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

Artikel: Lernfähigkeit im Alter - Altersbildung
Autor: Schräder-Naef, Regula
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-818521

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: 18.07.2025

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

Lernfähigkeit im Alter – Altersbildung

Das vielseitige Spektrum der Erwachsenenbildung im Kanton Zürich wird von Seniorinnen und Senioren gut genutzt. Darüber hinaus haben sich in zahlreichen Gemeinden selbstorganisierte Gruppen, etwa Seniorenbühnen, gebildet. Der Mensch ist im Alter durchaus noch lernfähig. Dies zeigt die Autorin Regula Schräder-Naef im folgenden Artikel auf. Sie widerlegt damit die Theorie, dass die Intelligenz bzw. die geistige Leistungsfähigkeit bereits im Alter von dreissig Jahren abzusinken beginnt.

Wie entwickelt sich die Lernfähigkeit mit zunehmendem Alter?

In den dreissiger Jahren wurden mittels umfangreicher Tests Untersuchungen über die intellektuelle Leistungsfähigkeit in verschiedenen Altersgruppen durchgeführt. Dabei wurde ein Leistungsmaximum zwischen dem 20. und 30. Lebensjahr ermittelt, gefolgt von einem mehr oder minder deutlichen Abfall[1]. Die daraus gezogene Schlussfolgerung, die seither oft zitiert wurde, dass die Intelligenz oder die geistige Leistungsfähigkeit bereits mit 30 Jahren wieder nachzulassen beginnt, ist jedoch falsch.

Die entsprechenden Ergebnisse stammen in der Regel aus künstlichen Laborsituationen und sagen nichts aus über das Umsetzen von Erfahrungen in komplexen Situationen. Ausserdem handelt es sich um Vergleiche der *durchschnittlichen* Lernfähigkeit im Alter, nicht aber um die Überprüfung individueller Entwicklungsverläufe.

Die Versuche, das menschliche Leben von der Geburt bis zum Tod in Phasen einzuteilen und einen allgemeinen Auf- und Abstieg der intellektuellen Leistungsfähigkeit nachzuweisen, haben nicht zu schlüssigen Resultaten geführt.

Nicht das Alter ist der wichtigste Faktor bei Unterschieden zwischen Personengruppen; eine wesentlich grössere Rolle spielen die Lebensumstände, die «Ausgangsbegabung» (die im Jugendalter vorhandene Leistungsfähigkeit), die Anforderungen des Berufes und der Gesundheitszustand. Wenn ältere Menschen intellektuellen Herausforderungen und Lernaufgaben, die das Speichern und In-Beziehung-Setzen von neuartigen abstrakten Daten verlangen, nicht mehr bewältigen müssen, nimmt die Lernfähigkeit ab. Die Unterschiede *zwischen* den Menschen sind sehr gross und wachsen noch mit zunehmendem Alter.

Der Lebenslauf und die Lebensgestaltung haben auf die Entwicklung des Menschen einen wesentlich grösseren Einfluss als das Alter. Aus Längsschnittuntersuchungen ist bekannt, dass erst im höheren Alter, in der Regel nicht vor dem 60. Lebensjahr, ein Nachlassen der geistigen Fähigkeiten zu beobachten ist. Es gibt jedoch intellektuelle Leistungsbereiche, die eher einer Veränderung im höheren Erwachsenenalter unterliegen als andere.

Nach neueren Modellen wird zwischen flüssigen und kristallisierten Komponenten unterschieden, die unterschiedliche Altersverläufe aufzeigen. Mit den *kristallisierten* Funktionen (cristallized intelligence) werden stark übungs- und bildungsabhängige Leistungen umschrieben. Dazu gehören beispielsweise Sprachwissen, kulturelles und soziales Wissen[2]. Diese Leistungen unterliegen keinem altersmässigen Abbau. Sie sind Ausdruck des über das ganze Leben erworbenen Wissens und lassen sich bis ins höchste Lebensalter erhalten und durch Training sogar steigern.

