**Zeitschrift:** Alter & Zukunft : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zürich
**Band:** 1 (1993)
**Heft:** 2: Bildung im Alter

**Artikel:** Interview : "Ich betrachte Altersbildung als Lebenshilfe"
**Autor:** Gasche, Verena / Röthlisberger, Esther
**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-818520

**Nutzungsbedingungen**
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

**Conditions d'utilisation**
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

**Terms of use**
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

**Download PDF:** 29.07.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch**

## 4 Lernfelder

**1 Die alten Menschen gibt es nicht.**

**2 Autonomie und Abhängigkeit – ein lebenslänglicher Balanceakt.**

**3 Geld und Geist – unsere Institutionen von gestern für übermorgen.**

**4 Es geht um Werte – eine Erklärung.**

### 1 Die alten Menschen gibt es nicht

Es gibt keine Kurse, in denen man Altwerden lernen kann. Man wird es einfach, nicht schön kontinuierlich, sondern geschüttelt und phasenweise. Durch ein Erlebnis um Jahre gealtert, verjüngt durch eine neue Liebe, erschüttert bis in den Lebenswillen durch eine berufliche Krise, beschwingt und tatkräftig durch ein neues Mandat... Lebenserfahrungen machen alt, machen jung, lassen uns Menschen die Zeit als relativ erleben. Sich alt oder jung fühlen ist nicht eine Frage des Lebensalters allein, sondern wesentlich geprägt durch die Lebensumstände. Wenn wir Bildung und Alter verknüpfen, sind wir vielleicht schon auf dem Holzweg. Diese zwei Worte gehören innerlich nicht zusammen, vielmehr müsste das Thema «Alter» umformuliert werden zu einem Lerninhalt: sich alt und jung fühlen, sich erfüllte Zeiten ermöglichen, sich Herausforderungen schaffen und stellen, sich in öden Zeiten beraten, helfen lassen, Beziehungen finden, die tragen.

Adressatinnen und Adressaten solcher Inhalte wären nicht einfach «die alten Menschen». Diese gibt es nicht. Es gilt, was Anja Meulenbelt für den Sammelbegriff

---

*Interview:*

# «Ich betrachte Altersbildung als Lebenshilfe»

*«Alter und Zukunft» befragt Verena Gasche, Erwachsenenbildnerin und selbst seit zwei Jahren im Pensionierungsalter, zur Altersvorbereitung und Bildung im Alter.*

*Alter und Zukunft: Wie bist Du zum Thema «Alter und Älterwerden» in der Erwachsenenbildung gekommen? Was machst Du in diesem Bereich alles?*

Verena Gasche: Am Elternbildungszentrum gibt es Gesprächsgruppen für Senioren. Als 1978 die damalige Leiterin pensioniert wurde, fragte man mich, ob ich Nachfolgerin werden wolle. Ich zögerte. Hatte ich doch bisher noch nie Gruppen mit älteren Menschen geleitet. Schliesslich nahm ich an, denn ich fand die Idee gut, alternden Menschen eine Möglichkeit zu geben, Kontakte zu pflegen und sich zu aktuellen Themen Gedanken zu machen. Im Moment erteile ich Kurse zur Vorbereitung auf die Pensionierung und – im Auftrag von Pro Senectute – Kurse für Alter + Sport sowie für das Projekt «Neue Wege in Altersvorbereitung und -bildung»

*Du bist seit zwei Jahren selber im AHV-Alter und noch immer in der Bildungsarbeit und Altersvorbereitung tätig. Was hält Dich da?*

Die Arbeit mit älteren Menschen gab – und gibt – mir die Möglichkeit zu erleben, wie unterschiedlich das Älterwerden bewältigt wird. Diese Erfahrungen haben mir auch sehr geholfen, mein eigenes Älterwerden zu akzeptieren, Verluste als natürlichen Prozess anzunehmen und Herz und Augen offen zu halten für positive Veränderungen und Gewinne. Ich denke an mehr Gelassenheit, Toleranz und Zeit für Freundschaften. Diese Erfahrungen will ich in die Bildungsarbeit einbringen. Zudem möchte ich ältere Menschen ermutigen, ihre Fähigkeiten und Begabungen auch nach der Pensionierung weiterzunutzen. Im Sinne von «Senioren für Senioren».

*Braucht es denn überhaupt spezielle Bildungsangebote für Ältere? Warum schliessen sich die Älteren nicht einfach den Jüngeren an?*

Forschungsergebnisse über das Lernen im Alter haben ergeben, dass ältere Menschen mehr Zeit brauchen, um sich neues Wissen anzueignen (z.B. eine Sprache zu lernen). Wenn nun Jüngere und Ältere zusammen einen Kurs besuchen, kann die schnellere Aufnahmefähigkeit der Jüngeren bei Älteren das Gefühl wecken, nicht mehr lernfähig zu sein. Dies ist ein grosser Irrtum. Mit altersgerechten Lernmethoden kann die geistige Beweglichkeit erhalten und gefördert werden. Neben dem Lernen ist der Kontakt zu Gleichaltrigen sehr wichtig. Daraus können neue Bekanntschaften erwachsen, die für das Beziehungsnetz älterer Menschen bedeutsam sind. Es gehört zu den schwerwiegenden, traurigen Erlebnissen im Alter, dass

