

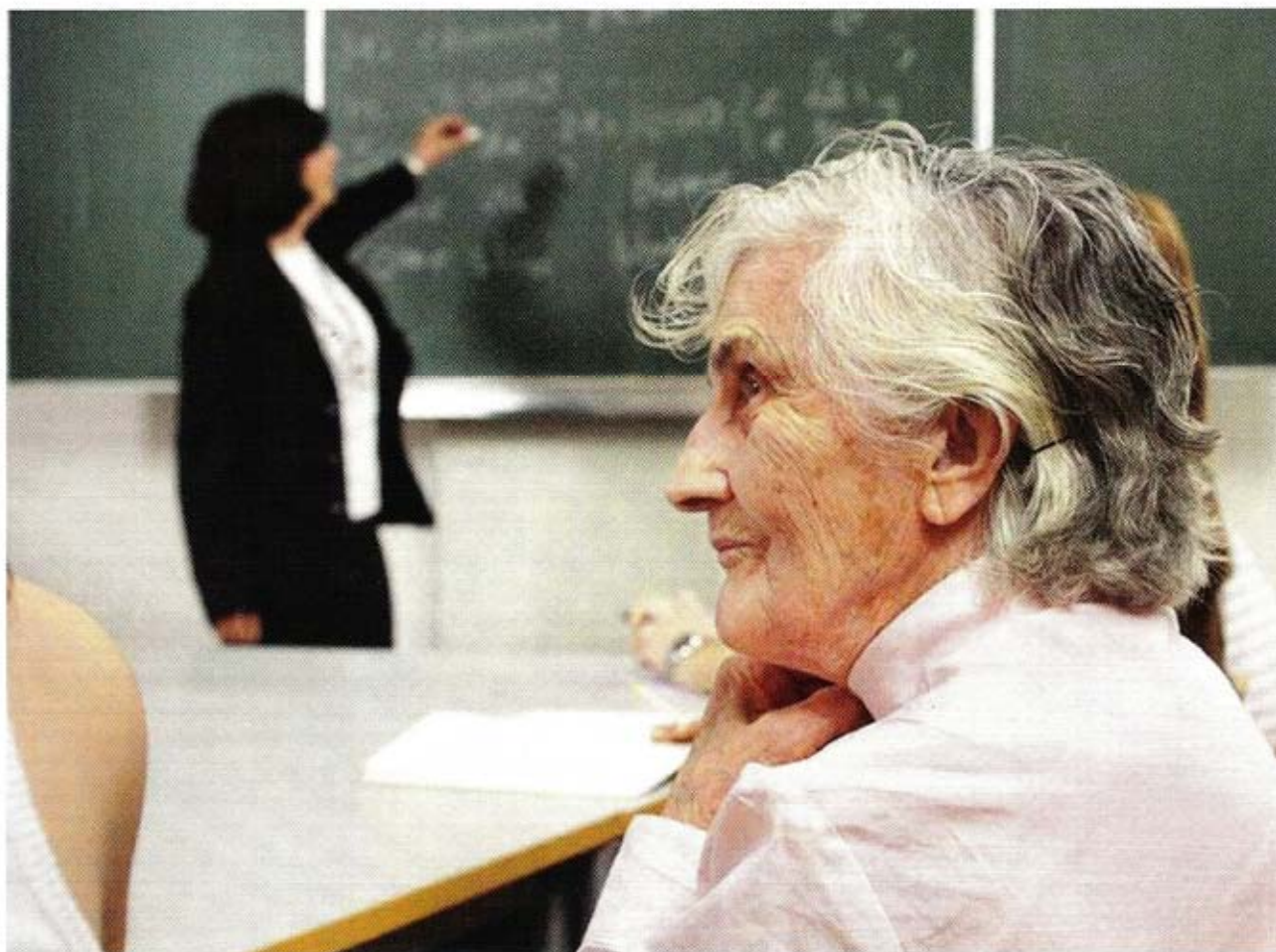
ALTERSBILDER UND LEBENSLANGES LERNEN

FIT, AKTIV UND WISSBEGIERIG. DIESE EIGENSCHAFTEN TREFFEN AUF IMMER MEHR ÄLTERE MENSCHEN ZU. EIN BILDUNGSANGEBOT FÜR SENIOR(INN)EN IST NOTWENDIG UND KOMMT AUCH GUT AN.

VON LUISE BUCHEGGER

Eine wichtige Frage ist, mit welchen Altersbildern sich ältere Menschen selbst identifizieren. Die Antwort ist mitentscheidend dafür, inwieweit sie ein unabhängiges Leben gestalten können, selbst aktiv bleiben und sich für andere Menschen engagieren. Altersbilder, die positive Aspekte des Alter(n)s hervorheben, können Handlungsspielräume für ältere Menschen eröffnen. Sie können dazu beitragen, dass ein persönlich zufriedenstellendes Engagement in selbst gewählten sozialen Rollen möglich und von anderen anerkannt wird. Positive Altersbilder erhöhen die Wahr-

EIN HOHES ALTER IST FÄLSCHLICHERWEISE OFT NEGATIV BESETZT. DIE WIENER VOLKSHOCHSCHULEN WIRKEN DEM ENTGEGEN.