Als *flüssige* Leistungen (fluid intelligence) werden jene Funktionen bezeichnet, die die flexible Aufnahme und Verarbeitung von Informationen betreffen. Sie sind relativ inhaltsfrei, wenig bildungsabhängig und zum Teil genetisch bedingt. Hier können sich bereits ab dem 30. Lebensjahr Leistungseinbussen zeigen, die auf eine Verlangsamung von Denk- und damit auch Handlungsprozessen und der Flüssigkeit der Umstellung, der Neuorientierung zurückzuführen sind. Aus der Vielzahl der Untersuchungen können folgende Unterschiede der Lernfähigkeit Jugendlicher und Erwachsener festgehalten werden:

[1] Ulrich Fleischmann «Multivariate Erfassung der altersabhängigen kognitiven Leistungsfähigkeit» in «Altern und Leistung», E. Lang u.K. Arnold (Hrsg.) Enke Verlag Stuttgart, 1991

[2] Wolf D, Oswald, Thomas Gunzelmann: «Altern, Gedächtnis und Leistung: Veränderungen und Interventionsmöglichkeiten» in «Alter und Leistung», 1991

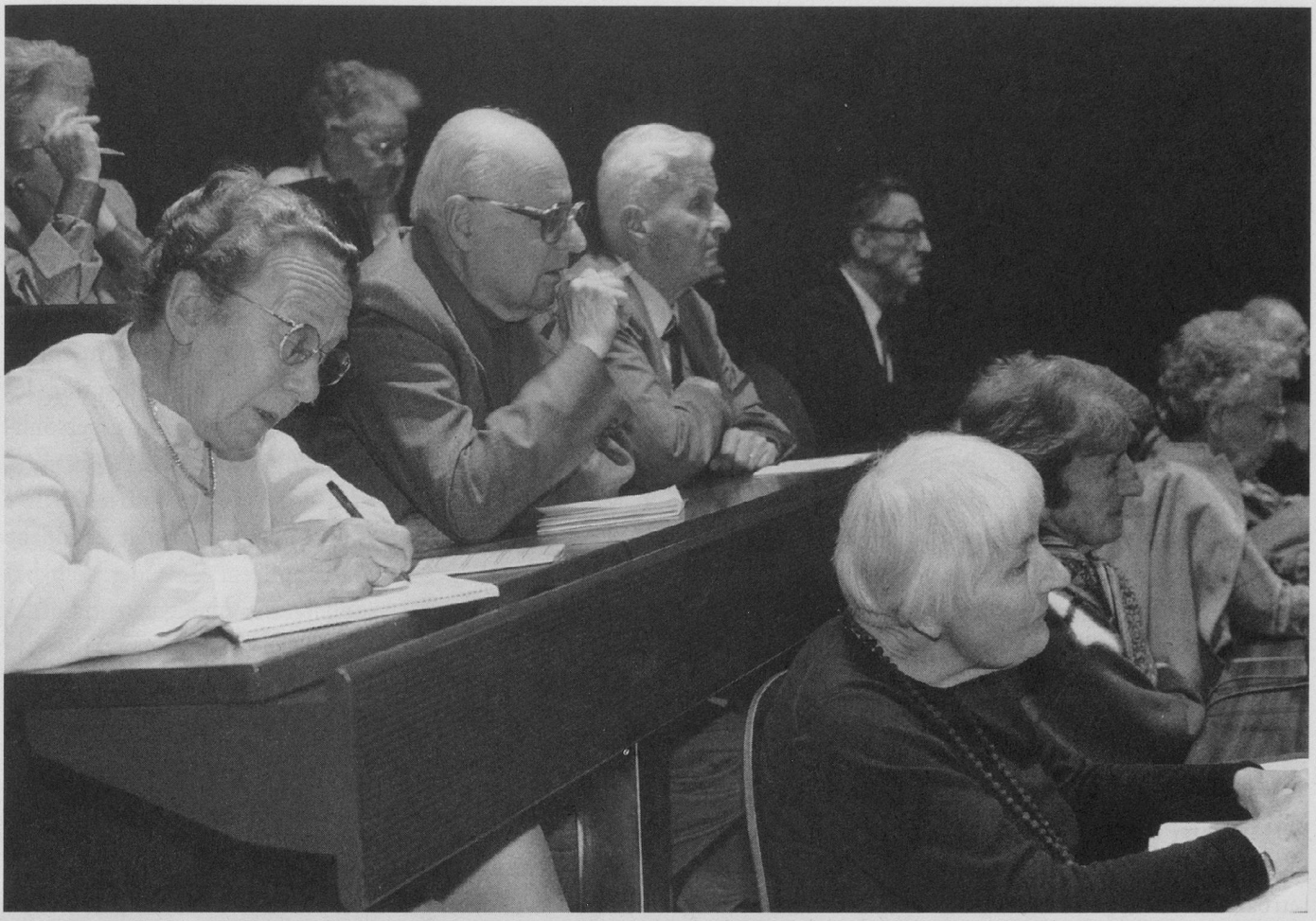
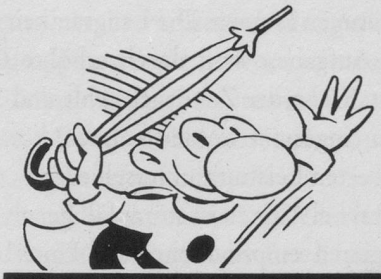


