



Kommission Altenbildung der KEB Deutschland

Alte Sinnsucher

Chancen für die Katholische Erwachsenenbildung



Alte Sinnsucher Chancen für die Katholische Erwachsenenbildung

1. Beobachtungen – Situationsanalyse	3
2. „Der Mensch ist ein Wesen auf der Suche nach einem Sinn“	4
3. Geragogische Pastoral und Bildung	8
4. Sinnsucher/innen begegnen Sinnsucher/innen	9
5. Nützliche Hinweise.....	10



Die Mitglieder der Kommission Altenbildung der KEB Deutschland nehmen ein Bedürfnis nach Sinngebung und eine Offenheit für Glaubenthemen bei älteren Menschen wahr. Mit diesem Papier möchte die Kommission katholischen Bildungseinrichtungen Impulse und Anregungen geben, das Thema Sinn und Glaube aufzugreifen.

1. Beobachtungen – Situationsanalyse

Markante soziodemografische Veränderungen prägen unsere Zeit:

Zum einen werden die Menschen durchschnittlich älter, bleiben länger gesund und haben damit eine längere Lebensphase im Rentenalter als in Kindheit und Jugend zusammen, die sie sinnerfüllt gestalten wollen.¹ Zum anderen gibt es gerade auch in Deutschland einen gesellschaftlich flächendeckend wahrnehmbaren und letztlich unumkehrbaren Individualisierungs-, Pluralisierungs- und Säkularisierungsprozess.

Menschen erleben im Prozess des Älterwerdens zahlreiche Übergänge wie zum Beispiel die Loslösung der Kinder, den Übergang in die nachberufliche Lebensphase, Großelternschaft, den Umzug ins Betreute Wohnen, die zunehmende Unterstützungsbedürftigkeit, den Tod gleichaltriger Freunde usw.

Besonders bedeutsam sind dabei der Tod der eigenen Eltern und die damit verbundene Erkenntnis, nun selbst in der Generationenfolge diejenigen zu sein, die dem Tod am nächsten stehen. Sich mit dem Tod auseinanderzusetzen und ihn als zum Leben gehörend zu akzeptieren, stellt sich hier als Aufgabe.² Diese zu bewältigen, kann zu einem intensiveren, sinnerfüllten Leben und zu neuer Lebensqualität beitragen. Der beschriebene Prozess kann als eine zentrale Gestaltungsaufgabe der letzten Lebensphase benannt werden.³

1 Vgl. Heidenreich, H., (2015): Altersbildung – weder Placebo noch Allheilmittel, aber ein Menschenrecht. In: Geiger, G. u.a. (Hrsg.): Menschenrechte und Alter. Ein sozialpolitischer und gesellschaftlicher Diskurs. Opladen-Berlin-Toronto 2015, S. 251-268 hier 256.

2 Vgl. insgesamt Nauer, D. (2015): "Gottgewollte Alte"? Alt-sein-Dürfen aus christlicher Sicht! In: Geiger u.a. (Hrsg.): a.a.O., S. 23-42.; Nocke, F.-J. (2007): Ja sagen zum Alter – Impulse aus dem Glauben. München

3 Vgl. Remmert, H./ Kruse, A. (2014): Gestaltung des Lebensendes – End of Life Care. In: Wahl, H.-W./ Kruse, A. (Hrsg.): Lebensläufe im Wandel. Entwicklung über die Lebensspanne aus Sicht verschiedener Disziplinen. Stuttgart 2014, S. 221 ff.

Diese Erfahrungen erschüttern die Identität und werfen Fragen nach dem Lebenssinn auf. Gerade bei kritischen Lebensereignissen ist der Mensch konfrontiert mit der Frage nach dem Sinn/der Sinnhaftigkeit.

Menschen sind heute in der „Risikogesellschaft“ darauf angewiesen, den Sinn ihres Lebens selbst zu „konstruieren“ – egal, ob sie nun jung oder alt sind. Zumal wir wissen, dass die Redewendung „mit dem Alter kommt der Psalter“ ausgedient hat und Menschen nicht automatisch mit zunehmendem Alter frömmen werden.

