

# Bildung im Alter

## Präsentation von Heinz Ernst

Hauptsächliche Quelle:

Urs Kalbermatten; Erwachsenenbildung mit älteren Menschen, Berner Lehrmittel- und Medienverlag (2000)

# Was wird schlechter im Alter?

- Körperlich: Reaktionszeit, Muskelkraft, Erholungszeit, Sehen, Hören
- Geistig/psychisch: Kurzzeitgedächtnis, Informationsverarbeitungstempo
- Umwelt: Mobilität
- Soziale Beziehungen: Verlust von Angehörigen und Bekannten

# Was wird oft besser im Alter?

- Körperlich: Seinen eigenen Körper kennen, Kräfte einteilen
  - Geistig/psychisch: Erfahrung, Wissen, Überblick, Zusammenhänge erkennen
  - Umwelt: Die ökonomische Situation ist bei den meisten gut und stabil.
  - Soziale Beziehungen: Weniger Stress mit Kindern, in der Ehe und im Beruf
- (Paradoxon der Zufriedenheit im Alter!)

# Das Defizit-Modell des Alters

- körperlicher und geistiger Leistungsabbau
- Krankheiten, Invalidität
- Verlust von Fertigkeiten und Fähigkeiten
- Kompetenzverlust
- Rollenverlust
- Betreuungsfall
- Passivität
- Einsamkeit
- „wohlverdienter“ Ruhestand

# Das Kompetenz-Modell des Alters

Der ältere Mensch kann

- sich bewusst eigene Ziele setzen.
- sich im Alter weiter entwickeln.
- neue Kompetenzen erwerben.
- seinem Leben einen Sinn geben.
- aktiv seine Zukunft gestalten.