Foto: Keystone Press AG, Zürich

- Die sprachliche Ausdrucksfähigkeit, der Wortschatz und das Allgemeinwissen nehmen nach 50 nicht ab, sondern können noch zunehmen.
- Mit zunehmendem Lebensalter wird die *Erfahrung* eines Menschen grösser. Dies ist in vielen Fällen eine Hilfe bei der Bewältigung neuer (Lern-)Aufgaben.
- Je höher die Ausgangsbegabung, die formale Schulbildung und je anspruchsvoller die intellektuelle Betätigung ist, desto grösser ist die Wahrscheinlichkeit für eine mit zunehmendem Lebensalter erreichte Steigerung der intellektuellen Leistungsfähigkeit.
- Mit zunehmendem Lebensalter werden die Streuungen immer grösser und sind schliesslich innerhalb einer Altersgruppe grösser als zwischen den Gruppen. Die *individuelle Lerngeschichte*, positive Lernerfahrungen, aber auch Blockierungen durch negative Erlebnisse beeinflussen Selbstvertrauen und den Zugang zu neuen Aufgaben.
- Der Lernstil Erwachsener, die Art der Informationsverarbeitung ist verschieden und entspricht nicht immer den Vermittlungsmethoden der Dozenten in Bildungsveranstaltungen.
- Ältere Menschen lernen sinnvoll dargebotenes Material gleich gut wie Jüngere. Wird der Lernstoff übersichtlich gegliedert dargeboten, lernen Ältere leichter. Wenn



Immer da, wenn man sie braucht!

WAADT VERSICHERUNGEN

10 Agenturen im Kanton Zürich

ältere Erwachsene neuen Lernstoff mit bereits gespeicherten Kenntnissen verknüpfen können, behalten sie gut.

- Der Übungsfaktor spielt eine wichtige Rolle während des gesamten Erwachsenenalters. Ältere und Jüngere profitieren gleichermassen bei der Wiederholung von Aufgaben.

- Eine Abnahme der Leistungsfähigkeit lässt sich im rechnerischen Denken sowie in Bereichen feststellen, in denen körperliche Faktoren (z.B. Seh- und Hörvermögen) eine Rolle spielen. Grössere Mühe bereiten den Älteren unvertraute Situationen, in denen zusammenhangslose neue Informationen aufgenommen werden müssen und frühere Erfahrungen nicht angewandt werden können.

- Älteren Menschen mangelt es oft an einer gewissen Lerntechnik, die sie durch eine gezielte Schulung und Übung aber erwerben können. Die Zunahme von pro- und retroaktiven Interferenzen kann durch striktere Einhaltung der Lerngesetze (Aufteilung des Lernstoffes, Pausen, rechtzeitiges Wiederholen, Diskussionen) kompensiert werden.

- Die Geschwindigkeit des Lernens nimmt ab. Muss die Aufgabe in einer bestimmten Zeit erledigt werden, sind Ältere den Jüngeren gegenüber benachteiligt. Ältere Menschen erzielen dann die besten Resultate, wenn sie ihr Arbeitstempo selbst bestimmen können. Die Langsamkeit bei der Bewältigung von Aufgaben wird durch erhöhte Genauigkeit wettgemacht. Wenn der Zeitdruck fehlt und Erfahrungen und Wissen eingesetzt werden können, kommt es zu keinen nennenswerten Leistungsunterschieden.