„WER RASTET, DER ROSTET!“ DIESE DEVISE GILT FÜR IMMER MEHR SENIOR(INN)EN, DIE NOCH LANGE NICHT ZUM „ALTEN EISEN“ GEZÄHLT WERDEN WOLLEN.



scheinlichkeit, dass bestehende Handlungsspielräume erkannt und für persönliche Bedürfnisse genutzt werden. Umgekehrt können negative Altersbilder dazu beitragen, dass bestehende Handlungsspielräume nicht wahrgenommen und persönliche Bedürfnisse nicht verwirklicht werden oder verloren gehen.

Deutlich ist auf die potenziell ungünstige Wirkung negativer Altersbilder im Sinne von „Etikettierungen“ hinzuweisen: Akzeptiert ein alter Mensch die Aussagen eines „negativen“ Altersstereotyps (z.B. „alt = schwach, inkompetent, isoliert“), so besteht die Gefahr, dass eine Fremd- oder Selbst-Etikettierung als „alter Mensch“ zur Übernahme genau dieser Eigenschaften führt.

WEITERBILDUNG AUCH IM ALTER

Wie sieht denn ein realistischeres Bild vom Altern aus? Die Forschung der Lebenslaufstruktur und Lebenslaufsoziologie zeigt, dass die klassische Dreiteilung in Bildung im ersten, Arbeit im mittleren und Freizeit im letzten Lebensabschnitt überholt ist

»DIE LEBENS-LAUF-SOZIOLOGIE ZEIGT: ES WIRD IMMER PHASEN DER WEITER- UND UMBILDUNG GEBEN.«

und sich auflöst. Wir müssen Abschied nehmen von der Vorstellung, in der Kindheit und Jugend nur zu lernen, dann nur zu arbeiten und im Alter nur Freizeit zu haben. Arbeitsbiografien werden nicht mehr aus der Ausübung eines Berufs bestehen, sondern es wird immer wieder Phasen der Weiter- und Umbildung geben.

Schließlich kann das Alter nicht mehr nur aus Freizeit bestehen. Dazu ist diese letzte Lebensphase zu lange geworden und dazu sind die Menschen im dritten Lebensalter in der Regel noch zu gesund und fit.

MENSCHEN VERÄNDERN SICH IMMER

Menschen verändern sich immer. Ist es möglich, die traditionelle Lebenszeitstruktur zu verändern? Kann man sich überhaupt ein Leben lang verändern oder gar bilden? Die Ergebnisse jahrzehntelanger gerontologischer Forschung antworten eindeutig mit „Ja“: Menschen verändern sich bis ins höchste Alter. Beispielsweise zeigt sich in den Befunden zur Persönlichkeitsentwicklung, dass im Durchschnitt erst im mittleren und höheren Erwachsenenalter so etwas wie soziale Reife erlangt wird, die durch größere emotionale Stabilität, Umgänglichkeit und Verlässlichkeit gekennzeichnet ist. Bis ins höhere Alter kann auch Wissen bewahrt und ausgebaut werden. Die Wiener Volkshochschulen haben deshalb ein breites Bildungsangebot für Menschen, die nicht mehr im Berufsleben stehen. Dazu zählen etwa Sprach-, Bewegungs- oder Computerkurse, die sich speziell an die Generation 50+ richten, oder auch der innovative Lehrgang „Third Age Coach“ (siehe Infokasten).

ZUR INFO

LEHRGANG „THIRD AGE COACH“

Ab Oktober 2009 an der VHS Alsergrund Währing Döbling

Der „Third Age Coach“ ist eine Coachingausbildung, die speziell auf die Lebenssituationen von Menschen ab der Lebensmitte ausgerichtet ist. Über drei Semester kann der Lehrgang berufsbegleitend bisherige Betätigungsfelder erweitern, neue Tätigkeitsbereiche erschließen oder/und Perspektiven für die nachberufliche Zeit eröffnen.

BUCHTIPP

Susanna Wieseneder

Karriere nach der

Karriere

Wie positioniere ich mich in der Lebensmitte

Orell Füssli Verlag 2009

ISBN: 978-3-280-05295-2

€ 24,90

Susanna Wieseneder
Karriere nach der
Karriere
Wie positioniere
ich mich in
der Lebensmitte?



Wer ab Mitte 40 den Job wechseln muss, berufliche Veränderung sucht oder neu durchstarten möchte, denkt zuerst an sein Alter. Denn obwohl die Möglichkeiten, in der zweiten Lebenshälfte aktiv zu sein, immer zahlreicher werden, bleibt das Thema Älterwerden ein Tabu. Susanna Wieseneder zeigt fern von gängigen Stereotypen, wie Menschen ab 45 Jahren zu einem neuen Bewusstsein finden und eine zweite Karriere vorantreiben können.