



Horst Roos

Intergenerationelles Lernen – drittes und viertes Lebensalter

Was macht »Lernen« im dritten und im vierten Lebensalter aus?

Und wie sind die beiden – idealtypischen – Lebensalter über das Lernen miteinander in Beziehung zu bringen?

Auf den ersten Blick zeigen sich hier mehr Unterschiede als Gemeinsamkeiten.

Lernen in »reflexiven Milieus« – das dritte Lebensalter

Menschen im dritten Lebensalter, also nach dem Ende der – aus Männersicht gesprochen – Berufsphase, sehen sich bei uns mit einer »Vergesellschaftungslücke« (Sylvia Kade) konfrontiert. Sie reagieren ganz unterschiedlich darauf, dass ein wichtiger Teil ihrer sozialen Identität, die Berufsrolle, von einem auf den anderen Tag Vergangenheit ist. »Weitermachen«, auch auf ehrenamtlicher Ebene, das Entdecken der »späten Freiheit« (Leopold Rosenmayr) oder der Aufbruch zu »neuen Ufern« gehören zu den Wegen, die sie dann einschlagen. Die Frage, wie sie mit der gewonnenen Zeit umgehen wollen, stellt sich für die meisten aber erst dann, wenn es soweit ist – trotz aller Appelle, »früher an später zu denken«.

Darin zeigt sich ein wichtiges Kennzeichen für das Lernen im dritten Lebensalter: Anders als zum Beispiel bei beruflicher Fortbildung lernen Menschen im dritten Lebensalter dann, »wenn es dran ist«. Fragen kommen dann in den Horizont, wenn sie sich im Alltag stellen – und die Antworten müssen sich auch wieder im Alltag bewähren. Menschen im dritten Lebensalter wollen wissen, welchen Sinn ihr Leben jetzt hat. Unter den Bedingungen der »zweiten Moderne« (Ulrich Beck) können sie die von Sylvia Kade beschriebene »Vergesellschaftungslücke« nur selbst füllen – Selbstverantwortung ist ein weiteres wichtiges Kennzeichen für das Lernen im dritten Lebensalter.

Menschen im dritten Lebensalter können da sehr konsequent sein: »Was heißt hier selbstorganisiertes Lernen, wir machen, was wir wollen!« bekam Sylvia Kade bei der Untersuchung einer Alteninitiative zu hören. Dieser Sinn für das Eigene macht aber nicht einsam: Menschen im dritten Lebensalter suchen den Kontakt zu gleichaltrigen »Peergroups«, um sich zu orientieren. Sylvia Kade nennt diese Zu-

sammenschlüsse »reflexive Milieus«: Menschen, die ganz praktisch und gemeinsam ihr Leben verändern – Schritt für Schritt.

In diesem Prozess sind die vier »Engagementphasen« entscheidend, sie verkörpern das alltagsnahe, gemeinsame und selbstbestimmte Lernen im dritten Lebensalter. Sie gehen auf die Erwachsenenbildnerinnen Sylvia Kade und Karin Nell zurück. Die einzelnen Phasen sind kein »Muss«, jede/r kann dort beginnen und auch dort bleiben, wo es ihm/ihr gut tut:

- **Ich für mich** – Was möchte ich jetzt, wo ich im Ruhestand bin oder kurz davor, für mich tun? Was ist an Interessen liegengeblieben, und welche Wünsche habe ich für die Zeit, die noch vor mir liegt?
- **Ich mit anderen für mich** – Was macht mit anderen mehr Spaß, beispielsweise Französisch lernen und eine Sprachreise machen oder gemeinsam Fahrradtouren unternehmen, Theater und Konzerte besuchen oder einfach nur zusammen sitzen und sich austauschen?
- **Ich mit anderen für andere** – Im Netzwerk organisiere ich jetzt den Stammtisch, außerdem haben wir eine kleine Servicegruppe für Senioren im Ort aufgemacht, wir helfen manchmal bei Einkäufen, kleineren Reparaturen oder lesen mal jemandem vor.
- **Andere mit anderen für mich** – Seit ich selbst nicht mehr zu unserem Seniorennetzwerk kommen kann, rufen mich Bekannte aus dem Netzwerk öfter mal an oder besuchen mich.

