rechts zeigt die Verteilung der hierfür genannten Gründe.

### Verdienter Ruhestand und Selbstbestimmung

Die meisten von ihnen nennen als Grund dafür, nicht mehr erwerbstätig zu sein, den Ruhestand nun verdient zu haben. Sie haben das Gefühl, genug gearbeitet zu haben und möchten mehr Zeit für sich selbst, ihre Hobbys sowie ihre Partner\*innen und Familie. Häufig genannt wird zudem die ausreichende finanzielle Absicherung. Die Hauptmotivation liegt damit in einer positiven, selbstbestimmten Lebensgestaltung – verbunden mit dem Empfinden, sich diesen Anspruch erworben zu haben.

### Nicht mehr mithalten können

Doch manche wollen nicht erwerbstätig sein, weil sie es nicht mehr können: Knapp jede\*r Dritte meint, nicht mehr mithalten zu können und jede\*r Fünfte sieht keine Chancen mehr am Arbeitsmarkt.

### Männer: eher verdient Frauen: eher andere Pflichten

Zwischen verschiedenen Gruppen zeigen sich jedoch deutliche Unterschiede. Männer betonen stärker das Gefühl, sich den Ruhestand verdient zu haben; Frauen nennen häufiger gesundheitliche Belastungen, Erschöpfung oder Pflege- oder Betreuungspflichten gegenüber Angehörigen.

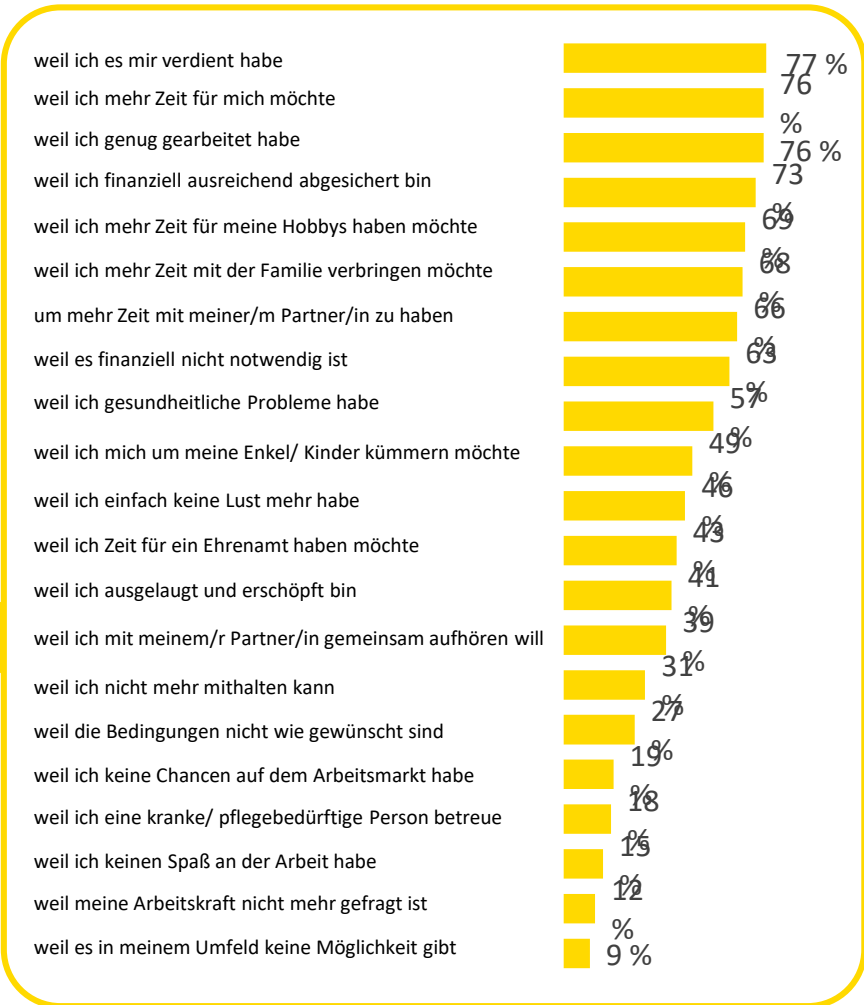
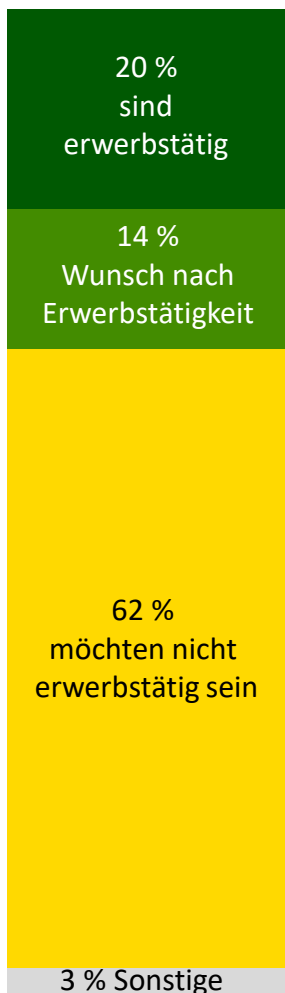
### Höhere Bildung: eher Selbststimmung

