



Claudia Mehs:

Glückliches Alter(n)



Vorwort des Herausgebers

Am meisten mit sich selbst
beschäftigen sich die Sterbenden.
Sie lässt man.
Man überredet sie nicht mehr.
Man verschont sie mit Vorwürfen.
Sie sind außer der Gemeinschaft.
Sie haben zu lernen aufgehört.
Man verbessert nichts mehr an ihnen.

Bert Brecht¹

Noch niemals in der menschlichen Geschichte wurden so viele Menschen gleichzeitig so alt, eine Entwicklung, die tendenziell zunimmt, die alle natürlichen Grenzen und geschichtlichen Erfahrungen sprengt und als Gefahr („Kampf der Generationen“) oder als Chance zu einem Kulturauftrag des Alter(n)s verstanden werden kann.²

Die Arbeit von Dr. Claudia Mahs zeigt, wie Alter(n) glücklich und sozial verträglich gestaltet werden kann.³ Überraschend mag sein, dass es bei aller Pluralisierung der Werte und Normen offenbar feste Fundamente für ein glückliches Alter(n) gibt. Diese sind in der frühen Kindheit Geborgenheit, Vertrauen und zuverlässige Sicherheit, eine Erkenntnis, die für die gegenwärtige Diskussion zur Kinderbetreuung hilfreich sein kann. Von erheblicher Bedeutung ist aber auch eine Schule, die zu echtem (intrinsischem) Interesse an der Welt und zum (praktischen) Tun für andere, als Arbeit und Beruf, erzieht, in der gegenseitige Hilfeleistung ausdrücklich gefördert wird („soziales Lernen“) und in der vor allem die zuversichtliche Haltung veranlagt wird, lebenslang vom Leben zu lernen (Lernkompetenz), um sein Leben meistern zu können. In diesem „Beruf“ hat man nie ausgelernt, hier gibt es keinen „Ruhestand“. „Glückliches Alter(n)“ beginnt also in einer glücklichen Kindheit und Sinn-erfüllten Schule. Hier werden die wirklichen Grundlagen gelegt, um in den Stürmen des Lebens zu bestehen, wie das die Interviews der Kriegsgeneration in eindrucksvoller Weise belegen.

Immer wieder wird aber auch auf ein Menschenbild verwiesen, das die lebenslange Entwicklungsoffenheit und -fähigkeit (Neotenie) des Menschen betont, seine soziale Selbstverwirklichung als Entelechie⁴ und vor allem die schöpferischen (autopoietischen) und kulturellen Kräfte des Individuums aufruft und „als geistige Altersvorsor-

¹ Bert Brecht: Gesammelte Werke in acht Bänden, Bd. IV, Seite 504.

² Vgl. dazu die beiden zeitgleich erschienenen Veröffentlichungen von Reimer Gronemeyer: Kampf der Generationen. München, 2004 und des FAZ-Herausgebers Frank Schirrmacher: Das Methusalem-Komplott. München, 2004.

³ Es handelt sich um die für den Druck überarbeitete Dissertation: Glückliches Altern; Betrachtung subjektiver und biographischer Elemente zur Erlangung einer Sinn-erfüllten Persönlichkeit im Alter auf der Basis qualitativer Interviews, von Dr. Claudia Mahs, die von der Fakultät Kulturwissenschaften der Universität Paderborn angenommen wurde. Die Veröffentlichung in der Reihe „Kulturwissenschaftliche Beiträge der Alanus Hochschule für Kunst und Gesellschaft“ wurde mit Unterstützung der Hannoverschen Kassen (www.hannoversche-kassen.de) ermöglicht.

⁴ en-telos, griech. für: Das Ziel in sich tragen.

ge“ (Buddemeier) fördert.⁵ Ein solches Menschenbild kann sich im Alter(n) zur Weisheit einer Lebensführung und Menschenerkenntnis, zu einer *Anthropos–Sophia*, metamorphisieren. Vielleicht war das der Weg zu jenem sozialen Charisma, das in den Interviews immer wieder durchstrahlt.

Was können wir daraus lernen?

Aus dieser Frage heraus wurde im Arbeitsbereich Erziehungswissenschaft / Berufsbildung der Universität Paderborn der Forschungsschwerpunkt „Alter(n)skultur“ begründet und im Rahmen des „Studiums für Ältere“ das viersemestrige Zertifikatsstudium: „Bürgerschaftliche Kompetenz in Wissenschaft und Praxis“⁶ entwickelt, das sich speziell auch an die Älteren wendet, um sie als Multiplikatoren für eine neue Kultur des Alter(n)s zu gewinnen. Der erste Absolvent hat bezeichnender Weise den Studien schwerpunkt „Erziehungs- und Bildungspate“⁷ gewählt.

In Kooperation mit der Universität Paderborn wird an der Alanus-Hochschule ein entsprechender Forschungs- und Arbeitsbereich „Alter(n)skultur“ eingerichtet.⁸ Die Veröffentlichung von Dr. Claudia Mahs ist dafür eine wesentliche Grundlage.