Die Sinnsuchenden wenden sich nicht mehr selbstverständlich mit ihren Fragen an kirchliche Institutionen. Die Kirche hat ihre herkömmliche Rolle als bevorzugte Sinntradin oder Sinnagentur in der modernen Gesellschaft verloren.

2. „Der Mensch ist ein Wesen auf der Suche nach einem Sinn.“⁴

Sinngebung ist für das Leben aller Menschen wichtig. Menschen brauchen kognitive Konstruktionen, mit deren Hilfe sie ihre eigene Person und ihre Existenz deuten und bewerten können.

Es gibt keinen allgemeingültig vorgegebenen Lebenssinn (mehr), deshalb müssen Menschen sich selbst Sinnsysteme schaffen, die ihnen helfen, Ordnung in die Vielfalt persönlicher Erfahrungen zu bringen, Absicht in der eigenen Existenz zu entdecken und dem Leben als Ganzem oder in bestimmten Aspekten Bedeutung und Wert zuzusprechen.

Lebenssinn lässt sich aus unterschiedlichen Quellen schöpfen, z.B. dadurch,

- dass das Leben auf eine die eigene Existenz transzendierende Kraft, z.B. Gott, rückbezogen wird,
- dass gesellschaftlich vorgegebene Sinnstrukturen übernommen werden, die Aussagen darüber bereitstellen, was wünschenswert und sinnvoll ist, z.B. beruflicher Erfolg,

⁴ Viktor Frankl, zit. nach: Biller K./ de Loudes Stiegler M.: Wörterbuch der Logotherapie und Existenzanalyse von Viktor Emil Frankl, Wien-Köln-Weimar 2008, S. 216.

- dass man seinen Werken und Handlungen überdauernde Wirkung zuschreibt, z.B. Weitergabe von Werten, Wissen, Gütern,
- dass dem eigenen Leben ein Zweck zugeschrieben wird, der über die individuelle Lebenszeit hinausweist (Generativität), z.B. Förderung der nachfolgenden Generation,
- dass Menschen sich unterschiedlichen Lebensbereichen – z.B. Familie, Beruf, Ehrenamt – verpflichtet fühlen und ihre Handlungen darauf ausrichten und diesen Lebensbereich als Leitthema ihres Lebens begreifen.

Auch anthropologische Theorien stützen eine Suche nach Sinn.

1. Die **Logotherapie**⁵ nach Viktor Frankl

Frankl nimmt die geistige Dimension des Menschen in besonderer Weise in den Blick und betrachtet sein existenzielles Streben nach Sinn im Leben als dessen primäre Motivationskraft.

Der Mensch ist für ihn „ein entscheidungs- und willensfreies Wesen, das befähigt ist, sich gegenüber seinen inneren und äußeren Bedingtheiten zu verhalten und über sich selbst hinaus auf Sinn und Werte auszurichten“.⁶

Frankls existenzanalytischer Ansatz besagt: Es ist „das Leben selbst . . . , das dem Menschen Fragen stellt. Nicht er hat zu fragen, er ist vielmehr der vom Leben her Befragte, der dem Leben zu antworten, das Leben zu verantworten hat“.⁷ Nach Frankl ist die Logotherapie und Existenzanalyse eine auf die Zukunft ausgerichtete Sinnlehre.

⁵ Vgl. de.wikipedia.org/wiki/Logotherapie_und_Existenzanalyse (Aufruf am 07.12.2015).

2. Die **Salutogenese**⁸ nach Aaron Antonovsky

Die Salutogenese fragt nach der Entstehung von Wohl, Heil oder Gesund-Sein (lat. salus). Von besonderer gesundheitsförderlicher Bedeutung sind danach die Ressourcen – körperliche, seelische, psychische, soziale und materielle –, die eine Person mobilisieren kann, um mit ihren Lebensumständen zurechtzukommen.

⁶ Ebd.

⁷ Ebd.

⁸ Antonovsky, A. (1997): Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit. Tübingen.