Auch Bildung und Einkommen prägen die Motive: Höher Gebildete und Einkommensstärkere entscheiden sich überwiegend aus Gründen der Selbstbestimmung gegen eine Erwerbstätigkeit – sie fühlen sich finanziell abgesichert und möchten ihre Zeit frei gestalten. Personen mit niedrigerem Bildungsstand oder geringerem Einkommen hingegen verweisen häufiger auf gesundheitliche Einschränkungen und fehlende Leistungsfähigkeit.

### Niedrigere Bildung: eher wegen Einschränkungen

- ✓ Auch im Ruhestand setzen sich die sozialen Unterschiede fort. Neben einer Vielzahl persönlicher Gründe ist der Arbeitsmarkt für jeden Fünften ausschlaggebend.

# Häufigkeit der genannten Gründe für „Nicht-Erwerbstätigkeit“ bei 566 Nicht-Erwerbstätigen im frühen Ruhestand



(IidA Welle 4, 2022/23)

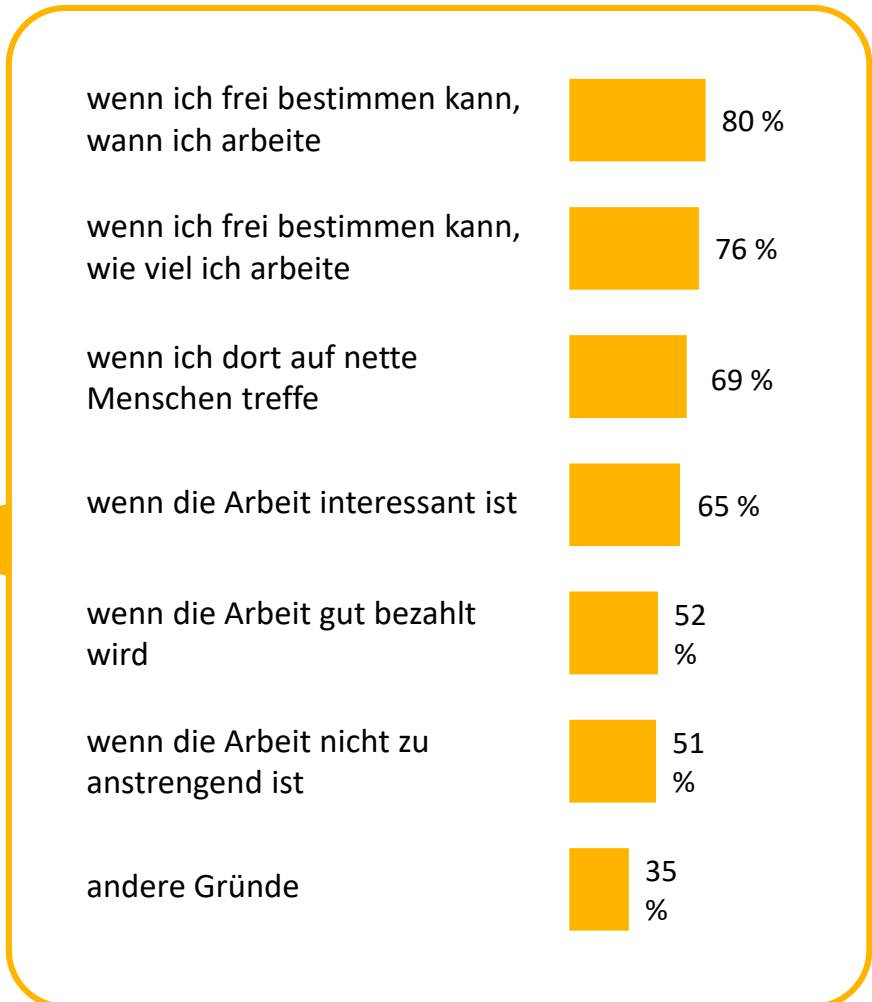
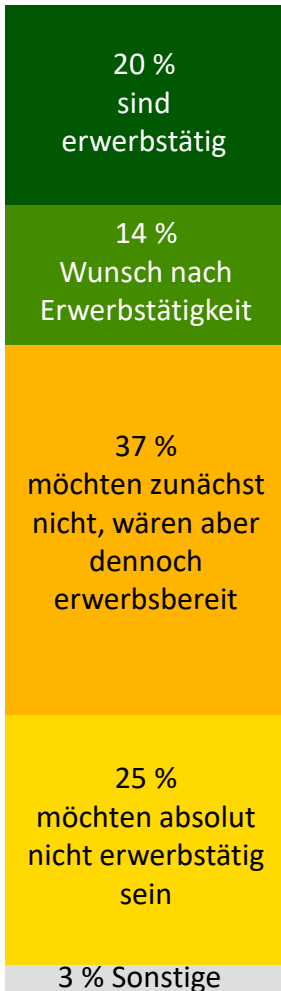
# Erwerbstätigkeit im frühen Ruhestand