Paderborn und Alfter, 20. Juli 2009

Univ.-Prof. Dr. Peter Schneider

Institut für Erziehungswissenschaft und Berufsbildung an der Alanus-Hochschule für Kunst und Gesellschaft Alfter bei Bonn.

Institut für Erziehungswissenschaft / Hochschulbeauftragter für das Studium für Ältere an der Universität Paderborn

⁵ Entgegen der Entropie (Alterung und Tod) aller materiellen Prozesse verfügt der Mensch über die Fähigkeit zur Verjüngung bzw. die Prozesse des Alter(n)s zu verlangsamen. Der Nobelpreisträger für Physik, Erwin Schrödinger, hat hierfür den Begriff der „Negentropie“ („negative Entropie“) geprägt, vgl. dazu: L. Rosenmayr: Schöpferisch Altern. Eine Philosophie des Lebens. Wien 2007. Dieses eigenständige geistige Potenzial des Menschen kann heute auf den Bahnen einer wissenschaftlich geführten Intuition erschlossen werden. Vgl. dazu: Gerd Gigerenzer: Bauch-Entscheidungen. Die Intelligenz des Unbewussten und die Macht der Intuition, München 2007. Prof. Dr. Gerd Gigerenzer ist Direktor des Max-Plank-Instituts für Bildungsforschung in Berlin. Jost Schieren (Hrsg.): Rationalität und Intuition in philosophischer und pädagogischer Perspektive, Bd. 3 der Reihe „Kulturwissenschaftliche Beiträge der Alanus Hochschule für Kunst und Gesellschaft“, Peter Lang Verlag, 2008. Vgl. auch: Rudolf Steiner: Die Philosophie der Freiheit, GA 4, Dornach 1974.

⁶ www.uni-paderborn.de/studium-fuer-aelttere

⁷ www.uni-paderborn.de/mitteilungen/browse/17 (Pressemitteilung, 11.03.09)

⁸ www.alanus.edu

1 Einleitung

Bereits 1953, zu einer Zeit in der sich die Gesellschaft noch nicht vom demographischen Wandel und seinen Auswirkungen bedroht sah¹ und die Phase des „Alters“ noch keinen so großen Anteil am Leben der Menschen einnahm, stellte sich GUARDINI die Frage, „ob das Alter nur eben der Schluss des Lebens sei, nach dem nichts mehr kommt, oder es einen eigenen Sinn habe, vielleicht sogar einen sehr guten und tiefen, und es daher wichtig sein müsste, ihn zu verstehen und sich um Verwirklichung zu bemühen.“²

Diese Frage nach dem Sinn einer Lebensphase, rückt besonders dann in den Mittelpunkt, wenn der Mensch keine offensichtlich erkennbaren Leistungen für die Gesellschaft, in der er lebt, mehr erbringt. Nach Abschluss der Eltern- sowie der beruflichen Phase folgt die Zeit des Alters, in der es noch schwieriger für die Menschen erscheint, dem eigenen Leben einen Sinn zu geben.

Die Auseinandersetzung mit diesem Thema innerhalb dieser Studie hat ihre Wurzeln jedoch nicht nur in Theorien und in der Beobachtung von Zeiterscheinungen, sondern in der Begegnung mit alten Menschen, die ein hohes Alter erreicht haben, auf ihr Leben zurück blicken können und darüber hinaus über eine besondere Ausstrahlung verfügen. Auf ihre Umwelt wirken sie zufrieden und glücklich mit ihrem Leben. Sie selbst erkennen Sinn in ihrem Dasein und können dies auch nach außen an andere Personen weitergeben. Menschen, welche mit diesen Personen Zeit verbracht haben, gehen aus der Begegnung gestärkt und voll Kraft hervor.³ Die zentralen Fragen, welche sich stellen, beziehen sich auf diejenigen Erfahrungen und Auseinandersetzungen mit Ereignissen und Krisen im Leben, die dazu geführt haben, dass diese Menschen ein zufriedenes, sinn-erfülltes Alter(n) erleben, wie auch auf die dafür notwendigen Kompetenzen, die im Laufe des Lebens erworben wurden.

Dieser Studie liegen zwei Untersuchungen zugrunde: In einer begleitenden Untersuchung⁴ wurden diejenigen Menschen, die die älteren Personen als zufrieden und sinn-erfüllt in^t ihrem Alltag wahrnehmen, in Hinsicht darauf befragt, welche Aspekte diese Wahrnehmung ausmachen. Insbesondere werden die Subjektiven Theorien von

¹ Die Bevölkerung der Bundesrepublik Deutschland betrug 1950 69,3 Millionen Personen, davon waren 21,1 Millionen, d.h. 30 %, zwischen 0 und 19 Jahren, 41,5 Millionen zwischen 20 und 64 Jahren (60 %) und 6,7 Millionen (10 %) über 65 Jahre alt. Das Durchschnittsalter der Bevölkerung lag bei 34,6 Jahren. Die Lebenserwartung lag für eine neugeborene weibliche Person bei 78,4 (79,3) Jahren, für eine männliche bei 71,1 (72) Jahren. (Vgl. Kapitel: Demographische Entwicklung der Bundesrepublik Deutschland in den Jahren 1910 bis 2050).