»Selektive Optimierung mit Kompensation« – das vierte Lebensalter

Das Lernen im vierten Lebensalter hat ebenfalls mit Veränderungen zu tun: Hier ist es nicht der Umbruch nach der beruflichen Phase, sondern vermehrt der Umgang mit Verlusten und der eigenen Endlichkeit. Margret und Paul Baltes, die beiden Altersforscher, haben einen (lebens-)klugen Umgang mit den Einschränkungen, die das Alter mit sich bringt, beobachtet. Menschen im vierten Lebensalter konzentrieren sich auf das, was sie noch gut können und behelfen sich in anderen Dingen – die Theorie der »selektiven Optimierung mit Kompensation«.

Ein anderes Schlaglicht auf das Lernen im vierten Lebensalter wirft das Lebensphasenmodell von Erik H. Erikson. »Integrität vs. Verzweiflung« nennt er die achte oder letzte Lebensphase (»Alter«) – mit den beiden Polen der Verzweiflung vor dem körperlichen Verfall oder vielem Offenen oder aber der Verbindung mit tiefen Einsichten in die Gesetzmäßigkeiten des Lebens und seiner eigenen Epoche und damit letzten Endes dem Einverständnis damit, ein Glied in einer langen Kette zu sein. Erikson findet dafür das Wort »Weisheit«.

Wo es nicht vorrangig um Information geht – wie in den »Peergroups« der Jugendlichen und der jungen Erwachsenen –, sondern um den Sinn des eigenen Lebens, bekommen Beziehungen eine andere Qualität. Menschen in der vierten Lebensphase suchen Vertraute. Diese Beziehungen halten oft ein ganzes

Leben lang – und werden am Ende umso schmerzlicher vermisst. Im sozialen »Konvoi-Modell« hat die Psychologin Toni Antonucci die Konzentration auf wenige und gute Kontakte im hohen Alter abgebildet.

Was haben drittes und viertes Lebensalter voneinander?

Gibt es – bei den Besonderheiten des Lernens im dritten und im vierten Lebensalter – Anknüpfungspunkte für ein Lernen der Generationen voneinander? Drei Punkte können einen gemeinsamen »Boden« für einen Austausch bilden: Wenn es um Lernen im Sinne von Weiterentwicklung geht, suchen Menschen aus dem dritten wie aus dem vierten Lebensalter die Begegnung mit anderen – sei es in ihren selbstorganisierten sozialen Netzwerken, sei es mit den vertrauten Mitgliedern ihres »sozialen Konvois«. Und bei beiden Lebensaltern geht es um Sinnfragen, die – Lebenssinn kann nicht »theoretisch« gefunden werden – ihren Platz im »Hier und Jetzt« haben.

Beide Lebensalter begegnen sich also darin, dass es – im Sinn von Carl Gustav Jung – um »typische« Fragen der »zweiten Lebenshälfte« geht, um Fragen, bei denen es um Lebenserfahrung und Tiefe geht. Menschen aus dem dritten Lebensalter könnten hier von den Menschen aus der nächsten Lebensphase »Ambiguitätstoleranz« lernen, die Fähigkeit, Unvereinbares nebeneinander stehen zu lassen und in sein Leben zu integrieren. Angesichts der Unwägbarkeiten und Widersprüche der Moderne ist es mit Sicherheit ein Zeichen von Weisheit, von Menschen, die durch viele dieser historischen und menschlichen Brüche gehen müssen, zu lernen.