## Erwerbsbereitschaft der Nicht-Erwerbstätigen im Ruhestand

- „Latent Erwerbsbereite“  
- eine große Gruppe
  - Wenn arbeiten, dann mit Selbstbestimmung
  - Bildungsunterschiede
  - Erwerbsminderung: Arbeitsbedingungen wichtig
  - Latent Erwerbsbereite: höhere Bildung und geringere Lebenszufriedenheit
- Von den 566 Ruheständlerinnen und Ruheständlern, die eigentlich nicht mehr arbeiten möchten, könnten sich auf Nachfrage 338 – das sind 37 % aller im frühen Ruhestand – unter bestimmten Bedingungen doch eine Rückkehr ins Erwerbsleben vorstellen. Wir nennen sie „latent erwerbsbereit“. Ihr Anteil ist bei allen Ruhestandsgruppen etwa gleich hoch.
- Die genannten Bedingungen für die Aufnahme einer Erwerbstätigkeit im Ruhestand spiegeln vor allem den Wunsch nach Selbstbestimmung wider: freie Wahl von Arbeitsumfang und Arbeitszeit gefolgt vom Wunsch nach sozialen Kontakten. Inhaltliche Motivation – also Interesse an der Tätigkeit selbst – sowie eine gute Bezahlung folgen auf den nächsten Plätzen. Wichtig ist zudem, dass die Arbeit nicht zu anstrengend ist.
- Zwischen den Gruppen zeigen sich Unterschiede: Höher Gebildete legen besonders großen Wert auf Selbstbestimmung. Für einkommensschwächere Ruheständler spielt die Bezahlung eine größere Rolle.
- Personen mit Erwerbsminderungsrente nennen Selbstbestimmung seltener als Bedingung – dafür ist ihnen Schonung bei der Arbeitstätigkeit besonders wichtig.
- Latent Erwerbsbereite im frühen Ruhestand unterscheiden sich von den überhaupt nicht Erwerbsbereiten vor allem in zwei Merkmalen: Sie weisen häufiger einen höheren Bildungsstand auf und berichten eine signifikant geringere Lebenszufriedenheit. Hinsichtlich Geschlecht, Gesundheit oder Einkommen bestehen keine bedeutsamen Unterschiede.

✓ Die Gruppe der latent Erwerbsbereiten unter den Personen im frühen Ruhestand ist groß. Wenn Betriebe sie erreichen wollen, müssen sie sie finden und ihnen passgenaue und attraktive Arbeitsangebote machen.

## Bedingungen für die Bereitschaft zur Erwerbstätigkeit bei 338 „latent erwerbsbereiten“ Personen im frühen Ruhestand



(IIdA Welle 4, 2022/23)

# Betriebe

## Herausforderungen für Betriebe

**Was können Betriebe tun, um Menschen im frühen Ruhestand einzustellen? Die lidA-Studie zeigt: Rund ein Drittel aller Menschen im frühen Ruhestand ist erwerbstätig oder möchte es sein – und von den übrigen würde eine Mehrheit unter bestimmten Bedingungen wieder arbeiten.**

### **Erwerbsbereitschaft aktiv ansprechen**

Betriebe müssen gezielt auf frühere Beschäftigte oder Personen im Ruhestandsalter zugehen, denn die meisten Erwerbsbereiten suchen nicht aktiv nach einer Arbeitstätigkeit. Direkte Ansprache, etwa über lokale und regionale Netzwerke oder persönliche Kontakte ist hier wirkungsvoller als die klassische Stellenanzeige.

### **Flexible und selbstbestimmte Arbeitsbedingungen**

Die wichtigste Bedingung für Erwerbstätigkeit im Ruhestand ist die Selbstbestimmung, vor allem die freie Wahl von Arbeitsumfang und Arbeitszeit. Unflexible Arbeitszeitmodelle sind für diese Gruppe weniger attraktiv.