«die Frauen» formuliert: «Die Schwierigkeit besteht darin, dass wir nicht wissen, wen wir meinen, wenn wir «wir» sagen. Meinen wir den 68jährigen Hirnschlagpatienten? Meinen wir die Grossmutter, liebevoll eingebettet im Kreis einer grossen Familie oder die tüchtige Geschäftsfrau, die mit 83 noch täglich ins Büro geht, weil das ihre einzige Tagesstruktur ist? Meinen wir den «elder statesman», der auf Vortragsreisen durch Europa jettet oder meinen wir den Rentner, der endlich genügend Zeit hat für seinen Garten? Meinen wir die Patientin im Pflegeheim, die während 20 von 24 Stunden vor sich hindöst? Die Betroffenen sind die Wissenden, die Erfahrenen die Vermittelnden.

Solche Themen betreffen jeden Menschen, ermöglichen Lernen in jeder Lebensphase. So verstanden heisst lernen mit sich kommunizieren. Da liegt wohl der Anspruch an uns Fachleute, Rahmenbedingungen zu schaffen, in denen es möglich sein wird, diese Themen auszusprechen. Die alten Menschen gibt es nicht, aber es gibt Menschen in verschiedenen Lebensaltern. Die Vision der lernenden, kommunikativen Gesellschaft über Lebensalter hinweg muss nicht Utopie sein, vielleicht ist sie gar der Weg ins neue Jahrtausend?

Freunde und Bekannte wegsterben. Solche Verluste sind besser zu bewältigen, wenn die Möglichkeit zu Kontakten mit anderen Menschen besteht. Aber am wichtigsten scheint mir: Altersbildung ist Lebenshilfe. Da ist es wichtig, dass die Bildungsthemen den Lebensthemen der älteren Teilnehmerinnen und Teilnehmer entsprechen.

*Welche Lücken gibt es nach Deiner Auffassung in der Altersvorbereitung und Altersbildung?*

Ob es wirklich Lücken gibt, weiss ich nicht, denn ich kenne nicht alle Angebote. Ich weiss auch nicht, wieweit Veranstalter untereinander Kontakt pflegen sowie Angebot und Nachfrage koordinieren. In meinen Kursen zur Vorbereitung auf die Pensionierung kommt immer wieder der Wunsch auf, einige Zeit nach der Pensionierung einen «Wiederholungskurs» zu machen, um die Eindrücke darüber auszutauschen, wie «es» nun wirklich ist. Ich könnte mir vorstellen, dass mögliche Angebote wie etwa «Wie und mit wem mache ich als Alleinstehende(r) Ferien?» oder «Im Alter nicht allein wohnen» oder «Partnerschaft nach der Pensionierung?» auf Interesse stossen könnten.

*Was würde sich ändern, wenn Erwachsenenbildung für Ältere so verbreitet wäre wie die Schulbildung – wenn auch anders und weniger intensiv?*

Da die Bevölkerungsprognosen zeigen, dass der Anteil der Bevölkerung ab 65 Jahren stark ansteigt und die durchschnittliche Lebenserwartung zwischen 73 und 80 Jahren liegt, genügt es nicht, dass nur finanzielle Sicherheit vom Staat gefördert wird. Eine breite, vom Kanton unterstützte Altersbildung würde meines Erachtens dazu beitragen, dass ältere Menschen engagiert, körperlich und geistig länger gesund und selbständig bleiben könnten. Wenn Bund, Kanton und Gemeinden ältere Menschen ebenso wichtig nehmen wie Junge und Erwerbstätige, dann steigt das Ansehen der Älteren in der Gesellschaft. Ein amerikanischer Psychotherapeut, der die Langlebigkeit der Menschen in Georgien untersucht hat, berichtete, dass alte Menschen länger leben, wenn sie, neben anderen positiven Einflüssen, geehrt und geachtet werden. Bei uns kommen sich Menschen, die «nichts mehr leisten», oft unnütz und überflüssig vor.

*Kannst Du uns zum Schluss noch einige Höhepunkte oder Erfolgserlebnisse aus Deiner Tätigkeit weitergeben?*

Höhepunkte und Erfolgserlebnisse tönen spektakulär. Ich möchte von Freuden reden. Ich freue mich, wenn Frauen sagen, sie hätten gelernt, sich eine eigene Meinung zu bilden und diese in ein Gespräch einzubringen. In einem Seniorenkurs haben zwei Männer nach einem Gespräch über Lebenslauf und Familiengeschichte den Mut gefasst, ihre eigene Lebensgeschichte aufzuschreiben. Eine Frauengruppe, die ich vor meiner Pensionierung leitete, ist selbständig geworden. Die Frauen treffen sich einmal pro Woche und diskutieren Themen zu aktuellen Lebensfragen. Es sind weniger die spektakulären Ereignisse, sondern die vielen, kleinen Begebenheiten, die einem im Leben helfen, einen Schritt weiterzukommen.

*Interview: Esther Röthlisberger*
*Pro Senectute Kanton Zürich*