Was lernen Menschen, die dieser Weisheit, wenn es gut gegangen ist, sehr nahe sind, von den Jüngeren? Das Wertvolle im Kontakt von Menschen aus dem dritten und dem vierten Lebensalter ist die ge-

genseitige Wertschätzung. Für Menschen im vierten Lebensalter bedeutet sie, weiterhin dabei zu sein, am Leben teilzuhaben und Leben zu teilen – beispielsweise indem sie etwas über sich mitteilen und ein »Modell« dafür sind, wie Menschen altern können. Sie machen so die beiden Pole »Integrität« und »Verzweiflung« aus Eriksons Einteilung der Lebensphasen »begreifbar« – und im Erzählen selbst finden sie das Gegenüber, das sie ihre Biographie neu begreifen und eine veränderte Perspektive einnehmen lässt.

Neben den Begegnung der beiden Generationen im Alltag bietet die Ausbildung zur freiwilligen Seniorenbegleiterin/zum freiwilligen Seniorenbegleiter die Möglichkeit, diesen Austausch zu organisieren. Sie setzt auf regelmäßige Gesprächskontakte zwischen einzelnen Menschen aus dem dritten und dem vierten Lebensalter und baut gerade auf den oben genannten Anknüpfungspunkten zwischen den Generationen auf. In einer »Gesellschaft des langen Lebens« lassen sich so Erfahrungen vermitteln, die vom Ende des Lebens her gedacht sind – der Beitrag des vierten Lebensalters, der sonst leicht überhört wird, weil er nicht »verwertet« werden kann – und es geht um die »sozialen Kunstwerke« im Sinn von Joseph Beuys, die die Menschen im dritten Lebensalter in ihren Netzwerken und durch ihr Engagement für andere gemeinsam gestalten.

Link zur Ausbildung zur freiwilligen Seniorenbegleiterin/zum freiwilligen Seniorenbegleiter
www.seniorenbegleiter.ws

LITERATUR

- Eggert-Schmid Noerr, A.** (2005). Soziale Netzwerke und Ich-Identität heute. In: Otto, U.; Bauer, P. (Hrsg.), Mit Netzwerken professionell zusammenarbeiten. Bd. 1: Soziale Netzwerke in Lebenslauf- und Lebenslagenperspektive. Tübingen: dgvt-Verlag. S. 25-39.
- Erikson, E. H.** (1988). Der vollständige Lebenszyklus. Frankfurt am Main: Suhrkamp-Verlag.
- Hammer, E.** (2007). Männer altern anders. Eine Gebrauchsanweisung. Freiburg: Herder-Verlag.
- Kade, S.** (2001). Selbstorganisiertes Alter. Lernen in »reflexiven Milieus«. Bielefeld: W. Bertelsmann Verlag.
- Kade, S.** (2009). Altern und Bildung. Eine Einführung (2. Aufl.). Bielefeld: W. Bertelsmann Verlag.
- Kahn, R. L.; Antonucci, T. C.** (1980). Social Networks in Adult Life. Network Questionnaire. Michigan: University of Michigan.
- Langmaack, B.** (2002). Ruhestand. Annehmen – Gestalten – Leben. Stuttgart: J. G. Cotta'sche Buchhandlung.
- Laslett, P.** (1995). Das dritte Alter. Historische Soziologie des Alterns. Weinheim und München: Juventa-Verlag.
- Mayer, K. U.; Baltes, P. B.** (Hrsg.) (1999). Die Berliner Altersstudie (2. Aufl.). Berlin: Akademie-Verlag.
- Riedel, I.** (2010). Die innere Freiheit des Alterns. Ostfildern: Patmos-Verlag.
- Stachelhaus, H.** (2008). Joseph Beuys (3. Aufl.). Berlin: Ullstein Buchverlage.

aus: **Zentrum Bildung der EKHN (Hrsg.) (2012): Die Mischung macht's. Wenn sich Generationen lernend begegnen. Darmstadt.**