### **Sinnvolle Aufgaben, soziale Einbindung, gute Betreuung**

Die meisten Menschen im frühen Ruhestand arbeiten, weil ihnen die Arbeitstätigkeit und die Menschen, mit denen sie dabei zusammenkommen, wichtig sind. Betriebe sollten daher Tätigkeiten anbieten, die inhaltlich bedeutsam sind und soziale Einbindung ermöglichen. Wichtig ist, dass die Arbeit als attraktive Ergänzung zum Ruhestand erlebt wird – nicht als Belastung.

### **Faire Vergütung**

Auch wenn intrinsische Motive dominieren, ist gerade bei einkommensschwächeren Ruheständlern die Vergütung entscheidend.

- ✓ Betriebe, die Menschen im frühen Ruhestand als Beschäftigte gewinnen wollen, müssen flexible, attraktive Arbeitsbedingungen bieten und die persönliche Ansprache und Betreuung in den Mittelpunkt ihrer Personalpolitik stellen.

# lidA-Broschüren für die Praxis

Wir, das Team des Fachgebiets Arbeitswissenschaft an der Bergischen Universität Wuppertal, leiten und koordinieren die lidA(leben in der Arbeit)-Studie. Inzwischen haben 12.321 Personen teilgenommen, davon 2.550 zum vierten Mal. Den Einsatz der Befragten sehen wir als Verpflichtung, die Ergebnisse nicht nur in wissenschaftlichen Artikeln aufzubereiten, sondern sie auch verständlich und fokussiert zusammenzufassen und damit möglichst vielen zugänglich zu machen. Auf diese Weise sind – neben dieser – bereits sechs Broschüren zu unterschiedlichen Themen entstanden. Diese richten sich an Beschäftigte, Betriebe und politische Entscheidungsträger\*innen. Sie können die Broschüren herunterladen oder sie kostenlos bei uns in Papierform erhalten.

## Das lidA-Team

- Im Gespräch über die letzten Arbeitsjahre – Ein Leitfaden für ältere Beschäftigte und ihre Vorgesetzten (2026) <https://uni-w.de/d8v6k>
- Arbeiten mit Krankheit jenseits der 50 – vieles ist möglich (2025) <https://uni-w.de/7xk6h>
- Warum wollen ältere Beschäftigte früh in die Rente? Ergebnisse der lidA-Kohortenstudie aus 2022/23 (2023) <https://uni-w.de/e5v4e>
- Wollen, planen, können – meine letzten Jahre im Beruf Der Gesundheitsdienst im Berufsvergleich (2022) <https://uni-w.de/yrv8b>
- Ältere Beschäftigte im Unternehmen halten? Impulse für Führungskräfte (2021) <https://uni-w.de/16zkj>
- lidA – Idee, Studie, Ergebnisse (2019) <https://uni-w.de/j8ox7>



# Arbeiten im frühen Ruhestand

## – Ergebnisse der lidA-Studie

Seit 2011 begleitet die lidA-Studie die Babyboomer auf ihrem Weg vom Arbeitsleben in den Ruhestand. In der vierten Befragungswelle 2022/23 wurden bundesweit Angehörige der Jahrgänge 1956, 1959 und 1971 zu ihrer Arbeit, Gesundheit, Erwerbstätigkeit und Zukunftsperspektiven befragt. **Diese Broschüre richtet den Blick auf die über 900 Babyboomer, die vorzeitig in den Ruhestand gegangen sind.**

Dabei zeigt sich, dass es einen großen Unterschied macht, auf welchem Weg der frühe Ruhestand erfolgt: ob über eine vorgezogene Altersrente, über die Freistellungsphase der Altersteilzeit oder über eine Erwerbsminderungsrente. Viele Babyboomer im frühen Ruhestand wären grundsätzlich noch bereit, weiterhin erwerbstätig zu sein. Die meisten von ihnen suchen jedoch nicht aktiv nach einer neuen Tätigkeit. Für Betriebe bedeutet es eine besondere Herausforderung, dieses wenig sichtbare Potenzial an Arbeitskräften zu erkennen und zu erreichen.

### Um wen geht es?

- ✓ Um Menschen im „frühen Ruhestand“, d. h. vor der Regelaltersgrenze

### Um welche Themen geht es?

- ✓ Wer ist im frühen Ruhestand?
- ✓ Wie wird der Übergang in den Ruhestand erlebt?
- ✓ Wer ist im Ruhestand erwerbstätig und warum? Wer nicht?
- ✓ Wie viele wären erwerbsbereit?
- ✓ Was bedeutet das für die Betriebe?

### Was bietet die Broschüre?

- ✓ Aktuelle, repräsentative Forschungsergebnisse
- ✓ Impulse für Betriebe