- Der Lernprozess bei Älteren ist störanfälliger als bei Jüngeren, erstere reagieren empfindlicher auf Unterbrechungen, aber auch auf Misserfolge und sind deshalb oft schneller bereit, aufzugeben und resigniert zu glauben, dass sie zu keinen Lernleistungen (mehr) fähig sind. Auch in den Fällen, in denen ältere Erwachsenen schlechtere Leistungen erbringen als jüngere, kann somit nicht von einem «Verfall» der Lernfähigkeit gesprochen werden. Vielmehr zeigt sich meist, dass die Anordnung des Lernstoffes oder die gewährte Zeit für die Unterschiede verantwortlich sind.

Foto: Pro Senectute

Ist eine besondere Altersbildung notwendig?

Ziele der allgemeinen Erwachsenenbildung sind u.a. die Erhaltung und Förderung der seelischen und geistigen Fähigkeiten, das Auffrischen und Ergänzen der Kenntnisse in verschiedenen Wissensgebieten, die Förderung der Auseinandersetzung mit sich selbst und der Umwelt, die Befähigung, persönliche und gesellschaftliche Veränderungen aktiv mitzuvollziehen. Die Altersbildung verfolgt ähnliche Zielsetzungen. Dass dennoch besondere Bemühungen zur Förderung der Altersbildung erforderlich sind, hat gemäss Bericht des Regierungsrates des Kantons Zürich zur Altersbildung[3] folgende Gründe:

Humanitäre Gründe

Das Ausscheiden aus dem Berufs- und Arbeitsleben ist für viele ein schwer zu bewältigender Schritt. Die gesellschaftlichen Veränderungen erschweren die soziale Integration des älteren Menschen. Ausserhalb der Familie sind die Kontakte mit der jüngeren Generation nicht häufig. Kleinhaushalte, Siedlungsentwicklung und steigende Mobilität sowie das Fehlen anerkannter Aufgaben nach der Pensionierung sind wesentliche Ursachen dieser Situation. Bildung trägt zur Sinngebung, zur aktiven Auseinandersetzung mit der Lebenswirklichkeit und zur Anpassung an körperliche, geistige und seelische Veränderungen bei.

Gesellschaftspolitische Gründe

Da der Anteil der älteren Personen an der Gesamtbevölkerung ständig zunimmt, werden ihre Anliegen, Bedürfnisse und Einstellungen politisch immer mehr Gewicht erhalten. Es ist deshalb wichtig, dass auch die älteren Stimmbürgerinnen und Stimmbürger umfassend über aktuelle Probleme, Entwicklungen und geplante Massnahmen informiert sind. Die ältere Generation verfügt über viele im Laufe des Lebens erworbene Fähigkeiten und Möglichkeiten, die nach dem Ausscheiden aus dem Erwerbsleben schlecht oder nicht mehr genutzt werden. Personen im Rentenalter haben viel freie Zeit, aber auch das Bedürfnis nach einer echten Bestätigung. Ihre Erfahrungen und ihr Engagement könnten vermehrt für Aufgaben einbezogen werden, die ihrer Altersgruppe oder anderen Bevölkerungsgruppen zugute kämen.

[3] Bericht des Regierungsrates zum Postulat Longoni betreffend Altersbildung im Kanton Zürich, 1988

Ökonomische Gründe
Bildung trägt dazu bei, dem Altersabbau entgegenzuwirken und die Selbständigkeit älterer Leute länger zu erhalten. Dies dient nicht nur der Lebensqualität der älteren Bevölkerung, sondern auch der Entlastung der öffentlichen Haushalte.

Da die Zahl der Betagten zunimmt, steigen die Kosten sowohl für die medizinischen und pflegerischen als auch für die sozialen Dienstleistungen. Diese Kostenzunahme kann begrenzt werden, wenn es gelingt, das Engagement auch der älteren Bevölkerung in den dafür geeigneten Bereichen der Altershilfe zu verstärken.

Sollen getrennte oder gemeinsame Veranstaltungen durchgeführt werden?