Können Menschen, auch wenn sie widrigen, belastenden und widersprüchlichen Alltagserfahrungen begegnen, produktiv mit der Situation umgehen und haben sie das Gefühl, „Gestalter/innen ihres Lebens“ zu sein, dann haben sie gute Voraussetzungen gesund zu bleiben.

Die Wirksamkeit der Ressourcen hängt aber letztlich von einer zentralen subjektiven Kompetenz ab, dem Kohärenzsinn. Diesen definiert er so: „Das Gefühl der Kohärenz, des inneren Zusammenhangs, ist eine globale Orientierung, die ausdrückt, inwieweit jemand ein sich auf alle Lebensbereiche erstreckendes, überdauerndes und doch dynamisches Vertrauen hat“ ([Antonovsky] 1987, S. 19), dass

- 1) die Anforderungen es wert sind, sich dafür anzustrengen und zu engagieren (Sinnebene);
- 2) die Ressourcen verfügbar sind, die man dazu braucht, um den gestellten Anforderungen gerecht zu werden (Bewältigungsebene), und
- 3) die Ereignisse der inneren und äußeren Umwelt strukturiert, vorhersehbar und erklärbar sind (Verstehensebene)“.⁹

Alle Übergänge, Schwellensituationen, kritischen Lebensereignisse, die Menschen positiv oder negativ sehen, können Anlässe sein, die Fragen nach dem Sinn des Lebens neu zu stellen.

Da das Älterwerden mit zahlreichen Veränderungen, Krankheiten, Verlusterfahrungen und allgemeinen psycho-physiologischen Beeinträchtigungen einhergeht, die die Erlebnismöglichkeiten einschränken und die Endlichkeit des Lebens bewusst machen, wirft diese Lebensphase besonders intensiv die Frage nach dem Lebenssinn auf.

9 Keupp H. (2003): Gesundheit als gelingende Selbstsorge. Eine salutogenetische Perspektive. Vortrag bei der Erwachsenenpädagogischen Werktagung „Gesundheit ist mehr! Erwachsenenbildung zwischen Wellness und Lebenssinn“ am 19.11.2003; S. 17.

Chancen für die Erwachsenenbildung:

Bildungsarbeit, die die Auseinandersetzung mit der je eigenen Biografie fördert, unterstützt die Suche, Wahrnehmung und Gestaltung eines individuellen Sinndeutungsrahmens.

- Mit Blick auf die gesamte Lebensspanne können Menschen einen Zusammenhang, einen roten Faden erkennen und ihr Leben als geordnet und in sich stimmig erleben. Sie verstehen, weshalb bestimmte Ereignisse, Entscheidungen, Wendungen etc. sich ergeben haben.
- In der Auseinandersetzung mit aktuellen Lebensfragen, wie z.B. Krankheit oder Alleinsein, können entsprechende biografie-orientierte Angebote sichtbar machen, dass Menschen vieles im Leben bewältigt haben und über Kräfte und Ressourcen verfügen, die notwendig sind, um das aktuelle Leben zu meistern.
- Im Rückblick wird sichtbar, dass es gut war, in einige der vom Leben gestellten Probleme und Anforderungen Energie zu investieren und sich dafür zu engagieren.“ Menschen erkennen, weshalb es sich lohnt zu leben, und können Ziele und Projekte entdecken, die sie in ihrem Leben noch angehen und verwirklichen möchten.
- Um Menschen die Auseinandersetzung mit Sinnfragen zu erleichtern, müssen Situationen genutzt oder geschaffen werden, die ihnen vertraut sind. Dies bedeutet neue „Lernorte“ – z.B. Ausstellungen, Kino, Friedhof – in den Blick zu nehmen, in denen über verschiedene Medien, Themen und Fragestellungen Zugang zu eigenen Sinnfragen geschaffen werden kann.

3. Geragogische Pastoral und Bildung

Die Suche nach Sinn ist ein lebenslanger Prozess, der nie zu „fertigen“ Antworten führt. Auch die Frage, wie und woran ein Mensch glaubt, stellt sich lebenslang immer wieder neu.