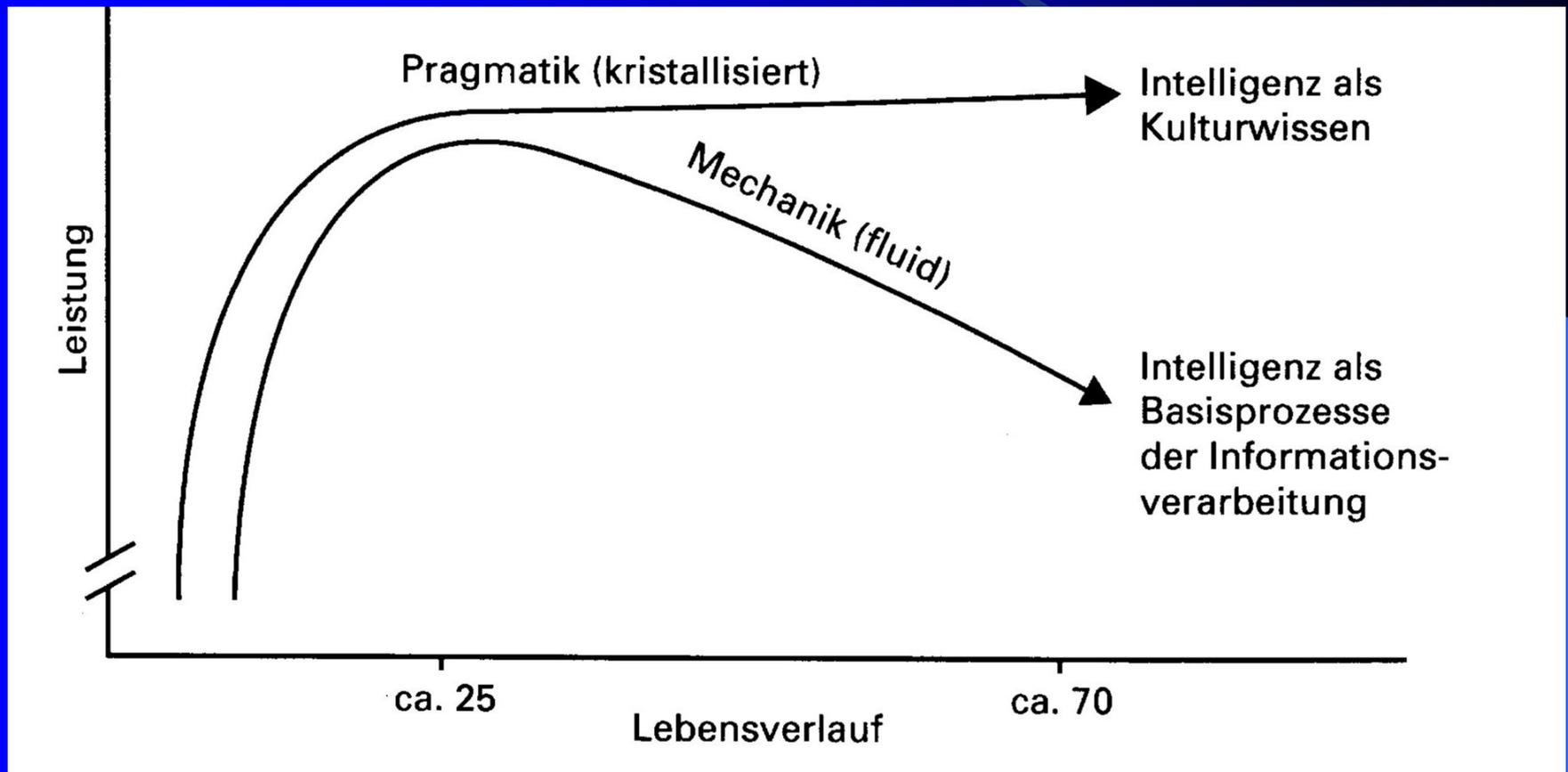
# Intellektuelle Leistung im Alter

- Alter wirkt sich unspezifisch auf Geist und Psyche aus.
- Möglichkeit, die Geisteswelt auszuweiten.
- Psychische Prozesse, Emotionen, Einstellungen, Werte sowie Wahrnehmungen und ihre Verknüpfungen werden durch das Alter nicht verändert.

# Gedächtnisleistung im Alter

- Die kristalline Intelligenz bleibt bei steter Übung relativ stabil (Sprachkompetenz, Urteilsfähigkeit, soziale Intelligenz etc.).
- Die fluide Intelligenz verringert sich mit dem Alter (Kurzzeitgedächtnis, Informationsverarbeitungstempo u.a.).
- Oft negative Erwartungshaltung

# Kristalline und fluide Intelligenz



# Gefahren für die intellektuelle Leistungsfähigkeit

- Einseitige Nutzung der Intelligenz
- Unterforderung nach der Pensionierung
- Fehlen von sinnhaften Aufgaben
- weniger Bildung (oft schon vor der Pensionierung)
- Vergangenheitsorientierung
- Neuerungen ablehnen
- Keine neuen Ziele

# Verschlechterung von Konzentration und Gedächtnis (bei Alt und Jung)

- Trauer, Isolation, Schmerz
- Verlust von Lebenssinn
- zu wenig soziale Kontakte
- Unfall, körperliche Beeinträchtigungen
- Einschränkung des Handlungsspielraumes
- negative Einstellung zum eigenen Alter

# Was ist Bildung?

*Bildung ist die bewusste Formung der Kräfte des Menschen durch Aneignung kultureller Werte und ihre Verarbeitung zu einer persönlichen Ganzheit.*