Die Forderung nach einer besonderen Altersbildung ist nicht unumstritten. Kritiker führen folgende Argumente *gegen getrennte Veranstaltungen* an:

- Die Angebote der Erwachsenenbildung stehen Teilnehmerinnen und Teilnehmern aller Altersstufen und damit auch Pensionierten offen. Senioren sind Erwachsene und können von dem bestehenden vielfältigen Angebot profitieren.
- Der Kontakt zwischen den Generationen ist wünschenswert. Es sollen keine zusätzlichen Schranken errichtet und nicht einzelne Bevölkerungsgruppen isoliert werden.
- Das lebenslange Lernen ist ein kontinuierlicher Prozess und gibt keine Zäsur in einem bestimmten Alter vor.
- Viele ältere Menschen sträuben sich dagegen, als «Alte» etikettiert zu werden und reagieren ablehnend auf entsprechende Angebote.

Für besondere Seniorenangebote sprechen demgegenüber:

Inhaltliche Gründe
Die Lebenssituation älterer Menschen erfordert zusätzliche spezifische Lernziele und -inhalte. Neben die Inhalte, die vom Lebensalter unabhängig sind, treten die altersspezifischen Themen. Dazu gehören die Orientierung im Leben ohne Beruf, die Auseinandersetzung mit neuen Zielen und Aufgaben, aber auch mit Problemen des Alters (Lebenshilfe): Wohnen im Alter, Rechtsfragen, Gedächtnistraining, Einsamkeit, Krankheit, Abschied und Tod.

Wenn auch generell von «Altersbildung» und den Bedürfnissen der «Seniorinnen und Senioren» gesprochen wird, handelt es sich hier keineswegs um eine homogene Gruppe. Die Gruppe der AHV-Bezügerinnen und -Bezüger umfasst ein Altersspektrum von rund 30 Jahren. Die Lebenssituation und die Bildungsbedürfnisse der 62- und 65jährigen unterscheiden sich deutlich von jenen der 80- bis 90jährigen. Als Folge unterschiedlicher Lebensläufe und verschiedener kultureller und gesellschaftlicher Verhältnisse sind die Menschen zu keiner Zeit so verschieden wie im Alter. Entsprechend unterschiedlich sind ihre Interessen und Probleme.

Psychologische Gründe
Der Mensch verändert und entwickelt sich während seines ganzen Lebens. Die Lebensbedingungen, Lebenserfahrung und Werthaltungen ebenso wie körperliche Veränderungen (Hör- und Sehvermögen) erfordern oft ein anders methodisch-didaktisches Vorgehen. Viele ältere Menschen bevorzugen deshalb Bildungsveranstaltungen, die eigens für ihre Altersgruppe angeboten werden und die eingangs erwähnten Unterschiede im Lernverhalten berücksichtigen.

Organisatorische Gründe
Kurse der allgemeinen Erwachsenenbildung finden vorwiegend am Abend statt. Vor allem ältere Frauen möchten jedoch abends nicht mehr unterwegs sein und suchen deshalb Bildungsangebote während des Tages. Berufstätige sind in der Regel mobil und besuchen auch Kurse in der Nähe ihres Arbeitsplatzes; Seniorinnen und Senioren bevorzugen Angebote in ihrer Gemeinde oder ihrem Quartier, die zu Fuss oder mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut erreichbar sind.

Folgerungen

Aus diesen Überlegungen lassen sich zwei Folgerungen ableiten:

- Selbstverständlich ist bei allen Veranstaltungen der allgemeinen Erwachsenenbildung eine Öffnung für alle Altersgruppen wünschenswert; es muss geprüft werden, wie die Teilnahme von Senioren gefördert werden kann.
- Daneben sind Bildungsveranstaltungen für die ältere Generation erforderlich, die deren inhaltlichen, psychologischen und organisatorischen Bedürfnissen Rechnung tragen.
- Das Spektrum der Erwachsenenbildung im Kanton Zürich für Erwachsene jeden Alters ist vielfältig und wird auch von Senioren gut genutzt. Unter den Angeboten, die sich schwerpunktmässig an ältere Erwachsene richten, können die Bereiche Wissensvermittlung, Kontaktförderung und Anregung als ausreichend abgedeckt gelten. Auch Veranstaltungen, welche die Eigeninitiative und Aktivität unterstützen, sind ansatzweise vorhanden. Selbstorganisierte Gruppen (wie beispielsweise die Seniorenbühne oder die musizierenden Senioren) haben sich in vielen Gemeinden gebildet. Ziel muss sein, die bestehenden Möglichkeiten auszubauen, positive Ansätze aufzugreifen und auf verschiedenen Wegen weiter zu entwickeln.

Regula Schräder-Naef, dipl. Psychologin