Für die Pastoral und Bildung lassen sich folgende wesentliche Aufgaben definieren:

- Alternde und alte Menschen bei der Sinnsuche zu begleiten, sie zur Auseinandersetzung mit Sinn- und Glaubensfragen zu ermutigen und Impulse zur Reflexion und Gestaltung des eigenen Alterns und Altseins zu geben.
- Menschen zu begleiten bedeutet, sie als Expert/innen ihres Lebens wahr- und ernst zu nehmen, sich mit ihnen gemeinsam auf die Suche zu begeben, von und mit ihnen zu lernen. Es geht dabei um eine lernende und weniger um eine lehrende Pastoral und Bildung.
- Den Sinn-Deutungsrahmen des christlichen Glaubens unaufdringlich, modellhaft zur Verfügung zu stellen. So beinhaltet z.B. das christliche Bild vom Volk Gottes, das gemeinsam unterwegs ist, gemeinschaftliche Bewegung, Suche, Ziele und solidarisches Handeln mit anderen¹⁰ – und kann so Ausgangspunkt für entsprechende Themenstellungen sein.
- Die biblische Botschaft von einem „Leben in Fülle“ (Joh. 10, 10) gilt auch alten Menschen und korrespondiert mit dem Anliegen der Geragogik, alternde und alte Menschen in ihrer Entwicklung und Identität, in der Gestaltung und Reflexion ihres Lebens und ihrer Biografie zu begleiten und zu ermutigen.

Chancen für die Erwachsenenbildung:

Erfahrungen von Sinn und Glauben lassen sich nicht verordnen, lehren, planen und organisieren, sie lassen sich vielmehr anregen, entdecken, erleben und reflektieren.

¹⁰ Vgl. Bromkamp, P. (2015): Wenn Pastoral Alter lernt. Pastoralgeragogische Überlegungen zum Vierten Alter. Würzburg, S. 207.

Konkrete Hilfen zur Gestaltung entsprechender Angebote der Erwachsenenbildung bieten die **Leitlinien für eine geragogische Didaktik**.¹¹

- Verknüpfung von Reflexion und Handeln
- Anregung zum Erfahrungsaustausch
- Thematisierung der Lernbiografie (bzw. der Lebens- und Glaubensbiografie)
- Förderung von Selbst- und Mitbestimmung
- Ermöglichung von Kontakt und Zugehörigkeit
- Auseinandersetzung mit Wertvorstellungen
- Einbindung in Lebenszusammenhänge und Sozialraum
- Bereitstellen bzw. Gestalten von anregenden Lernumgebungen

4. Sinnsucher/innen begegnen Sinnsucher/innen

Nehmen wir die Lebenskompetenz älterer und alter Menschen ernst, so begegnen wir einander partnerschaftlich. Das bedeutet:

- Erwachsenenbildner/innen sind Lernbegleiter/innen, die mit den Menschen in Dialog gehen und sich nicht in erster Linie als Wissensvermittler/innen sehen.
- Erwachsenenbildner/innen setzen sich mit dem eigenen Älterwerden und den eigenen Glaubens- und Sinnfragen auseinander und bringen diese ein („Personales Angebot“).
- Erwachsenenbildner/innen sind sensibel für Sinnfragen, die in anderen Kontexten auftauchen, und thematisieren diese.
- Erwachsenenbildner/innen haben Gespür und Offenheit für die unterschiedlichen Sinnkonstruktionen der Teilnehmer/innen und fördern die Auseinandersetzung damit.
- Erwachsenenbildner/innen schaffen Lernräume, in denen Gespräche über Sinn und Glauben entstehen können.
- Erwachsenenbildner/innen sind für das Aufgreifen von Sinn- und Glaubensfragen sensibilisiert und qualifiziert.

¹¹ Vgl. Bubolz-Lutz, E./ Gösen, E./ Kricheldorf, C./ Schramek, R. (2010): Geragogik – Bildung und Lernen im Prozess des Alterns, Das Lehrbuch. Stuttgart., S. 136f.