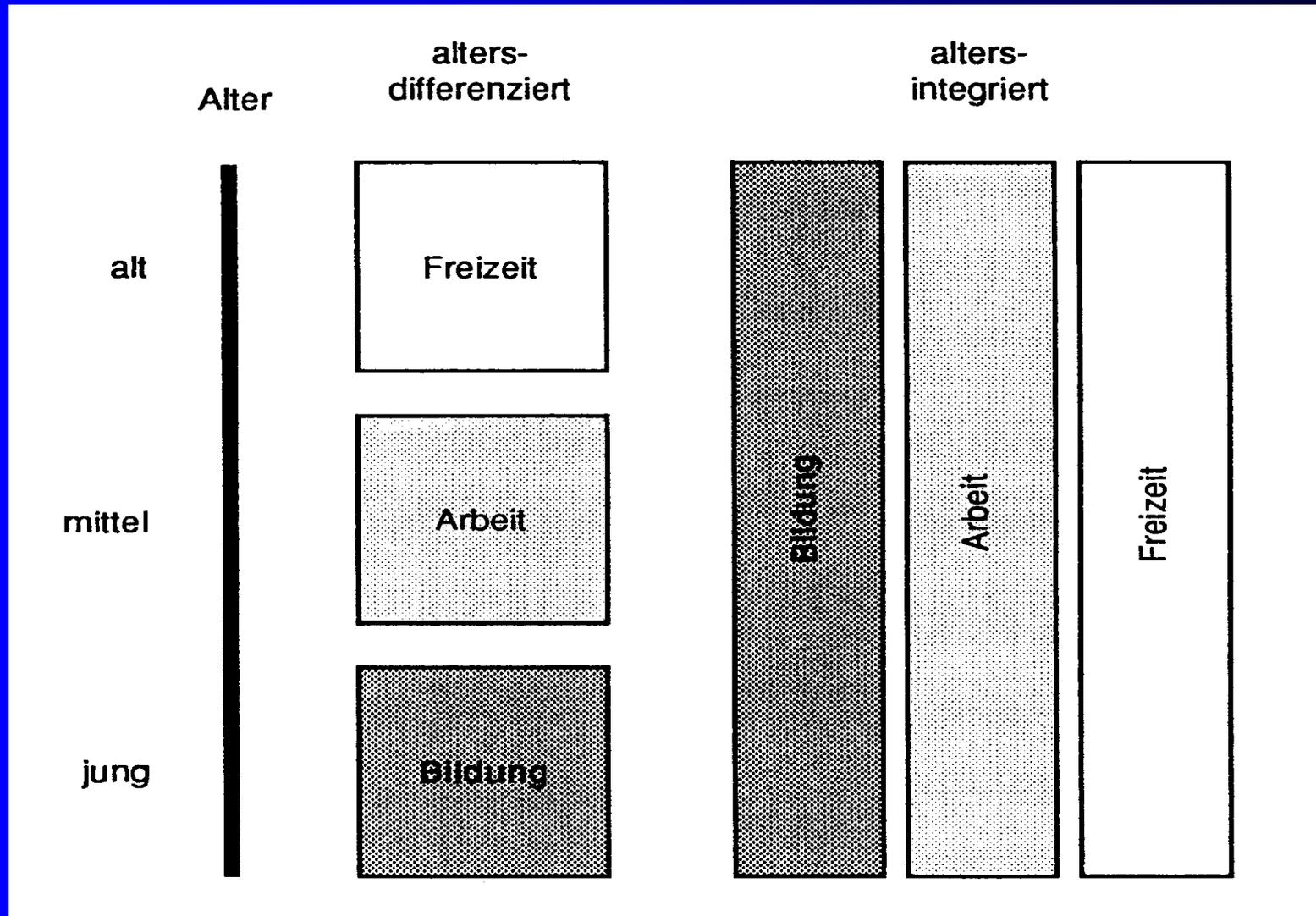
(Bertelsmann Universal Lexikon, 1996)