² Guardini, R.: Die Lebensalter. Ihre ethische und pädagogische Bedeutung. Würzburg: Topos 1957, S. 11.

³ 2002/03 wurde eine Studie im Altenwerk Schloß Hamborn zum Thema „Burnout in der Altenarbeit“ durchgeführt. Als präventives Moment für Burnout nannten die Befragten besonders den Kontakt zu den Bewohnern/innen bzw. den intensiven Kontakt zu Menschen, die sie als glücklich und zufrieden mit ihrem derzeitigen Leben wahrnahmen. Mahs, C.: Sinnstiftung in der Altenpflege. Manuskript zur Tagung. Universität Paderborn 2003.

⁴ Im Folgenden „Begleitforschung“ genannt.

Mitarbeitern/innen in Altenheimen bzw. Altenwerken⁵ zur Lebenszufriedenheit älterer Bewohner/innen erfasst. In der Hauptuntersuchung dieser Arbeit wurden die älteren Menschen selbst zu ihrer Lebensgeschichte befragt. Die Zielstellung der Hauptuntersuchung ist die Erfassung der Subjektiven Theorien der älteren Menschen zu den Aspekten und Ereignissen in ihrer Lebensgeschichte, die dazu geführt haben, dass sie im Alter ein sinn-erfülltes Leben zu führen scheinen oder führen. Dabei wird insbesondere Wert auf die Biographie der Personen gelegt und biographische Miniaturen ihres Lebens erstellt. Die interviewten älteren Menschen waren zum Zeitpunkt der Befragung über 75 Jahre alt. Dies ist notwendig, damit die Interviewpartner/innen bereits einen Großteil ihres Lebens gelebt und bestimmte geschichtliche Ereignisse, wie z.B. den Zweiten Weltkrieg, miterlebt haben. Dazu wurden Menschen ausgewählt, die im Sinne theoretischer Konzepte ein sinn-erfülltes Alter(n) erleben. Zum einen sollen sie sich dabei selbst in dieser Weise erleben: „Der Erfolg beim Altern wird von *der älter werdenden Person selbst* beurteilt.“⁶ Zum anderen sollen sie von ihrer sozialen Umwelt in dieser Art und Weise wahrgenommen werden. SCHNEIDER⁷ spricht in diesem Zusammenhang von einer sozialen Norm, die festlegt, welche Kriterien greifen müssen, damit die Umwelt eine Person als „erfolgreich“ einschätzt. Bei den befragten älteren Menschen handelte es sich um acht Frauen und zwei Männer. Die Verteilung der Geschlechter liegt darin begründet, dass Frauen eine höhere Lebenserwartung haben und ihr Anteil an der älteren Bevölkerung somit größer ist. Die Befragten lebten in Altenheimen in Paderborn, München, Stuttgart und Öschelbronn, entweder stationär oder im Betreuten Wohnen. Die älteren Teilnehmer/innen der Interviews wurden von den Mitarbeiter/innen der Altenheime für die Befragung nach unterschiedlichen Anfragen genannt. Der Kontakt wurde zuerst über ein informatives Anschreiben hergestellt, es folgten Telefonate und ein Vorgespräch zur Information. Die Interviews variierten in ihrer Dauer von einer bis hin zu mehreren Stunden.

Im Aufbau der Arbeit erfolgt grundlegend vor der methodischen Betrachtung die Darstellung wissenschaftlicher Theorien und Studien zu Lebenszufriedenheit, subjektivem Wohlbefinden, Glück und Lebenssinn, insbesondere bezogen auf die Lebensphase Alter. Im darauf folgenden Teil werden Alterstheorien zum „zufriedenen“ oder „erfolgreichem“ Alter als theoretische Basis dargestellt. Die Ergebnisse der Hauptuntersuchung sowie der wissenschaftlichen Studien und Theorien werden in einem letzten Schritt miteinander abgeglichen und für die Betrachtung der Lebensphase Alter als Gestaltungsaufgabe bzw. als Entwicklungsaufgabe herangezogen.⁸

⁵ Mit dem Begriff „Altenwerk“ sind ausschließlich Altenheime gemeint, die in ihrer Grundhaltung und Ausrichtung anthroposophisch orientiert sind. Informationen: <http://www.nikodemuswerk.de>; Zugriff am 09.10.07.

⁶ Schneider, H.-D.: Erfolgreiches Altern. In: Meyer-Schweitzer et al.: Altern. Krisen und Chancen. Berner Universitätsschriften Band 41, Bern 1996, S.27-47, S. 28.

⁷ Ebd.

⁸ Die ungekürzte Version der Dissertation findet sich unter: Mahs, C.: Glückliches Alter(n); Betrachtung subjektiver und biographischer Elemente zur Erlangung einer sinn-erfüllten Persönlichkeit im Alter auf der Basis qualitativer Interviews. April 2008. Elektronische Ressource: <http://ubdok.uni-paderborn.de/servlets/DocumentServlet?id=6408>