Chancen für die Erwachsenenbildung:

- klassische Formen der Erwachsenenbildung auf Sinn und Glaubensfragen abklopfen,
- Räume und Settings schaffen, in denen Vertrauen entsteht und dadurch das Gespräch über Sinn- und Glaubensfragen erleichtert wird,
- Veranstaltungen anbieten, die explizit das Thema Lebenssinn aufgreifen, und Methoden vorschlagen, die einen kreativen Zugang zum Thema ermöglichen,
- Lebensgeschichten ins Gespräch bringen, um den eigenen Sinnkonstrukten auf die Spur zu kommen,
- andere Orte entdecken, die Menschen vertraut sind oder an denen diese Themen präsent sind und dadurch leichter thematisiert werden können,
- aufsuchende Bildungsarbeit für Menschen im 4. Alter anbieten,
- dafür sorgen, dass Gemeinde(räume) ein Ort der Beheimatung im Sozialraum werden,
- andere Formate – wie Kino- oder Literaturfrühstück, Ausstellung, Musik, Poetry Slam, Theater, Tanz – nutzen, da auch diese Veranstaltungen zu Fragen nach dem Lebenssinn anregen können.

5. Nützliche Hinweise

a) Internet:

www.keb-deutschland.de

www.seniorenweb-freiburg.de

www.der-mensch-lernt-niemals-aus.de

<http://katholische-seniorensorge.de>

b) Bisherige Texte der KEB-Kommission Altenbildung:*

KBE – Kath. Bundesarbeitsgemeinschaft für Erwachsenenbildung (Hg.) 2002, Bildung lebenslang. Leitlinien einer Bildung im 3. und 4. Alter, Bonn 2003



KBE – Kath. Bundesarbeitsgemeinschaft für Erwachsenenbildung – Kommission Altenbildung (Hg.) 2009, „Leben. Miteinander. Lernen.“ Grundlagen zur Intergenerationellen Bildung und Generationensolidarität, Bonn

KBE – Kath. Bundesarbeitsgemeinschaft für Erwachsenenbildung – Kommission Altenbildung (Hg.) 2012, Das Dritte und Vierte Lebensalter in der Kirche groß schreiben! Eine Positionierung der KBE aus Anlass aktueller gesellschaftlicher Debatten und des 6. Altenberichtes der Bundesregierung, Bonn

alle auch auf: www.keb-deutschland.de (Dokumente/Links – zur Kath. EB)*

*) Hinweis: Die frühere KBE heißt jetzt KEB – Kath. Erwachsenenbildung Deutschland

Mitglieder der KEB-Kommission Altenbildung:

Ludger Bradenbrink	Hauptabt. XI „Kirche und Gesellschaft“ der Diözese Rottenburg-Stuttgart
Dr. Peter Bromkamp	Abt. Seelsorge im Sozial- und Gesundheitswesen des Erzbischöfl. Generalvikariats Köln
Elfi Eichhorn-Kösler	Erzbischöfliches Seelsorgeamt Freiburg, Seniorenreferat
Dr. Hartmut Heidenreich	Vorsitzender der KEB-Kommission Altenbildung
Andrea Hoffmeier	KEB-Geschäftsstelle, Bonn
Brigitte Krecan-Kirchbichler	Arbeitsgemeinschaft für Erwachsenenbildung in der Erzdiözese München-Freising
Michaela Renkel	Abteilung Bildung und Dialog des Erzbischöfl. Generalvikariats Köln
Lydia Thies	Familienbildungsstätte Recklinghausen
Anneliese Wohn	Bischöfliches Ordinariat Limburg, Referat 3./4. Lebensalter

Herausgeber:

Katholische Erwachsenenbildung Deutschland
– Bundesarbeitsgemeinschaft e.V.

Joachimstraße 1, 53113 Bonn

Tel.: 0228 – 9 02 47-0

keb@keb-deutschland.de

www.keb-deutschland.de

© KEB 2016

Foto Teitelseite: ZWEISAM / photocase.com