# Grundsätze für die Bildung im Alter

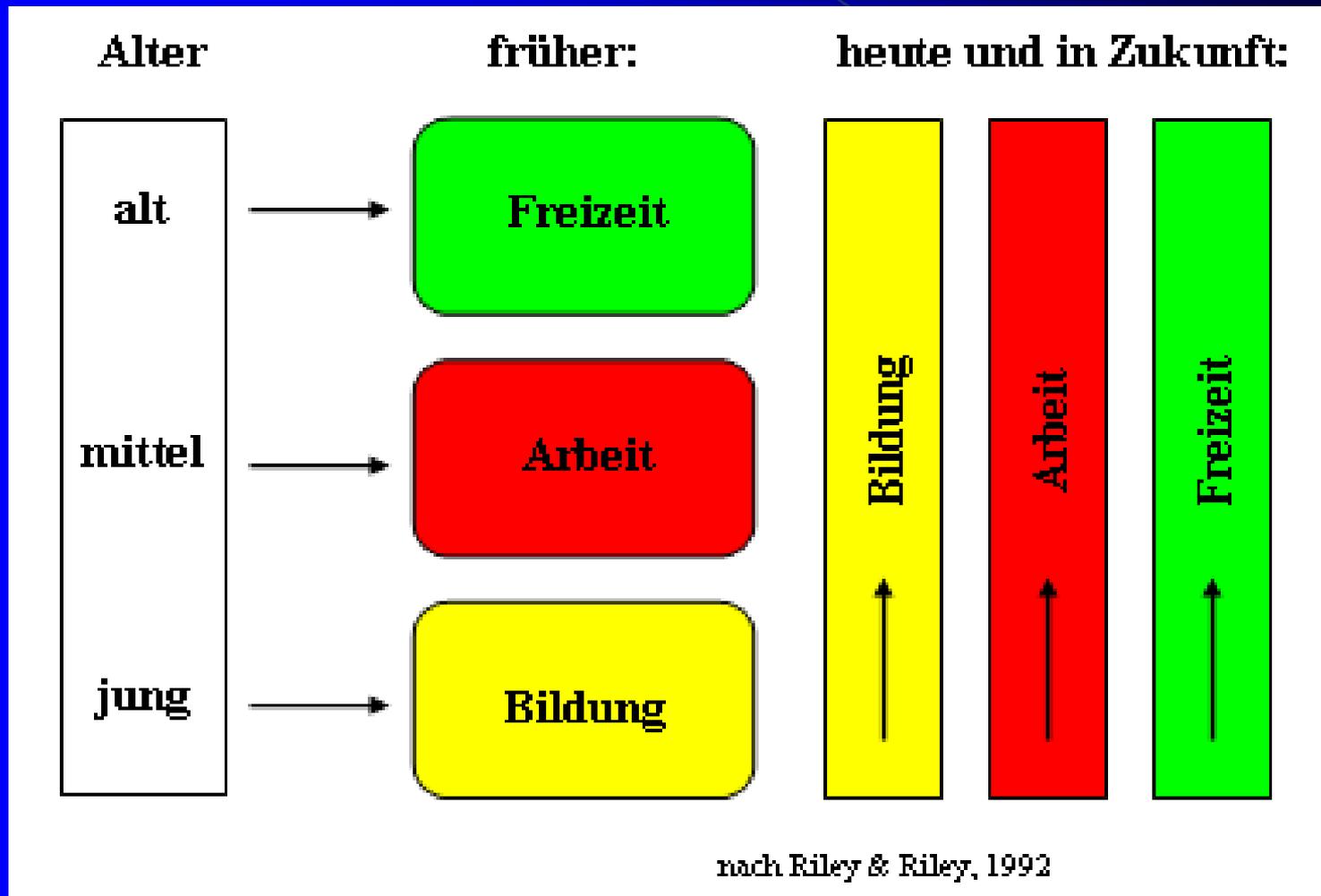
Die Bildung im nacherwerbsfähigen Alter ist in der schweizerischen Bundesverfassung nicht erwähnt. Trotzdem fordert Urs Kalbermatten:

- ***Jeder Mensch hat ein Recht auf Bildung.***
- ***Die Bildung muss für alle Generationen einen hohen Stellenwert haben.***
- ***Bildung im Alter ist nicht eine Pflicht, sondern eine Lebensaufgabe.***
- ***„Alter schützt vor Bildung nicht!“***

# Lebenslanges Lernen



# Lebenslanges Lernen



# Gründe für besondere Senioren-Bildungsangebote

- Kurszeiten während des Tages
- Seniorenspezifische Themen, z.B. Pensionierung
- Häufiger Wunsch nach Gleichaltrigen
- Seniorenspezifischer Standpunkt, z.B. bei Rentenpolitik
- Anderer Lebenszusammenhang bei Senioren

# Gründe gegen besondere Senioren-Bildungsangebote

- Das „Alter“ ist keine einheitliche Lerngruppe, denn das Altern verläuft individuell sehr verschieden.
- Senioren sollen in die Gesellschaft integriert werden.
- Das Alter erfordert keine besonderen Sozialformen.
- Die Bildung mit älteren Menschen ist Erwachsenenbildung.

# Motive für die Teilnahme an Bildungsveranstaltungen im Alter

- Bedürfnis nach Information (Erwerb von Wissen)
- Bedürfnis nach Kommunikation (Kontakt mit Menschen)
- Bedürfnis nach Kompensation (Versäumtes nachholen)
- Bedürfnis nach Identifikation (sich für etwas Sinnvolles einsetzen)

(Kade, 1994)

# Barrieren gegen die Teilnahme an Bildungsveranstaltungen im Alter

- Schlechte Erfahrungen mit institutionalisierter Bildung (Hemmungen, Zweifel an eigenen Fähigkeiten etc.)
- „Verschulungsgrad“ eines Bildungsangebotes (fehlender Lebensbezug)
- Finanzielle Gründe
- Kennzeichnung als „seniorenspezifisch“

(Kade, 1994)

# Berechtigung für Senioren-Bildungsangebote

Spezielle Bildungsangebote für Senioren sind berechtigt. Ausschlaggebend dafür sind jedoch nicht methodische Anpassungen an Bildungsniveau, Lerntempo oder Motivation, sondern Bedürfnisse, Inhalte und Ziele der Senioren.

# Grundsätze für die Erwachsenenbildung mit älteren Menschen

- Ganzheitlicher Unterricht
- Bildungsprojekte
- handlungsorientierte Bildung
- Das Kompetenz-Modell als Leitlinie
- Soziale Beziehungen pflegen
- Humor!

# Was ist ganzheitlicher Unterricht?

- Mit Kopf, Herz und Hand lernen (Pestalozzi)
- Alle vier Lebensbereiche einbeziehen (Körper, Geist/Psyche, Umwelt, Soziales)
- Einbettung des Unterrichtes in den Lebenszusammenhang

# Was sind Bildungsprojekte?

- Auch im Alter Ausrichtung auf Ziele
- Lebensprojekte entwerfen für die lange Zeit nach der Pensionierung
- Beispiel: Alle möglichen Themen rund um eine Fremdsprache
- *Carpe senectutem!* Nutze das Alter!

# Was ist handlungsorientierte Bildung?

- Orientiert auf Ziele und Zukunft
- Praktisches Lernen, Lernen fürs Leben
- Erworbenes Wissen wird im Leben umgesetzt.
- Erwerb von Handlungskompetenzen
- Gemeinsames Verfolgen von Interessen

# Checkliste Kursräumlichkeiten

- Sehen: Textgrösse, Helligkeit, Blenden etc.
- Hören: Arbeitslärm, Gespräche, Störungen
- Atmosphäre: Rauchfrei, Temperatur, Lüftung
- Einrichtung: einfache Bedienung der Apparate, zweckmässige Stühle etc.
- Erfrischungen bereit halten!

# Soziale Beziehungen pflegen!

- Glauben an die Kompetenz und die Fähigkeiten der älteren Menschen
- Anerkennung und Lob spenden für Leistungen
- Geselligkeit (Kaffee und Kuchen)
- Späteres Treffen vereinbaren
- Humor bringt Menschen einander näher.

# Bildung im Alter



So?



Oder so?